

把握自己 选对事业
按照自己的人格做事



你是一只 黑天鹅

人格优势决定成败之路线图

PERSONALITY



为什么有些人能**成功**? 有些人却不能?

因为成功者都**了解自己的优势和不足**, 他们都选择**做自己最擅长的事!**

[英] 罗布·杨博士 (Dr Rob Yeung) —著 张 猛 一译

PERSONALITY

你是一只



黑天鹅

人格优势决定成败之路线图

〔英〕罗布·杨博士 (Dr Rob Yeung) 著

张猛译



中国市场出版社
China Market Press

图书在版编目 (CIP) 数据

你是一只黑天鹅：人格优势决定成败之路线图 / (英) 杨著；张猛译．—北京：中国市场出版社，2011.9

ISBN 978-7-5092-0790-1

I. 你… II. ①杨…②张… III. 人格心理学—通俗读物 IV .B848-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 154352 号

Copyright © Pearson Education 2009

Copyright of the Chinese translation © 2011 by Portico Inc.

This translation of *Personality: How To Unleash Your Hidden Strengths*, first Edition is published by arrangement with Pearson Education Limited.

Published by China Market Press.

ALL RIGHTS RESERVED

著作权合同登记号：图字 01-2011-3665

书 名：你是一只黑天鹅：人格优势决定成败之路线图

著 者：〔英〕罗布·杨博士

译 者：张 猛

责任编辑：郭 佳

出版发行：中国市场出版社

地 址：北京市西城区月坛北小街 2 号院 3 号楼 (100837)

电 话：编辑部 (010) 68033692 读者服务部 (010) 68022950

发行部 (010) 68021338 68020340 68053489

68024335 68033577 68033539

经 销：新华书店

印 刷：北京九歌天成彩色印刷有限公司

开 本：710×1000 毫米 1/16 16 印张 190 千字

版 次：2011 年 9 月第 1 版

印 次：2011 年 9 月第 1 次印刷

书 号：ISBN 978-7-5092-0790-1

定 价：46.00 元

增长见识，趣味横生。杨博士清楚解释了每个人都具有独特的人格以及如何做最好的自己。

Philip Krinks, 波士顿咨询集团合伙人, 常务董事

洞察自己人格的人，都有更完美的事业和人生。本书是释放你潜能的绝佳工具。

Fred Van der Tangk, 全球招聘公司 Randstad, 英国区常务董事

简洁扼要，深彻入里。本书有助于你更好地与他人共事，更好地走向卓越。

Max Landsberg, 高管研究公司 Heirdric & Struggles 合伙人,
《教练之道》一书作者

我不敢肯定罗布是否认识到（如果他知道，那么他真是太谦虚了，自己没有提），他就是一个奇迹的制造者。相信我，我轻易不使用这个词。

Malcolm Green, “创新发展、坦诚沟通”机构负责人

不论你是在找工作还是寻求升职，想搞艺术，想要孩子，还是想结婚，本书都向你展示了如何才能扬长避短，打造你的成功未来。

Felix Schacher, 英国及爱尔兰 AXA 集团, 集团战略总监

认清自己是谁，想达到什么目标，如何达到目标。

Carol-Ann White, 公关公司 LEWIS, 人力资源总监



如果你想了解自己的人格，让人格为你服务，就像罗布说的“准备成功”，那么这本书正好适合你。

Steve Huxham, 招聘协会, 主席

这是一份宝贵的指南，可以指导你发现自己，了解如何有效地领导他人。

Richard Brady, Mentis 咨询公司, CEO

几年间我读过的最深刻、最实用、真正有用的一本书。

Sarah McNeil, Admirable Crichton, 常务董事

充满了来自英国顶级的一位心理学家的深刻见解。这是任何真正渴望成功的人的必读书。

Davic Langdon, 商业咨询公司 Xancam, 董事

罗布·杨又出手了——他又写了一本既深入浅出，又有充分研究依据的书，这本书对每个人都会有用。

Adrian Furnham, 伦敦大学, 心理学教授

一份优秀的指南，有助于你认识自己的优势，找出自己独一无二的特质。

Sahar Hashemi, 英国咖啡馆连锁店“咖啡共和”，创始人

罗布·杨是英国顶级的心理学家之一。这是一本让人大开眼界的书，里面充满了如何让人最大发挥自己天赋的深刻见解。

Melinda Messenger, 电视主持人, 模特

“一份实用而深入浅出的指南。如果你希望更加了解自己,未来更成功,那么一定要读本书。”

Fiona Dent, Ashridge 商学院, 总裁、教育总监

“一份迷人的指南,介绍了人格研究领域的最新发现,并向读者展示了如何发挥各类人格的优势,以发展事业、提高生活的质量。”

Robert Hogan, 博士, Hogan 人格库创始人, Hogan 评估系统主席

“这是一本极有用的书。如果你希望更加深入地了解自己,非读不可。”

Cary L. Cooper, 兰开斯特大学, 能力本位教育 (CBE) 教授

“语言生动,深入浅出。读者对于自己是谁、能成为什么样的人,将获得更加真实的理解。”

Matthew Taylor, 皇家艺术协会, 主席

“作为领导力和职业成功方面的专家,杨博士与我们分享了成功的秘密。买这本书绝对不后悔。”

Joe Slavin, fish4jobs.com.uk 网站 CEO

如果人生是你自己创造的，那么把人生变得更美好的旅程，就由此开始。

我们今天学到的内容，能够改变我们明天的生活。它可以改变我们的目标，也可以改变我们的思想；它可以开启新的机会，也可以激励我们把生活变得有所不同。

正是出于这个原因，我们才打造了一个新的图书品类，希望能够帮助读者将人生变得更加完美。

不论你是想变得更自信还是想少些压力，是想获得新的技能还是想得到不同的视角，我们设计的《Prentice Hall 人生》类图书都有助于你做出改变，变得更好。

我们希望，通过与作者的共同努力，能够给读者带来最灿烂的思想、最佳的途径，用来管理你的人生、工作和财富。

在这些图书的字里行间，我们希望读者能够找到实现你的理想生活所需要的思想。那么，就开始寻找吧！

人生，是由你来创造的。

为什么某些人能够成功？

我们拿几个人为例：理查德·布兰森^[1]、麦当娜^[2]、西蒙·考威尔^[3]、乔丹（凯蒂·普莱斯）^[4]、奥普拉·温弗莉^[5]、史蒂夫·乔布斯^[6]。不论你热爱还是讨厌他们，你都不能否认，他们在他们选定的领域取得了成功。

那么，他们是如何取得这样辉煌的成就的呢？

因为他们都有自知之明。他们了解自己的优势和不足。他们没有一

[1] 理查德·布兰森 (Richard Branson)，是一位具有传奇色彩的亿万富翁，以特立独行著称，曾驾驶热气球飞越大西洋和太平洋。1950 年出生于英国，维珍 (Virgin) 品牌的创始人，1999 年，英国伊丽莎白女王册封布兰森为爵士。他 20 世纪 70 年代从一间电话亭大小的办公室白手起家，资金比大多数人去娱乐场所享受一夜良宵所花的钱还少，80 年代通过维珍航空一举成功，现在他的企业王国触角遍及婚纱、化妆品、航空、铁路、唱片甚至包括安全套，最近更跨入手机、电子消费产品领域。《泰晤士报》2007 年估计其个人财富超过 30 亿英镑。——译者注

[2] 麦当娜 (Madonna Louise Veronica Ciccone, 1958—)，美国流行音乐巨星。——译者注

[3] 西蒙·考威尔 (Simon Cowell, 1959—) 是现代流行音乐先河的开创者。还在唱片业巨头 BMG 公司担任资深顾问时，他就曾为爱尔兰歌唱组合“西城男孩”进行指导，使之成为红遍世界的偶像歌唱组合。——译者注

[4] Katie Price，艺名乔丹。美国模特、歌手。因整形出来的巨乳而闻名。——译者注

[5] 奥普拉·温弗莉 (Oprah Winfrey, 1954—)，美国著名脱口秀节目主持人。少年不幸，靠自己的努力 19 岁加入那斯威尔市的 WVOL 广播电台开始广播生涯。大学二年级转学大众传媒，并成为那斯威尔 WTVF 电视台第一个非洲裔美国人记者。1984 年移居芝加哥主持 WLS 电视台的早间脱口秀节目——《芝加哥的早晨》。一个月之后，成为脱口秀节目排行榜首位。不到一年时间，节目延长到 1 小时，并更名为《奥普拉·温弗瑞秀》。——译者注

[6] 史蒂夫·乔布斯 (Steve Paul Jobs)， “苹果”电脑的创始人之一，1985 年获得了由里根总统授予的国家级技术勋章，1997 年成为《时代周刊》的封面人物；同年被评为最成功的管理者，是声名显赫的“计算机狂人”。2009 年被《财富》杂志评选为这十年美国最佳 CEO，同年当选《时代周刊》年度风云人物之一。——译者注



个是面面俱到的全才，但他们都致力于从事自己擅长的工作。他们都能管住自己的缺点，规避会暴露他们缺点的场面。他们不与常人一样走别人走过的老路，而是开辟出属于自己的人生道路，创造出独一无二的事业。

这些人了解自己拥有的独特人格，并让人格为自己服务。这点你也能做到。

属于你的个性化计划

我们每个人都是独一无二的。我们都有自己的特质 (trait) 和特征 (characteristics)，这些合起来称之为人格 (personality)。有些人在压力下欣欣向荣，有些人则讨厌压力。有些人努力想出人头地，而有些人只想平平淡淡地隐迹在人群中。有些人力争和谐，而有些人却热衷于斗争。

每个人都是不同的。

既然人人都是特殊的，那么自然人人都需要采取不同的成功之路。适合我的道路可能并不适合你。你获得成功所需要采取的行动，几乎肯定与你的好友、伙伴或同事需要采取的行动不同。我不想在这里给你讲一些大众化的建议，而要帮你制订一个个性化、针对你和你的人格特点度身定制的发展计划。

成功学

在本书中，我要向读者呈现一些经过实践证明切实有效的建议。

我敢肯定你听说过或者做过人格测试。真相是，目前使用的许多人格测试或心理测试，实际上都是几十年前的老古董了。如果我要求你举出一个人格测试，我敢肯定我能猜出来你想的是哪个。但是如果听说这项测试是 50 多年之前开发的，你肯定会感到惊讶。实际上 50 年来，心理学已经有了相当大的发展。

现代的人格测试在预测人们需要做什么才能成功方面更加准确、更加擅长。如果能够完成本书的问卷调查，并听从本书的建议，你将会在人格的七大维度上得到指导。这些维度已经有了 50 多万人的研究基础，覆盖的人群各式各样，从官员、企业家到学生和士兵，覆盖的国家范围从英国、美国到巴西、中国不等。

不久以前，BBC 请我对参与它的热门真人秀节目“舞动奇迹”(Strictly Come Dancing) 的名人和专业舞蹈演员的人格进行测试。我对这些名人的人格特征 (personality profiles) 所作的分析，让我能够极为精确地预测出每对表演者配合的好坏、他们训练的艰苦程度、大众对他们的认可程度。曾经在这个真人秀节目中辉煌过的名人们，都了解自己的人格和自己的独特优势。

通过了解自己的人格，挖掘和磨砺自己特有的天分，你将能够勾画出属于自己的成功之路。可能你在大型组织中工作，想在职场上更上层楼；也可能你自己做生意，认识到你的生活好坏取决于自己有多好；或者你想在其他一些方面成功，例如做更好的父母、更成功的筹款人、打造企业帝国的企业家，无论你的目标是什么，都可以通过对自己人格的更多认识、听从为你（而且只为你）度身定制的完美建议而实现你的目标。

准备好挖掘你最大的财富了么？

简 介 / 1

第一章 做最好的自己 /1

发现你自己 /4

到底什么是人格? /6

人格是先天决定的还是后天培育的? /8

改写游戏规则 /10

我无法改变我自己! /12

积跬步, 致千里 /14

只要想做, 就能做到 /16

使用说明 /18

注意! 前方危险! /19

第二章 好奇心 21

你是哪种类型的人? /25

做最好的自己——给“低好奇心”人士的建议 /28

做最好的自己——给“高好奇心”人士的建议 /41

再上层楼 /50

第三章 心理弹性 53

你是哪种类型的人? /57



做最好的自己——给“低心理弹性”人士的建议 /59

做最好的自己——给“高心理弹性”人士的建议 /72

再上层楼 /78

第四章 亲和力 /81

你是哪种类型的人? /84

做最好的自己——给“低亲和力”人士的建议 /86

做最好的自己——给“高亲和力”人士的建议 /101

再上层楼 /110

第五章 责任心 /113

你是哪种类型的人? /116

做最好的自己——给“低责任心”人士的建议 /119

做最好的自己——给“高责任心”人士的建议 /129

再上层楼 /141

第六章 敏感度 /143

你是哪种类型的人? /146

做最好的自己——给“低敏感度”人士的建议 /148

做最好的自己——给“高敏感度”人士的建议 /159

再上层楼 /167

第七章 求知欲 /169

你是哪种类型的人? /172

做最好的自己——给“低求知欲”人士的建议 /174

做最好的自己——给“高求知欲”人士的建议 /183

再上层楼 /188

第八章 进取心 /191

你是哪种类型的人? /195

做最好的自己——给“低进取心”人士的建议 /197

做最好的自己——给“高进取心”人士的建议 /209

再上层楼 /221

第九章 自我提升 /223

第一步：寻找一个利基，但要承担起变革的责任 /225

第二步：根据自己的优先级作决定 /227

第三步：得到第二个建议 /229

第四步：选出最前面的三个行动 /230

第五步：制定目标，记录成绩 /231

再上层楼 /234

对公司、组织的支持 /235

chapter

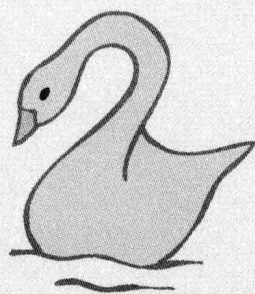
ONE

第一章

做最好的自己

“就像每个人各有优势一样，每个人发挥优势的方式也是独一无二的。这是人格的问题。”

彼德·德鲁克，管理学大师



作为心理学家，我对人最着迷的是什么东西让某些人成功，而让其他人失败。我研究过很多、很多成功人士和明星。我曾和公司董事、首席执行官、销售人员、顶尖的运动员以及很多名人（例如电视主持人）合作过，甚至还与一位内衣模特合作过。我与团队、整个组织共事，帮助他们变得更有效率、更有生产力、更加成功。

我注意到，最聪明、受过最良好教育的人士，最终却往往无法取得最大成功。书本上聪明的作用仅此而已。我肯定你可以想象出聪明绝顶、脑容量比得上几个星球般大小的人。这些人像火箭科学家一样聪明，但一点社会技能也不具备。另一方面，你可能也知道有些成功的企业家或商业人士，他们没上过大学，甚至中途辍学，却取得了辉煌的人生成就。他们的成功，源于他们的决心和好奇心、他们的适应性和说服力。换句话说，他们的成功源于他们个人的品质，即他们的人格。

当人格合并在一起的时候，就起了决定作用。我和多个团队共事，帮助他们在一起工作得更有效率。当团队成员之间相互了解彼此的动机和思维方式时，才能融为一体，工作也更快。他们避免发生不必要的误解，而与此同时却点燃起富于建设性的创意冲突。所以，了解人格，还可以了解到如何与其他人更有效率地共事。



发现你自己

我写这本书的目的，就是帮助你做最好的自己。为了实现这个目的，本书的结构是这样安排的：

- 在第一章，我要向你详细解说“人格”这个概念，说明它对我们的帮助。本章我还提供了七个问卷要你完成。我建议在继续阅读后续章节之前，最好全部完成这七个问卷，这样才能从本书的后续章节中得到最大收获。
- 第二到第八章介绍人格的七个不同方面。完成第一章之后，你可以自由地在这些章节间选择。可以把它当成你自己的自由组合多线索角色扮演游戏。如果第一章中的某个问卷吸引了你的注意，你就可以直接跳到对应的章节开始阅读。问卷1在第二章详细分析，问卷2在第三章，依次类推。
- 在第九章，我指导你作一个行动计划，通过它把本书所学的内容融会贯通，从而将你的潜能发挥到极致。我们要用这章来确保你的良好意愿能够转化成可以融入你工作和生活的行动和积极变化。

我们马上从一个用来发现你人格的小测试开始。正是你的人格使你与众不同。下面我们不是光看人格是什么、如何充分利用人格，请你拿起一支笔，立即回答几个问题，你意如何？