

INDIVIDUAL PSYCHOLOG

利用12大类60种动物偶像，对你的个性进行彻底的剖析！
让你了解自己，看清别人，躲开各种危险，避开各种纷扰！

个性心理学

把握自己的个性，设计自己的人生

在实践中不断提升自己，才能达到游刃有余的境界

个性心理学研究所 所长

[日]弘本将裕 著

廉源 译



中国民族摄影艺术出版社

个性心理学

把握自己的个性，设计自己的人生

个性心理学研究所 所长

[日]弘本将裕 著

廉源 译



中国民族摄影艺术出版社

图字：01-2004-6696号

图书在版编目(CIP)数据

个性心理学/[日]弘本将裕：中国民族摄影艺术出版社，
2004.12 ISBN 7-80069-654-5

I.个... II.弘... III.心理测验—青年读物
IV.B841.7-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2004)第124713号

Kosei Shinrigaku

Copyright (c)2003 by Masahiro Tsurumoto

Chinese translation rights in simplified characters arranged with
KAWADE SHOBO SHINSHA, Publishers, Tokyo
through Japan UNI Agency, Inc, Tokyo

本书由贝塔斯曼亚洲出版公司转授权，由中国民族摄影艺术出版
社在中国独家出版中文简体字版

作 者	弘本将裕(日)
译 者	廉 源
总 策 划	——恒盛辉
	www.yhshbook.com
责任编辑	殷德俭
版式设计	亿点印象
出版发行	中国民族摄影艺术出版社
地 址	北京东城区和平里北街14号 100013
印 刷	北京世图印刷厂
开 本	32开
印 张	8
版 次	2005年3月第1版 2005年3月第1次印刷
书 号	ISBN 7-80069-654-5/Z·62
定 价	20.00元

版权所有，翻印必究；未经许可，不得转载

前言

本人第一次编辑出版《个性心理学》这本书是在1999年的12月，现在已经过去三年多了。

在此期间，通过在全国各地进行的演讲活动，现在已经涌现出大批的正处于热心学习过程中的个性心理学爱好者，取得认定讲师资格以及认定个人心理指导师资格许可证书的人已经达到了400人以上。这些人包括现任教职员工以及奋斗在医疗一线的医师、牙科医师以及公司经营者、家庭主妇、学生等等，范围很广，他们都把个性心理学作为一门真正的学问来学习研究。获得认定讲师资格的人中甚至出现了国会议员的身影，让我再次为其影响力之广大而震惊。

自从我开始学习心理学，我就一直想创作出一门可以称作“使用学问”的心理学，这就是现在我们所看到的《个性心理学》。我把印象心理学的手法融入到“动物偶像”中，充分运用了这种新的考察方法，从而成功的创作出一种全新的心理学体系。

从这之后，通过一系列的演讲活动以及企业咨询活动为这些理论的验证积蓄了充分的实例，并进行了进一步的改良，使它成为精确度更高的心理学。



那么，如今为什么有这么多的人都在关注这门研究“心”的学问呢？为什么《个性心理学》能在众多的领域里一展身手呢？

这是因为，我们的社会正处于时代转型时期，我们以前信奉的价值观和尺度标准都已变得不合潮流，我们丧失了继续生存下去所依赖的信条和衡量标准。

置身于大企业接二连三的倒闭、证券市场低迷徘徊等等前所未见的景气当中，以及变得越来越复杂的社会环境和人际关系所引起的心理压力已经让我们不堪重负。

即使在教育方面，孩子们拒绝上学和互相欺压事件层出不穷，现在已是屡见不鲜，大家已经不把它作为新闻话题了。所谓的“宽松教育”也只是有名无实，无论国家或学校看起来好像都已经把教育孩子的任务给丢弃了。让我震惊的是，虽然学校给了学生休息时间，但是很多的家长却要让孩子去上课外补习学校，这同样是教育上的大问题。

地球上人口的爆发式增加与心理压力的持续增加是有密切关系的。据考证公元前一万年农业刚刚兴起的时候地球上的人口只有500万人。经过漫长的历史年代，到了战后的1950年已经达到25亿人口，此后再到1987年大约40年的时间里，人口双倍激增达50亿。现在已经超过了60亿，我们不知道什么时候人口才能够停止增长。因为现在是以每天25万人、每年一亿人的增长幅度在继续增长着……。

由于交流的不充分，会产生很多误会和相互的不理解。表达各自思想、思维、想法的手段也变成了以手机和电子信件为主的方式。虽然我们不能否定这样做确实是很便利，但是，我们同样可以感觉到这样做确实在某种程度上导致了人的本性的丧失。

由于个性的不同常常会导致交流的不顺畅，由此就会产生心理压力。希望大家能早日找到真正的自我，而且希望能及早发现“自己与别人是不同的”。

为什么是“12个动物偶像”呢？

这是我经常被问到的问题，12这个单位从古至今都是被频繁使用的。因为人有十根手指，所以十进制是很容易被理解的。那么为什么用“12”呢？

这是从木星绕太阳旋转的周期为12年这一点得来的。木星的另一个叫法为“岁星”，我们在书写年龄的时候都写“多少岁”，而且“中元、岁暮”的“岁”也都是源自于那个周期。另外，由于月龄的阴晴圆缺而把一年分成12个月，时钟也是分成12个小时。古时候的圣德太子制定的“官位十二阶”以及平安时代的“12单”也是以12为单位，在西洋也有“耶稣和12信徒”的有名传说。现在还在用“一打”表示12个，而且深受大家推崇的西洋的占星术和星座占卜也分为了12种。

就这样，12这个数字不知不觉的在我们的生活中扎下了根。

那么，为什么12这个单位能和动物偶像搭配在一起呢？这其实也不是什么很新鲜的东西了，这是古希腊时代的神话当中常常使用的手法，伊索寓言或者安徒生童话中的动物也常常被拟人化后才来出场。现在



人们所熟知的“牧牛座”或“狮子座”等的12星座中的动物们也仍被宠爱着。日本的“十二支”现在还在使用，贺年卡中也一定要把“干支”的主角给印在上面。

另外，比喻成动物的表现手法也经常被用在日常会话中，比如说：“那个人像借来的猫那样老实”、“部下像狗一样忠诚”、“像鬃狗那样爱聚集在一起”、“鸢生鹰”、“蛤蟆的儿子还是蛤蟆”等等不胜枚举。而且，夏目漱石的《我是猫》就是因为充分运用了“拟人化”手法而十分有名。

我最初的着眼点是佛教中的《曼荼罗》。我觉得《曼荼罗》中用动物来表现作为人的烦恼和个性简直太高明了。我完成的“12大类动物偶像圆形图表”，这也可以说是我的“动物曼荼罗”吧。

人在碰壁或者陷入迷途的时候，自然的、本能的就会想到回到“原点”。那么究竟人的原点是什么呢？那就是“动物”。

包括一些大企业也令人惊讶的在印象战略中使用了“动物”。特快专递、搬家公司的形象有“黑猫”“象”“蚂蚁”等，牙刷有“狮子”，水壶上有“老虎”等等充分运用了动物的象征意义。在大型商品上，某个冠名为“狮子公寓”的公寓非常有名。在体育界，棒球队几乎都被比作动物。“老虎队”、“龙队”、“狮子队”、“天鹅队”……。

通过印象心理学已经证明，人的记忆里绝对不会留下“文字”，而是深深的刻下对事物的印象。

目录

前言.....1

为什么是“12个动物偶像”呢？.....3

1、所谓“个性心理学”

个性心理学不同于以往的占卜术.....2

右脑和分类.....4

◎我们为什么而生活？.....6

◎幸福和俸福.....7

◎所谓“放弃”.....10

◎个性是不遗传的.....12

◎显性意识只不过是冰山一角.....13

◎他人眼中的自己.....15

◎personality 和 character 的区别.....18

◎成为个性心理学基础的阴阳五行说.....20

关于“父音”.....23

生日与科学.....27



◎关于“历法”.....29

短评专栏 从水中动物到陆地动物.....31

◎满月和新月.....31

短评专栏 关于“學”字.....33

2、人际关系 3 种类型——MOON 月亮 · EARTH 地球 · SUN 太阳

人际关系的 3 种类型——MOON · EARTH · SUN

◎MOON——动物偶像是黑豹、绵羊、小鹿、狸.....37

◎EARTH——动物偶像是狼、猴子、老虎、考拉.....38

◎SUN——动物偶像是猎豹、狮子、大象、天马.....39

短评专栏 心灵的百叶窗.....41

◎所谓的[人际关系].....42

◎对公司业绩的影响.....45

3 种类型的实例.....47

◎公司组织.....47

◎人生观的 3 种类型.....49

◎从对事物的重视来看 3 种类型.....49

◎从措辞来看 3 种类型.....52

短评专栏 MOON · EARTH · SUN 的比较验证.....53

◎从购物方式来看 3 种类型.....54

◎从优先顺序来看 3 种类型.....55

◎从医院的接待方式来看 3 种类型.....56

◎营销人员的3种类型.....	57
◎从处理纠纷方式来看3种类型.....	59
在教育子女方面的灵活运用.....	61

◎教育子女的3种类型.....	61
-----------------	----

短评专栏 个性心理学语录1.....62

◎孩子眼中的父母.....	63
◎让父母不安的事情.....	64
◎针对孩子给家长们的建议.....	65
◎漫不经心、踏踏实实、决不吃亏.....	68
◎给家长的通知书.....	69
身边的3种类型.....	71
◎常用词语.....	71

短评专栏

能给予你回天之力的个性心理学.....	74
应用在医学上的个性心理学.....	75
胎内记忆和个性心理学.....	76
可以运用于营业部门的个性心理学.....	77

◎专业高尔夫球手.....	78
---------------	----

◎世界冠军.....	79
------------	----

◎经常收看的电视节目.....	79
-----------------	----

短评专栏 个性心理学语录2.....81

◎孩提时代的游戏.....	81
---------------	----

◎当会议延长的时候.....	82
----------------	----



短评专栏 有关个性心理学的网页一览表.....84

3、目标指向型与状况应对型

目标指向型与状况应对型

- 制造人生喜剧和悲剧的两种类型.....86
- 目标指向型与状况应对型的差异.....88
- 基本内涵.....88
- 事例1 “约定时间”.....91
- 事例2 “向服务生点菜”.....92
- 事例3 “夫妇早晨的对话”.....93
- 事例4 “谈恋爱”.....95
- 事例5 “用餐”.....95
- 事例6 “开车兜风 & 看电影”.....97
- 事例7 “日常生活——电视·电话”.....99
- 事例8 “公事 & 私事”.....102
- 事例9 时间的确定方法.....102
- 事例10 日常生活——购物·洗澡·如厕.....104

短评专栏 个性心理学语录3、4、5.....106

4、12种动物偶像和个性的关系

12种动物.....108

培育 = 培养素质.....110

将3大类分成12个分类.....112

12 种动物偶像的特征.....114

分类方法.....116

12 类人际关系.....118

◎麦比乌斯理论.....118

12 种动物偶像的相关图表.....122

12 种动物偶像的人际关系一览表.....124

◎狼.....128

◎小鹿.....135

◎猴子.....141

◎猎豹.....148

◎黑豹.....154

◎狮子.....160

◎虎.....166

◎狸.....172

◎考拉.....177

◎大象.....183

◎绵羊.....189

◎天马.....195

短评专栏 色子理论.....201

5、4 种个性（性格）

新理论“作用分担的4种类型”.....204

4 种个性（性格）.....207



日本电影演员木村拓哉的个性诊断病历本.....208

◎本质与表面.....209

◎意志.....209

◎希望.....210

展望未来型和回想过去型.....212

◎展望未来型——动物偶像之天马、狼、小鹿、
猴子、猎豹、黑豹.....213

◎回想过去型——动物偶像之狮子、虎、狸、
考拉、大象、绵羊.....214

右脑型与左脑型.....217

◎右脑型——动物偶像之天马、大象、狼、考拉、
小鹿、绵羊.....217

◎左脑型——动物偶像之猴子、黑豹、狸、猎豹、
狮子.....219

6、在你的人生设计中灵活运用运势节奏

运势节奏解读.....222

开垦期.....224

萌芽期.....225

成长期.....226

开花期.....227

收获期.....228

大树、太阳、山岳、矿脉、海洋集团的10年运势.230

花草、灯火、大地、宝石、雨露集团的10年运势.231
不同集团的主流运势.....232

结束语.....237

1

所谓“个性心理学”





个性心理学不同于以往的占卜术

生活在当今的社会，有谁敢说没有心理压力吗？

心理压力的形成原因是多方面的。但90%以上都是人际关系导致的。我希望大家今后都能意识这一点，并且能够理解个性心理学就是人际关系心理学中的一个分支。

我正在全国各地举办一些个性心理学方面的演讲和讨论会。听我演讲的学生们一开始关心的只是“自己与他人”的不同之处，而现在已经学会观察人了。这样，在知道“真正自我”的基础上，才有可能更深刻的审视自己。

通过听我的课，他们知道了一直以来所感受到的压力原来是由于个性之间的差异造成的，现在，他们可以微笑着以宽松的心态来观察“他人”，心里状态自然也就轻松起来。

研究个性心理学的人都知道，个性心理学是把自己及周围所有的人都与这60个种类的动物偶像——对应起来进行分析的。在分析过后，似乎会感觉到自己所置身的环境发生