

<<受益一生的心理测试>>

图书基本信息

书名：<<受益一生的心理测试>>

13位ISBN编号：9787115243119

10位ISBN编号：7115243115

出版时间：2011-1

出版时间：人民邮电

作者：唐华山

页数：231

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<受益一生的心理测试>>

### 前言

你是否常常会为自己无法掌控自我情绪、无缘无故地乱发脾气而自责？

你是否常常为紧张的人际关系而苦恼？

你是否常常因工作做得一团糟而惶惶不安？

你是否和伴侣经常意见不合而频发感情危机？

你是否觉得自己诚心待人却总被认为心怀不轨？

.....你是否常常被这些烦恼搅得吃不好饭、睡不好觉？

其实，这些问题大多数都源于我们对自身缺乏正确的认识。

正是因为对我们自己缺乏足够的认识，才会经常陷于不顺和不幸的漩涡中。

当然，我们都渴望认识自己，渴望了解真正的自己，希望能够把自身的优点和其他优良的个人特性发挥出来，对自己的缺陷和不足加以改正。

随着社会的发展，心理学应运而生，心理测试就成了我们认识自己的一种有效途径。

心理测试是心理学的具体应用，对人们的生活与工作影响较大。

在国外，用心理测试来指导自我行为已经十分流行，而我国现在则处于刚刚起步阶段。

心理专家一致指出，用科学的方法进行自我心理测试，可以让人们更清楚地认识自我，帮助人们排除各种心理障碍，快速走向成功。

心理测试在各行各业都有着非常广泛的应用。

例如，一些用人单位在招聘新员工时，会对其进行一系列的心理测试，以便筛选更符合自己需求的人才；某些医生在对病人进行治疗时，会辅以一些心理疗法，以更好地掌握病人的病情，帮助病人更快康复；在调解婚姻问题中，心理测验也起到了积极的作用，它可以更好地深入了解夫妻间的心理问题所在，帮助解决夫妻之间的矛盾.....当前，社会上也相应出现了很多心理咨询机构，它们涵盖了婚姻、职业、教育、医疗等咨询范围。

## <<受益一生的心理测试>>

### 内容概要

人生最大的敌人就是我们自己。

不了解他人没关系，可怕的是不了解自己。

正是因为对自己缺乏足够的认识，我们才会经常陷于不顺和不幸的漩涡中。

怎样了解自己呢？

通过进行自我心理测试无疑是一种最简捷明了的方法。

本书汇集了当今流行的心理测试题，广泛包括自我认知、性格、气质、能力、潜能、压力、情绪、健康、人际、职场、恋爱、婚姻、家庭、教育等方面的内容，从而让读者更加清楚地了解自己，更好地管理自己，拥有美好的未来。

本书适合所有想了解自己的读者阅读。

## &lt;&lt;受益一生的心理测试&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 自我认知测试——认识自己才能走向成功 测测你的心理适应能力 测测你的情商高低 测测你的专长所在 测测你日常办事是否高效 测测你是否有浪费的恶习 测测你的胆量如何 测测你的自我形象 测测你的心理年龄到底有多大 第二章 性格测试——性格决定命运 测测你是否乐观 测测你的性格属于哪种类型 测测你的性格基因与生命路线 测测你的为人处世类型 从对节假日的态度判断你的性格 从口味看个性 从笑声看个性 从进食方式看个性 从音乐看个性 测测你是内向性格还是外向性格 从家中排行看你的性格 你是一个好强而固执的人吗 通过生活细节, 测测你的真性情 你是一个说话口无遮拦的人吗 测测你是否具有a型行为特征 测测你的自主性 测测你性格的负面因素 根据自己的性格选择职业 第三章 气质测试——你的魅力指数有多高 测测你的个性成熟度 测测你的气质类型 测测你是否拥有优雅的气质 测测你的羞怯心理 你是一个急性子的吗 测测你的修养高低 测测你的魅力指数 第四章 能力测试——你的能力全面吗 测测你的创新能力 测测你的倾听能力 测测你的换位思考能力 测测你处理麻烦事的能力 测测你的沟通能力 测测你的观察力 测测你的应变能力 测测你的非常规思维能力 测测你的语言能力 测测你是否好学 第五章 压力测试——了解你的抗压能力 测测你的压力到底有多大 测测你承受压力的能力 测测你的压力属于哪种类型 测测你的活力因子 测测你正在承受的压力 在压力面前, 你最需要什么 第六章 情绪测试——你是情绪的奴隶吗 测测你的自我克制能力 测测你是否非常敏感 测测你是否患有恐惧症 测测你的情绪紧张度 测测你是否心烦意乱 测测造成你自卑的原因 第七章 健康测试——失去健康, 就会失去一切 测测你是否患有慢性疲劳症 测测你是否养成了健康的生活方式 测测你将来的身体是否健康 测测你的寿命长短 第八章 人际交往测试——人脉就是财脉 测测你人际关系的总体状况 测测你给他人留下的第一印象 测测身边的人对你如何 测测他人眼中的你 测测你为人处世的能力 测测你是否孤独 测测你是否健谈 第九章 职场测试——教你做一个职场达人 测测你的团队协作精神 测测你的管理情商 测测你的责任心 测测你的坚持精神 测测你的积极性 测测你是否适合开网店 测测你是否适合做保险代理人 测测你是否适合做产品销售代理 测测你是否适合做兼职会计 测测你是否适合做自由摄影师 测测你是否适合做专 第十章 恋爱测试——拥抱甜蜜的爱情 测测你的恋爱观 测测谁是你理想中的恋人 测测你的魅力在哪里 测测你对异性的吸引力 测测你求爱的时机是否成熟 测测他是不是你的真爱 测测你的嫉妒心是否太重 测测你未来的婚姻是否幸福 第十一章 家庭及子女教育测试——平衡工作与家庭的关系 测测你的教育方法是否正确 测测你是否在溺爱孩子 测测你是否了解自己的孩子 测测你是否拥有一个美满的家庭 测测你与子女间的关系是否融洽 测测你是不是一位合格的家长

## <<受益一生的心理测试>>

### 章节摘录

生活在快节奏的大都市里，很多人的神经总是绷得很紧，内心承受着巨大的压力。想知道你在工作、生活中承受着多大的压力吗？

请回答下面的问题。

在遇到不顺心的事情时，你会下意识地自言自语吗？

A.经常如此 B.偶尔这样 C.很少这样 A.压力指数：50%应该说。

你是一个比较理智且成熟的人。

虽然你很难容忍那些品行恶劣、很不讲理的同事，为此难免心情不好而影响工作，但是只要换个环境，比如去购物、效游，很快就能让自己的心情有所好转。

B.压力指数：70%你做事很保守，害怕得罪人，遇到不满的事情时，常常会默默容忍，内心郁闷却得不到发泄，心理压力越积越大，这将使你经常感到不顺心。

建议你多做运动，比如打球、爬山等，以有效地缓解自己的心理压力。

C.压力指数：85%以上你是一个比较敏感的人，过于在乎他人的看法，为此甚至强迫自己做一些不愿做的事以迎合对方，日积月累的巨大压力会使你不堪重负，极易患上抑郁症。

建议你去找心理医生做专业的调适与减压。

## <<受益一生的心理测试>>

### 编辑推荐

《受益一生的心理测试》：全方位的测试，多角度的审视，让你遇见未知的自己！

你了解自己的真实性格吗？

你能很好地管理自己的情绪吗？

你的身体像你想的一样健康吗？

你拥有让人赞叹的魅力吗？

你离成功还有多远？

你的情爱之路是否平坦？

你的人际交往能力如何？

你究竟是不是-位合格的家长？

心理专家一致认为，用科学的方法进行自我心理测试，可以让人们更清楚地认识自我，帮助人们排除各种心理障碍，快速踏上成功之路。

一起体验测试的乐趣吧！

这就是我们在生活中对心理学的探究与实践！

人生虽不完美，却是可以令人感到满意和快乐的！

了解自己，来一次自我深度意识的探索之旅！

揭开行为背后的秘密，知己又知彼！

<<受益一生的心理测试>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>