

<<九型人格读心术>>

图书基本信息

书名：<<九型人格读心术>>

13位ISBN编号：9787535463258

10位ISBN编号：7535463258

出版时间：2013-3

出版时间：杜怡青 长江文艺出版社 (2013-03出版)

作者：杜怡青

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：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;九型人格读心术&gt;&gt;

## 前言

推荐序 Recommendation foreword 以前我总会对我老公的散漫态度，衣服东西随便放（一看就知道他有哪个号码的性格）非常不满意，更喊着要离婚，但充满智慧的他有一天对我说：“东西乱七八糟对我来说没有什么问题，觉得有问题的那个人是你。”

这句话如当头棒喝，我一时之间不知道怎么反应，心想：“怎么会有人这样看事情？”

这个想法一直困扰着我，直到接触九型人格学之后，我才恍然大悟！

怪不得他是这个样子，原来我喜欢他是因为他的性格，挑剔他也是因为他的性格。

从那一天开始（那是约十五年前了），我再也没有埋怨，当他性格模式出现我不喜欢的样子时，虽然我还是会觉得不舒服，但我知道那不是他的问题，而是我的。

十多年来我跟随名师学习，研究探讨，更从灵性角度教授九型人格学，自己的觉知修行也在逐渐提高……我发现，九型人格学是一套精准有效的学问，是一张找回自己（从表面性格到生命目的与天命）的地图。

而Julie这本书是非常简单朴实的入门，它深入浅出，直接地说明了九型人格学的基本概念。

Julie运用了她六号人的逻辑思维，忠诚坦白地道出她的所知所想，确实，阅读她的创作就像看见了六号人格的美好特质：和蔼可亲、平易近人！

这是一本看了让人心里亲近的书。

期望每一位读者在享受Julie天赋的同时，也开始踏上这趟自我发现、自我实现的旅程，能活出每一个生命的终极意义：幸福快乐。

林炎婷MBA（University of Southern California）NLP Master Practitioner（身心语言程序学高级执行师

）EPTP Enneagram Certified Professional Trainer（Helen Palmer & David Daniel）Licensed CoachU

FacilitatorPOV 100-Day GraduateThe Journey（Australia）Practitioner 自序 Preface为自己想要的关系或生命带来实质的帮助几年前在朋友老师的鼓励下，开始了九型人格教学之路，对我来说，更加贴切的是“分享之路”！

分享我多年在九型人格领域中的所学所闻、所听所见，以及我自己运用九型的真实体验，让满脑子九型人格的想法不只是停留在自己身上，也能有机会分享和贡献给有缘人，让更多人认识九型人格，进而运用在生活中，除了协助自我的认识，对于生活中各种关系的相处上，也提供另一种新的思考方法。

一直以来，我总是乐此不疲地将九型人格运用在自我认识和人际相处中，生活上无论是严肃或轻松的关系处理，沉重的或轻易的自我觉察，或者与九型同好闲聊、相互支持分享、娱乐等，我的生活中处处都有九型，一聊起九型就会充满能量与活力。

也许就是因为这股对九型人格的热忱，带领我到这里用各种方式分享九型，用我想用的方式分享给大家。

世界上没有一种工具最好最完美，只有适不适合，彼此有没有缘分，是否能为自己想要的关系或生命带来实质的帮忙。

所以，如果你问我为什么选择九型人格，就是一种缘分吧，沉浸于九型人格八年仍乐此不疲，学习其他东西不灵光，学九型却能马上吸收和融会贯通，同时不停吸引人来到身边，一开口就是聊九型。

“文字”也许是我们相互认识的媒介，“聊”可能比写对我来说容易许多，因此，欢迎对九型人格有兴趣的朋友来到工作坊中，一同分享和讨论，一同探究与体验性格中奇妙有趣之处，一起聊九型、玩九型、用九型，也许你会跟我一样喜欢上九型人格。

这本书对我的生命历程充满重要意义，说是我的第三个小孩的确不为过。

谢谢自己的勇气和礼物，感谢身边不停支持我往前的所有朋友们，长期以来支持我的各型号人版朋友们（不是样版，因为是人，所以我们叫人版），我总是很幸运拥有你们的独家分享，谢谢你们包容我对九型的无限提问。

感谢我那文笔优美的先生，百忙当中总为我做第一手的修稿，感谢家人在我赶稿期间，陪伴我的两个宝贝，让我好好“生”出这第三个宝。

最后要感谢所有促成这本书“出世”的伙伴们。

<<九型人格读心术>>

献上满满的祝福，无论与自己的关系，还是与家人、朋友与伴侣等各种关系，都是充满幸福与喜悦的美妙关系。

无限感恩！

杜怡青

## <<九型人格读心术>>

### 内容概要

《九型人格读心术:让你瞬间拥有FBI快速透视人心的技巧》内容简介:九型人格是一门深层次了解人的性格工具及应用心理学说,它按照人们的思维、情绪和行为,将人的性格分为遵守原则者、成就他人者、追求成就者、凭感觉者、理性分析者、寻求安全者、创造可能者、保护者、维持和谐者,具有科学性、实用性和系统性;九型人格最卓越之处在于能穿透人们表面的喜怒哀乐,进入人心最隐秘之处,发现人的最真实、最根本的需求和渴望,它是人类动机和情绪的源头。九型人格是斯坦福商学院工商管理硕士的必修课程,它也是世界500强等跨国企业广泛采用的人力资源培训项目,被全世界所有发达国家和地区广泛应用于团队建设、销售、职场、亲子、婚姻、心理咨询等各个领域。

## <<九型人格读心术>>

### 作者简介

杜怡青，台湾最著名的九型人格导师、九型性格工作坊创始人。

曾担任世界500强企业高层管理职务，拥有多年人员管理、人力资源、销售策划等实战经验。

目前服务多家世界500强公司、国内知名企业及私人团体。

杜怡青在九型人格应用方面有十多年的实践经验，被誉为台湾地区最能把九型人格运用到实际生活中的人，其创办的九型性格工作坊因其教学风格活泼生动、声情并茂、肢体语言丰富，受到了全台湾九型爱好者的广泛欢迎。

她还善于引导学员将九型人格的精髓应用于商业领域、婚姻情感、人际关系等方面，使学员短时间内迅速实现内在性格的转换，从而踏上自我发现、自我实现的旅程，活出每一个生命快乐、幸福的终极意义。

## <<九型人格读心术>>

### 书籍目录

第一章 1—1为什么沟通会出现障碍？  
4 1—2重新看待他人6 1—3九型人格起源、简史11 1—4九型人格现况发展14 1—5学习九型人格要留意的地方16 1—6学习九型人格的好处19 第二章 2—1九型人格小故事24 2—2区分九型最主要的方法：出发点&感受30 2—3能量与三个中心33 2—4你知道自己是哪一“型”吗？  
41 第三章 3—1一号：遵守原则者ThePerfectionist46 3—2二号：成就他人者TheGiver59 3—3三号：追求成就者ThePerformer70 3—4四号：凭感觉者TheRomantic80 3—5五号：理性分析者TheObserver92 3—6六号：寻求安全者TheLoyalSkeptic103 3—7七号：创造可能者TheEpicure121 3—8八号：保护者TheProtector138 3—9九号：维持和谐者TheMediator150 3—10九型人格常见Q&A162 第四章 4—1九型的相处与自我成长170 4—2九型生活实例和对话214 4—3两两型号不同处236 4—4九型朋友的分享255 附录1：九型小练习263 附录2：给六号的礼物?266 后记268

## &lt;&lt;九型人格读心术&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页： 1—6学习九型人格的好处 在现况发展一节，我们提到了九型人格的各个应用层面，包括个人成长、工作团队、各种人际亲密关系，除此之外，这里还有许多其他可以谈的。

1.帮自己找出“为什么” 九型人格描述九种性格十分详细，有系统及清楚细腻的架构，就像一张地图，我们可以按着地图发现自己，过程中，不停地问自己“为什么”来协助自己找到出发点。

如：“为什么我有这样的反应？”

”“我这么做是因为什么？”

”“我觉得生气的原因……”如此等等。

2.接受“不一样” 当某人的某些行为和我们相似的时候，他的专注焦点跟我们不一定相同。

可能同样都是生气，但每一个型号的引爆点是不同的。

而同样的行为和反应，其背后的出发点、感受点随着不同型号也会有所不同。

然而，我们可以做的除了有探索自身之外，对于跟我们不同的另外八种性格，由于同样有清晰的描述，让我们也可以学习从其他性格的角度，来体验他们与我们之间的不同，试着想象穿戴上其他型号的外套，演绎出他们的形象、肢体、动作、语言和思想，从中去感受他们的感受，体悟他们的心情，这个过程不仅充满了趣味，而且教会我们理解和体验他们的世界。

3.学会“理解对方” 举例来讲，一号的完美主义有时令人不解，但我们不也有要求完美的时候吗？

只是我们只对某些事情或某些人要求完美，对其他情形则不然。

而真正有一号性格系统的人，他们无论何时何地，都要求自己符合完美和正确的原则。

二者在程度上可想而知相距很远。

所以，当我们在生活中发现自己要求完美的时候，或当我们认为自己这一套最正确的时候，我们可以观察一下自己，观察在那一刻自己有什么样的感受，以什么样的方式对待他人，有怎样的心情，我们可以利用这些机会，去体验一号人时刻要求完美的世界！

二号“想要别人喜欢自己”，生活中我们也会想“让别人喜欢自己”，这时候我们会怎么做呢？

是不是也会讨好及迎合他人，同时牺牲自己的需要呢？

我们可以借此体验二号以服务为本的世界。

依此类推，当我们很想获得别人的认同时，利用这机会，我们也能了解三号不停需要掌声和认同的世界。

四号“凭感觉者”在生活中，特别是遇上爱情时，充满了浪漫情怀，有时又若即若离，在推推拉拉之间，幻想力特别惊人，心情时常高低起伏，如同电视剧一般充满戏剧性，好像自己是电视剧中的主角，不停面对悲欢离合，不停翻出心底的痛楚和缺憾。

我们也可以在偶尔的心情高低起伏之时，体验四号整日整夜都处于的这种充满张力的情绪旋涡中的感受。

五号是“理性分析者”，设想一下，当你遇到让自己兴趣高涨的一门学问或事物，非常想去钻研时，你会有怎样的态度和作为呢？

六号的出发点是“追求安全感”，想一想，六号本身是有安全感的吗？

因为较没有安全感，所以会不断追求安全感。

我们每一个人都会遇到没安全感的时候，那么，当你没安全感的时候，通常会怎么样？

会不会不停地确认再确认？

找不到人时，会不会不停地狂Call？

会不会开始对任何事有所怀疑？

这正是六号常有的心路历程呢！

七号认为“好玩有趣”最重要，任何事如果只有一种选择，就代表了限制和束缚。

我们在生活中也有过完全不想“为一棵树放弃整座森林”的心情；工作时，也会有很多不能随心所欲而只能跟随指令照做的不自由感，以及压力很大只想放肆玩乐的时候。

这就是七号每天的心情。

八号是“保护者”，生活中，当我们挺身而出发誓要“保护家人或伴侣”的时候，会怎么做呢？

## <<九型人格读心术>>

会出现哪些行为，会与人如何互动，会有怎样的心声和心情？

九号“追求自在舒服、耳根清净”，想一想，当你有堆积如山的工作需要完成，能量耗尽时，你会极度想要放松自己、放空自己，你绝不会想要有人还在你旁边跟你说话，这时候旁人的话语简直就是噪声；或者你会拼命打电游、看电视、做任何可以令你放松的事。

无论你是几号，如果你想试着体会其他八种型号，都可以借由九型人格的蓝图，穿上那个型号的外套，从他们注意力所在之处、外型、肢体动作、感受、说话方式等，去体验和感受；或在生活中遇到相同情况时，去试着体会他们的世界。



## <<九型人格读心术>>

### 后记

呼，终于完工，这是我完工后的第一反应。

我大呼一口气：“真是不可思议，我真的写完了。”

真正开始是1998年12月，林林总总加一加约集中在这半年时间，一边带刚出生的孩子，一边照顾刚上幼儿园待适应的老大，忙碌纷乱的生活中随时寻找着平衡点，写书，还得找缝隙和空当，与时间赛跑。

所以，能如期完工，真的是……连自己都惊呼不可思议，竟然办得到。

开始整理，才发觉对我而言真是个大挑战。

你晓得六号满脑思绪，却同时杂乱无章吗？

用说话真的简单多了，不用一条条整理，说到哪儿提到哪儿。

写一本书，真是我的脑内大革命，逼着我把满头的九型资料，硬是想办法整理和归类，然后用文字挤出来，最后还得修修改改。

停下来的同时我在想，为什么满脑子的九型，却不知从何下笔呢？

在一次和朋友讲电话中，我有了发现，那紊乱的思绪，经常因为和人说话，而获得答案或方向，这完全印证了我系统里“说话是思考的过程”，一边说话一边整理思绪，反而让我找到清楚的方向。

坐在计算机旁，一旦太投入反而挤不出东西。

渐渐地，从旁边需要两三本参考书籍，到后面完全不需要，可以源源不断，油然而“写”，当然修正的过程是另一个挑战。

总之，写书的过程，让我更明白自己系统的运作模式，这真是宝贵的礼物。

随着生命中永远对自己能做到有些事感到不可思议，这本书再次让我惊呼，那慌乱中潜藏着无穷的潜力，以及靠着对自己和身边人允诺的压力，顺利达成。

一本书，看起来虽不是什么大不了的事，却是我生命又一个意义非凡的转折点。

我衷心地期许自己透过分享，尽我所能将自己的所学所知所感，为身边的人及这世界带来贡献。

再次感谢所有支持我的家人和朋友，以及所有帮助这本书得以出版的人，这段时间收到大家满满的祝福和鼓励，让我和这本书充满感恩。

透过这本书，继续传递大家的爱和祝福，给予每一个人，给予这个世界。

衷心感激，无限感恩！

谢谢你，我爱你！

## <<九型人格读心术>>

### 编辑推荐

《九型人格读心术:让你瞬间拥有FBI快速透视人心的技巧》编辑推荐：斯坦福商学院最高效最实用的性格心理学课程！

只需10天，你就能成功管理和操控身边所有人。

巴菲特+马云+潘石屹+冯仑都在学习和运用的超强阅人术。

台湾每分钟销售一本，长期盘踞心理学畅销榜。

用最科学的方式剖析性格，用最轻松的方法看透人心。

九种人物性格+彩图呈现、精彩对话案例+生动有趣，一本引发全国团购热潮的心理学读本！

为读者打开了一扇重新认识自己和他人的窗户，并结合多项实例，教会我们如何掌握人心、洞悉人性，助你工作、生活皆得意！

流行于台湾文艺圈、商业圈和职场的超级畅销书。

上市一个月，数次加印！

90%的台湾女白领都在阅读的一本书，平均每分钟销售一本的超强读心术！

全球500强企业的管理阶层都在研习九型性格，并以此培训员工，帮助建立团队、促进沟通、增强执行力等综合能力的提高。

九型人格能够帮助我们洞察人心，用有效的方式应对他人，最终提升我们人生的幸福和成功！

斯坦福商学院最高效最实用的性格心理学课程！

只需10天，你就能成功管理和操控身边所有人。

台湾年度畅销书！

巴菲特、李开复、马云、潘石屹、冯仑、杨澜、柴静、毕淑敏强烈推荐！

<<九型人格读心术>>

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:<http://www.tushu007.com>