

<<FPA性格色彩入门>>

图书基本信息

书名：<<FPA性格色彩入门>>

13位ISBN编号：9787540454487

10位ISBN编号：7540454482

出版时间：2012-5

出版时间：湖南文艺出版社

作者：乐嘉

页数：368

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## &lt;&lt;FPA性格色彩入门&gt;&gt;

## 前言

看谁看懂，想谁想通立言难啊！

几千年文字史，多少人精、疯子、天才、智者已然写下多少文字，性格分析的话题更是如此。

所以，当你拿起本书，心想这也许又是一本把人分类的书籍，只不过是分类符号的差异而已。

从古至今，从血型到星座，从紫薇斗数到塔罗牌，从企业应用的性格测验量表到学院派正规的心理分析，从电视综艺节目上的大话爱情到网络上流传的八卦测试。

不管你是喜欢还是痛恨性格分类，对这些也许都有所耳闻或尝试。

本书非游戏书。

作为一门严肃的学问，在过去十年，我和我的导师团队用“FPA性格色彩”举行过数千场培训和演讲，与五湖四海的三教九流相互探讨过人生的酸甜苦辣。

在众人一扫昔日困惑，拥有更为和谐幸福的人际关系的同时，我也从参与者的个人故事中，感受到性格贯穿我们每个人的一生并有着巨大影响。

本书非理论书。

与遍布心理学术语的专业书籍相比，本书少了术语，多了故事，少了晦涩，多了轻松。

我确信“实践是检验真理的唯一标准”。

这本书中的故事均从芸芸众生中汲取而成，你可从中搜寻到自己与周围他人的缩影。

本书是工具书。

这是一本关于实用心理学的工具书，有太多学者早已笔耕了无数理论、系统与学派。

举凡“工具”者，实用最重要。

本书的“实用”表现为：可释怀过去的困惑，可解决当下的麻烦，可提示未来的方向。

本书中，我们会进入内心的最底层进行探索。

你将学会如何找到自己的天赋潜能，并不加压抑地充分施展，同时还可把握自己阿喀琉斯之踵的准确位置，并知道它是如何严重破坏你的人际关系，且变成你人生发展的拦路虎；你将通过进入每种性格的内心，看到别人怎么思考、怎么行事，真正理解你与他人的差别，原来那些你认为费解、滑稽、混蛋的家伙居然是如此简单透明；你将能够检查自己读人的方法是否正确，以便拥有你希望的与搭档、亲友间的健康关系。

最重要的是，你将知道自己是誰！

多年来，我倡导“色”眼识人，长期的训练可以让我们对人性拥有深刻的洞察力。

我们越理解他人，就越能欣赏他人的优点，并对我们不喜欢的部分变得更客观。

我们可借此更客观地看人，与人有更深切的联结，更有能力与他人相处，享受更美好的人生。

一句话，这本书可以让你向拥有“看谁看懂，想谁想通”的功力迈进。

当你翻开本书，有三种致命的观念将阻碍你继续翻阅。

其一，我是“独一无二”的，我讨厌被任何分析的框架束缚。

其二，人性如此复杂，怎能用四种颜色就把人分析出来，未免太简单了吧。

其三，根本不可能分析出性格，就算分析出来，对我又有什么实际意义。

年少时，我狂妄自大，认定在下是前无古人后无来者，对性格之说不屑一顾，以上想法全部具备；年长时，我现身说法，晓得自己仅沧海一粟萤火之光，过往观点只是无知。

我自己清楚，对于《十万个为什么》中雷公电母从哪儿来、花鸟鱼虫向哪儿去，这类斗转星移的“为什么”很难提起兴趣。

可我自己都不能否认，对“人”的为什么，我感觉灵感超常纵横，但疑惑众多问题无限，当然痛苦亦是无限。

《狮王争霸》中阿宽把十三姨的狗吃了，他的解释是：“要知道，十三姨，人们喜爱狗的方式是不同的。

”事实上，不但人们喜欢狗的方式不同，对于任何一件同样的事，不同性格的人都会有截然不同的反应。

即使人类的反应千差万别，终究还是逃脱不了那些基本的套路和招数。

## <<FPA性格色彩入门>>

如果在阅读以上的诸多“为什么”中，你或多或少嗅到一些踪迹，那足以证明最为复杂的人类也有其“共性”。

这是一本研究人类的“共性”，而非针对您这个“个体”的书。

这是一本解决包括以上所有人际关系的“十万个为什么”的书。

本书的特别之处在于，它用一种极为简单易懂的符号，重新诠释了几乎所有你关注的人际关系的冲突和困惑。

## <<FPA性格色彩入门>>

### 内容概要

本书是一本实用的工具书，乐嘉把人分成红、蓝、黄、绿四种颜色，每种颜色代表每种性格，然后进一步进行剖析。

本书包括三个部分，第一部分是总论，第二部分是分则。

总论部分主要从一个作者潜心研究的测试题入手，快速的让自己判断属于哪种颜色。

同时解答了性格色彩与人们常见的内向还是外向，理性还是感性的区别。

分则部分则从情感、生活、工作、处事、以及自我提升方面说明红、蓝、黄、绿的优势与过当。

同时对一些人生观和价值观的取向给出了背后的性格分析。

第三部分作者首次解答性格色彩的应用中所遇到的问题，以及个案的精彩点评。

帮助我们找到真正的我自己。

## <<FPA性格色彩入门>>

### 作者简介

中国性格色彩研究中心创办人，“FPA性格色彩”创始人，性格色彩传道者。

作为“FPA性格色彩”的创始人，他自2001年创立“FPA性格色彩”课程以来，将此课程从领导、销售、客服、招聘、沟通、团队、心理咨询，逐渐延伸至婚恋、亲子、学校教育，个人成长等各领域，帮助人们知己知彼，寻找相处之道，从而获得幸福与平衡。

作为培训机构的创办人，他培养和带领团队中的导师和咨询师，为不同类型的客户提供各种培训、项目咨询和个人教练。

客户范围遍及从全球500强到国企巨头，从政府到非营利性机构，从医院到教育的各行各业。

作为演讲者，他有18年演讲经验，个人演讲过千场，足迹遍布大江南北，从面向企业家的“商道即色道”，到面向公众的“洞察性格奥秘，拥有幸福人生”，到面向大学生的“嘉讲堂”校园巡回演讲，受众遍布三教九流男女老少。

作为写作者，他著有《跟乐嘉学性格色彩》《色眼再识人》《人之初性本色》《让你的爱非诚勿扰》《微勃症》。

作为跨界者，他是电视节目的主持人。

他以非典型路径跨入电视界，以其专业、睿智、幽默，指点迷津直指人心，是广受大众喜爱的电视上具有人性洞悉力的角色。

## <<FPA性格色彩入门>>

### 书籍目录

- 序言
- 第一章 人之初，性本“色”
  - 史说“性格色彩”
  - 快速进入“红蓝黄绿”的世界
  - “现在的我”与“原本的我”
  - “做什么”和“为什么做”
  - 不同的行为背后有不同的动机
  - 同样的行为背后有不同的动机
  - 区分行为背后的真正动机
  - 动机无法改变，行为可以训练
- 第二章 进入你的性格色彩世界
  - 测试前必读
  - 乐嘉性格色彩速写与解读
  - 测试分数解读
- 第三章 红色优势
  - 阳光心态 积极快乐
    - 红色以他的实际行动验证了“如果冬天来了，春天还会远吗”的真谛。
  - 激情澎湃 梦想万岁
    - 红色内心对于一切能够触动他心灵的新事物，有着相当的好感甚至狂热。
  - 热情开朗 喜欢交友
    - 典型的红色对人有着高度的兴趣，这使他们容易打动别人。
    - 在典型红色的字典里，是没有“陌生”这两个字的。
  - 童心未泯 富有趣味
    - 那些穿着花棉袄蹦来蹦去的老顽童总比一边晒着太阳，一边埋怨今儿太阳没有昨儿好的蓝色小老太太要明媚许多。
  - 乐于助人 易忘仇恨
    - 典型的红色正是属于那种“前脚吵后脚忘”的人，只要你不是对他做了那种杀父偷妻背后捅刀之类实在忒狠忒让人伤心的事，随着时间推移，红色都会忘记。
  - 善于表达 调动气氛
    - 红色出众的表达能力，完全得益于他们天性中具备的感染力以及与生俱来的表现力。
  - 真诚信任 感染四方
    - 当红色交流相当于商业机密的这些信息时，表达了红色对人的绝对信任，这对于其他性格是不可想象的。
  - 乐在变化 创新意识
    - 如果他们的新创意能够取悦周围的看客，这将会让他们使出浑身的解数，而激发更大的无与伦比的发明和创造。
  - 红色的天然优势

## <<FPA性格色彩入门>>

### 第四章 蓝色优势

#### 思想深邃 独立思考

与真正具备独立性的黄色相比，蓝色更多的是保持思想上的独立，人格上的独立，而并非情感上的独立。

#### 成熟稳重 安全放心

对于大量资金的投入和管理来讲，我们可以想象蓝色的谨慎，会让他在可控的基础上平稳发展。

#### 情感细腻 体贴入微

蓝色的感动处在于，连你也不记得的事，他都会记得。

#### 一诺千金 忠诚情谊

生命对于蓝色来说，就是一系列的承诺，他们会毫无保留地把自己奉献给一个值得珍惜的情谊，腹心相照，声气相求，恩德相结。

#### 计划周详 注重规则

对于蓝色来讲，一旦规则制定，所有的人都必须严格遵守。

#### 讲究精确 迷恋细节

蓝色喜欢准确，这强烈地受到他们完美主义的驱动。

对于蓝色来说，任何值得做的事情，就必须做到最好。

#### 考虑全面 善于分析

考虑问题缜密，可以让我们防患于未然，将所有可能遇见的问题在还没有发生之前，就悉数消灭。

#### 执著有恒 坚持到底

蓝色的专注，不仅是那种一根筋坚持到底的精神，更有那种一旦投入，身上散发的与生俱来的痴迷，脸上弥漫的如入魔道的迷离和执著。

#### 蓝色的天然优势

### 第五章 黄色优势

#### 目标导向 永无止境

如果我没有达成我的目标和我要的结果，所有的努力再多也是无用的。

#### 求胜欲望 战胜对方

黄色似乎不需任何指点，在天性中就具备识别强弱的能力，并乐此不疲地每日教诲自己“强者生存，弱者淘汰。”

#### 斗天斗地 敢说敢做

他们极少被生命的打击吓跑，他们具有无比的战斗意志，使他们的对手难以轻易得逞。

#### 坚定自信 永不言败

黄色内心深处的相信，不仅是对信念的坚定，更多的还有对于自己的信心。

#### 控制情绪 抗压力强

黄色性格从小就认为眼泪只代表软弱，生活只相信实力。

## <<FPA性格色彩入门>>

### 坦率直接 实用主义

很少从典型黄色的脸上看到温柔的表情，他们往往给人让人畏惧的印象。有时，你甚至会觉得黄色的直接，简单得可爱！

### 快速决断 敢冒风险

好机会只是在事后才被证明是好机会。当它刚刚来临时，谁也看不清它的面目是和善还是狰狞。黄色却能在情况不明时，专注于其中利益，勇于决断。

### 抓大放小 高效行动

什么也不做的空闲时间，对他们来说，不仅非常不健全，甚至还是一种恐怖。

### 黄色的天然优势

#### 第六章 绿色优势

### 中庸之道 稳定低调

绿色和善的天性充满了温柔的吸引力，他们对所遇之人几乎都保持着仁慈和柔软。

### 乐天知命 与世无争

对于更复杂的人生道理他们没有能力去领悟，结果善有善报恶有恶报的规律，让他们生活得成功和幸福。

### 毕生无火 巧卸冲突

当交际对象发出强大的进攻或引发冲突的信号时，绿色开始自动运行驱动程序。

### 镇定自若 处事不惊

绿色稳定的心态和素质让他们拿到“杀手”身份时，自始至终都能保持心如止水的风范。

### 天性宽容 耐心柔和

绿色自己的东西随便放，所以当你乱七八糟摊成一堆的时候，他们也觉得一切都是正常和自然的。

### 笑遍天涯 冷面幽默

绿色的幽默总是不经意的、状态放松的、叫人细细回味后才会突然失笑的，我们称其为“冷幽默”。

### 先人后己 欲取先予

绿色因为天性中不喜欢与他人争的特性，在生意场上也就能得让人处且让人，而并非据理力争，也少有要置他人于死地的想法。

### 领导风格 以人为本

绿色的领导风格是稳当而公平的，他们宽容歧义，并且提倡团体中的盟友情怀。

### 绿色的天然优势

#### 第七章 红色过当

### 聒噪咋乎 惹人厌烦

红色缺乏分寸感与尺度的判别，他们不知道孰轻孰重，也不知道如何控制。

## <<FPA性格色彩入门>>

### 口无遮拦 缺少分寸

红色以为分享秘密与分享快乐是一样的概念，都是分享，并没有什么不同。遗憾的是他们认为的“快乐”有时是建立在别人尴尬的基础上。

### 情绪波动 要死要活

当红色决定把自己的未来和人生交给情绪，而不是交给自己来控制的时候，就意味着他们开始准备“破罐破摔”。

### 冲动鲁莽 有力无谋

红色一生的错误决定和冲动行为皆受情绪所累，假如他们在心情不快与心情愉快时做出的抉择一致；在遭遇坎坷与顺风顺水时做出的抉择一致，那么，一生的成就将高十倍，生活也会愉快得多。

### 随意性强 变化无常

红色对于一成不变的痛恨，来源于他们对于变化与体验的无限追求，当他们做着周而复始的事情时，内心对于这种死板和程序化感到痛苦万分。

### 不守承诺 杂乱粗心

夸大其词、说话没谱与承诺无法兑现，正是红色不易被信任中最致命的一枪。

### 虎头蛇尾 缺乏自控

红色喜欢拥有很多开放的选择，他们的想象力是那样的强，一旦开始，感觉已经完成。

### 逃避责任 拒绝长大

红色完全有自己的目标和想法，也有着强烈的冲动，只不过由于低估形势，问题发生了才意识到严重性，因为害怕被骂所以不敢承担。

### 红色的本性局限

#### 第八章 蓝色过当

### 消极悲观 迂腐封闭

蓝色通常用消极忧虑的态度预测未来，并且觉得这样的结局是注定的，无从改变，进而由此造成行动上的不作为。

### 沉溺往事 郁闷难解

如果蓝色仅仅是对自己的失误表示痛心疾首，那还罢了。典型的蓝色，会因为别人的错误反过来折磨和惩罚自己。

### 敏感多疑 脆弱自怜

蓝色会将别人的每句话进行技术分解，更要命的是通常最后的结论更多是倾向于负面而非正面，倾向于消极而非积极，倾向于悲观而非乐观。

### 心机深重 相处困难

蓝色对于过去的不愉快的遭遇，会怀着满腔的怒气和尖酸。

### 要求苛刻 压抑紧张

每天睡觉和出门前一定要检查水龙头、煤气，门窗是否关紧，然而在躺到床上或锁门以后还是不

## <<FPA性格色彩入门>>

放心，再折回检查一次。

**死板固执 缺乏幽默**

蓝色在固执中表现的另一个特点是：如果被逼迫，他们会抗拒；如果被催促，他们会谢绝；如果被宰割，他们会反抗。

**顾虑重重 行动缓慢**

蓝色的计划性决定了在表达前会把对方可能的回应方式都考虑清楚，想好应对的话语。

**挑剔较真 化简为繁**

蓝色对事物细节面的关注，会让他们忽略真正想要达成的结果，从而因小失大，得不偿失。

**蓝色的本性局限**

### 第九章 黄色过当

**自以为是 死不认错**

黄色认为胜利者和强者是不应该出错的，如果出错，也应该是我自己发现，怎么能由你们发现来告诉我呢？

**控制欲望 操纵心强**

黄色不但希望能够掌握自己的命运和生活，同时希望能够控制他人的生活。黄色会坚定不移地推动威逼，直到你听取他的意见为止。

**富攻击性 心存报复**

因为黄色崇尚的强者价值，让她们对于强者有天生的向往和内心的亲近，她们鄙视女人的婆婆妈妈、不利索和情绪化。

**缺乏耐心 脾气暴躁**

黄色对于任何挑战很快就会有反应，他们的缺乏耐心和直接，让他们心里想什么就直接说出来。

**强硬严厉 喜好批判**

他们骂人时常秉持“声高占理”和“势猛赢人”这两大基本原则，辅以面红筋跳，暴躁如雷之状，其他性格一见这般气势压将下来，连话尚未听清，便先晕将过去。

**一意孤行 刚愎自用**

在黄色看来，这个世界上没有不可能完成的任务，所有不可能完成的都只会是借口，一定可以想出方法来解决所有的问题。

**耻于休息 漠视平衡**

一般的黄色享受旅游的结果而并不是过程，不健康的黄色认为旅游本身只是一种变相的能力证明。

**自我中心 忽略他人**

我累了，你怎么可能不累呢？  
所以我打哈欠了，全世界都应该开始疲倦了。

**黄色的本性局限**

### 第十章 绿色过当

## <<FPA性格色彩入门>>

### 懦弱无刚 胆小怕事

他们为了制造一个所谓的“理想国”而甘愿委屈自己，有时付出的代价就太大了。

### 纵容放任 姑息养奸

宽容是绿色的优势，而纵容却成了宽容镜子后的阴影。

### 不思进取 拒绝改变

他们似乎已经习惯于事情会自动解决，这种守株待兔的心态让他们成为四种性格中最为被动的颜色。

### 自信匮乏 没有主见

绿色没主见和无所谓的态度无形中把压力和负担通通转嫁到他人身上，间接给别人带来了很多的麻烦。

### 羞于拒绝 惹火上身

他们是一群不会拒绝的人，宁可自己吃亏和忍受痛苦，他们也不愿意发出“不”这个音节。

### 逃避责任 能拖就拖

绿色你需要拉他拽他才会干活，但至少有一半的绿色，照我看来，是你怎么拉和拽都不会动的。

### 袖手旁观 越搅越黑

自己背上黑锅事小，但扭曲事实，只是为了一时的息事宁人他们却从未想到，不客气地说，这就是纵容真凶。

### 粉饰太平 迷失自我

他们经常以别人作为他们生存的核心，而忽略了发展自己的人生目标和方向。而因为忽略了自己，他们容易成为丧失自我，迷失方向的人。

### 绿色的本性局限

#### 第十一章 找到真正的我自己

##### 我是谁

影响自我认识的四大要素

谢谢你，让我知道我是谁

从26年前的日记中找回自己

解析60年的人生迷惑

家庭关系的纽带

永不言弃

真实、自然才是生活

现在差不多了吧

软弱的婚姻

附录：入门色友的普遍疑惑

## 章节摘录

版权页：插图：我是谁有两个人洗澡，一个人为了认清到底哪个是自己，就在手腕上绑了根红绳，可洗澡的时候掉了。

另一个人看见后也这样想，于是就把红绳系在自己手上。

所以，第一个人看到后在想：“这家伙是我，那我是谁呢？”

当你断定自己的性格色彩时，关键是不带评判地观察，尝试把自己当成一个有趣的陌生人来观察。最重要的是，不要企图改变你观察到的内容，无论你是哪种性格色彩都没有好坏，最重要的是学会接纳真实的自己。

也许对大部分人而言，性格本色被后天的环境影响所抑制和阻碍时，会逐渐萎缩。

你的天性早已饱受想要控制它、改变它成为另一副模样的外力所摧残。

如果你容许后天环境继续扭曲你的天性；容许后天被压抑而导致的行为继续埋藏自己的动机，你将一无所得，当然也无法判断你和他人真正的性格色彩。

在莎士比亚的《哈姆雷特》中，波隆尼斯劝诫他的儿子：“最重要的一点，对自己真实，就像黑夜和白昼，你不能对任何人虚假不实。

”所以，请你对你自己保持真实！

本书的第一章，我反复强调“动机”与“行为”，“性格”与“个性”的核心差别，这正是“性格色彩”的奥妙所在。

然而并非所有人都能轻而易举地判断出自己的性格。

那些在自我成长过程中少受环境和外力影响，相对保持“原生态”比较完好的个体，在自我认知上当然不费吹灰之力；受环境影响不深者，通过本书的“乐嘉性格色彩速写”和各章的文字描述，也可大致了解自己的性格。

但的确仍有一部分的个体，是需要时间反复思考自己的经历，剔除环境和外力的作用，才可最后找到真正的自己。

影响自我认知的四大要素 当你在探索自己真实性格的过程中遇到阻碍时，我的教学和辅导经验显示，通常有以下四个方面的原因可能会强烈屏蔽你的自我认知。

这些问题的厘清可以帮助你更加清晰地判断和梳理真实的自己：家庭成长中父母的性格色彩和关系对自己的影响，人生中重大的记忆深刻的事件或经历的影响，工作的影响，文化和习惯的影响。

第一，家庭成长中父母的性格色彩和关系对自己的影响。

在所有影响个体的成长因素排名中，家庭环境和父母的性格色彩当拔得头筹。

的确，伟人的童年往往很不爽，但过分的是，因为自己想当伟人的老爹，那些望子成龙的家长往往把自己孩子的童年搞得很不爽。

当你成长在这样一个“望子成龙”的强势环境中或受制于强硬的个体时，个性的发展势必受到巨大的影响。

所谓“强势”或“强硬”，此处主要指向黄色或蓝色。

在前面，我已详细论述了这是有强烈改造他人欲望的两种性格。

红色和绿色因无此欲望，我们称之为“柔性的性格”。

以改造手腕来讲，黄色倾向于强制性和逼迫性；蓝色倾向于用条条框框来束缚，是无休无止地水滴石穿型的说教。

因为内心深处的坚持，他们按照自己规定的路线和指令，要求子女必须遵守。

这两种“改造狂人”都非省油的灯。

另外，有些父母的期待对孩子的发展可能影响深远。

例如，在父母都是黄色的家庭中，男孩被人期许要有运动员的体魄，并要非常坚强地面对一切挫折而不许哭泣。

如果家里的儿子恰恰是黄色，要他实现父母的期望轻而易举，甚至是一件乐事。

但若是一个生性柔弱的绿色，就吃足了苦头，从小只要有眼泪流下，就会被父亲斥责，他既不能使父母失望，也无法在篮球的对抗性运动或严格的纪律中找到乐趣。

## &lt;&lt;FPA性格色彩入门&gt;&gt;

他的确可以打篮球，甚至打得很好，但是他并不认为篮球打得好是件趣事，他实在不喜欢这种人生的折磨。

诸如此类还有“为什么你不能像你哥哥一样？

”“好男孩不会那样做”“只有娘娘腔的男孩才会那么注重外表去打扮自己”等。

个案一：黄色女孩A，初中时有女同学为闺中密友，形影不离，日久，其黄色的母亲，怒斥其为同性恋，并将此事无中生有地报到学校。

A原是学校的大队长，此事大张旗鼓后，其所有的荣誉在一夜间尽数抹尽，且遭受到前所未有的歧视，从而给A在与人的交往上造成强烈心理障碍。

此后，A在行为上呈现出相当的蓝色状态。

个案二：蓝色男孩B，在黄色的父亲奉行的“棍棒底下出孝子”的政策中成长，属于“老三届”的父亲把他上大学作为圆自己梦的一个工具。

少时，类似“因为鞋子弄湿被罚赤脚伫立雪地”的事件数不胜数，更有甚者，父亲曾在班级同学面前，因为儿子的一个小小失误当众扇了他一记耳光，差点造成B失聪。

在这种高压的暴力下，蓝色只能持续压抑自己，做父亲要求的事，但内心充满了刻骨的仇恨。

直到成人后，个性中也逼出了许多非常强烈的黄色反弹。

类似这样的故事，影片《向日葵》正是极好的写照。

个案三：红色女孩C，受制于蓝色的母亲。

她本是家族中最调皮开朗的孩子。

母亲从来鄙视拥抱、抚摸，表达爱的唯一方式就是准备好一切，不容拒绝和挑选。

女孩年年考试得第一，但蓝色母亲很少表扬，偶尔只考了个第二，却会遭到苦口婆心的说教。

因为母亲总板着脸，家里的气氛完全取决于她的心情。

故此，红色女孩一直表现得小心翼翼，拘谨而紧张，总担心被批评，毫无自信，长大后一个本来很自信的红色反而出现强烈的自卑行为，一直自以为是蓝色。

以上种种皆属于成长于强势个体下会带来的影响。

除此以外，成长在父母经常发生剧烈冲突环境下的个体，个性往往得不到健康平衡的发展。

类似《中国式离婚》中，宋建平与林小枫的频繁冲突导致孩子的自残事件在现实生活中不胜枚举。

由此可见，如果父母不注意自己的个性修炼，由于他们的无知和自以为是，由于他们强烈的性格冲突，会给予子女的心理带来多大的痛苦，这也就是为何在这个单亲家庭越来越普遍的社会，子女的心灵总是受到巨大的蹂躏。

第二，人生中重大的记忆深刻的事件或经历的影响。

除却家庭的影响力，人生中的重大事件对性格辨识困难的影响位居第二。

诸如事业发展上的重创和打击、情感历程中的磨难和坎坷、国外求学犹如“北京人在纽约”般的经历、成长过程中突如其来的横祸变故，任意一种只要足够强烈、影响深远，必对个性产生重大影响。

个案四：蓝色男性D，在14岁那年的一个半夜，起炕尿尿，目睹自己的母亲和父亲最要好的朋友共同睡在一张床上，于是开始沉浸在撕心裂肺的痛苦中。

17岁时的一个下午突然回家取习题本，进门时发现自己的父亲和单位里的阿姨正发髻凌乱、衣冠不整、满脸尴尬地坐而论道，父亲怒斥道：“你现在回来干什么？”

此后，小D先生终日蓝将不蓝，一副浪荡形骸，每时每刻游戏男女，把玩爱情于肉欲横流间，表面上俨然一副不知“情为何物”的红色韦小宝般的派头。

个案五：绿色女性E，初看颇有坚硬刚气。

原来少时女孩家境富裕，高朋满座，后来父亲开厂失败，那些所谓的“至亲好友”的热情在瞬间烟消雾散。

等到自己想读大学时，因农村重男轻女，父母在E的学习问题上放任不管，让其自己去借钱，走遍山间五十里地的三个舅舅家，无人愿借。

后有机会被人带到上海滩，初期住在跳蚤与蝙蝠陪伴的地下室，一切都得自己打点。

E曾经也想放弃，但一想到当初受到的侮辱，遂打落门牙握起小拳低声呐喊：“坚持到底，就是胜利！”

## &lt;&lt;FPA性格色彩入门&gt;&gt;

”日久天长一扫绿色的胆小和依赖，外人看来架势上活脱脱像一个王宝钏。

个案六：红色女性F，在八个月内，连续遭受五个接踵而来的海啸般的沉重打击：子宫肌瘤卵巢囊肿合二开刀，在家静养；从小手把手带大自己的外婆突然车祸，归入天国；苦恋四年的男友最终还是在女友和她的博弈中，选择离她而去；分手一个月后，才发现自己已经怀孕，然后引产；在一个周末的清晨，被入室盗窃的歹徒强暴。

从此，女孩愤恨于“天地不公，唯我命苦”，沉溺于过度的自我保护，把自己置身于终日沉默不语的态度中，犹如行尸走肉般地周而复始每日的生活。

看上去，与忧郁到极致的蓝色毫无差别。

重大事件，常会是那么不经意她，却是血淋淋残酷地到来到我们的身旁，然后几乎以不可逆转的方式在形式上更改我们未来生命的表现方式。

第三，工作的影响。

广义上来说，生活和工作双翼张开便支撑了我们全部的生命，如果前面论述的是生活的影响，那么你的职业性质、从业时老板的风格或者说企业文化和环境等各方面也，都有可能给你的个性带来一定的影响。

列举一二说明：职业的影响：以我自己的成长来讲，我的第一份工作是银行会计。

因为我红色的粗心，刚进银行，屡次下班时账目无法轧平，众人一起诛连陪坐到半夜，到现在还记得同事当时看我那充满愤恨恶毒的眼神。

对于天性并不仔细的我来讲，那段心有余悸的心情至今仍不敢忘怀，这段经历对于训练我的蓝色行为来讲，起到了绝对的奠定作用。

一度我的蓝色行为超过红色，直到我离开银行，我才做回真正的自己，然而即使如此，看到他人行为中的不仔细，也仍会让我内心顿生不适。

老板的影响：一个绿+蓝的女孩F长期追随黄+蓝的老板，并被刻意栽培。

因为绿色害怕冲突，每当被要求极高的老板批评时都不敢出声，稍有解释时，即引发更强硬严厉的回

应。在老板长时间的压迫、批判和严师出高徒的想法下，F几乎透不过气来，导致更加胆小和缺乏自信，与此同时却反而加重了蓝色的死板和过度原则性。

之后F在行为上强烈地模仿老板，却东施效颦，和同事的关系江河日下，并深陷“我到底是谁”和“我怎么觉得我不是我”的沉重的自我困惑之中。

环境的影响：主要是指企业文化，你周遭的文化对你的行为有很大的侵蚀性。

比如不少在政府机关工作的人员身上有很多明显的绿色特点，但并不代表他们一定是绿色。

这就好比假使你长期从军，你的个性中也许会凸显出雷厉风行、上行下止等诸多黄色的明显特质。

古今中外多少年来，人们一直在试图了解人类行为的特性和体内的驱动力。

传说在公元前400年，西方“现代医学之父”希波克拉底将西西里哲学家恩培多克勒提出的“四根理论”（宇宙万物都是由火、水、土、气四种元素生成的）运用于医道，成就了一个被现世称为“四液学说”的性格分析工具。

希氏认为，复杂的人体由血液、黏液、黄胆、黑胆四种体液组成，四种体液在人体内的比例不同，形成了人的不同气质：性情活跃、动作灵敏的多血质，性情沉静、动作迟缓的黏液质，性情急躁、动作迅猛的胆汁质，性情脆弱、动作迟钝的抑郁质。

而在中国，“五行之说”最初是周武王向殷贵族箕子请教治国方针时，箕子讲到大禹治水成败的关键是金、木、水、火、土个方面，以后逐渐引申到节气和天地人的组合之中，以阴阳相贯通，最后进入人体医学，得出了中医疗法抑强扶弱、平衡阴阳的病理原理。

中国的五行相生相克原理，在中医中得到了不断的运用和发展；而西方的四体液说则是“墙内开花墙外香”，被西医打入冷宫，却在心理学领域梅开二度。

这正是两种文化的差别——中国注重天人合一，强调以直觉思维为主，而西方探索深层结构，强调以逻辑思维为主。

因此，当新的理论出现后，原来的理论便落魄成了退役美女乃至徐娘半老的花瓶。

此后，无论各大门派的祖师爷如何开天辟地，青年才俊如何传宗接代，域外高手如何发扬光大，举凡

## <<FPA性格色彩入门>>

四类、八类、十六类性格分类方式层出不穷，任凭纷繁变化，皆或多或少有希氏的踪影痕迹。名门正派如荣格爷爷或麦尔碧瑞斯太太在企业人力资源管理界声名显赫。而以飞禽走兽分类命名的“动物学派”，或DISC分类构成的“字母学派”，亦有其独到妙用。当人们认识到深入细致地了解人类性格所带来的巨大价值和意义时，无数志士始终匍匐追随希波克拉底的脚步，在此后的历史长河中，继续发展这一学问。然而，各门各派自以为独辟蹊径地划分了性格，其实万法归宗，绝大多数分析家仍把人类的性格归纳为四种。

## &lt;&lt;FPA性格色彩入门&gt;&gt;

## 后记

一切还是刚刚开始2006年还没什么电视节目的事，也没有后面几年里陆续出的五本书，更没有这几年中FPA性格色彩发展出来的分支和体系。

所以，我只要告诉大家“一切只是刚刚开始”就万事大吉。

今非昔比，性格色彩虽未远到路人皆知，但比起当年，已是鸟枪换炮，因为很有可能你已通过各种通路耳闻或知晓了性格色彩，已经不是当初那种丈二和尚摸不着头脑，还以为是讲服装搭配，或者只是谈谈自己喜欢的色彩与心理关系的懵懂状态。

如果你是第一次接触性格色彩，你从开头津津有味地走到了这，说明本书的故事中总有几款击中了你，让你想起诸般往事，勾起了你复杂的回忆，并且已经使你对周遭的人际关系及过去的人生做了梳理，那么，下面这些话才有可能对你是有价值的。

你此刻心中可能会存有很多问题，很快你会发现，这总比你对自己说“这套东西太简单呀，你看你看我都懂了呀”要值得庆幸。

事实上，只要你不盲目为他人贴标签，同时持续地思考和应用，我们离“看谁看懂，想谁想通”的那种“世事洞明皆学问”的境界会越来越远，但如果你希望“人情练达即文章”，本书的阅读只是刚刚开始。

当你读完本书，不同性格相处时所产生的问题，并不会因为了解就销声匿迹。

了解本身并不能改变事物的本质，但会帮助我们接受，因为真相就是如此，并非简单的好坏。

一旦你“洞见”了真正的自己，你就能开始学习完全地接纳并且喜欢自己；这样才能真正认清自己的优势与局限，从而找到合适自己的“修炼”之路；一旦你“洞察”了别人，你就可以读懂为何别人会与你如此巨大的差异，你就不会再跟自己瞎较劲，天天死活想不明白，你会心下释然，从而让自己活得更舒服；而只有在这个前提下，你才有可能不再一厢情愿地去改造他人，你将学会运用FPA性格色彩的独门武功——钻石法则，根据不同性格的需求用不同的方法有效地“影响”他人达致双赢。

你在阅读本书后存在的种种疑惑，主要将集中在：性格色彩的各种组合规律，性格色彩彼此的最佳搭配，不同性格色彩的碰撞，复杂的四色混淆者如何自我洞见，怎样快速读懂一个人真正的内心本色而非只是看到表面行为，怎样改变自我的缺点和训练原来没有的优点以达致四色平衡，怎样运用钻石法则去影响不同的人。

本书已经在最后一章中提到了关于“洞见”的入门常识，从内容上讲已经偏深，如果说前面几章都是小学的教材，这部分明显已到了初中，其他上述种种疑惑不能再深入写下去的唯一原因是内容太多，一口吃成胖子会死人的；当然还有一个原因，再写下去，书实在太厚，你也没兴趣看了。

在过去十年我和我团队的教学生涯中，最引以为豪的是，“FPA性格色彩”已经发展出来一套完整的课程体系，从专业课程上分为“基础研讨会——进阶研讨会——咨询师授证——演讲师授证”来探究深度，从应用课程上分为“恋爱、婚姻、亲子、学校教育、领导力、销售、客服、团队合作、人力资源”来探究广度，而每一个领域都是一门独立的学问，但不管如何变化，万变不离其宗，其核心根基都是“洞见、洞察、修炼、影响”这四大功力，而这四大功力的入门基础，便是你现在正在阅读的这本《FPA性格色彩入门——跟乐嘉色眼识人》，只有你对四种性格色彩有了较全面的了解，你才有可能进入更加深层的学习。

想学习“FPA性格色彩”的真正力量，只能是在面对面的状况下。

纸上谈兵是一回事儿，但在一组有着各种各样性格的人中间去亲身体验又是另一回事儿。

技巧可以训练，经验可以学习，但感受无法替代！

当我们和一群人处于安全的环境中共同探讨性格的碰撞时，我们会发现在现实生活中和我完全八杆子打不到一起的这个人，居然他老妈给他造成的痛苦和你媳妇给你造成的痛苦的模式如出一辙，连用语习惯都一字不差，你原以为只有你是全天下最苦的人，别人无法理解你所遭受的痛苦和折磨，结果你发现天下居然有这么多同路人，更重要的是通过交流，可以帮助你增加思考的深度，看得更远，剖析地更透彻，并且寻找到最终解决问题的方法和获得内心力量的钥匙，这些都是阅读永远无法得到的好处。

但无论我如何努力，在过去这些年的性格色彩培训中，我一直在培养带领更多的性格色彩培训导师和

## <<FPA性格色彩入门>>

咨询师，并力图建立更多的培训分点，让更多的朋友能有机会参与现场学习，但即便如此，终我一生，仍旧只有少部分人能够参加我们的小型研讨会，这就是我写本书的原因，以这种并非最佳的学习方式来让更多没机会听课的人通过文字进入性格色彩的世界。

有人在的地方就有红蓝黄绿，我很遗憾自己没有机会早些接触到关于性格的学问，更遗憾的是，当我在1996年初涉性格分析后，就自以为是，并没有强烈地去深入探索的欲望，等到我开始有动力学习时，已付出了人生中永远无法挽回的惨痛代价。

事实上，对每个人而言，你一生中最大的代价，几乎都是与性格有关，而人生中的有些痛，会伴随一生。

关于性格的学习本该是从娃娃抓起，它会使人们受益终身，可惜我们从小努力考高分，走入社会后，有成千上万的书籍教导我们如何升职如何奋斗如何赚钱如何成功如何时尚如何泡妞……但我们从不学习如何认识自己，如何读懂别人，如何追求幸福，如何挖掘真实生命的最高境界。

在这样一个光怪陆离心灵困惑的年代，希望你能通过本书的阅读拨开云雾。

这本书我只是提供了“FPA性格色彩”的入门方法，愿你经由对己对人的理解，去爱美好的生命。

## <<FPA性格色彩入门>>

### 媒体关注与评论

无论是过去、现在还是未来，这本书依然是所有FPA性格色彩著作中的奠基之作，一切相关研究和发  
展都将由此而生。

## &lt;&lt;FPA性格色彩入门&gt;&gt;

## 编辑推荐

《FPA性格色彩入门:跟乐嘉色眼识人》编辑推荐：我是谁？

为什么我会成为现在这个样子？

这是一本“少当读，老当看”，适合所有人的书。

只要你对认知自己有兴趣，即便垂垂老矣，又有何妨？

《FPA性格色彩入门:跟乐嘉色眼识人》的工具给你提供了一个自我认知的强大途径，鼓励你四世同堂，齐来探索。

他是谁？

为何在同一个问题上，我们会有如此巨大的差异和分歧？

除了了解自己之外，也许你还想更多地了解别人，尤其是和你关系密切又必须面对的人。

对性格的彻底理解，有助于你学会尊重彼此的差异，减少冲突的痛苦。

请相信，《FPA性格色彩入门:跟乐嘉色眼识人》绝非试图谋杀你的独特，相反，我们将一起探索为何在一些简单的基本规律下，会衍生出无数变化且迥然不同的个体。

无论如何，找到一些基本规律，可以帮助我们首先让生活变得简单明朗，然后再让简单明朗的生活变得有色彩和灿烂起来。

借由此，我们当知如何更好地建立起我们希望的人际关系，拥有强大的自我力量和对他人的影响力。

《FPA性格色彩入门:跟乐嘉色眼识人》的重点在于分析人性，让读者可以洞察真正的自己与他人，并学会理解人和人之间的冲突和差异。

《FPA性格色彩入门:跟乐嘉色眼识人》共由十一章组成：前两章是性格概述。

它帮助你理解“FPA性格色彩”工具的概念和对你的意义，同时为你勾勒出自己的性格色彩；三到六章是天赋潜能，阐述了四种性格的天然优势和它们天性中的力量，让你知道人们彼此相互吸引的原因；七到十章是过犹不及，探讨了各种性格一旦失去平衡必然面临的本性局限，让你知道人们彼此“痛恨”对方的原因。

第十一章是本色的你，即找到真正的我自己，在这个部分中，我将通过八封不同性格的学员来信中的自我剖析，来展示如何透视外在行为包围下的真实的个人内心世界。

了解不同性格以及他们待人处世的最好办法，莫过于直接观察该性格的案例。

《FPA性格色彩入门:跟乐嘉色眼识人》中有许多工作和生活中的故事重现，这些故事就真切地发生你每天都会遭遇的周围，尽在你的吃喝拉撒中，你不会感到陌生，很容易引发共鸣。

另一个方法，则是分析那些属于某个性格色彩的名人，通过洞悉这些耳熟能详的人，你可从历史的八卦中研究出学问，同时转化为自己生产力的学问。

《FPA性格色彩入门:跟乐嘉色眼识人》始终是多有FPA性格色彩著作中的奠基石，一切相关研究和发展，都将由此而生。

《FPA性格色彩入门:跟乐嘉色眼识人》为乐嘉所有性格色彩书中的奠基之作，此后再无第二本！

——读人识己，最直接的实用心理学工具！

<<FPA性格色彩入门>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>