

在线测评系统

报告编号：2024035211



企业logo图

后台设置上传

艾森克人格测验 情绪稳定性测验210题

Online Talent Assessment System

姓名：赵万禧

电话：13888888888

日期：2023年02月08日

■ 测试介绍

情绪稳定性是评定人格特征的重要指标，应用艾森克情绪稳定性测验可以分析出受测人是否存在抑郁、焦虑、自卑心理、强迫症、依赖性、疑病症和负罪感。艾森克人格测验在情绪稳定性方面的测评具有深厚的理论基础，如艾森克人格测验完整版中对于神经质P和精神质Q广受检验，在医学和心理咨询方面存在广泛的应用基础。

■ 阅读建议

- 1、测评报告应该由具备心理学知识的专业人士解读分析，测评结果仅作为了解测试人的辅助材料，仍需结合实际情况再做进一步分析。不可凭借测试结果做出绝对定论。
- 2、测评结果具有一定的时效性，随着时间和、经历和心情的变化，测试结果也会存在差异，测试结果仅能代表当下。

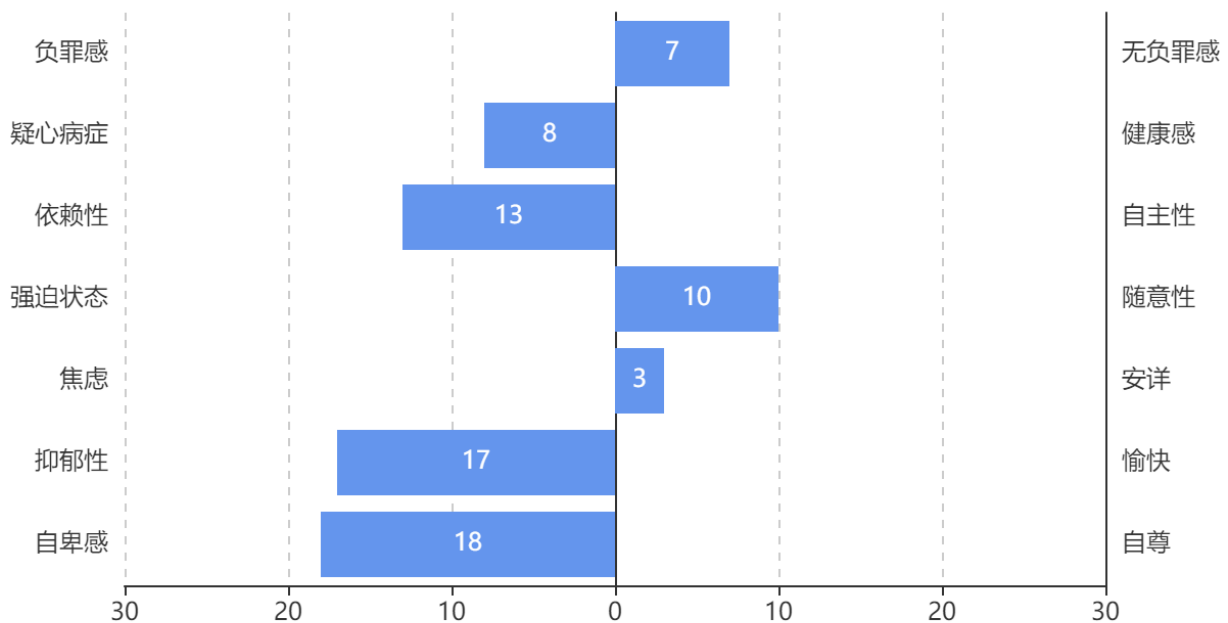
■ 保密声明

- 1、本测试报告包含有测试人的隐私信息，或测试主办方的商业机密，阅读权限仅限于测试人本人和测试主办方，未经测试人和测试主办方的书面许可，不得向第三方透露和传播。
- 2、测试主办方在未获取测试人许可前，不得将该测试报告公开展示，不得上传至互联网（包括但不限于论坛、微博、自媒体、QQ群等）。
- 3、保密声明和本测试报告正文为完整一体，当本测试报告被打印，展示、出具或以其他形式使用，即表明接触者已经审阅、并理解和同意上述所有条款规定。

整体预览

情绪稳定性是心理学评判一个人格特质的指标之一。艾森克情绪稳定性测验用于判断测试人是否存在自卑、抑郁、焦虑、强迫症、依赖性、疑心病观念和负罪感。情绪性(神经质)不稳定的人喜怒无常，容易激动；情绪性(神经质)稳定的人反应缓慢而且轻微，并且很容易恢复平静。

评测双向柱图



评测得分表

自卑感	有	18/30
抑郁性	有	17/30
焦虑	无	3/30
强迫状态	无	10/30
依赖性	有	13/30
疑心病症	有	8/30
负罪感	无	7/30

自卑感

有

18 (满分 : 30)

Ø 特征

有自卑感的人，常常低估自己的能力和价值，对自己的能力、外貌、性格等方面感到不满意，怀疑自己的价值。这种心理状态会导致他们过度关注自己的缺点和不足，忽视自己的优点和长处，因此有自卑感的人往往在工作中难以取得成就。

Ø 无自卑感的人

对自己和自己的能力充满信心，认为自己是是有价值的，并且相信自己受到他人的欢迎。他们非常珍视自己，不会自大或自负。

Ø 原因

自卑感的表现形式多种多样，但核心原因通常与个人的自我认知和自我价值感有关。可能从小就生活在被比较和批评的环境中，缺乏足够的支持和鼓励，导致对自己的能力和价值产生怀疑。也有可能是某些意外事件的打击和影响，未能及时得到心理疏导所致。

Ø 工作

在工作中有自卑感的人往往缺乏自信和勇气，难以承担责任和挑战。建议通过相关培训和岗位的调整，来帮助提高自信心，或通过相关的心理测评来发掘自身的优势和长处，以便更好地应对调整，勇于承担责任，同时也需要更好地建立上下级关系和同事关系，互帮互助，协同合作。

Ø 克服

克服自卑感是一个长期的过程，需要个人不断努力和尝试。一方面是了解自己的优势，提高自我接纳度，另一方面是保持积极上进，提高自身的知识和能力。两个方面结合努力，可以有效帮助提高自信，克服自卑心理。对于自我动力不足者，还需要积极寻求专业帮助，如心理咨询等，以便有效地解决问题。

Ø 特征

抑郁是一种情绪障碍，表现为持续的悲观、对生活感到失望、没有活力、容易焦虑、易怒、或脾气暴躁、睡眠质量差、食欲下降、自我负面评价、喜欢自责等，严重者常有厌世情绪，认为自己是这个世界上多余的人。

Ø 无抑郁的人

心态积极，情绪稳定，对自己充满自信和满意，对生活感到满足和愉悦，与周围环境和睦相处。

Ø 原因

抑郁产生的原因较多，可能包括遗传、生物化学因素、生活事件（如失业、失恋等）、人格特征等，在成年期遭遇某些突发性事件（也叫应激因素）也可能触发抑郁，通常是多重因素的交互作用所致。

Ø 工作

抑郁可能导致思维缓慢、工作动力下降、工作效率低下、创造力减弱、决策能力下降、与同事沟通困难、缺勤和辞职等问题。

Ø 克服

如果抑郁症状明显，应该及时咨询专业的医生。在日常生活中，要保持健康的生活方式，如：充足的睡眠、健康的饮食和规律的运动，都有助于缓解抑郁；和家人朋友保持联系，多参加社区社团活动，学习各种应对压力的技巧，如：深呼吸，冥想等；培养自己的兴趣爱好，可以有效转移自己的注意力，起到缓解抑郁情绪的作用。

Ø 特征

过度担忧，紧张不安，对未来可能发生的事或危险感到担心，常常处于紧张的状态，感到坐立不安，肌肉紧张，甚至会出汗、颤抖等；常有莫名的恐惧感，心烦意乱，呼吸急促，严重的可能还会出现生理性疼痛。

Ø 无焦虑感的人

内心平静，安详自在，对于不必要的担忧和恐惧具有较强的抵抗能力。

Ø 原因

焦虑产生的原因可能包括遗传因素、环境因素、个性特点、饮食问题、药物因素等。其中遗传因素是焦虑发生的一个重要影响因素，环境因素如生活压力、人际关系等也可能导致焦虑症状的出现；个人的性格特点、生活习惯、饮食习惯等也会对焦虑的发生和发展产生影响。

Ø 工作

焦虑对工作产生的影响主要体现在工作效率、同事之间的关系、以及影响分析和判断能力，

焦虑情绪可能导致注意力不集中、思维迟缓；在焦虑状态下，往往过于担忧未来，忽视当前的实际问题；焦虑还可能导致同事之间的沟通不畅等。

Ø 克服

如果焦虑感比较明显，或是焦虑对自己的正常工作生活产生了不良影响，则应该及时咨询专业的医生；此外也要认识到焦虑是正常的情绪反应，没有必要对焦虑抱有恐惧心理，接纳自己的情绪变化；同时也要学会对应的技巧来缓解焦虑感，如：深呼吸、冥想等。尝试用积极的思维方式来看待问题，避免过度担忧和灾难化思维；培养兴趣爱好，通过参与自己感兴趣的活动的活动，可以分散注意力，减轻焦虑感。

Ø 特征

强迫状态主要分为两种：思维和行为，思维上表现为反复出现一些不必要的、入侵式的想法，而自己无法控制和摆脱这种思想，如：总是想可能会发生某种不好的事；行为表现为重复性的、刻板动作，如：反复检查门窗是否关好，反复洗手消毒等；处于强迫状态的人，总是谨小慎微，生怕出错，过度追求细节和完美，遵循规章制度，容易因脏污不净、零乱无序而烦恼不安。

Ø 无强迫状态的人

自由自在，不拘小节，不刻意追求规则、常规和形式，更注重灵活性和实用性。

Ø 原因

导致强迫状态的原因可能包括遗传因素、环境因素、个性特点、生活事件等。遗传因素可能增加个体强迫状态的风险，环境因素如生活压力、人际关系等也可能触发强迫症状。此外个人的性格特点，如追求完美、注重细节等，也可能增加强迫状态的风险。

Ø 工作

强迫症状态在工作中的特点，主要表现为过度追求完美、过度关注细节，导致工作效率下降，无法集中注意力，还可能过于担心工作失误，反复检查和确认，导致工作进度缓慢，这些特点不仅影响工作效率，还可能对人际关系和工作质量产生负面影响。

Ø 克服

如果强迫状态的特征表现明显，或者是给自己的正常生活和工作带来不良影响，都应该积极咨询专业医生。在日常生活中，要注意保持健康的生活方式，如规律作息、健康饮食、加强体育运动等，都有助于缓解强迫症状。最重要的是自己要积极面对问题，勇于寻求专业帮助，方能逐步解决问题。

Ø 特征

依赖性的人常常表现出缺乏自信和自主性，往往过分依赖他人，无法独立处理生活，在工作中依赖他人的帮助和指导，无法独自处理事务，通常是缺乏责任感，习惯责任推给他人或外部因素，认为自己是命运的牺牲品，容易受到周围其他人或事件的影响。

Ø 无依赖性的人

有强烈的自主性，乐于享受自由，很少依赖别人，喜欢自己做主拿主意，将命运掌握在自己手中，以现实主义的态度去解决自己的问题，具有独立思考和决策的能力，不轻易受到他人或权威的影响。

Ø 原因

产生依赖性心理的原因可能包括家庭环境，教育方式和社会环境因素。如果家庭成员之间缺乏独立性和自主性，个体可能从小就学会了依赖他人；如果教育者过于保护和溺爱，不鼓励孩子独立思考和自主行动，也可能形成依赖性心理；如果社会文化鼓励依赖和服从，个体就可能更容易形成依赖性心理；依赖性心理的产生是多方面因素综合作用的结果。

Ø 工作

有依赖性心理的人在工作中可能缺乏独立决策，往往需要他人的指导和建议才能做出决定和判断，通常他们不愿意或无法独立完成工作任务，需要他人的帮助和支持才能开展工作；可能不愿意承担工作责任，容易将问题推给他人或别的外部原因。

Ø 克服

要克服依赖性心理，首先是要增强自信心，加强体育锻炼，强大体魄，强大的自信可有效抵御各种悲观消极情绪，遇到问题要学会独立思考，尝试自己去寻找答案，培养独立思考的能力，提高自我接纳度，允许自己犯错误。执行并坚持上述建议，可以逐步克服依赖心理，增强自主性和独立性，更好地适应工作和生活。

Ø 特征

疑心病的特征主要包括过度怀疑和猜忌，常常怀疑别人背叛自己，尽管这种疑心是没有依据的，但是依然为此感到焦虑和不安；担心自己身体健康，过分关心自己身体上的细微变化，并怀疑为很严重的疾病，以自我为中心，情感付出少，但又渴望得到他人的关注和同情。

Ø 无疑心病的人

很少为自己的健康担忧，信任他人，心态积极上进，充满自信，能够和他人建立良好的人际关系。

Ø 原因

产生疑心病的原因可能和过去的经历有关，比如遭受过背叛或欺骗，导致对他人产生不信任感；长期形成的人格特征中，存在敏感多疑，缺乏自信等；长期处于高压状态下的人，也容易出现焦虑和多疑心理；与他人关系紧张或存在矛盾，也容易产生疑虑和猜测。

Ø 工作

有疑心病的人在工作中会遇到很多问题，甚至无法适应任何岗位的工作，比如：对同事的言行过于敏感，容易怀疑同事的动机和意图；对工作任务和进度持怀疑态度，担心自己被别人算计和坑害，难以信任他人，在团队中缺乏合作精神，容易和同事产生矛盾和冲突。

Ø 克服

疑心病以敏感多疑为特征，性格偏执，在mmpi量表中，可能会体现在Hs疑病症，以及Sc精神分裂高分（偏执型精神障碍）。如果有明显的疑心病特征，一定要及时咨询专业医生。在日常生活中，要注意增强自信心，客观理性地分析问题，保持开放和包容的心态，避免陷入疑心病的漩涡。

Ø 特征

负罪感是一种深刻的内心体验，表现为对过去的行为感到强烈的内疚和自责，伴随着一种沉重和压抑的情绪，内心感到不安和痛苦；可能导致个体对自己的价值和能力产生怀疑，甚至产生自我厌恶和自我惩罚的倾向；倾向于避免与他人建立亲密关系，以免被揭露或评判。常常处于自责中，认为自己罪有应得，把不好的事都归结为对自己的惩罚，常祈祷神明的宽恕。

Ø 无负罪感的人

不会过度自责，能够接受过去的错误和决策，并从中学习和成长；能够理性地看待自己的行为，不会过度纠结于过去的错误。

Ø 原因

产生负罪感的原因跟自我评价过低存在密切关系，自我评价低的人，容易把过错归结到自己身上，认为自己应该为错误负责，加上个体的道德观念强，从而产生了负罪感。此外家人的期望值过高也是负罪感产生的重要因素，如：父母总是强调艰辛和付出，如果学习成绩不理想，便会产生对不起父母，自己是罪人的心理。

Ø 工作

有负罪感的人在工作中可能会过度承担责任，即使不是自己的错也会自责；缺乏自信，对自己的能力和价值没有正确的认识，不愿意接受困难或有挑战性的工作任务，容易在工作中产生焦虑感，抗压能力差，工作效率往往低下。

Ø 克服

如果负罪感的特征明显，应该首先考虑咨询专业医生。在日常生活中要改变自己的认知方式，提高自我接纳度，承认自己的过错，并从错误中提炼和总结，把经历当成学习和进步的阶梯；用客观理性的方式分析问题，不要过度自责和自我惩罚，多把目光放在未来，而不是停留在过去，用积极乐观的心态来面对困难和挑战。

测评附录

被试信息

姓名	赵万禧	电话	13888888888
日期	2024年1月10日	备注	
中断次数	0	答题用时	14分45秒

免责声明

以下说明和本测试报告正文为完整一体。

本测评报告基于测试人的作答情况而生成，测试数据基于测试人的自我认知来选择，在分析测试数据的时候，建议参考实际访谈来分析，不可作为决策的唯一凭据。

本测试报告为系统根据测试数据自动生成，为可编辑PDF格式文件，我们无法确保你所阅读的当前文件，是否为他人修改后版本。对于本测试报告引起的任何纠纷，在线测评系统不承担任何法律责任，也不充当证人、协调人或其他角色。

本测试报告涉及到测试人的私密信息，除了测评管理人员和测试人外，不得向其他无关人员传播，避免出现权益纠纷。当本测试报告被打印，展示、出具或以其他方式使用，即表明接触者已经审阅，并理解和同意上述条款规定。最终解释权归在线测评系统所有。

-----评测报告结束-----