

<<九型人格心理操纵术>>

图书基本信息

书名：<<九型人格心理操纵术>>

13位ISBN编号：9787539954325

10位ISBN编号：7539954329

出版时间：2013-1

出版时间：江苏文艺出版社

作者：苏木禄

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>

## <<九型人格心理操纵术>>

### 前言

如果，生活允许你去选择，在你面前有这样九种人： 第一种：什么都追求完美，是非分明却又过分挑剔； 第二种：十分乐于助人，主动付出却又十分期待回报； 第三种：奋力追求成功，努力奋斗却又太重视名利； 第四种：喜欢沉浸于幻想中，有良好的审美感却又太情绪化； 第五种：观察胜于参与，头脑冷静却又喜欢封闭自我； 第六种：喜欢躲在人后，忠诚有责任心却又过分猜疑缺乏自信； 第七种：永远都精力充沛，乐观豁达却又常常虎头蛇尾； 第八种：颇具领导风范，能挑大梁却又显得霸道、攻击性强； 第九种：乐于当和事佬，随和包容却又在生活中过于被动。

这样的九种人，如果让你选择，现在想想，你希望谁来做你的父母？

谁来做你的伴侣？

谁来做你的上司？

谁来做你的助手？

谁来做你的朋友、同事、合作者？

心理学家从古老巴比伦的神奇智慧结晶得到灵感，根据人身上的气质，包括活跃程度、规律性、主动性、适应性、感兴趣的范围、反应的强度、心境的素质、分心程度、专注力范围或持久性等，发现人可以分为九种：完美主义者、给予者、实干者、浪漫主义者、观察者、怀疑论者、享乐主义者、保护者和调停者。

人们由于生存环境或家庭教育等原因形成了这九种不同的人格类型，每种类型都有其出色的闪光点，当然同时，也就有了不可避免的性格缺陷。

现在来想想自己吧，你又知道自己属于哪种类型么？

你又是经常会想这样一些问题：我究竟想要怎样的生活？

为什么我要追求这些？

为什么我会烦恼？

这些烦恼的源泉究竟是什么？

如何才能轻松与人和谐相处？

如何才能克服自我发展的内在阻碍，发现自己独一无二的天赋和能力？

每个人都渴望能够更深层次地了解自己，超越自己，可又总是不得其法，九型人格理论便给我们一个很好的途径。

其实，人们的一切行为无非源自于两种情绪，一种是爱，即九型人格中的深层渴望；一种是恐惧，即九型人格中的深层恐惧。

但我们在现实中并不能时刻清楚区分这两种情绪所主导的行为，因为我们总是被外界的各种现实价值如财富、头衔、地位等等影响着，也正是因此才让我们产生事与愿违的内心困扰。

每个人也都渴望能够与周围搭建一种良好和谐的社会环境，通过九型人格技术，我们可以透过行为去觉察自己内在的深层渴望以及困扰自己的深层恐惧究竟是什么，进而给了我们一个全新的理解别人心理的途径，可以让我们明白其他不同人的个性类型，从而懂得如何与不同的人交往沟通及融洽相处，与别人建立更真挚、更和谐的关系。

你已经想好在刚才的提问中，在身边的不同位置选择谁了么？

你在选择的时候自然考虑到了不同类型人格的优缺点，然后把他们放在了最适合的位置上，可是，生活并不总给我们机会去选择的，更多时候我们面对的是已经形成的社会关系，那么这时候我们又该怎么做呢？

《九型人格心理操纵术》就是为了教您在各种类型人格的社会环境中如何得体相处，我们将各个类型的人一一碰撞，教会你在和什么类型的人相处时要用什么样的方式与心态，从而使你在人际交往中如鱼得水，八面玲珑，得您所愿。

授之以鱼不如授之以渔，既然我们并不总是拥有选择机会，那么知道如何在各种情形下和谐相处，岂不也可以称为是一种更好的方法么？

## <<九型人格心理操纵术>>

### 内容概要

完美主义者、给予者、实干者、浪漫主义者、观察者、怀疑论者、享乐主义者、保护者、调停者……  
(此句可做到封面上做不规则字体暗纹背景效果)

充斥在我们身边的这些角色，可能是你的父母、你的伴侣、你的上司、你的朋友……一本书教你一一“认清”他们、“征服”他们、“操纵”他们……

如果，生活允许你去选择，在你面前有这样九种人：

- 第一种：什么都追求完美，是非分明却又过分挑剔；
- 第二种：十分乐于助人，主动付出却又十分期待回报；
- 第三种：奋力追求成功，努力奋斗却又太重视名利；
- 第四种：喜欢沉浸于幻想中，有良好的审美感却又太情绪化；
- 第五种：观察胜于参与，头脑冷静却又喜欢封闭自我；
- 第六种：喜欢躲在人后，忠诚有责任心却又过分猜疑缺乏自信；
- 第七种：永远都精力充沛，乐观豁达却又常常虎头蛇尾；
- 第八种：颇具领导风范，能挑大梁却又显得霸道、攻击性强；
- 第九种：乐于当和事佬，随和包容却又在生活中过于被动。

九种类型，我们一一碰撞，职场和恋爱我们一一分析，教会你在和什么类型的人相处时要用什么样的方式与心态，从而使你在人际交往中如鱼得水，八面玲珑，得你所愿！

## <<九型人格心理操纵术>>

### 作者简介

苏木禄，擅长文史、社科类图书的策划与编撰。  
有《百年中国实录》、《中华史典》、《图说故宫600年》、《童谣和箴语中的历史》。

## <<九型人格心理操纵术>>

### 书籍目录

前言 PART1我是哪种类型？

动动手，挖掘你内心深处的人格类型003 啊——原来九种不同类型的人格是这样的感觉008 PART2完美主义者——没有更好。

只有最好 完美主义者vs完美主义者：更加完美还是造就“杯具”？

017 给予者vs完美主义者：我的“公平”你永远不懂020 实干者vs完美主义者：难道我还不够脚踏实地？

023 悲情浪漫者vs完美主义者：为什么不可以接受我的感情？

026 观察者vs完美主义者：我只是喜欢以自己的方式思考029 怀疑论者vs完美主义者：质疑还是忠诚032

享乐主义者vs完美主义者：难以“翱翔”的无奈034 保护者vs完美主义者：难以忍受的“严密掌控”

037 调停者vs完美主义者：不要逼我，我只是想要被接纳039 PART3给予者——只要你过得比我好 完美主义者vs给予者：你会不会过于滥情？

！

045 给予者vs给予者：感谢你的感谢047 实干者vs给予者：工作还要付出情感啊050 悲情浪漫者vs给予者：你会不会太虚伪？

053 观察者vs给予者：我真的不需要太关心！

055 怀疑论者vs给予者：好吧，我来做“警犬” 058 享乐主义者vs给予者：我对人际交往本来就不太在乎嘛061 保护者vs给予者：你愿意为我打破规则么？

063 调停者vs给予者：只要你不是太压迫066 PART4实干者——什么都是空话，实干最重要 完美主义者vs实干者：我只是想更仔细而已071 给予者vs实干者：我想使你更“人性化” 074 实干者vs实干者：我一定会成功的！

076 悲情浪漫者vs实干者：我的情绪不会妨碍工作的078 观察者vs实干者：我只是不想被操纵081 怀疑论者vs实干者：不懂得暗示的老板啊084 享乐主义者vs实干者：因为爱，我也会拼命努力087 保护者vs实干者：呃，我并没有觊觎你的权利090 调停者vs实干者：当真是“做出一个艰难的决定” 093 PART5悲情浪漫者——我的柔情你永远不懂 完美主义者vs悲情浪漫者：难以忍受的情绪冲动099 给予者vs悲情浪漫者：我只是想关心102 实干者vs悲情浪漫者：极富创意的领导105 悲情浪漫者vs悲情浪漫者：终于找到志同道合的了！

107 观察者vs悲情浪漫者：我想划一条“三八线” 110 怀疑论者vs悲情浪漫者：我会了解你并忠于你！

113 享乐主义者vs悲情浪漫者：我并不是肤浅！

116 保护者vs悲情浪漫者：我真想好好保护你119 调停者vs悲情浪漫者：请不要太忽略我121 PART6观察者——我只是在一旁冷眼看着这个世界 完美主义者vs观察者：我是需要指导与反馈的127 给予者vs观察者：我想软化你的冷酷130 实干者vs观察者：一定要那么细致吗？

132 悲情浪漫者vs观察者：我并没有想加重你的负担134 观察者vs观察者：两个“神秘人” 137 怀疑论者vs观察者：难以适应的“孤僻”老板140 享乐主义者vs观察者：我并不是你想象中那样放荡不羁143

保护者vs观察者：绝非容易打倒的对手145 调停者vs观察者：关注也成了错么？

148 PART7怀疑论者——这个世界本就不值得相信 完美主义者vs怀疑论者：我真的不是在责难153 给予者vs怀疑论者：我会支持你的！

155 实干者vs怀疑论者：有那么麻烦吗？

158 悲情浪漫者vs怀疑论者：我只是想受到你的赏识160 观察者vs怀疑论者：我只是不善于表达而已162 怀疑论者vs怀疑论者：我，可以信任你么？

165 享乐主义者vs怀疑论者：我来冲前线！

168 保护者vs怀疑论者：我也可以很忠诚170 调停者vs怀疑论者：难道你不懂日久见人心？

173 PART8享乐主义者——天再高我的快乐至上 完美主义者vs享乐主义者：令人晕头转向的老板179 给予者vs享乐主义者：唉，专注自我的老板181 实干者vs享乐主义者：“一盆凉水浇醒他”？

！

184 悲情浪漫者vs享乐主义者：只知道开心的人儿啊186 观察者vs享乐主义者：用我偶有的热情打动你

<<九型人格心理操纵术>>

!

188 怀疑论者vs享乐主义者：你是火来我是水191 享乐主义者vs享乐主义者：一对狂热的组合193 保护者vs享乐主义者：做你的最佳后卫196 调停者vs享乐主义者：你可不可以不要再玩了198 PART9保护者——我就爱做“老鹰捉小鸡”里的老母鸡 完美主义者vs保护者：真的不可以坚持原有规则么？

205 给予者vs保护者：我的一切行动都是为了你！

208 实干者vs保护者：难以把握的“自我立场” 210 悲情浪漫者vs保护者：请不要孤立我212 观察者vs保护者：你总是要我暴露一切214 怀疑论者vs保护者：我只是怕被你的权威所摧毁217 享乐主义者vs保护者：跟我一并开心吧！

219 保护者vs保护者：必然的战争222 调停者vs保护者：你是说我“想得太多”？

225 PART10调停者——你好我好大家好嘛 完美主义者vs调停者：你是否给我太多“自由” 231 给予者vs调停者：还是我来决定吧233 实干者vs调停者：我有一个“磨蹭”老板236 悲情浪漫者vs调停者：你是否厌倦了我的多愁善感？

237 观察者vs调停者：很符合我口味的上司240 怀疑论者vs调停者：你怎么可以什么都不担忧？

242 享乐主义者vs调停者：你为什么总是索然无味？

244 保护者vs调停者：难以忍受的蜗牛般的步调247 调停者vs调停者：糟糕了！

谁主动？

249 后记

## <<九型人格心理操纵术>>

### 章节摘录

版权页： 天啊~！

面对“没有更好，只有最好”的完美主义者，我真的压力好大啊~！

不停地挑刺，不停地批评，谁能告诉我到底该怎么做？

！

完美主义者vs完美主义者：更加完美还是造就“杯具”？

当罗莎琳·史密斯遇到吉米·卡特 吉米·卡特是美国的第三十九任总统。

卡特强调人权，主张实行行政和经济改革，他把巴拿马运河的管理权交还给了巴拿马，也正是他实现了同中华人民共和国的关系正常化，使得中美两国正式建立了外交关系。

他是个非常典型的完美主义者。

卡特从马里兰州美国海军军官学校毕业后加入海军服役，随后与罗莎琳·史密斯结婚了。

巧的是，罗莎琳也同样是个典型的完美主义者，她不仅操持家务井井有条，同时更是一个天生的政治活动家。

在1955年卡特步入政坛后，罗莎琳也开始为了他东奔西走，她不像以往竞选者夫人那样的高高在上，而是像个邻家妇人一样的四处宣讲卡特的个性、特长以及不凡的业绩，就这样为丈夫拉了不少选票。

不得不说，卡特最终的成功，与罗莎琳立下的汗马功劳是绝对分不开的。

传说已经卸任后的某天晚上，卡特突然告诉罗莎琳一个一闪而立的念头：建立一个卡特中心，然后努力促进世界和平。

于是很快的，1986年，卡特中心正式成立了，多年来一直努力在世界播撒和平的种子。

卡特夫妇为世界和平事业倾注了巨大的心血，在他们看来，其实正是生活本身让他们充满了活力。

甚至直到如今，这对夫妻每天的日程仍然都排得很满，出国访问、演讲、公益活动……事情多得几乎忙不完。

而对他们来说，有目标，有追求，这才是真正有意义的生活。

心理学分析 你心目中的完美主义者是什么样子的呢？

看到这个问题，你眼前是否立刻浮现出一个周围闪着金光的身影？

他们严肃、较真，但做出的事的确是面面俱到、无可挑剔的。

那么，作为一个完美主义者，他们本身也是“完美”的么？

心理学家认为，完美主义者负责、独立，是以超高标准勤奋工作的人。

他们严肃地面对生命，容易急躁、紧张、爱评判、控制、自以为是，以及难以克制地追求完美。

但作为完美主义者，他们心里其实也有着说不出的苦衷。

虽然完美主义者渴望良好的关系，他们却难以信任这个世界，因为他们觉得许多人似乎经常口是心非。

他们也觉得因为自己不完美，所以不值得拥有友谊。

因此他们在开始亲密接触之后便又具有了退缩的倾向，以便观察一下对方是否看重这段友谊，以及此人是否值得交往。

如果对方和他们继续联系，他们才会愿意有进一步的发展，再加上他们时常表现出疏远或讥讽的一面，很可能会导致失去潜在的亲密友人。

## <<九型人格心理操纵术>>

### 后记

最初解析九型人格学说的时候，着实被吓了一跳，仿佛一个明明隐藏的、包裹得好好的自己被一点一点地剥开来，行为、思想等一个不落，一点不差。

一个深层思想中的自己就那么赤裸裸地展现在了眼前，实在也是件不那么容易淡定的事。

于是就带着这种惊诧与震撼渐渐走进了九型人格的世界中。

研究了一段时间后，我蓦然发现自己对人对事的观察与理解也深刻了许多、客观了许多。

很多人研究性格，会喜欢从血型、星座等方向着手，但那其实并不十分科学，觉得更多时候不过是由于心理学中的巴纳姆效应罢了。

想想吧，我们的性格其实最多还是后天所养成的，可是后天的我们却已经无法再去选择我们的血型和星座了。

那么研究性格要从何入手呢？

九型人格就给了我们最好的答案。

九型人格理论中，我们的性格类型是从我们孩提时代所受的影响然后一步步发展起来的，甚至还有可能会处于变化之中。

九型人格就那样一点一点地分析着我们的行为和深层思想，所以也最好地反映了我们的性格特质。

每种性格必然会有它自身的优缺点，不同性格的人碰撞在一起，自然又会产生更多问题，那么面对这样的自己和各种各样的人，我们应该要如何更好地相处呢？

这就是我希望大家能够明白的。

只是九型人格学说博大精深，每个人虽然有他的主要支撑人格，但还会有两翼和分支等等，情况纷繁复杂，这就实在远非区区如我这十几万字能够说清道明的了。

只是希望这本书能够给您一些客观的关于相处之道的建议，也能够让您更加地了解自己，更希望能够通过本书吸引到您对九型人格理论的兴趣，然后慢慢了解研究，想必到那时，您就绝对可以是一个左右逢源、要风得风、要雨得雨的达人了！



<<九型人格心理操纵术>>

编辑推荐

《九型人格心理操纵术》教你——“认清”他们、“征服”他们、“操纵”他们.....

<<九型人格心理操纵术>>

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>