

<<心灵解码>>

图书基本信息

书名：<<心灵解码>>

13位ISBN编号：9787802284272

10位ISBN编号：7802284279

出版时间：2007-9

出版时间：新世界

作者：盛乐

页数：417

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>

## &lt;&lt;心灵解码&gt;&gt;

## 前言

法国大文豪雨果曾经说过：“世界上浩瀚的是海洋，比海洋浩瀚的是天空，比天空还要浩瀚的是人的心灵。

”人的心理是神秘莫测的，像宇宙一样旷远深邃，难以琢磨。

然而，正是这份神秘，让我们总有探知的欲望，总想通过这种探知来更深刻地认识自己、了解别人，以达到人生的更高境界。

亲爱的朋友，也许你曾经这样自问过：“我的性格是内向还是外向呢？”“我真正了解自己吗？”“我的IQ怎么样？”“我在别人的眼中是一个怎样的人？”“我处理人际关系的能力如何？”“现在的工作适合我吗？”“我的工作状态好不好？”“在老板的眼中我是不是一个优秀的员工呢？”“我会成功吗？”“我会发财吗？”“他(她)爱我吗？”“我们的婚姻幸福吗？”“我的心理健康吗？”……你是不是正在为上述种种的问题感到心力交瘁、无所适从呢？怎样才能真正破解自己和他人心灵深处的种种玄机，发掘那些深藏于人心的种种可能呢？本书以心理学的理论为基础，精心挑选了245套轻松有趣的心理测试题目，荟萃了性格、人格、学习、能力、思维、情绪、职业、社交、交友、智商、情商、心理、健康、财富、理财、恋爱、婚姻等17大部分的心理测试题目。

在大多数测试的开头，配以富有启示意义、引导意义的导读以及一些小故事、小寓言；每个测试的结尾除了配以必备的测试结论以外，大部分还有精当实用的心理分析。

这些分析都力求有的放矢、对症下药，以帮助得分不尽人意的读者解决实际问题。

本书内容全面、充实；语言诙谐、幽默；观点辩证、独到，从不同角度帮助你解读自己与他人的心灵密码。

让你在轻松测试的同时，一方面能加深对自己的心灵密码的了解，可以做到及时的自我调整，自我激励；另一方面，你会更加了解别人的心灵密码，能更容易地捕捉到别人的各种需求，从而使你的生活、工作、学习得心应手，在与人交往的时候左右逢源。

最终让你更懂人性、更易交友、更具魅力。

当然，心理测试只是作为认识自己、了解他人的一种方式。

所有的心理测试都是人设计的，这就决定了它会像人一样永远都不可能完美无缺。

如果你觉得测试的结果不准确，那也是很正常的。

如果说一个测试题目有效测试的比例是80%，那么，这就决定了100个人中肯定有20个人是测不准的。

所以，当结果不准确或者不尽人意的时候，你不妨一笑了之，不必耿耿于怀，只把它当成是游戏而已。

相信通过测试，你能破解自己以及他人的心灵密码，并做到自我激励，从而准确设计自己的人生轨迹。

真心希望本书能够带给每一位读者幸福快乐的人生！

## <<心灵解码>>

### 内容概要

本书以心理学的理论为基础，精心挑选了245套轻松有趣的心理测试题目，荟萃了性格、人格、学习、能力、思维、情绪、职业、社交、交友、智商、情商、心理、健康、财富、理财、恋爱、婚姻等17大部分的心理测试题目。

在大多数测试的开头，配以富有启示意义、引导意义的导读以及一些小故事、小寓言；每个测试的结尾除了配以必备的测试结论以外，大部分还有精当实用的心理分析。

这些分析都力求有的放矢、对症下药，以帮助得分不尽人意的读者解决实际问题。

## 书籍目录

卷首语第一辑 性格测试篇 第一节 著名性格心理测试题 菲尔测试 向性测试 场景测试 第二节 性格类型及性格特点 你的性格是内向还是外向? 你的性格能承受多大的压力? 你是个急性子吗? 你有哪些性格弱点? 你有哪些性格缺陷? 你性格中有冒险性和创造性吗? 一个小小的姿态可透视性格 第三节 从习惯看性格 从睡觉姿势看性格 从脱衣习惯看性格 从饮食习惯看性格 从进食方式看性格 从点菜方式看性格 从坐姿看性格(对女性) 从抽烟姿势看性格(对男性) 从打火机类型看男人性格 从对酒的种类偏好看性格 选择整容部位测试你的性格 看电视的时候你有什么样的习惯 第四节 性格与职业的关系 你的工作适合你吗? 你适宜选择哪种职业? 你的性格适合哪些工作范围内的职业 你的职业性格类型是否符合你的性格特点第二辑 人格测试篇 第一节 人格心理测试 你有责任感吗? 你有成就感吗? 你办事果断吗? 你有远大的抱负吗? 你的涵养足够好吗? 你具备什么样的品格? 你是一个心胸狭窄的人吗? 你对待别人足够有诚意吗? 第二节 人格障碍的心理测试 你有依赖型人格障碍吗? 你有偏执型人格障碍吗? 你有回避型人格障碍吗? 你有自恋型人格障碍吗? 你有分裂型人格障碍吗? 你有表演型人格障碍吗? 你有强迫型人格障碍吗? 你有攻击型人格障碍吗? 你有反社会型人格障碍吗? 第三节 能力测试篇 第一节 学习心理测试 测测你的学习动机 测测你的学习能力 测测你的学习价值 测测你的学习坚持性 测测你的学习计划性 你的学习方法正确吗? 你有学习技巧吗? 你总被考试困扰吗? 你有厌学情绪吗? 第二节 能力心理测试 你有创新能力吗? 你有领导能力吗? 你有自制能力吗? 你有观察能力吗? 你有演讲能力吗? 你有应付困境的能力吗? 你有情绪调控的能力吗? 你有应对挫折的能力吗? 你有自我防御的能力吗? 你有自我控制的能力吗? 你的意志力坚强吗? 你的记忆力如何? 你的处事能力如何? 你的沟通能力如何? 第四节 情绪测试篇 第一节 思维心理测试 你有创造性思维能力吗? 你的发散思维能力如何? 你的抽象思维能力如何? 你的逆向思维能力如何? 你的联想思维能力如何? 第二节 情绪心理测试 你有紧张情绪吗? 你有悲观情绪吗? 你有急躁情绪吗? 你有愤怒情绪吗? 你有敌对情绪吗? 你足够的乐观吗? 你是否容易冲动? 你是感情用事的入吗? 你是控制情绪的高手吗? 你缓解情绪的能力如何? 你情绪不安时的肢体语言是什么? 第五辑 职业测试篇 第一节 职业与职场心理测试 你是工作狂吗? 你是哪种上班族? 你的工作压力大吗? 你适合做哪项工作? 你的职业态度及格吗? 你对目前的工作满意吗? 你是老板眼中诚实的员工吗? 你能否成为一个卓越的管理人才? 你能在事业上有突飞猛进的发展吗? 第二节 职业素质与能力心理测试 你具备创业者的素质吗? 你现在该跳槽了吗? 你能抓住升迁的机会吗? 你有多大的发展潜能? 你是否掌握了成功的秘诀? 阻挠你成功的矛盾心态是什么? 团队中你有领导能力吗? 开办自己的公司时机成熟了吗? 第六辑 社交测试篇 第一节 人际关系心理测试 你的人缘到底如何? 你的交际弱点在哪里? 与人交往时你是哪类人? 你是一个受欢迎的人吗? 你给别人怎样的第一印象? 你是否会让别人产生敌对情绪? 与人交往时你会说话吗? 用手机测试你的人际关系 第二节 社交能力心理测试 人际交往能力自测 人际应对能力自测 你有社交恐惧症吗? 你会建立“人情账户”吗? 你能看出对方是什么人吗? 你具备圆熟的交往技巧吗? 你能不能在E时代沟通自如? 你能和身边的人处理好关系吗? 你具有较强的组织和协调能力吗? 你对别人是否有影响力? 你具有察言观色的本领吗? 第三节 交友心理测试 找出与你最契合的朋友 你怎样对待两面三刀的人? 你能与朋友们相处得很融洽吗? 你会背叛朋友吗? 咖啡厅折射出你的交友观 他是你的患难之交吗? 第七辑 情商测试篇 第一节 智商测验 智商测验 推理测验 判断力测验 分析能力测验 反应能力测试 想像能力测试 数字敏感程度测试 逻辑推理能力测试 脑筋急转弯测智商 你有足够大胆出位的创意吗? 第二节 情商测验 你愉快吗? 你的情商如何? 你具备幽默感吗? 你心境灰暗吗? 你是否轻松兴奋? 你的工作情商如何? 第八辑 心理·健康测试篇 第一节 心理健康测试 你有自卑心理吗? 你有虚荣心理吗? 你有嫉妒心理吗? 你有空虚心理吗? 你有吝啬心理吗? 你有自私心理吗? 你有浮躁心理吗? 你有逃避心理吗? 你有自负心理吗? 你有挫折心理吗? 你有猜疑心理吗? 你有病态怀旧心理吗? 你有完美主义心理吗? 你现在的心理是否健康? 你有过于敏感的心理吗? 心理年龄自测 心理成熟度自测 第二节 心理疾病测试 你有神经衰弱的倾向吗? 你有焦虑症倾向吗? 你有忧郁症倾向吗? 你有恐怖症倾向吗? 你有强迫症倾向吗? 你有孤独症倾向吗? 你有疑病症倾向吗? 你有癔病症倾向吗? 你有心理障碍倾向吗? 心理压力自测 第三节 儿童心理健康测试 你的孩子心理是否健康? 你的孩子有多动症吗? 你的孩子有孤独

## &lt;&lt;心灵解码&gt;&gt;

症吗? 第四节 青少年心理健康测试 青少年心理健康测试 青少年挫折心理测试 青少年逆反心理测试 青少年自杀心理倾向测试 第五节 中老年心理健康测试 中年心理健康测试 E时代的早衰综合症测试 慢性疲劳综合症的测试 中年“灰色”心理综合症测试 更年期综合症测试 老年心理健康测试 第六节 身体健康测验 身体素质测试 人体常识测试 人体寿命测试 自我保健测试 睡眠质量测试 卫生知识测试 营养知识测试 饮食健康测试 亚健康测试 第九辑 财富·理财测试篇 第一节 赚钱能力测试 你具备赚钱能力吗? 你有什么样的金钱观念? 你为什么会上会缺钱? 你来年的财运如何? 你能不能靠新创意发财? 你能把握住发财的机会吗? 你能实现你的发财梦吗? 你的赚钱欲望有多高? 几年之后你是穷人还是富人? 你还需要为“钱”途做些什么? 第二节 理财能力测试 个人信用测试表 个人财政测试 理财水平测试 你会花钱吗? 你是怎么付账的? 从扔东西看你的理财指数 第十辑 爱情·婚姻测试篇 第一节 缘分的天空 你们天生一对吗? 你有什么样的恋爱观? 谁会令你一见钟情? 你会不会旧情难忘? 睡姿测试你的异性缘 你们的爱情能天长地久吗? 你对对方的包容心有多大? 你失恋的可能性大吗? 在爱情世界里你是自私的吗? 在你的潜意识里是如何看待爱情的? 第二节 女性的爱情测试 女性魅力指数自测 面对情敌你会怎样?(男人篇) 面对情敌你会怎样?(女人篇) 你为什么交不到男朋友? 想知道他的花心程度吗? 想知道他对你的兴趣有多大吗? 哪种男人最适合你? 你对什么样的男性最有吸引力? 他值得你托付一生吗? 第三节 男性的爱情测试 男性魅力指数自测 你有令女性讨厌的举止吗? 你喜欢什么样的女人? 你为什么交不到女朋友? 她会和你长相厮守吗? 第四节 婚姻美满度测试 夫妻心理测试 你有一个温馨的家庭吗? 你对目前的婚姻生活满意吗? 你离合格家庭主妇的距离有多远? 你能在幸福的婚姻中安度晚年吗? 你们的婚姻会被第三者侵袭吗? 你是合格的丈夫吗? 你是合格的妻子吗? 你有婚外恋的倾向吗?

## &lt;&lt;心灵解码&gt;&gt;

## 章节摘录

从睡觉姿势看性格日本的心理学专家研究指出,从一个人熟睡时的姿势可以看出其性格的倾向性。对照下面列出的几种睡觉姿势,你属于哪一种呢?根据你的选择就可反应出你的部分性格特征。

1. 侧卧睡觉的人。
2. 像猫一般缩成一团睡觉的人。
3. 抱紧枕头侧睡的人。
4. 仰卧的人。
5. 如鸵鸟一般趴着睡觉的人。
6. 睡着后常踢被子的人。

选择分析1. 喜欢侧卧睡觉的人思想敏捷,圆滑,办事负责踏实,诚实可靠。

在工作与娱乐场所中,非常受人爱戴。

惟胆量小,欠缺耐心。

2. 像猫一般缩成一团睡觉的人,一般来说性格比较优柔寡断,遇事犹豫不决,对现实不满,对未来也无规划。

唯一的乐事就是躲在被窝里胡思乱想。

3. 由于此种睡姿看起来睡相甜蜜,正可说明这种人喜欢人家赞美与疼爱他。

办事积极热心,不怕困难,是个坦白直率又有刚强毅力的人。

4. 此种人性格怯懦,感情极易冲动,喜欢追求不易实现的理想。

5. 这种姿势意味着隔绝了这个世界,没有奋斗的意志,因此形成自甘堕落、自私自利的个性。

6. 这种人善于交际,爱好自由,不喜欢受到任何束缚,但也因此而缺乏自制力。

心灵贴士ABC通过这个小测试你也许会发现,原来自己或者别人还有这样的性格特征。

对于好的性格,我们可以继续发扬光大,而对于那些不利于我们身心健康的性格特征,可以通过日后的努力,一点一点地改变和完善它。

希望大家通过这个小测试能够察觉出自己性格中的不足和缺陷,从而让自己的性格日趋完善,做一个健康快乐的人。

从脱衣习惯看性格美国佛罗里达州一位心理学博士指出,一个人“脱衣”的方式,可以显露出他们的性格。

他指出好几种“脱衣习惯”,来解释各种不同的性格。

这套理论十分适用于自我性格的解析。

请回答:你是以下哪种人?1. 脱衣速度快,有如狂风卷落叶的人。

2. 常常慢条斯理,而且煞有介事的人。

3. 一进门或寝室,便迫不及待地鞋子踢掉的人。

4. 脱衣服时整齐而有条理,并把衣服摺好或挂起的人。

5. 衣服脱去后,散放在屋子每一个角落,从不收拾的人。

6. 女士们在卸妆时,经常先把配戴的饰物除下,然后再“宽衣解带”的人。

7. 脱衣的方式并无一定的“模式”或程序,次次都不同的人。

选择分析1. 你性格开朗、外向而且很友善。

2. 你充满自信,而且对自己目前所过的生活感到十分满足。

3. 你是个完美主义者,对任何事情都非常认真,绝不苟且。

4. 你多半是善解人意的人,容易接受别人的意见。

5. 你是自信心和主观欲望都非常强的人,且富于理智及聪颖过人,是所谓的知识分子典型。

6. 你多半性格纯良温厚,思想深刻,同时敏感而又罗曼蒂克。

7. 你一定是个性独特且风趣的人。

心灵贴士ABC做完这个测试你觉得准确吗?如果觉得你的性格不是那么完美也不要闷闷不乐,因为这个世界上没有十全十美的人,只要意识到自己什么地方做的不好,积极地改善就可以了。

这样我们做测试的目的也就达到了。

## &lt;&lt;心灵解码&gt;&gt;

从饮食习惯看性格食物划分性格法是最近由美国的一位医学博士提出的一种比较新的性格分类法。

我们中国有一句俗语叫“物以类聚，人以群分”，而最近流行的格言是“人以食分”。

它的意思是从营养学上来讲的，即吃什么东西，有什么样的功效。

比如说，天天吃豆腐的人和天天吃肉的人身体素质肯定不一样。

(一)水果与性格测验在中国哲学里，阴阳的概念总是比喻男性和女性。

水果通常被认为是阴性的类别，与女性的一些天性有关。

我们知道在西方神话世界里，水果是一种阴性象征物。

它象征着女性的性欲和生殖力。

在西方宗教的创世说里，树上的苹果正是智慧之果，夏娃受到了诱惑，吃了它，于是人类世界也就开始了。

人们偏爱特定类型的水果将揭示其不同性格特征。

1. 你最喜欢下面哪组，水果还是蔬菜？A香蕉、葡萄 B西红柿、茄子 2. 以下水果食品中，你最喜欢哪一种？(每一对中选一个) A苹果沙拉还是新鲜苹果 B菠萝块还是菠萝冻 3. 请选择你喜欢的食物：(可以多选) A香蕉 B蜂蜜 C坚果 D烤鱼 4. 下面每组食物中都有两种水果，你更喜欢哪个？A柠檬还是橙子 B葡萄柚还是红橘

选择分析 1. 对于第一个问题，如果你选择了第一组——水果，那么就表明你是一个有意志力，有雄心，富于进取和具有独立个性的人，是天生的领导者；如果你选择的是第二组——蔬菜，那么你是一个很注重内在的人，你对别人很敏感，在做决定时不会冲动行事。

2. 对于第二个问题，如果你选的是每组中的第一个，那么你可能是随和的、被动的、和气的一类人，总是试图平静地通过交流解决问题。

但如果你的选择是第二个，那么你可能是一个主动的获取者，不懂得退让，努力工作且不择手段。

如果你的选择既有第一个又有第二个，那么说明水果测验对你的性格分类效果不明显。

此特别说明也适用于第四个问题。

3. 对于第三个问题，如果你选择的多于三种或者三种，那么恭喜你，你是个天生的乐天派。

你天性乐观，善于结交朋友。

但是如果其中有三项或是更多你都不喜欢的话，那么你一定是个悲观主义者，你办事通常很谨慎，对周围的人也心存戒备。

4. 对于第四个问题，如果你选择的是每组中的第一个，那么你可能是一个保守、安静、深思熟虑和不易冲动的人，也就是说你是个内向的人；但如果相反，你选择的是第二个答案，那么你是个外向的人，你性格活泼，好社交，对任何东西都有着浓厚的兴趣，同时你会成为不错的推销员和政治家。

## <<心灵解码>>

### 编辑推荐

藏在心灵深处的另一个你是什么样子呢？

你一定想知道吧？

《心灵解码:心理学趣味测试与自我调节大全》通过引人入胜和饶有趣味的心理测试，为你解答日常生活中经常遇到和感到疑惑的问题，帮助你发现一些平时你不知道或从没想到过的东西。

全书内容全面、充实；语言诙谐、幽默；观点辩证、独到，从不同角度帮助你解读自己与他人的心灵密码。

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>