

《九型人格》

图书基本信息

书名：《九型人格》

13位ISBN编号：9787508622224

10位ISBN编号：7508622227

出版时间：2010-8

出版社：中信出版社

作者：[美] 戴维·丹尼尔斯,[美] 弗吉尼亚·普赖斯

页数：158

译者：程良

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

《九型人格》

前言

《九型人格》

内容概要

《九型人格》

作者简介

戴维·丹尼尔斯，九型人格理论的创始人，“九型人格专业导师课程”的首创者。医学博士，斯坦福大学医学院临床精神科教授。钻研九型人格理论已达30年之久，并一直致力于在全世界推广九型人格理论。与海伦·帕尔默共同创建“九型人格全球工作坊”，为个人和企业提供自我开发和员工培训课程，客户包括苹果、宝洁、花旗银行、可口可乐、惠普、诺基亚、通用汽车、索尼等世界500强企业。他也是将九型人格理论引入斯坦福大学商学院MBA必修课程的第一人。

弗吉尼亚·普赖斯，哲学博士，心理学家，迈耶·弗里德曼研究所及美国陆军战争学院的研究负责人，其著作《A型行为类型》被广泛认为是该领域的一个里程碑。

《九型人格》

书籍目录

推荐序前言第一章 九型人格测试导读 第一节 九型人格与九型人格测试 什么是九型人格 什么是九型人格测试 第二节 九型人格测试操作导读 接受九型人格测试 发现并确定你的人格类型 针对九型人格的发展训练第二章 启动九型人格测试 第一节 九型人格测试 第二节 九型人格初步判定 短文对应的人格类型 九型人格图第三章 九型人格全面判定 第一节 九型人格全面判定系统 人格类型判定说明 人格类型判定说明的详细注解 人格类型描述说明 人格类型描述说明的详细注解 第二节 判定你的人格类型 人格类型一：完美主义者 人格类型二：给予者 人格类型三：实干者 人格类型四：浪漫主义者 人格类型五：观察者 人格类型六：怀疑论者 人格类型七：享乐者 人格类型八：保护者 人格类型九：调停者 第三节 九型人格的种相关人格类型判定 完美主义者与给予者 完美主义者与实干者 完美主义者与浪漫主义者 完美主义者与观察者 完美主义者与怀疑论者 完美主义者与享乐者 完美主义者与保护者 完美主义者与调停者 给予者与实干者 给予者与浪漫主义者 给予者与观察者 给予者与怀疑论者 给予者与享乐者 给予者与保护者 给予者与调停者 实干者与浪漫主义者 实干者与观察者 实干者与怀疑论者 实干者与享乐者 实干者与保护者 实干者与调停者 浪漫主义者与观察者 浪漫主义者与怀疑论者 浪漫主义者与享乐者 浪漫主义者与保护者 浪漫主义者与调停者 观察者与怀疑论者 观察者与享乐者 观察者与保护者 观察者与调停者 怀疑论者与享乐者 怀疑论者与保护者 怀疑论者与调停者 享乐者与保护者 享乐者与调停者 保护者与调停者 第四节 检验九型人格测试结果 确定自己的人格类型 检验你的人格类型 提高自我观察能力第四章 九型人格职业与个人发展训练

《九型人格》

章节摘录

他们的工作表现不一样，有的人坚持到底勤奋敬业，有的人有头没尾常有疏忽，有的人关系繁多热情不减，有的人独来独往最少参与……他们可能是你的上司下属，可能是你的同事朋友，也可能是你的商场客户、职场应聘者……他们就在你身边，你每天都在和他们打交道。龙生九子，各有不同。我们是明白这些差异的，但更多的时候，我们受困于这些差异给彼此交往和工作配合带来的障碍和挫折。为什么他业务绩效一鸣惊人而团队关系一塌糊涂？为什么他应聘表现生动精彩而实际工作马马虎虎？为什么他经常答应爽快但常常借口拖延不交成果？为什么他总是不能明白理解领导交待的话、安排的事？种种问题，最后归结为一个字：“人”！子曰，不患人之不已知，患不知人也。在职场、商场中，因人而宜、扬长避短地选人、用人、育人、留人、交人，谈何容易？

《九型人格》

媒体关注与评论

把握人的性格是每一位职场人士事业发展的助推力。打开这本书，从全球九型人格最权威的测试开始，进入了解人的旅程，从而更好地了解你自己，还有你身边那些与你不同的人。——于红梅 资深九型人格培训师“从纷繁复杂的体系中找到自己的定位”，这种企图，与人类不断挑战大自然的努力是一样的，有其必要和可贵之处，亦有其妄念和不能之处。认识到这一点，本书就会真正帮到我们每一个人。——王琿《心理月刊》执行主编认识你自己——这一从古希腊流传至今的古老命题，从不曾因其年代久远而失去探究的意义。相反，在纷繁复杂的当代社会，如何认识自己有着更深刻的现实意义。用一种可测量、可描绘的手段，帮助你发现不熟悉的另一个（甚至几个）自己，从而看到更加全面的你，也许正是本书的意义所在。——胡邓 中国人民大学心理健康教育与咨询中心主任

《九型人格》

编辑推荐

《九型人格》

精彩短评

- 1、如果大致了解九型人格并看过一部分著作的读者，我觉得没必要再买这本书，因为里面的内容其余书里也能找到，讲的太简单了。
- 2、很容易让人读懂的一本九型人格，不错。
- 3、着重在九型人格的性格比较，内容非常少。20140523
- 4、你要认识到生活是由各种可能随意编织而成的，敢承认与你有关的负面的任何事，愿意体验烦恼和冲突，享乐的理想主义者啊
- 5、说是手册，确实不能当作一本书来对待，内容非常少，字大字间距更大。唯一的用处是，可以作为初次接触九型人格体系的小学生的快速导读。
- 6、大哥推荐，很有用。我是保护者性格
- 7、测一万遍我也是艺术自我型的...
- 8、很好的一套书，经典而有参考价值
- 9、挺有意思的！大二时看的书！
- 10、看了就忘
- 11、抱有很大的期望值，似乎觉得还不错，但是拿到书后，发现对九型人格的建议和自我提升方法不是很全面，只能说书一般。
- 12、不知道怎么评论这本书，讲了各个人格的类型，测试方法，不知道具体算是好还是不好
- 13、认识自我，洞察人心。
- 14、我是6号：怀疑论者... _
- 15、其实看九分之一就行.....
- 16、还OK吧，实用性的内容不会很多，毕竟是比较薄的一本书，不可能承载太多的内容，真的感兴趣的话可以买来看一看。
- 17、理论是不错的，但是这本书是在太薄，而人格的内容太多，所以这本书并不能很好很全面的解释提出的理论。还有就是前面的自我人格测试有点不准，还好后面和专业学习过的人讨论。打算再找点相关的书看看
- 18、浪漫主义者，观察者，保护者
- 19、入门级别的，可以当工具书使用。
- 20、测试完之后，我觉得我人格分裂
- 21、说明手册
- 22、很好 商家发货很快 质量很好 正版
- 23、包装，质量都挺好的，和书店的一样。下次还来买
- 24、很简单的一个人格类型对应。看完没多少感觉，就知道了，原来自己是这一型。后面有一些自我练习，会针对自己这一型，试试看有没有用。
- 25、两本书我都很喜欢 真的很好 受益匪浅
- 26、还得再读一次
- 27、粗略的读过。对于不同的人格其实都有一些比较共性的建议。比如体育健身之类的。不好评价，没有深入了解。
- 28、类型二
- 29、本书还可以，对销售人员好像有帮助。
- 30、浪漫主义者。
- 31、还是不清楚我是哪类人格.....
- 32、说不上好还是不好，从自我人格判定来看信度是挺高的，但从自我提升的角度提供的参考太抽象了。【我从来没有考虑过我竟然是个怀疑论者？！这书让我indeed开始怀疑自己前二十几年的人生...
...
- 33、看过 海伦·帕尔默的 九型人格 和 职场和恋爱中的九型人格，了解了各种人的性格，对别人自己都有了新的认识。挺有意思的，也提高了我的交际能力。但还是不怎么清楚自己是什么性格，貌似我是9号调停者。现在我觉得，我觉得人的性格很复杂的，不可能九种就能完全概括，其中有一些变化，但可以当一个大体看待自己，别人的方法，千万不要以自己是什么型的人，别人是什么型，就这书

《九型人格》

照搬，这样是不对的，尽信书不如无书。

34、了解自己，也了解了别人

35、书有点像做问卷那样，每个人格类型行为，专注点，压力源的设定都还是很合理的。虽然并不觉得人会只有9类，这个理论也仅有一个千人样本的实验支撑。但这些列出的人格行为的逻辑觉得很有意思

36、简单易懂 入门书

37、觉得还不错...挺准的

38、比上一本九型更有指导意义，不仅清晰简洁实用，而且之后还有修正反馈。在本书中我按可能性依次是五（观察者）、九（调停者）、七享乐者）。

39、9

40、跟潜伏在办公室差太远了

41、人生有三难:读懂人性难,战胜自己难,控制情绪难!这本书让我解决了以上难题!顶顶顶顶.....

42、书上有简易测试，类型介绍，类型的区别，提升方法，浅显易懂。

43、我认为一切像九型人格以及传销培训师乐嘉那套性格色彩这种试图把人的性格低维化、符号化的理论都是毫无价值的洗脑术。人的性格千差万别，再精密的维度也不可能把某个人性格描述清楚。更谈不上什么实际价值，判断一个人性格这件事，最终还得靠大脑。

44、嗯，很喜欢这本书，挺不错的，很值得参考。

45、书很薄，可以去看看，整本就是一个测试，很快看完。了解一下自己也是不错的。

46、经过测试，我是一个完美主义者，用MBTI的测试是INTJ型，我真是一个完美主义者。

47、这套测评比较系统全面，能够提供不错的参考。同时也通俗易懂，没有写得有多高深。不过就只能作为个人九型人格的测评和判断，因为不是非常深入，所以还需要再看其他类似的书才能真正的弄透。

48、完美主义者、给予者、实干者、浪漫者、观察者、怀疑论者、享乐者、保护者和调停者

49、可以阅读，浅显的感觉，阅读感觉不错

50、别人推荐给我做的测试，恰巧又在爸爸的书房看到这本书，就拿过来读了，真的很准！内容也不晦涩适合阅读。

51、呵呵，我一直就是好就5星，差就1星的

52、这本书里面九型人格的测试不好，扣掉一颗星。读完能自我检讨也算有长进了。

53、出现过小插曲，已经送货了却没看到书，后来和卖家沟通，卖家很好的帮着查询。后来才知道是其他同事代收并且忘了告诉我。又给卖家打电话告知这个事情，很好的卖家，发货也是最快的！

54、完美主义者伤不起

55、479

《九型人格》

精彩书评

- 1、有读过关于MBTI体系的《天赋人格》这本书，比较而言，这本书把人分成9个类型是非常突兀的，而且目前这个理论是并没有足够理论支持的。虽然如此我还是给了四星，这本书对每个人格的设定是非常合理的。从它们对世界理解的偏差出发，产生压力源，愤怒源，专注于什么，而且很有意思的是，你在意什么，你对其它人会这么做，同时你会觉得别人也应该对你这么做。像其中给予者这个人格，就有些像生活中的老好人，而从这本书里我理解了这是一类更注重人际关系的人，通常他们会和人们建立很好的联结，虽然他们享受于付出好像不要回报一样，但实际他们会为别人的忽视而感到极为痛苦。虽然世间不止九种人，但是这本书可以帮助我们更好的理解这世间一部分人的行为
- 2、总体来说这本书对自我认知是很有帮助的。首先，它的脉络很清晰。从导读，即告诉你九型是什么以及告诉你怎么去使用九型认识自我，接着测试，再全面判定（很重要的一步）爱你阐述各种人格类型的区别与联系，最后训练，以求达到最终目标。其次，它提供了思路给你：要怎么训练，在哪些方面注意。但是它没有提供相关的实例。它帮助我们认识自我并应用去分析身边的人，让我们不再跟自己的影子跳舞
- 3、一个人提升，离不开自我的发现。每一个成长起来的人，都是在不断认识自我过程中，慢慢强大起来的。戴维·丹尼尔斯的《九型人格之自我发现与提升手册》为人们提供了一个知己知彼，洞察自己及身边人真实想法的有效途径。人在旅途，其修远兮。把握人的性格是每位职场人士事业发展的助推力；让人们在纷繁复杂的社会体系中找到自己的定位。认识自己，是个永远的命题，从不因年代久远而失去探究的意义，相反，它对如何认识自己有着更加深刻的意义。古哲圣贤曾说过：知人者智，知己者明。知己知彼，方能百战百胜。人，最熟悉的人是自己，最陌生的人也是自己。了解了自己的人格类型，你就能发现另一个不熟悉的自己，从而看到一个更加全面人你。

章节试读

1、《九型人格》的笔记-第136页

你应该每天有意识地去拥抱和承认生活中的寻常经历。具体而言，你可以重视那些所谓的小事，比如必要的日常工作、与别人的偶遇以及你周围的美好事物。假如你发现自己的注意力正转向那些错过的食物上，或者转向那些让你觉得失望的事物上，你应该将这种经历作为一种信号，它提醒你應該把自己的注意力重新投入到现实中，应该重新审视寻常的事物并使之变得有意义。你可以留意一下自己在面对现实的时候是满足感多一些还是失望多一些。请记住，由于浪漫主义者的注意集中于过去和将来的理想事物，所以他们常常不能接受每天的寻常生活。

2、《九型人格》的笔记-第54页

将注意力集中在此时此刻生活中的实际事情上，而非正在失去的事物上；保持言行的一致性，不管出现何种变化，也不管情绪如何；多做体育锻炼；帮助别人，使自己变得大方一些；学会控制自己的反应，直到情绪开始平静下来；接受平凡的经历。

3、《九型人格》的笔记-第11页

世界因为差异而丰富多彩。

4、《九型人格》的笔记-第14页

我是一个敏感的人，我感情强烈。我经常觉得被人误解，而且感到孤单，因为我觉得自己与别人有所不同。在别人眼里我的所作所为就像是在演戏，而且曾经因为过度敏感和夸张情绪受到批评。我渴望彼此的情感交流和强烈的情感体验。但我与别人的关系很难融洽，因为我总是想拥有不可能得到的东西，又总是鄙弃我已经得到的东西。我这一生都在寻求心灵的沟通和理解，却总是由于知己难寻而郁郁寡欢。有时候我很想知道为什么别人比我活得快乐，人缘也比我好得多。我对美学有很敏锐的感觉，而且我有丰富的情感世界。

5、《九型人格》的笔记-第1页

《九型人格》

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:www.tushu000.com