第一图书网, tushu007.com

<<九型人格2>>

图书基本信息

第一图书网, tushu007.com

前言

第一图书网, tushu007.com

内容概要

《九型人格2:发现你的人格类型》为国际九型人格研究会指定教材，全球销量最大、语种最多、最受欢迎的九型人格权威读本，斯坦福大学商学院必修课程。
美国中央情报局、可口可乐、苹果、宝洁……高管培训教材。

海报：

第一图书网, tushu007.com

作者简介

第一图书网, tushu007.com

书籍目录

前言及致谢 第一部分基础和新的发展 第一章九型人格实用指南 第二章传统的九型人格 第三章9种人格类型 第四章发展层级 第二部分评估 第五章确定你的人格类型：问卷 第六章错误定位 第三部分新的联系，新的方向 第七章中心 第八章九型人格在心理学上的延伸应用 第九章进一步的讨论 第十章建议 第十一章人格、本体与心灵 参考书目

章节摘录

版权页： 插图： 第一章九型人格实用指南 我们犹如置身于无人看守的牢房之中的囚徒，没有人违反我们的意愿将我们禁闭起来。
我们也听说，打开门的钥匙就在这间牢房之中，如果我们能够找到它，便能打开牢门，得到自由。
但是我们不知道钥匙藏在了哪儿，就算知道，我们有些人也害怕打开牢笼。
出去之后，我们该何去何从？
我们应该如何面对这陌生的自由？
这个比喻充满了深意：我们就是自己的囚徒，被恐惧感紧紧地束缚住，限制了自由，因为自身的原因而备受煎熬。
没有人阻止我们去寻找解放自己的钥匙，但是我们必须知道要如何去寻找它，并且一旦找到，就要乐于使用。
九型人格帮我们找到了生命之匙，它能够打开一扇扇心门，指引我们走上获取智慧的道路，这智慧能帮助我们逃脱自我设下的牢笼，拥有更充实的人生。
九型人格让我们摆脱人格的缺陷，从而能对自我有一个更深的认识，并能把我们从恐惧、冲突、激情、冲动、错位的欲望以及内心的混乱中解脱出来。
但是，在这个过程中，任何一步都不是自动完成的，就算我们清楚自己的人格类型，也不一定知道如何使用这些知识。
人们常常提出这样的问题：“ 我已经知道我的人格类型了，应该如何使用它呢？
我该往哪儿走呢？
”了解九型人格可以在一定程度上帮助我们，但是仅仅了解并不能释放我们的自我。
我们需要了解这个充满变化的过程，以及我们在其中的角色。
虽然我们不能促成变化，但是如果没有我们的参与，变化也不会发生。
这似乎有点儿自相矛盾。
那么，我们在自我发展的过程中到底扮演了什么样的角色，九型人格又能给我们提供什么样的帮助呢？
九型人格的作用在于，它是一份珍贵的心灵地图，指出了我们独特的人格结构中的障碍之所在。
九型人格的基本理论认为，人格可以分为9种基本结构，或者说9种看法、9种人生观、9种世界观。
它们之间有很多相似之处，但却表现出不同的态度、行为、反应、防御、动机和习惯。
同时每一型的成长都需要自己的独特处方。
可以说，本书的核心内容就是，通过揭示我们的人格由什么构成，用九型人格理论指出，如果我们想要获得真正的成长和改变就必须具备的东西。
每个人的人格各异，不是从一个模子里铸出来的，因此每个人的心理和精神特质也各有不同，它们被完美呈现出来的顺序也不一样。
九型人格可以帮助我们了解自己的人格类型，让我们了解自己在成长过程当中是怎样渐渐地被压抑和被封闭的，以及被压抑和被封闭的原因。
它让我们全面透彻地了解自己，以及一些重要的人际关系。
它所使用的语言并不艰深，也不带任何价值评判，更多的是向我们揭示心灵世界和精神世界的奥秘。
这些现实并不遥远陌生，这就是我们生活在其中的真实世界。
除了让我们了解我们日常行为的内在原因，九型人格还详细地向我们展示了人格如何限制了自我的发展，哪里是我们成长的道路，以及如何得到真正的满足。
它让我们了解自己的人格结构，并明白我们的愿望实际上就是获得心灵最宝贵财富的重要指南。
当我们把自我防御模式、甚至心理痛苦和限制当做精神能力的指导时，我们就能从一个完全不同的角度来观察自己，由此得到同情心、疗伤处方、爱以及转变。
我们坚信，如果能充分理解九型人格，一定会给今天的世界带来巨大的益处，它能够深切地影响我们，真实地展现我们的生活经历，帮助我们寻找人生的轨道，揭示我们共同的人性。
它直接与心灵对话，唤醒我们的信仰、希望和爱。

很多学生和读者都告诉我们，九型人格帮助他们重新找到了自己的精神力量，有些人甚至重新拾起了他们已抛弃的宗教信仰和传统。
在本书中，我们参考了第四道淤学派（theFourthWayschool）中诸如葛吉夫的实践、阿玛斯的钻石途径、奥斯卡·依察诺以及克劳迪奥·纳兰霍的具有发展性的理论，等等。
我们也从主要的宗教派别中吸取了一些有益的知识（如基督教、佛教、伊斯兰教和犹太神秘主义）。
我们希望这本书能给不熟悉九型人格的朋友一些有用的介绍，也希望能给已经有所了解的朋友一些有价值的信息，因为本书包括了很多全新的内容。
最重要的是，我们希望本书能够说明九型人格与所有精神心理研究之间的关联，而且理解九型人格是真正的心理学和精神学方面的科学。
当然，你也可以不把本书看得太严肃，你可能只是想知道自己或者是别人的人格类型。
就算这样，你也能从书中得到新鲜宝贵的见解。
但是如果想要充分掌握九型人格并从中获益，就必须把它和真正的精神实践结合起来。
如果仅仅是了解，知识就会变成无用的教条，它不但不能把我们解放出来，相反，还会让我们的人格结构更加难以改变。
而当九型人格成为精神实践的一部分时，它就能更容易地成为我们发现自我的一个途径，从而改变我们的人格结构，减少我们受到的束缚。
当然，精神实践也并不能保证实现自我超越，不能保证我们可以从自己的人格以及由此而来的折磨中解脱出来。
但是它能带给我们更多解脱的可能性。
自我的力量如此强大，需要有更大的力量作用于自我才可能改变它，这种力量就是：从精神角度观察我们自己以及我们的人生得来的认识。
九型人格可以用在两个基本方面，其一是认识自我（了解真实的自我），其二是理解他人（因此我们才能创造良好的人际关系）。
到目前为止，九型人格最常用于自我了解，它可以帮助我们了解我们的恐惧和欲望、力量和弱点、防御与焦虑，以及当我们遇到挫折或失意时会有何反应。
最重要的是，我们真正的能力是什么，哪方面力量最强，这样我们就可以在此基础上，而不是在幻想和错误的估计之上，构建人生。

编辑推荐

第一图书网, tushu007.com

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