
目 录

第1章 领导者个人魅力测验

第1节 领导者的形象魅力测验	(2)
领导者首次效应	(3)
仪态端庄大方度测试	(7)
领导者影响力测试	(9)
第2节 领导者自我形象测试	(14)
领导者自我形象测试	(15)
自我形象知觉测试	(21)
领导者稳重度测试	(25)

第2章 领导者沟通艺术测验

第1节 领导者人际交往能力测试 ...	(30)
领导者人际交往能力测试	(30)
人际交往类型测试	(34)

第 2 节	领导者沟通潜能测试	(37)
	沟通中的移情能力测试	(38)
	交谈能力测试.....	(45)
第 3 节	沟通困难解决能力测试	(47)
	平息人际冲突的能力自测	(48)
	与人相处的困挠自测	(52)
第 4 节	领导者人事管理能力测试	(56)
	领导者说服力测试	(57)
	领导者识人能力测试	(61)

第 章

领导者个人魅力测验

↑ 人魅力对领导者的人际交往、影响和改变他人的心理与行为都起到很重要的作用。任何领导活动都是在领导者与被领导者的相互作用中进行的。而领导者的个人魅力对下属具有榜样、慑服等影响。个人魅力包括道德品质、人格、言语举止等方面。

第1节 领导者的形象魅力测验

成 功的领导都有一个极明显的共同点 ,那就是良好的形象。树立良好的形象不易 ,但要维护良好的形象则更难。因形象被破坏而导致事业失败的领导在历史上不胜枚举。树立好形象及维护良好形象是领导者的两项基本功。

领导者首次效应

测试目标

领导者首次效应

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

从心理学角度来看,由于第一次印象是在对其人一无所知的情况下获得的,故嵌入大脑的程度较深,并且它对今后输入的关于此人的信息产生重要的作用。如果你想了解自己与人初次见面后给人的印象,请逐题作出最适合你的选择。在你选择的答案序号上打“√”。

测试题

1. 与人初次会面,经过一番交谈,你能对他(她)的举止谈吐、知识能力等方面作出积极、准确的评价吗?
 - A. 不
 - B. 很难说
 - C. 我想可以
2. 你和别人告别时,下次相会的时间地点是:
 - A. 对方提出的
 - B. 谁也没提这事

-
- C. 我提议的
3. 当你第一次见到某个人 ,你的表情是 :
- A. 热情诚恳 ,自然大方
 - B. 大大咧咧 ,漫不经心
 - C. 紧张局促 ,羞怯不安
4. 你与对方寒暄之后 ,是否很快就找到共同感兴趣的话题 ?
- A. 是的 ,对此我很敏锐
 - B. 我觉得这很难
 - C. 必须经过较长的一段时间才能找到
5. 你与人谈话时的坐姿通常是 :
- A. 两膝靠拢
 - B. 两腿叉开
 - C. 跷起“二郎腿”
6. 你同他(她)谈话时 ,眼睛望着何处 ?
- A. 直视对方眼睛
 - B. 看着其他的東西或人
 - C. 盯着自己的鈕扣 ,不停把玩
7. 与他人交谈时 ,你选择的交谈话題是 :
- A. 两人都喜欢的
 - B. 对方所感兴趣的
 - C. 自己所热衷的
8. 通常与他人第一次交谈 ,你们分别所占用的时间 :
- A. 差不多
 - B. 对方多我少
 - C. 我多于对方
9. 会面时你说话的音量总是 :
- A. 很低 ,以至于别人听得较困难
 - B. 柔和而低沉
 - C. 声音洪亮热情
-

10. 你说话时姿态是否丰富？
- A. 偶尔做些手势
 - B. 从不指手划脚
 - C. 我常用姿势补充言语表达
11. 你讲话的速度怎么样？
- A. 频率相当高
 - B. 十分缓慢
 - C. 节律适中
12. 假若别人谈到了你兴趣索然的话题,你将：
- A. 打断别人,另起话题
 - B. 显得沉默,忍耐
 - C. 仍然认真听,从中寻找乐趣

评分标准

根据下列表格,将各题得分相加,统计总分。

得 分 题号	答案			得 分 题号	答案		
	A	B	C		A	B	C
1	1	3	5	7	3	5	1
2	3	1	5	8	3	5	1
3	5	1	3	9	3	5	1
4	5	1	3	10	3	5	1
5	5	1	3	11	1	3	5
6	5	1	3	12	1	3	5

诊断结果

12—22分 :首次效应差。很可能你在与人交往时存在着一些不良习惯。你本身是很愿意给别人一个好印象的,可是由于你的不经心或言语无趣,无形中使别人作出关于你的错误勾勒。必须记住第一印象在交往中具有很大的影响力,一时的轻率可能要你付出数倍的努力去弥补。

23—46分 :首次效应一般。你的表现中存在着某些令人愉快的成分,但同时又有不够精彩之处,这使得别人不会留下恶劣的印象,却也不会产生很强的吸引力。如果你希望提高自己的魅力,必须在细节上加以改善,努力在“交锋”的第一回合显示出最佳形象。

47—60分 :首次效应好。你的适度、温和、合作给第一次见到你的人留下了深刻的印象。无论对方是你工作范围抑或私人生活的接触者,无疑他们都有与你进一步交往的愿望。

自我评价

.....

.....

.....

.....

.....

仪态端庄大方度测试

测试目标

仪态端庄大方度

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

请客观地用“是”或“否”来回答下列
15 个问题,你可以借此认识自己的仪态。

测试题

1. 一个人的仪态重要吗？
()
2. 参加社交活动时,你是否认为换一套适合的服装是应该的？
()
3. 人们是否称赞你的容貌？
()
4. 你是否相当注意衣着服饰？
()
5. 在化妆、修饰方面,是否不过于吝啬？
()
6. 在购买服装和饰品时,是否对流行式样先进行观摩研究一番？
()

-
7. 朋友们是否觉得你有和蔼的态度？ ()
8. 服装的颜色和饰物的搭配,是否适合自己？ ()
9. 是否很留意自己的发式和清洁？ ()
10. 是否注意个人卫生？ ()
11. 每天晚上是否把化妆品彻底清洗干净？ ()
12. 所穿服装是否适合自己的年龄？ ()
13. 是否注意手指甲的整齐清洁卫生？ ()
14. 对于携带面纸、小镜子等小事,是否不感觉烦恼？ ()
15. 是否注意自己的态度表现？ ()

评分标准

每题答“是”的给1分,答“否”的给0分。



诊断结果

13—15分:仪表很好;

10—12分:仪表优良、人们会对你有相当好的印象;

7—10分:你的仪表很一般;

0—7分:仪表容貌相当差,你应针对上述有关问题刻意改进。

领导者影响力测试

测试目标

领导者影响力

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

下列题目中，每题都有多个备选答案，根据你的实际情况，选择一个最适合你的答案。请在答案序号上打“✓”。

测试题

1. 你在某一运动、活动或知识领域中是否是一位专家？
 - A. 是
 - B. 否
2. 你是否觉得自己很有教养？
 - A. 是
 - B. 一般
 - C. 否
3. 假如你经营一家运动器材商店，一位顾客走进来，说要买一艘独木舟和一根棒球棍，你将先卖哪一样？
 - A. 先卖棒球棍，因为它便宜，如果你要别人买东西，最好把自己置身于购买者的行列中
 - B. 我先卖独木舟，因为它贵，生意做成了我的收入也大

-
4. 你是否觉得自己能应付许多场合？
- A. 是
 - B. 某些场合可以
 - C. 否
5. 你的身高？
- A. 1.70 米以下
 - B. 1.70—1.80 米
 - C. 1.80—1.90 米
 - D. 1.90 米以上
6. 你更乐于接受以下哪种陈述？
- A. 我对语法没有把握
 - B. 我的口才很好
7. 你要在生活中取得成功 ,并不需要别人喜欢你 ,而更重要的是他们敬畏你。
- A. 此话很对
 - B. 此话不对
8. 你如何评价自己的魅力 ?(客观地评价 ,不必太谦虚或太自负)
- A. 非常出众
 - B. 出众
 - C. 一般
 - D. 差
 - E. 很差
9. 你通常偏爱哪种款式的衣服？
- A. 奇装异服 ,使人看一眼不能忘
 - B. 时髦的 ,我不会领导新潮流 ,但也不是守旧的人
 - C. 传统服装
 - D. 欧洲款式
 - E. 非常随便 ,不喜欢穿套服
10. 你是否在意别人如何看待你？

-
- A. 是非常在意
 - B. 有一些
 - C. 有点儿
 - D. 很少
 - E. 一点也不
11. 你喜欢电视里的喜剧情节吗？
- A. 是
 - B. 有一些
 - C. 不喜欢
12. 有人说 ,只要目的正当 ,可以不择手段 ,你认为如何？
- A. 同意
 - B. 说不准
 - C. 不同意
13. 你更乐于接受以下哪种陈述？
- A. 生活中言行一致是很重要的
 - B. 言行一致被过分强调了
14. 你对以下陈述抱什么态度？如果你给别人一些东西 ,他们并不感谢你 ,他们只欣赏那些经过奋斗而得之不易的东西。
- A. 同意
 - B. 不同意
15. 你认为赞扬别人是件容易的事还是困难的事？
- A. 我很自然地称赞别人
 - B. 说实话 ,我很少这样做
16. 当要和别人讨价还价时 ,你更乐于使用以下哪种策略？
- A. 我将要求远远高于我所希望得到的
 - B. 我将要求高于我所希望的 ,如 15% 左右 ,这样买卖双方才有余地
 - C. 我不喜欢讨价还价 ,我更愿意立即告诉人们怎样才公平 ,省略协商过程
-

17. 下面几种说法你更倾向哪一种？

- A. 当权者不必多解释,只要说:去做这件事
- B. 当他要某人做某事时,常告诉这样做的理由

评分标准

请按下列表格,将各题得分相加,统计总分。

得 分 题号	答案				
	A	B	C	D	E
1	5	1			
2	5	3	1		
3	1	5			
4	5	3	1		
5	1	3	5	2	
6	1	5			
7	1	5			
8	3	5	3	2	1
9	1	4	5	3	3
10	1	2	3	4	5
11	1	2	5		
12	5	4	1		
13	1	5			
14	5	1			
15	5	1			
16	5	3	1		
17	1	5			

诊断结果

73—85分 :你确实是一位具备影响力的人。理所当然的权威人士。

59—72分 :你很具备权威人士的气质。你可能在专业方面有特殊的影响力 ,但到了另一个环境 ,不一定还有影响力。

40—58分 :有许多人被你的言行所影响 ,你被人尊敬 ,有一定的影响力。

31—39分 :你对你周围的人不具有很大的影响力。也许你想成为被影响的人。

17—30分 最终是个替罪羊。别人要你做什么你就做什么。

自我评价

.....

.....

.....

.....

.....

第2节 领导者自我形象测试

人的一生始终在寻找自我、实践自我、超越自我。而认识自我是完善自我的第一步。综观历史上所有成功的领导,都具有一个极其明显的共同点,那就是良好的形象。树立起良好形象及维护良好形象是哈佛经理的两项基本功。你想知道自己的形象如何?你对自己的认识与别人的看法有区别吗?请试着完成下列测试。

领导者自我形象测试

测试目标

领导者自我形象

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

对下列题目作出最适合你的选择。请
在你选择答案序号上打“√”。

测试题

1. 上次某个异性朋友说你长得很迷人，你当时的反应如何？
 - A. 不觉得意外，因为知道会有这么一天
 - B. 觉得快活，因为我也想到这点，只是不能完全肯定而已
 - C. 又惊又喜
2. 你是否直呼你父母的名字？
 - A. 是的，自从长大成人以来一贯如此
 - B. 是的，只因为父母提议要我那样做
 - C. 不知道什么缘故，我就不喜欢那样的叫法
3. 你即将担任一项重要的任务，一项你以前从未做过的事情。你有一位朋友不经心地说，但愿我有你那样的信心。你会：
 - A. 接受这句恭维话
 - B. 向他表明你并没有十足的把握，但你很乐观

-
- C. 心想 ,如果你知道我有多紧张就好了
4. 你已经拿定主意下午逃学 ,或者从家里溜出去玩。你觉得 :
- A. 好极了——我一定能玩得很痛快
 - B. 很好——只是有点罪恶感
 - C. 很有罪恶感 ,以致于玩兴消失了
5. 你是否觉得别人并不了解你的优点 ?
- A. 实在不觉得
 - B. 有时候觉得
 - C. 经常觉得
6. 当你生气的时候 ,你通常是 :
- A. 不表露出来
 - B. 直接表现出来
7. 假如第 6 题的答案是 A ,你是否觉得 ,当你心里非常生气时 ,别人看你却是镇静的 ?
- A. 很少觉得
 - B. 有时觉得
 - C. 经常觉得
8. 假如第 6 题的答案是 B ,你是否觉得 ,在你气得快崩溃时 ,别人看你还是坚强的 ?
- A. 很少觉得
 - B. 有时候觉得
 - C. 经常觉得
9. 下列情况 ,哪一种最适用于你 ?
- A. 我对自己的才干了如指掌 ,并正在善加利用
 - B. 有时候我觉得 ,自己在某些事情上还可以做得更好一些 ,不过一般而言 ,我对自己努力的成果通常都很满意
 - C. 假如我用心去做 ,几乎什么事情我都能做 ,不过我并未得到应有的机会
10. 当你告诉某个很了解你的人说 ,你在某个特殊的场合有某

-
- 种行为或感觉时,他是否说:“我没想到你会那样。”
- A. 从来没说过
 - B. 很少
 - C. 有时候如此
11. 如果有一件你想做的工作,但是没有规定你完成,这时你:
- A. 立刻着手进行
 - B. 有点分心的感觉,但很容易就进入工作状态
 - C. 觉得不愿意定下心来做,或者感到注意力分散得很厉害
12. 当某个人似乎并不喜欢你时,你会:
- A. 以旷达的胸襟接受下列事实:一个人无法讨好每个人
 - B. 想知道你是否做过什么事得罪他了
 - C. 认为他一定在妒嫉你
13. 你是否担心自己会让别人失望,辜负他们对你的期望?
- A. 很少
 - B. 有时候
 - C. 经常
14. 假如在通过海关时,你被阻挡下来彻底检查行李,而你并没带违禁品,你会:
- A. 因为被耽搁了,觉得有点懊恼
 - B. 心想,幸好我没带违禁品
 - C. 觉得紧张而有罪恶感,像自己做错了事一样
15. 你会做白日梦吗?
- A. 不常做
 - B. 偶尔做
 - C. 经常做
16. 假如 15 题的答案是 B 或 C,你的白日梦是:
- A. 和可能的情况十分接近
 - B. 幻想你大权在握,人人仰望你,你经常都能随心所欲
17. 在过去两年之中,是否有好几个人评论你的人格(不论是

-
- 恭维或批评),让你感到惊讶的?
- A. 实在没有过
 - B. 不是好几个,而是一二个
 - C. 是的,有好几个
18. 当你在单位里犯了错,或者在家里把晚餐弄糟了,这时你:
- A. 就耸耸肩,心想没有一个人是十全十美的
 - B. 需要自我安慰,说那不太要紧
 - C. 觉得很着急,并且很想替自己辩护
19. 如果有人得罪了你,你:
- A. 生气了一阵子,过后就忘了
 - B. 觉得难以抛开创痛和怨恨
 - C. 想报复,并喜欢想象用严厉的方式惩罚对方
20. 你必须去参加某次面试或某种考试。对于这些,你已经有了充分的准备,你会:
- A. 觉得有点紧张,但是仍愿意全力以赴
 - B. 有时觉得有把握,有时觉得紧张
 - C. 严重怀疑自己的能力
21. 假如你不喜欢你的单位或你的邻居,你会:
- A. 痛下决心换个地立,并且尽快去实现
 - B. 不知何去何从,犹豫不定,不过最后还是采取行动了
 - C. 觉得陷进去了,无法采取行动
22. 假如你把时间和金钱投进了某个冒险事业,结果一败涂地,你会:
- A. 检讨得失,吸取教训
 - B. 决定将来小心行事
 - C. 认为那只不过是运气坏一点罢了,下次事情必定进行顺利
23. 你觉得下列哪个形容词最适合你,请指出来。然后,找两个很了解你的人来。不要向他们透露你的答案,请他们个别告诉你,他们认为哪个最适用于你:
-

- A. 性子稳重或急性子
 B. 怕羞或外向
 C. 粗心或谨慎
24. 有位朋友和你争论,而你认为他的观点不合理。这时你:
 A. 就直截了当地跟他说你的观点
 B. 试着和他妥协
 C. 觉得既难过又生气,但是尽量避免对峙
25. 你是否觉得不论你做什么事,都会有人照顾你?
 A. 否——我必须依靠自己的努力
 B. 只是照顾到某个地步而已,不能过于强求他人
 C. 是的,通常都有
26. 你是否觉得,别人控制了你的生活,你对所做的事情,没有发言的权利?
 A. 并非如此
 B. 有时候这样认为
 C. 经常这样认为

评分标准

根据下列表格,将各题得分相加,统计总分。

题号	得答案分			题号	得答案分		
	A	B	C		A	B	C
1	0	1	2	11	0	1	2
2	0	1	2	12	0	1	2
3	0	1	2	13	0	1	2
4	0	1	2	14	0	1	2
5	0	1	2	15	0	1	2

6	0	0		16	1	2	
7	0	1	2	17	0	1	2
8	0	1	2	18	0	1	2
9	0	1	2	19	0	1	2
10	0	1	2	20	0	1	2
21	0	1	2	24	0	1	2
22	0	1	2	25	0	1	2
23	A、B 和 C,你和你的朋友相异一次加一分			26	0	1	2

☞ 诊断结果

0—10 分 :你对自己的看法和别人对你的看法很接近。

11—25 分 :你对自己的评价大部分合理而真实。

26—35 分 :你对自己的看法与别人对你的看法有很大差异。

36 分以上 :假如你没有算错分数 ,而且也诚实地做了这个测验 ,表明你对自己的看法与现实极不相符。

自我形象知觉测试

测试目标

自我形象知觉

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

本测验有 50 个形容词，请从头到尾读两次。第一次读时，如果碰到的形容词切合自己的个性或形象，就在“我正是”那栏的方格里画一个“×”；第二遍读时，碰到自己将来想具备的形象特质形容词，就在“我想要成为”那栏画一个“○”。所以，有些形容词在两栏中都会被画上記号，有些则一个记号也没有。不过千万记得，打“×”和打“○”要分开来做。

测试题

我正是

我想要成为

野心勃勃

好辩的

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	独断的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	吸引人的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	好战的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	粗鲁的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	谨慎的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	迷人的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	聪明的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	肯竞争的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	肯合作的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	有创造力的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	好奇的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	愤世嫉俗的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	大胆的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	果断的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	坚毅的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	迂回的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	小心的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	卖力的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	有效率的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	精力充沛的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	有趣的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	好嫉妒的

<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	宽大的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	受挫的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	慷慨的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	诚实的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	引人注目的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	冲动的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	独立的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	懒惰的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	乐观的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	能言善道的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	有耐性的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	实际的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	有原则的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	轻松的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	机智的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	自我中心的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	有自信的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	敏感的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	精明能干的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	顽固的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	猜忌的
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	胆小的

- | | | |
|--------------------------|--------------------------|-----|
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 强硬的 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 可信的 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 温和的 |
| <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | 顺从的 |

评分标准

在你的答案里,如果一个形容词只有一个记号(不论“○”或“×”),就可以得到1分;如果有两个记号(一个“○”和一个“×”),不计分;如果没有任何记号,也不计分。把各题得分相加就是总分。

诊断结果

5分以下:表明你有很强的正面的自我形象,对自己有很高的正面评价。你很自信,并对自己的能力感到满意,成功的机会和个人成就感很高,真正的自我和理想的自我很一致。

6—11分:表明你对自己感到比较满意,但真正的自我与理想的自我仍有一些矛盾,你可以朝自己希望的去做。但该得分已经表明是很健康的人格。

12—21分:你有一些看扁自己,成功的机会不很大。你需要增强信心,减少真正自我与理想自我的矛盾。

22—33分:你经常看轻自己,见人就摇头,对自己给人的形象不满意,对追求成功也没有信心。你必须投入时间和精力,致力于人格的发展。

34分以上:毫无疑问,你对自己感到失望,你常会有受挫和失败的情绪。最好找专家帮忙。

领导者稳重度测试

测试目标

领导者稳重度

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

请注意，下列每个问题之后各有三个字母代号。如果你对问题的回答是肯定的，请选择排在第一的字母；如果回答是否定的，选择最末的字母；如果介乎肯定、否定之间，选择中间的字母。在选好的答案上打“✓”。

测试题

1. 你听人讲话时专心吗？
M Z A
2. 你的日常行为举止是否非常通情达理？
M A O
3. 你是否常常发现别人的优点，称赞他人的长处？
A B Z
4. 你觉得自己是不是一个个性外露的人？
M B A

-
5. 你对外界的刺激敏感吗？
B C M
6. 你喜欢凭想象猜测、判断事情吗？
C B Z
7. 你向别人承认自己的错误时是出于真心的吗？
A M C
8. 你是否喜欢参加有一定风险的体育运动或考察活动？
C B A
9. 你在大庭广众下发表意见常常会感到难为情吗？
Z A C
10. 你敢于尝试一些你从未做过的事情吗？
B Z A
11. 你对麻烦又琐碎的事很有耐心吗？
M A C
12. 你是否有频繁的不寻常举动及表现？
B V A
13. 你是否觉得自己比所有其他人都优越，因此可以怠慢别人？
C B A
14. 你是否做任何事都三思而后行？
A A O
15. 你常为自己的成就、修养或才能自豪不已吗？
B V A
16. 你觉得自己是个理智的人吗？
M A O
17. 你做事情是否唐突冒失？
B C Z
18. 你是否会为了一件小事而冒火？
B V M
19. 你有一个不称职的父亲吗？

-
- C B A
20. 不论何事你总喜欢振振有词吗？
C B M
21. 你对待别人粗暴无礼吗？
C V M
22. 你是否总想成为权势显赫的豪门之嗣或装束华丽的绝代佳人？
C B O
23. 你的恋人或配偶与异性交往比较密切时，你心中会极为不满吗？
C B A
24. 你是否对很多事情都心存疑虑？
A V M
25. 你对自己从事的工作能轻松胜任吗？
M C V
26. 你有兴趣与人不停地探讨某一问题吗？
B C A
27. 你是个好斗的人吗？
B C A
28. 你是否使人感到易于接近？
M A B
29. 在关于天气、钱财、职业及人际关系这些问题上，你是否常有先见之明？
C M V
30. 你是否心情开朗，待人温和可亲？
M V C

评分标准

数一数你选择了几个 A、几个 M、几个 Z、几个 V、几个 C 和几个 B。

诊断结果

$A \geq 9$:十分稳重。你适应力很强,能够在不同环境下与各种人打交道,对各种形式的争论及冲突都感到厌烦,聪慧、有能力,但缺乏果断、勇气,善于为他人着想。你很难在创业者及领袖的行列中有一席之地,但在其他领域你是个很受欢迎的人物。

$M \geq 7$:比较稳重。你能很好地控制自己的感情,表面情感审慎而有度,富于同情心,待人平和温厚,因而朋友很多。你天生具有导师的素质。

$Z \geq 3$:还算稳重。你喜欢独立思考,喜欢观察,凡事总三思而后行,比较固守成规,喜欢向人解释。做一个检查员或监察官你会十分胜任。

$V \geq 4$:不够稳重。你看问题相当准,善于体察别人的困难、苦衷,心胸宽广,平易近人,但你的耐心不够,心中有躁动感。如果条件具备,你可以从政。

$C \geq 8$:不稳重。你盲目自大,待人无礼,有强烈的竞争意识,盼望出人头地。你的品质很难引起别人的好感,应当明白适度才是使一切事情顺利进行的重要环节。

$B \geq 8$:极不稳重。你交际能力较强,容易与人达成谅解,也敢于尝试,尽管成功率不高,易动感情,自我防卫意识强到几乎有些过敏;经常处于变动中。你性格中的不利因素较多,虽然不至于遭人讨厌,但生活不会很愉快。

领导者沟通艺术测验

社 会交际是现代人生活不可缺少的内容。伴随人类工作、生活、娱乐的日益社会化,传统、封闭的家庭和宗教纽带已被打破,人的一切活动都空前紧密地与人所所处的社会联系在一起。善交际者,事事顺,路路通;囿于保守者,步步难,处处困。因而,交际术已成为现代人最基本的生存术,是否具有良好高超的交际本领,成为衡量一个人社会能力强弱的重要标准。

作为企业领导者,交际术异常重要。与下层的沟通,信息的传达、下层的激励,团体的凝聚力都受到领导者交际方式、沟通方式的影响。既然如此,你的沟通能力如何?下面心理测验使你对自己有一定的了解!

第1节 领导者人际交往能力测试

领导者人际交往能力测试

测试目标

人际交际能力指数

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

这里有八个问题，每个问题均有三种可供选择的答案。请在与自己实际情况相符合的答案上打“√”。

测试题

1. 当一位朋友盛情邀请你参加他(或她)的生日庆祝会，可是任何一位来宾你都不认识。那么，你：
 - A. 非常乐意去认识他们
 - B. 愿意早去一会儿帮忙筹备生日庆祝会
 - C. 借故拒绝，告诉说：“碰巧那天已有别的朋友邀请我去玩了”
2. 在街上，一位陌生人向你询问到火车站的路，这是很难解释清楚的，况且，你还有急事。于是，你：

-
- A. 叫他去向远处的一位警察打听
 - B. 尽量简单地告诉他
 - C. 你把他引到火车站的方向
3. 你的好朋友到你家来串门,你已经有大约两个月没有看见他(或她)了。可是,这天晚上,电视里有一部非常精彩的电影。因而,你:
 - A. 关上电视机,让这位朋友看你假期中拍摄的照片
 - B. 说服这位朋友同你一道看电视
 - C. 让电视机开着,与朋友一起聊天
 4. 你的一个亲戚给你寄来了一笔钱。你从邮局取回来后:
 - A. 把钱搁在一边
 - B. 和你的朋友们小吃一顿
 - C. 买一些东西装饰一下你的卧室
 5. 你的邻居要看电影去,托你照看一下他们的孩子,孩子醒后哭了起来。你听到了,便:
 - A. 关上卧室的门,自顾自在外面忙着
 - B. 把孩子抱在怀里,哼着歌曲让孩子入睡
 - C. 看看孩子是否需要什么东西。如果孩子无故哭闹,你就不去管,相信他最后会停下来的
 6. 如果你有闲暇(例如节假日、调休),你喜欢干些什么呢?
 - A. 与朋友一起看电影,并与他们评头论足,议论一番
 - B. 到商店里买东西
 - C. 呆在卧室里听唱片
 7. 学术讨论会中间休息时,其他人都出去了,唯有你和一位德高望重的专家留在会议室。你很崇拜他,但他还不认识你。这时,你:
 - A. 大方地走过去,作一番自我介绍,与之攀谈
 - B. 感到空间的压迫,赶快离开会议室
 - C. 留在会议室里,与老专家点个头,仍做自己的事
 8. 在攀登一座风光秀丽的山峰的途中,由于人多路险,你和

一些不相识的人被阻在半山腰。前边传来话说 ,可能要停两个小时。你听后 :

- A. 坐在路边的石头上发愣或打起瞌睡来
- B. 与站在一块的人随便聊聊天 ,谈一些十分有趣的、双方都感兴趣的话题
- C. 不停地问别人的身份、家庭、来历等等

评分标准

得 分 题号	答案		
	A	B	C
1	2	3	1
2	1	2	3
3	3	2	1
4	1	3	2
5	1	3	2
6	3	2	1
7	3	1	2
8	1	3	2

诊断结果

得分在 15—24 分之间 ,说明你非常擅长交际术。你的伙伴们非常喜欢你 ,这是可以理解的。你总是面带笑容 ,乐于帮助别人 ,让朋友们分享你的快乐。朋友们为有象你这样的朋友而深感荣幸。

得分 9—14 分之间 ,说明你不喜独自一个人呆着 ,你需要有朋友围在身边。你非常爱帮忙 ,如果这不花费你太多精力的话。假如用“爱”来打比方 ,你更倾向寻找“被爱” ,但这显然又是不够的。

得分 8 分以下 ,说明你置身于众人之外 ,仅仅为自己而活着。你是一个利己的人。不要奇怪为什么你的朋友会这么少 ,自我中心使然。你真正希望改变你的生活吗 ? 从你的“小天地”中走出来吧 !

自我
评价

.....

.....

.....

.....

.....

人际交往类型测试

测试目标

人际交往类型

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

请在符合自己实际情况的“()”内填上“是”或“否”。

测试题

1. 我碰到熟人时会主动打招呼。 ()
2. 我常主动写信给友人表示思念。 ()
3. 我旅行时常与不相识的人闲谈。 ()
4. 有朋友来访我从内心里感到高兴。 ()
5. 没有人引见我很少主动与陌生人谈话。 ()
6. 我喜欢在群体中发表自己的见解。 ()
7. 我同情弱者。 ()

-
8. 我喜欢给别人出主意。 ()
9. 我做事总喜欢有人陪伴。 ()
10. 我很容易被朋友说服。 ()
11. 我总很注意自己的仪表。 ()
12. 约会迟到我会长时间感到不安。 ()
13. 我很少与异性交往。 ()
14. 我到朋友家作客从不感到不自在。 ()
15. 与朋友一起乘公共汽车我不在乎谁买票。 ()
16. 我给朋友写信时常诉说自己最近的烦恼。 ()
17. 我常能交上新的知心朋友。 ()
18. 我喜欢与有独到之处的人交往。 ()
19. 我觉得随便暴露自己的内心世界是很危险的事情。 ()
20. 我对发表意见很慎重。 ()

评分标准

1. 是 2. 是 3. 是 4. 是 5. 否
6. 是 7. 是 8. 是 9. 是 10. 是
11. 是 12. 是 13. 是 14. 否 15. 否
16. 是 17. 是 18. 是 19. 否 20. 否
各题答对记 1 分,答错不记分。

👉 诊断结果

将 1—5 题得分相加,其分数说明交往主动性水平。得分高说明交往偏于主动型,得分低则交往偏于被动型。

将 6—10 题得分相加,其分数说明交往支配性水平。得分高表明交往倾向于领袖型,得分低则偏于依从型。

将 11—15 题得分相加,其分数说明交往规范性程度。得分高意味着交往讲究严谨,得分低则交往较为随便。

将 16—20 题得分相加,其分数说明交往开放性程度。得分高表明交往偏于开放型,得分低则意味着交往倾向于闭锁型。

如果得分不是偏向最高分和最低分两个极端,而是处于中等水平,则表明交往倾向不明显,属于中间综合型的交往者。

自我评价

.....

.....

.....

.....

.....

第2节 领导者沟通潜能测试

良好的沟通能力有利于信息的及时传达和问题的解决。这样可以免除冲突的产生,有利于良好人际关系的形成。

沟通中的移情能力测试

测试目标

沟通中的移情能力

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

这个测验是由社会心理学家设计出的 18 种情境，请仔细研究这些情境，并挑选出你认为最正确的答案，在答案序号上打“✓”。

测试题

1. 被试者自愿参加由社会心理学家 S·斯查施特设计的实验。实验之前，使一组被试者认为实验是令人恐惧的而感到焦虑，另一组没有这种感觉。然后让他们等待 10 分钟再做实验，那些感到焦虑的被试者将如何行动？
 - A. 他们想单独在隔壁等候，直到实验开始
 - B. 他们想让另一些也感到焦虑的人陪同等候
 - C. 他们希望让没有焦虑的人陪同等候
 - D. 不知他们是喜欢单独等候还是要人陪同等候
2. 美国一个研究组调查了一些工人团体。这些团体的领导有的是集权型的，有的是民主型的。社会心理学家想知道：哪种类型的领导更排外。

-
- A. 集权型的领导
 - B. 民主型的领导
3. 美国社会学家在竞选期间调查了选民们的态度。他们希望知道 :选民对自己的党和对方的党 ,会采取什么样的不同行为。
- A. 对所有政党的宣传一视同仁
 - B. 批驳其他党派宣传
 - C. 更多地关注自己政党的宣传
4. 在同一个人的第一次接触中 ,对他的印象极坏 ,那么再次接触 :
- A. 会改善关系
 - B. 基本上不会改变关系
 - C. 会使关系更糟
5. 社会心理学家想知道 :最能影响人们态度的手段是什么 ?他们用两种方法来宣传快速阅读法的好处 :第 1 种方法是让被试先实际参加一堂“快速阅读法”的教学 ,然后再向他们宣传 ,第 2 种方法是组织被试讨论快速阅读法的好处。社会心理学家比较这两种方法的结果 ,认为 :
- A. 参加听课的被试更愿意接受快速阅读法 ,而采用讨论法的一组不太愿意接受
 - B. 采用讨论法的一组效果较佳 ,更愿意接受快速阅读法
 - C. 没有发现什么不同的结果
6. 美国一个研究组播放同样的世界新闻的录音。把演讲者分别介绍成是 :一位教授 ,一位普通人 ,一个违法少年。他们之中谁能影响听者的态度 ?
- A. 教授
 - B. 普通人
 - C. 违法少年
7. 一位美国社会科学家 ,对一组人做了观察。在玩保龄球

- 时,一个原来名次最低的成员取得了意想不到的成果,分数竟然超过许多高手。其他人对他的反应是:
- A. 对该成员给予鼓励赞扬,提高他在组内的地位
 - B. 对该成员讽刺、嘲笑,直到他的成绩降下来,恢复原来名次
8. 一位美国社会科学家希望了解:心境对乐观的影响有多大?实验时,要求被试描述一幅年轻人开垦沼泽地的图画。在催眠状态下,诱发两种不同心境:快乐和焦虑。
- 在这两种心境的影响下,被试是如何描述那幅图画的?
- A. 快乐心境:多么好的一幅图画啊!它使人想起夏天。在这儿生活多惬意啊!阳光灿烂,空气清新!他们在开垦一片处女地
焦虑心境:他们在伤害自己啊!年长的应该陪同他们,要不,会出事的!这儿的水多深啊
 - B. 心境对被试描述图画的方法并没有影响。无论被试处于哪种心境,都能把图画内容客观地描述出来
9. 有两位研究者想知道,人们对熟悉的东西更感兴趣,还是对陌生的东西更感兴趣。于是他们让刚买了汽车的新车主和几年前买了同样型号汽车的老车主都阅读杂志上的广告,问他们谁阅读该种汽车的广告多?
- A. 新车主阅读该种汽车的广告比其他汽车广告多 28%,老车主多 40%
 - B. 老车主阅读该种汽车广告比其他汽车广告多 28%,新车主少 4%
 - C. 新车主和老车主阅读该种汽车广告均比阅读其他汽车广告少 11%
10. 英国心理学家对青少年进行了这样一个实验:把被试分成两个小组去听演讲。在演讲前 10 分钟,第 1 小组得知演讲的内容是:为什么不允许青少年开汽车。第 2 小

- 组的人不知道演讲的内容。哪一组人受演讲的影响大？
- A. 事前知道演讲内容的小组受的影响大
 - B. 事前不知道演讲内容的小组受的影响大
 - C. 两组受的影响一样大
11. 英国一位社会心理学家,向一组被试出示画有人脸的图画。一些图画出示了 20 次,另一些只出示了 2 次。观看者更喜欢哪一种脸谱？
- A. 出示次数少的
 - B. 出示次数多的
 - C. 两者一样
12. 一位英国社会心理学家对儿童进行了这样一个实验:房间里放了一些非常有趣的玩具。一组儿童被允许立即进入房间去玩玩。另一组儿童让他们等了一段时间后再进房间玩玩,在等的时候,透过窗子能看到房间里的情况。哪一组孩子具有更强的破坏性？
- A. 两组没有区别
 - B. 立即进入房间的那一组
 - C. 等候一段时间的那一组
13. 美国心理学家弗施巴克给被试(一些带有怒气,另一些情绪稳定)放一场拳击比赛的电影和一场没有打斗场面的中性电影。看完电影后,哪组被试表现出较强的攻击性？
- A. 看了拳击赛电影的带有怒气的被试
 - B. 看了中性电影的带有怒气的被试
 - C. 看了拳击赛的情绪稳定的被试
 - D. 看了中性电影的情绪稳定的被试
14. 要求被试说出一种液体是否有苦味。事先把一种苦味素化在水里,有 70% 的人能尝出这种苦味,而 30% 的人却尝不出这种苦味。一组被试有 10 人,其中有 9 人尝不出苦味,而其中 1 人却感觉到强烈的苦味。当这 1 个

-
- 人说出苦味感受时,那另外 9 个人将作如何反应呢?
- A. 因为那一个人坚持说有苦味,这 9 个人又呷了一口,立即也觉得有点苦
 - B. 9 个人不受那 1 个人的影响
 - C. 那 1 个人受那 9 个人的影响,又呷了一口,也觉得没有苦味
15. 一组成员处于焦虑状态,另一组正常。请两组来评价几个陌生人的恐惧程度。哪一组人认为陌生人的恐惧程度大些?
- A. 两组没有区别
 - B. 焦虑成员组认为陌生人的恐惧程度大些
 - C. 情绪正常组认为陌生人的恐惧程度大些
16. 一位英国社会心理学家做过这样一个实验:在武打电影和音乐电影放映前后,分别对观众进行问卷调查,以测定他们攻击倾向的程度。哪一组表现了最强的攻击性?
- A. 观看武打片前的观众
 - B. 观看武打片后的观众
 - C. 观看音乐片前的观众
 - D. 观看音乐片后的观众
 - E. 进攻性没有变化
17. 美国社会科学家马普尔请一组小学生、一组中学生、一组成人(文化程度相同)来评论一篇文章。相隔 4 周以后又让这三组人来评论同一篇文章,不过这次附加了这样的解释说明:“其他组的大多数人不同意你的看法。”这个附加的解释说明有什么影响?
- A. 小学生组的 64%、中学生组的 55%、成人组的 40%
现在改变了他们的看法
 - B. 成人组的 64%、中学生组的 55%、小学生组的 40%
现在改变了他们的看法
 - C. 这些组没有什么不同

18. 社会科学家哈拉希望了解 ,是沉默的人 ,还是活跃的人 ,容易受团体意见的影响 ?
- A. 沉默的人易受团体意见的影响
 B. 活跃的人易受团体意见的影响
 C. 两者在受团体意见影响方面没有差异

评分标准

1. B 2. A 3. C 4. B 5. B 6. A 7. B 8. A
 9. A 10. B 11. B 12. C 13. B 14. A 15. B
 16. B 17. A 18. B。

根据正确答案 ,每答对一题记 1 分 ,各题得分相加 统计总分。再根据你的总分和年龄 ,查看下表 ,就可以知道你的移情水平了。

14—16 岁 成绩	17—21 岁 成绩	22—30 岁 成绩	30 岁以上 成绩	移情 水平
12—18	14—18	17—18	15—18	非常强
10—11	12—13	15—16	13—14	强
8—9	10—11	11—14	9—12	中偏强
6—7	6—9	9—10	7—8	中偏弱
0—5	0—5	0—8	0—6	弱

诊断结果

非常强 :你在社会交往中 ,能把自己和对方很好地融合在一起。你非常善于把自己放在他人的位置上 ,并能设想到他人在某种特定情境下的行动。

强 :你能同他人建立较好的移情关系 ,因而加深了对他人的深刻理解 ,正确评判他人的行为。

中偏强 :你的移情水平在常态范围之内 ,但是有增强的发展趋势。

中偏弱 :你的移情水平在常态范围之内 ,但是有减弱的发展趋势。你常常不能置身于同伴的情感之中 ,因而也难以预见同伴的行为。

弱 :你几乎不具备移情性 ,常常只从自己一方的体验来与人交往。你很少能理解他人 ,同别人缺少共同的语言。因此 ,你在人际交往中不可避免地要处于劣势。

自我
评价

.....

.....

.....

.....

.....

交谈能力测试

测试目标

交谈能力

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

下面测试是对交谈能力的测试,对下列题目作出“是”或“有时”或“否”的选择,把各题的正确答案写在题后的括号内。

测试题

1. 你是否时常觉得“跟他多讲几句也没意思”？
()
2. 你是否觉得那些太过于表现自己感受的人是肤浅的和不诚恳的？
()
3. 你与一大群人或朋友在一起时,是否常觉得孤寂或失落？
()
4. 你是否觉得需要有时间一个人静静地才能清醒头脑和整理好思路？
()
5. 你是否只会对一些经过千挑百选的朋友才吐露自己的心事？

- ()
6. 在与一群人交谈时,你是否时常发觉自己在东想西想一些与谈论话题无关的事情?
- ()
7. 你是否时常避免表达自己的感受,因为你认为别人不会理解?
- ()
8. 当有人与你交谈或对你讲解一些事情时,你是否时常觉得很难聚精会神地听下去?
- ()
9. 当一些你不太熟悉的人对你倾诉他的生平遭遇以求同情时,你是否会觉得不自在?
- ()

评分标准

每题选“是”记3分,选“有时”记2分,选“否”记1分。各题得分相加,统计总分。

👉 诊断结果

22—27分:这表示你只有在极需要的情况下才同别人交谈,或者对方与你志同道合,但你仍不会以交谈来发展友情。除非对方主动愿意频频跟你接触,否则你便总处于孤独的个人世界里。

15—21分:你大概比较热衷与别人交朋友。如果跟对方不太熟悉,你开始会表现得很内向似的,不太愿跟对方交谈。但时间久了,你便乐意常常搭话,彼此谈得来。

9—14分:这表示你与别人交谈不成问题。你非常懂得交际,善于营造一种热烈的气氛,鼓励对方多开口,使得彼此十分投合。

第3节 沟通困难解决能力测试

人 际冲突是指两个人意见不合,一方无法同意另一方所做
的事,或是一方不希望另一方去做某事。

平息人际冲突的能力自测

测试目标

平息人际冲突的能力

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

下面有 10 道题 ,每道题有 4 个备选答案。请根据自己的实际情况 ,选择一个最适合你的答案。在你选择的答案序号上打“√”。

测试题

1. 要是你与某同事产生了矛盾 ,关系紧张起来 ,你将怎么办 ?
 - A. 他若不理我 ,我也不理他 ;他若主动前来招呼我 ,那么我也招呼他
 - B. 请别人帮助 ,调解我们之间的紧张关系
 - C. 从此不再搭理他 ,并设法报复他
 - D. 我将主动去接近对方 ,争取消除矛盾
2. 如果你被人误解干了某件不好的事情 ,你将怎么办 ?
 - A. 找这些乱说的人对质 ,指责他们
 - B. 同样捏造一些莫须有的事加在对方身上 ,进行报复
 - C. 置之一笑 ,不去理睬 ,让时间来证明自己的清白
 - D. 要求组织上调查 ,以弄清事实真相

-
3. 如果你的父母之间关系紧张,你将怎么办?
 - A. 谁厉害就倒向谁一边
 - B. 采取不介入态度,不得罪任何人
 - C. 谁正确就站在谁一边,态度明朗
 - D. 努力调解两人之间的关系
 4. 如果你的父母老是为一些小事争吵不休,你准备怎么办?
 - A. 根据自己的判断,支持其中正确的一方
 - B. 尽量少回家,眼不见为净
 - C. 设法阻止他们争吵
 - D. 威胁他们,如果再吵,就不认你们为父母了
 5. 如果你的好朋友和你发生了严重的意见分歧,你将怎么办?
 - A. 暂时避开这个问题,以后再说,以求同存异
 - B. 请与我俩都亲近的第三者来裁决谁是谁非
 - C. 为了友谊,迁就对方,放弃自己的观点
 - D. 下决心中断我们之间的朋友关系
 6. 当别人妒嫉你所取得的成绩时,你将怎么办?
 - A. 以后再也不冒尖了,免得被人妒嫉
 - B. 走自己的路,不管别人持什么态度看待我
 - C. 同这些妒嫉者争吵,保护自己的名誉
 - D. 一如既往地工作,但同时反省自己的行为
 7. 如果有一天需要你去处理某一件事(不是坏事),而处理这件事的结果不是得罪甲,就是得罪乙,而甲和乙恰恰又都是你的好朋友,你将怎么办?
 - A. 向甲和乙讲明这件事的性质,想办法取得他们的谅解,再处理这件事情
 - B. 瞒住甲和乙,悄悄把这件事做完
 - C. 事先不告诉甲和乙,事后再告诉得罪的一方
 - D. 为了不得罪甲和乙,宁可不顾当时的需要,而不去做这件事
-

8. 如果你的好朋友虚荣心太强 ,使你很看不惯 ,你将怎么办 ?
- 检查一下对方的虚荣心是否同自己有关
 - 利用各种机会劝导他(她)
 - 听之任之 ,随他(她)怎么做 ,以保持良好关系
 - 只要他(她)有追求虚荣的表现 ,就同他(她)争吵
9. 如果你对某一问题的正确看法被上司否定了 ,你将怎么办 ?
- 向总经理反映 ,争取总经理的支持
 - 工作消极 ,以发泄自己的不满
 - 一如既往地认真工作 ,在适当的时候再向上司陈述自己的看法
 - 同上司争吵 ,准备离开单位
10. 如果你同朋友在假日活动的安排上意见很不一致 ,你准备怎么办 ?
- 双方意见都不采纳 ,另外商量双方都不反对的安排
 - 放弃自己的意见 ,接受朋友的主张
 - 与朋友争论 ,迫使朋友同意自己的安排
 - 到时独自活动 ,不和朋友在一起度假了

评分标准

根据下面的表格 ,将各题得分相加 ,统计总分。

题号 得分 答案	题号									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
A	1	1	0	1	3	0	3	2	2	2
B	2	0	1	0	2	2	1	3	1	3
C	0	3	2	3	1	1	2	0	3	0
D	3	2	3	2	0	3	0	1	0	1

 诊断结果

- 0—6分 表明处理人际冲突的能力很弱。
7—12分 表明处理人际冲突的能力较弱。
13—18分 表明处理人际冲突的能力一般。
19—24分 表明处理人际冲突的能力较强。
25—30分 表明处理人际冲突的能力很强。

自我评价

.....

.....

.....

.....

.....

与人相处的困扰自测

测试目标

与人相处的困扰

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

下面测试是看你与人相处的困扰集中在哪些方面，是言语表达还是待人接物？请对下列题目作出最适合你的选择。A. 是；B. 不定；C. 否。把正确答案的序号填入题后括号内。

测试题

1. 对于自己的烦恼有口难言。 ()
2. 和陌生人见面感到不自然。 ()
3. 过分地羡慕和嫉妒别人。 ()
4. 与异性交往太少。 ()
5. 对连续不断的会谈感到困难。 ()
6. 在社交场合感到紧张。 ()

-
7. 时常伤害别人。 ()
8. 与异性来往感觉不自然。 ()
9. 与一大群朋友在一起 ,常感到孤寂或失落。 ()
10. 极易受窘。 ()
11. 与别人不能和睦相处。 ()
12. 不知道与异性相处如何适可而止。 ()
13. 当不熟悉的人对自己倾诉他的生平遭遇以求同情时 ,自己常觉得不自在。 ()
14. 担心别人对自己有什么坏印象。 ()
15. 总是尽力使别人赏识自己。 ()
16. 暗自思慕异性。 ()
17. 时常避免表达自己的感受。 ()
18. 不能确信自己的仪表与容貌。 ()
19. 讨厌某人或被某人讨厌。 ()
20. 瞧不起异性。 ()

-
21. 不能专注地倾听。 ()
22. 自己的烦恼无人可申诉。 ()
23. 受别人的排斥与冷漠。 ()
24. 被异性瞧不起。 ()
25. 不能广泛地听取各种意见、看法。 ()
26. 自己常因受害而暗自伤心。 ()
27. 常被别人谈论、愚弄。 ()
28. 与异性交往不知如何更好地相处。 ()

评分标准

每题答“是”记2分；“不定”记1分；“否”记0分。将各题得分相加，统计总分。

☞ 诊断结果

0—16分 :说明你与人相处时困扰较少。

17—28分 :说明你与人相处存在一定程度的困扰。

29—38分 :说明你与人相处中困扰比较严重。

39—56分 :说明你与人相处存在严重的困扰。

然后看看你的困扰集中表现在哪些方面 :

请统计第 1、5、9、13、18、21、25 题的小计分 ,表明你在言语和交谈方面的困扰程度 :12 分以上 ,说明你不太善于言语和交谈 ;6—11 分 ,说明你言语和交谈能力一般 ;0—5 分 ,说明你有较高的交谈能力和技巧。

请统计第 2、6、10、14、17、22、26 题的小计分 ,表明你在交友方面的困扰程度 :12 分以上 ,说明你不太容易交到朋友 ;6—11 分 ,说明你交朋友时比较被动 ;0—5 分 ,说明你很容易交到朋友。

请统计第 3、7、11、15、19、23、27 题的小计分 ,表明你待人接物的能力 :12 分以上 ,说明你待人接物方面能力较差 ;6—11 分 ,说明你可能是个多侧面的人 ;0—5 分 ,说明你待人接物方面能力较强。

请统计第 4、8、12、16、20、24、28 题的小计分 ,表明你与异性相处时的困扰程度 :12 分以上 ,说明你不太会与异性相处 ;6—11 分 ,说明你与异性相处的能力一般 ;0—5 分 ,说明你较懂得正确处理与异性的关系。

自我评价

.....

.....

.....

.....

.....

第4节 领导者人事管理能力测试

领 导者的人事管理最主要的是能治人,说服人。识人能力指一个人能敏锐地洞察他人的情绪、态度、性格等的能力,这对领导者来说至关重要。

领导者说服力测试

测试目标

领导者说服力

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

很多时候我们要说服别人按自己的意志行事。而这种说服人的能力如何,请作下面测试。请选择你认为最佳的答案。在答案序号上打“✓”。

测试题

1. 请公寓的房东粉刷墙壁：
 - A. 我们已经住3年了,多少也照顾一下我们吧
 - B. 比起我们付的房租,这点费用真是微不足道
 - C. 我们也帮一部分忙吧
 - D. 最近我有二三个朋友要来做客,他们很想在这里住一段时间,如果欣赏这里也许会住下来呢
 - E. 如果我是你的话,一定二话不说就大大粉刷一番的。这里又不是你一个人有房子
2. 在宴会中想使一个醉鬼安静下来：
 - A. 明天一清醒,你会后悔的
 - B. 那边有个漂亮小姐在看呢,安静一点吧,我来介绍介绍

-
- C. 你还不知道吗？大家都在看你呢
- D. 安静一点，不要那么大声好不好
- E. 刚才听说你在最近的高尔夫球赛里得到优胜，可以告诉我一下详情吗
3. 你儿子的成绩不及格，他的任课老师知道大部分的课业都是你代做的，可是你却和他商量要求让你儿子及格：
- A. 可是我的儿子确实是用功的，请给他加点分奖励奖励吧
- B. 你们的校长是我的老朋友呢
- C. 是我糊涂，怪我不是，请给他一个发愤图强的机会吧
- D. 我那位当明星的弟弟最近要来，我给你介绍介绍
- E. 只要这科让他及格，他就会进入好大学的
4. 你正在为一慈善事业募捐，对方却是个吝啬成性的人：
- A. 只要你捐一点钱，我就签一张两倍数目的收据，好让你少付一些所得税
- B. 我想本地的问题由本地人来共同解决，不要让官方插手进来加税，不知贵意如何
- C. 请你了解，这是身为市民应尽的义务
- D. 如果你能捐款，就够给我赏面子
- E. 这是十分有意义的慈善活动
5. 暴徒拿枪顶着你的背，你不想让他抢你的钱：
- A. 你真倒霉，我身上恰好没有带钱包
- B. 小心点吧，我是空手道三段的高手
- C. 老天爷，这是我一周来的血汗哪
- D. 拜托拜托！没有钱叫我怎么回家见老婆呢
- E. 我的皮夹子在裤子后面的口袋里，尽管拿去罢
6. 你比老资格的同事高升了，却需要他的携手合作：
- A. 这份工作只有靠你的协助才能进展
- B. 上司快要退休了，我接了他的缺后，就升你为科长吧
- C. 真惭愧，他们把我提升了，其实你才是最合适的一位
-

-
- D. 现在我是上司 ,今后请听我的命令行事
- E. 这是你的新机会 ,可表现你的才能
7. 你的儿子想看电视 ,你却想要他练钢琴 :
- A. 你弹得好的话 ,爸会多开心呢
- B. 好孩子该听话的 ,每个人都不得不做些不喜欢做的事呀
- C. 我们来约好吧 ,我让你看完这个节目 ,你就乖乖练琴 ,不要再啰唆了
- D. 你把琴练好了 ,会很讨人喜欢的
- E. 不练琴 ,那学费不是都白交了
8. 你的秘书有个约会 ,你却不得不请她加班工作 :
- A. 把约会取消吧。打完这份报告就请你吃一顿好饭
- B. 上头吩咐 ,今天非把这份报告发出不可
- C. 我明知这是不情之请 ,可是事非得已 ,拜托拜托吧
- D. 必须打完这份报告 ,不然就回到过去的打字部去
- E. 我相信这项工作只有你才可以做好
9. 你想劝你丈夫和你一起去度假 :
- A. 今天我见了王大夫 ,他说你得休息休息
- B. 你常常为工作出差旅行 ,我想偶尔你也该去旅行一下
- C. 你说 ,到风景宜人的 × × 去休假 10 天 ,不是很惬意吗
- D. 亲爱的 ,我好想去度个假呀 ,真想死啦
- E. 不是很妙吗 ,只有我们两人一起去度假
10. 你超速驾车 ,想请警察通融通融 :
- A. 仅此一次 ,请高抬贵手吧
- B. 我送你一些钱 ,请就这样算了吧
- C. 也许你不相信吧 ,我一直都是很规矩的
- D. 可能是稍稍开快了些 ,我只是一时糊涂没有觉察而已
- E. 实在是迫不得已 ,我有个急事非赶快不行啊

评分标准

题号	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
正确答案	D	E	C	B	E	A	C	E	A	D

诊断结果

9个以上 :说明你有比较高超的说服能力。

5—8个 :说明你的说服能力一般。

4个以下 :那就有必要研究一下你的说话技巧了。

自我评价

.....

.....

.....

.....

.....

领导者识人能力测试

测试目标

领导者识人能力

测试对象：_____ 测试日期：_____

测试说明

请仔细辨认下面 18 幅图画，并根据你的看法来回答每一个问题。选出的回答请打“√”。

☞ 测试题

1. 下面哪一种性格，最容易同图中人物的脸谱联系起来？

- A. 温顺
- B. 傲慢
- C. 不安全感



2. 下面哪一种情绪，最容易同图中人物的脸谱联系起来？

- A. 全神贯注
- B. 焦虑
- C. 惊讶



3. 下面哪一种情绪 ,最容易同图中人物的脸谱联系起来 ?

A. 顺从
B. 屈服
C. 吃惊



4. 下面哪一种性格 ,最容易同图中人物的脸谱联系起来 ?

A. 多疑
B. 狡猾
C. 冷静



5. 下面哪一种情绪 ,最容易同图中人物的脸谱联系起来 ?

A. 轻蔑
B. 生气
C. 高兴



6. 下面哪一种情绪 ,最容易同图中人物的脸谱联系起来 ?

A. 悲伤
B. 生气
C. 厌恶



7. 下面哪一种情绪 ,最容易同图中人物的脸谱联系起来 ?

A. 恼怒
B. 焦虑
C. 怀疑



8. 下面哪一种情绪 ,最容易同图中人物的脸谱联系起来 ?

A. 害怕
B. 愁闷
C. 专心



9. 下面哪一种性格 ,最容易同图中人物的脸谱联系起来 ?

- A. 讲究实际的
- B. 好交际的
- C. 意志坚强的



10. 下面哪一种性格 ,最容易同图中人物的脸谱联系起来 ?

- A. 讲究实际的
- B. 好交际的
- C. 意志坚强的



11. 下面哪一种性格 ,最容易同图中人物的脸谱联系起来 ?

- A. 讲究实际的
- B. 好交际的
- C. 意志坚强的



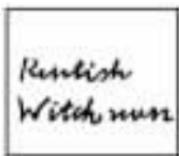
12. 图中哪一种书法式样 ,最能显示出作者是善于交际的人 ?

- A. 第一种
- B. 第二种
- C. 第三种



13. 你能很快地联想到 ,是哪一种身份的人才会写如下的字体 ?

- A. 交际家
- B. 保守者
- C. 自我为中心者



14. 谁比较聪明 ?

- A. 第一个人
- B. 第二个人
- C. 不知道



15. 图中的哪一张脸谱 ,显示 出胆大冒失 ?

- A. 第一张脸
- B. 第二张脸
- C. 不知道



16. 你能联想到 :用那种腔调说话的 ,会是什么样的人 ?

- A. 对人蔑视者
- B. 怀疑者
- C. 不善音乐的人



17. 你能联想到 :用那种腔调说话的 ,会是什么样的人 ?

- A. 害羞的人
- B. 悲伤的人
- C. 安详的人



18. 你能联想到 :用那种腔调说话的 ,会是什么样的人 ?

- A. 窘迫
- B. 厌恶
- C. 保守



评分标准

根据下列表格 ,每答对一题 ,记 1 分 ,答错不
计分。你的得分加起来 ,就是你的总分数。根
据总分和你的年龄 ,查看下表 ,就可知道你识别
人的能力水平了。

题号	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
答案	B	C	B	B	A	B	C	B	C	A
题号	11	12	13	14	15	16	17	18		
答案	B	A	B	C	C	A	C	C		

☞ 诊断结果

14—16岁 成绩	17—21岁 成绩	22—30岁 成绩	30岁以上 成绩	识人 水平
14—18	16—18	16—18	14—18	非常强
12—13	14—15	13—15	12—13	强
10—11	11—13	11—12	10—11	中偏强
8—9	9—10	9—10	7—9	中偏弱
0—7	0—8	0—8	0—16	弱

非常强 :你有非常强的识人能力。从一个人的行为和外表形象(面部表情、体态、嗓音)中,你几乎能准确无误地识别出他的性格、情绪。你不会被他人欺骗。

强 :你对他人的识别力很强。在大多数情况下,你能正确地评价和判断别人。和你同龄的人,大多不能像你那样成功地识别他人。

中偏强 :你对他人的识别力在常态范围之内,但是有增强的发展趋势。

中偏弱 :你对他人的识别力在常态范围之内,但是有减弱的发展趋势。你不大能正确地识别他人。你要努力,对他人的面部表情和姿势,要多留意观察,多研究比较,把非语言信息看做了解他人情绪、性格的一把钥匙。

弱 :从外表形象来识别一个人,不是你的特长。你要克服这个弱点,培养遇事、遇人都要细心观察的好习惯,以增强你的敏感性。