

<<了解自己>>

图书基本信息

书名：<<了解自己>>

13位ISBN编号：9787508238517

10位ISBN编号：7508238516

出版时间：2008-2

出版时间：金盾

作者：尹何

页数：282

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>

## <<了解自己>>

### 内容概要

本书荟萃了涉及人的品质性格、心理情感、知识能力、事业发展、婚姻家庭、身心健康、人际关系等方面的自我测试题及解析。

读者通过这些测试，可以对自己有更深入、更细致的了解，从而有意识地进行自我调节，扬长避短，这更有利于实现人生的理想和目标。

## &lt;&lt;了解自己&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 综合测试 一、测测你的性格是外向还是内向 二、通过习惯判断个性 三、通过服饰判断个性 四、通过业余时间的安排判断个性 五、测测你的气质类型 六、测测你的思维和行为风格 七、测测你的性格类型 八、测测你的人格是否成熟 九、测测你情商(EQ)的高低 十、测测你的敏感程度 十一、测测你的羞怯程度 十二、测测你的稳健程度 十三、测测你产生自卑感的原因 十四、测测你有哪些缺点 十五、测测你对新事物的态度 十六、测测你的教养水准 十七、测测你是否诚实 十八、测测你对别人的信任度 十九、测测你的思想境界 二十、测测你的时间管理水平 二十一、测测你的个人经济状况

第二章 情感测试 一、测测你的恋爱观 二、测测你是不是好恋人 三、测测你和恋人能否渡过感情危机 四、测测你的婚姻是否美满 五、测测你的家庭和谐程度 六、测测向她求爱时机是否成熟 七、测测你属于哪种类型的丈夫 八、测测你是不是好男人 九、测测你属于哪种类型的女人 十、测测你是不是感情丰富的女人 十一、测测你是否真的爱上他 十二、测测你和他的爱情是否理智 十三、测测你的嫉妒心理 十四、测测你的吸引力 十五、测测你“征服”男人的方式 十六、测测你和男友是否般配 十七、测测你是否是贤妻良母

第三章 身心健康测试 一、测测你的生物节奏类型 二、测测你的心理年龄 三、测测你的寿命 四、测测你的心境 五、测测你的情绪稳定度 六、测测你的心理应变能力 七、测测你是否有心身症 八、测测你是否需要心理治疗 九、测测你的生活方式是否健康 十、测测你对人体常识的了解程度 十一、测测你的睡眠知识 十二、测测你的睡眠质量 十三、测测你的营养学知识水平 十四、测测你的饮食安排是否科学 十五、测测你的卫生知识水平 十六、测测你是否患有神经衰弱症 十七、测测你是否患有强迫症 十八、测测你是否患有抑郁症 十九、测测你是否患有孤独倾向 二十、测测你的生活压力 二十一、测测你的工作压力 二十二、测测你是否患有计算机综合征 二十三、测测你是否患有空调综合征 二十四、测测你是否患有大楼综合征

第四章 能力测试 一、测测你的恒心与毅力 二、测测你的独立性 三、测测你的逆境承受能力 四、测测你的自信心 五、测测你的克制力 六、测测你应付突发事件的能力 七、测测你面对失败的态度 八、测测你的心理社会适应能力 九、测测你的意志力 十、测测你的大脑工作能力 十一、测测你的注意力 十二、测测你的创造能力 十三、测测你的逆向思维能力 十四、测测你的创新想象能力 十五、测测你的理财水平 十六、能力评估综合测试

第五章 职业测试 一、测测你的职场EQ 二、测测你的事业心 三、测测你适合做哪一类工作 四、测测你的职业兴趣(一) 五、测测你的职业兴趣(二) 六、测测你的自制力 七、测测你的创业能力指数 八、测测你是否适合做领导者 九、测测你对企业的领导方式 十、测测你是实干家还是梦想家 十一、测测你的未来工作生涯 十二、测测你是否具有公关才能

第六章 人际关系测试 一、测测你是否善于交际 二、测测你是否受欢迎 三、测测你留给别人的第一印象 四、测测你是否善于与人交谈 五、测测你的处世能力 六、测测你的交友能力(一) 七、测测你的交友能力(二) 八、测测你与朋友相处是否融洽、愉快 九、测测你的嫉妒心 十、测测你是否令人讨厌 十一、测测你是否谄达人情世故 十二、测测你与邻里的关系

## <<了解自己>>

### 编辑推荐

《了解自己:自我测试手册》由金盾出版社出版。

<<了解自己>>

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>