

【情商测试】

- 1.当你与自己的恋人或爱人争吵后，你能在他人面前掩饰住自己的沮丧
A.是 B.否
- 2.当工作进展不顺利时，你认为这预示着结局可能不妙
A.否 B.是
- 3.在最好的朋友和你说话前，你就能看出他（她）的情绪状况
A.是 B.否
- 4.你常常为一些忧心事不能入眠
A.否 B.是
- 5.你常会受浪漫爱情片或伤感片感染
A.否 B.是
- 6.如果人际关系不妙，你觉得首先应当检讨并改变自己的看法或做法
A.否 B.是
- 7.如果你忘了恋人或爱人的生日，更可能是因为自己太忙，而不是不善于记别人的生日
A.是 B.否
- 8.你经常想知道别人是怎样看待或评价自己的
A.否 B.是
- 9.你对自己几乎能使每个与自己打交道的人高兴而自豪
A.是 B.否
- 10.你讨厌讨价还价，尽管讨价还价能使你少花一百多元钱
A.否 B.是
- 11.你十分相信直率说话能使一切事情变得容易解决
A.否 B.是
- 12.在讨论中，尽管知道自己是正确的，但你也会转换，不愿与对方争论
A.是 B.否
- 13.在工作中作出一个决策，你会不时反省一下，看看它是否正确
A.否 B.是
- 14.你不会担心环境的改变，因为你对自己的适应能力有信心
A.是 B.否
- 15.如果有群体性的休闲娱乐活动，你往往能提出有趣的建议
A.是 B.否
- 16.若你有一根魔棒，你将用它改变自己的外貌和个性
A.否 B.是
- 17.不管你工作多努力，你的上司似乎总在催促着你
A.否 B.是
- 18.你觉得恋人或爱人的厚望会对你构成不小的压力
A.否 B.是
- 19.你认为小小一点压力是会伤害任何人的
A.否 B.是
- 20.你会把个人隐私告诉你最好的朋友
A.是 B.否
- 21.你会对你的合作者发火，如果他（她）总是唠唠叨叨对你不放心
A.否 B.是

22.你的锻炼没有收效，是因为方法不对，而不是锻炼本身无益

A.是

B.否

23.你打牌输了，是因为牌不好，而不是打牌太难

A.是

B.否

24.如果你的朋友说了伤你感情的话，你会认为他是个以自己为中心、言行不考虑别人的人

A.否

B.是

25.如果失败，往往是因为你本不想做，而不是你无能

A.是

B.否

评分方法：选 A 得 1 分，B 得 0 分，计算积累总分

结果分析：

20—25 分：你对自己的才能极有信心，你不会轻易被情绪击倒，而且十分善于控制自己的情感。一般情况下，你能与他人融洽相处，并显得出类拔萃。但如果过于自信，因感觉过好令人生厌，或者忽视艰苦努力，则仍可能会成为一个失败者。

9-19 分：你能意识到自己与他人的情感，但有时仍显得不够关注。你对自己不断提出要求和目标，如果你能更好地分析与理解自己与别人的情感和需求，并能不怕挫折、吸取教训、扬长避短，你会显现出自己的优势的。

0-8 分，你太注重自己而漠视他人了粗鲁的行为方式也许能帮你一时，但很快你就会发现这样会失大于得的。你要学会尊重别人的意见和算水，学会在不携喜别人利益的同时得到自己想要的东西。如果得了低分，你不要大沮丧。关注一下自己的情商，亡羊补牢，为时未晚。