

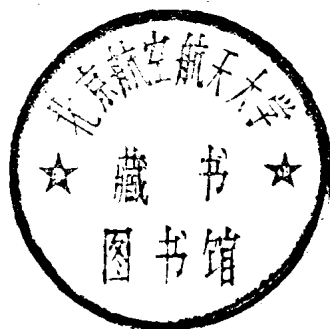
00009526

B848.4
05



人生测试全书

晨曦 编著



经济日报出版社



C0485340

图书在版编目(CIP)数据

人生测试全书/晨曦编著. —北京: 经济日报出版社,
1999.10

ISBN 7—80127—635—3

I.人… II.晨… III.个性心理学—通俗读物

IV.B848

中国版本图书馆CIP数据核字(1999)第65035号

编 者	晨 曦
责任编辑	门 睿
责任校对	李 宇
出版发行	经济日报出版社
社 址	北京市宣武区白纸坊东街2号邮编100054
总 经 销	全国新华书店
印 刷	北京市京宇印刷厂
规 格	850×1168毫米大32开
字 数	330千字
版 次	1999年10月第1版
印 次	2000年1月第2次印刷
印 张	15.5印张
印 数	13001—18000册

ISBN7—80127—635—3/C·5 定价: 23.80元

· 版权所有, 翻印必究 ·

前 言

我们每一个人都渴望成功，渴望拥有成功的人生。

我们渴望生命精彩而美丽，渴望现实之我与理想之我相拥相抱。

在茫茫人海中，个人生命犹如沧海一粟，然而，我们却并不渺小，因为我们胸有理想和壮志，有上天揽月、下海捉鳖之气慨。每个人对轰轰烈烈的人生的追求，使我们这个由人所组成的世界壮丽而斑斓。

我们渴望成功，问题在于，我们究竟怎样才能成功？

这是一个十分难以回答的问题，答案也绝非只有一个。在这里，我们想要说的是，要成功，首先需要科学地认识自己。

古希腊哲学大师苏格拉底有一句名言：“真正认识自己的人，才是最有力量的。”中国也有一句古语，叫做“凡事预则立”。这里所说的“预”，即包括科学地认识自己。知己知彼，才能百战不殆。

理性地认识自己的长处与短处，优势与劣势，是获得人生成功的一个前提条件。人生需要策划，而要策划人生就必须客观、准确地认识自己。不仅要认识现在，而且还要认识未来，而要认识未来，就需要对

人生进行预测。

探讨人生发展，而是一门学问。俗话说，三岁看大，七岁看老。人生并非完全不可以预测。现代科学研究表明，人的“未来”是由“现在”的多种要素来决定的。这些要素包括人的智力、情商、气质等，这些因素对人的未来产生着重大而深远的影响。因此科学地预测人生，就是透过人的智力、情商、气质等要素来科学地预测人的未来。

本书集一批研究成果于一体，系统地阐述了各种要素对人生历程的影响，其主要内容包括以下四大方面。

1. 透过智力看人生

古希腊智者在两千多年前就断言：智慧就是幸福。智力是一个人能否成才的基石。智力与成才犹如富矿与精钢，没有高品位的铁矿石，就难以冶炼成好钢。同理，一个人智力低下，就难以成为可造就之才。智力也是决定着人的事业成败的关键因素之一。一个想象力丰富的人就能充分展开事业理想之羽翼；敏锐的判断力与洞察力，可以让人对人生做出正确的选择、准确地把握自己的未来；一个智力超群的人在事业中能够多谋善断、统揽全局，并及时抓住事业发展的机遇。而智力低下、智慧不足的人，则会在人生事业的征途中步履艰难。

2. 透过情商看人生

西方学者认为，智商决定人生 20%，而情商则主宰人生 80%。可见情商对人的一生的发展具有重要的影响。在现实生活中，我们可以看到，善于控制自己情绪的人往往会卓尔不群，表现非凡。自情商概念提出后，人生成功的方程式被改写了。情商教育已成为本世纪最重要的心理学研究成果，特别是在人类跨入网络时代的今天，随着人际交往的密切，情商将成为每个渴望成功人生的人所关注的重要课题。

3. 透过性格看人生

莎士比亚说：“性格即命运”。这一具有哲理的名言，一语揭示了性格与人生的关系的奥秘。人生的运行确是如此。爱迪生在学校读书时，学习成绩不甚理想，然而，一天天长大的爱迪生终于看到了自己性格中的闪光点。一种崭新的渴望点燃了他生命的热情，终于有一天，他明白无误地告诉自己：“是的，我具有发明家的性格！”清醒地了解了自己，对爱迪生人生事业的发展产生了巨大的推动作用。此后，爱迪生在发明之路上，势如破竹。

4. 透过气质看人生

成功的人生，取决于人的才智、情商、性格、气质、机遇等众多因素。其中气质因素不可忽视。可以说，每个成功的人都有与其人生轨迹相适应的气质。

良好的气质有助于人生的成功。合适的气质对职

业是一种润滑剂，可以加速事业的成功。不合适的气质对职业往往起阻碍作用。在茫茫的人海里，良好的气质形象可以使人左右逢缘，从而给人的事业奠定成功的基础。对于家庭，夫妻气质的匹配可以给人带来温馨和幸福。

* * * * *

透视人生是人生历程中一个“天书”般的难解的课题，我们在此，只是抛砖引玉，期待广大读者，特别是青年读者与我们共同研究。如果能够把握正确的人生，那将是我们极大的快乐和欣慰。

晨 曦

1999年10月

目 录

第一篇 照耀前程的智慧之光 ——透过智力看人生

第一章 智力：成功人生的基石 (5)

一、智力之光的魅力 (6)

1. 智力探幽：何为智力 (6)
2. 智力的个别差异性 (8)
3. 智力发展的基本规律 (10)

二、智力的基本要素：一个有机统一体 (14)

1. 记忆力：对过去经验的清晰反映 (14)
2. 思维力：透过现象看本质 (16)
3. 想象力：对事物的形象思维、加工、改造
与创新 (20)

4. 创造力：产生某种独特、有价值的产品 (21)

三、智力测试：认识你的智商 (23)

1. 智力测试的要求 (23)
2. 智力测试试题 (24)

第二章 智力之光普照人生前程

——智力对人生的影响 (45)

一、智力与择业：天生我才必有用 (46)

1. 记忆力是博学家的基础 (46)
2. 想象力强者：易于培养成为文学艺术人才 (48)
3. 思维力强者：易于培养成为理论科学人才 (50)
4. 创造力强者：易于培养成为工程师和发明家 (52)

二、智力与决断：直接关系到人生的成败 (54)

1. 智力能使人充分展开梦想的翅膀 (55)
2. 智力能够使人对人生作出正确的选择 (57)
3. 智力能使人善于借助外力 (60)
4. 智力能够使人正确地把握未来 (64)
5. 智力能够使人统揽全局 (67)

- 6. 智力能使人善于抓住机遇 (68)
- 7. 智力能够使人反败为胜 (71)
- 8. 智力不足会使人由辉煌走向衰败 (74)

第三章 智力就是一座金矿

- 智力与财富的创造 (81)

一、利似春潮滚滚来：智力的神奇魔力

- (82)

- 1. 有“智”者事竟成 (82)
- 2. 智力可以变黄金 (87)
- 3. 头脑就是一座印钞厂 (91)
- 4. 有知无智者的尴尬 (94)

二、智力：主宰市场成败的精灵 (99)

- 1. 出奇制胜：市场上的魔王 (100)
- 2. 创造市场：于无声处听惊雷 (102)
- 3. 智高一筹：永远的卖方市场 (105)
- 4. 与众不同：站在对手的肩膀上 (109)

三、点石成金：化腐朽为神奇 (113)

- 1. 芝麻开门：创新性经营 (113)
- 2. 让 $1+1>2$ (115)

- 3. 点子的价值 (117)
- 4. 怪招致胜, 智超群伦 (118)

第四章 开启人生的智慧之门

——智力开发的新途径..... (122)

一、智力的生理素质开发..... (123)

- 1. 开发智力的静坐法..... (123)
- 2. 调节大脑各功能区的负荷 (126)

二、智力各构成要素的开发 (128)

- 1. 增进注意力 (128)
- 2. 增强记忆力 (134)
- 3. 发展思维力 (141)
- 4. 启发想象力 (148)
- 5. 开拓创造力 (151)

第二篇 主宰人生的心灵之泉

——透过情商看人生

第一章 情商：成功人生的智慧指数 (162)

一、情商的诞生：千古之谜的破解 (163)

- 1. 智商的误区 (163)

- 2. 多元智能的出现 (164)
- 3. 心理情绪的介入 (166)
- 4. “情商”的脱颖而出 (168)

二、情商的魅力：世纪末的蓝色浪潮

- (170)
- 1. 情商的文化飓风 (170)
- 2. 情商的魅力内涵 (172)
- 3. 情商：唤醒心中巨人的“法宝” (176)
- 4. 情商：命运之神的权杖 (177)

第二章 走向成功的人生

——情商对人生的影响..... (180)

一、情商的能量：成功人士的史诗 (181)

- 1. 情商大显神威的时代 (181)
- 2. 自我意识：生命的内核与运行 (182)
- 3. 自我意识：创业者的财富之源 (185)
- 4. 情绪效应：一笔巨大的无形资产 (187)

二、打通成功之路的关节点：情商与人际

关系 (190)

- 1. 人际沟通：走向成功的通行证 (190)
- 2. 挫折承受能力：从废墟中重建罗马..... (193)
- 3. 人际智能的四大要素 (196)

4. 不做空洞的交际人..... (197)

三、事业轨迹新设计：情商与职业选择

..... (199)

1. 情商提醒你：正视社会现实 (199)
2. 自我期待：生命美丽的翅膀 (201)

四、并不迷惘的爱绪：情商与婚姻 (204)

1. 情商与两性的情感差异 (204)
2. 情商与两性的情绪管理能力 (205)
3. 情商与离婚 (208)

第三章 开启人生的金锁

——情商的培养、训练与教育..... (211)

一、情商的培养：开发自己最大的能量

..... (212)

1. 自我意识的提高 (212)
2. 避免庸俗就接近高尚 (213)
2. 自我激励的训练 (216)

二、情绪控制的培养 (227)

1. 负面情绪是健康的大敌 (227)
2. 学会控制情绪 (228)
3. 人际沟通的途径 (231)

4. 挫折承受能力的加强	(241)
--------------------	-------

三、情商的教育：打下情绪智慧的

坚硬基石	(248)
------------	-------

1. 情商的基点——家庭环境	(248)
2. 情商的社会二次教育	(252)
3. 情商的矫正	(260)

第三篇 创造独特的精彩人生

——透过性格看人生

第一章 掀起你的盖头来

——认识人的性格	(271)
----------------	-------

一、透视性格的本质	(272)
-----------------	-------

1. 众说纷纭话性格：性格之谜	(272)
2. 性格的本质透视镜	(276)

二、性格的结构解剖	(278)
-----------------	-------

1. 对现实态度的性格特征	(278)
2. 性格的意志特征	(279)
3. 性格的情绪特征	(279)
4. 性格的理智特征	(280)

三、性格发展与性格修养	(281)
-------------------	-------

1. 性格发展的三个阶段	(281)
--------------------	-------

2. 青年人的性格修养..... (282)

第二章 “性格即命运”

- 性格对人生的影响..... (285)

一、性格对事业的影响 (286)

1. 性格对职业选择的影响 (286)
2. 性格对赚钱的影响..... (291)
3. 性格红绿灯：最佳事业伙伴的选择..... (303)

二、性格对人际关系的影响 (308)

1. 左右人际关系的五种性格特性 (308)
2. 性格对社交的影响..... (309)
3. 性格对同事关系的影响 (313)
4. 为朋友所喜欢的性格 (317)

第三章 人生一定要精彩

- 良好性格的塑造 (321)

一、性格的锤炼 (323)

1. 从“清心寡欲”到大胆追求 (323)
2. 从“谨小慎微”到敢于冒险 (325)
3. 从“含而不露”到“毛遂自荐” (329)
4. 从“沉默寡言”到能言善辩 (332)

二、培养开朗的性格	(335)
1. 善于活动，长于交际	(335)
2. 敞开心灵，坦诚相见	(337)
3. 胸怀宽广，兼容并包	(340)
4. 思想敏锐，适应竞争	(342)
5. 广闻博见，志存高远	(346)
三、培养坚强的性格	(350)
1. 勇敢地面对失败	(350)
2. 面对厄运的刚毅性	(353)
3. 面对困难的勇敢性	(358)
4. 面对目标的坚定性	(360)
5. 面对选择的果断性	(363)

第四篇 决定自身命运的试金石

——透过气质看人生

第一章 气质：外在形象的内在表现

(369)

一、波谲云诡话气质	(370)
1. 道破天机：气质是什么？	(370)
2. 本是同根生：气质与性格	(371)
3. 族谱众生相：气质类型与特征	(373)

二、刨根问底道来源 (377)

1. 气质本天成：遗传决定人的气质 (377)
2. 气质随情动：情绪影响气质 (380)
3. 气质逐时生：时代背景也影响气质 (383)

第二章 完美气质铸造亮丽的人生

——气质对人生的影响 (389)

一、气职相匹，逍遥如仙

——气质与职业选择 (390)

1. 机灵鬼神仙：多血质人择业 (390)
2. 沉稳性不颠：抑郁质人择业 (392)
3. 胆豪气冲天：胆汁质人择业 (395)
4. 恬静情易变：粘液质人择业 (397)

二、八面玲珑气使然：气质与人际关系

..... (399)

1. 以多血质人为中心的人际关系 (399)
2. 以胆汁质人为中心的人际关系 (403)
3. 以抑郁质人为中心的人际关系 (407)
4. 以粘液质人为中心的人际关系 (410)

三、恩恩爱爱气相连：气质与爱情 (413)

1. 易涨易落山溪水：多血质人的爱情 (413)
2. 孤芳自赏望情叹：抑郁质人的爱情 (422)

- 3. 真教你生死相许：胆汁质人的爱情..... (430)
- 4. 河中无鱼市上看：粘液质人的爱情..... (437)

第三章 战胜自我，培育完美气质

- 改善气质的妙方 (445)

一、情动气亦动：自我控制情绪..... (446)

二、落落求‘自然’：气质的社会调节 (451)

- 1. 幽默与和谐 (451)
- 2. 学会取悦别人 (452)
- 3. 自信的感染力 (454)
- 4. 自我暗示 (455)
- 5. 战胜羞怯 (457)
- 6. 控制表情 (458)

三、修炼气翩然：气质的自我培育 (460)

- 1. 多血质人的自我培育 (461)
- 2. 胆汁质人的自我培育 (464)
- 3. 抑郁质人的自我培育 (467)
- 4. 粘液质人的自我培育 (470)