

心理测试

负面情绪会成为你摆脱困境的绊脚石吗？

科学研究表明，一个人的负面情绪会严重影响到日常生活，而且还会对我们的健康带来很大的危害。一个经常发怒的人和一个人对世界充满怨恨的人会很可能患上心脏类疾病。通过对心脏病患者的抽查，他们都会存在焦虑、抑郁、脾气都会相对暴躁。当一个人处于紧张、焦虑状态的时候，人的消化功能也会减弱，同时，他们的血压也会升高，导致一系列的免疫功能减少的疾病。都说笑一笑十年少，一个健康的心里不仅能带给我们好的身心，同时还能让我们青春永驻，不至于疲惫不堪。生活不易，我们处处都会遭遇难题，那么，负面情绪是否能成为阻碍你走出困境的绊脚石呢？今天，我们就通过测试来看看吧！

测试题目：

- 1、从小到大你经历过很多的压力吗？
是的，很多——3
并不多——2
还好——4
- 2、除了小的插曲，你是否还经历过让自己非常痛苦的折磨呢？
是的，有过——3
从来没有过——4

- 3、直到现在，你是否尝试过自己去去做一件曾经觉得不可能完成的事呢？
是的——5
没有过——4
记不清楚了——6
- 4、在你看来别人都会比自己优秀，天生就是人才吗？
是的——7
没有——5
不好说——6
- 5、你是否会对任何事都急于求成呢？
是的——7
不会——6
不好说，看情况——8
- 6、如果最近自己很累，你会不会适当去出去走走，放松放松呢？
会的——7
不会——9
不好说，看情况——8
- 7、不管做任何事，你都会全心全意的投入吗？
是的——8
不会——9

- 8、一直以来你都不太自信，觉得别人会比你优秀吗？
是的，经常这样认为——A
从不会这样认为——9
不好说——10
 - 9、你总是对自己期望很高，甚至超出自己的能力范围吗？
是的——B
不是——C
不好说，看情况——10
 - 10、领导交给自己的工作，你总是自信的觉得完全可以漂亮完成吗？
是的——D
不能——A
不好说，看情况——C
- 测试结果：
A、负面情绪会成为你摆脱困境的绊脚石
生活中你是一个消极的人，总是对任何事都没有自信，觉得自己没有别人优秀，别人会的自己也不会，就算是共同成长，自己也是一只笨鸟。很多时候自己并没有尝试就会轻易认输，正是因为这样，你一直停滞不前，原地踏步，而别人总是积极的调整自己，完善自己，不断的在努力中进步。一旦你看到自己与别人的差距，心中便会更加失落和自卑，这会让你对周围的事没有兴趣。这一切你都会觉得是别人优势在前，自己落后也是因为没有背景和依靠，并不会正面的去看待问题。因为，你的消极会让你越来越无法自拔，让你陷入困境而慢慢的心理扭曲！
- B、负面情绪可能会成为你摆脱困境的绊脚石
在这个竞争激烈的社会，我们每个人都对自己严格要求，而你一直都是一个充满自信的人，觉得自己有很高的能力去尝试不可能的事。当然，不是你的能力不强，而是你太过急于求成，太急功近利。当最后事与愿违后你又会觉得很焦虑，甚至自责。面对外界的压力，你对自己的自暴自弃会日渐明显，每天都会焦虑中度过，浪费了更多的时间和精力去思考，到最后也是一事无成，最后还让自己陷入困境无法自拔！
- C、负面情绪可能不会成为你摆脱困境的绊脚石
生活不会是一层不变，今天的不快乐不能说明明天也会是一个

人总是积极的调整自己，完善自己，不断的在努力中进步。一旦你看到自己与别人的差距，心中便会更加失落和自卑，这会让你对周围的事没有兴趣。这一切你都会觉得是别人优势在前，自己落后也是因为没有背景和依靠，并不会正面的去看待问题。因为，你的消极会让你越来越无法自拔，让你陷入困境而慢慢的心理扭曲！

D、负面情绪不会成为你摆脱困境的绊脚石
生活不只是眼前的苟且，还有诗和远方。你是一个面对困难积极向上的人，也是一个对自己充满自信的人。面对压力你会有很多种方式处理，人生没有过不去的坎，自己也没那么倒霉会一直成为困兽。当压力到来你会很理性的面对，一方面寻找处理问题的方式，一方面总结自己的曾经。你不畏惧未来，因为拥有良好的心态，一个对自己充满自信和期望的人，怎会轻易言败呢？未来掌握在自己手里，现在经历的一切就算多么的难也将会成为往事，当我们回首曾经，困境不会阻碍我们，而会成为鞭策我们进步的基石！

阴天。一直以来你都是积极乐观的人，面对压力你很想办法，总是能换个角度看问题，快速的找出应对方法。即使自己的能力不足以应对所有的问题，但你的心态很好，会在累的时候适度方式，会在紧张的时候学会自我调节，而不是一味的自责或者偏激的应对，一切都大不了从头再来。所以，你一般不会被负面情绪困扰，一切压力都有入口，当然就会有出口！

星座

12星座的健忘指数揭秘

这年头，我们都说，好记性不如烂笔头。的确，很多时候大家的记性都不怎么好，一些记忆仿佛被狗吃了，也不知道到底是天生性格如此，还是有意为之，不过可以统称之为，健忘。每个人的健忘程度是不一样的，下面就要走进12星座们的世界，来看看他们的健忘指数！

白羊座:90%

白羊座为什么这么快乐？就是因为计较的少，也不会有意去将一些事情记得太深刻，尤其是不愉快的事情。所以他们可以逃避开些许的烦恼，在生活里获得比较周到的照顾，聪明的做法！

金牛座:5%

金牛座可不健忘，他们太精明了！什么事情都要记得清清楚楚明明白白仔仔细细的，甚至连细节

方面的内容都不能够打马虎眼。这就导致金牛座很容易记仇，也很容易过的不太快乐。

双子座:30%

双子座的人也不健忘，并且是有针对性地对于一些事情总是牢牢记在脑海里。他们也不是想要记仇，就是觉得一些耻辱的往事需要靠着铭记，来让自己学会清醒，学会自我鞭策和勉励。

巨蟹座:80%

巨蟹座其实蛮健忘的，也就只有在一些事情发生的当下，会对某些情况比较记得清楚。而一旦过去几个小时甚至几天时间的话，任何相关的内容都已经记不起，是放过他人，也放过自己。

狮子座:55%

成大事的狮子座，自然不会让一些过于繁琐的事情牵绊了自己前进的步伐，所以一些事情该忘记的还是得忘记。当然了，有些让自己觉得很耻辱的事情，也得记下来，来日一雪前耻！

处女座:25%

非常抠字眼的处女座，就是个完美主义者无疑，所以对于一些有瑕疵的事情，也都会记得特别清楚。他们的心仿佛就是一个无底洞，想要把所有需要调整好、继续提升的事情都放里面。

天秤座:95%

作为一个想要去行走江湖的天秤座，怎么可以携带那么多繁琐的过往呢？所以健忘是必须的，也是他们可以获得洒脱活得随性的一个秘诀。把过去抛下，前行的脚步才会更加轻盈呀！

天蝎座:15%

天蝎座是真的不健忘，点点滴滴都铭记于心的那类人。是很有感恩之心的，不会做出“过河拆桥”的事情。但是与此同时，也是很记仇的，对于仇人，那是“君子报仇，十年不晚”的心态。

射手座:85%

是个特别渴望快乐的星座，所以很多时候，都会有意避开一些不快乐的事情。不想要记得太多，也是觉得每一个当下都是最好的。告别过去，才可以让生活充满对未来的憧憬，值得学习。

摩羯座:50%

摩羯座的健忘是有针对性的，

这么说来，对于答应他人的事情，那是健忘不得的，一定会很清楚地记在心里，并且去把承诺兑现。而对于一些无关紧要影响心情的事情，记得有什么意义？

水瓶座:75%

是比较健忘的水瓶座无疑，有些时候真的是脑容量有限，不想要浪费太多资源。对他们而言，生活里需要多一些新鲜感，而非总是固执纠结于过去不放手。算是比较懂得人生哲理的人群。

双鱼座:65%

很多时候不想要去面对困难的双鱼座，退缩的方式就是健忘。并不是真的不记得了，而是不想去记得。而不去记得的原因很简单，是因为觉得敌人太强大对手太可怕，索性就作罢。



怎样的卧室风水最好？

不宜之例

1、圆形的卧室很影响休息

在圆形的卧室休息过的人都知道，圆形会令室内休息的人有一种旋转、不踏实的感觉，久居于此，容易使人出现精神不振、睡眠不足、眩晕等症状。

这种情况到底是怎么来的呢？因为圆形主动，在心理、视觉和风水上都有运动、变化之意，容易给人不稳定和不安宁的感觉。好的睡眠环境应该是和谐宁静的，否则，对心理不利。

想要解决问题首先就要避免不好的东西，如卧室的墙体以及床、衣柜等，千万不要在以圆形为主了。其实只要让整个卧室的墙

体不是以圆形或弧形为主就可以。因为拥有良好的视野和采光，能给人以愉悦之感，也不失为一个成功的设计。卧室的家具，特别是床，宜以直线为主，给人稳定、平和、安静的感觉，才对睡眠有利。

2、卧房不宜狭长

狭长的睡房里，会产生孤独冷落感。而那些敏感的人，更会胡思乱想而产生许多幻觉。

补救的方法是一分为二，即用矮柜把这狭长的睡房隔开，一边放床，另一边作为化妆间或书房。若在矮柜上放置电视机，那么躺在床上也可以欣赏电视节目。经过如此多的改动后，睡房的空间不再空

洞无物，心理上会感觉塌实很多。

有一点值得注意，有些人用镜子来作为睡房的间隔，其实这是不适宜的。倘若镜子向着化妆间或者书房那边尚无大碍，但若是向着睡床这边便犯了风水学上的大忌，往往导致疾病发生。

3、卧室内不宜有柱

有柱子的地方一般有尖角，生活空间内有太多尖角会对人不利。位于屋子中央的柱子，向着床位的最为不宜。位于卧室四角的柱子，其不利影响轻于中央位置的柱子。若睡床左右两边都有柱子，则为大忌。

4、卧房不宜斜边凸角

卧室形状方正最好，不宜斜边

或是多角。因为斜边容易造成视线上的错觉，多角则容易造成压迫感，进而增添人的精神负担，天长日久，容易对健康产生不利影响。

最佳答案

1、方方正正是最好

从风水的角度看，四方形的卧室最佳，它能让躺卧其中的人感到四平八稳，有高度的安全感，对健康十分有益。如果因居所的限制，不能使用四方形的设计，则使用长方形设计亦不错。不过，卧室的长度和宽度之差距越小越好。

2、小卧房才能积攒大运势

在风水上，古人早就总结过：宅小人多气旺。空间越小，需要的

能量就越少。我们人也是一个能量体，会发光发热。越大的房子，当然就会消耗人体越多的能量。因此，房屋的大小必须和入住人数呈正比。也就是房子越大，入住的人应该越多，也就是我们常说的人气要旺。

风水中说，房子会吸引人气。这句话一点不假。人体散发出来的能量，就是我们所说的人气。当一个人用太多的能量去填充一个大房子的空间时，它对于身体的损害是可想而知的。身体能量消耗多了，自然体质就变弱了，工作起来无精打采，差错也就在所难免，判断力下降，不顺利的事也就接踵而来。