



发现自我 驾驭自我 挑战自我 成功自我

个性人生

gexingrensheng

性格成功的魅力

平原郎 著



力争做最好的自己, 不要想去做最好的别人。

- 凡成大事者, 无一不是有个性之人。
- 你的职业适合你的个性吗?
- 你的性格会给你的爱情带来什么样的影响?
- 如何让自己的个性在交际中游刃有余?
- 你是否迷失了自我, 你想不想成为你自己?

中国青年出版社



0979221



发现自我 驾驭自我 挑战自我 成功自我

个性人生

gexingrensheng

性格成功的魅力



中南大学

平原郎 著

图书馆藏



力争做最好的自己,不要想去做最好的别人。

- ① 凡成大事者,无一不是有个性之人。
- ② 你的职业适合你的个性吗?
- ③ 你的性格会给你的爱情带来什么样的影响?
- ④ 如何让自己的个性在交际中游刃有余?
- ⑤ 你是否迷失了自我,你想不想成为你自己?

中国青年出版社

(京)新登字 083 号

图书在版编目 (CIP) 数据

个性人生: 性格成功的魅力/平原郎著. —北京: 中国青年出版社, 2003

ISBN 7-5006-4972-X

I. 个... II. 平... III. 个性心理学—通俗读物 IV. B848—49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 090698 号

*

中国青年出版社出版 发行

社址: 北京东四 12 条 21 号 邮政编码: 100708

网址: [www. cyp. com. cn](http://www.cyp.com.cn)

编辑部电话: (010) 84015594 发行部电话: (010) 64010813

河北遵化胶印厂印刷 新华书店经销

*

880×1230 1/32 8.75 印张 1 插页 170 千字

2003 年 1 月北京第 1 版 2003 年 1 月河北第 1 次印刷

印数: 1—8,000 册 定价: 18.90 元

本图书如有任何印装质量问题, 请与出版处联系调换

联系电话: (010)64033570

雄狮书店: (010)84039659

Foreword

前言

个性是天生的，个性是不能选择的。它虽然在后天可以得到优化和改造，但其基本的东西即性质是不会改变的。先框定一个职业，这个职业收入高、地位高，但并不是每一个人都能胜任。比如说，像比尔·盖茨这样极具电脑天赋的人，如果有人(包括他自己)预先为他设定做一名杰出的政治家，这怎么可能呢？

我们也常听到有些青少年这样说：我自己究竟是个什么样的人我也说不清，我越来越不了解自己了；我真的不知道自己该做什么，适合做什么；我怎么变成这样一种人了，等等。有的人自己也说不清楚到底喜欢做什么。有的人虽然已经开始了独立工作，但目前的工作又并非自己真正想做的，仍在不断地追求。有不少中学生在高考填报志愿时都很盲目，有的只是听从父母长辈的意见；有的只是随大流，听别人说什么专业热就报什么；有的只是想能上个大学就可以了，其他方面考虑甚少。结果是许多人上了大学后对专业不感兴趣，或突然发现自己根本不适合学那个专业。有位大学一年级的

学生，中学时成绩一直名列前茅，但到大学后出了一件意外事件——一门课程考试不及格，而他对自己一向要求甚高，从此便开始怀疑自己，情绪逐渐低落。他说自己已不是从前师长心目中聪明、能干、活跃、开朗的人，而变成一个自己也难以认同的人了，今后真不知究竟会成为怎样一种人。

在追寻自我的历程中，人们往往会遇到这样或那样的困惑和危机，之所以如此，根本原因就在于缺乏对现实自我较为客观、深刻、明确的认识。不少中学生报志愿时的盲目性，一方面是因为对专业了解不够，另一方面就在于对自己知之甚少。自己的兴趣、爱好、性格、气质、能力、特长等，究竟适合做什么，有些人几乎一无所知。有的人一方面对现实自我评价较低，另一方面又对理想自我定位很高，结果导致现实自我与理想自我之间的严重冲突——苦闷、抑郁、彷徨；有的人则经不起挫折的考验，碰壁几回就自信心锐减，对自己加以不合理的否定，而与此同时，内心深处对理想自我又有很高的追求，最终导致现实自我与理想自我的分裂，开始不知自己究竟为何人，又能成为怎样的人。

伟大的剧作家莎士比亚曾说过：“你是独一无二的”。这是最高的赞美。但是，又有多少人了解这一点呢？

这是一个不为我们所习惯的说法，但却符合事实。盲目从众已无法在当今的社会中立足。认识自己的独特性已经同每个人的生存质量紧密相连。竞争的年代，不仅是才能的竞争，更是个性的竞争。你不清楚自己的独到之处，不了解自己潜在的优势，就很难凭真本事去竞争，就很难在择优的环境中显出实力，你的愿望就只能是愿

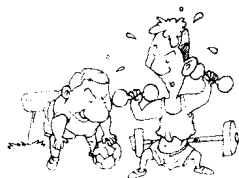
望。要想施展自己的能力，要想不被别人牵着走，只有认真地剖析自我，确认自我，勇敢地摔打自我，尽力开发自我价值，使自己真正成为自己。

有些人在经过苦苦寻觅之后，最终认清了自己，找到了自己的位置，肯定了自己想要什么，想成为什么样的人。他们很清楚自己的情感所向、人生目标、职业取向等，知道如何在复杂的社会生活中定位自己。这样的人是成熟的人、自我实现的人。他们能体验到真正的快乐，能够向自己的历史交代，即使遇到危机，也能够较较好地适应。这样的人理想自我与现实自我做到了积极的统一。他们能对现实自我做出较为客观、全面、深刻的认识，在理想自我的确立不能立足现实、符合时代和社会的需求的情况下，能够随时做出调整，时刻反省自己，制定出行之有效的目标、计划，并不断优化自身个性。

在个人的成长历程中，究竟需不需要寻找自己？答案无疑是肯定的。只有积极地寻找自我，不要总想着去“做一回别人”，才会真正做到健康和快乐，才会做出真正的成就，走向成功。

Foreword

1	前 言
2	第一章 关于个性
2	第一节 个性的特征
2	一、什么是个性
2	二、个性是社会化的产物
4	三、个性的群体差异
4	1. 民族间的差异：文化的不同
7	2. 地区间的差异：习俗的不同
9	四、个性的个体差异
9	1. 你是独一无二的
11	2. 个性无法克隆
12	第二节 个性的基本结构
12	一、关于气质
12	1. 什么是气质
12	2. 气质与生俱来
14	3. 现代气质分类说
	(1) 多血质 (2) 胆汁质
	(3) 粘液质 (4) 抑郁质
16	4. 气质与性格：本是同根生
17	二、关于性格
17	1. 性格的基本特征
18	2. 荣格的性格学说
	(1) 两种性向：外向和内向
	(2) 四种精神机能
	(3) 八种性格类型



- 36 三、关于能力
- 36 1. 什么是能力
- 37 2. 能力的划分
- (1) 一般能力
- (2) 特殊能力

40 第二章 个性与择业

40 第一节 选择职业就是选择人生

- 40 一、弃官还乡：诗人李白的回归自我
- 44 二、扬长避短：张海迪的择业秘笈
- 47 三、亡国杀身：天才李煜入错了行
- 54 四、文学创作：卡夫卡的明智选择

61 第二节 根据性格选择职业

- 62 一、外向型人的职业选择
- 62 二、内向型人的职业选择

64 第三节 根据气质选择职业

- 64 一、多血质人择业
- 66 二、抑郁质人择业
- 67 三、胆汁质人择业
- 69 四、粘液质人择业

74 第三章 个性与交际

75 第一节 不同气质的人的人际关系

- 75 一、以多血质人为中心的人际关系

75	1. 多血质—多血质
76	2. 多血质—抑郁质
77	3. 多血质—胆汁质
78	4. 多血质—粘液质
79	二、以胆汁质人为中心的人际关系
79	1. 胆汁质—抑郁质
80	2. 胆汁质—多血质
80	3. 胆汁质—粘液质
81	4. 胆汁质—胆汁质
82	三、以抑郁质人为中心的人际关系
82	1. 抑郁质—抑郁质
83	2. 抑郁质—多血质
84	3. 抑郁质—胆汁质
85	4. 抑郁质—粘液质
86	四、以粘液质人为中心的人际关系
86	1. 粘液质—粘液质
87	2. 粘液质—多血质
87	3. 粘液质—胆汁质
88	4. 粘液质—抑郁质

89 第二节 性格对人际关系的影响

89	一、外向思考型人的人际关系
91	二、内向思考型人的人际关系
92	三、外向感情型人的人际关系
94	四、内向感情型人的人际关系
95	五、外向感觉型人的人际关系

- 96 | 六、内向感觉型人的人际关系
97 | 七、外向直观型人的人际关系
98 | 八、内向直观型人的人际关系

100 第四章 个性与爱情

100 第一节 不同气质的人的爱情

100 一、多血质人的爱情

- 100 | 1. 多血质—多血质
102 | 2. 多血质—抑郁质
105 | 3. 多血质—胆汁质
107 | 4. 多血质—粘液质

110 二、抑郁质人的爱情

- 110 | 1. 抑郁质—抑郁质
112 | 2. 抑郁质—多血质
114 | 3. 抑郁质—胆汁质
116 | 4. 抑郁质—粘液质

118 三、胆汁质人的爱情

- 118 | 1. 胆汁质—胆汁质
120 | 2. 胆汁质—多血质
121 | 3. 胆汁质—抑郁质
124 | 4. 胆汁质—粘液质

125 四、粘液质人的爱情

- 125 | 1. 粘液质—粘液质
127 | 2. 粘液质—多血质
129 | 3. 粘液质—抑郁质



131	4. 粘液质—胆汁质
133	第二节 不同性格的人的爱情
133	一、外向型思考类型的人
134	1. 对男孩子说的悄悄话：爱情不是理论
134	2. 对女孩子说的悄悄话：尽力展示你的温柔
134	二、内向型思考类型的人
134	1. 对男孩子说的悄悄话：执着但别执拗
135	2. 对女孩子说的悄悄话：走出闺房去找爱情
135	三、外向型感情类型的人
135	1. 对男孩子说的悄悄话：珍重自己的感情
136	2. 对女孩子说的悄悄话：关心对方别太过分
136	四、内向型感情类型的人
136	1. 对男孩子说的悄悄话：做个男子汉
137	2. 对女孩子说的悄悄话：把交友放到第一步
137	五、外向型感觉类型的人
137	1. 对男孩子说的悄悄话：嫉妒心不要太强
137	2. 对女孩子说的悄悄话：别太看重外表
138	六、内向型感觉类型的人
138	1. 对男孩子说的悄悄话：你了解真正的她吗
138	2. 对女孩子说的悄悄话：真正地和他进行交流
138	七、外向型直观类型的人
139	1. 对男孩子说的悄悄话：真心地关怀她
139	2. 对女孩子说的悄悄话：别轻易移情别恋
139	八、内向型直观类型的人



- 139 1. 对男孩子说的悄悄话：不必太主动
- 139 2. 对女孩子说的悄悄话：打扮一下自己

142 第五章 个性的自我测试

142 第一节 根据血型测试个性

- 142 一、A型血的人多为抑郁型气质
- 142 二、B型血的人多为多血质型气质
- 143 三、AB型血的人多为粘液质型气质
- 143 四、O型血的人多为胆汁质型气质

145 第二节 从兴趣爱好看性格

- 146 一、对知识游戏的偏好
- 146 1. 读书与性格
- 147 2. 音乐与性格
- 147 二、对服饰和色彩的爱好
- 148 1. 服饰与性格
- 149 2. 颜色与性格
- 150 三、对家与宠物的偏好
- 150 1. 家的装饰与性格
- 150 2. 饲养宠物与性格

151 第三节 从言行举止看个性

- 151 一、眼神与性格
- 153 二、站、坐、行与个性
- 153 1. 站的姿势与个性

154	2. 坐的姿势与个性
154	3. 行的方式与个性
155	三、握手与个性
155	1. 规范式握手
155	2. 抓握式握手
156	3. 软弱式握手
156	4. 双手并握式握手
156	5. 长久式握手
156	6. 指尖式握手
156	7. 抖动式握手
157	8. 勉强式握手
157	9. 木棍式握手
157	10. 随意式握手
157	四、言语表情与个性
157	1. 说话内容与个性
159	2. 说话方式与个性
160	五、字迹与个性

163	第四节 个人能力自我测试
163	一、创业能力自测
165	二、操作股票的能力自测
168	三、经商能力自测
173	四、管理能力自测
178	五、当老板能力自测



182	第六章 优化个性，优化人生
182	第一节 个性优化的阻力
182	一、不知道“我”是谁
184	二、不想优化自己
184	1. 认知的误区——思想的阻力
	(1) 个性难以优化
	(2) 拒绝优化
189	2. 行动的误区——习惯的阻力
	(1) 缺乏勇气
	(2) 缺少行动
195	第二节 优化个性——生存发展的需要
195	一、弄清“我”是谁
197	二、确定我到哪里去
200	第三节 不同性格的人的自我优化
200	一、外向型人性格的优化
202	二、内向型人性格的优化
205	三、优化性格，华盛顿从农场主到总统
209	四、优化性格，刚中有柔的曾国藩成了一代名臣
215	五、优化性格，名模辛迪不再是“花瓶”
224	六、优化性格，里根从二流演员到一流总统
233	七、优化性格，皮尔·卡丹成为服装之王
244	八、优化性格，柔弱的杰克逊成为一代摇滚歌王
254	九、优化性格，巴菲特成为世界一流投资家

第一章

关于个性



► 第一章 ◀ 关于个性

第一节 个性的特征

一、什么是个性

这个问题也许是心理学中最复杂的问题之一。因而对这一问题的回答也是众说纷纭。就个性的定义来说,据著名的个性心理学家阿尔波特的统计,就有50多种。

个性又称人格,原意是指戏剧演员在舞台上扮演角色所戴的面具,它代表剧中人物的身份,表现剧中人物的某种典型心理,类似于京剧中的脸谱。如在京剧中红脸代表的是忠厚老实,白脸代表的是阴险狡诈,黑脸代表的是刚正不阿。传统的心理学沿用这个含义,把一个人在人生舞台上扮演的种种角色的心理活动都看作个性的表现。所以,心理学中个性是指一个人种种行为的心理活动的总和。

在人生舞台上每个人都将同时扮演很多社会关系的角色,如儿子、父亲、丈夫、同事、同学、朋友、上级、下级等等。同样是父亲,或领导,每个人的表现都是人性的表现,如人性可以表现在:善与恶、利己与利他、可信与不可信、顺应与不顺应、理性与非理性、自信与不自信、高智能与低智能等等。这些实际上都是一个人的个性。

二、个性是社会化的产物

人刚生下来并不具备个性倾向性和个性心理特征。初生婴儿,只会吃、睡、啼、排泄。他们只有简单的感觉、知觉、情感和个性的最初表现,没有完整的个性,所以只能作为自然实体而存在,即自然人。瑞士著名儿童心理学家皮亚杰说:“社会每分钟使成千上万的野

蛮人问世，应该使他们文明化，成为社会的个体。”也就是说，由一个自然人变成一个社会人，这个文明化的过程，也就是个体形成的过程，也就是获得智慧、能力、情感、意志、性格的过程。

一个初生婴儿(自然人)，如果把他放到非洲人的家中去养育，他最后就会形成非洲人的脾气、习性、爱好和为人处事的方式；如果把他放到美国、中国、印度等不论什么地方去养育，他长大以后一定具有这个国家或地区、民族、家庭所共有的一些个性特征。如果一个婴儿从小就被剥夺了社会化(受教育)的权力，他就是皮亚杰所说的“野蛮人”。兽孩就是野蛮人，没有教化过的人。很多媒体都报道过有关狼孩的消息，如：有关记载说，1920年在印度加尔各答西南山林里发现两个披头散发赤身裸体的人随狼群奔跑，当地人很害怕，

