

<<性格密码>>

图书基本信息

书名：<<性格密码>>

13位ISBN编号：9787511901934

10位ISBN编号：751190193X

出版时间：2012-1

出版时间：中国时代经济出版社出版发行处

作者：张轶

页数：246

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>

<<性格密码>>

前言

性格决定命运在很多人看来似乎是一个耳熟能详的古老话题。

性格是命运好歹的先决条件，命运是性格导演的人生结果。

相对而言，人们似乎更在意自己的命运，而非自己的性格。

只有在晓得二者存在着如此密切而且非常内在的关系时，才开始对自己的性格格外关注和重视起来，这可能也是人所特有的一种势力心理使然。

但命运似乎永远给人一种扑朔迷离和无从把握的感觉。

而性格却活生生地体现在每个人的身上，体现在为人处世的表情、态度、语气、言辞和行为中，虽然也很复杂，却能看得见、摸得着、感受得到。

这说明，性格的密码是可以破译的。

这就使我们尽可以做到拎着性格的“瓜秧”寻找命运的“瓜蛋”，码着性格的路子走通命运的迷宫，从中不难发现，只要破译了性格的密码，就能很容易地揭开人生的命运之谜，或者换一句话说，只要把握了自己的性格，也便把握了自己的命运。

一个人的性格对他的人生影响巨大，它决定着一个人的交际关系、婚姻选择、生活状态、职业选择以及创业成败等，从根本上决定着其一生的命运。

如果将一个人比做一座大厦，那么性格就是这座大厦的钢筋骨架，知识、学问和技术等则是充斥于骨架中的砖石沙粒和混凝土。

钢筋骨架决定着—座建筑物能建成高耸入云的摩天大楼还是低矮简易的狭窄小屋，性格对人生所起的重要作用可见一斑。

现实生活中，许多人一旦遭遇失败便归咎于自己的命运不济，浑然不知是自己的性格在作祟。

一个人虽然从理智上明白某件事应该怎么样去应付，可当他的“牛脾气”一旦发作起来，就把一切的利害关系都抛掷脑后，这样做所带来的结果就可想而知了。

一个人的性格原型虽然是“上帝”所赐，但在后天的生活中只要努力地进行自我修炼、自我改造，就一定能得到补正和实现自救。

人们认为性格难以改变，主要是在放纵自己，没有认真地做到随时随地对自己进行约束和改造，从而才得出自我迁就性的“本性难移”的说辞。

破译性格的密码，揭开性格与命运之谜，将更加有助于我们认识、把握、改善自己的性格，进而改变自己的命运。

名著《钢铁是怎样炼成的》中主人公保尔有一句非常深刻的话：“人应该支配习惯，而不应该让习惯支配人。

”习惯就是性格的表现形式之一。

做为一个有思想的人，我们应该用理智和意志去控制、支配自己的性格，成为自己性格的主人，成为自己命运的主人。

这正是本书所期望的。

作者 2011年11月于北京

<<性格密码>>

内容概要

作为一个有思想的人，我们应该用理智和意志去控制、支配自己的性格，成为自己性格的主人，成为自己命运的主要，努力使用自己的命运走向辉煌。

《性格密码(性格决定一生成败)》共分三篇，内容包括认识你的性格——性格构成要素的组合与分解、成也性格败也性格——性格即命运、改变性格改变命运——改变不了客观就要改变主观。

《性格密码(性格决定一生成败)》由张软编著。

<<性格密码>>

书籍目录

第一篇 认识你的性格——性格构成要素的组合与分解

第一章 性格的特征——一定要了解自己的性格优势

1. 性格的情绪表现特征：你能控制自己的情绪吗
2. 性格的行为习惯特征：注意检点你的言行举止
3. 性格的态度倾向特征：你对人对己的态度如何
4. 性格的理智控制特征：你是一个很理智的人吗
5. 性格的意志调节特征：你是一个很坚强的人吗
6. 性格的对立统一特征：人人都是一个性格矛盾体
7. 性格的常态稳定特征：性格稳健才是成熟
8. 性格的自我塑造特征：从适应中学会自我塑造

第二章 性格的归属——看你的性格属于哪一种类型

1. 按照向性说划分
2. 按照血型说划分
3. 按照体型说划分
4. 按照气质说划分
5. 按照兴趣说划分
6. 按照心态说划分
7. 按照表现说划分
8. 按照传统说划分
9. 按照特征说划分
10. 按照二重说划分
11. 按照病理说划分

第三章 人生际遇塑造性格——影响性格形成的因素

1. 性格的自我塑造
2. 性格的自我透视
3. 性格的自我定位

第四章 性格的自我归正——性格优点与弱点的互补和定型

1. 厘清自己的性格优势
2. 了解自己的性格弱点
3. 以己之长补己之短
4. 以人之长补己之短
5. 长短互补保持性格的平衡与稳定

第二篇 成也性格败也性格——性格即命运

第一章 性格障碍——是什么妨碍了你的成功

1. 偏执型性格障碍
2. 暴躁型性格障碍
3. 自负型性格障碍
4. 猜疑型性格障碍
5. 自卑型性格障碍
6. 忌妒型性格障碍
7. 狭隘型性格障碍
8. 吝啬型性格障碍
9. 自闭型性格障碍

第二章 人类性格的光辉——成功者必备的优质性格

1. 成熟坚韧的性格：能屈能伸真君子

<<性格密码>>

2. 态度积极的性格：积极的心态带来积极的行动
3. 独特鲜明的性格：棱角分明方显出一个独特的自我
4. 意志坚定的性格：毅力顽强则无坚不摧
5. 果断决断的性格：学会迅速决断，反对优柔寡断
6. 耿直厚道的性格：永远不会对别人构成危害的品质
7. 勇敢无畏的性格：要做英雄而不要当狗熊
8. 理智自制的性格：用理智控制冲动和鲁莽
9. 随和善良的性格：要让人人都有接受你的理由
10. 沉稳低调的性格：用平常心装点你做人的本色

第三章 性格决定命运——为什么要打造好性格

1. 好性格提升自我
2. 好性格促进创新
3. 好性格充实人生
4. 好性格带来好命运

第三篇 改变性格改变命运——改变不了客观就要改变主观

1. 沉稳应是性格的常态：临危不惧，处变不惊
2. 别被规矩束缚住自己：从套子中钻出来才能展示自己
3. 始终保持冷静的头脑：能把持住自己才是理智
4. 变消极为积极：用积极的心态迎接人生的挑战
5. 关键时候要给自己打气：激励的力量可以由自己发动
6. 淡定如常：保持平常心方为世界之本真
7. 去掉害羞的面容：脸皮厚点才更经得起摔打

<<性格密码>>

章节摘录

1. 性格的情绪表现特征：你能控制自己的情绪吗 一个人能不能控制自己的情绪很重要。它不仅影响社会、影响工作、影响生活，也影响人的心理品质和身体健康。

情绪急躁、不稳定、忽喜忽怒、忽乐忽忧是性格不成熟的表现。

情绪是人对外界事物的内心体验，并由此产生肯定或否定的态度。

一个人产生了情绪后，整个生活就笼罩上了特定的色彩。

人与人的情绪差异是很大的。

人的情绪特征表现在强度、稳定性、持久性和主导心境四个方面。

情绪的强度表现为人受情绪感染和支配的程度，表现为情绪受意志控制的程度。

比如，有些人的情绪常如钱塘江的春潮，“涛似连天崩雪来”，不可遏止；有些人却常似“风乍起，吹皱一池春水”，平缓得很；有些人笑起来声振环宇；有些人尽管内心乐滋滋的，面上却可以不露声色。

情绪的稳定性表现为情绪的起伏和波动程度。

有一句俗语，叫“小孩的脸，一刻三变”，刚刚还泪下数行，一会儿又破涕为笑，说明小孩的情绪是不稳定的。

青少年当然不至如此，但每个人的稳定程度也是有很大差异的。

仅仅以为人处世为例，有人刚开始交谈时还心平气和，一旦听到哪句话不对心思，马上火冒三丈，怒不可遏，声嘶力竭起来。

如果常有这种情况，就是一种情绪不稳定的表现。

情绪的持久性表现为情绪对身体、生活、学习、工作影响的久暂程度。

比如，一次考试过后，一位同学得知自己的成绩优异，欣喜若狂，立志要更加发奋学习，但这种情绪很快就消逝了；另一位同学同样是成绩优异，他外表看似平静，但内心却很激动，而且化成了学习的持久动力。

再如，一位同学受到批评后，悔恨交加，诅咒发誓，欲争取进步，但时过境迁，故态复萌；另一位同学却是牢牢记在心中，时时鞭策自己。

主导心境方面的特征是指一个人在情绪的稳定性和持久性方面表现出来的特定色彩。

比如，有些人总是精神饱满，乐观愉快，遇到什么挫折，就像跌个跟头，爬起来，一复如初；有些人却老是精神萎靡，悲观忧郁，就像《红楼梦》里的林黛玉那样，终日对窗长叹，以泪洗面，即便有什么喜事，也仅如一阵春风，很快就飘散了。

性格与命运指引 我们平时说做人要有点城府、有点涵养，其中多半是指对情绪的自我控制水平而言的。

一个人能否有效地控制自己的处世方式和行为方式，与其能否控制情绪有很大的关系。

因为很多人遇事都好激动，“一时冲动”“怒不可遏”的事情时有发生，结果常常是“小不忍则乱大谋”。

所以，情绪是性格的外露，控制好自己情绪，也就在一定程度上控制了自己的性格。

2. 性格的行为习惯特征：注意检点你的言行举止 所谓性格的行为习惯特征，就是一个人言行举止的活动特点及其表现形式。

个体的行为方式是在活动中不断得到巩固、强化，并逐渐趋向稳定化，最后形成自己的行为习惯。

一个人对社会、对事业以及待人的态度，受着世界观、信念和期望的支配、制约，同时又直接规范、指导着一个人的行为，它们在人的性格结构中起着联结、媒介的作用。

但一个人的世界观和态度体系最终都是通过一个人的行为方式表现出来的。

一个人的态度与他的行为方式的内在联系，从小就表现出来了。

心理学家们曾经设计过一个“拾柴禾”的实验。

它是为了研究儿童的勇敢性而设计的。

这个实验以保育院的40名小朋友为对象，在冬季的黑夜里进行的。

实验者先把一些湿柴放在离宿舍不远的棚里，把另一些干柴放在较远的山沟里，然后要求被试者去拾

<<性格密码>>

柴来烤火取暖。

这时实验者在一个屋子里观察孩子们的动静，发现有小部分勇敢者跑到山沟里去了；有些人说了一些埋怨的话；大部分人不敢走远，只到棚里去取湿柴禾。

从儿童的这些不同的行为表现中，可以看到他们不同性格的意志特征，有的是勇敢的，有的是动摇的，有的是畏缩的、图方便的，有的则是胆怯的。

从这里可以看出，在儿童时期，内心特征和外在的行为表现是比较直接的、单一的。

但随着一个人年龄和经历的发展，内在态度与外在行为方式的关系就越来越复杂了。

P4-6

<<性格密码>>

编辑推荐

一个人的性格对他的人生影响巨大，它决定着一个人的交际关系、婚姻选择、生活状态、职业选择以及创业成败等等，从而根本性地决定着其一生的命运。

张软编著的《性格密码(性格决定一生成败)》揭开性格与命运之谜，将更加有助于我们认识、把握、改善自己的性格，进而改变自己的命运。

<<性格密码>>

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>