

全世界都在做的

赵广娜 游一行 主编

2000道 心理测试



个人认识自我、完善自我，解决心理困惑和人生难题，提高综合能力的最佳指南
管理者识人、用人、管人，提高领导能力的有效途径
企业选拔人才、培育人才、提升竞争力的科学顾问

黑龙江科学技术出版社

B841.7
200804
2

全世界都在做的 200道 心理测试



主编 赵广娜 游一行

黑龙江科学技术出版社
中国·哈尔滨

图书在版编目(CIP)数据

全世界都在做的200道心理测试 / 赵广娜, 游一行主编.
—哈尔滨: 黑龙江科学技术出版社, 2007.10
ISBN 978-7-5388-5575-3

I.全… II.①赵…②游… III.心理测试 IV.B841.7

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第162602号

全世界都在做的200道心理测试

QUANSHIJIE DOUZAIZUO DE 200 DAO XINLICESHI

主 编 赵广娜 游一行

责任编辑 张丽生 刘佳琪

装帧设计 李艾红

文字编辑 张明禄

美术编辑 刘少娟

出 版 黑龙江科学技术出版社

地址: 哈尔滨市南岗区建设街41号 邮编: 150001

电话: 0451-53642106 传真: 0451-53642143(发行部)

发 行 全国新华书店

印 刷 北京中印联印务有限公司

开 本 787 × 1092 1/16

印 张 34.5

版 次 2008年4月第1版 · 2008年4月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5388-5575-3/B · 9

定 价 48.00元

P R E F A C E 前言

说起考试，人们往往会皱起眉头，然而，有一种考试却很受欢迎，这就是心理测试。现在很多时尚杂志、报刊、网站都设立了心理测试专题，人们被这些涉及到爱情、婚姻、性格、事业、学业、人际关系等方方面面的小试题所吸引，争先恐后地去破译个人生活的“达·芬奇密码”。

随着心理测试日益深入人心，人们自然会问一个问题：心理测试科学吗？心理学家对这个问题有着肯定的回答，心理测试在专业领域被称为心理测量，是心理学研究的一项重要方法，其编制过程有一套科学的标准，结果有严格客观的解释。心理测试的实质是通过观察人的少数有代表性的行为，对于贯穿在人的全部行为活动中的心理特点做出推论和数量化分析。它是具有效度和信用度的评估，符合严格的统计学原理。

任何事物一旦受到大众欢迎，它必然迎合了人们的某种心理需要，心理测试也不例外。

第一，心理测试有助于了解自我。我们都有了解自己的心理需要。我们总是不断地试图认识自己，“我性格内向还是外向”、“我聪明吗”之类的问题总是困扰着我们。不管心理测试的结果是什么，都能在不同程度上促进我们对自我的认识，帮助我们认识到自己的个性和才干。

第二，心理测试有助于自我鼓励。当我们遇到困难或者失去自信的时候，做做心理测试可以调节心情。一般情况下，心理测试都是说些善意的话，即使批评，也相当婉转，给测试者带来一定的激励和启示。其实，发挥自我鼓励作用的也许并非测试本身，而是人们给自己的心理暗示。

第三，心理测试有很强的趣味性。一般来说，心理测试的题目都比较有意思，能够激起我们的兴趣。不少人其实就是带着一种“好玩”的心情去做测试，如果答案和自己想的一样，就会特别高兴；要是毫无关联，也可以权当一种精神上的放松。

第四，心理测试可以提供心理安慰。由于我们处于竞争环境中，因此总是渴望有人能与自己倾诉交流，而那一一道道丰富细腻、有理又有情趣的心理测试题，会

让我们感觉到好像有人走进我们的心里，在细细询问和呵护着我们的精神世界。

实际上，心理测试是一种弥补自己缺点的好方法，它的功用就在于此。明智的人在利用心理测试的时候总是试图从中追寻到自己生活和工作的影子，以此真正地了解自己、认知自己，为以后的事业累积必要的资本。

对个人而言，运用这些权威而有效的心理测试能够很好地了解自己的优缺点，扬长避短，完善自我，走向预定的目标，走向成功。

对管理者而言，通过这些测试可以发现和解决管理工作中存在的问题，并更好地识人、用人，管人，还能提高决策能力、协调能力、亲和力和影响力，使管理水平和领导能力得到大幅度的提高。

对企业单位而言，借助这些测试在招聘人才、选拔人才的过程中可以更迅速、更便捷地挑选出所需要的人员，从而使企业单位得到更好的发展。

本书所选的200道心理测试题均出自世界权威机构和心理学专家的多年研究成果，包括全球500强企业招聘、公务员考试在内的许多优秀人才的选拔，都采用了这些经典试题，其内容涉及性格测试、情商测试、智商测试、社交能力测试、社会适应能力测试等。这些测试内容全面、分析透彻、数据准确、结果客观，是个人心理自测、完善自我的最佳指南，是管理者提高领导能力的有效工具，是企业选拔人才、提高竞争力的科学顾问。

编 者

2007年12月

CONTENTS 目录

第一章 人贵有自知之明

——从这里解读自己

- 01> 你是一个成熟的人吗 1
- 02> 你的心理年龄有多大 5
- 03> 寻找自己身上的缺点 7
- 04> 你足够爱自己吗 10
- 05> 你的想法怪异吗 11
- 06> 从笑容看出你的心机 13
- 07> 你是一个善良的人吗 14
- 08> 你是一个有责任心的人吗 16
- 09> 你是一个八面玲珑的人吗 18
- 10> 你的大脑工作能力如何 20
- 11> 你是一个迷恋过去的人吗 25
- 12> 你在哪方面最输不起 30
- 13> 你的优点在哪里 31
- 14> 你将来会幸福吗 33

第二章 不可不察的性格奥秘

——破译你的性格密码

- 15> 你是哪种风格的人 35
- 16> 你是一个双重性格的人吗 42
- 17> 你的内在血型是什么 44
- 18> 海上奇遇测试性格缺陷 47
- 19> 宽衣解带测试你的性格 49
- 20> 点菜可以知道你的性格 51
- 21> 魔幻世界测试你的性格 52

22>	你是一个支配狂吗	54
23>	检测你的被虐指数	59
24>	你是一个乐观的人吗	62
25>	你有自恋的倾向吗	64
26>	你会是“墙头草”吗	67

第三章 关注左右你的情感之源

——探寻和挖掘你的情绪能量

27>	你属于哪种情绪类型	69
28>	你的情绪健康吗	75
29>	你有抑郁症倾向吗	77
30>	你总是带有敌对情绪吗	79
31>	你容易产生羞怯情绪吗	83
32>	你有焦虑情绪吗	86
33>	你高度敏感吗	88
34>	你是个“炮筒子”吗	90
35>	你是否心平气和	92
36>	你是个易冲动的人吗	95
37>	你有安全感吗	98
38>	你能使情绪变好吗	107
39>	你的自卑感源于什么	109

第四章 分享爱情中的真实情感

——爱情本身就是一道测试题

40>	你属于哪种恋爱风格	115
41>	你会爱上哪一种人	118
42>	你的单身情歌还要唱多久	119
43>	爱上一个人，需要几秒	123
44>	你的求爱时机到了吗	125
45>	他爱你有多深	128
46>	你们是天生的一对吗	132
47>	你的爱情进展得怎样	137
48>	他是值得你托付终身的人吗	140
49>	他迷恋你哪一点	143
50>	你的恋人有逃跑的念头吗	146
51>	你了解心中的他吗	148



52>	你们的爱情还能走多远	150
53>	你恋爱的致命弱点是什么	155

第五章 登上婚姻旅程的快车

——婚姻测试全方位

54>	你现在可以结婚了吗	157
55>	你的婚姻够理想吗	159
56>	你适合哪种婚姻模式	162
57>	你对婚姻伴侣的要求是什么	166
58>	你是合格的另一半吗	168
59>	你的婚姻会有危机吗	170
60>	婆媳关系,你处理得怎么样	173
61>	他为什么想离婚	176
62>	谁是破坏婚姻的罪魁祸首	177
63>	你家会有第三者出现吗	179
64>	你会选择丁克家庭吗	181
65>	你是家中的受气包吗	183

第六章 推开“性福”那道门

——揭开男女“性”的神秘面纱

66>	打开性之门的钥匙	185
67>	你有没有变态倾向	187
68>	你心中的婚姻与性的关系如何	191
69>	你的性生活质量需要提高吗	192
70>	你的性幻想程度如何	195
71>	你是否患有勃起功能障碍	198
72>	女性自测性功能障碍	200
73>	你现在“性福”吗	201
74>	你了解爱人的需求信号吗	203

第七章 为人处世,左右逢源

——社交心理奥秘探寻

75>	与人交往,你属于哪类人	205
76>	你是否有缺乏人际关系的寂寞呢	207
77>	《灰姑娘》童话看你的为人	210

第八章 认识你有多聪明

第九章 打造独特魅力的完美人生

4

108>	你是大众情人吗	307
109>	你对异性是否具备吸引力	309
110>	测测你的女人味	310

第十章 一眼就把人看透

——教你瞬间掌握人心

111>	你看人或事物的眼光如何	315
112>	小姿态透露他(她)的性格	317
113>	男人心这样测出来	318
114>	从聊天场合了解他的为人	321
115>	送礼可以透露人的性格	323
116>	从笔迹分析人的性格	325
117>	养宠物容易见人乐趣	327
118>	学会根据脚步声判断人	328
119>	走姿不同, 个性有异	330
120>	从幽默方式看人的性格	332
121>	看放手机习惯知男人心思	333
122>	从办公桌能知道人的性格	336
123>	动作语言最能表现性格	337
124>	一眼看出他是否在说谎	339
125>	文件的摆放透露员工品性	341

第十一章 职场中的你是否能如鱼得水

——“职商”高低的探测

126>	你适合什么样的职业	343
127>	你跳槽的时机到了吗	346
128>	你是不是工作狂	350
129>	你将会被公司淘汰吗	352
130>	你是老板眼中诚实的员工吗	354
131>	你的执行力如何	357
132>	你是忠心耿耿的员工吗	359
133>	你的工作态度合格吗	362
134>	求职时你最引人注目的是什么	363
135>	你和上司是敌人吗	365
136>	你为什么得不到老板的欢心	367
137>	你能抓住升迁的机会吗	370

第十二章 你能拥有多大的一块奶酪

——你的成功系数有多大

138>	你找到自己成功的方向了吗	373
139>	你是否掌握了成功的密码	375
140>	成功的战术里你缺哪一招	378
141>	你的成功动机有多强	380
142>	你的成功指数有多高	381
143>	你是一位事业型的人吗	384
144>	何时为你的最佳创业时机	390
145>	你的抱负有多高	392
146>	你会运用“手腕”吗	396
147>	你能做到多成功	398
148>	你会取得多大的成就	400

第十三章 你能否在逆境中穿梭自如

——抗“压”能力的自我检测

149>	面对逆境,你将如何选择	403
150>	你处理困难的能力如何	405
151>	你能够很好地处理压力吗	408
152>	面对困境,你如何应对	414
153>	你的承受压力指数有多高	417
154>	你有忍辱负重的承受力吗	420
155>	你会如何面对失败	425
156>	你会如何应对尴尬	427
157>	你能转败为胜吗	429

第十四章 你是社会生存的赢家吗

——掌握自己的生存指数

158>	你的心理适应能力如何	431
159>	你的社会适应能力如何	435
160>	你的生存技能如何	437
161>	你有很强的应变能力吗	441
162>	你处世够精明吗	445
163>	你的竞争意识如何	448
164>	你有坚强的意志力吗	450

165>	你的危机意识有多强	453
166>	你处理问题的能力如何	454
167>	你对新事物充满好奇与渴望吗	457
168>	你与社会的共鸣能力如何	460

第十五章 你能否成为明天的卓越管理者

——洞悉你的管理能力

169>	你是一个什么样的管理者	465
170>	你是个知人善任的管理者吗	466
171>	你渴望成为一名领导者吗	470
172>	你具备做领导的潜质吗	472
173>	你适合从事管理工作吗	474
174>	你是否具有决策力	480
175>	你具备亲和力吗	483
176>	你具备识人能力吗	486
177>	你拥有管人的艺术吗	489
178>	你的说服力有多强	492
179>	测测你的领导行为	494

第十六章 与财富有约

——发现你的财富密码

180>	你是理财高手吗	497
181>	财神何时到你家	500
182>	你能实现自己的发财梦吗	503
183>	你有成为亿万富翁的潜质吗	504
184>	你的发财梦切合实际吗	507
185>	你未来的财富看涨指数	508
186>	是什么阻碍你发财致富	510
187>	你从事什么职业容易发财	511

第十七章 健康是幸福的基石

——HQ 测试你的健康商数

188>	你的生活方式健康吗	513
189>	你的膳食是否合理	517
190>	你用脑卫生吗	519



191>	你的身体够健壮吗	521
192>	你患有忧郁症吗	522
193>	你是否有骨质疏松的危险	524
194>	你的心理衰老了吗	525
195>	你会得老年痴呆症吗	527
196>	你得癌症的可能性有多大	528
197>	你处于亚健康状态吗	530
198>	你进入更年期了吗	532
199>	你的睡眠还好吗	533
200>	你是否面临肥胖危机	536

第一章

人贵有自知之明

——从这里解读自己

01

你是一个成熟的人吗



测试导语

人生经验丰富的人通常是一个个性成熟的人。这样的人做任何事情都对自己充满信心，相信自己的能力和思想，善于运用自己的知识和学问。在工作中，他能冷静地面对一切，哪怕遇到再大的挫折他也不会自暴自弃。他重视与同事的关系。他有自己独特的见解，追求一个理智、永久、实际的生活原则，而不是由假想、偏见、迷信所形成的生活原则。

本测试共10题，题后有选项，请你从中选择一个和自己实际情况最符合的答案。



测试开始

1 别人喜欢我的程度是：

- A. 某些人很喜欢我，另一些人一点也不喜欢我
- B. 一般人都有点喜欢我，但都不以我为知己
- C. 谁也不喜欢我
- ☒ D. 大多数人都在一定程度上喜欢我
- E. 我不了解别人的看法

- 32 在与别人的交往中，我通常是：
- A. 喜欢故意引起别人对自己的注意
 - B. 希望别人注意我，但不想明显地表现出来
 - C. 喜欢别人注意我，但并不刻意去追求这一点
 - ☒ D. 不喜欢别人注意我
 - E. 对于是否会引人注意，我从不在乎

- 33 我认为对待社会生活环境的正确态度是：
- ☒ A. 使自己适应周围的社会生活环境
 - B. 尽量利用生活环境中的有利因素发展自己
 - ☒ C. 改造生活环境中的不良因素，使生活环境变好
 - D. 遇到不良的社会生活环境，就下决心脱离这个环境，争取调到好的地方去
 - E. 不管生活环境如何，我都要努力奋斗，无愧于自己的一生

- 44 在工作或学习中遇到困难时，我经常是：
- A. 向比我懂得多的任何人请教
 - B. 只向我的亲密朋友请教
 - ☒ C. 我总是尽自己的最大努力去独立解决，实在不行，才去请求别人的帮助
 - D. 我只是咬紧牙关，不请求别人来帮助
 - E. 我没发现可以请教的人

- 45 如果在比赛中我输了，我通常的做法是：
- ☒ A. 找出输的原因，提高技术，争取下次赢
 - B. 对获得胜利的一方表示钦佩
 - C. 认为对方没什么了不起的，在别的方面自己比对方强
 - ☒ D. 认为胜败是很正常的事情，很快就忘记了
 - E. 认为对方这次赢的原因是运气好，如果自己运气好的话就会赢对方

- 46 在一般情况下，与我意见不相同的人都是：
- A. 想法怪僻、难以理解的人
 - B. 没什么文化知识修养的人
 - C. 有相当理由坚持自己看法的人
 - ☒ D. 生活阅历和我不同的人
 - E. 素养比我丰富的人

- 3 我对算命的看法是：
- A. 我发现算命能了解过去和未来，而且很准

- ☒ B. 算命人多数是骗子
- ☒ C. 我不清楚算命到底是胡说，还是确有道理
- D. 我不相信算命能测出人的过去和未来
- E. 尽管我知道算命是迷信，但还是时常一试

8 当生活中遇到重大挫折时，我便会感到：

- A. 这辈子算完了
- B. 也许能在其他方面获得成功
- ☒ C. 不甘心失败，决心不惜付出任何代价，一定要实现自己的愿望
- ☒ D. 没什么大不了的，我可以调整自己的计划或目标
- E. 自己本来就不应当抱有这样高的期望或抱负

9 我对待争论的态度是：

- A. 随时准备进行激烈争论
- B. 只对自己感兴趣的问题才争论
- ☒ C. 我很少与人争论，喜欢自己独立思考各种观点的利弊
- ☒ D. 我不喜欢争论，尽量避免之
- E. 无所谓

10 受到别人指责时，我通常的反应是：

- ☒ A. 分析别人为什么指责我，找出自己在哪些地方有错
- B. 保持沉默，毫不在意，将一切指责置之脑后
- C. 反击对方的指责
- D. 尽量照别人的意思去做
- E. 如果我认为自己是对的，就为自己辩护



评分标准

题号 \ 选项 得分	A	B	C	D	E
1	0	+ 2	- 3	+ 8	- 2
2	- 2	0	+ 8	+ 3	+ 4
3	0	+ 4	+ 8	- 4	+ 6
4	+ 8	0	+ 4	- 2	- 4
5	+ 8	0	- 3	+ 4	- 4
6	- 3	- 2	+ 8	+ 4	0

7	- 5	+ 3	- 2	+ 10	0
8	- 4	+ 10	0	+ 5	- 3
9	- 4	+ 8	0	- 2	+ 3
10	+ 8	3	4	0	+ 4

把每一题的得分加起来，再对照后面的测试结果。



测试结果

0分以下：你还十分幼稚，处理社会生活问题仍不成熟。你喜欢单凭个人的直觉和一时的感情行事，好冲动、不识大体；或者走向另一个极端，即遇事畏畏缩缩，不敢出头露面，孤独而自卑。你容易得罪人，也容易被别人欺骗，在社会生活中处处碰壁，无法实现自己的理想和目标。这与现代社会生活的要求很不适应，你必须设法使自己尽快地成熟起来。

0~30分：你的个性还不够成熟，你还不善于处理社会生活中的各种问题和矛盾，不善于观察影响问题的各种因素，不能准确地预见自己行为的结果，还不能很好地适应复杂的社会生活。

31~60分：你的个性成熟度属中等水平，你对人生的一些事情把握、处理得比较适当，而对另一些事情还没有把握，以致束手无策或处理不当。你的个性具有两重性：一半老练，另一半幼稚，你还需要在社会生活中慢慢历练。

60分以上：你是个很成熟老练的人。在社会生活中能够游刃有余、处事泰然。知道怎样妥善地处理自己所遇到的各种问题。处理问题时，能够准确地判断，哪种方式是有效的，哪些方式会造成不良后果，从而选择一种最佳的处理方案。



心理视点

个性成熟的人大多有丰富的经历，有大量失败和成功的经验可供借鉴。但是个性成熟的程度不一定是与人的年龄成正比的。所以判断一个人的个性是否成熟以及成熟的程度，关键是看其处理事情的态度、能力，对社会的适应能力和自控能力。