

90后
人生必备读本



90后

言
一
用规则
在课堂外

马博宇
编 著

做一个成功的90后
人格魅力的塑造同样重要

即将进入社会的90后自身应该拥有什么品质
在日常的生活中如何让自己更有魅力
成功的铸就需要的不仅仅是课本知识



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

90后
人生必备读本

90后



意见
凡
在课堂外

马博宇
编著



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

图书在版编目(CIP)数据

90后赢在课堂外. 人格魅力篇 / 马博宇编著. — 天津: 天津教育出版社, 2010. 12

ISBN 978-7-5309-6209-1

I. ①9… II. ①马… III. ①人格心理学—青少年读物
IV. ①B848-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第206079号

90后赢在课堂外——人格魅力篇

出 版 人 胡振泰

作 者 马博宇

选题策划 徐 彤

责任编辑 强 华

图书策划

封面设计

 自行斋
ZHENXING ZHU

出版发行 天津教育出版社

天津市和平区西康路35号 邮政编码: 300051

<http://www.tjeph.com.cn>

经 销 新华书店

印 刷 北京画中画印刷有限公司

版 次 2011年1月第1版

印 次 2011年1月第1次印刷

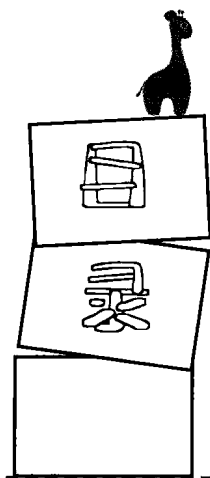
规 格 16开 (787×1092毫米)

字 数 120千字

印 张 16

书 号 ISBN 978-7-5309-6209-1

定 价 29.80元



第一章 命运的诠释

性格的分类···004

性格无好坏···012

性格形成的三个阶段···016

性格一旦形成难以改变···020

青春时期的性格培养···023

第二章 优秀品质 好性格

大义凛然···027

谦虚恭敬···031

诚实守信···036

坚持不懈···039

有始有终···043

逆境求生···046



敢想敢做···051

温和友善···054

孝顺为先···057

有舍有得···062

平等对人···064

真实自我···067

第三章 无限魅力 好性格

让自己受欢迎···073

实力决定一切···076

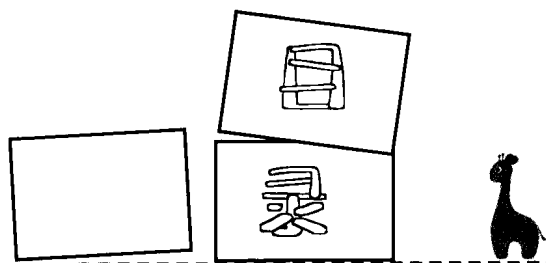
改变你的形象···078

重视第一印象···080

打造耀眼个性···083

借用别人的声望···087

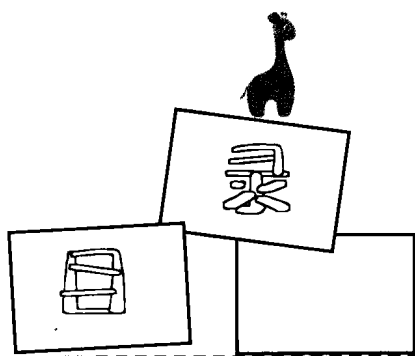
做人要勇于谈话···090



- 对无礼保持冷静···093
- 适当地夸张自己···095
- 克服人性的弱点···098
- 微笑是善意的信差···101
- 学会适当地“孤独”···103
- 最优秀的就是你自己···105
- 人的魅力来自坦然···107
- 一个拥有魅力的人···109

第四章 完美情感 好性格

- 做人不能忘记感恩···116
- 控制情绪避免误会···119
- 把希望高擎在手中···122
- 好性格使自己快乐···126
- 关注他人善解人意···129



了解一个人的长短···133

切勿批评责怪埋怨···135

敞开心扉敢于表现···138

给人面子让人感激···141

积极地鼓励他人···144

请记住别人的好···147

珍惜别人的信任···152

真正情感的价值···154

把痛苦放进湖泊···157

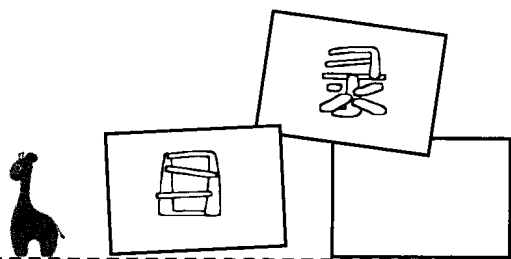
怀有善心做好人···158

第五章 宽广胸怀 好性格

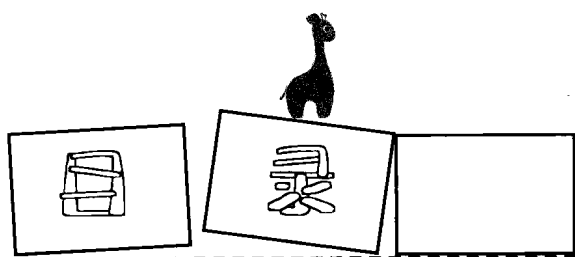
一生永随的美丽心情···163

开忍让和宽容的大门···165

让流言蜚语止于自己···171



- 人生要学会顺其自然···173
- 主动吃亏是一种福分···177
- 成就未来靠的是自信···180
- 视名利如浮云般轻渺···183
- 美在于能够换位思考···187
- 不要对别人吹毛求疵···189
- 敢于承认自己的错误···191
- 过度的敏感是种负担···194
- 吝啬是社交中的一堵墙···196
- 摆正你生命的重心···199
- 疑心过重使人痛苦···202
- 要笑看人生的起落···204



附一

血型与性格···206

星座与性格···214

属相与性格···221

附二

性格类型测试···225

第一章

命运的征程



1



古希腊的哲学家赫拉克利特认为：“性格是一个人的命运。”

由此可见，性格对人的影响是很大的，人有哪些作为，能做什么事情，是由他的性格决定的。

“优秀的性格和钢铁的意志，比智慧和博学更重要，智力的成熟，很大程度上是依靠性格的，这点往往超出人们的认识。”性格的影响渗透个性的其他部分，性格可以标志着一个人的思想品质。良好的性格会对社会有积极作用，使人上进，奋发图强，懒惰的性格会毁掉一个人。因此性格决定一个人的成败。

尼克松说：“对一个人来说，真正重要的不是他的背景、他的肤色、他的种族，或是他的宗教信仰，而是他的性格。”人的良好性格，是由各种无形的影响所塑造而成的。人生的许多不幸和疾患都与性格息息相关。人虽然不能控制先天的遗传因素，但却有能力自己拯救自己，自己塑造自己，自己光扬自己，自己驾驭自己。有



了良好的性格，才能享受完美的人生。

性格是人对现实的态度和相应的比较稳定、具有核心意义的行为方式中的个性心理特征，是一种与社会最密切相关的人格特征。性格表现了人们对现实和周围事物的态度，并表现在他的行为举止中。性格主要体现在对自己、对别人、对事物的态度和所采取的言行上。

那些热情、友善的人，虚心谦逊、严于律己、坚决果断的人任何时候都不会被人们所冷落。现代生活中，性格的意义已为越来越多的人所接受。我们在日常交往和工作中都渴望与具有人格魅力的人相处。

性格这个词来源于希腊语，性格是个人对现实的稳定的态度和习惯化了的行为方式。可见性格并不是独立存在的。同时，性格又是人的心理的个别差异的重要方面。

恩格斯说：“刻画一个人物不仅应表现他做什么，而且应表现他怎样做。”“做什么”，说明一个人追求什么、拒绝什么，反映了人的活动心理或对现实的态度；“怎样做”，说明一个人如何去追求要得到的东西，如何去拒绝要避免的东西，反映了人的活动方式。

中国是一个非常讲究修身养性的民族。五千年来，无论世事如何变化，经历了盛世和风雨之后，勤俭、忠义、谦让、孝顺依旧是亘古不变的美德，多少古圣先贤更是视之为传家宝。

小的成功靠机遇和能力，大的成功就完全靠品格、看操守。所以大凡成功的人，往往都是具有高尚性格的人。所谓高尚性格，就是应该知深浅、讲规矩，明尊卑、守道义，懂高低、识轻重。有高尚性格的人，往往不以谋而以道，不以术而以德，不以权而以礼。在自己独处时，超脱自然，独善其身，在与人相处的时候为他人着想，与人为善，淡然从容，管好自己的口。圆通做事，宁静致远，



自我反思，则事事放心、顺心。所以，做人一定要问问自己有没有高尚的性格。

一个有自制力、主动、果断、坚毅性格的人，对自己、对集体都有重要的意义。这样的人可以很好地安排自己的生活和工作，正视现实、克服困难，在事业上取得成就。

性格在人的整个发展中起到极其重要的作用。性格是决定命运的关键，我们每个人都应该重视自己性格的培养。

乌申斯基的一句话说的很好：“教育中的一切都应该以教育者的人格为基础，因为只有人格才能影响人格，只有性格才能形成性格。”

性格的分类

弗洛伊德曾提出潜意识的概念。我们外在的行为，其实还只是冰山的一角。在我们的外表下面还隐藏着各种感受、态度、信念、价值观、个性以及个人经历。

此外，由于人们在年龄、性别、文化程度、教育环境等方面存在着差异，所以就会有许多事情会在我们的理解范围之外。而我们对这些差异了解得越多，与他人交流起来也就越容易。

从希波克拉底、亚里士多德那时起，人们就一直在试图能够读



懂他人的想法并搞清楚他们的行为模式。当今大多数的模式所对应的都是不同的性格类型，并不是人们的行为差异。

1. 按心理活动的机能划分，人的性格可分为：

理智型——冷静思考，倾向于用理智支配行为。

情绪型——情绪易波动，往往是以情绪左右行为。

意志型——目标明确，能自觉地支配自己的行为，意志坚强，在工作中更能克服困难。

2. 按心理活动的倾向划分，人的性格可分为：

外倾型——情感外露，善交往，但比较粗心。

内倾型——深沉，孤僻，谨慎，不爱交际，但是办事认真仔细。

3. 按个性的独立性程度划分，人的性格可分为：

顺从型——独立性差，易受暗示和按别人意志办事，在紧急和困难的情况下，容易表现出惊慌失措。

独立型——善于独立思考，有主见，不受他人摆布，但易导致偏执。

在现实中，往往不能单一地把某个人划分为某个类型，而应该用一些量表把人们分为四大类：分别是冒险型或支配型、表达型或影响型、同情型或稳健型、技术型或分析思考型。性格的形成更多地是取决于后天的环境。每个人都不是某一种极端的类型，只不过是某一种类型的倾向比较明显。这四种类型在压力之下呈现的反应也有所不同。

冒险型

优点：富有挑战性，首创精神非常强，独立自主，敢于负责，有较强的控制欲，不轻易转移目标或分散注意力，有明确的目标，并且执著地去追求，有时甚至有些固执专制。这种人常常是人群中天



然的组织者。

缺点：待人比较冷淡和疏远，由于固执而不愿意接受别人的建议。

个人举止：工作中风风火火，遇到压力显得着急、忙乱，写字比较大，生活中坐立不安，动作迅速，不注意礼貌和倾听。

表达型

优点：充满活力，善于表达，有独立的见解，工作中喜欢找捷径，创造性较强，提倡合作，有说服力。

缺点：容易受环境的影响，所以情绪波动比较大，不太注意细节，愿意去尝试超过自己能力的工作，在人群中常常以自我为中心，希望被别人接纳。

个人举止：非常自信，着装漂亮，讲究仪表，但是家里很乱；与人交谈时虽然看着对方，表示同意，但是心里却在想别的事情。

同情型

优点：待人非常忠诚与平和，考虑问题非常周到，工作有计划。喜欢关注别人，尽管不是自己的事情，也非常愿意帮忙，但自己常常是万事不求人。

缺点：待人接物比较被动，总是等着得到别人的赏识，作为管理者，应该学会赏识别人。这种人心太软，对批评非常敏感，而且不愿意争要权力，容易被别人摆布，有时成为别人的尾巴，甚至傀儡。遇事显得优柔寡断。

个人举止：一切都安排得很有条理，时间观念很强，为人谦和，平易近人，与别人交流沟通时是最好的听众。

技术型

优点：客观、冷静，重事实，重细节，逻辑推理能力特别强。



缺点：常常作不出决定，不愿意冒险。

个人举止：整洁而有条理，写字很小，待人非常友好，对待问题喜欢刨根问底，习惯抓住对方的漏洞。

目前还流行一种“九型性格”分类法，与上述方法大同小异，不过增加了几种：一种是天生的质疑者，由于人生不顺，受过某些挫折和打击，因此总是抱着怀疑的态度看待事物，常常与权威较劲，说话比较尖刻；再一种是完美主义者，对自己和别人总用高标准要求，看不起用歪门邪道取得成功的做法。这种人一辈子会活得很累。了解这些主要有两个目的：一是便于人们对自己的特点进行深入了解，二是为了了解别人，便于交流沟通和管理。

在我国古代也有一种把人分成四大类的方法，不过是按照人们对外界看问题的角度原理来划分的。

注重道理型

质性平淡，他们看问题主要从自然规律上分析，因此冷静，逻辑性强，重实证但死板，生活自理能力不强，社会活动能力不强。比如不少科技人员都属于这种人，他们往往不屑于权谋之术。

注重事理型

这种人善于处理纷繁之事，应变能力强，敢承担责任，权力欲强，他们往往不按游戏规则办事，为达目的，不惜破坏自然规律。他们常常是组织中的领袖人物。

注重义理型

事事以道德为出发点，属于道德君子，但往往处事显得迂腐，在和平年代是道德的教化者，但在复杂的竞争中往往是失败者，这种人往往被称作是“治世之能臣，乱世之饭桶”。



注重情理型

感情色彩相当重，待人接物时把感情放在第一位，很可能因情而害了自己，或无视周围舆论，这种人常常是政治斗争或生活中的低能儿，用唐明皇评价李白的话来说：“非庙堂之器也。”

通常可以把人的性格分为以下四种：活泼型、力量型、完美型、平和型。每一种性格类型优的缺点分列如下：

优点

活泼型	力量型	完美型	平和型
生动	富于冒险	善于分析	适应力强
喜好娱乐	善于说服	坚持不懈	平和
善于社交	意志坚定	自我牺牲	顺服
令人信服	竞争性	体贴	自控性
使人振作	反应敏捷	受尊重	含蓄
生气勃勃	自立	敏感	满足
推动者	积极	计划者	耐性
无拘束	肯定	按部就班	羞涩
乐观	坦率	井井有条	迁就
有趣	强迫性	忠诚	友善
可爱	勇敢	细节	外交手腕
令人高兴	自信	文化修养	贯彻始终
激励性	独立	理想主义	无攻击性
感情外露	果断	深沉	尖刻幽默
喜交朋友	发起者	音乐性	调解
多言	执著	考虑周到	容忍
活力	领导者	忠心	聆听者
惹人喜爱	首领	制图者	知足
受欢迎	勤劳	完美主义者	和气
跳跃型	无畏	规范型	平衡

