

XINGGE
YINGXIANGLI

性格 影响力

郑一群◎编著



北京工业大学出版社

性格 影响力

郑一群◎编著

北京工业大学出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

性格影响力 / 郑一群编著. —北京: 北京工业大学出版社, 2015.4

ISBN 978-7-5639-4248-0

I. ①性… II. ①郑… III. ①性格—通俗读物
IV. ①B848.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 053948 号

性格影响力

编 著: 郑一群

责任编辑: 杜曼丽

封面设计: 孙希前

出版发行: 北京工业大学出版社

(北京市朝阳区平乐园 100 号 邮编: 100124)

010-67391722 (传真) bgdcbs@sina.com

出 版 人: 郝 勇

经销单位: 全国各地新华书店

承印单位: 北京集惠印刷有限责任公司

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张: 18

字 数: 218 千字

版 次: 2015 年 4 月第 1 版

印 次: 2015 年 4 月第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-5639-4248-0

定 价: 29.80 元

版权所有 翻印必究

(如发现印装质量问题, 请寄本社发行部调换 010-67391106)

前 言

性格成就人生，虽然是老生常谈，但是又令许多人感到诧异。性格真的会影响人的命运吗？倘若如此，在这多舛的人生中，人们将何去何从？

有人可能会辩解说，世间男女不必为他们的行为负责，因为行为是性格的产物，而且他们也不必为性格负责，因为性格是与生俱来的。殊不知，性格并不纯粹是与生俱来的，性格更多的是在后天逐渐形成的。

性格是人对现实的态度和行为方式中比较稳定的心理特征的总和。性格表现了人们对现实和周围世界的态度。每一个人都是自己行为的实施者，因此，从行为中就能体现出各自的性格。同时人们又是自己命运的支配者，人们有能力改变、实施自己的行为，而随着人们性格发展和变化，命运也就随之发生了改变。因此，性格决定着命运，性格成就着每个人的人生。

有些人勤勤恳恳、兢兢业业地工作，但是他们仍然与成功无缘，平庸依然伴随着他们。这是命中注定的吗？不是！这是



他们没有读懂自己的性格。

每个人来到这个世上，都肩负着不同的使命，都有着不同的性格，只有在一生中具备完善的性格，才能找到成功之路，否则就可能与成功无缘。

本书着重从性格的自我认识，培养自信乐观、积极向上、持之以恒、坚定执着等性格，以及如何走出不良性格的迷雾等方面进行了深入分析，使读者在认识自己性格的同时，学会不断完善自己的性格。因为，性格成就人生！

目 录

第一章 认识自己隐藏在心里的性格

你是否是自我型的人	3
你是否是完美型的人	6
你是否是思考型的人	9
你是否是主导型的人	12
你是否是谨慎型的人	15
你是否是成就型的人	19
你是否是乐观型的人	22
你是否是助人型的人	25
你是否是协调型的人	28

第二章 培养自信乐观的性格

缺乏自信如浮萍	33
用自信添加成功的资本	36



永远地相信自己	38
满怀必胜的信念	39
快乐的钥匙在自己手里	40
自信的人充满勇气	42
做自己生命的主人	43
成为自己命运的舵手	45
勇于改变自己	46
独一无二的你	47
自信是成功的前提	49
用胜利坚定自己的自信心	52
懂得适时肯定自己	54
告诉自己“我能行”	55

第三章 培养积极向上的性格

具备永恒的进取心	61
学会自我欣赏	63
具有积极的人生态度	64
虎老雄心在	68
机会靠自己把握	70
满腔热情地工作	73
追寻生命的价值	75
机会不偏向任何人	78
保持平常心	79

目 录

做个永不满足的人	81
期待自己做得更好	85
把握现在，展望未来	88
做好你的人生规划	89

第四章 培养持之以恒的性格

勇敢地面对挫折	95
毅力带来奇迹	97
积少成多创伟业	99
恒心比力量更重要	100
直面生命旅程中的不幸	102
在哪里跌倒，就在哪里爬起来	103
寻找沙漠里的绿洲	105
逆境也是一种财富	107
毅力犹如弹簧	109
以毅力抗拒失败	110
体会苦难的意义	112

第五章 培养坚定执着的性格

具备永不言败的精神	117
永不言弃	120
自古好事多磨	123
勇往直前	125



学会不断探索	127
一切向前看	130
切断自己的退路	131
个性铺就成功之路	132
没有做不好的事	134
敢为天下先	137
开发自己的潜能	138
时间是成功的主要因素	141
坚持不懈，才能成功	142

第六章 培养热情开朗的性格

一缕心灵的阳光	147
希望推动你走向成功	148
确立明确的目标	151
向着目标前进	152
责任心对工作的重要性	154
具有冒险的精神	156
突破心灵的枷锁	158
每天都是新的开始	160
对自己做出承诺	162
具有创新的精神	166
热情的效应	169
激发你的热诚个性	171

热情助你走向成功	172
----------------	-----

第七章 培养温和友善的性格

学会发自内心地赞美他人	177
朋友多了路好走	178
拥有健康的人格	179
抛弃唯我独尊	181
学会换位思考	183
养成良好的风度举止	185
学会以理服人	187
学会聆听	188
原谅伤害过你的人	191
学会幽默	192
争取好人缘	194
善待你的对手	195

第八章 走出不良性格的迷雾

好心态助你远离失败	201
多疑有碍成功	202
摒弃优柔寡断	203
不要轻易冲动	205
克服自卑的心理	206
远离忌妒	209



做人不要过于悲观	210
走出恐惧的阴影	212
不要轻易发怒	213

第九章 性格优秀的人更容易获得成功

拥有一颗仁慈的心灵	219
具备无畏的勇气	221
做一个正直、善良与仁爱的人	224
性格的伟大力量	227
不要锋芒太露	229
聪明过头反被聪明误	232
懂得先发制人之道	234
小人不可得罪	235
“争”与“让”的选择	237
退一步海阔天空	240
喜怒不形于色	242
培养正直的品格	244
塑造强者的个性	246

附录 趣味测试

趣味测试	251
------------	-----

第一章

认识自己

隐藏在心里的性格



虽然每个人的性格各不相同，但是只要你真正认识自己隐藏在心里的性格，并把握住自己的性格，就可以决定你一生的命运。如何让自己的性格产生强大的力量，并积极地影响自己的命运，这是每个人的当务之急。因此，立即行动起来，去发现自己隐藏在心里的性格吧！

你是否是自我型的人

自我型的人主要有以下几种特征。

1. 渴望感动又多愁善感

自我型的人时常处于烦恼之中，他们富于同情心，和其他有烦恼的人能合得来，能了解他人微妙的情感。喜欢帮助有烦恼的人，直到对方完全摆脱烦恼的缠绕。

自我型的人一方面渴望被感动，无论是喜、是怒、是哀、是乐，当他们强烈地感受到时，能体会到人生的意义。他们对生、死、性、深沉心理等方面都怀有浓厚的兴趣，容易被对此进行挑战的人所吸引。另一方面，他们不喜欢表面的泛泛之交。

自我型的人容易陷入忧郁状态，常常后悔“当初要是不那么做就好了”，把自己和外界隔绝开来。然而他们不回避忧郁或暗淡的情感，而是将其看成一种自然的心理状态坦然地接受和理解。在自我型的人中，有一些人表现得过度活跃，以此来摆脱忧郁，但是大多数人只是体验忧郁。对他们来说，体验忧郁才能探索人性的奥秘，也有不少人通过体验忧郁来逃避由失落感和苦恼而产生的压力。

2. 渴望与众不同但又缺乏自尊心

自我型的人容易表现出高尚的趣味和优雅的姿态，他们大多具有神秘



的迷人品格，让人信任。他们富于形象表现力，极富创造的姿态给人以良好的刺激。自我型的人的审美观、高尚的趣味和优雅的姿态是他人所羡慕的，有助于提高周围的人文氛围。

自我型的人避免平凡，因为他们自以为与众不同，所以在谈及自己的人生时，总想表现出如何与众不同。当被他人称作有个性时，自我型的人会喜形于色。即使在与朋友交往时，也会给人一种充满优越感，高人一等的印象。他们认为周围的人难以理解自己，所以不愿让人了解自己的内心世界。

自我型的人经常摆出一副优越的姿态，自以为别人难以理解自己。自认为所经历的痛苦和孤独感，他人不可能理解。自以为优越和特殊，其实是这类型的人自卑感的另一面。认识到自己渺小的自我型的人，自尊心是弱的。培养高尚的趣味、树立具有戏剧性的印象以及艺术性的表现等，都是为了恢复自尊心所做的扎扎实实的努力。稍稍碰到一点不顺心的事，他们就会有失落感，觉得自尊心受伤害，进而闭门不出。为此，他们时刻有危机感，总想寻找人生的安全港。

另外，对于伤害自己的自尊心的人，他们在思想上决定与其彻底决裂，但在行为上既不会不理睬对方、口出恶言，也不会进行报复。装作若无其事的样子与对方交往，而在内心里鄙视对方。就好像把对方当作已死之人，在其墓前亲手献上一束鲜花一样。这种行为可以说是自我型的人自卑的产物，是试图维护自尊心的表现。

3. 追寻失败的事物而内心充满矛盾

自我型的人还可以根据他们所处的状态分为三种类型：时常处于低潮、时常处于活动过渡状态以及处于两者之间的状态。

时常陷入低潮的自我型的人，会因为探寻内心丢失之物而把自己和外界隔绝开来。处于活动过渡状态的自我型的人，则以完全相反的姿态对待工作和爱情。他们通过在周围寻找幸福，试图找到所追求的东西。在这两种状态之间的自我型的人，扮演悲剧的主人公，从中体会激烈的情感和戏剧性，有些人甚至表现出自我毁灭的倾向。

这三种类型的人常常都处于苦恼中，他们总是在追求百分之百的满足。实际上，他们所能感受到的是两种极端的情感，很少能体会到两者之间的幸福感或平凡的满足感。

感受力强的自我型的人能很快理解他人的情感，并不知不觉地与其保持一致，有时甚至分不清是自己的还是他人的情感。他们能够准确地理解同事或家人的心情，由此适时地把握表达爱情或推心置腹谈话的时机。

自我型的人中有不少人会同时做两种工作，一种是为了维持生计，一种是为了自我满足，这样，他们才体会到自己所追求的到底是什么。

4. 不满足于现实，永无止境地追求

对自我型的人来说，不论目前处于何种状况，他们都深信真正的人生还没有开始。哪怕已经成果丰硕、功成名就，他们的注意力仍然朝向生活中失落的、不完美部分，始终不满足于现状。如果从事自己感到有意义的工作，他们就想成为工作上的佼佼者，成了佼佼者后又想要得到爱情，得到爱情后又去会去寻找孤独。

他们认为现实既乏味又无价值，因而无法接受。为了承受这个既乏味又无价值的现实，自我型的人离不了感情的起伏。不论好坏，只有体会到感情的起伏，才能感受到远远胜过舒适和幸福的真正的人生滋味，才能确认自己是与众不同的。在别人看来，自我型的人仿佛是在戏剧中的主人



公。哪怕扮演的是饱受痛苦的角色，他们也会感到幸福，因为只有这样，才能摆脱平庸的人生，发挥自己的独特性。

相反，对人生的渴求，使他们忌妒那些已经得到自己所追求的东西的人，认为别人得到的幸福，是自己梦寐以求而难以得到的。

忌妒更促使他们去追求没有得到的东西，强烈的忌妒心使他们不怕障碍勇往直前，倾注大量的精力和时间，去追求想要的东西。然而，一旦目的达到，他们又会从中找到缺点，兴趣又转向“还没有到手的东西”。

自我型的人从忌妒和对现状不满足的循环往复中获得独创性。他们憧憬能够不做作地、自然地表现自我，但是又意识到自己在演戏。他们通常事先独自排练之后才在别人面前表露自己，而且往往表现得有些夸张。自我型的人在日常生活中总是想着怎么样才能表现感动，怎样才能使自己显得与众不同。

你是否是完美型的人

完美型的人主要有以下几种特征。

1. 认真勤奋

有上进心和坚强意志的完美型的人，因为做事既勤勉又诚实，所以工作的精确度一般都很高。他们具有细致而正确了解工作和人的聪明的头脑，事前认真准备，事后不忘整理归位，令人钦佩。

另外，完美型的人为人坦率，善于与周围的人友好相处；讨厌谎言，正义感强；不只自身向上，而且为了周围的人能向上发展，也会不辞辛