

# 《九型人格-发现你的人格类型-2》

## 图书基本信息

# 《九型人格-发现你的人格类型-2》

## 前言

## 《九型人格-发现你的人格类型-2》

### 内容概要

《九型人格2:发现你的人格类型》为国际九型人格研究会指定教材，全球销量最大、语种最多、最受欢迎的九型人格权威读本，斯坦福大学商学院必修课程。美国中央情报局、可口可乐、苹果、宝洁...高管培训教材。

海报：

# 《九型人格-发现你的人格类型-2》

## 作者简介

# 《九型人格-发现你的人格类型-2》

## 书籍目录

前言及致谢 第一部分基础和新的发展 第一章九型人格实用指南 第二章传统的九型人格 第三章9种人格类型 第四章发展层级 第二部分评估 第五章确定你的人格类型：问卷 第六章错误定位 第三部分新的联系，新的方向 第七章中心 第八章九型人格在心理学上的延伸应用 第九章进一步的讨论 第十章建议 第十一章人格、本体与心灵 参考书目

### 章节摘录

版权页：插图：第一章九型人格实用指南 我们犹如置身于无人看守的牢房之中的囚徒，没有人违反我们的意愿将我们禁闭起来。我们也听说，打开门的钥匙就在这间牢房之中，如果我们能够找到它，便能打开牢门，得到自由。但是我们不知道钥匙藏在了哪儿，就算知道，我们有些人也害怕打开牢笼。出去之后，我们该何去何从？我们应该如何面对这陌生的自由？这个比喻充满了深意：我们就是自己的囚徒，被恐惧感紧紧地束缚住，限制了自由，因为自身的原因而备受煎熬。没有人阻止我们去寻找解放自己的钥匙，但是我们必须知道如何去寻找它，并且一旦找到，就要乐于使用。九型人格帮我们找到了生命之匙，它能够打开一扇扇心门，指引我们走上获取智慧的道路，这智慧能帮助我们逃脱自我设下的牢笼，拥有更充实的人生。九型人格让我们摆脱人格的缺陷，从而能对自我有一个更深的认识，并能把我们从恐惧、冲突、激情、冲动、错位的欲望以及内心的混乱中解脱出来。但是，在这个过程中，任何一步都不是自动完成的，就算我们清楚自己的人格类型，也不一定知道如何使用这些知识。人们常常提出这样的问题：“我已经知道我的人格类型了，应该如何使用它呢？我该往哪儿走呢？”了解九型人格可以在一定程度上帮助我们，但是仅仅了解并不能释放我们的自我。我们需要了解这个充满变化的过程，以及我们在其中的角色。虽然我们不能促成变化，但是如果没有我们的参与，变化也不会发生。这似乎有点儿自相矛盾。那么，我们在自我发展的过程中到底扮演了什么样的角色，九型人格又能给我们提供什么样的帮助呢？九型人格的作用在于，它是一份珍贵的心灵地图，指出了我们独特的人格结构中的障碍之所在。九型人格的基本理论认为，人格可以分为9种基本结构，或者说9种看法、9种人生观、9种世界观。它们之间有很多相似之处，但却表现出不同的态度、行为、反应、防御、动机和习惯。同时每一型的成长都需要自己的独特处方。可以说，本书的核心内容就是，通过揭示我们的人格由什么构成，用九型人格理论指出，如果我们想要获得真正的成长和改变就必须具备的东西。每个人的人格各异，不是从一个模子里铸出来的，因此每个人的心理和精神特质也各有不同，它们被完美呈现出来的顺序也不一样。九型人格可以帮助我们了解自己的人格类型，让我们了解自己在成长过程当中是怎样渐渐地被压抑和被封闭的，以及被压抑和被封闭的原因。它让我们全面透彻地了解自己，以及一些重要的人际关系。它所使用的语言并不艰深，也不带任何价值评判，更多的是向我们揭示心灵世界和精神世界的奥秘。这些现实并不遥远陌生，这就是我们生活在其中的真实世界。除了让我们了解我们日常行为的内在原因，九型人格还详细地向我们展示了人格如何限制了自我的发展，哪里是我们成长的道路，以及如何得到真正的满足。它让我们了解自己的人格结构，并明白我们的愿望实际上就是获得心灵最宝贵财富的重要指南。当我们把自我防御模式、甚至心理痛苦和限制当做精神能力的指导时，我们就能从一个完全不同的角度来观察自己，由此得到同情心、疗伤处方、爱以及转变。我们坚信，如果能充分理解九型人格，一定会给今天的世界带来巨大的益处，它能够深切地影响我们，真实地展现我们的生活经历，帮助我们寻找人生的轨道，揭示我们共同的人性。它直接与心灵对话，唤醒我们的信仰、希望和爱。很多学生和读者都告诉我们，九型人格帮助他们重新找到了自己的精神力量，有些人甚至重新拾起了他们已抛弃的宗教信仰和传统。在本书中，我们参考了第四道派（theFourthWaySchool）中诸如葛吉夫的实践、阿玛斯的钻石途径、奥斯卡·依察诺以及克劳迪奥·纳兰霍的具有发展性的理论，等等。我们也从主要的宗教派别中吸取了一些有益的知识（如基督教、佛教、伊斯兰教和犹太神秘主义）。我们希望这本书能给不熟悉九型人格的朋友一些有用的介绍，也希望能给已经有所了解的朋友一些有价值的信息，因为本书包括了很多全新的内容。最重要的是，我们希望本书能够说明九型人格与所有精神心理研究之间的关联，而且理解九型人格是真正的心理学和精神学方面的科学。当然，你也可以不把本书看得太严肃，你可能只是想知道自己或者是别人的人格类型。就算这样，你也能从书中得到新鲜宝贵的见解。但是如果想要充分掌握九型人格并从中获益，就必须把它和真正的精神实践结合起来。如果仅仅是了解，知识就会变成无用的教条，它不但不能把我们解放出来，相反，还会让我们的人格结构更加难以改变。而当九型人格成为精神实践的一部分时，它就能更容易地成为我们发现自我的一个途径，从而改变我们的人格结构，减少我们受到的束缚。当然，精神实践也并不能保证实现自我超越，不能保证我们可以从自己的人格以及由此而来的折磨中解脱出来。但是它能带给我们更多解脱的可能性。自我的力量如此强大，需要更大的力量作用于自我才可能改变它，这种力量就是：从精神角度观察我们自己以及我们的人生得来的认识。九型人格可以用在两个基本方面，其一是认识自我（了解真实的自我），其二是理解他人（因此我们才能创造良好的人际关系）。到目前为止，九型人格最常用于自我了解，它可以帮助我们

## 《九型人格-发现你的人格类型-2》

了解我们的恐惧和欲望、力量和弱点、防御与焦虑，以及当我们遇到挫折或失意时会有何反应。最重要的是，我们真正的能力是什么，哪方面力量最强，这样我们就可以在此基础上，而不是在幻想和错误的估计之上，构建人生。

# 《九型人格-发现你的人格类型-2》

编辑推荐



## 《九型人格-发现你的人格类型-2》

### 精彩短评

- 1、很不错，值得一看的好书
- 2、初次读九型人格书不建议买这本书，较负责，先读九型人格，再看这本书。
- 3、理查德的九型人格1，我也买了，虽然书的纸质量不什么好，但是内容还是相当实在的。这本升级版也不错，但里面会提到一些内容，会要求参考第一本。我觉得影响不大。这一本与九型人格2，会帮助你找到你真正的人格，他会把人格与人格之间的差别一一列出来。对想要了解自己型号的人建议购买。
- 4、朋友推荐的 帮助认清自己
- 5、和1一起买的，两本一起看。这本对1的理论进行了深化和补充，却比1更容易读懂一些。反正我这让人有心理研究癖，就爱看这类书！总之，是本很有意思的书，可以看很多遍，每遍都有新发现，不像有些书，看了一遍，就绝不会看第二遍，可以直接送给收废纸的老大娘了。
- 6、没看呢，书本身质量还可以的
- 7、不错描述，没看完呢。
- 8、感觉一般，还以为有很多测试题，但还是没有详细的测试题进行分析。而且很多内容和第一本是重复的。不是太值得买。
- 9、这一套两本从这本封面白底的开始看起,然后再看红底的.这本最喜欢,比海伦帕玛的要容易读些.
- 10、和1一起买的，发货速度挺快的
- 11、开始分析自己的人格类型，慢慢想了解其他人的
- 12、风格我很喜欢，封面也好看，推荐
- 13、本书主要是说在实践中怎样判断一个人属于九型人格中的哪种的。因为“九型人格很复杂，人性更复杂”，因此在具体实践中我们经常发现对一个人的人格判断变得非常困难，经常很快将其人格可以缩小到较小的范围内但却确定不下来，所以我感到本书的第十六章对我帮助很大——该章中说明的是具体两个人格之间非常细微的区别，着力推荐该章，也推荐该书。
- 14、想了解自己和他人这本书值得一看。
- 15、值得存在书柜的系列，认清他人了解自己。
- 16、比比博很多，不多看书来是一个系类
- 17、还不错，挺好的，配合1来看。
- 18、同时买了这本和（海伦帕尔默）的九型人格，觉得这本书对于确定自己和朋友人格类型方面更为容易，对各型人格方面的行为描述更为准确，海伦帕尔默的九型人格看了后觉得有太多对于各型人格的缺点，运用心理指导的方面阐述，对于普通读者来说不是很实用。
- 19、内容不错，很专业，要花时间细读。

## 《九型人格-发现你的人格类型-2》

### 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](http://www.tushu000.com)