

性格

的

优点与弱点

吴家凡 编著

性格的 优点与弱点

吴家凡 编著

中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

性格的优点与弱点/吴家凡编著. —北京:中国华侨出版社, 2003.4

ISBN 7-80120-707-6

I. 性… II. 吴… III. 性格-研究 IV. B848.6

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 019193 号

● **性格的优点与弱点**

编 著/吴家凡

责任编辑/王 璐

经 销/新华书店

开 本/880×1230 毫米 1/32 印张/9.5 字数/260 千字

印 刷/华北石油廊坊华星印刷厂

版 次/2003 年 4 月第 1 版 2003 年 4 月第 1 次印刷

印 数/8000 册

书 号/ISBN 7-80120-707-6/G·271

定 价/25.00 元

中国华侨出版社 北京安定路 20 号院 邮编 100029

E-mail: overseashq@sina.com

发行部: (010)64443051 传真: 64443051

目 录

第一章 性格概述	(1)
一、追溯人的性格	(3)
二、性格的特征	(4)
三、气质与性格的关系	(7)
四、中国古代的性格分类	(9)
五、古希腊希波莱拉第的分类	(10)
六、现代性格学说的分类	(11)
第二章 平和型性格的双重性	(13)
一、取其详和匡其懦怯	(15)
二、苍桑历经成大道 ——平和型性格优点实例分析	(16)
三、苟安闲愁都几许 ——和平型性格弱点的实例分析	(33)
第三章 刚毅型性格的双重性	(47)
一、刚柔并济最相宜	(49)

性格

的 优点与弱点

二、霹雳横扫秋风起

——刚毅型性格的优点及实例分析 (50)

三、秉性如火防肠断

——刚毅型性格的弱点及实例分析 (58)

第四章 自信型性格的双重性 (69)

一、自信的尽头是自负 (71)

二、会当击水三千里

——自信型性格的优点及实例分析 (72)

三、一身只剩傲气在

——自信型性格弱点的分析 (94)

第五章 坚韧型性格的双重性 (105)

一、有志移山也需抬头看天 (107)

二、咬定青山不放松

——坚韧型性格优点的分析 (108)

三、偏执的顶峰不胜寒

——坚韧型性格弱点的分析 (120)

第六章 耿直型性格的双重性 (131)

一、崇尚壮烈也要变通入世 (133)

二、只手独撑大厦倾

——耿直型性格优点的分析 (134)

三、迂直难使块垒消

——耿直型性格弱点的分析 (142)

第七章 叛逆型性格的双重性	(151)
一、做泳者也要重安全	(153)
二、击打常规用重拳 ——叛逆型性格优点的分析	(154)
三、失控是人生滑铁卢的主演 ——叛逆型性格弱点的分析	(165)
第八章 敏感型性格的特点	(177)
一、只可敏感 不可过敏	(179)
二、窥叶能知天下秋 ——敏感型性格优点的分析	(180)
三、猜忌的天花长在过敏的心上 ——敏感型性格弱点的分析	(187)
第九章 孤独型性格的双重性	(201)
一、只能浅酌不可豪饮	(203)
二、情到深处人孤独 ——孤独型性格优点的分析	(204)
三、封闭是人格的墓志铭 ——孤独型性格弱点的分析	(219)
第十章 豪爽型性格的双重性	(229)
一、直中要取曲中要求	(231)

性格

的 优点与弱点

- 二、豪气千云冲霄汉
——豪爽型性格优点的分析…………… (232)

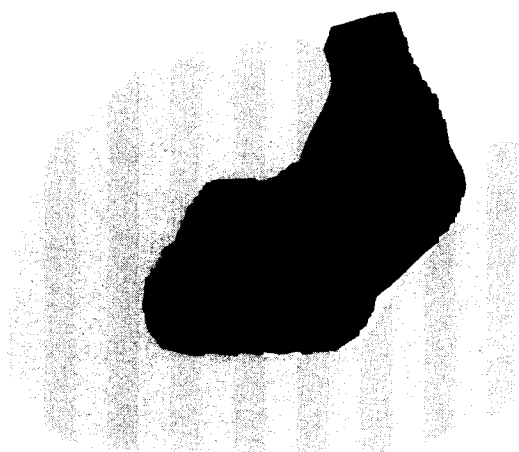
- 三、专横是意识的信马曲缰
——豪爽型性格弱点的分析…………… (245)

第十一章 自我性格测试 …………… (251)

- 一、平和型性格自测…………… (253)
二、刚毅型性格自测…………… (257)
三、自信型性格自测…………… (261)
四、坚韧型性格自测…………… (264)
五、耿直型性格自测…………… (269)
六、叛逆型性格自测…………… (274)
七、敏感型性格自测…………… (282)
八、孤独型性格自测…………… (285)
九、豪爽型性格自测…………… (291)

第一章

性格概述



一、追溯人的性格

英文中性格 Personality 一词的出处来自于希腊文中的 Personal，该词的原意是指希腊人在演戏时戴上的面具，后演绎为演员在戏中出演的角色，以及出演角色的人，以及某种特征的人。

性格一词经过历史长河漫长的蜕变过程，它的具体内涵与原意大相径庭，成为了心理学研究领域中的一个重大、而又极有争议的研究对象。一般的说来，性格所指的包括个人行为特征，它是个人心理面貌、本质属性的心理整合，以及因适应环境而产生的惯性行动倾向。

性格作为人类行为的特征，它是经常性的行为表现，而不是那些偶尔发生的行为表现，它是一个人独特的、相对稳定的心理特征，是人与人相互区别的重要标志。

性格是在人的社会化过程中形成的，因此它总是受

性格

的 优点与弱点

一定社会环境的影响，性格是个体的先天素质与其所遭遇的复杂多变的社会关系所构成的矛盾的统一，从而产生了一系列的内、外部行为。人的性格形成一半来自先天的遗传基因，一半来自后天的环境。一个人的性格不同决定其，把握机遇的能力也不同。性格后天的可塑性对于人的性格成长非常重要，尤其是幼儿时期的生长环境，对一个人性格有终生的影响。“性格即是命运”，从这句人人都引为至理名言的话语中，可以看出性格对人的一生影响作用该有多大了。

二、性格的特征

从大体上而言，性格的特征大致是通过以下几个方面表现的：

心态特征：人对现实生活的态度是性格最主要的组成部分。现实态度特征主要是看待和处理各种社会关系方面的性格特征。性格的现实态度特征决定了一个人对人生的选择方式。

意志特征：意志是人对自己行动的自觉调节的能力，

它包括发动和制约两个方面，对于人的独立性、主动性、自制力、坚韧性等方面具有促进强化或抑制削弱的作用。意志特征在人的性格中具有十分重要的位置。

情感特征：情感特征又被称之为性情，一个人经常表现的情绪活动的强度、稳定性、持久性和主导心境方面的特征就是性格的情感特征，它直接控制影响人的自我状态。

意志特征表现在自信心的高与低、胆量的大与小上，这种性格的形成更大程度上取决于后天的因素，一旦形成之后，就会成为决定人生成败的重要力量。自信从表面上看，似乎是一种主观意识的东西，是头脑中的产物，而事实上，这种性格的形成是先天与后天综合力量的结果。

正因为意志特征具有某种主观能动性，一些成功励志学说，都在一味的强调性格对人生道路的影响，使人误以为一个人只要意志坚定，便可心想事成，无限制地夸大意志力的作用，有时把人们引向了人生的歧途。其实，任何一种因素只是我们走向成功的一个条件，性格也因人而异，过于夸大性格中自信的力量，恰恰拉大了它与现实和生活之间的距离，对人生有很大的负面影响。一个人的情感受到外界及某些客观因素的制约，情

性格

的 优点与弱点

感又反过来会影响人们的心态，心态也会波及到人们的行为。总的说来，情感是性格中最不具有稳定也是最明显的表象，人们常说的痛苦、忧郁、紧张、孤独、绝望等等都是情绪的外在表现形式。情感对人们的行动会产生重要的影响，对我们的命运产生的影响虽然不是直接的，但作用却是很大的。所以，每个人在生活的道路上都要调整好自己的情感，这种调控的能力是性格上一种必备的素质。

衡量调节自我情感的标准，主要看是否能抑制自我的冲动。1960年，心理学家米斯切尔在史丹福大学的一所幼儿园内做了被后人称之为“果汁软糖”的实验，科学地证实了调节情感对成功的重要影响。

抑制冲动的能力是可以锻炼出来的。一个善于抑制冲动的人，对自己的人际关系处理得好坏有很大的影响。

对于每个人而言，人生道路上不可能是一帆风顺的，也就是说，外部环境不顺利时，要学会充分地调节自我情感，及时地调整好自己的情绪，一旦学会使用性格的优点，避免性格上的弱点，你的人生才可能立于不败之地。

三、气质与性格的关系

气质在人的性格形成发展过程中起着至关重要的作用，它是性格形成和发展的生理基础。气质本身并不是性格，它们之间有明显的区别。

从起源和可塑性方面来看，气质比较多地受人的高级神经活动类型的制约，主要受遗传因素影响，人刚生下来就表现出了一定的气质差异。所以它比较难改变，即使是改变了，它的过程也是非常缓慢的。性格是形成的，生活实践起重要的作用，虽然性格也是比较稳定的，但是，它比气质的变化要容易。

气质是先天的，它是行为的外显特征，与行为内容没有关系，没有好坏之分。只存在气质的表现涉及到人的社会关系时，才能评价这种气质是否有价值。如热情这个气质，表现在对人方面的态度，但它也区分对待何种人，待好人和善是好的气质、待坏人和善则不是属于好的气质了。人的性格是后天形成的，它是在个体和社会环境之间相互作用形成的，受社会关系制约，所以性

性格

的 优点与弱点

格有好坏之分，它是有道德评价的意义。如一个人对待社会问题有认识上的区别，这些显然就有道德上的区分了。

气质与性格之间不是单一的联系。相同气质的人可以形成不同的性格特征。同是多血质的人，却会表现出自制能力强与弱的性格特征。而不同的气质类型也可以形成相同的性格，如同种气质类型的人都可以形成自制力强的性格特征，都可以形成自制力弱的性格特征，气质与性格除了有区别之外，更重要的是它们之间有紧密的联系，气质可以影响性格，反过来，性格也可以影响气质。

一般来说，特定的气质有利于形成某种性格特征，从而影响性格形成的难易与速度。如果要形成自制力的品质，胆汁质的人就需要长期的努力，相对而言，抑郁质的人则比较容易形成这种性格特征；而胆汁质和多血质的人则比抑郁质更容易形成勇敢和果断的性格特征；粘液质的人比胆汁质和多血质类型的人更容易形成冷静、忍耐等方面的性格特征。

第二，不同的气质可以使性格特征染上不同的特点。对于从事某一件事情，四种不同气质类型的表现也不同，多血质型的人充满信心，胆汁质型的人颇具力度，

粘液质型的人按部就班，抑郁质型的人则是一丝不苟，默然无语地工作着。

性格可以在一定的程度上改变和掩饰气质，一些专业性很强的行业必人须要具有沉着、机智、果断等性格特征，在规范性训练程序中，这些性格特征可以掩饰或改造容易冲动和不可遏制的胆汁质的气质特征。

四、中国古代的性格分类

对于性格流派的划分，古今中外都有其独到的见解。为了了解它们之间各不相同而又密不可分的联系，我们从下面关于不同性格类型的分类上，进行总体性阐释。

自遥远的古代，人们首先开始对性格问题进行探讨，并且根据生活中的观察，对性格的不同特征进行了各种各样的分类。

传统古籍中多有这方面的记载，在《灵枢》一书中，对人的心理和生理上的性格差异进行了详细论述，将人的性格分为五大类，即金、木、水、火、土。我国另一部医学著作《内经》按照阴阳强弱把人分为以下五类：

太阴、少阴、太阳、少阳、阴阳平和，这种分类根据人的体质由内在阳阴调和的倾向性决定，有一定的科学价值，这与近代生理学研究的兴奋和抑制的关系有相通之处。

五、古希腊希波莱拉第的分类

希腊的医学之父希波莱拉第依据的体液的混合程度，把人的性格分为多血质、黄胆汁质、黑胆汁质和黏液质四种类型，他认为它们各自有不同的特征：多血质人，性格爽朗；黄胆汁人，性急；黑胆汁人，抑郁；黏液质人，迟钝。

这几种性格类型的划分，至今还有一定的影响，巴甫洛夫的学说就是建立在这一学说的基础上。经过了补充和修正，巴氏把人的性格气质分为：多血液、胆汁质、黏液质和抑郁质四种，多血质人的气质特征是：活泼、好动、敏感、反应迅速、喜欢交往、注意力容易转移、兴趣和情感易交换。

胆汁质人的气质特征是：直率、热情、精力旺盛、