

《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

出版社：金盾

作者：尹何

页数：382

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu111.com

《了解自己》

内容概要

《了解自己:自我测试手册》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。

《了解自己》

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、测测你是否谪达人情世故十二、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》

精彩短评

- 1、无聊的时候能测一下，
- 2、有的准，有的测试有待考量。
- 3、书还好，纸张一般般。
- 4、效果因人而异
- 5、内容全面，但感觉还是比较一般。。。
- 6、通过小测试，你会发现许多平时自己不关注的特点。

《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:www.tushu111.com