

生活和工作的必备知识
幽默 · 生动 · 精彩绝伦

性格解析

了解自己 理解他人

(美) 弗洛伦期·妮蒂雅 著 江雅苓 译

(第二版)

PERSONALITY
Plus

HOW TO UNDERSTAND

OTHERS BY

UNDERSTANDING

YOURSELF

经济日报出版社

性格解析

〔美〕弗洛伦斯·妮蒂雅 著

江雅苓 译

经济日报出版社

著作权合同登记 图字：01-98-2008号
图书在版编目(CIP)数据
性格解析/(美)妮蒂雅著；江雅苓，—北京：经济日报
出版社，1998.10
ISBN 7-80127-529-2

I. 性… II. ①-妮… ②江… III. 性格-通俗读物
IV. B848.6

中国版本图书馆CIP数据核字(98)第29542号
全球唯一正式中文版权所有，未经授权，
任何内容或部分内容的复制均属侵权。

Personality Plus: How to Understanding Others by Understanding Yourself
Copyright © 1992 by Florence Littauer
Chinese translation copyright © 1998 by Economy Daily Press
Published under agreement with Florence Littauer/Class Speakers
ALL RIGHTS RESERVED

性格解析——了解自己 理解他人

作者	(美)弗洛伦斯·妮蒂雅
译者	江雅苓
责任编辑	陈佩
责任校对	殷红胜
出版发行	经济日报出版社
社址	北京市宣武区白纸坊东街2号 邮编 100054
总经销	全国新华书店
印刷	北京星月印刷厂印刷
规格	850×1168毫米 32开
字数	160千字
版次	2000年4月第2版
印次	2000年4月第2次印刷
印张	8.75印张
印数	10000—12500册

ISBN 7-80127-529-2/C·4

定价：15.00元

译者序

《Personality Plus》是一本风行全球的畅销书，现在非常高兴能得到作者本人授予此书的正式中译本版权，从而使我们能将这一杰出的作品呈现给大家。

在我们成长的过程中，有很多人问过这样的问题：“我是谁？”、“我为什么是这个样子？”等等，也对于其他人的行为感到难以理解，这本书就是解答这些问题的最好的钥匙。

我和我周围一些了解性格的朋友们，一直都感到此书对我们有着巨大的帮助，书中所述的四种基本性格类型：活泼型（简称为 S 型）、完美型（简称为 M 型）、力量型（简称为 C 型）及和平型（简称为 P 型）已经成为我们日常交流中非常自然的一部分，特别是对于了解我们自己和理解他人有着前所未有的效果。

通过阅读此书，你会了解到真实的自己，摆脱过去那种因为性格上的矛盾，不会欣赏自己更不懂得理解别

人的状况。并认清你无需“克服”自己的性格，而是去善待它、了解它并且去运用它，促动你卸掉那些在漫长的成长过程中受他人和环境的打磨而形成的——性格假面！进而帮助自己真正地成长。

《Personality Plus》在你认识了自己和别人的性格之后，了解到人和人之间不同的性格类型存在着许多差异，而不再强求别人认同自己或者让自己刻意扭曲去迎合他人，特别是婚姻关系和家庭关系以及上司和下属的关系。在这个基础上，你才能与他人建立真实、自然、和谐的关系，才能够与这个世界上最重要的人建立最融洽、最祥和的关系，这个人就是你自己！

这本书同时也让你认识到每个人都是独一无二的，天生就有与兄弟姐妹不同的组合特征。没有哪种性格比另一种更好，而每一种性格都有许多的优点和缺点，各种性格都有其非同寻常的价值，正像世界上有许多的颜色一样，不能说哪一种颜色比另一种更好，而如果世界上缺少任何一种颜色都将是无与伦比的遗憾。

《Personality Plus》已在世界上许多国家被译成十几种文字出版，给无以数记的人以莫大的帮助，通过阅读、讲习、咨询分析等过程，挽救了许多夫妻的婚姻，改善了许多的人际关系，帮助了许多人找到了自我，重新给自己以真正的价值定位，从而得以享受更美满的人生。本书的内容将使大家接受人的四种基本性格类型（S、M、C、P），就象人们已经接受了人有内向性格和外向性

格一样，成为社会 and 生活中极为普及的知识。

本书当初曾定名为《性格分析学》，最终为更符合原作内容而确定书名为《性格解析》。另外，为了方便读者更准确地进行性格测试，在书最后的附录二里附上了英文原文的性格测试表和词语解释。最后，在此感谢殷红胜先生在本书的译校过程中，提供的大力帮助。

江雅苓

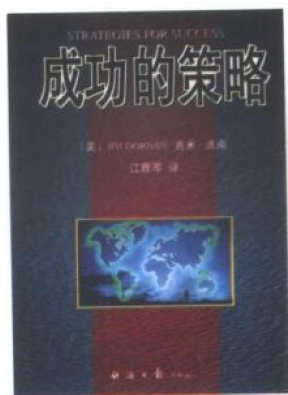
1998年7月



江雅苓女士

本书是由性格、沟通方面的专家江雅苓女士翻译，书中有很多她独到的阐释。江雅苓女士还引进并翻译国外其他优秀著作，其中包括《待人技巧》、《培养你周围的领导人才》、《成功的策略》等书籍。她现任北京臻美雅泰商务咨询有限公司高级顾问讲师，擅长性格分析、沟通、EQ、中高层管理、销售、演讲技巧、人际关系、家庭和婚姻等方面的培训课程。

江女士具有丰富的国内授课经验，在北京、深圳、广州等地共举办大规模的“公开课程”一百多场，参会人数一万多人次，并曾在北京钓鱼台国宾馆作EQ专场演讲，受到各界人士的高度评价。



内容简介:

本书作者吉米·道南是一家国际性营销和个人成长培训公司的创办人和总裁，他的营销组织系统有一百几十万人。他是美国的一位亿万富翁，其每个年收入几千万美元，并且还在不断地增长中。

《成功的策略》一书，是吉米·道南在经过不断的学习、观察与体验中总结出来的为人处事原则以及行之有效的、并经过身体力行的实践而写成的。书中介绍了如何积极思维、战胜失败、订立远大目标、如何应付压力、发展人际关系、增强沟通能力以及激励他人奋发向上和增强领导才能等非常实际具体的内容，并有非常精辟独到的见解。

目 录

第一部分 性格轮廓

快速自测法 (1)

第 1 章 只有一个你 (3)

……我们从出生就各有自己的优点和弱点，没有划一的方法能为我们创造奇迹。只有我们意识到自己的独一无二，才能理解为什么大家在修读同一课程，在同样的时间里由同一位老师讲课，却往往会获得不同的成绩。……

第 2 章 你的性格轮廓 (11)

……没有人是百分之百的属于某一种类型，但你的得分能准确地让你知道自己的长短。若你得分很平均，你很有可能属于和平型，是个面面具备的人。……

第二部分 性格潜能

且看我们的专长 (17)

第3章 让我们和活泼型一起欢乐 (23)

.....典型的活泼型情感外露，热情奔放，他们懂得把工作变成乐趣，而且乐于与人交往。他们能从任何事情中发掘出兴奋、然后在绘声绘色的描述中，尽情回味其中的欢乐。活泼型的人既外向，又乐观。.....

第4章 让我们与完美型一起统筹 (43)

.....完美型的成年人是个思想家，他们对待目标严肃认真。他们强调做事的先后次序和组织，他们崇尚美感和才智。他们不会一时冲动，寻找刺激。反之，他们会为自己的生活作长远且最好的安排。.....

第5章 让我们看看情感 (61)

.....正如乐天的活泼型被深沉的完美型所吸引，反过来内向的完美型同样被外向的活泼型吸引。力量型领袖喜欢和平型的部下，和平型不善决定的性格，很需要别人为他作决定。.....

第6章 让我们与力量型一起行动 (67)

.....力量型的人总是对准目标迈进成功。当活泼型的人在说话，完美型的人在思考时，力量型的人会进取。只要依他的不二定律“现在按我的方式去做！”你就会发现，他的脾性最易懂，并且是最好相处的.....

第 7 章 让我们与和平型一起轻松 (83)

.....和平型缓和着色彩斑斓的活泼型；和平型拒绝过分欣赏力量型的优秀决定；和平型对完美型复杂的计划也不过分认真。.....

第三部分 性格计划**克服个人弱点的方法** (101)**第 8 章 让活泼型统筹起来** (105)

.....他们可能有一个好的意图，但他们很少去跟进任何计划。他们既有亲切可人的性格，他们就认为自己的个性不可能有任何缺点。.....

第 9 章 让完美型快乐起来 (127)

.....完美型的人是各种极端的混合体。他们同时具有最高和最低两个极端。

有件事是真正的完美型永远相信的，就是世界上没有人和他相似。他永远能证明自己是对的，而世界是错的。如果人人能像他，他会很快乐。.....

第 10 章 让力量型缓和下来 (143)

.....力量型的人不相信他们有什么地方令人讨厌，因为他们总认为自己是正确的，所以自然地认为他们不可能有错。从儿时开始，力量型的人在任何情况下都好胜，想尽办法不丢脸。.....

第 11 章 让和平型振奋起来 (161)

……和平型的优缺点都是深藏不露，和平型的人不能想象他们是好胜的，因为他们是那么的文静和友善。……

第四部分 性格原则

改善人际关系的途径 (173)

第 12 章 每个人都是一个独特的组合 (175)

……当你测试出自己的性格轮廓后，你就会发现你是独一无二的。大部分人的某些气质表现得很突出，另一方面的气质显得次要些，并且还有别的一些零碎气质。有些人则是平均分配的，这些人通常是和平型的人，最难决定他们的性格特征。……

第 13 章 我们不喜欢被围困着 (183)

……理解到人们其实已经被围困在自己的小盒子中了。因为在性格的大门打开前，我们不会爬过活动的围墙和从裂缝中向外偷看一下。……

第 14 章 异性相吸 (193)

……我们都听过异性相吸的说法，而费特和我就是这方面的最好例子。这几年来我们都在研究人的个性，并且很少发现有同一性格模式的人结为夫妇。当我们观察个人的优点时，会发现对立者结合在一起是最能干的。若我们能看看自己的婚姻，明白一方的优点正好补充了另一方的缺点，我们就会为此而感激，不再千方百计改造对方了。……

第 15 章 我们可以互相了解

不同之处 (205)

……性格的知识能帮助我们每个人在社交场合表现得更佳，使我们与人谈话时能够更受用，并能明白别人的优点和缺点。从此以后，你学会了指出人群中的健谈者、实行者、思想家和旁观者，这会给你带来更多的乐趣。我们每个人都互不相同，这不是很美妙吗？……

第 16 章 如何与人和睦相处 (213)

……在我们开始明白彼此基本性格的差异时，这就解除了我们在人际关系上的压力。我们可以积极看待各自的差异，而不会试图使每个人都像自己一样。……

附录一 个性测试词语定义 (235)

附录二 个性测试表及其词语定义

英文原文 (249)

第一部分

性格轮廓

快速自测法



第 1 章

只有一个你

大家都想有更好的个性。我们也幻想自己置身于梦幻岛上：在那里，教堂的钟声使我们摇身一变，大家全穿上高贵的服饰，魅力十足。我们不再失足、犯错、跌倒或摸索；我们相互交流、互相吸引并互相激励。可惜，当我们幻想完毕，脑袋里的电视机关掉后，又要回到现实的生活中。当我们定睛看着空白的荧光屏，便会奇怪：为什么我们的“喜剧情景”消失了，为什么一些自信的新星会取代我们，为什么我们似乎总是不称职呢？

于是，我们会跑去听某些培训的课程，据说这些课程能在 24 小时内改变我们的个性，让我们变得光芒四射；有些则许诺我们可以成为发挥极限力量的超人；还有一些让我们感到前途光明。可惜，大多数让我们乘兴而去败兴而归，我们并不如想象的那么兴奋，也没有爆

发内在的潜能。这是因为我们具有不同的动机、能力和性格，所以我们不能都用同一种方法来处理。

没有相同的两个人

若我们是纸箱里一模一样的鸡蛋，一夜间就可以被大母鸡孵化成光滑的小鸡，但我们却是互异的。事实上我们从出生就各有自己的优点和弱点，没有划一的方法能为我们创造奇迹。只有我们意识到自己的独一无二，才能理解为什么大家在修读同一课程，在同样的时间里由同一位老师讲课，却往往会获得不同的成绩。

《性格解析》把我们看作是源于四种基本性格的每个个别独立的组合，促使我们在试图改变自己的表面行为前，先要透彻熟悉“真我”。

内在的质地最重要

当米开朗基罗准备雕刻大卫像时，他花了很长的时间挑选大理石，因为他知道，材料的质地将决定作品的美感。他明白他可以改变作品的外形，但不能改变它的基本成分。

他创造的每件杰作都是独一无二的，尽管他试图复制也找不到完全相同的一块大理石。甚至他从同样的石头上切割另一块下来，它也不会与真品精确无误。是，很相似，但不相同。