

一个CEO给青少年的最完美心灵处方

千百万青少年受益终身的自我励志读本

——青少年励志教育第一品牌——

你在 为谁读书

尚 阳◎著

终结篇

修炼最完美的心灵

XIULI

G

NIZAI WEISHUI DUSHU

世上没有一片树叶是相同的，每一个人都会有差异：强硬、温和；热情、冷漠；开朗、沉默；叛逆、顺从；冲动、冷静……，你的性格与心理特征是什么？只要你把握了自己人格特征的规律，克服了不良心理问题和行为习惯，你一定能成为健康、快乐的人！



长江出版传媒

长江文艺出版社

你在 为谁读书

NIZAI WEISHUI DUSHU

尚 阳◎著



修炼最完美的心灵



长江出版传媒

长江文艺出版社

新出图证(鄂)字 03 号

图书在版编目(CIP)数据

你为谁读书(终结篇): 修炼最完美的心灵 / 尚阳 著

武汉: 长江文艺出版社, 2012.9

ISBN 978-7-5354-6003-5

I.你… II.尚… III.中学生—心理健康—健康教育 IV.G479

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第129331号

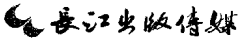

选题策划: 尹志勇

责任编辑: 何海 李潇

责任校对: 陈琪

封面设计: 异一设计

责任印制: 左怡 邱莉

出版:  长江出版传媒  长江文艺出版社

地址: 武汉市雄楚大街268号 邮编: 430070

发行: 长江文艺出版社

电话: 027-87679360

<http://www.cjlap.com>

印刷: 武汉安捷印刷有限公司

开本: 640毫米×960毫米 1/16 印张: 18.25

版次: 2012年9月第1版 2012年9月第1次印刷

字数: 239千字

定价: 24.00元

版权所有, 盗版必究(举报电话: 027-87679308 87679310)

(图书出现印装问题, 本社负责调换)

前言

《你在为谁读书》自出版以来已经畅销八年，荣获中国十大青少年畅销励志书、浙江省社会科学进步奖、中国青少年自助阅读第一品牌等荣誉。

本系列丛书以中学生的学习、生活故事为主线，通过一位神秘长者的来信，将孩子们喜闻乐见的学习方法、思想品格寓教于乐。

第一季：一个CEO给青少年的礼物——目标与立志是读书成长的第一块基石；

第二季：成就最好的自己——扬长抑短才能变苦读为乐读；

第三季：最有效的学习方法——3+1学习方法帮助你取得好成绩；

终结篇：修炼最完美的心灵——九型人格与心理问题校正。

几年前，在风光秀丽的小三峡入口，一位13岁的妙龄少女毅然从近百米的龙门桥上飞跃而下。时过一年，一位14岁的青春男孩居然面对千里平湖，一步一步昂首挺胸走入了死亡的怀抱。而更令人深思的是，没多久某区一位初中学生竟然拿起斧头残忍的砍死了自己的父亲。面对这些惨剧，我们的心不得不为之震颤。我们惊叹：当今的学生怎么了？现在的学生心理到底出现了什么问题？是什么让花季少男少女们的生命变得如此脆弱和凶残？马家爵、药家鑫现象背后存在的严重的心理问题，从我们收集到中学生60—70种目前普遍存在的心理缺陷和不良行为习惯问题，看到了悲剧的源头。

中学生正处于青春发育期，在这一时期会出现很多的心理问题。为

此,本书从分析中学生心理异常的原因及表现出发,以培养学生正确的归因观;运用理性的情绪疗法,引导学生宣泄不合理的情绪;培养健康的情趣,消除不良的心理状态,试图找出一剂良药来治愈学生心理的伤痕,引导学生健康成长。

因为中学生心理问题的表现非常复杂、多样,通过深入思考与研究,作者设计了九个主要人物,将问题归类为九种人格,这样不仅可增强阅读性,更有利于规律的把握,便于学习与改善。

本书的写作结构是以故事+书信。故事:呈现孩子们心理问题的背景和发展过程;书信:心理咨询师用书信和孩子交流心理问题。书信以QQ、电邮、微博、信件等形式,内容上也不是自上而下的灌输,而是“咨询师指出问题——孩子倾诉——咨询师引导解决问题”的模式。每章节后面还增加了“读书虫”和“测试控”等知识、游戏栏目便于与小读者互动。

应广大读者和家长的急迫要求,本书的写作时间不到两年。因为时间和水平所限,书中一定还存在有许多瑕疵,敬请读者指正。

本书能得以顺利完成并出版,应该感谢编辑何海、李潇和尹社长的大力支持,感谢李哲、王敏等同志参与了大量的文字编写所付出的辛勤劳动,还要感谢许多读者的关心、沟通与促进。

开 篇 九型人格:神秘老师的读心术 / 1

俗话说:一样米养百样人,每个人的性格是不一样的。九型人格按照人们的思维、情绪和行为,将人分为九型,分别是:完美型、助人型、实践型、自我型、探索型、诚实型、热情型、支配型、和谐型。

测试控:型男型女心指数

第一章 未来天空的占星师——发现你的强大 / 13

当你走出一直困扰自己的阴霾,就会发现,原来阳光从未曾远离你。在我们的周围,有一些化装的天使,他们会在你最失落的时候,给你祝福。即使最最糟糕的生活,也有感恩的理由,就算你失去了一些,可你也成长了一些。

一、不幸:八个月的孩子照样长大

二、好运:诚心感动一片花海

三、感恩:化装天使拥抱你我

四、习惯:快乐成长就像苹果落地

五、目标:灵魂的时钟只有一个标准时间

读书虫:放之四海皆准的“个性” 比尔的“有毒”气体

吸引力法则 害羞试验

测试控:身体性格密码 厌学大冒险 前方目标 ABC

第二章 蚂蚁群居的孤独——成长有代价 / 47

有时候用温和的方法处理问题往往比强制的手段更有效果。用泰戈尔的话来说就是：“神的巨大权威是在柔和的微风里，而不是在狂风暴雨之中。”

- 一、喜欢的对等吸引力
- 二、强势的温暖法则
- 三、弹簧定律应对压力
- 四、酝酿效应看招难题
- 五、化繁为简的大嘴巴对策
- 六、念念不忘的留白效应

读书虫：喜欢是互动的 占领花园的南瓜 讨人厌的“超限效应”

测试控：吃亏跷跷板 抗压奇异果 你的交往“死穴”

摔不碎的安全感

第三章 烈马何日千里——管理你的情绪 / 91

一滴蜜比一加仑胆汁能够捕到更多的苍蝇，人心也是如此。假如你要别人同意你的原则，就先使他相信：你是他的忠实朋友即“自己人”。用一滴蜜去赢得他的心，你就能使他走在理智的大道上。

- 一、冲动：闹钟不给力，带走谁的快乐
- 二、道歉：枪打出头鸟，还你窗明几净
- 三、泄愤：别把坏情绪踢给塔底的猫
- 四、疏导：写轮眼看出你的负罪感
- 五、放下：幸福就在华丽转身间
- 六、开放：一滴蜜赢得自己人
- 七、距离：向刺猬学习取暖

读书虫：嫉妒的猴子 “破窗效应”的正能量 午夜“凶”铃

蔡戈尼之圆 距离产生美

测试控：Hold住坏情绪 让我加入你们吧 你是冷美人吗？

第四章 燃烧学习小宇宙——创新第一步 / 137

承认错误并不是什么丢脸的事。反之,在某种意义上,它还是一种具有“英雄色彩”的行为。因为错误承认得越及时,就越容易得到改正和补救。正视错误,你会得到错误以外的东西。

- 一、不当尾随毛毛虫
- 二、做好鹤立鸡群的 20%
- 三、踩着错误去成功
- 四、搅动胜利的鲶鱼
- 五、秒杀高原反应
- 六、跳出失利怪圈

读书虫:羊群的代价 汉斯的鲶鱼 探秘学习高原

测试控:考试也焦虑 心的“石头帮” 天黑请闭眼……

第五章 发动竞争超马达——补齐你的短板 / 175

心有多大,舞台就有多大。你们人生的路很漫长,不会一辈子在考试,不会一直为五分、十分计较。你们学习、考试的目的是学到知识,最终走出校园,成为你们梦想成为的人。

- 一、失落:心中的金海螺不会被冲走
- 二、挫折:打不死的灰太狼很伟大
- 三、希望:一支铅笔也有 N 种未来
- 四、冷静:小蘑菇在角落里收获明天
- 五、专注:一根钢丝暗藏成败乾坤
- 六、坚持:马屁股决定火箭升天
- 七、梦想:测量馒头与神的距离

读书虫:塞利格曼积极心理学 詹森怪圈

测试控:“镜子主义”人生观 听音乐测抗压指数

意志力大比拼 幸福魔棒

第六章 期待翅膀的毛毛虫——爱情第一课 / 225

成长是要经历疼痛的。竹子在春天长得格外快，静静待在竹林里，仿佛能听到竹子拔节的声响。这是一种多么寂寞的声音，又是一种多么疼痛的声音。如今的你如同那些竹子一样，在某个时候，静静地、疼痛地经历了一次成长。

- 一、青春躲不过一场蜕皮的疼痛
- 二、是蒸馏水的友情，还是罗密欧的禁果
- 三、永远长不大是不是对自己的残忍
- 四、你我类似终不是，拒绝悲伤流感
- 五、虚幻的美好，爱你其实爱自己

读书虫：爱屋及乌的晕轮效应 俄狄浦斯情结

鬼山上的星辰和花瓣 牛犊的依恋

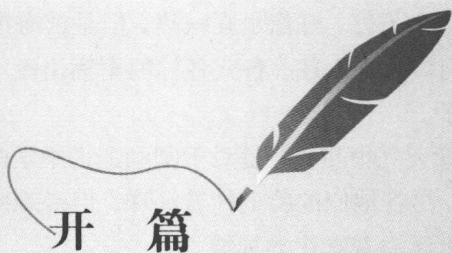
测试控：你的蜕变百分比 逆反“鬼苹果” 听说，你抑郁了？

自恋水仙花

尾 声 3 + 1 的心理学：改革我们的幸福经 / 275

附录 1：中学生普遍存在的心理问题与不良行为习惯 76 种 / 283

附录 2：九型人格与书中人物对照 / 284



开 篇

九型人格

神秘老师的读心术

俗话说：一样米养百样人，每个人的性格是不一样的。九型人格按照人们的思维、情绪和行为，将人分为九型，分别是：完美型、助人型、实践型、自我型、探索型、诚实型、热情型、支配型、和谐型。

日历翻到了9月，对于滨海市来说还是盛夏季节。才上午10点钟，太阳就在不遗余力地释放它的威力，好像是在向人们示威，树上的知了叫个不停，好像也在喊热。但是滨海市第七中学今天却十分热闹，校门口人来人往，各式各样的车辆川流不息，今天是新生开学报到的日子。

尽管天气很热，但是对于刚刚走进中学的新生们来说，一切都是崭新的。尽管他们的脸上挂着汗珠，但是难掩心中的喜悦和好奇，一个个脸上洋溢着欢快的神情。

当然，也有人心怀忐忑，面对即将开始的新生活充满了憧憬，但也担心自己一时难以适应新学校的环境。

因为爸爸妈妈都出差了，丁晓磊只好自己扛着大包小包来新学校报到。幸好学校各处都张贴着明确的指示牌，他很容易就办完了报名手续。

当他扛着大包小包准备去宿舍的时候，身后传来一声清脆的女声：“丁晓磊！”他扭头一看，原来是赵玲玲。赵玲玲和他是小学同学，看他独自一人，赵玲玲很惊讶：“你自己一个人来学校啊？”

“嗯，是的！”丁晓磊放下手里的包，从裤兜里拿出一张纸巾擦了擦额头的汗水。“我爸妈都出差了，原本爷爷奶奶要来送我的，但被我拒绝了。我堂堂七尺男儿，还搞不定这么简单的事情么？”说完，还摆了一个很酷的pose。

丁晓磊的一番话引得赵玲玲哈哈大笑起来，“哈哈……一个暑假没见，你似乎少了些书生气哦。”

不过一阵大笑过后，赵玲玲又有点不好意思了，因为她的行李都是妈妈在拿着。

丁晓磊也看见了赵玲玲的妈妈，礼貌地跟赵妈妈打了个招呼：“阿姨好！”

“你好。这孩子真懂事，我家玲玲什么时候能像你这么懂事就好了。”妈妈在一旁感叹。

“妈——”赵玲玲嗔怪道。

“好了好了，不说了。我们先去你的寝室吧，我下午还得赶回单位呢。”妈妈一脸的着急。

“嗯，那好吧。”赵玲玲慢悠悠地回答。跟丁晓磊道别之后，赵玲玲跟着妈妈来到了自己的寝室——305。

寝室门开着，里面空无一人，尽管空荡荡的，但是看上去很整洁，应该是有人事先打扫过了。赵玲玲的床位是紧挨着窗户的下铺。

“玲玲，你的床位不错，靠近窗户，又是下铺，做什么事情也都方便。”妈妈一边整理床铺一边说。

“你说好那就好啦，又不是在家里，住哪个铺都无所谓。”赵玲玲站在一旁懒洋洋地说。

“哎，你这孩子，怎么总是一副无所谓的样子呢，真是拿你没办法。”妈妈叹了一口气。

妈妈很快就帮赵玲玲铺好了床铺，临走之前，妈妈再三叮嘱她：“玲玲，你现在是初中生了，要学会照顾自己了。平时一定要按时吃饭，别太挑食，晚上睡觉老实点，别老是踢被子。妈走了，有事给我打电话。”

尽管很烦妈妈的唠叨，但是眼睁睁地看着妈妈渐渐地消失在自己的视线中，赵玲玲的心里却很不是滋味，鼻子一酸，眼泪就掉了下来。

看见有人走过来了，赵玲玲赶快用手擦去了眼泪。赵玲玲的初中生活在泪水中拉开了序幕。

第一次离家住校，赵玲玲特别不习惯，第一个星期是在慌乱中度过的——不是睡过了头，就是忘记了带课本。有一次起晚了来不及叠被子，结果被宿管老师抓个正着，狠狠地训了她一顿……好不容易挨到周五下午，当在校门口见到爸爸的车子时，赵玲玲一肚子的委屈，可是又不知该如何开口，索性坐在后座上一言不发。

“玲玲，怎么了，耷拉着脑袋，不舒服吗？”爸爸从后视镜里看到赵玲玲神情低落，关切地问道。

“没有，就是不太适应学校的生活。”

“呵呵，那肯定是在家里当小公主当惯了，现在住校后什么事情都要靠自己，一定很不爽吧？”爸爸打趣道。

“爸爸，你还有心思取笑我啊，我都快郁闷的得抑郁症了。”赵玲玲撅起了嘴。

“好好好，不说了，咱们回家。”见宝贝女儿不高兴了，赵爸爸转

移了话题。

日子一天天地过着，赵玲玲渐渐地跟同寝室的同学们熟悉起来。住在自己上铺的是罗小倩，是一个很漂亮的女孩，像个“芭比娃娃”，活泼热情，同学们都很喜欢她。对面住的是徐小芳，一个很内向的女孩，平时话很少，读书很用功。还有苏洛洛、顾盛凌和林晓梅等人，虽然个性上有差异，但是相处得都还好。六个女孩住在一起，经常叽叽喳喳地聊个没完，倒也很热闹，只是小梅很少参与，总是默默地在一旁看书或者独自发呆，在静静中带有一丝莫名的忧伤。

尽管已经是下午6点多了，可是暑热还未散去，教室中央的吊扇呼呼地转个不停，但是收效甚微，教室里还是闷热异常。坐在前面的罗小倩手里拿着一把小扇子，一边扇一边嚷嚷着“热死了”。赵玲玲在家里习惯了开空调，现在也是百般的不自在。

“对了，听说今天晚上要上心理辅导课。”罗小倩转过身来对赵玲玲说。

“真的假的？”一听说要进行心理辅导，丁晓磊也来凑热闹。

“当然是真的啦。”罗小倩一脸的严肃，“我是出了名的‘万事通’哦！”

“别听她在那吹牛，她那里的都是些小道消息，没几次是正确的。”罗小倩的万年老对头，从幼儿园一路同学到初中的葛怡在一旁冷嘲热讽。

“哼，你知道什么呀。”罗小倩不屑地说。

正当他们吵吵嚷嚷的时候，班主任刘老师走进了教室，后边还跟着一位帅气厚重的年轻人。眼尖的罗小倩一眼就认出了他是这学期刚来学校的心理咨询师，她捅了捅同桌丁晓磊，小声说道：“快看快看！那个就是新来的心理咨询师，好像姓李，听说他很厉害，能够一眼看透别人心里在想什么。”

听了罗小倩的话，丁晓磊仔细打量了一下李老师——高高的个子，厚实的肩膀，戴着一副无框眼镜，看上去大约三十岁左右，上身穿一件白色的T恤，下身穿着一条浅灰色的休闲裤，头发乌黑发亮，

眼睛炯炯有神，脸上挂着自然友爱的笑容，给人一种阳光、大气而稳重的感觉。“看起来似乎比我们的其他老师更阳光一些，但是他也就是一个普通人啊，哪有你说得那么神奇。再说了，我就不信有人居然能够一眼就能看透别人的心思。”说完，丁晓磊又继续抱着科技杂志钻研起来。

这时，刘老师开口了：“同学们，今天晚上要给大家上一堂心理辅导课，站在我旁边的这位就是学校新来的心理咨询师李威凡老师，为了让大家都尽快地适应、愉快地度过初中生活，我们特意请来李老师给大家做心理辅导。”

刘老师的话引起了一阵骚动，同学们个个交头接耳，看起来大家都对这个李老师很感兴趣。其实，与其说是对李老师感兴趣，还不如说是对心理咨询师这个职业感兴趣。

这时，刘老师示意大家安静下来：“下面的时间就交给李老师了。”说完，刘老师便走了。

李老师开口了：“同学们好！我先来自我介绍一下，我叫李威凡，是一名心理咨询师，可能大家都会觉得心理咨询很神奇，其实心理咨询并没有大家想象的那样神秘，它的出现只是为了帮助人们更好的生活。”

看到大家一本正经的样子，李老师笑了，露出了洁白的牙齿。“大家好像都很紧张哦，别那么拘谨，放松一点。这样吧，我们先来玩一个小游戏活跃一下气氛。”李老师走下讲台，好像在思索着什么。“这样吧，我们来做一个心理学的小游戏，‘我是谁？’好吗？”

一听说要做游戏，教室里像是炸了窝，大家不知道游戏怎么做，又担心自己被老师选中。

李老师说：“大家安静一下，游戏现在开始。下面请坐前排的同学们向后转，前后二桌四人形成一大组，二人一对一成为一小组，每人拿出一张白纸，写下自己的名字，然后交给对方，甲向乙介绍自己是个怎样的人（自己的特质和优缺点），乙做记录，五分钟后，二人交换一下，乙向甲做自我介绍，甲做记录，现在开始。”

很快班上同学都进入了角色，气氛开始活跃了起来。

“丁晓磊，优点是喜欢研究前后课题，不愿‘人云亦云’，啧啧——”

说的跟爱因斯坦差不多。”陈超润拿着丁晓磊的签名纸，嘻嘻哈哈。“去你的。”丁晓磊推了一把陈超润，脸都红了。

“同学们，游戏的第一段做得很好，现在进入游戏的第二环节，再用十分钟时间，四个人一组讨论一下彼此的心理感受。介绍自己的优点和缺点，并彼此做好记录。”

这时教室里的讨论十分热烈，时间很快又过去了十分钟。

李老师又说：“同学们讨论分享到此结束，我们开始进入游戏的第三环节：每位同学将写有自己签名的记录纸传给右手边的同学，拿到记录纸的同学要根据自己对此位同学的观察和了解，在纸上写下：我欣赏你……因为……然后依序右传，直到签名纸传递到自己手中为止。”

到了这个环节教室反而安静了许多，面对着同学递来签名纸若有所思。谁都希望得到大家的认同，以致都很珍惜对别人的评点。

最后，李老师总结说：“‘我是谁？’这个游戏的意义在于了解真实的我与接纳真实的我的重要性。”

游戏就玩到这了，接下来呢，我想请大家做一份心理测试题：九型人格。想了解一下大家的性格。有什么问题吗？”把大家刚刚谈到的优缺点归归类好吗？李老师的脸上始终挂着笑容，看得人心里暖暖的。

同学们纷纷摇头。

李老师拿起一沓卷子，给每一组分了一些：“每个人拿一份，从前往后传下去。”

在大家分发试题的时候，李老师开始给大家介绍起九型人格来。“俗话说一样米养百样人，每个人的性格是不一样的，那么你们可能要问了，如此一来了解一个人岂不是很困难？其实，人类是很聪明的，他们对各种各样的性格进行了分类，而九型人格就是一种很独特的分类，通过它我们可以深层次地了解一个人。九型人格按照人们的思维、情绪和行为，将人分为九型，分别是：完美型、助人型、实践型、自我型、探索型、诚实型、热情型、支配型、和谐型。”

顿了顿，李老师继续说道：“既然人格被分为九型，那么你必然属于其中一型。而这个型就是你的‘基本人格型态’。一个人的基本

人格型态是不会变的，即使因为某些因素而发生了一些变化，那些最基本的人格型态可能会隐藏或者发生调整，但不会真正改变。”

看到大家都拿到了试题，李老师扶了扶眼镜，微笑着说：“接下来就请大家认真地看一下试题，然后做出相应的选择，并把选项填在后面的表格里面。”

丁晓磊拿到手里一看，居然密密麻麻地有三页：“怎么这么多啊？”他小声地说。

李老师像是听到了丁晓磊的话，说道：“题目是有点多，不过我希望同学们能够认真地对待。通过这个测试，我们可以了解自己的个性，接纳自己的短处，经营自己的长处，同时还能更好地与他人和谐相处呢。”

教室里顿时静悄悄的，同学们都认真地开始答题，只听见沙沙的写字声和翻卷的声音。

大约过了15分钟，同学们大都已经做完了，李老师开口了：“我想大多数同学已经做完了吧，你们都是什么类型的人格呢？”

“完美型。”“自我型。”“实践型。”“支配型。”……

同学们在下面叽叽喳喳地跟老师说着自己都是哪一型的人格。

李老师走上讲台，示意大家安静下来。“这样吧，你们这么一起说我也听不清楚，为了照顾大家，我把每一型的个性、心理特征都简单地跟大家介绍一下吧。

“第一型是完美型的人，最显著的优点是自我要求高，做事有规律，温和善良，工作勤勉；主要不足是追求完美，太重小节，过分服从，吹毛求疵。完美型的人具有很强的原则性，黑白分明，不会轻易妥协，对自己和别人有着很高的要求，追求完美，希望把每件事情都做得尽善尽美，会时常反省自己是否犯错，也会纠正别人的错误。”

听了李老师的介绍，班长韩修鹏第一个点头称是。

“第二型是助人型的人，他们善良温柔，很喜欢帮助别人，对人慷慨大方，通常很在意别人的感情和需要，对人十分热心，愿意付出爱给别人，看到别人满意地接受他们的爱，才会觉得自己活得有价值，因而常常会忽略自己。他们的缺点是面子软，很敏感，原则性差。”

苏洛洛开心地看看左右。

李老师从教室的这一边走到那一边，一边走，一边娓娓道来。

“第三型是实践型的人，最显著的特点是喜欢积极进取，独立性强，讲究效率，可是爱出风头，贬低他人，争强好胜，喜欢走捷径。”

陈超润露出了诡异的一笑。

“第四型是自我型的人，显著的特点是富有创造力，想象力丰富，不喜欢平淡，表面温和，内心孤独，情绪不稳定，容易情绪化，容易沮丧或消沉，常觉生命是一个悲剧，对人若即若离，害怕跟别人关系亲近后被别人发现自己的不完美而离开自己。由于在现实中得不到满足，因而喜欢在幻想中构建自己的世界。喜欢独处，不善表现。”

林晓梅带着孤傲而忧伤的目光，悄悄地低下了头。

“第五型是探索型的人，最显著的特点就是喜欢思考，行动迟缓，与平常所说的‘说话的巨人，行动的矮子’有些类似。他们感受力强、有原创性，但是孤僻、怪僻。”

丁晓磊的表情，在认同中还带有许多疑惑和不服气。

“第六型是诚实型的人，最显著的特点就是对人忠诚，做事谨慎，遵守规则，可是常常心虚、多疑，缺少信心。他们做事比较小心谨慎，不轻易相信别人，多疑虑，喜欢群体生活，为别人做事尽心尽力，不喜欢受人注视，安于现状，不喜欢转换新环境。为人比较悲观，遇事容易逃避。”

徐小芳愣着双眼，好像是在问是说我吗。

“第七型是热情型的人，最显著的特点是渴望长大。乐观自信，精力充沛，具有创意，爱好广泛，不喜欢被束缚，渴望过比较享受的生活，怕严肃认真的事情，对玩乐的事非常熟悉并会花精力钻研，容易冲动行事。这种人做事常常虎头蛇尾，停留在计划阶段，有计划也很难执行；即使执行了，也很难进行到底，要由他人收拾残局。缺乏耐力，注意力很难持久，不能很好面对困难，常常用自圆其说来逃避内心的恐慌。”

罗小倩开心地摇晃着脑袋。

“第八型是支配型的人，最显著的特点是自信、果断、喜好主导一切、斗志旺盛，他们行动迅速，做事果断，兴趣广泛，主动出击，脾气急躁，喜欢指使，固执己见，耐力不足，欠缺自律。”