

《你是哪一型》

图书基本信息

书名：《你是哪一型》

13位ISBN编号：9787508066295

10位ISBN编号：7508066294

出版时间：2012-5

出版社：华夏出版社

作者：兰妮·巴伦

页数：178

译者：肖莹

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

《你是哪一型》

内容概要

《你是哪一型》

作者简介

兰妮·巴伦是作家、治疗师和公众演说家，著有多部畅销书。台湾出版了她的《寻找灵魂伴侣：从九型人格解析人际关系》。

书籍目录

引言

第1章 概述

第一编 偏好

第2章 偏好介绍

第3章 外向 (E) vs 内向 (I)

第4章 理智 (S) vs 直觉 (N)

第5章 理性 (T) vs 感性 (F)

第6章 决断 (J) vs 感知 (P)

第7章 如何确定你的类型—16型人格测试的简略描述

第二编 气质与类型

第8章 气质介绍

第9章 责任型：SJ 气质，有4类：ESTJ，ESFJ，ISTJ，ISFJ

第10章 行动型：SP 气质，有4类：ESTP，ESFP，ISTP，ISFP

第11章 知识型：NT 气质，有4类：ENTJ，ENTP，INTJ，INTP

第12章 理想型：NF 气质，有4类：ENFJ，ENFP，INFJ，INFP

第13章 总结

附录

荣格理论

16型人格与九型人格的整合

参考文献

章节摘录

第10章 行动型：SP气质，有4类：ESTP，ESFP，ISTP，ISFP S：关注事实，实事求是。 P：喜欢灵活，不喜欢死板。 SP气质的优点是乐观，大方，喜欢玩乐，爱冒险，实事求是，适应性强。 SP气质的缺点是活跃过度，缺乏耐心，容易冲动，比较散漫。 SP享受此时此刻的生活。他们高度重视自由，拒绝受限制或受控制。他们比较顺其自然，相信他们的意向会将他们引导至正确的方向。他们仅仅想要好好地生活，体验生活，但不需要理解生活。SP是乐观主义者，他们相信自己可以应对突发状况，并且从挫折中很快恢复过来。他们对环境具有敏锐的观察能力，对于问题有合理的解决方法。 在工作方面，SP实事求是、务实、足智多谋，想要做能看到结果的事情。他们喜欢看到每天工作的直接成果。他们通过观察、询问来收集数据，以获得他们需要的信息。他们明显的优势是能关注眼前的细节。SP喜欢让工作变得有趣，想让自己的事业更加激动人心。他们没有把工作视为达到目的的手段，而是看作能为生活提供更多体验的机会。 SP喜欢冒险和挑战。他们可以很好地应对危机，但在危机结束之后可能会失去兴趣。他们喜欢即兴行动，不喜欢浪费时间谈论政策和程序。他们通过贸然投入和放手去做的方式巧妙地解决眼前的问题。设定长远、抽象的目标不是首要问题。他们不喜欢法律、等级秩序和做事的标准方法。他们认为，规则和传统应该改变并适应眼前的需要。常规或过于制式化的工作环境相当无趣。他们喜欢与行为派人士共事。SP喜欢这种“真实的工作”，并且这种工作在今天更为女性所接纳。 SP喜欢与伴侣分享他们的许多经历和冒险。他们喜欢与积极乐观的人打交道，不想错过任何事情，希望自己的生活丰富多彩。SP想要生活快乐，总是计划着好玩的冒险活动。他们对自己、他人和生活有现实的预期，不会浪费精力来幻想不同于现在的生活。他们思想开放，愿意折衷和协商。他们喜爱惊喜和意料之外的事情，通常会在最后一刻改变主意。他们接收人们谈话的表层含义，没有兴趣挖掘潜在动机或深层意思。当信息距离日常生活太遥远，他们就会失去兴趣。 SP气质的父母可能比较热情、幽默，带自己的孩子尝试许多冒险活动。他们给予孩子充分的自由和自主权，尊重孩子的个人意愿和需求。SP想让他们的孩子做一些与实际生活相关的事情，做他们喜欢的工作。他们有时候会过度纵容，缺乏指导，无法实现一致性和规范纪律，没能对未来有所规划。 SP气质的孩子通常忙于参加活动和尽情玩乐，以至于没有时间坐下来学习。他们总是从一件事情转移到另一件事情上，但如果一项活动足够吸引他们的注意力，他们也可以沉浸其中。他们的成就感来自于“行动”。这些孩子可能成为敢于冒险的人，并且通常在尚未看清之前就已经开始行动。他们喜欢即时满足。 SP不喜欢长篇大论和智力推理。比起接受指导，他们更乐意亲历亲为。尤其是在需要动手或身体力行的活动上，比如体育活动以及与手工活、机械或音乐有关的活动等。他们很难专注于别人想让他们关注的事情。一堂以活动为主、亲自动手的课程会更加有效。SP喜欢学习实用、有意义、有即时回报的课程。 有强烈外向性的SP（ESTP、ESFP）非常健谈，喜爱社交，热衷与朋友发起活动。有强烈内向性的SP（ISTP、ISFP）更加沉默，忙于他们内心世界的思考和交流。SP气质的孩子的天赋经常受到忽视，得不到发展，因为学校使用的传统教学方法更适合SJ。所以，SP的孩子可能低估自己，自尊心较低。他们有时候表现极度活跃，甚至被诊断为注意力缺陷障碍（ADD，即多动症），因为坐着上课、遵循指导、被动应答的学校制度都违背了他们的天性。有些人退学后又重返学校，只因为他们发现教育在他们的生活中十分有用。

《你是哪一型》

编辑推荐

你更适合做什么样的工作？你更适合与什么样的人共度人生？你为何与某些人或环境格格不入？如何与不同的人相处或合作？如何找到自我、如何面对自我？如何才能过上自己想要的生活？

《你是哪一型》

精彩短评

- 1、书挺不错的，蛮好看。就是封面沾了一点点胶，用指甲刮掉又会花，郁闷
- 2、里面的插画好精美。我是INFJ以及INFP人哦

《你是哪一型》

精彩书评

1、这是很通俗的一本荣格系人格类型理论的入门书，还带有插图，很适合初学者。作者还把16型人格和9型人格进行了对比，很有意思。关于荣格系人格类型理论的书籍汇总，推荐大家看我的豆列：<http://book.douban.com/doulist/4459991/>

《你是哪一型》

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