

爱情

忻雨 编著

坐标

婚恋心理测试

A Q Z B

上海科学普及出版社



忻雨 编著

爱情 坐标

婚恋心理测试

上海科学普及出版社



图书在版编目 (CIP) 数据

爱情坐标：婚恋心理测试/忻雨编著. —上海：上海科学普及出版社，2003. 10

ISBN 7-5427-2579-3

I. 爱… II. 忻… III. 恋爱心理学 IV. C913.1

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2003) 第 077330 号

责任编辑 周永明

爱情坐标——婚恋心理测试

忻 雨 编著

上海科学普及出版社出版发行

(上海中山北路 832 号 邮政编码 200070)

各地新华书店经销 商务印书馆上海印刷股份有限公司印刷

开本 850 × 1168 1/32 印张 10.25 字数 230000

2003 年 10 月第 1 版 2003 年 10 月第 1 次印刷

印数：1—5200

ISBN 7-5427-2579-3/R · 252 定价：18.00 元

本书如有缺页、错装或坏损等严重质量问题
请向出版社联系调换

目录

爱的序曲	1
认识自我	4
(一) 个性探求	4
(二) 你的责任心	6
(三) 你可有发展潜力	9
(四) 你尊重他人吗	12
(五) 你的幽默感	13
(六) 你可有浪漫情怀	15
(七) 修养自测	18
(八) 闹别扭后	20
[婚恋心理小常识] 寻求“真爱”	21
透视恋人	23
(一) 梦中的公主	24
(二) 梦中的王子	25
(三) 他/她是个怎样的人	27
(四) 他/她真爱我吗	29
(五) 你是我的一生一世	31
[婚恋心理小常识] 要个什么样的家	34
打造魅力	36
(一) 女性魅力测试	37



[婚恋心理小常识] 如何抓住男人的心	39
(二) 男性魅力测试	40
[婚恋心理小常识] 男性的魅力	44
传“情”达“意”	46
(一) 奈何芳草无人寻	46
(二) 众里寻她千百度	48
(三) 多情只有春庭月	49
(四) 知否? 知否? 应是绿肥红瘦	51
(五) 罗带同心结未成	53
(六) 花开堪折直须折	54
[婚恋心理小常识] 男女不同的求爱方式	58
爱情的三大定律	59
相似律	62
(一) 春来遍是桃花水	62
(二) 伊人最般配	64
[心理学小知识]	
世上没有两片完全相同的树叶	66
(三) 你们的情趣相投吗	67
[婚恋心理小常识]	
只有“情投”才会“意合”吗	69
互补律	70
(一) 道是无晴(情)却有晴(情)	71
(二) 此时无声胜有声	73
(三) 事业、爱情皆所愿	75
[心理学小知识]	
说说“情景幻想”心理测试	76



(四) 为谁弹奏“凤求凰”	78
[婚恋心理小常识]	
男性心目中的理想伴侣	80
不自由律	83
(一) 爱情的“自由度”	84
(二) 恋爱“自私指数”	85
(三) 生命不可承受之重	87
[心理学小知识] 说妒忌	89
(四) 你的爱情理智吗	90
[婚恋心理小常识] 说热恋	94
相互吸引的理由	95
魅力的光环	98
(一) 镜中影与自恋情结	98
[心理学小知识] 人与镜子	100
(二) 你对恋人“痴情”吗	101
(三) “喜欢”与“爱”	103
[婚恋心理小常识] 爱情三要素	105
爱情的“过滤器”	107
(一) 花样，代表我的心	108
(二) “幸福未来”的色彩	110
(三) 图语，在说什么	112
[心理学小知识]	
色彩、图案与婚恋心理	114
(四) 你容易一见钟情吗	115
[婚恋心理小常识] 说说“一见钟情”	117
印象的“整合器”	119



(一) 你会为情所困吗	120
(二) 人往高处走	121
(三) 幸福离你有多远	124
[婚恋心理小常识]	
神圣的爱情与现实的考虑	126
为什么爱上了你	127
潜意识的选择	130
(一) 对异性的防范 (女性篇)	131
(二) 爱情之路预测	133
(三) 适合你的类型	136
[心理学小知识] 角色期望效应	140
情人眼里出西施	141
(一) 恋程进行曲	142
(二) 咖啡情结	143
[婚恋心理小常识] 爱情靠经营	148
(三) 爱情温度表	150
[婚恋心理小常识] 恋爱中的男女	153
偏偏爱上了你	156
(一) 你会“夺人所爱”吗	156
(二) 恋爱高手的表现	159
(三) 在爱情攻势面前	161
(四) 何时谈婚论嫁 (女性篇)	162
[婚恋心理小常识] 说婚姻	166
体态语言	171
从体态看心态	174



(一) 查查你的睡姿	175
(二) 伸出你的手来	176
(三) 脚语, 听见了吗	178
(四) 怎样握话筒	180
[心理学小知识] 妙趣横生的人间万象	182
(五) 泄露天机的双足	182
(六) 我等的人还没来	184
(七) 识破体态语言的招式	186
[心理学小知识] 传情的眼神	188
服饰中的隐义	191
(一) 理想的化妆	192
(二) 发型中的不满	193
(三) 领带的嗜好	195
(四) 提包里装了什么	197
(五) 休闲装扮露本色	199
[心理学小知识] 服饰中的心理学	201
动作中的爱情密码	205
不可忽视的小动作	208
(一) 解读非常女孩	209
(二) 遭遇非常男孩	210
(三) 打招呼的讲究	212
(四) 放鞋子与弗洛伊德	214
[心理学小知识] 本我·自我·超我	215
(五) 如何避让冒失鬼	216
(六) 高手过招: 表达情感的技巧	218
[心理学小知识] 爱的行为	220



恋人的选择	222
(一) 轮胎扎破了	222
(二) 随风而去的帽子	224
(三) 晚餐出了错	225
[婚恋心理点评]	
如何应对突发或两难事件	227
(四) 出游好时节	228
(五) 陌生的问候	230
(六) 漫漫失眠夜	231
[婚恋心理点评] 说“失眠”	233
(七) 酒后吐真言	233
[婚恋心理点评] 理性的背后	236
(八) 恋人的反应	236
[心理学小知识] 破译恋人的“谎言”	240
 新人类爱情面面观	243
网恋	246
(一) 网恋倾向测试	247
(二) 我们见面吧	249
[小参考] 网络中的三种人	250
单身贵族	253
(一) 享受独居的快乐	254
(二) 告别单身生活	255
[婚恋心理点评] 生活没有统一的模式	258
办公室恋情	260
(一) 办公室里捉迷藏	261
(二) 办公室恋情倾向测试	262



[婚恋心理点评] 面对使你心动的人	267
试婚族和恐婚族	269
(一) 测测你的婚姻观	270
[婚恋心理点评] 婚姻是一双鞋	271
第四种感情	272
(一) 友人? 恋人? 还是.....	273
[婚恋心理小常识] 再说爱情三要素	275
歧变的恋情	279
为伊消得人憔悴	282
(一) 单恋一枝花	283
[婚恋心理小常识] 摆脱单相思	284
(二) 他/她在意你吗	285
(三) 为爱引航	287
[心理学小知识] 应对挫折	289
流水无情花落去	290
(一) 爱, 还可挽回吗	291
(二) 告别进行曲	292
(三) 爱情红绿灯	294
[婚恋心理小常识] 误会和争吵	296
(四) 分手, 是谁惹的祸	297
(五) 你有“失恋症候群”吗	298
[婚恋心理小常识] 走出困惑	300
分桃断秀	302
(一) 你有同性恋倾向吗	302
[心理学小知识] 同性恋的成因 (一)	304
(二) 透视男友的性向	305



[心理学小知识] 同性恋的成因（二）	306
（三）透视女友的性向	307
[心理学小知识] 同性恋的成因（三）	309
廊桥遗梦	310
（一）你，花心了吗	311
（二）第三者插足	312
（三）和情敌过招	314
[婚恋心理小常识] 婚外情的原因	315
后记	317

爱的序曲





生活是一部精深博大的书，而爱情则是其中最精彩而又最艰涩的一页，别人的注疏代替不了自我的理解。

20 世纪美籍德国著名心理学家弗罗姆在其《爱的艺术》中指出：爱产生了对孤独的克服。爱是人主动的一种能力，是一种突破使人分离的种种屏障的能力，一种把他人和自己结合在一起的能力。爱之所以不是一种被动的情感而是一种积极的行动正是在于它是给予。给予并不是放弃、失去、牺牲某些东西，而是把自己身上所有的东西如快乐、兴趣、同情心、谅解、知识等给予别人。正是在给予中，人才体会到了自己的强大、才干和快乐。

弗罗姆认为，爱除了给予的因素外，还包括关心、责任感、尊重和了解。爱的本质就是要为某种东西付出劳动及使某种东西成长。

总之，正如生活一样，爱也是一种艺术，是一种主动的创造。在创造爱的过程中，我们就像在弹奏一首美妙的乐曲，这曲子的意境可能是波澜壮阔的大海，可能是潺潺流淌的小溪，可能是峻峭挺拔的高山，也可能是连绵起伏的丘陵，无论把它阐释得缠绵，还是激越，必然有不可或缺的一些基本音符：不光是性的欲望，还有关怀与被关怀、思念与被思念、尊敬与被尊敬、给予与被给予、认识与被认识、肯定与被肯定、审美与被审美等一系列人类内在的心理及精神因素，这些都在鼓动着人们孜孜不倦地寻找自己的另一半。



认识自我

整个人类发展的历史从某种角度看其实是一部人类自我认识的历史，从真正意义上的人类诞生的那一刻起，“人是什么”的问题便一直困扰着人们。千百年来，无数的哲人智士竭尽心血，希望能得出一个确切的答案。从古希腊德尔斐神庙上的“认识你自己”的铭文到普罗泰戈拉的“人是万物的尺度”，从苏格拉底的“世人皆无知，而我独知自己无知”到亚里士多德的“人天生是政治的动物”，形形色色的解答都反映了人们的困惑。

你是否深思过：真正的你，究竟是个什么样的人呢？你具有哪些特质呢？你的心底究竟在想些什么呢？在别人的眼中，究竟如何看待你呢……那么请打开这本书吧，这些文字有助你揭开自我神秘的面纱，发现你自己尚未觉察而隐藏在心中的优点，同样也有助你抽丝剥茧地找出自己的负面性格。你会惊愕地发现原来自己是如此的复杂！

（一）个性探求

你自己是个怎样的人？你有怎样的个性特征？有时连你自己都不一定清楚。如何把自己看个清清楚楚、明明白白呢？请对下列各题作出“是”或“否”的选择，或许有助你了解自己。



LOVE

1. 当你参与某些对抗性的体育活动时,感到非常愉快。
2. 别人把你看作是一个充满活力的人。
3. 你常常疲惫而无心做事。
4. 你自己每天做的事情要比别人多。
5. 你喜欢和同伴一起娱乐。
6. 当进入一个全是陌生人的房间时,你会感到紧张。
7. 你喜欢和思想活跃,具有创新开拓,进取心强的人交往。
8. 你自己不喜欢多说,而更愿意倾听。
9. 你喜欢富有变化的有机会出差、旅游的工作,甚至带有危险和不安全的工作。
10. 几乎任何事情你都有尝试一下的欲望。
11. 买东西时,你是否总要检查一下产品的说明书或保修单。
12. 你有时喜欢和别人打赌。
13. 你喜欢一开始就把事情计划好。
14. 你通常能很快地拿定主意。
15. 对于那些行事小心谨慎的人,你会感觉到厌烦。
16. 你说话时不太注意对方的反应。
17. 看体育比赛时,你喜欢安静地坐着。
18. 你能够较好地控制你的钱袋。
19. 你能长久地保守一个令人激动的秘密。
20. 音乐使你陶醉,有时你会情不自禁地手舞足蹈。

【测试意向】

测测你的个性。

【记分方法】

除3、6、8、11、13、17、18和19题,选择“是”记0分、“否”记2分外,其余各题选择“是”记2分、“否”



记0分。将各题得分相加，统计测验得分。

【测试结果】

0~10分属于a型

12~28分属于b型

30~40分属于c型

【心理解析】

属于a型

总体来讲，此种性格类型属于内向型，好静，比较喜欢单独活动，喜欢过平淡安静的生活。在社交场合容易感到局促不安，更喜欢熟悉、安全的生活环境。这类性格的人做事情常常会周密考虑，谨小慎微，且善于控制自己的思想和情绪的外露，富于思考与内省。

属于b型

大多数人多属于这种“中间型”，即处于内向和外向之间。这类性格的人，往往最容易在不同的人面前表现出性格的不同侧面。在熟悉的环境中往往表现出外向的一面，而在陌生人的面前就显得拘谨，收敛。

属于c型

此种性格类型是典型的外向型。好动且精力旺盛，乐于与人交往，喜欢社会活动，喜欢冒险的生活，乐于从中寻找快乐。这类性格的人有时也会心血来潮，凭一时冲动行事，且容易感情用事，情绪常表露在外，好激动。

（二）你的责任心

很难用一种理想的价值标准来衡量男人的好与不好。既然如此，该用什么样的价值标准呢？最简单也最现实的标准