

生活和工作的必备知识  
幽默·生动·精彩绝伦

# 性格解析

—— 了解自己 理解他人

作者：（美）弗洛伦斯·妮蒂雅

译者：江雅苓 黄思泓

# PERSONALITY

## *Plus*

HOW TO UNDERSTAND

OTHERS BY

UNDERSTANDING

YOURSELF

经济日报出版社

# 性格解析

〔美〕弗洛伦斯·妮蒂雅 著

江雅苓  
黄思泓 译

经济日报出版社

著作权合同登记 图字:01-98-2008号

图书在版编目(CIP)数据

性格解析/(美)妮蒂雅著;江雅苓,黄思泓译,一北京:经济日报出版社,1998.10

ISBN 7-80127-529-2

I.性… II.①-妮… ②江… ③黄… III.性格-通俗读物 IV.B848.6

中国版本图书馆CIP数据核字(98)第29542号

全球唯一正式中文版权所有,未经授权,  
任何内容或部分内容的复制均属侵权。

Personality Plus: How to Understanding Others by Understanding Yourself

Copyright© 1992 by Florence Littauer

Chinese translation copyright© 1998 by Economy Daily Press

Published under agreement with Florence Littauer/Class Speakers

ALL RIGHTS RESERVED

## 性格解析——了解自己 理解他人

作者	(美)弗洛伦斯·妮蒂雅
译者	江雅苓 黄思泓
责任编辑	陈佩
责任校对	殷红胜
出版发行	经济日报出版社
社址	北京市宣武区白纸坊东街2号 邮编 100054
总经销	全国新华书店
印刷	北京星月印刷厂印刷
规格	850×1168毫米32开
字数	160千字
版次	1998年10月第1版
印次	1998年10月第1次印刷
印张	8.75印张
印数	1—10000册

ISBN 7-80127-529-2/C·4

定价:15.00元

## 译者序

《Personality Plus》是一本风行全球的畅销书，现在非常高兴能得到作者本人授予此书的正式中译本版权，从而使我们能将这一杰出的作品呈现给大家。

在我们成长的过程中，有很多人问过这样的问题：“我是谁？”、“我为什么是这个样子？”等等，也对于其他人的行为感到难以理解，这本书就是解答这些问题的最好的钥匙。

我和我周围一些了解性格的朋友们，一直都感到此书对我们有着巨大的帮助，书中所述的四种基本性格类型：活泼型（简称为S型）、完美型（简称为M型）、力量型（简称为C型）及和平型（简称为P型）已经成为我们日常交流中非常自然的一部分，特别是对于了解我们自己和理解他人有着前所未有的效果。

通过阅读此书，你会了解到真实的自己，摆脱过去那种因为性格上的矛盾，不会欣赏自己更不懂得理解别

人的状况。并认清你无需“克服”自己的性格，而是去善待它、了解它并且去运用它，促动你卸掉那些在漫长的成长过程中受他人和环境的打磨而形成的——性格假面！进而帮助自己真正地成长。

《Personality Plus》在你认识了自己和别人的性格之后，了解到人和人之间不同的性格类型存在着许多差异，而不再强求别人认同自己或者让自己刻意扭曲去迎合他人，特别是婚姻关系和家庭关系以及上司和下属的关系。在这个基础上，你才能与他人建立真实、自然、和谐的关系，才能够与这个世界上最重要的人建立最融洽、最祥和的关系，这个人就是你自己！

这本书同时也让你认识到每个人都是独一无二的，天生就有与兄弟姐妹不同的组合特征。没有哪种性格比另一种更好，而每一种性格都有许多的优点和缺点，各种性格都有其非同寻常的价值，正像世界上有许多的颜色一样，不能说哪一种颜色比另一种更好，而如果世界上缺少任何一种颜色都将是无与伦比的遗憾。

《Personality Plus》已在世界上许多国家被译成十几种文字出版，给无以数记的人以莫大的帮助，通过阅读、讲习、咨询分析等过程，挽救了许多夫妻的婚姻，改善了许多的人际关系，帮助了许多人找到了自我，重新给自己以真正的价值定位，从而得以享受更美满的人生。本书的内容将使大家接受人的四种基本性格类型（S、M、C、P），就象人们已经接受了人有内向性格和外向性

格一样，成为社会 and 生活中极为普及的知识。

本书当初曾定名为《性格分析学》，最终为更符合原作内容而确定书名为《性格解析》。另外，为了方便读者更准确地进行性格测试，在书最后的附录二里附上了英文原文的性格测试表和词语解释。最后，在此感谢殷红胜先生在本书的译校过程中，提供的大力帮助。

江雅苓  
1998年7月



# 目 录

## 第一部分 性格轮廓

### 快速自测法 ..... (1)

#### 第 1 章 只有一个你 ..... (3)

.....我们从出生就各有自己的优点和弱点，没有划一的方法能为我们创造奇迹。只有我们意识到自己的独一无二，才能理解为什么大家在修读同一课程，在同样的时间里由同一位老师讲课，却往往会获得不同的成绩。.....

#### 第 2 章 你的性格轮廓 ..... (11)

.....没有人是百分之百的属于某一种类型，但你的得分能准确地让你知道自己的长短。若你得分很平均，你很有可能属于和平型，是个面面具备的人。.....



## 第二部分 性格潜能

### 且看我们的专长 ..... (17)

#### 第3章 让我们和活泼型一起欢乐 ..... (23)

.....典型的活泼型情感外露，热情奔放，他们懂得把工作变成乐趣，而且乐于与人交往。他们能从任何事情中发掘出兴奋、然后在绘声绘色的描述中，尽情回味其中的欢乐。活泼型的人既外向，又乐观。.....

#### 第4章 让我们与完美型一起统筹 ..... (43)

.....完美型的成年人是个思想家，他们对待目标严肃认真。他们强调做事的先后次序和组织，他们崇尚美感和才智。他们不会一时冲动，寻找刺激。反之，他们会为自己的生活作长远且最好的安排。.....

#### 第5章 让我们看看情感 ..... (61)

.....正如乐天的活泼型被深沉的完美型所吸引，反过来内向的完美型同样被外向的活泼型吸引。力量型领袖喜欢和平型的部下，和平型不善决定的性格，很需要别人为他作决定。.....

#### 第6章 让我们与力量型一起行动 ..... (67)

.....力量型的人总是对准目标迈进成功。当活泼型的人在说话，完美型的人在思考时，力量型的人会进取。只要依他的不二定律“现在按我的方式去做！”你就会发现，他的脾性最易懂，并且是最好相处的.....

**第 7 章 让我们与和平型一起轻松 ..... (83)**

.....和平型缓和着色彩斑斓的活泼型；和平型拒绝过分欣赏力量型的优秀决定；和平型对完美型复杂的计划也不过分认真。.....

**第三部分 性格计划**

**克服个人弱点的方法 ..... (101)**

**第 8 章 让活泼型统筹起来 ..... (105)**

.....他们可能有一个好的意图，但他们很少去跟进任何计划。他们既有亲切可人的性格，他们就认为自己的个性不可能有任何缺点。.....

**第 9 章 让完美型快乐起来 ..... (127)**

.....完美型的人是各种极端的混合体。他们同时具有最高和最低两个极端。

有件事是真正的完美型永远相信的，就是世界上没有人和他相似。他永远能证明自己是对的，而世界是错的。如果人人能像他，他会很快乐。.....

**第 10 章 让力量型缓和下来 ..... (143)**

.....力量型的人不相信他们有什么地方令人讨厌，因为他们总认为自己是对的，所以自然地认为他们不可能有错。从儿时开始，力量型的人在任何情况下都好胜，想尽办法不丢脸。.....

**第 11 章 让和平型振奋起来 ..... (161)**

## 4 性格解析

---

……和平型的优缺点都是深藏不露，和平型的人不能想象他们是好胜的，因为他们是那么的文静和友善。……

### 第四部分 性格原则

改善人际关系的途径 ..... (173)

第 12 章 每个人都是一个独特的组合 ..... (175)

……当你测试出自己的性格轮廓后，你就会发现你是独一无二的。大部分人的某些气质表现得很突出，另一方面的气质显得次要些，并且还有别的一些零碎气质。有些人则是平均分配的，这些人通常是和平型的人，最难决定他们的性格特征。……

第 13 章 我们不喜欢被围困着 ..... (183)

……理解到人们其实已经被围困在自己的小盒子中了。因为在性格的大门打开前，我们不会爬过活动的围墙和从裂缝中向外偷看一下。……

第 14 章 异性相吸 ..... (193)

……我们都听过异性相吸的说法，而费特和我就是这方面的最好例子。这几年来我们都在研究人的个性，并且很少发现有同一性格模式的人结为夫妇。当我们观察个人的优点时，会发现对立者结合在一起是最能干的。若我们能看看自己的婚姻，明白一方的优点正好补充了另一方的缺点，我们就会为此而感激，不再千方百计改造对方了。……

第 15 章 我们可以互相了解

不同之处 ..... (205)

……性格的知识能帮助我们每个人在社交场合表现得更佳，使我们与人谈话时能够更受用，并能明白别人的优点和缺点。从此以后，你学会了指出人群中的健谈者、实行者、思想家和旁观者，这会给你带来更多的乐趣。我们每个人都互不相同，这不是很美妙吗？……

**第 16 章 如何与人和睦相处 ..... (213)**

……在我们开始明白彼此基本性格的差异时，这就解除了我们在人际关系上的压力。我们可以积极看待各自的差异，而不会试图使每个人都像自己一样。……

**附录一 个性测试词语定义 ..... (235)**

**附录二 个性测试表及其词语定义  
英文原文 ..... (249)**



---

## 第一部分

# 性格轮廓

## 快速自测法

---

---



## 第 1 章

# 只有一个你

**大**家都想有更好的个性。我们也幻想自己置身于梦幻岛上：在那里，教堂的钟声使我们摇身一变，大家全穿上高贵的服饰，魅力十足。我们不再失足、犯错、跌倒或摸索；我们互相交流、互相吸引并互相激励。可惜，当我们幻想完毕，脑袋里的电视机关掉后，又要回到现实的生活中。当我们定睛看着空白的荧光屏，便会奇怪：为什么我们的“喜剧情景”消失了，为什么一些自信的新星会取代我们，为什么我们似乎总是不称职呢？

于是，我们会跑去听某些培训的课程，据说这些课程能在 24 小时内改变我们的个性，让我们变得光芒四射；有些则许诺我们可以成为发挥极限力量的超人；还有一些让我们感到前途光明。可惜，大多数让我们乘兴而去败兴而归，我们并不如想象的那么兴奋，也没有爆



#### 4 性格解析

---

发内在的潜能。这是因为我们具有不同的动机、能力和性格，所以我们不能都用同一种方法来处理。

#### 没有相同的两个人

若我们是纸箱里一模一样的鸡蛋，一夜间就可以被大母鸡孵化成光滑的小鸡，但我们却是互异的。事实上我们从出生就各有自己的优点和弱点，没有划一的方法能为我们创造奇迹。只有我们意识到自己的独一无二，才能理解为什么大家在修读同一课程，在同样的时间里由同一位老师讲课，却往往会获得不同的成绩。

《性格解析》把我们看作是源于四种基本性格的每个个别独立的组合，促使我们在试图改变自己的表面行为前，先要透彻熟悉“真我”。

#### 内在的质地最重要

当米开朗基罗准备雕刻大卫像时，他花了很长的时间挑选大理石，因为他知道，材料的质地将决定作品的美感。他明白他可以改变作品的外形，但不能改变它的基本成分。

他创造的每件杰作都是独一无二的，尽管他试图复制也找不到完全相同的一块大理石。甚至他从同样的石头上切割另一块下来，它也不会与真品精确无误。是，很相似，但不相同。

## 我们每个人都是独一无二的

我们天生就有着与兄弟姐妹不同的组合特征。多年来，人们在不断塑造我们，不断用刀削，用锤打，用砂纸磨，用皮革擦。当我们以为自己是完成品时，其他人又开始重塑我们了。偶尔我们可以在公园里过上开心的一天，大家经过时都敬慕地轻拍我们，但有时，我们也被嘲笑、分析或忽略。

我们生来都有自己的性情特征，自己的组合材料，就像各属某种岩石。我们有些是花岗岩，有些是大理石，有些是雪花石膏，有些是沙石。我们的岩石种类不可改变，但外形却可以选择，我们的性格亦是如此。我们有一套与生俱来的特质，其中某些特征由于金子的点缀而变得完美，而另一些则被断层所破坏。我们的环境、智商、民族、经济环境和父母的影响都能塑造我们的性格，但内在的本质却改变不了。

气质是“真我”，性格就像我穿在外面的衣服。早上对着镜子，我看到自己一张平凡的脸，一头直发和丰满的身体，这就是真的我。很庆幸，在一小时内我可将脸化妆得很明艳，可用发卷将头发弄卷，可穿上漂亮服饰来掩饰过多的曲线。我已将“真我”粉饰，但永远不能改变外表底下的“真我”。

假如我们能了解自己：

知道我们用什么制成

知道我们真正是谁

知道为什么我们会对事情有如此的反应

知道我们的优点及如何利用

知道我们的缺点及如何克服

我们都能够知道！《性格解析》将教我们如何自我检讨，怎样扬长避短。当我们知道自己是谁，为何会有现在对事情的反应，我们就可以开始了解“真我”，改善自己的性格，并学会如何与他人相处。我们并不准备去模仿别人，穿更好的衣服，戴新的领带或抱怨自己的本质，相反，我们会竭尽所能去利用现有的本质。

近年来，制造商已使用许多方法来复制一些一流的雕像。在任何大礼品店里，你都能找到无数的大卫像，成行的华盛顿，成列的林肯，一模一样的里根和克娄巴特拉。仿制品很多，但只有一个你。

### 从哪里开始

你们中有几个人有米开朗基罗的艺术细胞？有几个人将其他人看作原材料并准备将他们雕刻。有几个人能认为，只要有人能听从你智慧的忠告，至少有一个人会被塑造成型？但他是否想听从你的忠告？

假如能改变他人就好了。我丈夫费特和我的婚姻就会更完美，因为我们从一开始就想相互改变。我知道若能放松一点并更富娱乐性，我们就会有一段美好的婚姻。但他却严肃并有条有理。在度蜜月期间，我发现自

己和费特甚至在吃葡萄上都意见各异。

通常，我喜欢拿一大串雪藏的葡萄放在身边，然后顺手摘下便吃。直到我和费特结婚，我仍未意识到有“葡萄规则”存在。我没意识到生活中每一个简单的享受都有所谓正确的方法。费特首次提出“葡萄规则”是在我坐在百慕大剑桥沙滩别墅外，望着大海，漫不经心地摘吃一大串葡萄的时候。直到费特问我喜不喜欢吃葡萄时，我才意识到他正在分析我毫无规则的吃葡萄方法。

“哦，我太喜欢了！”我说。

“那么我想你愿意知道如何正确地吃它吧！”费特答道。

这话破坏了我的浪漫美梦，我于是问：“我做错了吗？”这话也就成了我们以后生活常规的一部分。

“你并没有做错，而是没有做对。”我看不出这有什么区别，但我用他的方式问道：

“怎样做才对？”

“大家都知道，正确吃葡萄的方法是：一次摘一小串，就像这样。”

费特拿出他的指甲剪剪下一小串葡萄，放在我面前。

他站在我身边，沾沾自喜地俯视着我，我问：“这样葡萄尝起来难道会更鲜美？”

“与味道无关。这样会使那一大串葡萄能更长久地保持其外观。看你吃葡萄的方法——这里抓一个，那里摘一颗，把它弄得像残骸般。看看，你把它糟蹋成这个样

子！……秃枝到处都是，它们破坏了整串葡萄的外观。”我看了一眼四周，看看有没有躲起来的“葡萄判官”等着加入葡萄审判。但是没有任何发现，我说：“谁会在乎？”

我当时并不知道“谁会在乎”是不能对费特说的，费特因此涨红了脸，他失望地说：“我在乎，那就已经足够了。”

费特确实看重生活中的每个细节，而我的存在的确破坏了“整串的外形”。为了帮助我，费特非常乐意去改变我。我并没有感激他的智慧，相反我尽力破坏他的计划而且偷偷将他改变，向我靠拢。多年来，费特不断改造我，我不断改造费特，但始终我们谁也没有被改进。

直到我们首次读了添赖黑写的《属灵的气质》，我们才看清自己在干些什么。我俩都在改造对方，而且没有意识到别人可能只是有别于自己，并非是错误。我发觉自己是活泼型，喜欢有趣及刺激；而费特是完美型，希望生活严肃且有条不紊。

当我们开始进一步研究气质时发现，我们都在某种程度上很像力量型，总觉得自己什么都是正确的，什么都懂，难怪我们相处不了呢！我们不但在性格及兴趣方面相对立，而且我们都认为只有自己才是正确的。你能够想象这样的婚姻吗？

值得庆幸的是我们还有希望，我们能了解彼此的气质并能接受对方的个性。随着生活的改变，我们开始教

授和研究并撰写关于气质的文章。《性格解析》是 25 年来关于性格的演讲、辅导及日复一日地对人类气质进行观察的结晶。这本书将提供一个快捷简易、轻松的心理课程，借此我们可以：

1. 找出自己的优点、缺点，并且学会如何扬长避短。
2. 理解别人并认识到别人的不同之处并不意味着他们是错的。

为了了解自己的本质，我们要进行性格及气质的测验，它首先是由希波拉底在 2400 多年前创立的。这样我们可以跟活泼型的人玩得开心，他们总是流露出对生活的积极态度；我们也可严肃地跟完美型相处，他们对一切都要求完美；我们将和天生为领袖的力量型一起冲锋；我们将和对生活安于现状的和平型无拘无束放松一下。不管我们属于哪种类型，我们都可以从每一种类型中学到某些东西。



## 第 2 章

# 你的性格轮廓

**在**介绍四种不同的气质之前，先得花几分钟核查你的性格轮廓，这是费特编纂的。在根据说明完成 40 个问题后，将分数写到得分卷上并累加起来。如果你是活泼型，对一纵列的数字便会无从下手，那么你可找个完美型的人帮你统计分数，因为他们将生活看成一系列的统计。

没有人是百分之百的属于某一种类型，但你的得分能准确地让你知道自己的长短。若你得分很平均，你很有可能属于和平型，是个面面具备的人。

你的个性轮廓有别于任何人，而从你的气质模式所得到的资料信息，对你了解自己及接受别人很有帮助。在你鼓励亲朋好友分析他们自己的同时，你已开辟了富启迪性及趣味性的全新交流渠道。

在你知道气质测试的分数后，你将对自己的内在特



点有所了解——它使你对环境作出现有的反应。想进一步了解“真我”，请继续阅读本书第二部分的五章内容，你将知道关于自己的一些新鲜事情。

### 你的性格轮廓

说明：在以下各行的词语中，用“×”在最适合的词前做记号。要做完40题，不要漏掉任何一题。若你不能肯定哪个是“最适合”，请问你的配偶和朋友，并考虑：当你还是小孩时，哪个该是答案。（词语定义请参考第235页的附录）

### 优 点

- |                                   |                               |                               |                               |
|-----------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|-------------------------------|
| 1— <input type="checkbox"/> 富于冒险  | <input type="checkbox"/> 适应力强 | <input type="checkbox"/> 生动   | <input type="checkbox"/> 善于分析 |
| 2— <input type="checkbox"/> 坚持不懈  | <input type="checkbox"/> 喜好娱乐 | <input type="checkbox"/> 善于说服 | <input type="checkbox"/> 平和   |
| 3— <input type="checkbox"/> 顺服    | <input type="checkbox"/> 自我牺牲 | <input type="checkbox"/> 善于社交 | <input type="checkbox"/> 意志坚定 |
| 4— <input type="checkbox"/> 体贴    | <input type="checkbox"/> 自控性  | <input type="checkbox"/> 竞争性  | <input type="checkbox"/> 使人认同 |
| 5— <input type="checkbox"/> 使人振作  | <input type="checkbox"/> 受尊重  | <input type="checkbox"/> 含蓄   | <input type="checkbox"/> 善于应变 |
| 6— <input type="checkbox"/> 满足    | <input type="checkbox"/> 敏感   | <input type="checkbox"/> 自立   | <input type="checkbox"/> 生机勃勃 |
| 7— <input type="checkbox"/> 计划者   | <input type="checkbox"/> 耐性   | <input type="checkbox"/> 积极   | <input type="checkbox"/> 推动者  |
| 8— <input type="checkbox"/> 肯定    | <input type="checkbox"/> 无拘无束 | <input type="checkbox"/> 时间性  | <input type="checkbox"/> 羞涩   |
| 9— <input type="checkbox"/> 井井有条  | <input type="checkbox"/> 迁就   | <input type="checkbox"/> 坦率   | <input type="checkbox"/> 乐观   |
| 10— <input type="checkbox"/> 友善   | <input type="checkbox"/> 忠诚   | <input type="checkbox"/> 有趣   | <input type="checkbox"/> 强迫性  |
| 11— <input type="checkbox"/> 勇敢   | <input type="checkbox"/> 可爱   | <input type="checkbox"/> 外交手腕 | <input type="checkbox"/> 注意细节 |
| 12— <input type="checkbox"/> 令人高兴 | <input type="checkbox"/> 贯彻始终 | <input type="checkbox"/> 文化修养 | <input type="checkbox"/> 自信   |
| 13— <input type="checkbox"/> 理想主义 | <input type="checkbox"/> 独立   | <input type="checkbox"/> 无攻击性 | <input type="checkbox"/> 富激励性 |
| 14— <input type="checkbox"/> 感情外露 | <input type="checkbox"/> 果断   | <input type="checkbox"/> 尖刻幽默 | <input type="checkbox"/> 深沉   |
| 15— <input type="checkbox"/> 调解者  | <input type="checkbox"/> 音乐性  | <input type="checkbox"/> 发起者  | <input type="checkbox"/> 喜交朋友 |
| 16— <input type="checkbox"/> 考虑周到 | <input type="checkbox"/> 执着   | <input type="checkbox"/> 多言   | <input type="checkbox"/> 容忍   |
| 17— <input type="checkbox"/> 聆听者  | <input type="checkbox"/> 忠心   | <input type="checkbox"/> 领导者  | <input type="checkbox"/> 活力充沛 |
| 18— <input type="checkbox"/> 知足   | <input type="checkbox"/> 首领   | <input type="checkbox"/> 制图者  | <input type="checkbox"/> 惹人喜爱 |

- 19—完美主义者    和气                    勤劳                    受欢迎  
20—跳跃型            无畏                    规范型                平衡

### 缺 点

- |                                   |  |                               |                               |
|-----------------------------------|--|-------------------------------|-------------------------------|
| 21— <input type="checkbox"/> 乏味   | <input type="checkbox"/> 忸怩            | <input type="checkbox"/> 露骨   | <input type="checkbox"/> 专横   |
| 22— <input type="checkbox"/> 散漫   | <input type="checkbox"/> 无同情心          | <input type="checkbox"/> 缺乏热情 | <input type="checkbox"/> 不宽恕  |
| 23— <input type="checkbox"/> 保留   | <input type="checkbox"/> 怨恨            | <input type="checkbox"/> 逆反   | <input type="checkbox"/> 唠叨   |
| 24— <input type="checkbox"/> 挑剔   | <input type="checkbox"/> 胆小            | <input type="checkbox"/> 健忘   | <input type="checkbox"/> 率直   |
| 25— <input type="checkbox"/> 没耐性  | <input type="checkbox"/> 无安全感          | <input type="checkbox"/> 优柔寡断 | <input type="checkbox"/> 好插嘴  |
| 26— <input type="checkbox"/> 不受欢迎 | <input type="checkbox"/> 不参与           | <input type="checkbox"/> 难预测  | <input type="checkbox"/> 缺同情心 |
| 27— <input type="checkbox"/> 固执   | <input type="checkbox"/> 即兴            | <input type="checkbox"/> 难于取悦 | <input type="checkbox"/> 犹豫不决 |
| 28— <input type="checkbox"/> 平淡   | <input type="checkbox"/> 悲观            | <input type="checkbox"/> 自负   | <input type="checkbox"/> 放任   |
| 29— <input type="checkbox"/> 易怒   | <input type="checkbox"/> 无目标           | <input type="checkbox"/> 好争吵  | <input type="checkbox"/> 孤芳自赏 |
| 30— <input type="checkbox"/> 天真   | <input type="checkbox"/> 消极            | <input type="checkbox"/> 鲁莽   | <input type="checkbox"/> 冷漠   |
| 31— <input type="checkbox"/> 担忧   | <input type="checkbox"/> 不善交际          | <input type="checkbox"/> 工作狂  | <input type="checkbox"/> 喜获认同 |
| 32— <input type="checkbox"/> 过分敏感 | <input type="checkbox"/> 不圆滑老练         | <input type="checkbox"/> 胆怯   | <input type="checkbox"/> 喋喋不休 |
| 33— <input type="checkbox"/> 腼腆   | <input type="checkbox"/> 生活紊乱          | <input type="checkbox"/> 疏危   | <input type="checkbox"/> 抑郁   |
| 34— <input type="checkbox"/> 缺乏毅力 | <input type="checkbox"/> 内向            | <input type="checkbox"/> 不容忍  | <input type="checkbox"/> 无异议  |
| 35— <input type="checkbox"/> 杂乱无章 | <input type="checkbox"/> 情绪化           | <input type="checkbox"/> 喃喃自语 | <input type="checkbox"/> 喜操纵  |
| 36— <input type="checkbox"/> 缓慢   | <input checked="" type="checkbox"/> 顽固 | <input type="checkbox"/> 好表现  | <input type="checkbox"/> 有戒心  |
| 37— <input type="checkbox"/> 孤僻   | <input type="checkbox"/> 统治欲           | <input type="checkbox"/> 懒惰   | <input type="checkbox"/> 大嗓门  |
| 38— <input type="checkbox"/> 拖延   | <input type="checkbox"/> 多疑            | <input type="checkbox"/> 易怒   | <input type="checkbox"/> 不专注  |
| 39— <input type="checkbox"/> 报复型  | <input type="checkbox"/> 烦躁            | <input type="checkbox"/> 倔强   | <input type="checkbox"/> 轻率   |
| 40— <input type="checkbox"/> 妥协   | <input type="checkbox"/> 好批评           | <input type="checkbox"/> 狡猾   | <input type="checkbox"/> 善变   |

### 性格计分卷

现在将记上“x”符号的选择移到计分卷上，将得分加起来。例如：若你在轮廓方面选择了“活泼”，将它在计分卷上记上“x”符号。

#### 优点

- | S                                 | C  | M                              | P                             |
|-----------------------------------|--|--------------------------------|-------------------------------|
| <u>活泼型</u>                        | <u>力量型</u>                               | <u>完美型</u>                     | <u>和平型</u>                    |
| 1— <input type="checkbox"/> 生动    | <input checked="" type="checkbox"/> 富于冒险 | <input type="checkbox"/> 善于分析  | <input type="checkbox"/> 适应力强 |
| 2— <input type="checkbox"/> 喜好娱乐  | <input type="checkbox"/> 善于说服            | <input type="checkbox"/> 坚持不懈  | <input type="checkbox"/> 平和   |
| 3— <input type="checkbox"/> 擅于社交  | <input type="checkbox"/> 意志坚定            | <input type="checkbox"/> 自我牺牲  | <input type="checkbox"/> 顺服   |
| 4— <input type="checkbox"/> 使人认同  | <input type="checkbox"/> 竞争性             | <input type="checkbox"/> 体贴    | <input type="checkbox"/> 自控性  |
| 5— <input type="checkbox"/> 使人振作  | <input type="checkbox"/> 善于应变            | <input type="checkbox"/> 受尊重   | <input type="checkbox"/> 含蓄   |
| 6— <input type="checkbox"/> 生气勃勃  | <input type="checkbox"/> 自立              | <input type="checkbox"/> 敏感    | <input type="checkbox"/> 满足   |
| 7— <input type="checkbox"/> 推动者   | <input type="checkbox"/> 积极              | <input type="checkbox"/> 计划者   | <input type="checkbox"/> 耐性   |
| 8— <input type="checkbox"/> 无拘无束  | <input type="checkbox"/> 肯定              | <input type="checkbox"/> 有时间性  | <input type="checkbox"/> 差涩   |
| 9— <input type="checkbox"/> 乐观    | <input checked="" type="checkbox"/> 坦率   | <input type="checkbox"/> 井井有条  | <input type="checkbox"/> 迁就   |
| 10— <input type="checkbox"/> 有趣   | <input type="checkbox"/> 强迫性             | <input type="checkbox"/> 忠诚    | <input type="checkbox"/> 友善   |
| 11— <input type="checkbox"/> 可爱   | <input type="checkbox"/> 勇敢              | <input type="checkbox"/> 注意细节  | <input type="checkbox"/> 外交手腕 |
| 12— <input type="checkbox"/> 令人高兴 | <input type="checkbox"/> 自信              | <input type="checkbox"/> 文化修养  | <input type="checkbox"/> 贯彻始终 |
| 13— <input type="checkbox"/> 富激励性 | <input type="checkbox"/> 独立              | <input type="checkbox"/> 理想主义  | <input type="checkbox"/> 无攻击性 |
| 14— <input type="checkbox"/> 感情外露 | <input checked="" type="checkbox"/> 果断   | <input type="checkbox"/> 深沉    | <input type="checkbox"/> 尖刺幽默 |
| 15— <input type="checkbox"/> 喜交朋友 | <input checked="" type="checkbox"/> 发起者  | <input type="checkbox"/> 音乐性   | <input type="checkbox"/> 调节者  |
| 16— <input type="checkbox"/> 多言   | <input type="checkbox"/> 执着者             | <input type="checkbox"/> 考虑周到  | <input type="checkbox"/> 容忍者  |
| 17— <input type="checkbox"/> 活力充沛 | <input type="checkbox"/> 领导者             | <input type="checkbox"/> 忠心    | <input type="checkbox"/> 聆听者  |
| 18— <input type="checkbox"/> 惹人喜爱 | <input type="checkbox"/> 首领              | <input type="checkbox"/> 制困者   | <input type="checkbox"/> 知足   |
| 19— <input type="checkbox"/> 受欢迎  | <input type="checkbox"/> 勤劳              | <input type="checkbox"/> 完美主义者 | <input type="checkbox"/> 和气   |
| 20— <input type="checkbox"/> 跳跃型  | <input type="checkbox"/> 无畏              | <input type="checkbox"/> 规范型   | <input type="checkbox"/> 平衡   |

#### 优点总分

缺 点

S	C	M	P
活泼型	力量型	完美型	和平型
21— <input type="checkbox"/> 露骨	<input type="checkbox"/> 专横	<input type="checkbox"/> 担忧	<input type="checkbox"/> 乏味
22— <input type="checkbox"/> 散漫	<input type="checkbox"/> 无同情心	<input type="checkbox"/> 不宽恕	<input type="checkbox"/> 缺乏热情
23— <input type="checkbox"/> 唠叨	<input type="checkbox"/> 逆反	<input type="checkbox"/> 怨恨	<input type="checkbox"/> 保留
24— <input type="checkbox"/> 健忘	<input type="checkbox"/> 率直	<input type="checkbox"/> 挑剔	<input type="checkbox"/> 胆小
25— <input type="checkbox"/> 好插嘴	<input type="checkbox"/> 急躁	<input type="checkbox"/> 无安全感	<input type="checkbox"/> 优柔寡断
26— <input type="checkbox"/> 难预测	<input type="checkbox"/> 缺同情心	<input type="checkbox"/> 不受欢迎	<input type="checkbox"/> 不参与
27— <input type="checkbox"/> 即兴	<input type="checkbox"/> 固执	<input type="checkbox"/> 难于取悦	<input type="checkbox"/> 犹豫不决
28— <input type="checkbox"/> 放任	<input type="checkbox"/> 自负	<input type="checkbox"/> 悲观	<input type="checkbox"/> 平淡
29— <input type="checkbox"/> 易怒	<input type="checkbox"/> 好争吵	<input type="checkbox"/> 孤芳自赏	<input type="checkbox"/> 无目标
30— <input type="checkbox"/> 天真	<input type="checkbox"/> 鲁莽	<input type="checkbox"/> 消极	<input type="checkbox"/> 冷漠
31— <input type="checkbox"/> 喜欢认同	<input type="checkbox"/> 工作狂	<input type="checkbox"/> 不善交际	<input type="checkbox"/> 担忧
32— <input type="checkbox"/> 喋喋不休	<input type="checkbox"/> 不圆滑老练	<input type="checkbox"/> 过分敏感	<input type="checkbox"/> 胆怯
33— <input type="checkbox"/> 生活紊乱	<input type="checkbox"/> 跋扈	<input type="checkbox"/> 抑郁	<input type="checkbox"/> 腼腆
34— <input type="checkbox"/> 缺乏毅力	<input type="checkbox"/> 不容忍	<input type="checkbox"/> 内向	<input type="checkbox"/> 无异议
35— <input type="checkbox"/> 杂乱无章	<input type="checkbox"/> 喜操纵	<input type="checkbox"/> 情绪化	<input type="checkbox"/> 喃喃自语
36— <input type="checkbox"/> 好表现	<input type="checkbox"/> 顽固	<input type="checkbox"/> 有成心	<input type="checkbox"/> 缓慢
37— <input type="checkbox"/> 大嗓门	<input type="checkbox"/> 统治欲	<input type="checkbox"/> 孤僻	<input type="checkbox"/> 懒惰
38— <input type="checkbox"/> 不专注	<input type="checkbox"/> 易怒	<input type="checkbox"/> 多疑	<input type="checkbox"/> 拖延
39— <input type="checkbox"/> 烦躁	<input type="checkbox"/> 轻率	<input type="checkbox"/> 报复型	<input type="checkbox"/> 勉强
40— <input type="checkbox"/> 善变	<input type="checkbox"/> 狡猾	<input type="checkbox"/> 好批评	<input type="checkbox"/> 妥协

缺点总分

\_\_\_\_\_

优缺点总分

\_\_\_\_\_

这个测试很容易理解，当你已将答案填入计分表，分别  
将四列中的每一列的分数加起来，然后再把优点、缺点两部

分分数加起来，你就可以知道自己的大概性格类型，同时你也知道自己的组合类型。例如：若你在力量型的优缺点得分为 30，几乎毫无疑问，你应该是力量型性格；又例如：若你在力量型得分为 18，完美型为 16，其他各为 3，你将是力量型的同时也有完美型的倾向。

在读了以下内容，研究书里的资料后，你将可以取性格之长补己之短，也可以理解其他类型性格的优缺点。

测试已完成。现在你已知道自己属于哪种性格或是什么性格组合。以下是各种性格优点的概括，我可以打赌你并不知道自己有这么多优点！现在你清楚了自己独有的长处了，好好地利用吧！





## 活泼型性格 (S)

外向·多言·乐观

### 优点

#### 情感方面

予人好感  
健谈  
聚会的灵魂  
幽默感  
美好的回忆  
自如地控制听众  
情绪化及感情外露  
热情洋溢，好表现  
高兴、得意洋洋  
好奇  
舞台上人才  
天真无邪  
现实  
性情善变  
诚挚  
孩子气

#### 作为父母

给家庭带来欢乐  
被孩子的朋友喜爱  
以苦为乐  
像马戏团团长

#### 对待工作

工作主动  
找寻新事务  
注重表面  
富有创造性、多姿多彩  
充满干劲、积极性  
闪电式开始  
鼓励他人参与  
吸引他人工作

#### 作为朋友

容易交朋友  
热爱别人  
喜欢赞扬  
看似兴奋  
令人羡慕  
不怀恨  
很快道歉  
避免沉闷  
喜欢即兴的活动



## 完美型性格 (M)

内向·思考者·悲观

### 优点

#### 情感方面

深思熟虑、善于分析  
严肃、有目标  
有天分  
富有创造能力  
富音乐艺术细胞  
冷静富有诗意  
追求完美  
对他人反应敏感  
自我牺牲  
有责任心  
理想主义

#### 作为父母

订立高标准  
希望一切都做对  
保持家里井井有条  
帮孩子收拾  
为他人牺牲是自己的意愿  
鼓励奖学金及才华

#### 对待工作

预先作计划  
完美主义、高标准  
注重细节  
善始善终  
有条理有组织  
整洁  
讲求经济效益  
善于发现问题  
有创造性的解决方法  
勤俭节约  
善用图表、数据、目录  
分析问题

#### 作为朋友

交友谨慎  
甘愿留在幕后  
避免引起注意  
忠诚可靠  
会聆听抱怨  
解决别人的问题  
很关心他人  
情感丰富，易受感动  
寻求理想伴侣

## 力量型性格 (C)

### 外向·行动者·乐观

#### 优点

#### 情感方面

天生领导者  
活力充沛及主动  
急迫需要改变  
不容有错  
意志坚决、果断  
非情绪化  
不易气馁  
自立自足  
充满自信  
能运作一切

#### 作为父母

行使领导权  
设定目标  
促动家人行动  
知道正确答案  
管理家务

#### 对待工作

目标主导  
纵观全局  
善于管理  
寻求实际的解决方法  
行动迅速  
委派工作  
坚持生产  
设定目标  
促成行动  
越挫越奋

#### 作为朋友

不大需要朋友  
为团体而工作  
会领导及组织  
总是正确  
善于应变

## 和平型性格 (P)

内向·旁观者·悲观

### 优点

#### 情感方面

性格低调  
易相处、轻松  
平静、镇静、泰然自若  
耐心、易适应  
一成不变的生活  
平静但诙谐  
仁慈善良  
隐藏内心的情绪  
乐天知命  
面面俱备

#### 作为父母

好父母  
为孩子花时间  
不急躁  
宽容  
不易生气

#### 对待工作

熟悉可靠  
平和无异议  
有行政能力  
调解问题  
避免冲突  
善于面对压力  
寻求容易的解决方法

#### 作为朋友

容易相处  
开心愉快  
无攻击性  
好的聆听者  
尖刻的幽默  
喜欢旁观  
有很多朋友  
同情、关心

## 第3章

### S——活泼型



## 让我们和活泼型一起欢乐

哦，这个世界多么需要活泼型！

遇到麻烦时带来欢笑，  
身心疲乏时让你轻松。  
聪明的主意令你卸下重负，  
幽默的话语使你心情舒畅。  
希望之星驱散愁云，  
热情和精力无穷无尽，  
创意和魅力为平凡涂上色彩，  
童真帮你摆脱困境。

**活**泼型的人在黑夜里把自己高高挂到星宿上，把月光一束束盛回家。活泼型的人迷恋生活的童话，总希望

永远活得快乐。

典型的活泼型情感外露，热情奔放，他们懂得把工作变成乐趣，而且乐于与人交往。他们能从任何事情中发掘出兴奋，然后在绘声绘色的描述中，尽情回味其中的欢乐。活泼型的人既外向，又乐观。

一天，正当我和霍德——我那完美型的儿子——驾车在高速公路上飞驰，忽然发现路边长满了鲜艳的白菊花。“你看，那些花多漂亮！”我惊叫起来。他转头望过去，目光却落在一大片杂草上。“啊！是的，不过你看那杂草。”他沉思片刻，然后问：“为什么你总能看见花朵，可是我却偏偏老看见杂草？”活泼型的人总能看见花朵，他们总是期望好事情。

### 活泼型孩子

我们都有自己一系列与生俱来的性格特征，而且在生命初期便表现出来。活泼型天生懂得寻找乐趣，自小他们就已经表现得好奇、开朗。活泼型的宝宝拿起什么都能玩起来，或开怀大笑，或喃喃细语。他们还喜欢跟大伙儿在一起。

我的女儿玛丽缇属于活泼型。她来到这世界时就已经具备一种叫人欢心的幽默感。她的眼睛一睁开，便一眨一眨的，又大又明亮，闪烁着灵气。前几天我们收拾她婴儿时和学校里拍的相片，再次欣赏到她小精灵般的模样。她这副长年一贯的顽皮模样让她惹了不少麻烦，

也让人们觉得跟她在一起是一种享受。玛丽缇的嘴巴总没停歇，满脑子创造性的主意。任何一样她能拿得到的东西，她都涂上颜色，甚至连墙壁也不例外。那年我们搬家，我真想连地下室也一起搬走，因为那上面有玛丽缇的一个漂亮的小手印，是她把一瓶广告彩泼到地板上留下的。现在，玛丽缇是个传媒广告人、作家，还是个才华横溢的演说家。

### 讨人喜欢的性格

活泼型具有的才干可能比不上其他性格类型的人，机会也比不上其他类型的人多，但他们似乎总能找到乐趣。他们活泼开朗的性格和天赋的魅力很惹人喜欢。活泼型的孩子有一群群小崇拜者形影相随，因为他们都希望能参与活泼型孩子发起的行动。在孩童的时候，我们的女儿玛丽缇就经常做出惊人的事情，当其他人刚在玩玩具车时，她在我们家的小山坡上建起了一座完整的城市。在她的带领下，小朋友们建造街道，平整土地。她建的第一座建筑物是一间储备了“大富翁”游戏的道具纸币的银行。要参与这个行动，每个孩子都必须交出真正的一美元购买银行股份，而收到一些象征性的假钱。她用这些真钱购买塑料设备，再卖给其他要建造家园的小朋友。每一块地在城里的位置不同，价格也不一样；谁付的钱多，谁就能买到位置好的地皮。

孩子们就这样整天在山上叫叫嚷嚷，跑上跑下。要

不是5岁的小霍德为了凑够钱，卖给我一束野花，我还不知道玛丽缇的行动居然用上真钱。本来我们附近有好几座小山，孩子们完全可以建起他们各自的城市，而且分文不花，但玛丽缇先把她的山坡宣布为“黄金地段”，是唯一可居住的地方。

活泼型的人成长过程中可以继续吸引人们。他们会成为啦啦队队长，在校园戏剧里担任主角，甚至被选为最有前途人士。在办公室里，他们照样吸引别人的注意。他们举办晚会，布置圣诞装饰等等。生活枯燥无味的时候，他们还可以找点兴奋，搞点气氛。

作为母亲，活泼型能使家庭充满欢乐，并受孩子们欢迎。相对而言，活泼型的人比较能吸引人们的注意，因此她们乐意把最好的东西留给大伙儿分享。她们宁愿把一大群孩子凑到一块儿，挤到一个房子里，然后把动听的故事讲给他们听，而不愿意只讲给自己的几个孩子听。

在一个研讨会上，一个名字叫玛丽·爱丽斯的少妇告诉我，她仅仅花了52美元，买了400个气球和一罐氦气，便成了整个社区——确切地说是整座城市——的新闻人物。她为自己的孩子搞了个生日晚会，所有的小客人都轮流给气球充气，然后放飞。最后400个气球在市中心上空漂浮时，她的晚会便成了整个城市的话题。

但是，活泼型的人有时候会把活动搞得太过分。一个很有创意的母亲告诉我，她时常让她家里发生一些新

奇刺激的事情，所以她极受社区内的孩子们欢迎。有一天她让到她家玩的孩子们都藏起来，告诉他们后院来了大象。这时候门铃响了，那位母亲爬着去开门。来的是一个小女孩，站在门口，正好跟她脸对着脸。小女孩问她为什么爬着，她说：“我家后园到处都是大象，我不想让它们看见，你也最好蹲下。”孩子们挤在屋里，一声也不吭，那位母亲就不时把头探到窗户上察看大象。5分钟过后，她宣布：“大象都跑光了，你们可以回家了。”

她后来知道其中的一位小女孩回家告诉自己的妈妈说：“史密斯太太整个下午都得爬着，因为她家后院来了好多大象。”小女孩的母亲以为她说谎，惩罚了她。

活泼型的人记住：你们的游戏不要搞得太过分了。

### 滔滔不绝的故事大王

发现活泼型的人有一个最容易不过的方法：在一组人里面细心聆听，找出说话最多的人便是了。其他性格类型的人是在讲话，而活泼型的人却是在讲故事。

我住在康州时，城里建了一座7层的停车场。圣诞节前一天，我把车停在这座有点像开放式监狱的灰色建筑里后，独自逛商场去了。活泼型人的记忆太依赖周围环境，比较健忘，一旦东西随意放置了，比如汽车之类，想再找出来就麻烦了。我从玛茜商店走出来，面对着这座庞大的迷宫，根本记不起我把车停哪了。活泼型的妇女有一个绝招，那就是她们无助的神情常常赢得别人的



注意。我是百分之百的活泼型，盯着这7层楼，无计可施。一个英俊小伙子刚好走过，注意到我满脸迷惘，手里拿着大包小包，于是问：“有什么麻烦，宝贝？”

“我忘了把车放在停车场的哪个角落了。”

“什么样的车？”

“那也是个问题，我也忘了。”

“难道你连自己的车是什么样的都忘了？”他难以置信地问。

“我有两辆车，我忘了今天我开哪辆出来了。”

他想了一会儿，便说：“让我看看你的车钥匙，也许我能发现点线索。”

找这线索可真不简单。我得把手上的大包小包全部放下来，在路旁把手袋里的东西全部倒出来，才找到两套车的车钥匙。这时候，另一个人看到我在路边两膝着地，问道：“发生了什么事。”

第一个小伙子说：“她忘记了把车放在那边7层停车场的哪个角落了。”

第二个人问了个相同的问题：“什么样的车？”

“她也忘了。”

“她也忘了？那我们怎么找？”

我生怕他们不替我找了，连忙解释：“如果不是一辆里面黑色表面黄色的敞篷车，就是一辆海蓝色有绒座位的大车。”

他们都摇一摇头，捡起地上的大包小包，领着我走

进停车场。当我们逐层搜索的时候，有一些乐于助人的人也加入我们的行列，我们慢慢地互相熟悉起来了。当我们找到车牌写有“OFLO”字样的黄色敞蓬车的时候，我们已成了亲密无间的好友，我真的想开一个俱乐部，自己当主席。

我风驰电掣地开车回家，热切地把刚才在停车场里发生的传奇的“捉迷藏”故事告诉费特。我用15分钟娓娓动听地把故事讲完，希望他会说：“这么多人帮助我的小宝贝，不是太美妙了吗？”但是出乎意料，他摇摇头严肃地说：“我竟娶了一个竟然会在7层停车场里忘记了把车放在哪里的妻子，真丢脸。”

我马上意识到我应该把这个故事留给懂得欣赏我的幽默感的人听。

### 晚会的灵魂

活泼型的人天生希望成为人们注意力的中心。这种性格特点，使他们常常有机会参加晚会。当我弟弟朗劳只有十几岁的时候，我是他的高中演讲师。出席晚会前，我们常常先预演一下我们所要发言的提要。我会让他回顾一下近来发生的事情，他会设计一些幽默的笑料加上去。当谈及我们所准备的话题时，我们都能即兴来点幽默。我们的名声（并非秘密）家喻户晓，人们贿赂我们——甚至付给我们工钱——请我们参加他们的晚会。

一篇刊在《洛杉矶时报》上名为“租借晚会客人”

的文章谈及一些幽默机智、讨人喜欢的人，可供出租给晚会，令晚会增添不少气氛。对于活泼型的人来说，这真是一个绝好的职业，既可以参加晚会，又可以挣到报酬。

如果你花不起钱租用一些活泼型的人，发掘一下你身边的人，尽量邀请两位以上这种类型的人参加你的晚宴。不要让他们两个坐在一起互相娱乐，把他们安排在桌子的两端相对而坐，否则其他人会感到被冷落了。

### 能记住多姿多彩的生活花絮

活泼型的人通常都记不住名字、日期、地点、事情经过等，但是他们有自己独特的能力，能记住多姿多彩的生活花絮。他们可能会忘记演讲者的演讲要点，但他们却会发现演讲者穿了一件紫色的衣服，胸前正中插了些孔雀毛，旁边还别着一弯新月。他们可能会忘记他们究竟是在教堂还是在礼堂，但是他们绘声绘色地向你描述：唱诗班的领队忘记了歌词，在舞台灯前侧着身子站着，以掩饰他们的尴尬。我也通常都记不住别人的名字，但我可以借助丰富的联想，比如那个人的职业，来记住那个人。我的女儿罗兰十几岁的时候，她常带各种各样的男朋友到我们家来。我发明了一个创造性的方法来记住他们——把他们的职业作为姓。这个方法是自我认识开自行车商店的大卫时开始采用的。他的姓很长，中间有个“Z”什么的，我根本记不住，于是干脆叫他“大卫

·自行车”，区别于“大卫·照相机”。一个摄影师“狄·飞机”是个飞行员，同理你可以猜出“唐·空军”是干嘛一行的；“波比·水”在自来水公司任职，“朗·借贷”是银行职员，“杰夫·无业”是个无业游民。罗兰后来嫁给“兰地·硬币”，一个钱币学家，从此罗兰身上很少有硬币。

玛丽缇也一样，先是带杂货店的“占美·蔬菜”回家，然后是“保罗·警察”。“彼特·油漆匠”开了一间油漆公司，“曼地·金钱”腰缠万贯。

只有活泼型的人才会接受健忘的弱点，而且代代相传。

### 留住听众

活泼型的人热情直率，他们习惯于拥抱、亲吻、拍打和抚摸他们的朋友。他们认为这些接触非常自然，当他们张开双手，他们甚至没有意识到完美型的人正一步一步退到墙角去了。

我女儿玛丽缇和我们都属于活泼型，我们喜欢拥抱在一起。我们一起工作，而且享受这种亲密无间。一天，玛丽缇跟朋友出去吃午饭，然后到附近的哈里斯百货商店购物去了。下午两点多钟，我也去哈里斯百货商店，看见玛丽缇正在化妆柜前。我很自然地大喊一声：“玛丽缇，我的宝贝。”她朝我跑过来，向我喊：“妈妈！”我们手拉着手，在爽身粉专柜前互相亲吻、拥抱，就像久违

的朋友重逢一样。售货员静静地看着，玛丽缇解释说：“这是我妈妈。”

“看得出来。”她说：“你们多久没见面了？”

玛丽缇和我异口同声地说：“几个小时。”

“哦，天啊！”她尖叫：“我以为起码一年！”

活泼型的人不仅直率，他们还常常想紧紧吸引别人的注意力，让听话人思想高度集中，不会中途跑掉。还没说到精彩之处便失去听众，是令活泼型的人最难受不过的。

### 舞台上的高手

只要学会识别各种性格特点，你就会懂得在生活的任何一个领域里好好地利用这些特点。正确运用这种知识能让你避免很多误会，并且给每个人正确地“定位”。活泼型的人天生具有表演天才，像磁铁一样吸引观众和摄影机的焦点。越是冷场的时候，他们就越能尽情发挥，制造兴奋。

活泼型的性格特点，造就了很多出色的迎宾者、主持人、接待员、典型的负责人和俱乐部主席。他们能制造气氛，能激发最沉闷的人的热情。给活泼型的人一个听众，他就可以滔滔不绝。

### 天真的眼睛

只有活泼型的人才会总是睁大眼睛，表现得天真烂

漫。活泼型的人有时很天真，到年迈的时候也会表现出孩子般的单纯。他们并非比其他性格类型的人笨，只是表面上是这样罢了。

我的朋友比蒂就是个典型的例子。她有一双棕色的眼睛，但她还戴上长长的假睫毛，显得更大。戴上又长又弯的睫毛，使她看起来总是站在一双雨蓬下面一样。无论你告诉比蒂什么，她总爱睁起她那双大眼睛说：“哎哟，怎么我根本没想过？”

有一天我丈夫问我：“比蒂知道什么呢？”对活泼型的人来说，什么事都是新鲜的。

### 热情、具表达能力

活泼型的人热情、开朗，几乎对任何事情都表现出乐观和热心。无论你提议干什么，他们都想干；无论你提意去哪里，他们都想去。他们来回走动，上窜下跳，挥手致意，扭动身躯。我认识一位牧师，他时常在讲道会上异常兴奋，觉得一只手拿圣经，另一只手剧烈挥动仍不够尽兴，于是他时常踮起脚尖不停地抬高身体，有时甚至只用一只脚尖着地，站得老高。如果你没有被他的讲话吸引，你一定会留心他这个杂耍动作能做多久。

一个女孩这样描述她的活泼型的家：我们是在一个墙壁里渗出热情的家庭里长大的。

我有一个叫高莉的朋友经营几间美容店，她告诉我说想雇用一些活泼型的发型师，因为只有这种类型的发

型师才能在众多挑剔的顾客面前照样热情高涨。未到下午，他们的位置就乱七八糟了：发卷到处乱放，互相借用梳子，但他们每天都尽展所长，而我只需雇用一名清洁女工，每天晚上把东西收拾好。

“突出”这个词一定是为活泼型而造的，因为他们的每一个意念，每一句话都超出平常，不同凡响。儿童剧主角肥猪小姐有一句新潮的口头禅恰恰说中了活泼型的特点：“再多也是不够的。”

### 好奇

活泼型的人都很好奇，他们不想错过任何事情。一帮人在一块儿的时候，如果一个活泼型的人正在和别人谈话，突然听见房子里有人喊他的名字，他会毫不犹豫地停下来，转向那个声音。活泼型的人常常像一台正在调频的收音机，一会儿这个电台，一会儿那个节目。他们的思维飞快地从一个话题跳到另一个话题，从不遗漏。

他们总是想知道任何事情，秘密会使他们疯狂。他们窥看圣诞礼物时总会发现令人惊异的东西。

活泼型的人想调查任何他们不知道的事情。一位女士告诉我，有一次她雇人重铺屋顶的木板，可是她不知道工人怎么铺的，所以她决定爬上梯子看个究竟。试想工人们看见她在屋顶出现，并向烟囱爬去的时候，是多么的吃惊，工人们劝她下去以免摔着了，但她说想学学如何铺屋顶。一个工人扶她到烟囱旁边，好让她在那里

坐着看。当她兴高采烈地提问题、打手势的时候，她突然失去平衡，向后一歪，掉到烟囱里去了。她大声尖叫，工人们马上爬过来救她，四个大汉一人拉一只手或脚，才把她拉出来。她整个背都擦伤了，白色的裤子上全是黑灰，工人们把她扶到梯子上，其中一个说：“我们用不着你来制造气氛。”

### 像长不大的孩子

活泼型的人总希望像孩子一样，原因之一是他们以前都是很惹人喜欢的孩子。他们被父母和老师宠爱，因而他们不想离开这种“焦点人物”的生活。另一个原因是他们根本不想长大。其他性格类型的人总希望远离童年，然而，活泼型的人却喜欢幻想世界：女孩都是白雪公主，男孩都是白马王子。在故事里，王子从来不干活，他们只是骑着白马去看日落，从来不必去找工作，年龄带来责任，而活泼型的人天生不喜欢自己过早平静下来，总之越迟越好。

### 自告奋勇的工作者

活泼型的人总希望自己事事都能帮上一把，受大家欢迎，因此他们事事自告奋勇，不计后果。在一个晚会上，莲达和华力斯正谈论找保姆的事情。莲达需要为5个孩子请个整夜工作的保姆，请华力斯出点主意。华力斯属于活泼型的人，他自告奋勇地说：“别操心，莲达，



我们会给你找一个。”时间越来越近了，莲达打电话追问“我们”的事情怎样了，那时她才发现华力斯去了欧洲度假。不要与活泼型过分计较，因为他们可能忘记了他们曾毛遂自荐过。

一天晚上，我和费特在纽约给一群人上性格类型的课。我谈及活泼型是怎样的自告奋勇，但行动又没有跟上。比如，我说：“如果一个活泼型的人说今天晚上煮咖啡让我们休息的时候喝，我们会发现他连咖啡壶的电源都忘插了。”就在这时，坐在前排的一个大眼睛的小女孩尖叫起来，然后她跑过通道，跑进厨房里去了。她属于活泼型，自告奋勇煮咖啡，但是连电源也没插上。那天晚上我们没东西可喝了。活泼型的人喜欢自告奋勇，他们本意是好的，但是要想喝咖啡，还是自己动手好了。

### **多姿多彩的创造力**

活泼型的人脑海里总是充满新奇刺激的主意，每一天的挑战启发新的创意。在任何会议中，活泼型的人总能发动思维，让会场充满想象力，然后选择一个独特刺激的主题。

罗兰读二年级的时候，她告诉老师“我妈妈总能为晚会搞点新意。”因此我被选为晚会母亲。我的第一个任务是组织万圣节晚会，罗兰反复提醒我她向大家许诺了，我能搞点新意出来。

孩子的自信激发我的灵感，我开始筹备一个令所有

二年级学生都终生难忘的万圣节晚会。罗兰对那些卖果酸和泡沫杯的母亲们不以为然。于是我准备了橙汁宾治盛在一个大玻璃碗里，用一些小水晶杯绕着。当我为这个主意构思时，我想起了一个浮冰圈，嵌上蜜饯南瓜。晚会当天，我到饼屋取来订制的上面有可爱小黑猫的小蛋糕，特别的万圣节餐巾和给孩子们戴的晚会帽子。我做了三加仑新鲜的橙汁宾治，放到一个开口的塑料桶里面，还有一个冰圈在上下浮动。我把所有的小蛋糕放到车子后排地板的一边，把塑料桶放到另一边。

我是个活泼型的人，经常迟到。我穿上为晚会准备的衣服后，便匆匆开车上路。从家到大街那段路基本上都是下坡路。当我正要转弯驶上大街，另一辆车从侧面冲过来，我马上刹车。当我听到一声像海浪拍打岩石的声音后，我知道晚会全完了。我颤颤惊惊地向后排望去，发现后排是一个橙汁的海洋，28个小黑猫蛋糕浮来浮去，挣扎着不沉下去。

我迟到了，头发蓬松，衣服起皱，手里提了几包果酸，一盒香草威化饼，左手还套着一个冰圈。整个晚会罗兰都在哭。我再也没有被邀请为晚会之母了！

活泼型的人总能创意无限，但她们也需要一些理性的朋友帮忙才行。

### 启发并吸引别人

活泼型的人精力充沛，热情奔放，擅于吸引和启发

别人。哈利·徐曼曾经说过，领导能力是激励别人工作，同时让他们热情工作的能力。这个判断是对活泼型特点的总结，揭示了他们特别的领导风格。有效率的活泼型提出主意，然后吸引其他人付诸行动，做出结果。只要活泼型的人了解自己的特点，他们就会认识到自己是“发动者”，他们也需要朋友来充当“完成者”。

活泼型的政客能激发成员的信心，并让他们施展工作的天赋。真正聪明的活泼型能够让人们不计报酬地为他们工作。我弟弟朗劳从童年时就已经有这种才能。我很早就发现他有吸引和启发别人的能力，直到后来我才听说“活泼型”这个词。朗劳充分运用机智和吸引力，尽量避免工作。朗劳在韩战期间参军了，并被一艘巨型的军舰运送到海外。离开三藩市的头一晚，他听到一项通知：“明天早上你们全部在甲板集中，并且接受旅途的任务安排。”

活泼型的人会不惜代价地避免工作。朗劳于是炮制了一个可以避免洗甲板的计划。第二天早上，所有人集中到一起。朗劳带了一块写字板、一张纸和一支笔，站在分配任务的中士身旁，“你们10个人打扫厕所，你们20个人刮油漆。”中士一一分配任务。除了朗劳在旁边做着笔记之外，所有人都被分了组并且投入了工作。中士沉思了一会儿，问：“你在这担任什么工作的？”

“我是负责特技表演的。”他用一种权威的声音回答道。

“我没听说过有这样一个安排。”中士有点吃惊地说。

“哦，对。”朗劳解释说，“靠岸前一晚将会会有一个激动人心的表演，但我得用整个旅途来筹备。长官，你刚才分配工作的时候干得真够漂亮的，再见。”就凭这几句肯定的话，朗劳逃过工作，大肆轻松了两个星期。他在甲板上游游荡荡，看到别人在刮油漆，他问他们有没有什么特长。令人咋舌的是在陆地上从未开腔的人，在海上居然成了歌手。朗劳在写字板上记下了一串姓名。旅途的最后一个下午，他把那些人召集起来彩排“特技节目”。他们运用自己的幽默对白把多个节目串联起来，融为一体。那天晚上，所有人都兴高采烈地参加了这个晚会。根本没有人对他的任务表示怀疑。表演确实为呆板的旅途生活带来了高潮。一个星期后朗劳收到了政府颁发的羊皮纸奖状，表彰他在船上为提高军队士气作出了贡献。

只有活泼型的人才能轻轻松松地度过两星期的时间筹备节目，并且因此而受到表扬。

### 容易交友

对活泼型的人来说是没有陌生人的，说一声“您好”，他们就成了你的朋友。别人还在犹豫甚至退缩的时候，活泼型的人已经跟身边的人谈起来了。在超级市场排队付款的时候，我会不例外地与别人交谈，我要做的事是看看别人的篮子，然后找些话题聊起来。

一天我和我那只有十几岁，属于完美型的儿子在超级市场里排队。我注意到站在我们前面的女士拿着一篮子面包，我觉得有点不同寻常，于是问她为什么买这么多面包。她告诉我她准备参加教堂晚宴，她负责带面包。我又问她去什么教堂，接着我们很快便讨论起教堂的问题来了。我觉得时间过得很快，我们分手的时候已经是朋友了。我们去取车的时候，我儿子霍德说：“跟你上商店真够尴尬的。”我把眼睛睁得老大，不解地说：“什么意思？”

“你刚才问那个可怜的家伙为什么买那么多面包，人家买面包跟你有什么关系？我再也不跟你一起排队了。”

一个活泼型的人觉得他友好的特点是一个财富，但其他性格类型的人则不一定同意。一天晚上我们出外吃饭，我离开费特和另一对夫妇去上洗手间。洗手的时候，我看见一位小姐在塑料椅上坐着，于是问她：“需要帮助吗？”她仍在不停地抽泣，我坐到她旁边。原来她是个新娘子，刚刚跟她丈夫吵架了。我想了想问题所在，然后就教她怎样跟丈夫道歉，并把她送到她丈夫那里。我回到桌旁，费特问我为什么去了那么久，我告诉他们我认识了一个需要帮助的朋友。和我坐在一起的那位女士异常吃惊地望着我说：“和陌生人在洗手间里交朋友不是很危险吗？”对于具有其他性格特点的人来说，和陌生人在洗手间里交朋友也许是危险的，但活泼型的人很容易交朋友，即使是在洗手间里也一样。

## 令人兴奋

活泼型的人做事总是带着热情，他们的生活显得比别人更为刺激。不是因为他们所做的事与众不同，而是他们对事件的复述使事件本身生色不少。

一次在飞机上，一个活泼型的人刚刚坐到我身边，就马上开始谈论好莱坞明星，仿佛他很熟悉似的。

“钟·卡佛不是很令人恶心吗？竟然有这样的女人，真给我们镇丢脸！苏珊·荷胡去世的时候，我就知道整个好莱坞都完了。上次我在机场跟她在一起，她太漂亮了。我跟随她走过通道，眼睛无法离开她那把红头发，她走起路来就像个女王。我们失去比蒂·戴维斯的时候，我知道什么都完了！”

他停下来换了一口气，我趁机问他是否是好莱坞的制片商，他说：“哦！不，不，我倒希望我是。我在美洲航空公司当柜台员，所以见过很多明星。”

这是一个活泼型的柜台员完全从他自己的角度对好莱坞女王的评论。活泼型的人干什么事都很兴奋，让其他人羡慕。实际上，他们比起那些羡慕他们的人，真正的经历可能还要少。

活泼型的人有能力把任何简单的事情变成大新闻。一天晚上，我们全家都聚在罗兰家的客厅里，玛丽缇决定做爆谷吃。她跳起进入厨房，后面还跟着4岁大活泼型的兰特。大约过了10分钟，小兰特冲进客厅，眼睛睁

得又大又亮，就像车头灯那样。

“来看看我们的爆谷，他们爆起来了，到处都是。”

我们跑进厨房，看见爆谷就像有绒毛的火箭一样从气罐顶上冲出来。我们都拿起碗，想接着冲出来的爆谷。玛丽缇在气罐里放了太多的玉米，她把气罐关上闸后，便到浴室去了，只留下兰特看着。这个过失引发了一个热闹的游戏。我们在想方设法接着爆谷的时候，小兰特还以为，做爆谷就应该是玛丽缇那样的。

## 第4章

# M ——完美型



## 让我们与完美型一起统筹

哦！世界多么需要完美型！

洞悉人类心灵世界的敏锐目光，  
欣赏世界之美善的艺术品味。  
创作前无古人之惊世作品的才华，  
工作忙乱时细微的观察。  
思维缜密，始终如一的处事目标。  
只要事情值得做，必定有做好的决心。  
任何事都做得有条不紊、圆满成功的理想。

**在**我了解到各种人有不同性格特点这个道理之前，我从不欣赏与我不相似的人。我需要那种嬉戏人间的生活方式，而且我太自以为是，我看不到自身的不足，不知道自己也需要帮助。懂得自我剖析后，我开始认识到



自己是一个意识独特的人，但同时不擅于连贯的行动。我开始欣赏费特的深度、热诚、组织能力和安排。我开始认识到自己需要像费特那样的助手和能够洞察世情的完美型朋友。

即使在婴儿阶段，完美型的人似乎已经懂得深思熟虑。他们很文静、随和，喜欢独处。他们自始至终认真依计划办事，与组织能力强的父母亲心有灵犀。嘈吵和混乱会使他们心烦意乱，环境的改变及计划被打乱使他们无所适从。

我们领养霍德的时候，我们对他的性格一无所知，并没有认识到他完美型的性格特点。社工告诉我们他是个严肃的婴孩，他似乎从来不会笑，才三个月大，就好像常在分析问题。这种性格在他一生中始终如一。在少年时期，他就严肃认真，值得信赖。他时常对玛丽缇轻率的态度感到不满。他并不认为生活有很多欢乐，也从不相信用微笑就可以迎接清晨的来临。他性格内向，擅于分析，即使生活在一个外向乐天的家庭里，也丝毫改变不了他的性格特征。

完美型的成年人是个思想家，他们对待目标严肃认真。他们强调做事的先后次序和组织，他们崇尚美感和才智。他们不会一时冲动，寻找刺激，反之，他们会为自己的生活作长远且最好的安排。如果这世界少了完美型的人，我们会少了诗歌、文学、哲学和音乐，埋藏于我们性格深处的教养、品味、才干便会失去；世界

可能少了很多工程师、发明家、科学家，我们的经济和资讯都会失去平衡。

完美型的人是人类的灵魂、智慧、精神、核心。哦，世界多么需要完美型！

### 有深度、富心思、善于分析

活泼型属于外向型，那么完美型就是内向型。活泼型的人喜欢说话，把所有情感都表露出来，那么完美型的人就是有深度、富心思。活泼型带着玫瑰色眼镜看世界时，完美型却天生悲观，总是预料将来要面对的问题，预计工作的成本。完美型喜欢寻根问底，他们不会只满足于看到事物的表象，总要探求事物的内涵和真相。

活泼型好谈话，力量型重实干，和平型爱旁观，完美型爱思想、筹划、创造、发明。完美型的孩子只要预见到将来的结果，便会对目前的事情一丝不苟。完美型的人能够坐在钢琴前练几小时基本功，力求技术完美；而活泼型的孩子可能仅仅弹完两次“练习曲”，便盖上琴盖玩去了。

深层思维对完美型很重要，他们从最基本点观察生活。完美型的儿童老是要研究玩具，分析游戏。他们喜欢自己动手，为复杂的问题找出答案，即使是计划娱乐活动，也要有深远的意义。

在学校里，完美型喜欢学期论文和研究项目。他们宁愿单独工作，因为讨论会减慢进度。他们喜欢从未正

式研究过的论题，他们跟擅于统筹的教师心有灵犀，并以一定逻辑方式安排日常生活。

我丈夫费特童年时在家里是唯一喜欢烹调的人，他喜欢分析研究改进的方法。我认识他的时候，他正参加一个在纽约市史道佛餐馆举办的管理人员培训。在那里他的分析技巧得以充分的发挥。他喜欢烹调，且是全小组里唯一渴望厨艺的人。他喜欢午饭时走进喧闹的厨房，然后把厨房搞得井井有条，带领小厨工做得尽善尽美。

有时他把这种技巧表现得过头了。我们新婚不久的一天，他看完我做饭后，说：“你做了42个不必要的步骤。”我很可能是这样，但我确实不愿意听到他这样说。

史道佛最欣赏费特的地方，是他能够分析餐馆的问题所在，然后不声不响地妥善解决。他是一个胸怀大志、年轻有为的行政人员。他喜欢自豪地站在餐馆一端，察看侍应生没有系好的领结，墙角上挂歪了的画框，桌子上没放好的盐和胡椒及旁边没有摆正的椅子。然后他回到家里，眼珠一转——你可以想象接着会发生什么事了。

完美型的人喜欢从事一些可以被人们欣赏他们能力的职业。他们分析生活的问题，深度、心思和分析是他们的优点。但如果把这些特点极端化又会令完美型人过于计较细节，没完没了地评价别人的表现。在完美型人的眼光下，其他人会变得紧张烦躁。

### **严肃认真、目标明确**

完美型是严肃的人，他们有长远目标，只喜欢做一些有长远目标的事。很不幸，他们通常都与那些喜欢生活情趣和细节的人结婚，那些令他们的配偶兴奋的琐事，常常使他们觉得索然无味。

我的女儿罗兰新婚不久，约我去看地产楼盘。我们并不在意是否要买一套回去，即使是看看也其乐无穷。没有一个楼盘是完美无缺的。到中午时，我真恨不得马上把我们的见闻一一向费特细说。我大步走进他的办公室，坐下来，把当天的所见所闻告诉他。我如数家珍般把每一个细节都陈述出来，过了一会，费特令人失望地发问，好像他决意要堵住我的话闸一样：“罗兰买了吗？”

我不想回答，因为我再也无法继续我的描述了。

“啊……”

“他们买房子了吗？”

“没有，但是……”

“别但是了，在繁忙的日子里，我没有时间听那些他们并没有买的房子的描述。”

回家后，我认识到完美型的人不会花一个小时的时间来听琐事，而这些琐事简单得很——可以用一个“不”字来概括。

天才亚里士多德说过：“所有天才都有完美型的特点。”作家、艺术家和音乐家通常都是完美型的。他们天

资聪颖，潜能若被恰当地激发，得以发挥，便产生了巨人。尽管米开朗基罗早已去世，不可能接受我们的测试，但他毫无疑问是完美型的。

他在创作经典的摩西·大卫和彼亚塔等雕塑前，深入研究过人类的体形结构，在停尸房里亲自解剖尸体，研究肌肉和筋腱。他比同时期的雕塑家都研究得深入，因此他的创作在当今仍被推崇，并被视为珍品。

如果要塑造一座雕像，我一定会热血沸腾地大力砍凿大理石，把那些不像大卫的部分全部削去。如果运气好，我的作品或会暂时摆在潘牧加邮局的旁边。但是，彼亚塔塑像直至今天仍然为圣彼得大教堂增添光彩。

米开朗基罗还是个建筑师，他也曾经写诗，他在罗马梵蒂冈西土庭教堂天花板创作的壁画，至今仍然举世闻名。这些总共9个场景的旷世之作选自《圣经》里的《创世纪》，是他花了4年时间（1508—她告诉我她准备参加教堂晚宴，她负责带面包。1512年），躺在离地面70英尺高的工作台上完成的。

试想如果米开朗基罗是活泼型的人，事情会怎么样？他事前可能根本没有计划，从天花板的一角开始画起，想到什么就画什么。他爬上了小棚架，才发现原来忘记了带红颜料，只得又爬下来。在上面呆了几天后，他可能雅兴全无，一溜烟地放弃工作，让亚当只靠一片无花果叶遮蔽身体。但米开朗基罗是完美型的，今天，他仍被公认为是有史以来最有创造力的天才之一。

如果你是属于完美型的，你是否竭尽全力，尽情发挥你天生的才华呢？

### **有天赋、有创造力**

完美型是最有天赋、最具创造力的，他们可能有音乐、哲学、诗歌、文学等多方面的才华。他们识英雄，颂英雄，为感情挥泪。他们为伟人壮事而动容，为大自然的奇迹而惊叹。他们沉醉于交响乐，为重低音而感到震撼。他们完美的程度越高，越需要更多的立体声设备。

在最近的一次研讨会上，我们按性格类型把大家分组，费特决定看看完美型组里究竟有多少人具有音乐细胞。他请主席数一数房子里有音乐细胞的人总共有多少，然后报告给我们。主席回来时，说：

“我们的第一个问题是为音乐细胞定义。我们中的一些人认为音乐细胞表示有音乐才能，其他人认为应该包括喜爱音乐的人。分析了一会儿后，我们决定按照两种分类来计算：一类是喜爱的，另一类是有才能的。我问有多少人喜欢音乐，18个人举手，我正要写下来，一个年青人问：“是喜欢古典音乐还是现代音乐？”人家的意思都不尽相同，所以我们重数一次：喜欢古典音乐和喜欢别的音乐的各多少人。

我们开始另一类问题。我问多少人具有音乐才能，15人举手。这时候一个女士问道：“需要玩过一下什么乐器吗？我中学的时候玩过单簧管。”我正要决定的时候，大

家又讨论开了。当我们又打算开始数一下哪些是现在还玩的，哪些是以前玩过的，一个男人问：“如果我明天准备参加钢琴班那怎么办？”这时，时间够了，我也该告辞了。

如果把这类问题交给活泼型，他们会把问题忘掉。要是力量型当主席，他会问：“你们当中有多少人有什么音乐细胞。”并且很快就数人数。而和平型的人却会说：“有和没有有什么区别吗？”只有完美型的人才会花十几分钟为音乐细胞定义，然后设计出一个共分5个单元的报告。

### **喜欢清单、表格、图示和数据**

我们或许偶尔会列一些清单，但完美型的人把清单、表格、图示看作是生命的重要部分。完美型的人喜欢很有条理地看数据，而活泼型注重的是人；完美型从总体上看问题，活泼型只看一个项目。

惠芸告诉我她喜欢表格和图示，认为如果人们都理解这些东西，他们也一定会喜欢。她花时间去解释其中的道理，很不理解有些人为什么会对极好的图示和丰富的表格无动于衷了。

对其他人来说，办事有条不紊能帮他们取得更大的成功；对于完美型的人来说，这个特征是生活的基本要素。在费特的衬衣袋里有5寸×3寸的卡片。卡片的内容每天更新，上面的具体事情办完了，他就会在上面打个

杠杠。他口袋里同时装有 6 种不同颜色的笔，在外衣的口袋里加上 3 支铅笔和一支附有内置照明灯的钢笔，可以在光线阴暗的餐厅看菜单，在黑暗的电影院里找东西。他裤子的右前袋里总有一个小刀和刀片，左前袋有一个订书机。手绢在左后袋，钱包在右后袋。他早上出发的时候，就把一切都准备好，裤子永远是鼓胀的。

从底特律来的巴巴拉告诉我，她为女儿的婚礼做了充足的准备工作。她花了几个月时间，列出整个典礼的过程，以及说明每个家庭成员所负责的任务。她把门铃贴上胶布，不让人按，在大门前放个牌子：婚礼进行中。她把电话的电线全部拔掉，寄给领座员组长一张详尽的时间表。她还准备婚礼进行曲一奏起便关掉空调，以免里面的风叶发出噪音。在旋转楼梯的顶部，她还给新娘子发出最后的提示：一个提示牌上写着“微笑”。

### 在乎细节

有些小事情我们根本没注意到，完美型却很在乎，比如说卫生纸。我以前习惯了随便把卫生纸放到卷轴上便算了，直到后来费特提出我又做错了。“什么意思？”我反驳，“放得好好的，不是吗？”

他说：“是放好了，但是你把它弄成向后卷了。”

仔细看了很久，我也看不出卫生纸怎么会向后卷，但他告诉我手纸本身会从前面掉出来——不是吊回墙那边去，用不着你伸手进去拿。我想虽然向后卷手也不需



要伸得太多就能拿到，但是还是同意采纳他的意见，按他的方法做了。

几年后，印花的卫生纸面世了。费特异常兴奋地告诉我如果我把卫生纸方向放对了，小花蕾就开放得很自然，如果方向放错了，他们看起来就跟瓷砖脸对脸了。我不得不承认他是对的，于是他也觉得轻松多了。现在我在别人家里看到卫生纸放错了觉得很不舒服，连忙给反过来。

每次费特在研讨会上跟别人提起这件事的时候，我都会吃惊地发现好几个完美型的人感谢费特，说他终于让他们的配偶知道放卫生纸只有一个正确途径。

完美型的人对细节特别留神，所以是活泼型的最佳旅游伴侣。他们能保管好机票、行李，记住从第几号门进去。

完美型是委员会的财富，因为他们能提出活泼型说不出的问题。比如说，你能为这个项目付足够钱吗？租礼堂需要多少钱？总共有多少人来？你要收多少钱？搞这个活动有必要吗？没有完美型的人平衡，很多委员会就会因为热情高涨而忽视成本，导致失败。

### 有组织、有秩序

活泼型是在寻找乐趣，而完美型则是在追求有条不紊；活泼型的人在乱七八糟的厨房和桌子上也能工作，但完美型什么都要井井有条，否则不能工作。

一个小女孩告诉我，她有一份校外工作，是给一位女士打扫卫生。她完成了工作，把所有的瓶子都放到橱柜里。正当她想走的时候，那位女士把她叫回来，说她还没把东西放好。这位女士给她看了一张纸，上面划了一些圈，说明每个瓶罐都应该放在哪里：圆的放去渍剂，方的放玻璃水，三角的放洗衣粉，大圈的放漂白粉。她把东西都收拾好了说：“当你把东西都收拾得井井有条，以后每次要拿都能很容易拿到。”

完美型喜欢井井有条的橱柜。费特的短袖衬衣、针织衬衣和礼服衬衣分开放好。他每一条裤子都挂得好好的，各自配上皮带，所以他从来不会拿一条裤子的时候抽出两条皮带，也不会匆忙中找不到合适的皮带。他的夹克和裤子轮流摆放。晚上脱下来了，他就挂到左边去，第二天他在右边选择，这样他就可以保证每天式样不同又配搭对称了。

他的鞋子在鞋柜里摆得井井有条，他每月擦一次鞋子。

我刚刚嫁给费特的时候，我都为他叠衣服，总是不知道衣服是否放好了，能否关上柜子。一天费特对我说：“我感谢你给我叠衣服，不过下次最好让我来放好了。”我问：“我做错了吗？”他说我把他的袜子随便卷起来，扔到柜子里去便可以了。然后他把袜子全部对折叠好，向同一方向摆放。他把一切都做好后，他的柜子刚好把全部东西装起来，就像拼图那样。

差不多 40 年了，我还掌握不了完美型的叠衣方法，宁愿把东西随便塞到一块。这样，找衣服本身也成了一种乐趣了。

一个完美型的妻子为他当医生的丈夫的社会活动安排了一个双重档案。一个档案盒里以场合分类，比如“1975 年圣诞节”，“1980 年复活节”，上面写了所有参加者的名单以及菜单。另一个盒子以字母顺序排列客人的名字，每一张卡列明每个人来的日期，他对菜单的意见（如果有的话），还有一栏表示客人是否发了感谢卡来了。在后面是她应邀作客的记录，14 年来的每一次晚宴，她都记得清清楚楚。

对于不属于这种性格的人来说，很有必要知道一下组织和秩序对于完美型的重要性及其对我们的有益之处。

### 干净整洁

完美型通常穿着整齐，男士穿得很得体，女士把每一簇头发梳得恰到好处。他们总希望周围的环境整洁。他们甚至跟在别人后面捡丢到地上的垃圾。十几年前我和费特去欧洲，同行有两位活泼型的女士。她们对博物馆和天主教教堂情有独钟，不停地照相，她们带了整箱的宝丽来底片。导游告诉我们准备去下一景点时，她们还在门廊前摆姿势拍照。她们取出底片，把盒子一丢，便去另一个地方照相了。费特的公德心不会容忍丑陋的美国人把盒子乱丢在欧洲大地上，因此他在她们后面跟

了有两个星期，为她们清洁那些城堡。有一次他想让她们知道丢垃圾是多么不文明。

“对不起，你们把这个扔到地上了。”

她答说：“是啊，有什么了不起的。”

小霍德从婴儿的时候起就表现出完美型的特点，他时常从床栏的后面看我们。学走路的时候，他小心翼翼地玩玩具，睡觉之前会问是否已经把小卡车排好。他总把小被子摆得好好的，有时甚至起棱起角，他把绒毛玩具靠着枕头放好，如果有人碰过，他一定知道。

一个完美型的小伙子告诉我他曾经跟一个活泼型的姑娘约会。他准时到她的公司接她，他惊讶地发现她桌子是乱糟糟的，而且她正忙于工作，连他们的约会都忘记了。他坐下来等，发现旁边的桌子很整洁，行事记录清楚，一支支铅笔笔尖向上排好，写有“IN”和“OUT”的篮子是空的。这时桌子的主人，一个女孩回来了。他开始跟她谈话，她穿得很得体。他突然醒悟到他原来找错人了。第一位姑娘做事乱七八糟的，所以他跟第二个姑娘吃午饭了。从那天起他们开始约会。

### 完美者——高标准

完美型的座右铭是：如果值得做，就要做得好。这与他们做得多快无关，而与他们做得多好有关。质量总比数量重要。如果一件工作由完美型的人负责，你便知道这件工作会做得很好而且能够准时完成。

仙蒂告诉我，她完美型的丈夫菲尔想给房子油漆，他明白只有他自己才能做得好。他开始先把木板一块块拆下来，这个工作花了整整一年时间，这一年里房子又空又难看。年底，他把房子油漆得漂漂亮亮，但后来他们搬家，把房子卖掉了。她承认因为油漆漂亮，房子卖了好价钱。

一个完美型的报童拿出很多很皱的钞票给我看，他告诉我他总是把收来的钞票熨平，因为他讨厌皱巴巴的钞票。只有完美型的人才会用蒸汽熨斗熨平钞票。

我认为自己是个干净的主妇，但我完美型的儿子霍德却认为我不合他们的标准。一次我和玛丽缇去旅行，霍德如释重负地松了一口气。他抬起头对着爸爸说：妞儿们都走了，我们可以把屋子收拾整齐了。头一天晚上他吸尘，擦亮居室的家具，把架上的小雕像摆整齐，充分表现出他的完美型风格。

倘若有一天平庸被当成优秀接受，完美型一定会发出模范的光彩，提醒世上还有高标准的存在。

## 节俭

完美型的人从不浪费，他们喜欢讨价还价。费特从报纸上整齐地剪下折价优惠券，存起来留作以后用。如果是我，我就会用手撕下来，拿着这张又旧又皱的纸到商店去。费特最高兴的是他得到一张每磅咖啡减价一美元的优惠券，或听说超市举办“双优惠日”活动。如果

有一张双重优惠券，他就会异常高兴，因为他实际上只需花 37 美分便可以买到一瓶咖啡了。活泼型从来不把优惠券带回家，完美型的人保证自己得到应得之物。

费特不但喜欢折扣，而且检查垃圾桶，看看我有没有扔掉还有使用价值的物件。他会说酱料瓶洗一洗还可以用，我扔掉的烂香蕉正合适做香蕉面包，旧扫帚还可以再扫几天。如果我不想让他把东西捡回来，我只得拿到隔壁，把东西藏到邻居的垃圾桶里。

我祖母以前喜欢收集线头，她有一整罐线头，写着“太短不能用”。我认识一个完美型的女士，她每天把剩饭菜盛到塑料盒里，她在上面写上名称和存放日期，然后放到冰箱里。她把今天的放在后面，把昨天和前天的推到前面。她就是这样每天吃剩饭菜，绝不浪费。

### 深深的关心和同情

完美型对别人关心体贴，热心助人。活泼型总希望成为注意力的中心；完美型的人却在观察别人，对别人的困难很关心。一个完美型的朋友告诉我她曾为一整架飞机上的越南孤儿流泪。她为他们担忧的时候，她力量型的丈夫问：“你哭什么？这些孩子你一个也不认识。”

我们游行的时候，费特被一个在旁边写着“永恒的光荣”的牌子深深打动，想起那些为祖国捐躯的美国人，不禁感慨良多。而我却左顾右盼，想找个熟人，游行后好好地聚一聚。

完美型是做律师的材料，他们善解人意，他们愿意聆听别人的困难，分析他们，找出有效的解决办法。活泼型耐不住性子听完别人的倾诉，不愿意卷入任何忧愁，但完美型的人却感性真诚，乐于助人。

### 寻找理想伴侣

完美型的人是完美主义者，他们要求完美的配偶。他们交友谨慎，宁愿只有几个知己，而不愿像活泼型那样，有太多熟人。

费特决定向我求婚前，列了一个表格，写出他理想中妻子的条件，把我逐条评估，发现我百分之九十达到他的要求。他认为他能够慢慢改变那百分之十。结婚后怎样呢？小缺点变大，当初欠缺的优点，恰恰是不可缺少的。

后来费特对我的表现大失所望。他告诉我关于表格的事时，我大吃一惊，原来他竟然为了求婚制了个图表，更沮丧的是他觉得我不合格。如果我当时懂得性格特征，我会明白他的图表以及他追求完美的愿望，他也能认识到这些标准对于活泼型是太高了，这样我们就可以省却诸多的麻烦。

我在维帝尔的研讨会上谈这件事的时候，一个漂亮女孩走过来跟我们谈话。几年前，她也列了一张清单，列明理想丈夫的12项标准，并且将这些标准与男朋友们一一对照，其中最好的小伙子达到9项。她跟他订婚已

达7年之久，正等待他改进。我们建议她要么学会接受他的现状，要么放弃他，好让他也找到一个达到9项或连9项也达不到的女孩。后来她告诉我们她解除婚约了。追求完美是积极的生活目标，但我们又不得不认识到完美难求。

完美型是理想化的、有组织和目标明确的人。





## 第 5 章

# 让我们看看情感

时间到！（几分钟的反醒）

**现**在你们一定对乐天开朗的活泼型和深沉、擅于分析的完美型有一定的认识了。这两种性格的生活目标和行为都截然不同，但他们有一点是相同的，他们都感情丰富，易受环境影响。活泼型凭感觉生活，其生活变幻无常，起伏不定。一个典型的活泼型在半天时间里可能会动情地哭 6 次，任何事情不是好就是坏——没有中间过渡。当孩子从椅子上掉下来的时候，活泼型的母亲可能还在兴高采烈地听电话，她尖叫：“他不想活了！”然后丢下电话，抱起孩子满屋子跑，一边尖叫着，一边找止血贴，这时候门铃响了，是牧师到访。她请他进屋，然后匆忙地把孩子放到小床里，扔给牧师一条手巾帮孩子把血擦掉，又说：“你还敢哭，牧师来了。”她扫视了客厅一下，然后甜甜地一笑，“今天还好！”你感受得到

活泼型生活的情绪起伏吗？如果你想替活泼型的感情画一幅图，他们是起伏不定的。



完美型冷静旁观这种疯狂的生活，冷冷地批评道：“如果她能冷静下来……”或说“如果他能控制情感……”

### 拉长了的图形

完美型的人认识不到他们也是感情丰富的。只是高点更高，低点更低，整个图形被拉长了。比方说完美型正在情绪的中位点，暂时还没有让他烦躁的事情。有一次他伸手拿午饭袋，发觉活泼型的妻子忘记给他做三文治。他叫她立即做，她一块一块地把面包撕出来，然后放到一起；她一边把肉夹进去，一边用嘴舔手指头。他在心里说：“多不卫生。”但他并不像她那样情绪化，于是保持安静。她一边拿起三文治，一边从柜子里抽出袋子，袋子粘在一起，她使劲一抽，这个动作使她在厨房里退了几步，连三文治也掉在地上了。她一块块拾起三文治，重新叠好，说：“不干不净，吃了没病。”这时候，完美型的胃在翻滚，他想：还是去麦当劳吧！

他离家而去，很不高兴，但依然保持沉默。第二天

她又忘记做三文治了，他告诉她，但已开始自己动手做。猪肝肠太湿，面包又太干，这是因为她没把猪肝肠包好。他不悦地向她指出，她哭起来了，太情绪化，太不稳定了。

第三天他自己动手做三文治，他已经买了配料，这时候他听见她在电话里有说有笑，他怒火中烧，因为现在她应该来看看他。他连再见也没说就走了，还使劲把门关上。他得给她点颜色看看。晚上回到家，他不哼一声。她问他发生了什么事，他仍然不作声，游戏继续着。

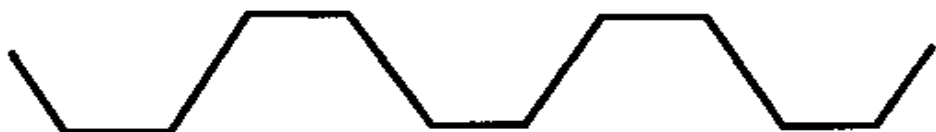
他闷闷不乐达一星期之久，她终于悟出来，原来是因为她忘记给他做三文治。她大喊：“你竟然为了一块三文治，一个多星期不理我？”

他更加觉得抑郁，情绪低落，不明白她为什么这样情绪化。结果她尽职尽责地做了几个星期三文治，他的情绪又返回零点。看到了吗？他们都是情绪化地受环境影响。活泼型在一分钟里起落，完美型的人在一个月里起落。

### 诸多相同

每个人都认为别人感情用事。完美型能够证明活泼型神经过敏，活泼型也认为只因为一点小事而情绪低落的人难以想象。现在他们开始了解他们的感情模式，他们会发现双方有许多共同点。他们都情绪化，但步伐不一致。当他们能够把问题公开的时候，紧张的气氛已经

舒缓了。完美型能帮助活泼型减轻日常的不悦情绪；而活泼型，只要计划周全一点，理智一点，就可以避免完美型的不愉快。



### 与力量型及和平型相处

活泼型和完美型都情绪化，受环境影响，二者都不甚复杂。力量型的人很直率、清楚和主动，目标只有一个：按我的意思做——现在就去！

和平型平易近人，性情随和，面面俱备，他只希望上述三种人和平共处，避免争论和冲突。

当别人犯错时，力量型性情暴躁，但事后一切如常。他认为一切都过去了，性情又平和起来。和平型的人在解决不了问题时会一时陷入情绪的低谷。即使他已经决意走出低谷，你也察觉不到。和平型为自己的稳定性而自豪：“我从不让别人察觉我在想什么。”

根据活泼型情绪的起伏，你便能知道他在想什么了，正如电灯随开关一开一关那样。

看看完美型的人有没有把乌云带进房间，你便可知道他的情绪。

力量型总是情绪高涨，脾气暴躁。

和平型总是一种状态：平稳、低调。

正如乐天的活泼型被深沉的完美型所吸引，反过来内向的完美型同样被外向的活泼型吸引。力量型领袖喜欢和平型的部下，和平型不善决定的性格，很需要别人为他作决定。

正如活泼型与完美型可以互相补足，当力量型与和平型开始互相了解和彼此接纳其性格时，两者亦可以互相补足。当我们继续研究力量型与和平型的性格时，你便会明白我的意思。



## 第 6 章

### C —— 力量型



## 让我们与力量型一起行动

哦！这个世界多么需要力量型！

当别人失去控制时，他有着坚定的控制力。

当别人正在迷惘时，他有着决断力。

他的领导才能会带领我们走向美好。

在充满疑虑的前景下，他愿意去把握每一个机会。

面对嘲笑，他会满怀信心地坚持真理。

面对批评，他会仍然坚守自己的立场。

当我们误入迷途时，他会指明生活的航向。

面对困难，他必定顽强对抗，不胜不休。

**力**量型的人永远充满动力，他们会充满理想，他勇于攀登高不可攀的顶峰。像罗伯特·布朗宁那样，他认为，“人必须超越自己的极限，否则要天堂有何用？”力



量型的人总是对准目标迈进成功。当活泼型的人在说话，完美型的人在思考时，力量型的人会进取。只要依他的不二定律“现在按我的方式去做！”你就会发现，他的脾性最易懂，并且是最好相处的。

力量型与活泼型的人相似之处是：他们都外向而且乐观。力量型能坦诚地与人交流，他知道一切都将会妥当——只要他来负责。他比其他气质类型的人完成了更多的工作，而且他让你清楚地知道他的立场。由于力量型是目标主导兼具有与生俱来的领导素质，他往往在自己所选择的职业中达至顶峰。大多数具政治影响力的领袖，基本上都是力量型的。在80年代初，我们看到了两个优秀的例子，一男一女：男的是国务卿亚历山大·海格，女的是英国首相玛格丽特·撒切尔夫人。在《时代》杂志（1981年3月16日）标题为“教皇掌权”的封面故事中，乔治·邱吉写道：

……没有一个新上任的国务卿能像56岁的亚历山大·海格那样，以早有的高速控制外交政策。在水门事件中最黑暗的日子里，他是白宫参谋长，也是前北约司令，他拥有着自己铁一般的意志和无可比拟的惊人自信。麻省的自由民主党参议员保罗·宋加斯，在一月份海格确认听证会临结束时说：“他会运用自己的才华领导和主宰这个机构。”

如果他没有尝试就很难有以上的评价。在里根12月

份宣布他的提名后不久，海格就以解散学习外国政策的过渡小组来示意他的决策权；他将小组极其沉闷的报告全送进碎纸机。在里根进行就职宣誓后仅几小时，海格交给总统顾问爱德文·密斯一份备忘录，建议重组外交政策决策程序，以使国务卿拥有至高决策权。在此之前两个星期，里根同意了一项命令，给海格所要的大部分权力，尽管不是所要求的全部。比其他任何内阁成员都要快得多，海格挑选一组近乎完备的下属小组……

这里可以找到典型的力量型所用词，包括：灵活、控制、司令、自信、强烈意志、主宰、掌权决心、托付、重组、决策程序、至高无上、指令、权力、更快、完备。

当你开始理解这些气质，并在日常生活中运用它们时，你会发现阅读《时代》杂志也会变得充满趣味，而且你理解他人和预料他们反应的能力也会迅速增长。

有篇关于英国前首相玛格丽特·撒切尔夫人的文章，使用了许多力量型的词语：出类拔萃、主宰、有才华、有能力、女王般的风范、果断、强烈的竞争性、更强硬、更直接、挑战、雄才伟略、极度、抗拒建议。从这些用词很容易看出她是一个力量型的领袖。人们说她“衣着充满着强烈的颜色，言谈充满说服力”。她是一个充满动力的女人，洋溢着信心和充满控制力。

### 天生的领袖

力量型的人在生命的早期就已经表现出一种掌权的欲望，他们是天生的领袖。当他们从婴儿床的围栏向外望的时候，他们已经开始计划何时能从其母亲处取得权力。有了这样的气质，问题不是他们是否愿意控制，而是他们在何时会控制。他们会让父母知道自己对生活有什么期望，而且很早就会要求自己的权利；他们会以大声喊叫大发脾气来巩固自己的控制权。

很多时候，当我与那些不了解这种类型个性的母亲交谈时，她们会告诉我：这些意志顽强的孩子不肯接受命令。孩子会为整个家庭作决定，且在年幼时便掌管家务。我们的女儿罗兰是个力量型的人。从她刚会走路起，就很成熟，而且很快便能管理家务。当玛丽缇出生后，4岁的罗兰成为一个称职的第二母亲。你大可放心和信任她，因为她能够正确地将奶瓶加热消毒，她甚至能够训练那些临时保姆。她上托儿班时，老师告诉我，“我从来不必担心自己不能上课，因为我知道罗兰能在毫无外界帮助下管理好整个班。”她说得对，罗兰在整个读书期间都是学生领袖，最后还获得心理学和工商学学士学位。

最近我造访了一个家庭，其8岁的女儿詹妮为家中女王。她有4个哥哥姐姐，他们全部都听她的吩咐。她力量型的母亲在外管理家庭生意，但一回到家，她也得听从詹妮的。

她承认：“这比跟她作对容易。”

有一天晚上 6 时许，詹妮的母亲宣布：“我们准备与妮蒂雅到牛排店进餐。”詹妮清楚地说：“我要吃比萨饼！”

这时我和詹妮都知道我们会出去吃比萨饼，但是她母亲想在我面前表现强硬，于是扭着詹妮的手臂以强调的语气重申道：“我们准备去吃牛排。”

詹妮拉开她的手说：“别拉住我，我要吃比萨饼。”她的眼神如箭射向母亲，最后的胜利是显而易见的。

詹妮瘫在地上开始哭。哥哥和姐姐跑进来问：“詹妮怎么哭了？”

“因为她想出去吃比萨饼。”

“那我们为什么不去，让她高兴高兴？”

“好，那好，我们出去吃比萨饼吧。”

此时詹妮迅速跳起来，向我胜利地眨眨眼，然后和我们一起去吃比萨饼。

第二天我问她母亲：“詹妮从什么时候开始控制这个家？”她叹着气说：“我想大约是在她 3 个月大的时候。她早就知道当她一叫喊，我们都会跑过去，而且她一直就像老板一样在使唤我们。”

玛丽缇的活泼型气质混杂了力量型。某次，她在从加拿大回家途中必须乘飞机到斯波坎转机西雅图，再到洛杉矶。当飞机在斯波坎降落时，她被告知至西雅图的航班取消了（没有任何解释）。她走到原本登机的门口，

看见一群激怒的旅客，而没有一个航空公司职员。她又走到下一个门口，从那里的职员处尽量探得可以探知的消息。回来后，她坐在高高的售票柜台上，把她有限的消息告知每个提问的人。很快，人们在其他的事上也请教她，包括男洗手间的方向。

由于航班明显要延误几小时，加上人群中又有人开始鼓噪，玛丽缙便走到柜台查看租用汽车往西雅图的费用。掌握了这些资料后，她又回到那高人一等的有利位置，然后想办法引起他们的注意。她在解释计划 B 时，每个人都洗耳恭听。她要求想自己驾车的人举手，然后将他们分为每组 6 人，每组指定一个队长来驾车，一个人收钱。当她带领着他们愉快地到达出租汽车公司时，一名女士说：“航空公司真好，让这么可爱的姑娘来照顾我们。”

在危机发生时，力量型的人往往控制了大局。

### 对改变的迫切需要

力量型的人是自发性的，他们必须改变任何他们看来不合适的东西，并纠正任何加诸于那些无助的人身上的错误。力量型的人会为信念挺身而出，高擎真理。他们从不冷漠无情而是充满关注及自信。

力量型的人会将他人房子里的画摆正，并擦亮餐馆里的银器。有一天，当我在一位活泼型的朋友家里帮她洗碟子时，我发现她的银橱柜里塞满了各种餐具，混乱

不堪。在没有思考我在做什么的情况下，我拿出所有银器，洗干净分放餐具的盘子，并将所有餐具分类放入正确的橱柜格中。当她看到所有的叉在一格，而勺子又整洁地放在另一格时，她眨眨眼说：“我现在才知道为什么那些支架有那么多小格，以前我从不明白。”

在凤凰城的一个性格课程研习班中，我和力量型的朋友玛丽琳正在深入地倾谈着。此时她妹妹玛丽·苏来到我们中间，虽然我们俩谁都没有分心，但是我仍注意到玛丽·苏的衣领反下去了，我便自动地伸手过去把它整理好。当我的手放在玛丽·苏的肩上时，我发现玛丽琳的手在她的另一肩上，并将外套上的一些毛绒刷下来。在甚至不知道自己做什么的情况下，我们这两个力量型的人都自发地纠正了一些小错误。

### **坚强的意志和决策的能力**

所有组织、商业机构和家庭都需要力量型的人去帮助他们作出决定，因为这些人具有与生俱来的意志力和工作能力，在其他举棋不定时，力量型的人能即时作出决定。尽管不是每个人都欣赏他们的决策能力，但他们会解决问题，并且节省时间。

海伦在参加完一次研习班后来到我这里说：“现在我明白我在欧洲的旅途中所发生的事情了。我当时没有认识到每个人都具有不同的性格，但很明显我是与三个和平型的朋友一起旅行。”然后她告诉我他们如何优柔寡

断，她是如何不得不负起责任。“每天晚上我会告诉他们什么时候在酒店大堂见面，穿什么衣服。‘早上 7:30 准时下楼，保证穿上你的步行鞋，因为我们会去游温莎城堡。’他们对一切都不感兴趣，我要将他们拖出公共汽车去看景色。其中一个人拒绝进入巴黎圣母院，因为她觉得所有教堂都是一样的。每天下午我们回来时，他们都会要求睡一会儿，而我则必须提醒他们：‘不要睡太久，否则会误了晚上的游览。’如果不是因为有我，他们今天还会站在皮卡迪里广场！最难接受的是我们回程后，他们没有一个人给我打过电话。”

力量型的人在生活中有一个难于扮演的角色。他们心中有答案，他们知道做什么；他们能够快速作出决定，他们会帮助其他人——但是他们很少会受到欢迎，因为他们的自信和主张使别人感到不安，他们的领导能力往往令他们看来只懂颐指气使。通过了解气质，力量型的人应该尽量调整自己的行动达至适中，以使其他人为力量型的人那明显的的能力高兴之余，不会讨厌他们。

### 能运作一切

不管力量型的人是否对有关规则有所认识，他们都能够运作一切。事实上，我从未试过参加任何组织，而且我觉得我没有机会能在一年之内成为主席。当我第一次参加康涅迪格州演讲和戏剧协会的会议时，我便已经成为主席——甚至在我加入该协会之前。力量型的人具

有天生升至顶层并具备管理的能力。

其中一个对我而言是最困难，但又不得不加以解决的难题，就是阻止自己去纠正别人的错误。这个难题对你们所有的人来说都好像很容易解决，可惜力量型的人就不是了。不管他们以前是否曾经接触过那件事，他们都能够迅速参与管理。我和市长力量型的妻子彭妮出席了一个500名妇女参加的午餐会，她们已将长餐桌排成“V”字型。妇女们从两边尾端开始行动并在中间相遇，结果真是灾难性的：几个人的碟子碰着了，打翻了食物，一些人则掉了碟子，碎片散落在地上。队伍移动非常缓慢，而且我们这边的人还未列入队伍，便发觉食物开始短缺。我坐在那里，对当时的情况作了力量型的评估，而我注意到彭妮也在沉思。我问她在盘算着什么，结果她的计划与我完全一样。我们都认为桌子应设为“X”型，这样容许四条队伍同时行进，而没有人会面对相反方向的阻力。

其实整个过程并不是我们所能控制的，但我们力量型的脑袋仍忙于纠正他人的错误，意识到这一点我们都笑了。力量型的人能自然地想到生活中的种种问题的实际答案，并且不能想象为什么没有人提出正确的意见。

### 目标主导

力量型的人对达到目标比取悦他人更有兴趣，这可以说既是正面又是负面的。我认识一个初级女士俱乐部



的主席，她为自己分会立下令人难以置信的目标。她激励她的属下并密切监督每个人的进度，要求他们步伐一致。在任期末尾，她的俱乐部所获的地区奖项比任何一个协会的都要多，但她最后承认说：“在小组中我最终连一个朋友也没有。”

我在担当圣·伯纳地罗的妇女俱乐部主席时，我要求一名力量型的女士成为其中一个委员会的主席，她回答道：“如果我不要其他委员，我会很乐意做主席。那些女士们会很碍事的。”

如果能够使其他人置身事外，力量型的人总能把工作做得较他人好。他们常成为独行者，这不是由于天性，而是因为没有人能跟上他们，他们令其他人意识到他们将会是前进的障碍。

### 组织力佳

由于我有机会采访许多家庭，我观察到不同气质的母亲是如何抚养其子女的。我在凤凰城的朋友柯妮是一个完美的力量型。由于她的细心和组织能力，加上她跟进有方，她能有效率地把家庭管理得井井有条。她的两个幼子分别是力量型的安迪与和平型的简，都被训练得可以在她不在家时仍然持家有道。一天晚上，玛丽缇和我比预定时间晚了很多才到达柯妮家，她已开会去了。安迪在门口见到我们说：“妈妈已出门了，但我和简会给你们准备晚餐。”看着他们四处准备，我们留意到台上有

一张卡片，上面有这些简单指示：

安迪：混好沙律，生菜叶、水果混于顶层，盛汤。

简：冲冰水，加热面包。

点心在冰箱中，加入薄荷调料。

几分钟后他们完成了任务，我们一起享受了一顿美味的晚餐。10岁和12岁的男孩能够如此有效率地行动，这是因为他们在一个有组织力的母亲培养下训练有素。当我四处看时，我发现柯妮将一些简单的提醒字条放在特别显眼的地方。电视机上有一张印得整整齐齐的提示：“平时晚上可看电视一小时，如果你已完成时间表上的工作，周末可以特准看电视。”

钢琴上一张3英寸和5英寸半的卡片上写着：“大声打拍子”，浴室里的镜子上贴有“保持洗手盆和镜子干净”，厨房里写着：“如果盘子不放进洗涤槽罚20美分”。其他气质型的母亲要组织这些工作，实在要花太多工夫，但从经历中我知道这能创造一个幸福而高效率的家庭。我的孩子从小时候起，我就训练他们为自己做一个工作图表，以便在达到目标后对照检查。我相信当母亲站着时，我们都站着；母亲工作时，我们都工作。

由于我把他们组织、训练得很好，他们已成长为自律的工作者，尽管其气质各不相同。在任何生意或家庭环境中，组织力对于达到目标是必须的。一个不知道要

去哪儿的人，永远不会达到目的地。力量型的人是敏捷而有踏实组织力的专家。

### 分派工作

力量型的人最大的财富是，他有能力而且配合其天赋的组织力完成比任何人都多的工作。当他审视每项工作时，他很快就能看出应如何处理。他会根据不同工作者的智力特点，分门别类地分配工作。他知道他需要哪些帮助，且很快将琐事在小组中分派出去。他也不会忘记把责任交付给无所事事的旁观者（因为他假定每个人都希望有所表现而不想被闲置）。

随着我们的孩子一天天长大，作为部分力量型的我和费特做了一些工作。当他们放学回家，他们会查看图表，做了他们应该做的事情才去玩耍。如果有客人的孩子在我们家逗留超过三天，我会把他们放进图表并给他们分配工作。我偶尔听到一个孩子对年轻的霍德说：“你妈妈一定喜欢我，她把我的名字写在工作图表上。”

我觉得太多母亲忽视了家里免费的潜在劳动力，这是因为对她们来说，建立一个简单的系统来分配责任是要大花工夫的。有些力量型的人非常急切地想牢牢掌握控制权，于是他们仅分配沉闷的工作——“傀儡工作”——而将重要的计划、工作留给自己。力量型运用到极端，此种极力保护其控制力的心态，反而阻碍了他们完成一些本应该完成的工作；因为不懂得与人相处及

更有智慧地分派工作。

### **在阻力下勇往直前**

力量型的人不仅喜欢达到目标，还能在阻力下勇往直前。如果活泼型的人着手准备完成一项任务而有人说不可能做到，他们会深深地感谢此人并放弃工作；完美型的人会为花费时间去定计划和分析情况而后悔；和平型的人则对此事不可能做到而感到高兴，因为开始听起来已经觉得辛苦了，更不用说付诸行动了。但是如果你告诉力量型的人，这计划是不可能的，那只能更刺激他们的胃口。

罗兰告诉我，当她丈夫忽视做某项家务时，她可以有办法令他去做，只要对他说：“你妈妈今天来过了，我告诉她你准备将这些窗帘挂起来，她说：‘为什么乔对怎样挂窗帘都不知道’他会从沙发上站起来迅速把它们挂在窗上。”

许多力量型的人成为职业运动员，原因之一是他们喜欢来自对手的挑战。当其他气质类型的人面对足球场上11个巨人可能会发晕时，力量型的人却在争斗的热潮中更加兴奋。不论男女，力量型有击倒人的本性和排除万难的欲望，这将推动他们达到商业世界里的顶层。他们不会因批评而泄气，也不会因为别人的漠不关心而沮丧。他们的目光只盯着目标，并在阻力下努力获取成功。

### **不大需要朋友**

当活泼型的人需要朋友作为听众，而完美型的人需要朋友支持时，力量型的人却不需要有人在旁。他有自己的目标，且认为社交是浪费时间的，因为它不能完成任何工作，其实他们并不需要打发时间。但当有目的地参与活动时，力量型的人会积极地为集体工作，他们会乐意参加并组织社团的活动。

### **通常是对的**

力量型的人内心有感应，他只在他确定自己是正确的时候才宣布他的意见。虽然这一显著的特点是一个宝贵资源，但与力量型打交道的人并不总是欣赏这个优点。一次蜜茜告诉我她那力量型的丈夫从不出错，而此事实确实使她厌烦。她一直希望他会跌跤，这样可以显出他还是个凡人。一天她想到，如果她要请一个商业经理来管家，她会需要一个不会出任何差错的人。她已有一个免费的经理人了。自此以后，她懂得从一个新的、正面的角度来看待自己的丈夫。

### **紧急情况下胜过他人**

作为力量型的我喜欢紧急情况。一天，当我准备在圣大罗莎俱乐部演讲时，那个地方所有的灯突然全熄灭

了。妇女们尖叫着，乱抓着，好像想在一个黑暗的餐馆里找到茶杯。不是力量型的演讲者便会提议结束聚会，但我的脑袋却像汽车已迅速挂上了最高档，开始高速运转，我正计划着在黑暗中讲话的方法。下面的句子便涌现了：

“我现在已到了在昏暗角落里才最好看的年龄。”

“既然没有什么可看的，你就一定要听。”

当我在组织着这些演讲的开场白时，灯回复明亮，圣大罗莎永远不能听到我那支黑暗里喜悦的序曲。

另一次，当我在印第安纳波里的礼堂演讲时，台后边响起风笛乐队演奏的“行军号响起来了”，我的声音完全被音乐声所淹没。正当主席冲出去制止风笛乐队时，我为自己的演讲找到了富有新意的话题。很快音乐声迟缓下来，像空气从车胎中放出一样。主席宣布乐队正在为星期六的游行练习演奏，而他们并不知道与我们只有一墙之隔。很快我提到在我讲话时如能有一支苏格兰乐曲作为插曲是多么合适，这是因为我的母亲凯蒂·麦克格尔曾经奏过风笛并穿着百褶裙行巡，于是我以我的苏格兰民族根源完成了那个关于自己一生的故事。

啊！力量型的人是何等喜爱紧急的情况，这样他们便能面对意想不到的境况，并引领出新的方向，尤其是在一个风笛乐队的伴奏下。



## 第7章

# P —— 和平型



## 让我们与和平型一起轻松

哦！这个世界多么需要和平型！

稳定地保持原则。

耐心地忍受惹事者。

平静地聆听别人说话。

天赋的协调能力，把相反的力量融合。

为达到和平而不惜任何代价。

有安慰受伤者的同情心。

在周围所有人都惶恐不安时，仍保持头脑冷静。

充满着决心去生活，甚至敌人都找不到你的把柄。

**理**解性格为理解人的第一步。如果我们不能够看出其他人内心的差别，并且按他们的本质去接受他们，我



们会认为与我们不相像的人至少有些不正常。

如果我们理解气质，我们就开始知道为什么不同类的人会相互吸引。对于一个家庭来说，不同气质和特点提供了不同的活动和乐趣。

上天没有让我们都成为活泼型，万一这种情况发生，我们虽然会觉得生命多姿多彩，但却缺乏组织和系统。

上天也不会使我们全都成为力量型的领导。若真是那么安排，就没有人作跟从者了。

上天不想让我们都成为完美型，因为如果事情出现错误，完美型的人都会变得抑郁。

上天特别创造了和平型的人，他是其他三种类型人情感的缓冲器，提供了稳定和平衡。

和平型缓和着色彩斑斓的活泼型；和平型拒绝过分欣赏力量型的优秀决定；和平型对完美型复杂的计划也不过分认真。

和平型的人是我们中间伟大的促进平等者。他告诉我们：“这并没有什么了不起。”而且从长远来看，确实也没什么了不起。我们都是一个复杂计划中的一部分，当其中每种气质正确地发挥其功能时，各人都能各得其所，从而构成一幅振奋人心而又平衡的图画。

### 面面俱备

和平型为最易相处的气质类。一开始，年幼的和平型孩子就为父母带来福音。他们在任何人身边都会令人

很高兴，无论置于何地，他们都是快乐的。他们容忍灵活多变的计划，他们喜欢朋友，但独处也能自得其乐。几乎没有什么可令他烦恼，而且他们喜欢旁观过客。

我的女婿兰迪和他的父亲都曾与我分享了兰迪和平型的童年。他很好相处而且对任何环境都能轻易适应。他是一个严谨的学生，而且他有收集硬币的习惯，这种习惯来自于他不断的阅读。他的父母一星期总有几晚打桥牌，他们走到哪里都会带上唯一的儿子和几本书。无论他们把他放在哪里，兰迪都能适应，静静看书，从不制造任何烦恼。他令人愉悦的性格和对知识的渴求，使他获得了金币专家和县钱币学协会主席的荣誉。他在每个地方都能够适应，而且能够根据情况高谈阔论或保持安静。我母亲从前爱说：“兰迪真是个圣人。”

各种气质类型当中和平型的人算是最均衡的。他不能接受过分丰富或贫乏的生活，而是坚定地走中间路线，避免冲突并考虑到立场。和平型的人不侵犯他人，不主动吸引别人的注意力，且安静地做着应该做的事而不求赞赏。当力量型的人当“天生领导者”时，和平型的人则会是“学来的领导者”。在恰当的激励下，和平型能凭借与人融洽相处这种超凡的能力，升至顶峰。而当力量型的人想管理一切时，和平型的人往往会等他人要求才开始工作，而且从不催促他人。

一天我在一购物中心的电话间里，有一个听过我的性格讲习课的年轻女士认出了我。我们交谈时，活泼型

的波德塔告诉我她需要给她和平型的丈夫打电话，准备叫他回家关掉干衣机，这样她去打网球就不会迟到了。我不能肯定若是费特是否会感觉到这是一个非常重要的借口。但是她向我保证，她丈夫会放下手中的一切，回家去关掉定时器已损坏的干衣机，以免衣服被烧坏。当她穿着网球衫跳跃打球时，我问她是否愿意写下完美和平型丈夫的种种荣誉，她这样写道：

亲爱的妮蒂雅：

12月14日，也就是星期一，在南海岸广场的一个电话亭里，一名身着网球衫听过你磁带的女士听出了你的声音并向你打招呼，那个女士就是我！在我们的谈话中你问起和平型的可取之处，我告诉你会给你提供一些，因为我与和平型的人一起已有满20年的幸福婚姻。

我自己作为一名活泼型/力量型的人，认为只有活泼型的人才会带来欢乐和趣味，而与力量型的人在一起是值得的。作为典型的活泼型/力量型，我总是认为我的方式便是最好的方式。

当我开始努力想着和平型的可取之处时，上天让我谦卑地看看，原来我丈夫才是我生活的力量，我们婚姻的稳定也来自于我那和平型的丈夫。

他们总是很平静、不轻易发怒，在压力下

仍能控制自己，从不冲动、有逻辑性、可靠、忠诚且有耐心，他们不为他人定立目标；他们从不强迫他们的妻子或孩子刻意去改善个人素质，因为他们能真诚接纳人及其本性。

和平型是一流的父母，尽管他们纪律性较差，他们随和的态度令孩子快乐而又满足。我10岁儿子喜欢棒球而且积极参加初级联赛。不管胜负，他父亲从不真正介意，他总是为孩子打气。

他们是一流的老板，人们喜欢为他们工作。由于没有压力或批评，秘书们似乎乐于多付出一点点，在这种工作环境中，他们的自尊心提高了，而生产力也增加了。

他们是理想的仲裁者。由于他们有冷静而不感情用事的逻辑，他们能凭几句轻声细语便会化解紧张的局面。

女性和平型具备那种只能令活泼型远远羡慕与欣赏的泰然自若；和平型具备那种安静而又淑女型的态度，她们温顺而安静的性格令人如沐春风。

我和平型的丈夫有着含蓄的幽默感，它来自一种不过分严肃生活的生活哲学。当我遇到你时，我正在打电话给他。他当时在圣大阿那的办公室里，我告诉他我开动着干衣机而忘记

关掉它，并问如果他准备去贝佛利希尔斯的办公室，他可否顺便回家关掉它。他的回答是简单的，他叫我不必担心，如果房子烧掉了，我们会再找一间。临挂断电话时，他匆匆地加上一句：我相信你一定付了上星期送来的那张火灾保险单。他明知不是我买的保险，我甚至根本不知道我们是否买了保险。

他意料不到的幽默能将我从非常严肃的心境中解放出来。

和平型的人真正具备可取的素质，而我们应该珍惜他们，把他们留在身旁。

诚挚的

波德塔·阿勒斯科

### 低调性格

和平型是如此令人愉快且无侵犯性，所以一个家庭如果没有天生这类型的人，就应“引入”几个。布莲达来我家呆了一个星期，我们都喜欢上了她。在我们力量型的家庭压力中，布莲达的低调个性好像为我们进行正确的定位。她对任何主意都赞成且她身处任何环境都适应——这是力量型十分珍视的特征，因为力量型总是提出计划。没有人想让布莲达离开，她成为我们家庭的一员，6年后，她以和平型的含蓄的幽默说道：“我不离开的原因是因为离开前要收拾东西，实在太费工夫了。”

年轻的蒂姆成为高中班的班长，且在领导国会示威的小组很得力。他活泼型的母亲对他的雄心勃勃感到十分兴奋，且招呼她的朋友一起来观看6点钟新闻，那时蒂姆的小组会在镜头上出现。示威游行时，蒂姆并没有出现，直至镜头移至观众，母亲失望地看到儿子坐在路边，头埋在手中。她很愤怒，等蒂姆回到家，她问他为什么不走在前面领导队伍，他答道：“我不想做傻瓜。”

即使和平型担当领导，通常在大家注意到他之前，就会放弃了领导的职位。他不需要荣誉，而且明显地他不想自己成为傻瓜。

我向一个男孩子问起他那和平型的女友：“你最喜欢她哪一点。”他想了一分钟后说：“我想是她的全部，因为她没有哪一样突出。”这个简单的评论总结了和平型的性格特点，实际上他们没有哪一样突出，但是他们是如此令人舒畅、友善且随和。他们从不狂傲自大而是保持低调。一个和平型男人说：“我想我只是个平凡人。”有人不相信地叹着气，那人继续说：“人们喜欢我，我真觉奇怪。”和平型的谦恭和温柔的性格令人感到愉快，且会为其他气质类型的人在努力完善自我的时候，提供一些可供学习之处。

### 随和

和平型喜欢平静处事并逐阶段进行，他不喜欢想得太远。一次，年青的霍德有位朋友造访，我问他是否愿

意留下来吃饭，他回答：“我得想想，到时候我就会知道了。”我为他排好了位置，他留下了。

午饭后我为他打开电视并问他：“你想看什么节目？”

他说：“随便。”

后来在广告时间内他咕哝道：“其实我想看道奇尔棒球队的比赛。”

我问道：“为什么当时你不说？”“我怕你不喜欢。”和平型从不愿意给他人制造麻烦，他宁愿平静地接受现状，而不要求改变。

儿子霍德还有一个和平型的朋友，他太随和，几乎从来不主动采取行动。一天，他躺在我的沙发里，穿着撕破的牛仔裤，破烂的T恤，他的头发稀薄，光着脚。我跟他讲：“麦克，看起来今天似乎你没有花很多时间打理自己。”坐在另一沙发上的活泼型的男孩说：“麦克喜欢保持低调的形象。”这是对和平型最贴切的形容词。

### 冷静和镇定

和平型最令人欣赏的最大特点之一是在风暴之中仍能保持冷静。当活泼型在尖叫，力量型在攻击，完美型在消沉时，和平型冷静处事。他先后退一步等一等，然后默默地向正确方向前进。他没有被感情冲昏头脑，对愤怒也无动于衷。“不值得为这些闷闷不乐嘛！”他心想。

我和弟弟们在一个和平型的母亲的照料下长大，我知道她很多次为我们焦急过。当我们玩得太疯，她会

我们关在小屋里，说：“在这里只要你们保持平静，我不在乎你们做什么。”

### 耐心——心智平衡

和平型的人从不匆忙，也不会为一些其他人会感到懊恼的情形而懊恼。力量型的格莱迪向我讲了下面这个故事：

探望亲戚一天后，我几乎等不及要回家。我们快到高速公路时，唐平静地说：“我们得停车加油。”我认为我们的油应该够用，但是我不想冒险，所以我们把车开到了一个自助的加油站，我把小女儿带到洗手间，然后出来，想着唐应该已经加好油，可随时离开，可他仍站在汽车旁，手里拿着钱。“你为什么不付钱？我得赶时间。”我叫道，唐解释他不知道付钱给谁。

我看见一个看起来像是加油站的人，便叫唐过去。不幸的是，此人没有将钱收下，因为他是个穿空军制服的顾客。一个职员出现了，不过拒绝他那20美元的钞票，因为他们不找零钱。我真的快发疯了，因为我们并没有零钱。唐冷静地提议我们过对面马路的超级商场去换零钱，我痛恨浪费时间，但我们别无选择。我想冲到收款处换零钱，但唐说不行，我们得买



点东西。

“我们不需要什么！”我抗议。他不争论，但走到牛奶箱旁，仔细挑了三种风味的酸奶并用20美元的现钞买下来。

我们走回加油站，他耐心地等待该职员换完一个车胎。当他最终付完现金后，他对那位男士表示感谢，并且面带温柔的微笑坐进车内。整个令人厌烦的过程中，他都没有显出一点生气，或对我的不耐烦感到不快。在回家的路上他一直轻声哼唱着。

你看到每种性格是如何不同地处理事情吗？活泼型的人可能不会注意到汽油不够，但即使他注意到了，他也只会为找零钱而忙得团团转；力量型的人可能强迫服务员找零钱，并发生争执吵闹；完美型的人可能会有零钱，但如果没有，他会抱怨自己缺少计划，且在整个回家路上都闷闷不乐。

然而，对于和平型的人来说，在大多数情况下，即使他们受了刺激，仍能保持沉默而且有耐心。

### 乐天知命

和平型的人对生活没有很大的期望和要求，因此能很容易地安于生命中的变化起伏。他们本性带有消极，但并不像完美型那样容易情绪低落。这只会使他们保持

“现实”。

我祖母是个和平型的人，她以前每天晚上喜欢说：“晚安。”作为一个莽撞无礼的少女，我尽力说些使她开心的话，便说：“早上见，上帝保佑。”但她清楚地告诉我：“总有一天我会起不来的。”她说对了。

当苏丽问她那和平型的母亲今天觉得怎样时，她回答：“马马虎虎”或“没有昨天那么糟糕”。尽管这些回答不很令人雀跃，但因为不会有不现实的期望，因此也不会令人失望。

上大学时我问母亲为什么从不称赞我们兄妹三个，她回答：“如果你从不讲太好的话，你就永远不会食言。”

和平型的人不期望每天都有阳光，或是每道彩虹末端有一抹金光，所以当他们遇上风暴时还会迈步向前。从这种接受生活本来面目和安于现状的态度中我们真的受用不少！

### 具备行政能力

虽然他们懂得与人相处且具备行政能力，是个稳定的人，但因为人们只看见力量型为典型的商业行政管理人員而往往忽视了和平型。

前总统格雷特·福特是个和平型的人，对他的描述，听起来好像是出自于本书。

CBS电视台的鲍博·皮尔坡说：“福特正派、友善而富同情心。25年来他并没有真正拥有一个创新的或进步

思想，但他确实是个好人。”作者多里斯·古德文称他“令人愉悦、谦逊、闲适、随和、平衡、标准、正派、诚实和守规。”完全美国式的老好人！

正是由于福特的中间路线，没有侵略性，使他在历史的关键时刻被选为总统，因为那时人们需要的不是一个强烈大胆的问号，而是一个可靠朴实的人。福特因其和平型的性格被挑选上，而那些选择他的人可能对于气质毫无所知。

在竞选连任失败很长时间后，《华尔街日报》刊登了一篇名为“幸亏没做什么”文章：

我们被告知密执根的人民领袖在犹豫着是否为前总统格雷特·福特纪念馆筹钱，他的一个老选区的共和党主席称道：原因之一是福特的管理是个“被动而非主动的人。在一个恢复创伤的时间里这是极其重要的；但是你怎么能对没有发生的事建一个纪念碑呢？”

这位主席言之有理，在那些年中所发生的，无论在庞大内政经济规划上、外交上，引领美国政府翻云覆雨超过10年的党派斗争，都明显地放缓下来。为此格雷特·福特就有资格获建历史上最好最大的纪念馆。

为没有做过什么而受赞美，为你没参加过的事受夸

奖，这是多么特别的荣耀！这是对和平型完善的赞誉。一个评论家说：“认识福特是谁似乎比认识自己是谁更重要。”

和平型的人的管理能力是基于他能与人好好相处，不制造事端，不干涉他人的客观态度。校监尤其应属于和平型，因为他们要与学生和教员都搞好关系。军官常为和平型，因为他们能听从命令，兢兢业业升军衔，在压力下不受惊，且不需要具有创造性或有自己的主见。

最近一份统计说明，有百分之八十的被解雇的人不是因为不能胜任职务，而是缺乏与他人相处的能力。记住这一点，就很清楚为什么和平型能平稳和有能力地保持工作，比其他气质类型的人要更胜一筹。

### 缓和纷争

在生活中，总会有一些冲突，如父母与子女之间，老师与学生之间，老板与雇员之间，朋友与朋友之间等。当其他三种气质的人关系紧张彼此争斗时，和平型的人会在不同阶层中努力保持平和；当人们在波涛汹涌的大海里挣扎时，和平型能昂着头平静地进入大海；当其他人为自己的目标奋勇前进，和平型能坐下来给一个客观的意见。每个家庭和商业机构都至少需要一个和平型的人来考虑事情的正反两面，并给予一个平和且冷静的答案。

当我坐在一个和平型心理学家旁边时，他告诉我他

有着理想的职业，“还有什么其他气质的人能整天坐着，倾听其他人的问题并对症下药？”

罗伯特·杰克逊在《洛杉矶时报》的一篇文章里，赞扬了伊朗人质危机中美国首席谈判代表华伦·克里斯托弗。所用到的典型和平型词语有：冷静、自律、慎言、面无表情、有交际手腕、不出风头、风格、低调、审慎、轻声细语和举止镇静等。他是“处理谈判控制大局的理想人选”。他从不生气且能缓和紧张的关系。

《圣经》要求我们“作为上帝之子，无可责难，不害人，不指责人……”而和平型的人离此要求最近。他们不制造麻烦，他们容易与人相处，他们没有敌人。杰里·福特到达了顶峰，不是因为他有优秀的计划，而是因为他在上升过程中从不树敌。一次他这样形容自己说：“我有许多对手，但我不记得有任何敌人。”

《时代》杂志形容乔治·布什总统“他没有狂热的追随者，没有敌人，而有着大把朋友和无可指责的公共服务记录。”

虽然，其他气质型的人能尽其力赢得朋友和带动他人，但有此种能力却是和平型的主要天赋。经常在研习会后有力量型的人找我，他们问我为什么在公司做完许多有创造性的工作后得不到提升。通常获得“好工作”的是个他从不注意的“傀儡”。在作一些初步了解后，我通常发现这些“傀儡”是个和平型的人，工作做得好，与人相处得融洽且不制造麻烦。力量型的人有着跳跃的

思想，有推动力，但却树敌不少。到了选择领导者的时候，管理阶层经常对没有敌人的人情有独钟。

### 容易相处

由于容易相处，和平型有许多朋友，其他气质类型的人都需要这样的同伴。在孩童或少年时，和平型就很少给母亲带来麻烦，而且常常能带来快乐。最近芭芭拉·布阿勒给我看了一份她写给女儿的信的复印件，信中是如此完美地描述了和平型的可取之处，所以我将信摘录如下：

亲爱的莎拉：

当我回首我们在一起的 18 年，我意识到我们该感谢上帝送给了我们一个和平型的女儿。你在这个包括有力量型的父亲、完美型的母亲和活泼型的儿子的家里是个重要的平衡。你还是个孩子的时候，你就习惯在婴儿栏与玩具一起高兴地玩耍。我们刚刚在家开展生意，而你多么适合管理财务。

比你大两岁的哥哥常常计划如何作恶作剧和玩耍，而你则常常说我们直到今天还会逗你的一句话“还有我”。

去年圣诞节，所有家庭成员都在大声讲话，而令你插不上嘴。带着平静、含蓄的幽默感，

你平静地说：“哦，我会将我的话录进磁带，你们可以迟些才听。”这吸引了我们的注意，我们都大笑起来了。

作为一个母亲，我很高兴自己能对气质有些理解。当学校老师说：“莎拉总是迟到，但她总是老老实实的。”当时我能以幽默态度对待。

我记得当一个朋友悄悄告诉你她想离家出走时，你劝导她，让她冷静下来，并尝试从她父母的观点去看这件事。

你总是高高兴兴地接受现在的你，因为你对自己的气质理解得如此透彻。你对我说：“这就是有着和平型朋友的好处，他们几乎都从不搬家，所以你总是会有他们的电话号码。”

即使营业情况不好，你的经理仍然保留你，用她自己的话来说是：“莎拉是个如此良好而沉稳的职员，她对顾客总是那么热情。她与其他同事一起合作得甚好，即使那些设备的清洗耗时甚多，她总把它完全彻底清洁好。”

莎拉，我与你已经一起愉快地度过了18个年头，我急不可待想看你创造将来。但我知道，无论你决定做什么，你都会很投入很满足的。

爱你的  
妈妈

## **朋友众多**

和平型是所有人最伟大的朋友，因为他们的天赋造就了良好的人际关系。他们性格随和、闲适、平静、冷静、心智平衡、有耐心、和平、不干预、不侵犯他人并且心情愉快。对朋友还有什么要求的呢？和平型的人总有时间给你，当你去看一个力量型的女友时，她一边精心打扫收拾，一边和你说话时，她使你感到她的时间如此宝贵，不能只花在你身上。而和平型的朋友会放下一切，坐下来与你一起轻松聊天。

我有一位和平型的朋友，对她的孩子们来说，她是个了不起的母亲，但对她来说家务并不占优先地位。如我在上午造访，餐桌上仍会是麦片、打开的盒子，还有早餐剩下的牛奶。我们都会坐下，将这些推向一边，挤出地方放胳膊，且一同享受相处的时间。既然杂乱物不影响她，也就没有影响我。

## **是个好听众**

和平型朋友众多的另一原因是他们是很好的聆听者。在小组中，和平型更愿意听而不是讲。他们能保持安静，不用说一句话，因其他气质型的人喜欢在需要时向人敞开心扉。活泼型尤其需要愿意听且有反应的和平型朋友当自己的听众。我还在圣·内那地罗妇女俱乐部当主席的时候，隔壁有一位完美的和平型朋友露茜，每个星期三



会后，我会顺道造访她家。我告诉她在会上所发生有趣的或令人生气的事。她倾听、微笑、表示同情并点头，讲完后她感谢我的到来，然后我便离去。

**所有活泼型都需要友好而平静的和平型朋友！**

---

## 第三部分

# 性格计划

克服个人弱点的方法





## 物极必反

**每**个人都有好坏两方面——我们既有优点，也有惹人反感的一面；就是同个性，也有优劣之分，要视乎程度而定，即所谓物极必反。

活泼型最大的优点是无论在小卖部里还是在非洲刚果，他都能带来愉快的交谈，这是令其他人羡慕的；但如果过了头的话——活泼型的人就会总是不停地说，独霸整个谈话，打断别人，并且常常信口开河。

完美型的人充满分析的思考是其天生的优点，他们常常会得到头脑简单者的敬重；但过分的话，完美型的人容易钻牛角尖并表现得情绪低落。

力量型雷厉风行的领导才能在现代生活被广泛需求；但过分的话，这种人会表现得独断专横，喜欢操纵一切。

和平型随和的个性使他们在任何群体中都受欢迎；但过分的话，这种人会表现得做什么事都毫不在乎，漫不经心，毫无主见。

当我们用以上这些个性来审视自己，我们应该注意到自己个性的哪些方面能得到别人的良好反应，从而提

高自己的个人形象；另一方面，我们也要留意，哪些方面做得太过分，冒犯了别人，并下决心用最大的努力加以改正。

还记得那些我们所熟知的莎士比亚笔下的伟大英雄吗？哈姆雷特、马可巴斯、李尔王，还有亨利大帝，他们都是声名显赫的伟人，但他们都有导致失败的“致命缺点”。

我们每个人的血管里都流着英雄的血液，发现自己的潜能，并加以明智地应用，是件多么激动人心的事情！但就像这些昔日的英雄一样，我们每个人都有“致命缺点”。若对其置之不理，就会导致失败。让我们每个人都实事求是地审视自己，找出自己的缺点，现在还来得及。

## 第 8 章

# 让活泼型 (S) 统筹起来

**活**泼型比其他气质型都愿意去改变，因为他们喜欢新主意、新事物，还因为他们喜欢受人欢迎而没有侵略性。但有两个主要问题，阻碍了活泼型的进步。

### 没有跟进事情

首先，他们可能有一个好的意图，但他们很少去跟进任何计划。当我向一个活泼型的人解释他应如何去改正他的缺点时，我说：“你何时将此付诸行动？”通常这类人会说：“我今天没空，明天我又要到城里去——周末我们还有朋友到访。”他们就是这样失去机会的。

### 永不犯错

其次，他们既有亲切可人的性格，他们就认为自己的个性不可能有任何缺点。他们从不认为自己会犯大的

错误，他们从不严格地检视自己。

当我在一个讨论会上谈起活泼型的缺点时，他们也嘲笑自己那些缺点，但又认为情况还未坏到要采取行动的地步。我可以理解，因为我也是如此。婚前，我受到大家仰慕，是晚会的灵魂，但一夜之间我好像变蠢了。费特告诉我在哈佛山时我也许是很可爱，但在纽约则变得两样，我不认为他说得对；我以为他是没有欣赏之心的傻子。所以当我和他在一起时，我按着他的意愿扮演我的角色，当我与其他人在一起时，我才做回那个充满魅力的自己。直至我开始研究个性的问题后，我才发现持有费特观点的不只他一个人。

当我意识到自己的缺点并非只是费特一个人的看法时，我想到为自己和活泼型的人提出一些建议。

## **问题：活泼型的人说得太多**

### **解决方法 1：少说一半**

因为活泼型的人对数字毫无概念，对他们说“谈话减少百分之二十二”简直是浪费时间。但他们“减半”的概念还是明白的，对活泼型者的好建议就是：说话减半。控制说话的一个简单方法就是删除你还想要讲的另一个故事。你也许会为听众错过了好的故事而感到可惜，

但他们不会知道他们没听到的东西，所以不说也没有坏处。让听众欣赏你所说的，总比让他们因你独占整个谈话而窒息要好，无论你所要说的有多动听。

### 你能超越自己吗？

费特和我由于他 97 岁的祖父的去世而和他的家人聚在了一起。在第一天相聚时，整个过程就似是电视剧里的镜头，每个亲戚都觉得应该将自己一生的光辉成就跟其他人比较一下。那天晚上在我们的房间里费特说出了一个后来被证明是多么可怕的主意，“何不让我们保持沉默，看看在多久以后，别人会向我们提问或找我们谈话？”一开始我并不喜欢他的建议，但我估计我还可以坚持几小时。

早餐后我们开始了压抑的一天，坚持到吃午饭，整个下午，然后是晚饭和整个夜晚。当我们回到自己房间时，我的眼睛因为脑袋压力太大简直要突出来，我想我快要爆炸了。太荒谬了，我喊着说：“我再也不能忍受了。”

费特微笑着说：“今天的每一分钟对我来说都是享受，我们明天继续吧。”

“再过压抑的一天？我差一点疯了！”

又过了压抑的一天，我并没有疯，这一天终于结束了——而我最终并没有疯，我还是活下来了。

第二天上午我们去机场前，费特妈妈说：“刚才一小



时你们一直保持沉默，费特，有什么不妥吗？”他向母亲保证他很好，费特的母亲拍着他说：“很好，亲爱的，非常好。”

最让人屈辱的是他母亲及其他人都没有注意到我整整两天没有说话，整整两天，我打破了有史以来的记录，却没有得到任何奖品！但我得到一个痛苦的教训，地球照样转，如果我少开金口的话，甚至会转得更好。此后，在谈话中，我就只说想说的一半。

为什么你这个活泼型者不试试，看你能在别人注意到你的变化之前沉默多久呢？

### **解决方法 2：注意沉闷的信号**

另外三种性格的人无须被告知什么是“沉闷的信号”，但活泼型的人，察觉不到他们是使人厌烦的，所以他们需要明确地提示：当别人逃离你的吸引力时，即对你的故事失去了兴趣；当你的听众踮起脚尖，在人群中东张西望，尝试与他人有目光接触，这说明他们已分心了；当他们如厕后一去不返，你就应提醒自己了。这些信号并不难注意到，如果你知道有这种可能性的话。

### **解决方法 3：压缩你的谈话**

“言简意赅”，40年来费特不断向我重复这句话，也许因为我从未意识到其意义所在。我总觉得完完本本地

说会失去很多乐趣。所以，我很少做简短的发言，而总是使用很多的修饰语。同样地，我往往会因一些单调的故事，像一块光光的骨头一样缺少修饰而感到尴尬。

我认识到自己善于言辞是一种天赋，但如果过火则是一种负担。我发觉并非人人都有时间或兴趣去听一个活泼型的独幕剧。虽然我觉得介绍所有的背景对理解我的谈话极有帮助，我发现就算少说一个（甚至10个）细节也没有害处。

一天，我产生了一个有挑战性的想法，我跟自己协议：如果我正在讲一个十分有趣的故事时被打断，在别人要求以前我不主动接着说下去。我的第一次试验是和一群人一起去购物时，我正讲着一个有趣的故事，讲到女主人公站在悬崖边上的紧要关头，司机要求查一下地图以确认方向是否正确。我屏住呼吸，等着有人问“然后呢？”但没人出声。我坐在座位边上，随时准备张开嘴巴，但没脸朝我这儿看，“难道他们不关心哈瑞的命运吗？”我打算摇醒他们说：“记得哈瑞吗？她正吊在悬崖边上呢，你们不想听结局吗？”我记起对自己的承诺，无人问就不要继续说下去，结果真是没人问。

这个结果对我来说真是难以置信，人们常常对拖长细节的故事感到厌倦，他们没有兴趣关心结局如何，甚至是我在讲这个故事的时候。

我的活泼型朋友南茜同意进行同样的试验，并得到同样的结果。现在我们已达成默契，当我们中的一个人

碰到以上遭遭时，另一个要急切地说“说下去，说下去！我实在不能再等了！”啊，我多么喜欢南茜！

#### **解决方法 4：切忌言过其实**

当我在公众前演示时，我丈夫说“现在你是以基督徒的身份说话，你不认为这是停止说谎的时候吗？”我知道我没有说谎，于是我就问他是什么意思。作为一个完美型者，他认为我若不是说十足的真实的话，就是在说谎。我觉得我只是想使演讲更丰富多彩，最后我们同意这是“言过其实”，后来我听到罗兰告诉一个年轻的朋友，“我妈妈的话，你只能信一半。”

一天，我造访活泼型朋友比蒂的新居，她一见我就嚷：“这条街的所有猫狗都病得奄奄一息了。”我活泼型的大脑里马上出现这样一幕，成群奄奄一息的猫和狗，倒卧在水渠边喘着最后一口气。当我被这伤感的一幕镇住时，我注意到她的完美型女儿正失望地摇着头。

“什么事？”我问她，她回答：“隔壁女士的猫病了。”

没有人会为一个不认识的女人的猫病了而吃惊，但“整街的猫和狗都快死了”，却是闻所未闻！

费特和我曾经参加一个晚会，在那儿有个活泼型女孩名叫波妮，她在详细地描述一个乘小船从洛杉矶再到卡特林纳岛的经历。这把大家都吸引住了，她将船上所有的娱乐节目、菜单，甚至谁晕船的情形都说得活灵活现，而大家都留心听了 20 分钟。当她结束这次热闹的卡

特林纳之旅时，她的完美型丈夫深呼吸一口，然后平静而坚定地说：“我们是乘飞机的。”

我们都愣了，波妮想了一下，同意道：“对，我们是乘飞机过去的。”

只有活泼型的人才能花 20 分钟来详细描述一个她从未参加的旅行，还有一艘她从未上过的船。

虽然活泼型的故事常常都很有趣，但我永不会忘记这件事，波泥太言过其实了，简直就是说谎。一个朋友今早告诉我一个类似的情形，然后她说：“她当然是一个活泼型嘛，所以你千万不要相信她说的任何话。”那不是太可惜了吗？活泼型的人连说到事实都没有人信，不是太可悲了吗？仔细想一想并检讨一下你自己。

## 记 住

---

言过其实便成为谎话。

---

### 问题：活泼型者以自我为中心

#### 解决方法 1：关注他人的兴趣

活泼型的人最不关注他人，因为他们只看到自己。他们对自己的故事津津乐道，但却没有留意到他人注意

力的变化。他们可能大谈大家毫无兴趣的东西，而很少注意其他人的需要，因为他们与生俱来有一种逃避问题及避开不利处境的倾向。活泼型的人不是好的辅导员，因为他们只说不听，而他们往往只会给出那些简单快捷却又未必适用的答案。

关注他人可从听和看做起，我训练自己静静地听大家的发言，直到我掌握了谈话的内容才加入谈话，而非急着向大家讲述我最近的故事。许多次，我都庆幸自己能等一等才说话，我也努力将别人看成一个个体，而非只是一个个的听众。

当我开始关注别人时，我才发现自己以前忽略了许多受到伤害的人：许多孤独的女士，许多破碎的心需要修补，许多心力交瘁的人需要安慰。

从现在开始，活泼型的人应对别人多听多看，将他们当作世上独一无二的人对待，这样，你就会变得更关注他人。

### **解决方法 2：学会聆听**

活泼型的人不去聆听并不是因为他们有什么先天性的问题，而是因为他们只关心自己。听是很优雅的行动，活泼型却没有足够的关心去强迫自己对别人感兴趣。他们认为生活就像剧院，他们就站在舞台上，而别人只是观众。虽然活泼型最大的长处是将表演的角色发挥得淋漓尽致，但我们绝大部分人，当我们发觉别人都注视着

自己时，就会变得自高自大，以自我为中心。

## 记 住

---

关心别人  
听听他们要说什么。

---

### 问题：活泼型不注意记忆

#### 解决方法 1：注意名字

活泼型的人记不住别人名字的原因正如我前面所述：他们不听，也不关心别人。这两个问题都源于他们以自我为中心的个性和对别人的漠视。与他们相处也许有趣，但几分钟后，当他们不能记起对方是谁的时候，人们便觉察到他对别人不关心。

戴尔·卡内基说：“世上最美的声音是一个人的名字。”他在《人性的弱点》一书中举出许多例子，说明许多人成功的关键在于他们如何集中记忆去记住他人的名字。

活泼型的人并不比其他性格的人智商低，他们能记得住那些他们觉得重要的名字。力量型知道叫人名字有多重要，完美型对细节感觉敏锐，和平型喜欢看和听，但活泼型在这方面明显不足。他们不认为有什么事是极

端重要的，他们不注重细节，他们宁说不听，他们还有希望吗？

在婚后的生活中，我发觉向费特打听某人的名字比我自己去记要容易得多。当我开始研究个性问题时，我认识到对费特脑袋的依赖使我不信任。我问自己：“你蠢到要借用别人的脑子吗？你不能自己学着点？”这个问题使我认识到自己从未认真地去试着记住某人的名字，我决定以新的方式行事。活泼型要将这作为一个游戏，首先，我注意听别人的名字，这是谁都能做的简单步骤。若连这都做不到，想进一步提高就太难了。我们很难记住自己从未听过的东西，当我强迫自己听别人说话时，我发现人人都喜欢被人称呼。

当别人称呼我妮蒂雅，而不是妮蒂丫，妮缛雅，妮蒂鸦或者妮滴雅时，我是多么高兴并对此人留下深刻印象。若我也能做到这点，别人也会何等高兴。对活泼型的人来说，这是一个极大的鼓励，别人将更喜欢我们。那不就是我们自己想要的吗？受欢迎的关键就是知道别人是谁。

第二，我开始关心别人，我开始在别人自我介绍时看着他，询问他的生活，直到我认为自己已了解他们。自从我把眼睛从自己移到别人身上后，才发觉别人变得那么有趣。

## 解决方法 2：将东西写下来

当活泼型的人对精彩情节的记忆超出事实时，他们对名字、日期及地点的记忆却几乎不存在。这种记忆的分配是很容易理解的，因为我们认识到活泼型性格对人比对图表、对多彩的幻想比对冷酷的现实更有兴趣。完美型的人喜欢细节，记得住生活中最平凡的东西，所以如果我们从正面的角度去看，两者永远是最佳拍档：完美型将事情办妥，活泼型将事情变得更有趣。

费特对于记住名字有超常的能力，这得益于他将每个人的名字写在小卡片上，并附上有关的资料。我们住在康州时，我们的活泼型牧师总是分不清教区里的教友。费特就在礼拜天早上和他一起站在门边，当每个不熟悉的教友走过时，他都立即低声告诉牧师此人的一点历史。

“穿粉红色裙的这位女士是奥达·吴瑞。她有 6 个孩子，丈夫现在因背痛住院。”

“奥达，亲爱的，你穿粉红色真好看！那些可爱的孩子好吗？你丈夫的背痛好点了吗？”

费特提供资料，牧师致以问候。

我们离开康州后，牧师的记忆力又很快恢复原样。人们不明白为何他原先对教友如此关怀，现在却连名字都记不住。一天他向一位女士问候其丈夫，然而事实上，两天前他刚刚主持完她丈夫的葬礼。

我们有一个活泼型朋友托尼，他在教授一个记忆课



程。他在讲述有关原则时头头是道，学生也学得不错，但这似乎对他的日常生活没有帮助。一天，我发现他在自己的车房中疯狂地翻来翻去，他丢了两箱当晚用作教材的有关记忆方面的书，而他忘了把它们放在哪儿了。

因为活泼型者的记忆力如此之差，他们必须将要作的事列一份清单，并将清单放在不会丢失的地方。他们必须将别人名字记在纸上，并在见这些人之前复习一遍。在打电话前，他们必须确信所需的资料就在手边。当一个人并不知道他应该知道的事时，他就算有个好脑袋，看起来也只会像个傻瓜。

### **解决方法 3：别忘了孩子**

我已碰到了好几位在做妈妈时期却丢失一个或者两个孩子的母亲。其中一个开了一小时车到沙漠里去，与她的活泼型朋友正谈得兴高采烈之时，才发现她 4 岁大的孩子不在座上。她回到启程时的加油站，发现她的孩子正在那儿帮着工人加油。加油工人很高兴她赶来了，因为他正准备回家，但不知如何处理他的这个新助手。

一位妇女告诉我，一次她忘了把她三年级的孩子接回家，直到全家坐下吃晚饭，发现他的座位空着才想起来。

在活泼型小组的一份报告中，主席说：“我们作了一个调查，这星期我们已丢失了 437 件东西，其中包括 7 个孩子和一个祖母，他们不幸地被遗忘在百货公司。”

我和活泼型的朋友卡罗在我们完美型孩子还小的时候，合资买了一辆车子去接小孩。我们都经常迟到，虽然我们都谅解对方，但小孩子们却常感到沮丧。当我去接小吉姆时，他常常忧郁地出来，手里还捧着一碗麦脆。

“我妈又在打电话了，我只好自己照顾自己。”

碰着卡罗记起接小霍德回家时，小霍德总会讲起她忘了东西或是她几乎撞了前面货车的趣闻。最近我和卡罗在达拉斯碰了面，忆起那段善忘的日子都忍俊不禁，我们都认为那段时光对孩子们是有益的，这让他们学会了容忍和做人处事更有弹性。

活泼型的人能充满创造力，把他们明显的缺点转化成优点。

## 记 住

---

即使你能合理地解释为何你的记忆力很差，也没人愿意听。多注意别人的名字，把东西写下来。特别留意你放车和孩子的地方。

---

## 问题：活泼型的人是变化无常和容易忘记的朋友

### 解决方法 1：研究友谊的要素

活泼型令生活丰富多彩，拥有许多朋友，但他们常常不是“好朋友”。高兴时和你一起玩，当你一旦碰到麻烦或需要帮助时，他们就消失得无影无踪，他们可称为“晴天朋友”。我倒有一个活泼型的“雨天朋友”，她只有在大雨天无法打高尔夫球时才打电话给我。

活泼型的人拥有的往往是志趣相投的人，而非真朋友。他们召集那些欣赏他们、喜爱他们、崇拜他们的人。他们喜欢那些愿意付出的人，而当有人需要帮助时他们就会转过脸去，他们因为忙于一些刺激而又多余的事，根本就无暇顾及任何麻烦。

在读了阿兰·马吉尼斯所著的《友谊的要素》后，我第一次认识到：虽然我朋友不少，我并不是很多人的真正朋友。马吉尼斯博士让我回顾一下一生中保持长久友谊的人，而我发现我因为难有时间和他们相聚而让一些亲密的朋友溜走了。

1980年，我在全国各地邀请40位妇女参加一个在加州罗德兰市举行的演讲者训练班，有34位到场。一星期的相处，使我们成为朋友，我们相互交心，都舍不得分开。为保持这些友谊，我和每个人都保持着书信来往，

而且告诉彼此的近况。我还和住在附近的妇女每星期三早上在我家举行一次聚会。我们都认为若不是自律地每星期聚一次的话，我们已经各散东西了。

### **解决方法 2：将他人的需要放在首位**

活泼型的人从不试图成为一个真正的朋友，关心别人的需要，或探访有病的朋友。我任圣伯那诺妇女俱乐部主席时，到医院看望生病的成员是我的义务。我总觉得很难完成，因为这样做对于我的性格来说实在很陌生，我会找各种借口试图逃避、拖延。一次我去看一位成员的丈夫，结果发现他前天已去世了。我不断告诫自己，别人的需要是重要的，于是自律地去作应做的事。许多次当我强迫自己到某个地方去时，上天都在深深地祝福我。

## 记 住

---

活泼型，是不容易成为“好朋友”的，但你为此而做的所有事都是值得的，不要为已有一些观众而满足，要成为一个朋友。

---

## **问题：活泼型打断别人的谈话，并为别人回答问题**

### **解决方法：别认为你能填补所有的空隙**

我过去常常觉得自己是上天特意派到人间的填补空隙的人。因为我常常觉得有话要说而又难以保持沉默，一旦别人稍微换口气时，我就会插进故事中。我从不觉得自己是在打断别人，而是把听众从沉闷中解救出来。我扮演着将手指插进大堤，保护这个城市免于了一场洪灾的英雄角色。我认为谈话就是一个不能有一点空隙的大坝，一有空隙，我就会冲上去填补，唯恐大家被沉闷所吞没。

费特觉得我这个狂热的填补空隙者实在太过分了，他努力地提醒我：沉默是金，谈话中出现一小段沉默，没有什么大不了的。我对他的话一直置若罔闻，直到我明白了自己的性格，并认识到活泼型者都有填补谈话间隙的强迫症。当我开始咬住舌头，强迫自己双唇紧闭时，我注意到费特开始说话了。大家的注意力从我这儿转到他身上，我发现他的谈话充满机智和乐趣。

一个订了婚的活泼型女孩沙朗告诉我，一次由于身体不适，她没有参加在教堂举行的圣诞节晚会。后来朋友告诉她，她的未婚夫在晚会上充满魅力，而他们以前从没发觉他如此有个性。她仔细想了想，认识到她从未

给他表现的机会。从此以后，她都会为他留下空间，并且欣喜地看到他表现得很出色。

### “非和平型”的菲尔

一天，我随意打开电视，看到正播放“菲尔·当纳汉时间”，菲氏正采访经济学家亚当·史密斯。我欣喜地发现他俩都是性格研究的典型教材：菲氏，一个外向的活泼型/力量型者，将所有人的注意力都集中在自己身上；亚当，深度的完美型（有天才的思想）与和平型（十分之低调，有智慧），总是平静地回答问题。

菲氏的言谈显得对性格缺乏研究。他假定因为亚当没有像他那么活跃的性格，亚当就是个有点呆板的人。

菲氏：看来你对这个话题不太感兴趣。

亚当：我相当感兴趣，只是没有像你那样的活力。

菲氏：我敢说你觉得很无聊。

亚当：我没觉得无聊，我天生就是这副模样。

听众向亚当提问时，菲氏总抢着回答。一次，在帮亚当回答完整个问题后，菲氏转向亚当说：“你就是那样想的，不是吗？亚当？”亚当回答“为何问我呢？”

确实没必要问，因为菲氏实在感到洋洋自得，告诉每个人他认为亚当会说些什么。活泼型的人总觉得他应代每个人去回答问题，因为他比其他人能回答得更好。

在家里玛丽缇和我总抢着回答别人的提问。一天晚饭时，费特问儿子学校的情况，玛丽缇马上回答：“我见他坐在校长办公室外面，我想他一定是做错了事。”

他们上的不是同一间学校，玛丽缇只是坐车经过，瞧见他坐在办公室门口。小霍德对她的回答十分不满，费特因此订下了一个我和玛丽缇永不会喜欢的规矩：只有被问的人才准回答问题。

这个纪律使我们的谈话慢了下来。有时当某人在慢慢组织他要说的话时，甚至出现冷场。

当你对性格有更多的了解后，你会注意到活泼型的人为别人回答问题是何等敏捷，快速得连他们自己都不知道哩！

## 记 住

---

打断别人，帮别人回答问题是不礼貌、不体贴的表现，最终只会令你不受欢迎。

---

### 问题：活泼型者无条理、不成熟

#### 解决方法 1：控制自己切实做事

虽然活泼型的人常被选为“最可能成功的人”，但他们通常并不会成功。他们有主意、有个性、有创造力，

但他们几乎都不能在某一时间将这些东西组织起来。如果幸运地得到一时的成功，优越感会冲昏他们的头脑。但若需要好几年的计划及工作，他们就会放弃并走向其它方向。许多活泼型的人往往在几年间跳槽，甚至转行。他们说，一旦觉得这个王国里的皇冠难以摘取，他们就会另谋高就。

许多活泼型的人做了牧师，因为他们喜欢站上讲台，喜欢一星期中至少有一小时所有的眼睛都望着自己。虽然他们有魅力、很风趣，但常常准备不足，直到最后一分钟才振作起来。

我参加过一个由一位英俊的牧师主持的婚礼。他在婚礼前出场，插上了麦克风，宣布开始的歌曲。突然他脸上出现惊慌失措的表情，他取下麦克风，在两个讲台间跑来跑去，在纸中乱翻。他忘了带写有新婚夫妇名字的书，而不知道他们是谁。婚礼开始了，他跑回讲台，重新插上麦克风，向着观众微笑。他主持得很好，但不提及名字的婚誓总令人感到奇怪。突然他想到了一个聪明的主意，他停下来，要求新婚夫妇跪下来，默默祈祷一分钟，他要求所有参加婚礼者低下头，闭上眼睛，同样作一分钟的祈祷。人们按他要求的做了以后，他迅速取下麦克风，打开侧门，穿过天井，消失在他的办公室内。很快他拿着书出来，踮着脚尖回到讲坛，插上麦克风，深吸一口气，然后说：“阿门”。然后他打开书，将剩下的仪式正确地主持完毕（那个无声的祈祷令所有的



人都低下头，而我没有，费特则算出他这次行动用了47秒)。

活泼型的故事通常很可笑。这说明了活泼型的人往往雷声大，雨点小，不能发挥自己的潜能。他们从不想今天就切实开始工作。今天肯定有别的事发生，他们只想享乐，而不想工作。

在辅导过程中，我发现活泼型的人大都认为他必须开始认真对待工作；计划好要做的事。他们承认还没有达到自己订下的目标，而他们很想有所进步。我花时间教他们应如何做计划，并帮他们付诸实施。他们可以计划得很好，但事情一变化就跟不上了。当他们记起要改变一下自己的时候，可能计划已弄丢了，而这个计划也许还没有开始实施。

这听起来像你吗？你们活泼型的人有最大潜能，活泼型可以达到任何事情的顶峰，但你必须从今天开始就要学会如何做事，如果等到明天，又会有新的事情发生了。

### **解决方法 2：要成长**

你这年轻人！

你这活泼型的心灵肤浅的男孩。

莎士比亚了解个性，所以在写到活泼型时，他指出他们的最大缺点——永远不想长大。他们希望像超人一

样，飞到永恒岛（Never - Never Land）上去生活，不用面对残酷的现实。

若一方或双方拒绝长大，生意或婚姻都永远不会成功。成熟不在于年龄，而在于我们有勇气面对义务与责任，并想方设法完成它们的愿望。

## 记 住

---

活泼型的人需要拯救者，他要：

管住自己的舌头。

控制自我表现的欲望。

对自己评价不至过高。

培养记忆力。

关心自己也关注别人。

留意别人，而少看自己。

考虑每事的代价。

---



## 第 9 章

# 让完美型 (M) 快乐起来

**完**美型的人是各种极端的混合体。他们同时具有最高和最低两个极端。他们喜欢研究个性，因为可为他们提供自省的工具——同时他们又抗拒这样做，因为他们担心这些理论太简单，太容易明白，不值得研究。他们拒绝被放在盒子里，贴上标签，因为他们觉得自己不像其他性格的人。他们是独一无二的，复杂的，甚至自己都不了解自己，所以当然不能被统归某一类去。

### 独一无二

有件事是真正的完美型永远相信的，就是世界上没有人和他相似。他永远能证明自己是对的，而世界是错的。如果人人能像他，他会很快乐。

我们在讨论会上最大的成功就是告诉完美型的人他们并没有什么特别。别人也思想，也观察，也一样行动。

当我们根据各人对自己性格轮廓的评分，将听众分组时，完美型的人很勉强地排队，他们不想“玩游戏”，好像上天也不许他们放松和享受一般！当他们围在一起后，情形就像揭开了面纱。他们都将椅子挪近桌子，他们都穿得很细致，手里都拿着笔，且对其他人满脸不信任。

在灯光下他们向周围望，开始分析这群人，他们发现自己与其他人其实很相似。当他们静静地互相观察时，他们感到性格研究是很有效的。有时，你会见到他们互相笑一笑，因为他们觉察到他们之间的一致性。

一个男人告诉我，认识到这真理的一刻是他婚姻的转折点。他是在活泼型妻子的坚持下到我们讨论会来的。他妻子以前曾离家而去，现在差不多又要这样做了。在他眼中，所有问题都是她造成的。她对生活太草率了；她收买孩子们，使他们都站在她那一边；在28年婚姻生活中，她都未能掌管家务。他就这样孤独地与妻子、8个孩子同住一个房间内，他的肉体、精神和感情上都是孤立的，一切让妻子自己承担。

当他那天到凤凰城去参加完美型的聚会时，他对会学到什么东西没抱任何希望。他告诉我当他坐下并环顾四周，就像看到自己的影子时，他震惊了。

“在那一瞬间，”他说：“我看到我妻子这些年与一个什么样的人相处，我能从别人的脸上看到自己。一个个高深莫测，自高自大，缺乏幽默。那晚我一回家就向妻子道歉，为这28年来一直给她一副石头一样的面孔而抱

歉，她哭着说，‘我从没想到你能像别人看你那样审视自己，感谢上天！’”

当我破天荒地用温暖及宽容将妻子紧紧抱在怀里，我知道我挽救了我们的婚姻。如果能认真审视自己的个性并从中吸取教训，我们的收益会有多大啊！

## **问题：完美型的人容易抑郁**

### **解决方法 1：认识到没有人喜欢阴沉的人**

在科尔曼的卡通片“男人和女人”中，一对夫妇面对面坐着。他看起来很忧郁，她便问：“如果你现在是高兴，那你难过时是什么样子？”完美型的人有时很难看出是喜是悲，因为他从不想让自己太激动，而事实上绝大部分生活都是严肃的。虽然完美型讨厌粗声粗气、喜欢操纵人的力量型，他不知道自己也在通过情绪控制着他人。当人们知道什么会令他情绪低落时，就会小心翼翼地避免。维持这种一触即发的紧张关系是十分困难的，所以人们在可能的情况下都会尽量不去接触这种人。

一旦你们完美型的人认识到自己感情用事，你们就能开始改善自己，就如活泼型要强迫自己有条理一样，你也得强迫自己快乐些。当我向儿子讲明这个道理时，他反驳说：“但我并不觉得快乐。”

“你无须觉得快乐，表现出来就行了。宁愿要假的快乐也不要真实的忧郁。”

要明白没人喜欢沉默无生气的人。即使你有一万条理由去上吊，也没人愿意听。完美型的人老了以后，经常会变得更忧郁。他们觉得没人再会喜欢他们，并有意证明自己是正确的。

一个小寡妇孤独地坐着，一个刚从教堂出来的好心妇人问她“你今天好吗？”

这个严肃的完美型，告诉她这个月来她碰到的每个麻烦。她对这些伤心的琐事喋喋不休，最后说：“从来没有人来看过我。”

好心的来访者走向阳光下，并决定以后再也不来看望她。小寡妇把来访者的名字列入了再也不会来的人的名单中，然后更对自己悲观的理论确信不疑。完美型只须认识到没人喜欢忧虑沮丧的人，他们对生活的看法就不会那么悲观。

### **解决方法 2：别自找麻烦**

完美型的人总将事情私人化，常自找烦恼。一个女孩告诉我，他丈夫常消极地看待每件事，“如果我们看了一场差的电影，他就使我觉得好像这电影是我拍的。”

完美型与活泼型及力量型最难相处，因为后两者想什么说什么，不会顾及后果。而完美型的人对每句话都预先想好，并认为别人也会这样，所以他相信每一句随意的话都暗藏深意。

当你们完美型了解了性格的差异后，就会如释重负。

你会认识到，也许这是你第一次认识到，活泼型/力量型不是冲着你来的。他们没花太多时间去猜度你，去谋算你。当你学着以他们的性格（而不是你自己的）来评价别人，你对别人就会有新的印象。你会向每个路过的人微笑，并再不会自寻烦恼。

完美型的人常常觉得被人遗忘，且不明白为什么人们不邀请他们参加社交活动；一旦被邀请，他们常给人消极的回答，令人败兴而回。一天我们邀请了一位妇女到我们家参加晚会，她不但没有一点雀跃，还说：“横竖我那天得整天外出，一件事也做不成，我想不如也浪费了那个晚上吧。”

有时完美型的人将好事变成坏事。上次我去剪发时，理发师一见我坐下就叹气说：“你女儿又给我添麻烦。”我想玛丽缇一定是预约迟到了，我问：“她做错了什么呢？”他答：“她老给我介绍新主顾。这个月起码介绍了10个，更糟的是，他们喜欢我的手艺，成了常客！”

一个朋友给了我一张在她祖母梳妆台上发现的字条：

珍妮两年没给我寄圣诞卡了。

淑儿没和我吻别。

艾娃走进院里没和我打招呼。

露茜并没有应我的要求带我逛逛。

哈哲不来看祖父，说她无此义务。



天晓得祖母打算如何使用这些信息，但她不会忘记这些，因为她将这些写下来了。

为测试完美型的人只记着消极一面的理论，我问一群与我一起工作的音乐家，是否能记起在低年级时老师对他们做过的坏事。所有的手一下子都举了起来，我们听了30分钟有关他们儿时的恐怖回忆。

一个人说起幼儿园老师不让他边吃饼干边喝牛奶；一个记起他被指控拉了前面小姑娘的辫子，而事实上是穿着绿衬衫的男孩干的；一个仍对那个因为不相信他能够将纸条带回家，于是将纸条钉在他身上的老师耿耿于怀。

费特能回忆起童年的许多事情。他在5个子女中排行中间，要享受特权嫌年龄太小，但引人注目又嫌年龄太大，他在家庭中经常扮演爱哭的角色，他的兄弟用爱哭孩子的“哇哇”来称呼他。现在虽然他已明白这主要是由于他的完美型性格造成的，他仍能清楚地回忆起不愉快的经历。

我完美型的儿子霍德只会在校舍被烧去一角，或毒品搜查行动使一半的八年级学生被投进监狱，才会表现少许的激动。缺乏悲剧色彩的东西不能感动他，他只对消极的东西感兴趣。

当一个人的精神总是集中在消极面时，就会渐渐变得沮丧及忧郁。完美型的人应将注意力放在积极面上，一旦发觉自己在注意消极面时，就必须将这种想法赶出

脑海去。

### **解决方法 3：别这么容易受伤害**

完美型的人实际上喜欢被伤害，而这个问题又使他们的视线集中在自己身上，更加顾影自怜。我丈夫费特少年时，是典型的完美型。某次他发现星期天的烧烤中他并没有分得一份带边的牛肉，由于他家里人都爱吃带边的烤肉，所以这令他感到被冷落了。于是他制定一份“烧牛肉表”，一连 16 个星期，每逢星期天，他都在表格上填上：“1 月 12 日阿进和狄克阿姨，1 月 19 日斯蒂芬和祖父……”一天他妈妈在打扫房间时在书桌上发现了这份只有人名和日期的古怪表格。他一回家，妈妈便问他那是什么，他便含糊地说“这是谁吃了带边烤牛肉的名单表。你会发现，在这 16 星期内，我的名字并不在上面。现在我可以证明，我是如何的被忽略！”

他妈妈不敢相信他会用那样的精神及时间来记这个吃牛肉边的记录；而事实上，他从消极面说出了这个被冷落了的事实。

许多完美型的人经常用自己的方式使自己感到委屈。在很小的时候，完美型的人就感到被抛弃和冷落。下面就是一个例子：

圣诞节时，6 岁的捷苏如预料的一样又过了不满意的一天。首先他给自己和表姐罗兰收到的玩具礼物列了一份清单，他发现她的礼物多些。虽然捷苏还有新衣服和

“星球大战”花式的被褥，他还是泪流满面哭着道：“圣诞老人更喜欢罗兰！”

#### **解决方法 4：从正面去看事物**

完美型的人刻意收集一些别人的批评，如果他们听见房间里有人提及自己的名字，就知道有人一定在说他们的坏话。相反地，活泼型觉得若有人在谈论他，一定是好事，他们相信古训“世上本无说人坏话这回事”。

完美型的思想就像是一个调到“负面”位置的收音机旋钮。但当完美型者决定凡事从美好的方面去想，而不是预感到阴云盖顶时，许多重要的事情都可以改变。试试去看人们好的一面。当事情变糟时，谢谢上天使你具有新的经验并找寻中间可以学到的积极教训。

#### **解决方法 5：读读《吹散乌云》**

在我的书《吹散乌云》中，我探讨了抑郁症的症状及如何自助，有哪些来自于外界的帮助及精神帮助几方面。这个简单研究对所有性格的人，特别是对完美型的人如何去认识抑郁大有帮助。

### **记 住**

---

**强调正面观点。  
减轻负面看法。**

---

## **问题：完美型的人自惭形秽**

### **解决方法 1：找出你没有安全感的原因**

由于天生消极的倾向，完美型对自己的评价十分苛刻。在社交场合他们往往感到不安。他们通常喜欢与活泼型作伴，因为后者能代他们与人交谈。我碰到过很成功的完美型，他们在专业领域内闻名全国，却因可能被邀请在晚餐会上进行几分钟的演讲而怕得要死。完美型的人过低的自我评价往往来自于小时候家长和老师对他们的批评。因为完美型的人充满着消极的思想，人们就很容易给他们更多的负面思想。我在妇女俱乐部就注意到，越是因批评而动摇的主席，就越会被批评得体无完肤，而那些不理睬批评的人则无人会抨击她们。

我为妇女们做了一个自我形象评价表。这要求她们对自己的头发、体重、眼睛、才能、精神及素质许多其他因素进行评价。当每个妇女都立刻写下她们的反应后，我要她们再看看这张表，然后想想首次听到这样的评价是在哪儿，是母亲告诉她头发很差的吗？她父亲说她并不很聪明？做这简单的练习时，许多人都顿悟过来，她们开始明白为何自惭形秽。跟着我要她们估计一下这些评价到今天是否仍然有效，或是已经过时。若仍有效，我们一起订一个改进的计划；若只是个虚妄的神话，就让上天将这些虚构的消极念头从她们脑子里被赶走。

### **解决方法 2：留意听听“假谦虚”说话**

由于完美型自我评价低，他们往往需要十分含蓄的称赞，这点，就连他们自己都没有意识到。他们常会说：“我从来没有做过，我的头发总像一团草，我不知穿什么好。”说这些话时，他们觉得自己很谦卑，但实际上他们就像摇着红旗在说：“我没有安全感。”完美型的人实际上想做的是要别人抬高自己的形象，迫使我们说出恭维话，然后他们可能马上反对。

## **记 住**

---

**完美型者有最大的潜力取得成功，  
别成为你自己最坏的敌人。**

---

### **问题：完美型的拖拖拉拉**

#### **解决方法 1：开始工作前找出“必要的元素”**

因为完美型本身是完美主义者，他们常常避免开始做某些计划，因为他们惧怕失败。

当我们住在康州时，费特决定建立一个完美型音响系统，他首先在客厅墙上开了个大洞，然后将扩音器放在里面，唱机就藏在小柜里，但扩音器成了客厅的焦点，

破坏了整间房间的布置。我尝试劝他放点什么——任何东西——盖住这个黑洞。但他非要等到找到了合适的东西才去做。我找到一幅可以挂在那儿的画，但会露出一块石膏凿眼，费特觉得这影响了声音，也不让我挂。我每个建议都“不合适”。我将钢琴放在洞前，上面堆了诗集，但效果不佳。我试图摆上一大盆花，但这只会把人们的注意力引向它后面的黑洞。圣诞节是一年中最好的时候，因为一颗大而茂盛的树盖住了那个洞，而且人们被从树后发出的音乐所吸引。两年后，费特终于承认他也许永远无法找到“合适”的东西，于是我让木匠在墙上做了一个小木橱。直至我与费特就此讨论了数月后，他终于说：“我想这是合适的东西。”完美型的人，在你达成你完美的计划前，不要因为你一流的计划而耻笑我们。

### 解决方法 2：不要花太多时间作计划

一位女士告诉我，她丈夫在开始建一个小院子时确实准备好了一切，但一袋袋水泥放在草坪上，压坏了草，一辆破旧的手推车靠着前门放了好几个月。每次她报怨这些时，他都说在准备好整个院子的完美计划前，他无法动工。他仍在考虑如何布置，她已在手推车里种天竺葵了。

阿丽尼要丈夫做几个简单的书架，他用了几个月来画草图。贾姬丈夫为儿子做鱼缸架，她给我看了四张他

画的图纸，而鱼缸架还没开始动工。

若我叫费特挂一幅画，他肯定要研究墙壁。通常墙都会有一点不平，而这是叫人沮丧的，他一定会测量墙壁的长度和宽度以及画的尺寸。他需要大小符合的钉子和一把小锤子，但通常都难以找到。我如果要想很快挂上画，就抓起能找到的第一个钉子和一双旧鞋，在我认为合适的地方钉上钉子；如果不合适，我就拔出钉子，移开几英寸再钉，几次尝试后，总能找到正确的位置。当我们上一次搬家时，费特取下画，看到画后的好几个小洞时简直气疯了，他不得不把那些洞补上才能把房子卖给别人。

## 记 住

---

若完美型的人不把那么多时间花在计划上，就不会迫使我们毫无准备地行事，事后又要花工夫去补救。

---

**问题：完美型的人对别人的要求不切实际**

### 解决方法 1：放宽标准

因为完美型的人标准高，他们每件事都要做得最好，但若将这些标准强加给别人，这就是性格的缺陷。

一个活泼型女孩在讨论会上说：“婚后，我那完美型丈夫对我做过的每一件事都加以纠正，就算死他也会要我回来再死一次，因为我从没有试过第一次就做对的。”

我在棕榈泉开讨论会时，一个非常优雅的完美型女士走过来对我说：“我以前从未听过性格研讨课程，我想知道这能否解释我那怪孩子身上有什么问题。”

她接着告诉我她家里“正常”的标准。她，她丈夫及一个儿子都是完美型的人，他们什么事都井井有条。她将杂志整齐排好放在咖啡桌上，每本杂志都放得刚好能露出下面一本杂志的名字。且杂志距离桌边正好是两英寸，按时间顺序排列。在下一期到来之前，谁也不准看杂志，这样杂志就能保持新鲜、干净。一天她“有怪癖的儿子”（那时10岁）走进客厅，将所有的杂志推到地上，抓起一本，撕下封面，捏成一团，扔到她脚前。她被这种不正常的行为气疯了，她给她儿子找了一个儿童心理医生。

当我们讨论这个问题时，我告诉她，若完美型的人认为每件事都“只能这样”才是正常的，这种经常的压力足以使一个活泼型的孩子发疯，他不能再忍受这种木偶式家庭的生活。了解性格对于与他人相处是极有帮助的，这位妇女的高标准对她及另两位完美型者来说很好，但要活泼型的人同样遵守是不可能的。当她明白这一点之后说：“我以为这是精神上的问题。”

“若你继续如此的话，他便真的会变成精神问题！”



我答道。

### **解决方法 2：对于能了解自己的性格心怀感激**

研究性格对完美型的人来说有很大价值。他们开始了解到为何别人的行为及反应和他们不一样后，就能开始从积极的角度处理与家人和朋友的关系。

许多完美型的人总觉得自己有问题，因为他们看起来不像其他人那么轻松和愉快。人们告诉他们要快乐一点，轻松一点，他们却背道而驰。太多的完美型告诉我，当他们知道自己不是精神问题，而只是四种性格类型中的一种时，真使他们如释重负。

琳达·斯瑞伯从拉古那来信说：

性格这部分内容的价值对我来说简直难以用文字表达，我差点不敢相信这些来源于希波拉底时代的理论。我到今天才第一次认识到，我是个真正的完美型，性格研究解决了我思想上的许多问题。我被朋友伤害的次数数不胜数，现在我轻易看出我大部分朋友是活泼型，他们并非有意伤害我，只是我太敏感了。使我震撼的是这些如此简单！以往我常常有着比他人强烈的感受，我总怀疑自己有严重的情绪问题，我认为自己没有朋友，甚至没有亲戚，我现在能很轻易地看到全局。我了解到完美型与别人

相比，并没什么不同，只是四种基本性格中的一种之后，感觉好像心头的重担全卸下来一般。

## 记 住

---

世事难以尽善尽美，放松些。

---



## 第 10 章

# 让力量型 (C) 缓和下来

**正**如和平型认为他们的缺点很微小，完美型认为他们是现实和没希望的，力量型的人不相信他们有什么地方令人讨厌，因为他们总认为自己是对的，所以自然地认为他们不可能有错。

从儿时开始，力量型的人在任何情况下都好胜，想尽办法不丢脸。

5 岁的力量型布赖恩正准备穿一双旧球鞋参加一个生日晚会，他妈妈叫他回房间换上一双棕色的鞋。

“我讨厌那双鞋，”布赖恩说，他力量型的妈妈回答说：“我不管你是否喜欢它，都必须穿上。”

布赖恩遇上麻烦了。他想去，但又不想穿棕色鞋。他力量型的性格令他不能妥协，但是车子是由妈妈驾驶的，他从以往的经验得知，妈妈是言出必行的。

站了一会儿，他提出了力量型的解决方法来挽回面

子：“我会穿上棕色的鞋，但是从晚会回来后，我要把它扔进垃圾堆去，永远不再穿它。”

布赖恩觉得他已取得胜利。

### “没有错”先生

一天晚上，在一个婚姻研讨会的中途休息时间，一个力量型男子从走廊上走来，挥动着他的关于性格的资料。

“我拥有所有这些优点而没有一项缺点。”他嚷着。在其身后的和平型妻子，不以为然地摇着头示意“不”，但不敢吭一声。

“另外，”他说，“它们甚至不是缺点。”

“你这是什么意思？”我问。

“喏，看看这个词‘没耐心’。如果所有人按我吩咐的去做的話，我从来不会没耐心。”他对他力量型的特性感到骄傲，总而言之，只有力量型的人能说，“没耐心不是我的错，错在他人。”

这正是力量型存在问题的核心所在，也是他们不改进的原因。他们总是能够对“不是我的缺点，错在他人”做出合理的解释。一旦力量型的人意识到他的缺点时，就会很快改进，因为他是目标主导型的，并要向自己证明：只要他下定决心，就能征服一切。

## 问题：力量型的人是强迫性的工作者

### 解决方法 1：学会放松

力量型是出色的工作者，他比任何性格的人都能干；但在另一方面，他不会自我放松和减压。他勇往直前，不识自制。由于我和费特都有些力量型，你可想象出我们的活动。如果我们坐下，就会感到内疚。生命就是为了不断地取得成功和成果。

所有房屋的建造都是为了被修缮的。  
所有的膳食都可以煮得更好些。  
所有的抽屉都可以整洁些。  
所有工作都能完成得快捷些。

力量型的性格促使我们前进、前进、再前进。只要有些东西是你能够做的，便不坐下来，要起来工作！

我曾经对一个和平型的朋友说，我如何强迫自己去休息。唯一使我能睡午觉的办法是我认为睡觉是达到健康目标的一个阶梯。

“我休息的时候。”我解释道，“也在计划着醒来后如何立刻继续工作。”

“那太有趣了，”她说，“你休息时总想着工作，而我正相反，当我工作时总是想着要休息。”

我们彼此都笑了，因为我们意识到我们之间有多么大的差别。力量型喜欢工作，而和平型喜欢休息。

去年我和费特决心要休息了。我的弟弟罗建议我们去巴哈马的某一个海岛，因为那儿太远了，我们可以放下一切专心休息。我们飞往那个天堂；在那儿我们计划除了休息不做任何事情。

第一天我们没吃早餐（我们错过了）。第二天早餐后，我们开始游览这个狭长的小岛。我们正处于岛中央，发觉只有两种选择，向左走或向右走。在午饭前，我们两个方向都走完了。

午饭后，我们回到房间，坐在双人床上。费特取出书写板和书写纸说：“该计划一下我们的假期了。我们最好在餐厅服务员离开前吃早餐。我们要充分利用时间，在早上9点30分穿上浴衣，然后向左走。由于我们要把皮肤晒得黑黑的，我们要在沙滩上躺到11时再回到房间换衣服，吃午餐。”

我不断点头，费特写下每一分钟的计划，直到下午时向右走。

此时我意识到我们正在做什么。需休息的力量型正在计划着每一天，以至我们不会浪费了我们的假期。虽然我们明白为什么我们选择这个偏僻的地方，但休息与我们的性格太不相符了，所以我们计划好一切的作息时间。

力量型的人必须认识到他们易患心脏病，他们必须

学会休息。我强迫自己休息，当我旅游时我规定适当的时间睡觉，虽然晚会仍在继续，我会说晚安，然后离开。

力量型从不懒惰，但必须认识到，他不必要整日不停地工作。

### **解决方法 2：阅读《当我休息我感到内疚》**

力量型者难以自我放松。蒂姆·汉祖为力量型的人合身订著了一本书，名为《当我休息我感到内疚》。他说：“我总是难以使休息时间成为我生活的一部分。很少人会责备我工作得太少。我正好有相反的问题，我认为工作 10 个小时是好的，工作 14 小时就更好了。”

他问其他工作狂：“你整日忙于工作，直到现在从未享受过，这是可能的吗？玩耍和休息是你日常词汇中的外来语吗？你最后一次放风筝，最后一次骑自行车，最后一次做手工艺品是什么时候？你最后一次畅快玩乐，开怀大笑是什么时候？机会是有的，但不多啊！”

蒂姆曾对我和费特说，我们不必要计划我们的假期或催促我们的孩子这个那个，我们只管休息而无需感到内疚。因为我和费特能正视这个弱点，所以我们开始休息放松了。我不再要求他每个周末清理花园，不再因为房子不像博物馆那样整洁而感到内疚。

### **解决方法 3：减低对别人的压力**

力量型的工作能力当然要算是他的财富和责任。从



商人的眼光看，追求进步和成功使力量型成为成功路上的王者。不论男女，力量型的人很少为目标而长时间地苦干。他们比其他性格的人更易迅速地取得胜利。活泼型要力量型督促他们把工作完成，完美型要力量型强迫他们分析现实的处境，旁观多于动手的和平型需要设立目标，而这对于力量型却是与生俱来的，这些成功的驱动力都预先包装在力量型的身上，而其他性格者在他们等到梦寐以求的目标前，这些驱动力已枯萎了。

力量型的目标单一，他不允许任何东西挡着他的道路，正是这种驱动力使他们成功而其他性格者望尘莫及，不过这种驱动力他人也可拥有。

多拉斯·雪莉谈及她丈夫多恩，迈阿密海豚队的教练，“我相信，若我明天死去，多恩一定会设法保存我的遗体，直到季节赛过去，他有空时才办个大葬礼。”

我宁愿工作，不干他事。最近在去凤凰城途中，我和玛丽缇不得不到加油站去，因为她的车坏了。一路上我都专心准备着我的演讲训练研究会的提纲和笔记。来到车库，我一下车就把文件按顺序放于车蓬上，而车后部正用千斤顶慢慢顶起。霎时我发觉我在干些什么。我太忙于工作而不能停顿，别人在我周围忙个不停地修车，我却在车蓬上铺满了我的文件。我不能休息，我有一种强迫感要工作。

力量型的人必须认识到，我们成功的迫切感对我们周围的人产生了可怕的压力，使他们意识到如果他们不

分秒必争，他们将成为二等公民。我对我周围的人施加了压力。力量型的人一定要避免成为工作狂，那么众人才愿意和我们在一起而不会因为紧张而逃避。

#### **解决方法 4：安排娱乐活动**

因为力量型热爱工作，即使在假日里也是如此，一些力量型的人便想出了一个新职业——休闲时间顾问，这是最合逻辑的。因为力量型可以一面利用休闲时间做生意，一面又雇用人为他们去寻找乐趣。在一篇叫《他们帮助你安排娱乐》的文章中，切斯特·麦克韦博士，一个娱乐休闲生活顾问，评价我们这些工作狂说：“他们自设障碍不让自己快乐，对娱乐感到内疚。我们帮助他们打破这些障碍。”

对工作狂的研究表明，他们不像其他性格的人一样需要变换，他们热爱工作。他们没有心理问题——一个令研究人员惊讶的事实，当然这些神经病研究人员全是属完美型的。

力量型者就是喜欢工作。

在《你的享乐就是大量的工作吗？》一书中，美利·卡里奥问，“娱乐对你有害吗？当你需要刺激时，你感到娱乐是无聊的吗？当你寻找放松时，娱乐使你紧张吗？”然后她指出，对每个人来说，如果他的工作是活动的，安排一定的时间休息是很重要的，如果他的工作是沉静的，运动对他就很重要。力量型者需安排悠闲的娱乐活

动。

## 记 住

---

你可以放松而不必感到内疚。

---

### **问题：力量型者必须取得控制**

#### **解决方法 1：响应他人号召**

对于极端的力量型，我发觉他们只有处于控制人的地位时才感到舒服。玛丽缇与一个典型的力量型谈恋爱，他是欧洲大陆人，很有魅力，当我们在他的那个区遇到他时，他热情地接待了我们，他赠送昂贵的钢笔作为餐前礼物，给服务员很多小费。但是，当我们在家里款待他时，他很不自在，而且不怎么礼貌。我们分析这种反差极大的行为，认为他不在主宰局面的情况下会感到不安全。

力量型必须学会适应社会环境，当他不在主控地位时要休息放松。他必须让别人有发挥决策和组织活动的机会。他必须参加他没有参与计划的活动，与不是他自己选择的领导合作。

### **解决方法 2: 不要小看跟随者**

力量型的重大缺点是他太固执地认为他总是对的，不用他的方法看待事务的人都是错误的。他总是懂得用最快最好的方法去完成工作，并指使你去做，若你不响应，就是你的错。他永远高高在上，俯视他所所谓的“傀儡生活”。这种优越感会在心理上对他人造成伤害。

因为力量型重视自身的优点，所以他对其他人的缺点缺乏宽容。他不能容忍病人，正如我一个朋友谈到她的丈夫，“当我病了，他把我放在床上，说‘当你好了就出来’，然后关上门走了。”

一个力量型的人对我说，“我讨厌不可靠的人，我只想摇醒他们。”不能容忍他人的缺点是力量型的最大缺点，力量型不了解不喜欢他们的人，认为所有其他的人都是弱者或傻瓜。力量型的人难以理解为什么不是所有人都听从他的指示。他所希望的是每个人都被他的程序所推动，被他的意念所启发。

当力量型的人了解了各种性格后，他会改变他的领导方式，使之适合每个不同的人。当他不了解其他人的性格时，他会按自己的原则去团结其他的力量型而将其余的“傻瓜”踢在一边。

### **解决方法 3: 停止支配他人**

力量型有惊人的方法能指使他人去工作而不理会他

们是否反对。活泼型具有魅力而力量型具有控制力。活泼型和力量型的混合者有魔力一般的控制方法，使被支配者都认为应该这样做。

玛丽缇 12 岁那年，她想参加为期一日的“耶稣大巡行”。而我拒绝了她的要求，直到我收到这张便条：

让玛丽缇去耶稣大巡行。  
若你在猜想是谁在对你这样说，  
告诉你，我是上帝。我会陪着她，保护她的。  
她会在周末为你做家务的，  
如果你让她去，你的事业会受到保佑。  
我知你会让玛丽缇去的。

上帝

谁能违反上天的意旨呢？

比玛丽缇更具力量型的罗兰是一个出色的支配者。一天她向我提出一个假设性的问题，当时她的德国刚毛犬魔尼正怀孕，她问：“如果你是魔尼的儿子，你希望我将魔尼哺养成为冠军还是成为一只普通的德国刚毛犬呢？”我不想回答这问题，因为我根本不想饲养什么动物，为它们拖地板。“若我要养一只狗，我希望它成为冠军而不是一只平庸的小狗。”

罗兰立刻同意说，“我就知道你和我的想法一样。在

星期三，魔尼产子了，我需 350 元，而你可用两种方法支付。你可一次把钱全付给我，或者，我可保留向你索取这只小狗饲养费用的权力，可分几年付款。”

我听了目瞪口呆，两分钟后，我才明白自己已从在任何情况下都不想饲养小狗被推到要无偿地饲养德国刚毛犬了。

当我恢复镇静，我的力量型性格坚决拒绝这种承诺，我觉得我被打败了。力量型永不放弃，罗兰把魔尼和普通狗一起饲养，而把一只小狗当作圣诞礼物送给我。

这两则家庭故事很幽默，大多数力量型的诡计不是这样有趣的。虽然力量型的人会暂时控制人，但当人们发觉时，他们会发怒地拒绝一切。要和朋友及商业伙伴长期维持关系，力量型的人必须暂停控制他人的行为，与人坦诚相对。力量型的人拒绝接受这个方法，因为正是这种控制诡计而赢得无限的胜利乐趣。如果力量型能认识到控制他人的行为是一种多么不受欢迎的性格时，他们可能会有所改变。

## 记 住

---

停止支配他人，  
不要把别人看成“傻瓜”。

---

## **问题：力量型不知如何处理人事**

### **解决方法 1：耐心**

我爱一句格言：“你的生活是否充满了坎坷和诱惑？乐观些，因为当道路坎坷时，你的耐心会创造机会。因此要有耐心，不要因困难而辗转不安。”对那些要求自己方式完成任何事情，和对任何困难都辗转不安的力量型，这是多么伟大的格言啊！力量型天生缺乏耐心，但只要他认识到这是一个问题，这个弱点是可以克服的。

由于力量型比其他性格的人能更快地完成任务，因此他们难以理解为什么别人不能与他同步。他们认为沉默的人是愚蠢的，不好胜的是弱者。从他们自身优点和自信的角度看，他们判定别人低人一等。

从对各种性格的研究中，力量型的人所能得到最有价值的东西是，认识到他完成任务达到目标的能力，经常是个人关系中的一大障碍。没有人喜欢独断专行的、无耐心的、使他人感到不可靠的人。要是力量型的人可以放松自己，使自己休息片刻，并去思考自己是否侵犯了他人，他就会迅速改善自己的行为，而真正成为他梦想的领导者。

### **解决方法 2：保留观点，不问不言**

因为力量型有强迫性的力量去更正错误，所以他认

为有麻烦的人都会喜欢他的解决办法，他感到应该就像个领导，给需要帮助的人发出指示，不管他们是否要求帮助。我们的好友约翰驾车由山上下来，他看见前方有一辆卡车像狗一样慢慢爬行着，只是稍微向一侧倾斜，由于卡车看上去是崭新的，约翰就认为那位驾车的男子一定买了辆有问题的卡车，会愿意听听他的意见。于是他追上卡车，示意男子把车停在路边。那男子没有理会他，约翰就一路鸣响喇叭，指着路边。最后那男子让步了，停了下来。约翰对满脸惊疑的男子说，“你的卡车有问题。”

“什么问题？”

“它倾斜了，是车框弯了，一定是在装车时车框掉了下来。你应该将它送回到经销商那儿，他们不应逃避这个责任！”

一番话后，那个站在卡车边的男子非常沮丧。约翰对他的行为很满意，驾车而去。但不是所有的人听了力量型认为有帮助的建议后都会高兴的。

### **解决方法 3：尝试用较低调的方法处理事情**

在一项调查中，我参加了一个性格研讨会，研究什么性格最令人讨厌，结果表明“专横的”性格最惹人讨厌。没有人喜欢专横的人。我要求会员们写出自己有什么坏的品性，结果没有一个人认为自己是“专横的”。结论显然是，专横的人不会用别人看他们的眼光来看自己。



他们认为自己是对他人有帮助的，他人应该感激他们的指导。

因为力量型的人思维敏捷，判断力强，注重完成工作，所以他快言快语，不顾及他人的感受。他认为自己对完成目标有帮助但其他人认为他是专横的。

力量型的人不单语言专横，而且所写的便条也如此。一天，活泼型的珀珠带来了一叠纸条，她显然很不开心，把便条摆在我面前说，“你看看，我妈妈给我写了些什么！她不在家时我回家暂住。看看这些条子！”第一张写着：

珀珠：

还给我那只红色的单斯克茶壶！

(力量型喜欢在字下划线和感叹号强调他们的意思。)

第二张写着：

珀珠：

请记住，离开之前熄了炉子，不然的话会浪费。

第三张纸条贴在洗衣机上：

珀珠：

洗衣后关上两个龙头，若让它们开着，房间将会被水所淹。另外，在每次干衣后，清理干衣时所留下的毛絮。

珀珠是个活泼型，她不太注意这些纸条。一天她妈妈突然回来，发觉屋子一团糟。她写下最后一张纸条：

珀珠：

我回来时，看到屋里的情况，我很不高兴。

我发觉烤炉很脏，你也没有开防盗器（我们装置它是为了保护我们的财产）。

你可想而知我有多么生气。

如果你使用我们的房子，就要使它像使用前一样的整洁。

爱你，妈妈

珀珠很不开心，纸条也令我震动。自问我是否会写出这些东西。它们是力量型的人发出指令的最好的例子，他们认为那是公平的（而别人则认为这是专横的）。

#### 解决方法 4：停止争论，别惹麻烦

因为力量型认为他总是对的，所以他喜欢挑逗迷惑的、无知的公众进行斗争，而最后他总能取得胜利。骗“傻瓜”们上钩以证实他们的错误，已成为力量型挑战性的嗜好。

费特的弟弟斯蒂夫过去常研究《读者文摘》中的“易读错的词语”，并摘录纸上，放于钱包处，然后等待无知者犯错。若有人上钩，他便欢天喜地地学着别人的发音，说：“我想你会发觉你读错了这个词。”使对方结结巴巴，然后斯蒂夫从钱包中取出证据，指出正确发音，

将那人彻底击败。只有力量型的人喜欢这种利己主义的“击败傻瓜”游戏。

力量型的人喜欢争辩，不管是开玩笑的还是严肃的，这种搅乱问题的行为是极差的性格。

## 记 住

---

没有人喜欢无耐心、专横的捣乱鬼。

---

### 问题：力量型是对的，但不受欢迎

#### 解决方法 1：让他人对吧

劝告力量型的人是很困难的，因为他总能证明为什么他是对的。由于他是完美的，所以如果是错的事情，他不会去做。力量型的人就是不会错。他不会心服口服地承认他有可能会错，经常，这种不可辩驳的意见，使得人们无法接近力量型的人。

我的弟弟朗劳对我讲述了他与一个力量型的人争吵的经历。他想得到一副双光太阳镜，送给妻子。他将自己的设想讲给一个力量型配镜师听，然后把眼镜度数单交给他，此人答道，“那是不可能的。”我的弟弟，也是一个力量型，他继续坚持他的意见，不肯放弃。

“你不明白我说什么，我需要的是一副普通的太阳

镜，镜片做成近视镜，那么我妻子便可以在泳池边看杂志了。”

那人发怒地答道，“不可能的。”

我弟弟继续解释，配镜师毫不让步。最后朗劳从那人手中夺回度数单，说道，“我到别处配制这副眼镜。”

那人大怒道：“如果你能在别处配到你想要的眼睛，那么他们一定是搞错了。”

这是一个典型的例子，描述了力量型多么固执己见。

### **解决方法 2：学会道歉**

因为力量型见识广博且自信永远是对的，所以他难以想象他要道歉。他认为“对不起”是有缺陷的标志，像逃避生病一样逃避它。我们和一个力量型的年青人在一起住了一年，在此期间，他随意批评我们，从不认为自己有什么不对。一天早餐后他才起来，找到一些冷麦片，他拿了我的那盒麦片，直接了当地说：

“你知道我不喜欢这种麦片的，你不能有一些我喜欢的食物吗？”他将麦片扔在一角，没吃任何东西就气冲冲地走了。霍德，当时才 12 岁，目睹了一切，静静地走到我面前，用忧郁的声调说，“我代罗伯特向你道歉，他对你不礼貌，但我知道他是不会道歉的。”

霍德说对了，罗伯特从不道歉。他对该情形只会说：“很不幸我对你不了解，麦片我吃得太多了。”力量型者就是不能面对现实，说句“对不起”。

我在棕榈温泉登机时，一个恼怒的力量型坐在我旁边，“那些白痴叫我再次经过检查关卡，我只是出去买本杂志而已。我对他们说我已经走过检查关卡了，没有必要再走一次，但不管怎么说，他们还是要求我再来一次。”他大怒，所以我不发出任何反对的意见。与一个力量型的人讲道理是很困难的，因为他们认为自己的一切问题都出在别人身上，并以此合理解释自己所有的错误。

### 解决方法 3：承认你有某些缺点

由于力量型有作为领导者的巨大潜力去创造一番事业，他能从研究各种性格中获得收益。他应发扬做事迅速、决定果断的优点，根除自负、无耐心的缺点。

不过，力量型正是他自己最大的敌人。他将自己的优点纹在右臂上，而将缺点归咎于他人。拒绝看到自己任何缺点，使他的能力范围不能更进一步。

莎士比亚笔下许多英雄人物，都是悲剧性地毁灭在自己的缺点上。力量型的悲剧性缺点就是他不能看到他有任何缺点。正确和受欢迎两者，他更注重前者。当他一旦站稳立场，便不再具有任何弹性。

## 记 住

---

只要力量型的人放开胸怀，  
自我检查缺点，承认缺点，  
他将成为一个完美的人。

---

## 第 11 章

# 让和平型 (P) 振奋起来

**对**于每一种性格来说，都各有长短。和平型的人比较低调，所以也有其低调的弱点。力量型的优点一眼即可看出，而他的缺点也显而易见。和平型的优缺点都是深藏不露，和平型的人不能想象他们是好胜的，因为他们是那么的文静和友善。在讨论会中我感到难以与和平型者沟通，因为他们通常都感到困倦。

一天，我突然有一想法：和平型者的最大优点是他们没有明显的缺点。和平型者没有脾气，不会让自己情绪低落或招惹麻烦。他只是缺乏热情，不愿意暴露自己的优点，无主见。他的缺陷无伤大雅。

**问题：和平型的人不易兴奋**

### **解决方法：尽力获得热情**

和平型令人懊恼的缺点是他对任何事情都没有热情。一次我问唐·空军（罗兰的一个男朋友）他是否曾为什么事情感到振奋，他沉默片刻说：“我不记得在我生活中有什么事情使我感到兴奋的。”

虽然这种弱点不太明显。对于和平型的人来说，他们对于伴侣们的伟大目标一点也不感到热衷，实在使人气馁。当你满脑子装着周末各种美好计划，蹦蹦跳跳地回来时，和平型的人却冷淡地说：“那听起来没有多大乐趣。那么为什么还要去呢？我宁愿留在家里。”这样会将富有创造性的伙伴的热情一扫而光的，不管到最后周末发生什么事，他们中总有一个会不快乐。

力量型的女子会被和平型的男子所吸引，因为他外表冷静，有一定程度的吸引力，力量型的男子会选择和平型的女子，因为她温柔、单纯，在这个残酷的世界中需要保护。

婚后力量型的人有条有理地制定他们的目标和规划，期望有热切的反响。当和平型者说：“我毫不关心。”力量型者将会垂头丧气，然后再尽力提出更活跃的建议，以期望得到较佳的回应。力量型对和平型了解得越少，计划就越宏大，越需要反响，这使和平型的人害怕且更不兴奋。

我毕生努力使母亲对我的成就感兴趣。当我写出我

的处女作时，我想，我做了一些事情会令她深感振奋。不是每个女儿都有著作的。她一定会喜欢的！我把作品献给她，我一定会成功。

我把书递给她，让她看献词。然后我等待她看到自己的名字印在书上时高兴得忘形的样子。但没有任何反应，她翻到第二页。我注意到，那几天她看那本书时，她的表情仍然没有任何改变。当她读完那本书，便轻轻合上，看着窗外。我耐心等她讲出一些评论，但她始终没吭声。最后，我对罗兰说，“去问问外婆，她是否喜欢我那本书？”“我喜欢。”我妈妈答道：“它果然是一本书。”

当和平型的人发觉他们拒绝产生热情会使他人不安，他们会运用这种无声力量作为控制方式，暗地里偷笑。在一个周末静修所中有好几个演讲者，主席问一个和平型女士，她最喜欢哪一讲演者。她沉默片刻，说：“我需要多点时间才观察到。”

主席问另一个和平型者，“你会再次参加吗？”她的回答是“可能吧，或者更可能的是我介绍他人来参加。”

一个活泼型女子是研究会的成员，“我丈夫是一个典型的和平型，他甚至可在争论中睡觉。”

李娜说：“与我丈夫在一起，我像是清谈节目的主持人，他回家就静静地坐着。我靠着他说：‘亲爱的，你叫什么名字？’如果我能引出他一言半语，我就谢天谢地了。”和平型就是对任何事情都不感兴趣。



两个和平型者结合在一起一定不会产生激动人心的问题。我所认识的这种组合的夫妇相处得很好，生活过得那样平静，但他们经常说：“老实说，我们也很闷。”

一个年青女子对我说：“我们结婚一年了，已没有什么事情想讲或想做了。”另一个女子说：“每晚我问他，‘你想干什么？’他答道，‘随便，你想做什么？’由于我们都没有意见，我们什么都没做。”

另一位女士解释道，“我们相处得很好，我叫他挂一幅画他说好，然后却抛之脑后。但我也是和平型的人，所以我也不在乎。”一个无意听到该话的男士同意道，“一年前在我们新搬入这房屋时，我们将相片摊在饭厅的地板上，我们打算将它们挂起来，但这件事不显得太急啊。”

我们研究会的一位和平型主席说，“我和妻子都是和平型，每晚我回家，她就问，‘你想吃些什么？’我就问，‘你有什么可吃的？’她说，‘没有什么！不如就看电视算了。’我点头同意，于是我们便呆站着，在冰箱前决定吃什么好。”

## 记 住

---

振作起来，一月一次，  
继而不断改进。

---

## 问题：和平型的人拒绝改变

### 解决方法：尽力尝试新鲜事物

一晚，李的和平型丈夫彼特回家说，“快穿衣服，我带你出去。”她很兴奋，开始考虑穿什么，她问，“你带我去哪儿？”彼特说：“去华德商店买垃圾筒。”我问她：“你对那建议有何看法。”她答道，“我穿上衣服便和他出去了。”她想，这是他本月中想出的最令人兴奋的事了。

不幸地，这种事件成为和平型的准则，他们不需要娱乐，并认为别人也无需娱乐。我看过一部动画片，是描述和平型的人：他睡在老鼠洞旁的地板上，高举铁锤，准备当老鼠一露头就将它击毙。他妻子看着他叹息道：“我和亨利的另一个令人兴奋的晚上。”

一个和平型男子向我请教如何维持单调的婚姻生活。我给他一些新的想法，他回答说，“我想我还是假装一切没事吧——改变可能更糟。”

## 记 住

---

尽力想出一些新玩意，至少一个星期一次。应为你的伙伴做些改变。

---

## 问题：和平型看似懒惰

### 解决方法 1：学会接受生活的责任

和平型最主要表现是非常懒惰，希望得过且过，回避一切工作。我选一名女士当妇女协会主席，她问我，“我要做些什么吗？”她不介意头衔，只要不用她工作。

吉尔要搬家，这件事令她很烦恼。她叫朋友帮她收拾，三个月来，她们都在讨论什么时候去帮助她。在一个约定的日子里，她的力量型的朋友准备开始工作。而吉尔换上尼龙衣服、高跟鞋，显然她不打算自己搬运重物。虽然再过一天就要搬家了，吉尔却没有准备纸箱和袋子，她没有收拾任何东西，相片仍挂在墙上，厨房堆满了脏碗碟，还有一大堆脏衣服要洗。

一个朋友告诉我，“她期望我们去做。”

若你真的想让他人去做，至少要聪明地不去暗示别人。

和平型的菲尔舒舒服服地坐在火炉边，而他力量型的妻子正忙于把滑雪旅行所需物品搬上旅行车。他还发表意见说：“如果你每一次旅行少带一些用品的话，你就不要花这么多时间收拾了。”他并不明白为什么妻子用滑雪板敲他的头。

在我们的研究会上，当分组的时候，和平型的人从不知道该去哪一组，只是盲目地跟从他们的伙伴。他们

的伙伴（通常是力量型者）打趣地说：“你是和平型的，你这个傻瓜！”他东张西望，找寻和平型小组去了哪里。

一个和平型的牙医，当他被选为主席时，他建议，“为什么我们不闭上眼睛默想，直到聚会结束呢？”

### **解决方法 2：不要得过且过，今日的事今日做**

得过且过是和平型与完美型的通病，虽然他们会为此找到不同的理由。完美型要直到他们找到合适的工具，认为能完美地完成工作时，才开始动手工作；但是和平型推迟工作是因为他们根本就不愿去做。他们很懒惰，往往事务推迟使他们更不能下决心动手工作。和平型的观点是：得过且过。

在我们为小婴孩罗兰洗礼时，和平型的人所带来的礼物，都是尚未完成的。首先是一件令人喜欢的蓝色衣服，上面有一个脆饼图案。但我们发觉，在脆饼应在的地方有一只奇怪的饰针。若可怜的婴儿穿上它，合拢两脚时，将会被刺伤。第二件礼物是针绣的独角兽，没有任何背景。

这是两个女孩子亲手制做而未完成的礼物，但这比起活泼型的人好得多了。因为活泼型的人根本就忘记了今天是什么日子，没有来参加洗礼。

### **解决方法 3：激发你自己**

夏龙的思维就像桌球游戏中的彩球，只有在被击打

时才滚动，舒舒服服地装人网中，挂在安全的角落里，一过数年。

不是她不能开动脑筋，只因为她认为开动脑筋就像是在工作。在适当的推动及压力下，她可以活跃起来，当压力消失时，她又变得懒散了，直到有人再次对她叫嚷道“活跃起来吧！”

这个比喻适用于一个典型的和平型。不是他不能工作，而是他不想工作。一位女士告诉我，她剪裁了至少四套服装，但是缝制它们要花太多功夫。“如果我需要穿一件去参加特殊的节日，我会缝制的。”

和平型的人需要别人的直接推动，但他们厌恶被推动。这一矛盾使无数家庭产生冲突，因为和平型的人不愿干日常琐事。力量型要指挥他去做，他却不喜欢被催促。

露西有一间厨房，它的窗口朝西。每个下午在加州太阳的照射下，厨房热得不能干活。她叫霍华德挂上窗帘。但由于他不必在厨房的艳阳下工作，他并没有动力。最后露西挂上一张大浴巾，挡住了酷热，但同时也大煞了风景。一次在市场上，露西看到一个木制的百叶窗，大小正合她的厨房，她把它买回家里，接着问题便来了：百叶窗尚未完全做好。霍华德向露西保证他会将百叶窗修改得与窗口刚好匹配的。

那是四年前的事了，现在那对百叶窗仍躺在车库里。每当露西问及有何进展时，他就恼火了，说，“我正在对

它们进行加工。”露西唯有忘却她曾经买了这对百叶窗，而每个季节换上一条新的浴巾。

## 记 住

如果作为和平型的你  
不能承担责任，你需  
要受督促。

**问题：和平型有一股沉默的坚强意志**

**解决方法：学会说出你的感受**

因为和平型的人易于与人相处，所以人们惊讶地发现他们虽有温和的外表，却很固执。有这样一个例子，星期一沙丽特对查理说，“星期六晚我们去拜访莎莉。”

查理作出典型的和平型回答，“嗯。”

作为力量型的沙丽特想当然地把除了说“绝对不行”之外的所有答复都等同为“同意”，因此她认为查理同意星期六的计划了。那个星期，沙丽特每天都提醒查理，“不要忘记了！星期六晚去拜访莎莉。”

查理又是含糊地说：“嗯。”

星期六晚到了，沙丽特换上礼服，但查理穿着T恤坐在靠椅上，并无外出之意，沙丽特大声说道，“赶快换

上衣服，我们要去拜访莎莉了。”

查理说出这个星期第一句完整的话，“我不去了。”

“你整个星期都同意的呀。”

“我没有同意，只是我没有反对而已。”通常和平型决定了的事，你是很难使他回心转意的。

我从辅导和平型中认为他们大多满意自己的婚姻。我问他们有何抱怨，他们说，“一切正常。”他们的伴侣有可能是歇斯底里的，甚至要自杀，但和平型的人却不知道问题所在。他一无所知，但又不与人沟通。他们的婚姻可以勉强维持几年，直到和平型的人感到他一直和一个蠢女人在一起时，他会决定离去。他不会与对方大吵大闹，他只是收拾行装，一走了之。当和平型的人要走时，没有人能留得住他。

一男士坦然地说：“我用了 20 年的时间来鼓足勇气，下此决心，我是不会再改变主意了。”

这种顽固性格的根本问题在于和平型的人不愿意沟通。由于他尽量避免对抗和争吵，他自然会保留自我的感受，很少与他人坦诚说出，也因此减少了冲突的机会。

和平型的沉默使他避免了许多麻烦，但是隐藏自己的感情和不进行沟通，使他扼杀了与他人许多美好的关系。

## 记 住

---

多些进行沟通，不要隐藏  
自己的意见和感受。

---

## **问题：和平型的人似乎做事马虎、随便**

### **解决方法 1：要有主见**

和平型最大缺点是没有主见。力量型的人提着壶开水，急切地问：“你要咖啡还是茶？”当然，回答是：“随便。”和平型的人认为他的回答是令人满意的，他怎么也搞不清为什么力量型的人会把热水浇到他的头上。

“我只是想让她容易做而已。”

在去弗吉尼亚诺福克市的班机上，服务员透过广播宣布，乘客的午餐有三种选择，“你可选择海鲜汉堡包，黑椒牛扒或意大利粉。由于各种食品数量不多，部分乘客可能不能得到首选食品。”

然后服务员转向坐在首排的和平型的人，问道：“你喜欢哪种食品。”回答却是，“哪种食品多？”力量型的服务员说：“我们没有多的东西！你是第一个选择的乘客。”她等待着答复。于是我站起来说：“我要份海鲜汉堡包。”那和平型的人说：“我想我也要一份。”

和平型不是没有能力决定，只是他已决定不做任何决定。那么，既然不做决定，就不需对任何结果负责。

和平型的人应训练得有主见，要愿意承担责任。当和平型者直起腰杆，有主见时，他的朋友、同事和伴侣都会感到欣喜的。



### **解决方法 2：学会拒绝**

和平型者从来不愿意伤害他人，他们宁愿买下不想要的东西也不愿拒绝别人。一个力量型者对我说，“和平型者有一优点就是他们友善，愿意帮助别人。我糊涂的丈夫多年来常把灯泡推销员、吸尘器推销员、杂志推销员及其它各种各样的人像老朋友一样带回家来，这使我提心吊胆。”和平型的人就是不会说“不”。

和平型对各种性格的表现并不感兴趣，但他们还是逐步应用所学的东西。由于他们没有特别的弱点，若他们想的话，他们会很快变得更美好。有了适当的动机，和平型的人可以在一个星期中对一些事情产生热情，这会使和他一起工作或生活的人感到高兴。由于他能作出决策，当他发觉这样会对他与别人的关系有所帮助时，他很容易变得有主见，并摆脱“随便”的形象。

## **记 住**

---

**学会拒绝，要有主见；  
从零开始，按部就班。**

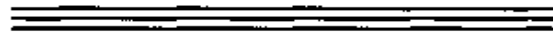
---

---

## 第四部分

# 性格原则

改善人际关系的途径





## 第 12 章

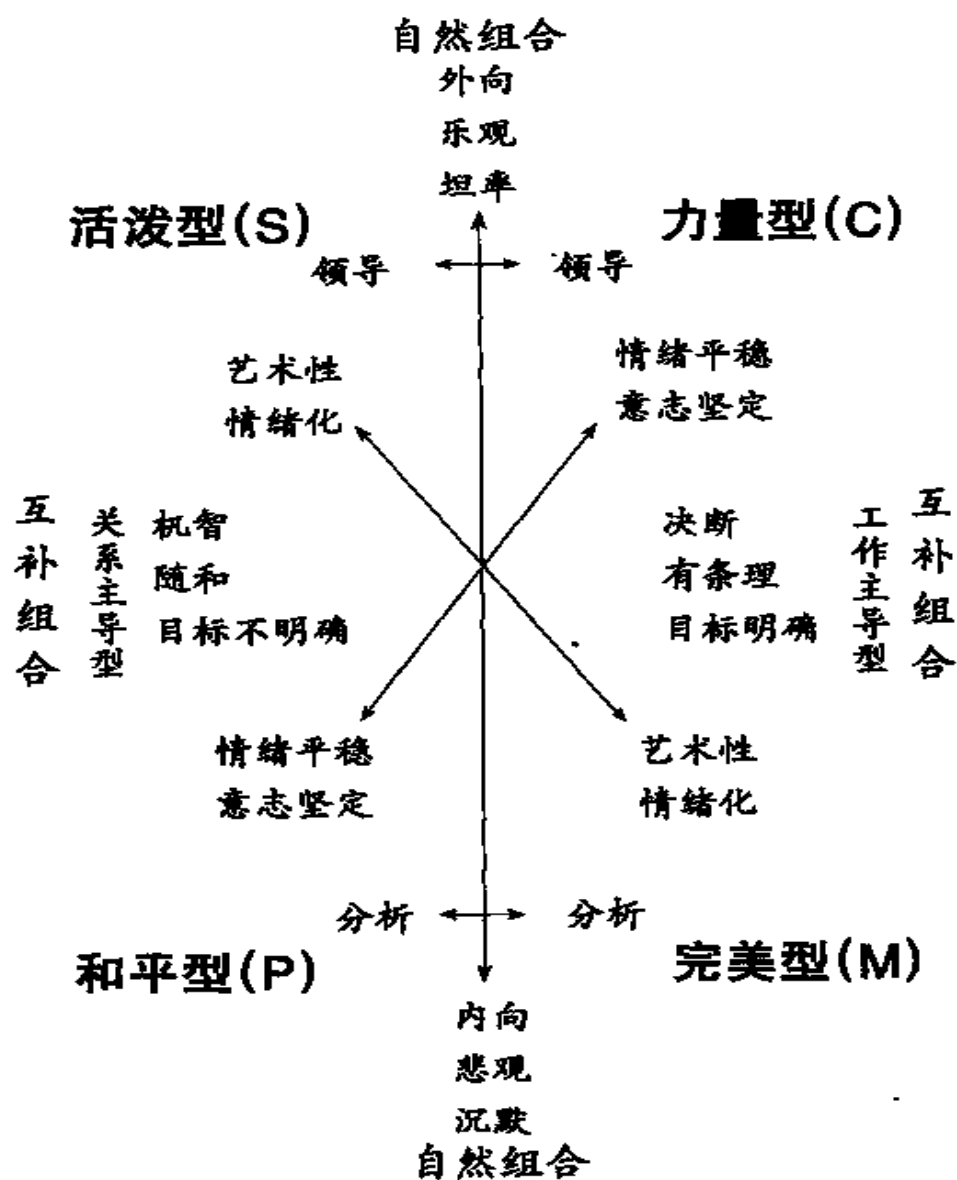
# 每个人都是一个独特的组合

**当**你测试出自己的性格轮廓后，你就会发现你是独一无二的。大部分人的某些气质表现得很突出，另一方面的气质显得次要些，并且还有别的一些零碎气质。有些人则是平均分配的，这些人通常是和平型的人，最难决定他们的性格特征。

让我们来谈一些可能的组合。

### 自然组合

正如你从图中所见，活泼型/力量型的组合是一种自然组合。他们都是外向、乐观、坦率。活泼型说话是为了开心，而力量型则是为了工作，但他们都是健谈的人。如果你有这种混合性格，你就是最有领导潜力的人。如果你将这两种优点结合起来，你就能指挥别人并使其乐于工作；你就拥有了既懂得享受情趣又能达到目标的个



性；你就有推动力和决断力，但不会为取得成就而强求自己。这种混合型性格的人对工作和玩乐都很投入，这使他们有良好的前途。从负面上说，这样的性格可以使人变得蛮横，意识不到自己在说什么，使人变得任性而固执，又或者使人变得没有耐性，爱在谈话中打断别人而只顾自己一个劲地说话。

另一种自然组合是完美型/和平型，他们都属于内向、悲观和沉默的一类，他们处事比较认真，会将问题看得很透彻，并且不愿成为焦点人物。他们信奉泰迪·罗斯福的教导：“温和地说话并事事小心。”和平型性格使完美型性格轻松下来，而完美型性格使和平型性格不再懒散。这样的性格组合创造了最伟大的教育家，因为完美型对学习和研究的热爱，能与和平型所具有的擅于待人接物及传授知识相得益彰。他们在作决定的时候，显得有困难，因为他们在这方面都是比较迟缓的，并会因此而耽擱事情。最理想的组合就是：有和平型的冷静而没有完美型的抑郁，以完美型性格对完美的追求来促使和平型付诸行动。

活泼型/力量型及完美型/和平型都属于自然组合，两者是同胞兄弟。

### 互补组合

力量型/完美型性格属于互补组合，这是一个能起取长补短作用的组合。

力量型/完美型性格是最佳的商业人才。将力量型的领导、欲望、目标和完美型的善于分析、对细节敏感、有条理的头脑结合起来，会使他们所向无敌。对他们来说没有什么事情是做不来的，他们会一直坚持下去直至有完美的结果为止。

一位可爱的露意丝小姐对自己的性格感到困惑，当我问起她在大学里是个怎样的人时，她整个表情都变了。她先是有所保留，但谈到当啦啦队长，就变得兴高采烈起来，她认识到她是在自己的男友，也就是后来的丈夫的引导下开始改变的。这个力量型/完美型的男子不断纠正她的失误。那时他正读研究生，她寄来的信，他都会将拼错的单词用红笔圈起，然后寄回给她学习，回到家后他会和她玩拼字游戏。凭着良好的意愿和坚韧的毅力，他将一个活跃的啦啦队队长改造成一个严肃、高贵却又不清楚自己是个什么人的女演员。

力量型/完美型性格表现得果断、有条理、目标明确，所以这类人有强烈的欲望和决心，当朝着正确的方向进发时，力量型/完美型的人总是最成功的。但如果走向极端的话，那么即使他们的优点也会变成专横和傲慢了。

另一种互补组合是活泼型/和平型。当力量型/完美型是以工作为本，活泼型/和平型则想凡事都处之泰然并自得其乐。这种幽默和随和的双重组合使活泼型/和平型的人能成为别人最好的朋友。他们热情、轻松的天性很

吸引人，大家都喜欢和他们相处。和平型能缓和活泼型在情绪上的起伏波动，而活泼型则使和平型变得有活力。这种性格是与人交往的最好的性格组合，他们会善于处理人际关系，也是好的父母和市民领袖的理想人选。这是因为他们既有活泼型受人欢迎的幽默感和个性，又有和平型的踏实。可惜的是，活泼型/和平型的另一个表现是懒惰，不肯去追求他们本来可以得到的东西，而且缺乏理财能力。可见，每种气质的组合都会有其优点和相应的弱点。

### 矛盾型性格

我们已经谈过自然组合和互补组合，现在让我们来看看矛盾性格。活泼型/完美型和力量型/和平型的性格组合明显会产生内在的矛盾——内向/外向的天性以及乐观/悲观处事态度同时表现在一个人的身上。活泼型和完美型是最情绪化的两种性格，当一个人既要适应活泼型思潮起伏，同时又要处理完美型较深远的创伤时，这种分裂性格会导致情绪化的问题，当活泼型的一面说：“让我们去快活一下。”完美型的一面会去检查工作的进度。

一位这种类型的小姐向我说起她为父母准备的结婚周年纪念晚会。活泼型的一面使她想到了这惊人的主意，要广发请帖，大摆宴席，并请来管弦乐团。到了举办前的两天，她的完美型的一面占了主导，说：“你这么办一个大型舞会到底为了什么？现在就退出吧！”她于是取消



了舞会，这令父母非常失望，她为此沮丧了几个星期。

### 做还是不做

当我们在这些极端性格下生活的人，作了彻底的调查以后，发现这些行为中总有一种对以往受挫经验的反应，我们把这叫做“生存的面具”。出现这种情况，不是完美型的小孩为了引起父母的注意力而带上活泼型的面具，就是活泼型小孩受虐待和被冷落而变得抑郁，带上完美型的假面具。许多在有问题的家庭中长大的小孩都会带上完美型的假面具，“只有我表现得完美的时候，爸爸才不会打我，妈妈才不会对我大喊大叫。”不管是由于酗酒、吸毒、冷落、性虐待还是精神虐待，或者出于极端宗教法规，这些有问题的家庭使孩子形成了性格假面具。他们不懂得如何面对既定的制度，便只好向能使他们继续生存的方式转变。

成年后他们表现出双重性格，弄不清令其痛苦的极端情绪波动，决定不了做还是不做——无论他们是否有热情，力量型/和平型的矛盾性格并没有情绪上的问题，他们的主要冲突就在于“做还是不做”。和平型的一面爱轻松地对待事情，而力量型的一面则对无所作为产生内疚感。这个问题一般会通过将生活截然分开来解决——上班时非常努力而在家里则万事不理。

大多数情况下，一个力量型的人会全情投入工作，回到家要不是筋疲力尽，就是觉得不值得为家里做事。

一个和平型的人如果会尽心工作，那投入的程度甚至可与力量型的人相媲美，但完成一天的工作后，他就会完完全全地放松自己。

如果你属于这种性格组合，就可以问问自己：是不重视家庭的力量型呢，还是积极工作的和平型。

如果这些事情不能够得到满意的答案，那么你可能已戴上生存的面具，却没有意识到童年的阴影仍在影响着你的成年生活。父母经常吵架、打架的家庭里的力量型小孩，会很快明白到，对他来说最好就是将他想控制别人的欲望掩盖起来，保持沉默。有的力量型的小孩在家里没有选择权，包括他所穿的衣服、住的房间、养的动物、在学校读的学科、将来的职业，甚至还有他的朋友都不能由自己决定。他懂得或是为争取某些方面的控制权而斗争，被当作“坏孩子”，或是接受暂时的忍耐，直到有机会离开这个家。受到侵犯的孩子会想：“我现在先保持沉默，一旦离开这儿，就再也没有人可以控制我。”任何一种或是多种的类似情形，都会令力量型性格的儿童戴上和平型的面具。长大后他们会在控制和妥协之间周旋，却不知道为什么会这样。

和平型性格的儿童并不需要控制权，因为他们的行为表现往往非常好，为什么这样的小孩会戴上统治和操纵的假面具呢？只因为他环顾家里的情况时发觉它一塌糊涂，于是就想：“必须有人去干些什么使这个家维系在一起”。在单亲家庭里，不存在的家庭成员的责任常要由

孩子来承担。如果这个小孩是和平型的，却突然发现自己“一家之主”，他就会戴上力量型的面具，藏起了低调的本性然后担起操纵者的角色。成年后，他会在必要的时候发号施令，但在任何可能的情况下，他又尽量低调。他终生都会感到疲惫不堪，并且不明白内心为什么总被这样地割裂。

如果你发现自己与这两种矛盾型性格之一相似的话，请你仔细想想你童年时的感受，看看以上解释是否适合你。

如果你发现你似乎各种类型都沾点边，那就有几种可能性。可能是你做了错误的测试，也可能你误解了词句的意思（参见 235 页的“个性测试词语定义”）；又可能你属于和平型，很难作出性格测定；又或者你很完美而且还在不断追求；还有就是你在童年时受到太多操纵、指挥和压抑，以至你弄不清自己实际上是怎样一个人。无论你得出怎样的性格轮廓，记住它不是一个标签，而重要的是让你看清你个性中的优点和弱点。

## 第 13 章

# 我们不喜欢被围困着

**当**我在《性格解析》一书的研讨会中讲授那些气质时，人们有时会问我：“你是否试图将我们放进一个小盒子中？”在我考虑过这个问题后，逐渐理解到人们其实已经被围困在自己的小盒子中了。每当在生活中遇到了什么事情，我们都会采用自己的一套方法；我们只想做到自己觉得满意就足够了。因为在性格的大门打开前，我们不会爬过活动的围墙和从裂缝中向外偷看一下。

### 盒子的形成

当我们刚出生的时候，已经就被立即放入盒子中去了。我们被围在一个狭小的空间里，用手推车送到一扇窗口前，亲戚们从这扇窗子可以来看看我们在盒子中无力的手势。回家的时候，我们被紧紧地包裹着，然后放进一个新盒子里——一张四周有围栏的小婴儿床。出门

时，我们被放在篮子里，或者用皮带捆在婴儿床上……即使在超级市场，为安全起见，我们也要被放进购物车中。把我们移到一个大点的盒子里时，又被婴儿用的围栏围着，使我们不会乱动。长大一点，我们才被批准在房间里走走，玩一下窜门的游戏。再长大了一些后，我们可以在带篱笆墙的后院里自由玩耍。学校的每个年级都有自己的教室，我们被安顿于这个有老师的保护罩中呆上一年。

我们在盒子中长大，而即使进入大千世界，我们也会带上自己的围墙。当我遇到了大学的第一个室友时，我们被放进同一个盒子，但过了不久，我们之间又建立了一堵无形的墙。我们在床单、装饰画、家务事方面都不能统一意见，于是我们就在花砖地板上拉了一条带子，各人占有房子的一半，各管各的事，构造起让我们舒服点的盒子。

各种性格的概念并没有困在盒子里，也没有捆住我们的腿，但它的确让我们知道了我们是在怎样的盒子中，以及怎样才能够走出去。只要我们意识到自己的缺点使我们受到了多大的拘束，我们就能站起来打开大门，走进隔壁的院子里。对这种态度，我们经常作出这样的评价“这解放了我，让我回复了本色！”当我们看清自己，并且回复“真我”，自然就会对那些与我们观点不一致、生活方式有别的人产生新的认同。

## 当我们结婚时

当我们想想彼此用了多少年的时间来建立自己的盒子，用了许多的战利品去布置这个盒子，那么，当我们与另一个盒子里的人结婚时，还会奇怪不能自动地适应对方吗？

我们来自不同的生活空间却结为夫妇，即使在蜜月的时候，我们也会想知道对方要多久才能适应自己的生活方式。我们虽然同床，但仍会为自己保留一堵墙。

一位接受辅导的女孩告诉了我这样一个故事。苏菲亚是位优雅的完美型性格的人，她的每一样东西包括头发、化妆、指甲都非常完美。她从前是个空中小姐，在国际航班上遇到她迷人的丈夫柏德。柏德有着活泼型的性格和很强的说服力，因此初次相遇时，他就将她彻底吸引住了。而不出几个月，他们就结婚了。由于苏菲亚已经将在西海岸的爱巢布置一番，因此她觉得他们应该住在她原先的地方，而柏德原来只是与另三个男子同住公寓，又没有家具，所以也同意这样办。

苏菲亚结束蜜月后的第二个工作日，柏德说他要回旧公寓收拾一点东西。晚上，当苏菲亚走进家门时，她简直不能相信自己的眼睛。柏德搬来了“一点东西”：好几张滑雪的广告画钉在她的毕加索油画旁，安妮女王的沙发旁边扔着一张难看死了的椅子，而厨房的工作台上方则装了百威啤酒的赠品：一个闪光广告牌。

苏菲亚爱柏德的男子气概，但她没有想到他会将自己的盒子也带来了。

### **了解自己的本性不会将我们自己困起来**

它会将我们的护城墙大门完全打开，使我们能真正接受自己和别人，还能让我们懂得如何预见和防止问题的发生。想想假如我们能将积存的琐事在引发危机前就将其解决，那能免去多少心痛。通过了解自己和别人的本性，我们可以获得解决将来问题的能力，而不必像现在一样只能“后悔莫及”。若是我们了解了一个人的性格，我们便能猜想到他对不同情况的反应，从而在问题发生前采取措施防止它发生。

### **承认你的弱点**

要认识我们的行为动机，很重要的一点是回想我们童年所受的痛苦和冷落。但这样做不是为了要找出抱怨的话题，而是为了找到了解自我的方法，开始我们康复的过程。

在“无名酒鬼联谊会”上，酒鬼们一个个站起来，报出姓名，并说：“我是个酒鬼。”一个人除非能用语言承认错误的存在，否则将无可救药。如果我们不承认存在的问题，就不能解决它。我们应站起来说：

我是个有魅力的活泼型，但我说起话来喋喋不休。

我是个敏感的完美型，但我很容易感到抑郁。  
我是个精力充沛的力量型，但我霸道而缺乏耐性。  
我是个随和的和平型，但我缺少热情。

通过承认弱点，我们找到了正确的方向。

### 让我们做一个个人计划

既然你已经知道四种基本个性并自己作了测验，找出了自己的性格特征组合，你就具备了发扬优点改正缺点的条件，请你仔细看看自己的性格轮廓。

### 鉴定你的优点

活泼型和力量型的人都可以快速地看到和证实自己的优点。但完美型及和平型的人由于悲观的天性，往往在接纳自己的优点时总要考虑一会儿。无论你的个性怎样，请认真看清楚你的个性轮廓，然后定出你认为自己与人相处中最重要的三个优点，列在下面：

---

---

---

(若你是和家人或小组一起研究的话，请花点时间讨论一下每个人的优点并用诚挚的赞赏来互相鼓励。)

在你看你自己的优点时，请感谢上天将它们赋予你



并使你接受下来。而那些老想在自己身上找岔子并说“我一点长处都没有”的人，请立即改变你的态度，因为你确实有长处。你这种假谦虚并不可爱，迫使别人不时去抬高你。这种需要强加于别人身上，令人避之则吉；而且这种保持低调的自我形象也是不必要的。从现在起，你再不要感到自己毫无是处。你有优点也有缺点。上天创造的你“仅比天使差一点”，他并不希望你将时间花在自我否定之上。

看看你选出来的三个优点，为它们而感谢上天，别忘记你也有价值。你是否充分利用了这些能力？当我在性格课程研讨会上讲课时，我让每个人都将他的天分列出来，而参与者常会惊异于这些他们不曾利用的才能。可见，很多人都有潜伏着的能力和没被挖掘的天分。

有些人仍在缓步不前，因为他们从小就听惯了这样的话：“你一定干不了这个，你没有这天分，你每做一件事都只会弄糟。”抛掉这些过去了的伤痛吧！让你所有的优点都发挥出来。

### 评定你的弱点

就像完美型的人与和平型的人不容易找出自己的优点一样，活泼型和力量型的人难以忍受对自身的缺点的评估，他们最大的缺点之一就是无视自己的错误。不论你的性格属于什么类型，请深入、诚实地想想你的缺点，然后将你认为最需要改正的三点写在下面：

若你真的想有更多可人气质的话，就要主动求助于别人。

### 征询别人的意见

要敢于问别人：“如果我要改善自己的性格，该从哪里开始？”然后就从你认为最难办的方面入手。聆听！

不要说别人发疯，不要处处设防并说：“你更差劲。”无论别人说了些什么，都要表示感谢并且好好想一下他的话。我经常收到一些不吸引人的意见或充满爱心而有建设性的批评。尽管我绝不会为这些建议而感到兴奋，我仍然学会了仔细考虑它们，找出其中的事实，尽我所能去改正，然后将没用的话抛开。即使是几乎完全错了的评价，也往往会有真理的元素存在。当我们能够怀着尊严和感激去对待批评时，我们就已经趋向成熟了。

### 计划好自我改进的每一步

你看到打算改正的三个缺点时，请列下为改变这些缺点而实际能做到的事：

---

---

承认你有以上的缺点是第一步，然而这并不够。

你要做什么才能改善你的人际关系呢？活泼型的人可以咬着自己的舌头，直到他们只说一半的话为止；完美型的人可以停止说一些消极的话；而爱挑剔的力量型可以迫使自己去听取他人的意见；和平型的人则可以装作热衷于每一件事，直到这成为自然反应为止。改变是痛苦的，但没有改变就没有进步。

### 向家人求助

虚心求教的精神是最可爱的——一种要求纠正错误，感激别人意见的精神。当我训练玛丽缇成为演讲者的时候，我就常常为她向我学习的自觉性以及不设防的精神而感到鼓舞。我可以提出意见，而她不但会感激我而且将它们付诸实践。虚心受教导的精神是一种珍贵而美丽的特质。

如果你有这种精神，向你的家人求助将会轻而易举，否则，在求助于别人前，你就必须先祈求获得这种精神。了解你的家人最初可能以为你在开玩笑，若你觉得家人疑惑不解，这大概是由于他们不相信你是认真的。你过去可能与别人有隔膜，因而他们不敢对你说真话。

如果你基本上是个活泼型的人，你的家人会知道你并没有多少决心花较多时间改正缺点，你只不过想听听好

话，而却要逃避问题和批评。你的家人知道你并不是真正的想改掉错误，他们或者会说：“你本来就不错呀。”如果你是个典型的活泼型，你会想：“啊，真好！我不必改变什么了。”因此，在他们相信你之前你必须表明你真的会全情投入。

如果你是完美型的人，你的情绪已经控制了家人这么久，他们往往不敢说否定你的话，以免令你抑郁。他们宁愿容忍你的毛病，也不愿冒险将它说出来，换来你一脸消沉哀伤的表情。要得到他们的配合，你必须学会在逆境中微笑，在风雨中歌唱。

如果你是力量型的，你或许正用铁腕控制着家人，人人都因为怕你发怒而不敢有异议。你要以这样的话来开始你的征询：“若你诚恳地给我提意见，我保证不会烦躁。我真的想要变得好一些。”（看看他们惊讶和难以置信的眼神吧！）

如果你是和平型的人，难以决定从哪方面缺点着手，你可以将整张清单摆在家人面前让他们挑出你的错处。他们可能会不怎么认真，因为你过去常常拖延——不知怎样便不了了之了。你要以坚定的决心去求得他们的合作。

### **鼓励诚恳的意见**

当我们花时间去想想自己与别人时，就会发现我们并没有鼓励过别人提出诚恳的意见。我们在自己的周围

造起了盒子，人们知道他们可走到离我们的围墙多远的地方，并与我们建立起没有一点真挚情感的工作关系。你的家人是否要奉承你才能使你开心？你的同事是否知道在你变得情绪化和狂怒之前该与你接近到什么程度？如果人们对你总是小心翼翼的话，该是诚恳待人并且也让别人诚恳待你的时候了。

有很多对夫妇告诉过我们，当他们一起坐下来查看测试性格的图表时，他们才开始了几年内第一次有意义的讨论。一位女士说：“当我们太投入于某一个问题时，总会处处提防对方，所以我们都生活在一堵大墙的背后。我们坐下来讨论图表的时候，才第一次说出了自己的错误。那页纸仿佛也参加了谈话，使我们都没有向对方发怒。那研究性格的图表改进了我们坦率而诚恳地沟通的能力。”

有些人将自己的围墙建得太厚，谁也看不到里面究竟是怎样一个人。他们这样做的原因是：一旦你清楚了解了我的内心世界，你就再不会关心我了。让我们从各自的假面具后面走出来，并勇敢地去改变自己。我们不必被自己过往的失败所围困，我们要走向未来潜能的领域。

## 第 14 章

# 异性相吸

**我**们都听过异性相吸的说法，而费特和我就是这方面的最好例子。这几年来我们都在研究人的个性，并且很少发现有同一性格模式的人结为夫妇。当我们观察个人的优点时，会发现对立者结合在一起是最能干的。因为活泼型的人无忧无虑，所以能带动完美型的人；完美型的人有条有理，这使他们可以规范活泼型的人。若我们能看看自己的婚姻，明白一方的优点正好补充了另一方的缺点，我们就会为此而感激，不再千方百计改造对方了。

### 活泼型/完美型的关系

结婚前我们都倾向于看到对方的优点。也许有人认为，如果有机会与像我们一样有激励性的人生活在一起，对方显露出来的缺点就将会自动消失。正如费特和我所

认识到的，这种自动的变化并不会经常发生。

当我和费特初遇时，他被我的活泼型性格所吸引。由于他对社交场合的交谈不感兴趣，于是就想到如果娶了我，我可以替他全部应付下来——而我的确也这样做了！我则看中了费特完美型的深沉和踏实，我知道他可以调正我的生活并使我变得有条理——而他也这样做了！

我们都被对方的优点所吸引，尽管那时我们并没有意识到这一点，但是我们同样在寻求着填补自己性格中所缺少的部分。由于我们从前是两个完美的人一同追寻着完美的婚姻，所以从未想过会出现任何问题。然而事实表明，这种理想的想法是不现实的。

让我们来研究一下令我俩立刻产生冲突的一个方面：时间安排。结婚前我每天都会到五所不同中学授课，导演所有话剧活动，而费特没有参与这些活动。我当时认为自己很有条理。然而当我们在百慕大度蜜月时，费特开始安排我们的日程，以免将时间花在休息上。他认为古堡值得游览，于是读完关于岛上历史的小册子后，他就将我们的行程列了出来。

为了更有效率地走完设定路线，他安排我们分别驾驶摩托车去。在他正翻阅随车附送的说明书时，我便启动了我自己的车子，由于不知道该如何刹车，我撞到了一堵仿佛突然耸出来的石墙上。车主见到我坐在前轮和后轮叠在一起的破车上时，尖声骂了起来。费特看到竟然会有人如此莽撞，未做好计划就到处乱冲，感到很羞

愧，他用了一个我后来非常讨厌的开头对我说了一番话：“人人都知道……”他让我感到自己是个鲁莽的笨蛋后，赔了款，并帮我骑上一辆新车。当他检查车子的结构是否简单得能使初学者明白的时候，我就只能安静地坐在车上。

从这个意外事件中，我懂得了：

费特精明——我愚蠢

费特强壮——我弱小

费特正确——我错误

我不喜欢以上的任何一个结论，但15年来我却一直受到暗示：它们必定是正确的。直至我们研究性格后，才明白这只是由于性格的差异。

### 不幸需要分担

在我们从百慕大回家的途中，乘搭了莫那克号船，费特在离港前已经晕船了。他躺在床上呻吟：“我还是死了吧！”我向来不喜欢病人，于是就避开了这个令人作呕的场面。我们当时都不了解人的个性。我没有留在客舱内，帮他将冰袋放在额上，照顾并怜悯他。费特因而心都碎了。完美型的人喜欢同情别人，愿意陪伴病人，并认为所有正人君子都应该如此。

我为费特扰乱了“浪漫之船”上的好时光而烦恼，



在向他说了些鼓励的话后（为了使我的良心好过些），我就离开那里去寻开心。费特不知道活泼型的人讨厌疾病，会逃避一切令人反感的事物，而热衷于活动和有趣的事情。

### 时间表？什么时间表

度完蜜月后一星期，我们去看了场电影。看完电影后，我建议：“何不去哈华商店买个雪糕筒吃？”我觉得我想出来的主意挺美妙的，但费特说：“这不在我的时间表内。”

“什么时间表？”

“我每天早上7点都会订立一个时间表。如果你晚上11点要吃一个雪糕筒的话，必须在早上7点告诉我，这样我才可以将它放入时间表中。”

“我今早7点的时候可不知道自己晚上11点要吃雪糕筒呢！”

我们直走回家，我知道了这场婚姻不可能快活到什么地方去。

从一开始我们就在牙膏的问题上产生了矛盾。费特觉得将牙膏从底部整齐地卷起是很有必要的，而我却是随手拿来将它挤出。他坚持将被我弄得凹凸不平的牙膏管弄直，并且把盖子洗干净，而我对他做的一切一点都没有留意。活泼型的人与完美型的人结合的最基本冲突之一是：活泼型的人不知道她做错了事，而沉默的完美

型却不愿将问题挑明。他只是悄悄地修补破损处，认为活泼型的一方早晚会通过观察明白过来，但活泼型的一方没有留意这暗示，自然不能自觉去处理问题。完美型的一方感到不得不为此而争论前，他（她）的心弦绷得如此之紧以至争吵一触即发。如果能将人的性格了解清楚，这样的问题是可以避免的。完美型的一方应考虑这样的争论是否有必要，活泼型的一方则应尽量将事情做得好些，同时完美型的人要懂得不要斤斤计较。

费特后来给我单独买了一支牙膏，让我像往常一样挤，就这样，事情解决了。

对立者的确会相吸，当我们把注意力集中在优点上时，我们是不错的组合；但若我们不清楚我们的性格，就常会死盯着对方的弱点，觉得“与自己不同的人”一定是错的。

我辅导的一对夫妇有着典型的活泼型/完美型问题。杰克属于很吸引人的那类推销员，从他口中常可听到有趣的事。美琳，一个完美型的人，告诉我在她没有安全感，容易感到孤独和不愿接近人群的时候，自信的杰克是如何令她一见钟情的。她将杰克描绘成一个外向、英俊、有魅力、健谈和机智灵敏的人，她所缺少的气质都能由杰克提供。

在美琳来找我时，她十分沮丧。她曾希望得到完美的婚姻，但杰克却令她失望。她按时准备好晚餐，杰克却经常迟回，她把这看作一种人身的侮辱。更糟糕的是

当他回家时，他也不会发觉自己回来晚了。由于她是个守时的人，并认为杰克也应该这样，所以他认为杰克这样做是故意的。为了避免摩擦，她并没有为此和他讨论问题。

美琳注意到他是何等的无章法，时常丢了钥匙。她便买了一个键盘式钥匙扣放在前门，她要等杰克自己注意到那个钥匙扣。而当杰克没有发觉时，美琳便闹起了情绪，弄得杰克摸不着头绪。最后当她说出是因为他没有看到她特意买的钥匙扣，所以伤心时，杰克说她荒谬，这令美琳再次感到不悦。

在与杰克参加了几次舞会之后，她发现他总在喋喋不休地重复着几个笑话。她从不喜欢轻浮的人，自然就不愿一遍又一遍地听着陈旧的故事。一晚，杰克讲了一个并非完全真实的故事，她才发觉自己的丈夫原来是一个“骗子”。美琳指出他没有完全按事实讲，而杰克却答道：“这有什么区别？他们笑了就成啦！”

当我和杰克谈话时，他从自己的角度向我作了叙述。他是个可爱而有魅力的男子，我可以明白美琳为何对他倾心，他们像大部分的夫妇一样彼此有误解，但他觉得如果美琳可以放松些的话，一切都是不成问题的。

美琳是个甜美、温柔和害羞的女孩子，我爱她的这一方面。但自我们结婚后，她有一半时间处于抑郁之中。她过去觉得我很有趣——

像所有的人一样——但现在却叫我骗子，要求我讲的所有故事都跟平淡的事实相符。

她是个绝好的管家，事实上她已近乎狂热了。我一放下茶杯，她就会将它拿到厨房。我们给客厅添置了新家具，她为防止其褪色，便将它们全部盖上白色单子。我觉得我自己就像坐在停尸房一样，真令人毛骨悚然。

假如我回家迟了几分钟，她就会忧郁。她似乎不能明白我是一个推销员，如果客户不签单我就得逗留在那儿。我仿佛娶了一个母亲，而我则是个坏孩子。

我们该如何处理杰克和美琳的事呢？其实只要他们能退一步，客观地看待自己，许多问题自然就会迎刃而解。我给了他俩一套《性格解析》的磁带，并对他们说，等他们一起听过这套带之后，我才会见他们。美琳一星期后打电话给我，她的声音听起来就像一个全新的人：“我现在能来吗？我们已经听过磁带了。”

以下是她告诉我的话：

我觉得自己真是太愚蠢了，以致不能自己指出问题所在。一起听过磁带后，我们觉得眼前一亮，因为我们听到了我们自己。杰克开始明白我并不是想当他的母亲，我只是一个希望

样样事情都十全十美的完美型。我们第一次开始坦率地交谈，我才意识到自己从未告诉过他我的感受，我不过是想让他看出我的心思，当他不能做到时，我便忧郁起来。我们开始找出我们之间的不同点。我过去将晚餐时间定在我认为是正常时间的6点正，而他从未在6点30分前回家，我为此而不高兴。我现在将时间安排在7点，这样我们在餐前还有一段休息的时间。我已明白事事按部就班并没有特别的好处。

杰克现在知道了钥匙扣在门上并起用了它，我后悔当初花时间去等他注意到我做的好事。当我听到了磁带上活泼型所讲的故事，我认识到他们对别人的反应比对事情本身的真实性更感兴趣。我懂得了他并非在说谎，而这一点好像除了我之外谁也不会在意。我喜爱的正是他能使每个人都开心，于是决定让他按自己所喜欢的任何方式去讲故事，我也不会纠正他，除非他发表些能引发第三次世界大战的煽动演说。

在我们听了磁带后，杰克问我能否将那些盖家具的单子揭去，因为那些单子将整个家变成了殓房。在我没有感到受了太大的伤害时，他又批评我的家务，但我依然微笑着帮他将单子揭走。如果10年后家具褪了色，我们可以换套新的。

感谢你让我们听了这套磁带。它让我看到了自己变得多么的苛刻和迂腐，而杰克和我在一起是多么没有趣味。我们现在可以讨论我们的区别，并为此而发笑了。

当我们了解了别人的个性，并且不再试图将别人改造得像自己一般时，那个人往往会有出人意料的进步。我们如果能够接受别人轻微的缺点，那对己对人都是多么值得庆幸啊！

或许你已听过与这类似的例子了。你自己的生活可能会比这个例子更多姿多彩，你或会想，如果她觉得这对夫妇有问题的话，就应该听听我的故事！每个人自己的故事都是最差劲的，因为它是切身的，逃避不了的。但若了解到个人的性格，你就能在问题失控前将其解决。

### 力量型/和平型的关系

和平型不喜欢有压力，在没有人干涉的情况下，他们即使是对自己承诺过的事，也不会特意花时间去办。多蒂，我一个力量型的朋友，总是刻意逃避家里所有的事情，她将重要的决定交给她和平型的丈夫利维斯。在讨论度假计划时，利维斯选择了一个海滨名胜，并由他来做预约的工作。每次多蒂问他是否已将事情办妥，利维斯都说他准备好的时候就会去做，于是她也不再唠

叨了。直至出发的那一天，多蒂满脸希望的笑容，甜甜地问：“你大概已预约好了吧！”他令人沮丧地答道：“他们总会有人退房的。”她怒不可遏，最后两个人在沉默中将车驶向了圣地亚哥。

当他们向一个柜台服务员要求留宿时，那人取笑说：“你们想在八月的海滨名胜处找到一间房？开玩笑吧！城里一个空位都没有。”

“这够羞辱的了。”多蒂告诉我，“但那时利维斯却转过来对我说：‘你早该提醒我打电话。’我不知所措，哭了起来，冲出去跑到汽车旁一拳打在挡板上。我发誓再也不对他指望什么了。”

他们终于在一间通宵营业的餐厅旁的汽车旅馆找到了房间，利维斯很快就在凹凸不平的床垫上睡着了，而多蒂却整夜辗转难眠。

早上起来，利维斯说：“这间旅馆算不上舒适，但想想我们省了很多钱呢。”

真不幸，这是力量型妻子与和平型丈夫像“旋转木马式”的典型一幕。丈夫不喜欢被逼着做事，并把这告诉她，妻子就忍着，尽量不去查问他。他不在意自己的责任，将其抛在一边。她于是感到伤心，觉得他不能信赖，将控制权接过来。丈夫就告诉所有人她老在挑剔他。妻子成了反派角色，而他则看似一个典型的“妻管严”。

## **修补创伤**

要补救这种类型问题，夫妇们首先要清楚他们互相矛盾的性格，然后一起作出保证放弃极端的做法。无论性别如何，活泼型的人要使自己的生活会条理些，而完美型的则应降低要求，不要为自己与一个并不完美的人结合而感到沮丧。

力量型的人必须使和平型的一方自己作决定并承担责任，而和平型的人最好能尽职尽责，这样力量型的一方才不会将控制权收回去。和平型的人应该迫使自己设计一些有趣的活动，同时力量型的也要花些时间去欣赏它们。

所有这些行动都需要付出努力，但如不这样做的话，夫妇俩就会生活在两个互相隔离的世界中，直至有一天一方决定离开。

希望是有的！费特和我竭尽全力去改变我们的婚姻。我不得不学会有条理地生活，而他也不得不学会寻找乐趣，但我们都刻意地去做，并且成功了。许多参加了我们研讨会的人写信来说，性格的知识令他们受益不浅。

性格在婚姻中得到融合，“你只有与另一个人融合在一起才能获得新的统一……爱是一种性格与另一种性格共处时的流露。”

奥活·蒋拔





## 第 15 章

# 我们可以互相了解不同之处

一旦我们通过对四种性格的研究清楚地了解了自已，我们就打开了积极的人际关系新世界。我们还可以将所学的理论应用到实践中。

我们可以知道：

**活泼型在以下方面表现最好：**

- 热情待人
- 热切地表达自己的想法
- 容易吸引注意力

**完美型在以下方面表现最好：**

- 留意细节，思考深刻
- 记录、作图、制表
- 分析别人弄不清的问题

**力量型在以下方面表现最好：**

- 需要迅速作抉择的工作
- 必须尽快完成的事情
- 要求强烈的控制力和权威的领域

**和平型以下方面表现最好：**

- 调解和团结的角色
- 平静一场风暴的最佳人选
- 别人认为沉闷的日常例行工作

在我们看过一遍“性格原理”后，请开始制订你如何应用这些知识去改善你与人相处的能力。每种气质都

有各自的身体语言、话语和社会行为。当我们开始了解不同的个性并开始观察别人时，就会发现在一瞬间我们已经可以识别其他的性格类型了。我们决不应用这种知识去判断和认定任何人，而只应用来帮助我们来改善人际关系及预测别人的反应。

### 活泼型 (S)

活泼型的人会带一张合不上的嘴巴到晚会去，到处寻找听众。他高声说话以便让别人注意到他的到来，同时他的手也会时常摆动起来。如果活泼型的人不得不坐下来的话，他会左右蹭蹭，用脚和手指打着拍子——反正不会安静地坐着。

他不会静静地休息及放松，却总是不断地找寻着下一位听众。当你向他讲述你最好的故事时，他会跑开去找一个刚进门的新朋友。他甚至察觉不到自己没有听完别人说话是不礼貌的行为。在聚会里，活泼型的人会不断从一堆人溜到另一堆人中，他所到之处，都要扬起声浪。活泼型的女人，会带着拥抱、香吻、尖叫和笑声到来，她说话时，为防止她的听众在中途离开，会用手紧紧地握着对方。当你看见房里蹦进一个高声健谈的人时，你很可能正观察着一位活泼型人物。

活泼型的人说起话来很夸张精彩，不管她的话是否与事实相符。活泼型的人觉得如果她必须将听来的沉闷故事传出去的话，就理所当然要将其粉饰一番，这样你

就可以听到一个比她自己所听到的更生动的故事。

无论活泼型的人说什么，他都会把事情说得夸张而华丽，你听起来绝不会有困难。只要你遇到一个活泼型的人，你可以立刻作出决定：若你想娱乐一番的话，就留下来；若你想谈谈自己的事情，就赶快逃到别的房间去，找个愿意倾听的和平型。

### 力量型 (C)

力量型的人和活泼型的人一样，很难闲下来，他会坐在椅子边，随时准备行动。对力量型的人来说，琐碎的谈话是浪费时间的。如果谈的不是公事或他可以纠正的话题，他就宁愿一声不吭。当力量型的人见到他想要的东西时，他会自己伸手去拿而不是叫人帮忙，而拿的时候，他可能会将桌上的摆设弄翻。

力量型的人无所不知，很喜欢将你不需要知道的事情也告诉你。他用绝对肯定的语气说话，爱将别人看作值得奖赏的哑巴。在社交场合最好不要反驳他，因为他喜欢争辩；即使你对了，他也要证明你是错的。你会发现很难从他的纠缠中脱身，他可能会跟着你去拿车，解释着他的逻辑，直至你同意黑的是白的为止。力量型的人有以下的惯用词语：

“我已经告诉过你。”

“小心，你这笨蛋！”

“绝对不是。”

“显而易见。”

“白痴才会这样说。”

“你有什么不妥吗？”

“你一点知识也没有吗？”

“如果你有别人一半的智慧，就会知道我是对的。”

只要你学会识别力量型的人，你就会知道该如何在社交场合与这样的人打交道：问他一些难题，然后表示你被他的回答所打动，并对他的真理不断明智地点头认同。这样他就会记住你是一个极好的谈话对象。

### 完美型 (M)

与高声、昂首阔步进入房间的活泼型和力量型相反，完美型的人会悄悄地走进来。男的希望没人注意他，女的则总觉得自己穿错了衣服。完美型的男人一点也不喜欢派对，即使他来了，也会感到后悔。他会把手插入口袋站在人群的边缘，如果没人特意招呼他的话，他是不会坐下来的。他绝不想得罪任何人，也绝不愿听到女主人批评他来迟了。他或者认真地去听一些活泼型的人所作的不经考虑的演说，又或者陷入忧郁中而整晚沉默不语。一有机会，他就会拉着妻子走出大门，回到他安闲的家，并想着自己当初为什么要参加那聚会。

完美型的人觉得接受人称赞是很困难的，通常会以这样的话来回答：

“你喜欢这旧东西？”

“我一向都挺讨厌自己的头发。”

“噢，你正说那个呀！那东西其实很糟糕。”

“我对这事一点也不在行。”

由于完美型的人常否定自我形象，他会说：

“这个计划没有多大希望。”

“凭我的运气，会一败涂地。”

“我绝当不了总裁。”

“一开始我就知道整件事都是错的。”

“我很可能会将整顿饭弄糟。”

“我不认为他们真的希望我在委员会中。”

“我知道我会穿错了衣服的。”

“我从不知道该说些什么好。”

“我情愿留在家里。”

当你识别出一个完美型的人时，你就知道你可以进行一次有深度和有意义的交谈了，他将会感激你认真而诚挚的态度。完美型的人不喜欢高声批评，你若以此引起他的注意，他是不会喜欢的。他们宁愿一晚只进行一次高深的对话，也不愿像活泼型那样一个接一个地与人交谈。

### 和平型 (P)

和平型的人进来时走得很慢，带着一丝微笑，觉得这么多人参加这样一个无关痛痒的集会实在没必要。他环视人群，只希望自己能保持清醒。因为他相信一个人

可以坐的时候就不应该站着，可以躺着的时候就不该坐着，所以他会理所当然地去找最舒适的座椅坐下。他会就在你的眼前陷进一张垫子里，缩成一张折迭椅似的。他将轻松地度过整个晚上，一个劲地打呵欠，甚至会打起瞌睡。如果和平型的人不经意地被卷入谈话中，他就会在恰当的时候抛出几句机智的话。这些淡淡的幽默来得如此有分寸，以至往往引不起别人的注意，要抓住其中的精妙，就必须细心留神。

由于和平型的人宁愿轻松自在而不愿多花精力，再加上他们不想有所改进，所以他会说些漫不经心的话：

“这有什么关系？”

“好的，这恰到好处。”

“算了，别为无关紧要的事兴奋。”

“情况一向都是这样的了，我们现在又何必去改变什么呢？”

“何必烦恼？”

“这似乎过于热衷了。”

和平型的人爱聚在一起安静地坐着。要知道他们对对方不会有什么要求，并且能在互相的认同中融洽相处，这其实也挺让人舒服的，如果你想找一个不会和你斗嘴的人作听众，那就试试和平型的人吧！你会喜欢他的。

下次你参加聚会时，不妨环顾四周，找出一位活泼型的小姐，看她如何拉着每位男士不停地说着精彩的故事。也可以观察某个力量型的男子怎样不容置疑地告诉



别人如何令他们的事业顺利发展，才可以像他那样成功。看看完美型的小姐规矩而又不安地坐着，而男士们则被她温柔娴静的神情所吸引（她却希望他们不是说好话来讨好她）。然后找出那位正坐在客厅的电视机旁休息，而希望没有人会来打搅的和平型，如果看到他双目半闭，请不要诧异，他正想着这派对其实也不算坏呢！

性格的知识能帮助我们每个人在社交场合表现得更佳，使我们与人谈话时能够更受用，并能明白别人的优点和缺点。从此以后，你学会了指出人群中的健谈者、实行者、思想家和旁观者，这会给你带来更多的乐趣。我们每个人都互不相同，这不是很美妙吗？

## 第 16 章

# 如何与人和睦相处

**既**然我们已分析了自己的优点和缺点，并诚心开始实施改进的计划，那么，我们将如何运用这些知识去帮助我们与人相处呢？

一天，年轻的霍德向我抱怨玛丽缇。以他完美型的眼光来看，她太吵闹了，从不会严肃亦不整洁，“我老是要替她收拾残局，烦死了。”我转过身去对他说：“你知道为什么上天给了你玛丽缇这个姐姐？他想让你有几年时间练习和一个活泼型的人生活，因为他知道你会娶一个与玛丽缇相似的女孩。”

“我绝不会娶像玛丽缇那样的人。”他毫不含糊地声明，然后走了出去。

几天后，当活泼型的我早已将整件事情忘记了时，霍德走进厨房来，说：“你是对的。”

我不知道是怎么回事，但起码我是对的，这就挺让

人激动的了。

“你说对了，我大概会娶个像玛丽缇那样的女孩。我整个星期都坐在学校里观察我喜欢的女孩，而她们都像玛丽缇。我想我最好还是学学怎样和她和睦相处。”

我没把这件事告诉玛丽缇，但一星期后，玛丽缇打电话来问：“霍德想要些什么吗？”

“怎么回事？”

“他对我那么好，甚至帮我从车里拿东西进屋。”

我解释道：“他同意我的想法，认为他将会娶个活泼型的女孩，现在正在你身上进行练习。”

在我们开始明白彼此基本性格的差异时，这就解除了我们在人际关系上的压力。我们可以积极看待各自的差异，而不会试图使每个人都像自己一样。

## 活泼型的性格 (S)

### 认识他们在完成工作方面的困难

我们希望每个活泼型的人都能够有很大的进步，然而这种想法是不切实际的，我们应该现实些。活泼型的人喜欢新思想及计划，但却很难持续去完成一件事。对完美型的人来说要明白这一点尤为困难，因为他们做事有始有终，并且觉得每个有智慧的人都会这样想。需要监督活泼型的小孩，看看指派给他们的工作有没有做好，他们容易分心，但心地善良，所以请不要放弃。许多母

亲感到要孩子办事还不如自己动手，然而这却进一步助长了活泼型儿童的弱点，使他们很快就会知道只要他们干得不好，别人就不会让他干。

由于活泼型的成人只不过是个大孩子，这条道理同样可以应用于他们身上。如果你正管理着活泼型的人，就必须清楚地提供指导，并且一步步跟进，直至你确信他能完成计划为止。雇用活泼型的人最好就是给他一些出众的职务，而不能让他负责需要准时而繁琐的工作。

### 理解他们说话不会三思

完美型的人不能明白为什么会有人还没想清楚就开口说话。活泼型的人则先把嘴张开才知道自己想说什么，他们并不想鲁莽，但事实上却是如此。一个活泼型的人告诉我：“我的丈夫说我的思想就像一个售卖机——所有光怪陆离的想法都胡乱地滚着，只要一按按钮，便会泻下一大堆。”

### 承认他们喜欢变化和富有弹性

活泼型的人总想事物不断更新，在充满乐趣的气氛下，他们会有最佳的表现。让他们干有规律、枯燥的工作则不能尽其所能。活泼型的女人需要大量衣服、金钱、舞会和朋友，而不会甘于平淡。活泼型的男人对新工作充满热情，在新鲜感消褪前，他会干得很出色。如果你要一个有规律，有安全感和稳重的丈夫，就最好别考虑

活泼型的人。如果你需要刺激、丰富多采的时光，活泼型就是最佳人选。

### **别让他们去做力不能及的事**

活泼型的人常会太过投入，因为他们热衷于所有新事物，样样都愿意参加（甚至主持）。他们同时也感到难以拒绝别人。活泼型的人是善意的，但在不胜负荷时，他们会逃避。要帮他们弄清有多少时间可供支配及选取一些他们能处理的事。活泼型者的伴侣倾向于等待，直到某一天对方全线崩溃，然后从此不再沾手任何事。请尽早理性地处理这个问题吧。要知道活泼型的人需要社交活动却又不不懂如何拒绝人。请为他们受人邀请而高兴，并称赞他们非凡的领导力。要帮助他们放弃一些可以成为焦点人物的出风头机会，但不要将他们所有的社交活动都取消掉。

### **别指望他们记得约会或守时**

尽管我会为活泼型的人生活有条理和守时而高兴，但你可别期望过高。即使他们打算早到，也常有意外发生。就算他们准时到了，也会回去拿些忘记带了的東西。

我不知忘了多少次带玛丽缇和霍德去他们的牙医那里作定期会诊，但他们的牙齿居然也得到了矫正，这真是一个奇迹。幸运的是，那牙医躲在一间隐蔽的密室内，由一群穿短裙的护士保护着，所以我不用面对他。我想，

如果你问他对我的印象的话，他会说我是一个可怜而混乱的女子，带着 12 个孩子，低智商，没时间观念。

即使竭尽所能，活泼型的人也很难一下子将事情全部弄清楚。

### 称赞他们做成的每一件事

由于对活泼型的人来说要完成一件事相当困难，所以他们需要经常得到赞许以坚持下去。那些不需要这类支持的性格的人不会明白表扬是活泼型人的精神食粮，没有了表扬他们就不能生存。

费特和我刚结婚时，我懒得清理橱柜，当费特清楚我的个性，知道如何对待我后，他明白鼓励对我来说多么重要。现在，只要我清理了刀柜并让他知道，他就会放下所有事跑过来说：“噢，多好的刀柜啊！”靠着这句话，我几天里又清洁了别的柜子。

家中若有活泼型的小孩，要肯定他们做成的事，而不要指出他们干得多么不好，这一点尤其重要。称赞他们今天做的一点小事，明天他们就会干出更多的事。

### 记住他们是易受外界环境影响的人

与其他类型的人相比，活泼型的人最易被他们周围的环境所操纵。他们的情绪随其境遇而起落。当你认识到他们的情绪变化得多快时，你就不会对他们的哭笑过分紧张了。活泼型人的不幸在于他们喊“狼来了”喊得

太多。一位女士告诉我有一次她靠在煤气炉旁，把衣袖烧着了，她大声向另一间房里的丈夫喊：“救命！救命！我给烧着了！”而他却回答说：“当然烧着了，你可是个惹火的尤物呢！”

### **给他们礼物，他们喜欢新玩具**

活泼型的人是多么喜欢收到礼物啊！无论这礼物怎样，只要你送来他们就会兴奋。费特知道我是多么想得到惊喜，就在回家路上买了块面包，然后作为礼物送给我。我打开袋子，真的很感谢他注意到我想吃面包。一年复活节，他给我带了一打浅黄绿色的衣架回家，这是他在大减价时发现的。我十分兴奋，因为我们家的衣架被偷后，我就再也找不到多余的可用。现在我有了一些浅黄绿的衣架，我就能巡视别人的晾衣架，较容易地找出那些偷衣架的贼。

由于活泼型的人永远都天真无邪，像个小孩子，所以他们总在寻找新玩具去使日子过得开心些。

### **接受他们会把别人的尴尬事当作趣事的事实**

活泼型的人爱说他们犯错的故事，你只管坐下听，不要教他们如何避免这些问题。一位女士对我说有一次午饭时间她站在街角，那儿正交通堵塞，所有的车子都停了下来，而警察正在阻止行人进入街内。作为部分力量型的人，她不愿浪费时间，于是决定在等候时清理手

袋。她将袋里的东西都倒在一辆似乎是停在人行道边的车的车头盖上。当她分拣着那堆东西时，车流疏通了，警察向车子打手势示意开车，而被她当作桌子用的汽车竟突然冲出，她的东西散落了一地。她尖叫着去追赶，很快所有行人都走过来一边躲避着车子一边帮她拾文件、瓶子、梳子、唇膏和钱。幸好，她将所有重要的东西都找回来了，并且迫不及待地告诉我这个会令完美型的人感到丢脸的故事。

### 要懂得他们是善意的

或许与活泼型人和睦相处的最重要一点就是要懂得他们是善意的。曾有许多完美型的人对我说过，明白活泼型的人并非存心捉弄，这对他们有很大帮助。活泼型的人是多么希望受欢迎，所以他们只想娱乐别人而绝没有给人添麻烦的意思。当你接受了这个事实，你会与活泼型的人减少很多的冲突。

请欣赏他们的欢乐吧！

## 完美型的性格（M）

### 要知道他们非常敏感和容易受伤害

了解性格的最大好处是你知道别人所作反应的原因后而产生的安慰感。对说话不经细想的活泼型和力量型的人来说，懂得完美型的人非常敏感和容易受伤害是很



重要的。

正是这种敏感的性格给了完美型的人丰富、深沉和情绪化的特征，但如果走向极端的话，就会令他们容易受伤害。只要你遇到了一个完美型性格的人，就要注意你的措词和音量，以免由于你的话而令他沮丧。

如果发现气氛已经变得紧张，你就得诚恳地道歉，解释说常常不加考虑地说话。

### **认识到他们天生是悲观的**

除非你理解完美型的人，否则你不会明白他天生就对生命感到悲观。这种性情确实是有积极意义的，因为他们可以预见到其他性格的人没有在意的的问题，但若走向极端他们就永远不会有一分钟的快乐。

### **学会处理忧郁的情绪**

如果你们之中有谁正与一个深陷于忧郁中的完美型的人生活的话，我会建议你再去读读我的书《吹散乌云》。这是一本写忧郁病的书，有如何征服这些病症的建议。其中“如何与一个忧郁的人生活”一章特别有用。

以下是一些基本观点：

#### **1. 观察忧郁的迹象：**

对生活失去兴趣  
感到沮丧和绝望  
离群

暴食或厌食

失眠或嗜睡

谈论自杀

2. 认识到他们需要帮助。

如果你的关怀和辅导都遭到拒绝，那就试试找一个他认为能理解他这方面感情的人来跟他谈谈。

3. 不要花力气让他兴奋起来。

在我了解忧郁情绪前，我为了让费特放松，会兴高采烈地说：“来吧，像我一样快乐。”我很快发现我的兴致只会令他陷入更深的苦恼中。我们必须设身处地感受他们的窘境，告诉他们我们理解他们的感受（不要谴责他们），然后与他一起一步步振作起来。

4. 鼓励他们表达自己的感受。

活泼型和力量型的人把忧郁情绪看作一按掣就可以关掉的东西。他们的回答是：“开心起来，把它抛开。”如果那人没有立刻反应，他们就会撇开不管。忧郁的人需要时间去倾吐他的感受，和别人一起分析事情的因由，并分析所有可能解决的办法。

5. 千万别说他们的问题愚蠢。

忧郁的人会感到他的问题即使是真的存在也是很愚蠢的。他为自己情绪化而不知所措，并且知道每个人都会觉得他的忧虑是荒谬的。由于这些感觉，他不会告诉任何人他为什么苦恼，如果你坚持问，他们最后还是告诉你的。想想如果他鼓起勇气向你诉说而你却评价道：

“什么？这可是我听说过的最蠢的事了！”那对他的心灵是怎样一种伤害啊！

### **诚恳、亲切地称赞他们**

因为完美型的人对别人的爱缺乏安全感，所以他们总是对所受的赞扬带有疑惑。活泼型的人连取笑也当作赞许、而完美型的人却会将赞许当作取笑。他们对随意、振奋的话感到怀疑的另一个原因在于他们对每件事都细究，对每个人都怀疑，特别是快活的人。他们觉得赞扬的背后一定有隐秘的动机，然而他们真的需要别人欣赏。这种矛盾使得别人难对完美的人说正面的话，同时又被他们所接受，知道这一点可以帮你作出诚恳、平实和亲切的称赞，而且不会为“那究竟是什么意思？”这样的回答而不悦。

### **接受他们有时需要安静**

在我嫁给费特前，我不知道竟会有既安静又愉快的可能。我认为一天若有 10 分钟是安静的就等于不受欢迎。我修读过电台广播，发现 5 秒的暂停就会令你被开除。我以同样的眼光看待生活，有的人必须一整天地说话，安静就等于沉闷。想想假如我在蜜月中不停说话，而费特却声明：“安静时我才觉得享受生活。”这该让我有多迷惑啊！

## **享受安静**

这真是一个革命性的想法！如果你是一个活泼型的人，你可能不知道完美型的人真的喜欢“死寂”的时光。他们喜欢仰望长空，吸一口新鲜空气，在月光下沉思。如果你能明白这一点，你就会得到完美型人的感激。

## **尝试订下一个合理的时间表**

对任何一个完美型的人来说，生活中最重要的部分就是他的时间表。他要知道自己将去何地、何时和何因，没有计划的一天是混乱不堪的。一旦你接受这个事实你就能通过有序地安排生活而与完美型的人融洽相处，不要试图将完美型的人拉进你随便的生活方式中。他是对的，我们都应知道该去什么地方。

## **认识到整洁是必需的**

让完美型的人陷入忧郁的最简单方法就是将屋子里的东西乱摆乱放，说不出各样东西的确切位置。即使你是个活泼型的人，也应尽量让物品放得整齐些，地上的东西要拾起而不能置之不理，将用过的物品放回原处。

完美型的人常将他们对完美的要求引向极端，例如，就有一个这样的人向他活泼型的新娘说：“如果你不学得整洁点的话，我们就分床睡。”

### **帮助她们不要成为家庭的奴隶**

#### **(对有完美型妻子的男士的特别提醒!)**

因为完美型的人追求完美，所以难以接受不合他们标准的事情。经常地，完美型的母亲会包揽所有的工作，成为家庭的奴隶。一旦孩子将母亲的贡献看作理所当然，他们就会故作低能来刺激母亲说这样的话：“我不要你们再做家务了。”他们会满意地微笑，从此只走出去玩耍。孩子一旦放任，他们会不懂如何做家务，对生活缺乏责任感。应鼓励你的妻子去训练孩子帮忙做家务，并降低她的标准，让孩子力所能及地做事。

请为你有一位敏感和感情丰富的伴侣而庆幸吧！

### **力量型的性格 (C)**

#### **承认他们是天生的领导者**

与力量型的人相处第一件要知道的事就是他们是天生的领导者，他们的天性促使他们去占据操纵者的地位。他们不是和平型的人，有一天他们会做一个接管世界的重大决定；他们不是完美型的人，他们制订计划并决心将它们变作有冲劲的行动；他们不是活泼型的人，他们想到了的事就会去做。他们天生就有指挥欲和领导欲。一个力量型的儿童注意到他力量型的父亲向和平型的母

亲吆喝，即使他不知道性格的区别，也会以这样的话安慰抽泣的母亲：“当他吆喝你时，你就回敬他！”一旦你了解到他们充满积极的性格特征，有时会走向极端的的天性，当他们指挥你时，你就不会觉得惊奇和受辱了。

因为力量型的人表现得这样强而有力，那些要和他们相处的人必须以同样的力量回应。他们并非想强迫人按其方法行事，他们只是能很快看清是非，并认为你想知道答案。只要你了解他们的思维模式，你就可以坚定立场，他们会为你的做法而敬佩你。如果你任由力量型的人使唤，他就会一直这样下去。

### **坚持双向的交流**

力量型的人操纵的天性使得对方难以申明对家务事和计划的看法。由于这些问题，力量型人的丈夫或妻子必须坚持双向的交流。“坚持”是一个强硬的词，但它是与力量型的人对话所必需的，因为他会嘲笑你讨论问题的要求，而仅仅给你一个答案。

有时，我建议一个丈夫属于力量型的女士先听取对方的意见，在感谢他的意见后，要求三分钟的反驳时间。如果你说得清楚明白，坚决而友善，通常会引起他的注意。

### **要明白他们并不想伤害人**

由于力量型的人想说就说，不会考虑别人的感受，

所以他们不时会伤别人的心。如果我们认识到力量型人本无此意，只不过说话直率了些，我们就能更容易接受他们的话而不会感到伤心了。

如果一个力量型的人来到我眼前说：“我喜欢你的衣着，你每次穿上它时我都会喜欢。”我不会回家把衣服烧掉，她并非想伤害我，她只是把自己想到的一字不漏说出来罢了。

### **不要冒犯他们**

如果你和力量型的人相处得还可以，就不要去自找麻烦或者做些会引来对抗的事。小孩子很早就从生活中学会不去惹怒力量型的父母。

一天我正和活泼型的孙子通电话，忽然听到话筒里传来争吵声。

“发生了什么事，庄里逊？”我问。

“我妈正骂拜恩。”

“她生气了吗？”

“不是向着我，是向拜恩。”

“那其他人怎么办呢？”

这个10岁的孩子作了聪明的回答：“我们都自身难保，还是不要冒险去多管闲事好。”

### **试着划分责任范围**

为了避免麻烦（但又不放弃你的个性），你必须问清

楚力量型的人在负责什么家务，而你自己又能控制哪一方面。费特和我在选择什么地方挂厨具上有分歧。我认为厨房由我负责，我要将它们挂在好看的地方，费特则想挂在方便的地方。当我们讨论这个小问题时，我想起他每天早上都替我做早餐，如果我不让他把铲子放在方便的地方，他可能就不再煎蛋了。

由于我经常出差，所以我们先前定的责任范围有所改变。费特现在全权负责购物，填充橱柜和冰箱，因此我回家时食物总是供应充足。力量型的人通常需要最实在的计划，并且不怕做事，但如果责任范围不清楚，就有可能引发冲突。

### **认识到他们并不慈悲为怀**

由于力量型的人处事注重实际，他不习惯对病弱的人表示同情，去爱那些丑陋的事物，或花时间去医院探望病人。如果要填补感情上的空虚，力量型的人倾向于找寻别的途径。他们不是吝啬或者残忍，他们只是对受伤的人没有同情心而已。力量型的人应订立一个目标以改进他们的同情心，而只要你不指望奇迹出现，你就可以和他相处得更好。

一位力量型的牧师告诉我，他向朋友表明，如果他们病了的话，他会去探一次病，“之后，就要靠你们自己了。”



### 要知道他们经常是对的

还在孩童时代，力量型的人就知道自己是对的。有一天我们力量型的孙子拜恩和费特玩游戏。拜恩当时大约三岁，他不依照规则玩这游戏。费特作为一个完美型的人，认为即使是小孩也应该遵守规则，于是就指出：“拜恩，你错了。”

拜恩立刻反击道：“我没错，我是对的。”

令人惊奇的是，力量型的人有一种天赋的能力作出正确的判断。因此当你不知所措时，就可以听从力量型的人的指点。

请为你有一个“总是正确”的领导而庆幸吧！

## 和平型的性格 (P)

### 要懂得他们需要直接的推动

对力量型的父母来说，要理解和平型的孩子是件极为困难的事。因为力量型的人如此自觉，将每件事都看作通向目标的步骤，以至他们难以接受孩子们不自觉的行为。他认为自己的思维方式是最聪明的，这会使和平型的人更加消沉下去，成为失败者。

一位著名的外科医生告诉我他那“没有性格，畏缩不前的懒儿子”的事。当我们讨论这个问题时，我可以看到这位男士专横、自大的性情是如何令孩子畏缩和显

得懒惰的。他说：“我尽力去激励那孩子，每次我看他坐下，就说：‘起来，寄生虫，去工作。’”

你可以想象这样的话对他的儿子的打击有多大！

和平型的人最悠闲、随和，但他们需要动力。他们需要父母或伴侣的鼓励和帮助他们建立目标。当我们了解和平型的性格后，我们会知道他们需要直接的推动力，而无论是对孩子、对配偶或对同事，我们都应该赞扬、鼓励和引导，而不应小看、批评和压抑他们。

### **帮助他们订立目标并争取回报**

当我在语言学校学习时，我们的教师会在我们作业做得好的时候给我们金星。我喜欢看到那些星星，于是就努力做好去赢来这份奖赏。

长大后，我们喜欢得到这样的鼓励，而和平型的人则更加需要有人去帮助他设定目标，并对他富有成果的努力给以报答。和平型的儿童如果有一份可供查验的责任图表，他会把事情办得超常的好，如果家人能注意到和平型的妻子所做的事，她就会成为更好的管家。若和平型的丈夫能获得苹果馅饼作为餐后甜点的承诺，他就会走去清理车库。

和平型的人能够订立目标，但他们的天性使得他们不愿这样做——只要他们能避免预先考虑太多问题。当你学会了与和平型的人一起生活，你会认识到只要你首先花时间帮他们订计划并解释其作用，那将会使他们完

成更多的工作。

隧道尽头的一盏灯可以令漫长、黑暗的爬行变得更有意义。

### **不要期望他们有热情**

活泼型的人和力量型的人希望别人对自己说的话有热切的反应，而和平型的人却表现得不感兴趣，这往往令别人伤心。一旦我们了解到和平型的人天性不易兴奋，我们就会更容易接受他们不会为新主意而雀跃的做法。

了解性格的最主要好处是可以清除对别人期望过高而产生的压力。和平型的祖以这样的话开始他的一天：“哦，我敢保证今天又是一个糟糕的日子。”力量型的加诺林会答道：“我觉得你应该认真对待，我肯定你不会失望的。”

### **要知道逃避是他们保持控制的方式**

由于和平型的人总感到被力量型的配偶所压迫，所以他们会把拖延作为自卫的武器。保罗公开向我承认他是一个迟钝的人：“我要等到最后一分钟才匆忙成事。”他力量型的妻子珍妮立刻反驳：“你等到最后一分钟是真的，但你这辈子却从未做成过任何事！”他们就在我眼前激烈地争论起来——为堆满木料的地下室，从未拿出过包装箱的桌球布和由于终日不见阳光而死在车房里的灌木。就在珍妮快要发怒时，保罗平静地嘲讽说：“别唠叨

了，否则你什么也别想让我去做。

### **迫使他们作决定**

和平型的人能够作决定，但他们常常选择最简单的路，就是让别人替他们选择做些什么和往哪里去做。为了避免引发冲突，他们宁愿不争论，在社会关系中，这种中间路线的做法并不让人讨厌——事实上这是受欢迎的。然而在主活中，和平型的人应该至少也做一部分决定才是对的。

对待小孩子，不要接受他们不变的借口：“我不在乎。”要迫使他们考虑一件事情的两方面，然后作出决定。要向他们解释清楚判断事物并作出决定的能力对他们以后的生活的重要性。

在夫妻关系上，必须迫使和平型的一方去参加家庭讨论并帮助解决问题。如果你是个强硬派，你必须放手去让和平型的一方打理一些事务。和平型的人不愿作决定的原因，往往是他觉得别人无论如何都只会按自己的方式行事。为了培养对方的决断力，你必须将控制权交给他并正视这项结果。对力量型的人来说，做到这一点并不容易，因为他们很快就能看出错误之处并横加干涉。在他几次出面“挽救局面”后，另一方就会放弃，退回来听从家中任何人的领导。

### **不要把过错都归咎于他们**

因为和平型的人沉默而安于现状，因而很容易成为别人推卸责任的目标。我常常看到这样的情况，力量型的人草率作决定，带来灾难性的后果，于是就把过错都推到愿意受气的和平型的人身上。检讨你在这方面的做法，看你是否把过错都推到别人身上。

一位和平型的女士对我说，她丈夫叫她选择家里养何种狗，这以后每次狗犯错，她丈夫都会冲她抱怨。

尽管和平型的人可能会逆来顺受，这种做法却损害了他的自尊，使他对你敬而远之，并让他再也不敢担负起责任。

如果你今天将和平型的人当作废物箱，明天，你手上就会出现一个大包袱。

### **鼓励他们担起责任**

活泼型的人要避免接受太多的职责，因为他们对自己期望过高，而力量型的人则应尽量不要事必躬亲。和平型的人却相反，总是逃避责任，即使他们有管理能力而且人际关系不错。由于他们有制造和平气氛的领导天才，所以应该鼓励他们去承担责任。虽然他们会因为别人对其不信任而放弃，但他们的确是出色的行政人员。他们也不想被抛弃在一边当“提袋子”的角色。

不要接受他们的第一声“NO”，而要向他们显示你

对其领导能力的信心。要找一个人当主席、总统甚至国王的话，哪还有比找一个你容易相处的人——一个不会草率作决定，能有效调解纠纷的人——更好的选择呢？

请欣赏他们和平的气质吧！

你想与人和睦相处吗？善良的心比一切都有效。



## 附 录 一

### 个性测试词语定义

#### 优 点

##### 1

**富于冒险：**愿意面对新事物并敢于下决心掌握的人；  
**适应力强：**轻松自如适应任何环境；  
**生 动：**充满活力，表情生动，多手势；  
**善于分析：**喜欢研究各部分之间的逻辑和正确的关系。

##### 2

**坚持不懈：**要完成一事才接着做新事；  
**喜好娱乐：**开心，充满乐趣与幽默感；  
**善于说服：**用逻辑与事实而不用威严和权力服人；  
**平 和：**在任何冲突中，不受干扰，保持平静。

##### 3

**顺 服：**易接受他人的观点或喜好，不坚持己见；  
**自我牺牲：**为他人利益愿意放弃个人意见；



**善于社交：**认为与人相处是好玩，是参与的机会，而不是挑战或商业机会；

**意志坚定：**决心依自己的方式做事的人。

#### 4

**体贴：**关心别人的感觉与需要；

**自控性：**控制自己的情感，极少流露；

**竞争性：**把一切当成竞赛，总是有强烈的赢的欲望；

**使人认同：**因个人魅力或性格使人认同。

#### 5

**使人振作：**给他人清新振奋的刺激；

**受尊重：**对人诚实尊重；

**含蓄：**自我约束情绪与热忱；

**善于应变：**对任何情况都能很快做出有效的反应。

#### 6

**满足：**容易接受任何情况和环境的人；

**敏感：**对周围的人事过分关心；

**自立：**独立性强，只依靠自己的能力、判断与才智；

**生机勃勃：**充满生命力与兴奋。

## 7

- 计划者**：为完成工程和目标事前做详尽计划，宁愿依计划进行工作，而不愿执行任务；
- 耐性**：不因延误而懊恼，冷静且能容忍；
- 积极**：相信自己有转危为安的能力；
- 推动者**：动用性格魅力或鼓励或逼迫别人参予或投资。

## 8

- 肯定**：自信极少犹豫或动摇；
- 无拘无束**：不喜预先计划，或受计划牵制；
- 有时间性**：生活与处事均依照时间表，不喜欢计划被人干扰；
- 羞涩**：安静、不善于交谈的人。

## 9

- 井井有条**：有系统有条理安排事情的人；
- 迁就**：改变自己，使自己与他人协调，短时间内按他人的方式行事；
- 坦率**：毫无保留，坦率发言；
- 乐观**：愉快的性情令自己和他人相信任何事都会转好的人。

## 10

- 友善：**不主动交谈，经常是被动的回答者；
- 忠诚：**一贯可靠，忠心不移，有时甚至毫无理由地奉献；
- 有趣：**风趣，很强的幽默感，使任何事情都能变成精彩的故事；
- 强迫性：**发号施令者，别人从不反对。

## 11

- 勇敢：**敢于冒险，勇敢，无所畏惧；
- 可爱：**开心，与他相处充满乐趣的人；
- 外交手腕：**待人得体有耐性；
- 注意细节：**对事情记忆清晰，做事有条不紊。

## 12

- 令人高兴：**一向充满活力，并将快乐感染他人；
- 贯彻始终：**情绪平稳，容易反应，如人所料；
- 文化修养：**对学术，艺术特别爱好，如戏剧、交响乐、芭蕾舞等；
- 自信：**确信自己个人能力与成功。

## 13

- 理想主义：**以自己完美的标准来设想衡量事情；

**独立：**自给自足，自己生活，自信，无需他人帮忙；

**无攻击性：**从不说或做引起别人不满和反对的事；

**富激励性：**鼓励别人参与、加入并能将每件事变得有趣。

## 14

**感情外露：**从不掩饰自己的情感、喜好，与人交谈时常身不由己地接触他人；

**果断：**有很快做出判断与结论的能力；

**尖刻幽默：**近乎讽刺的幽默；

**深沉：**深刻并常常内省，对肤浅的交谈、消遣的厌恶。

## 15

**调解者：**经常居中调解不同的意见，以避免双方冲突；

**音乐性：**爱好参与并有较深的鉴赏力，因音乐的艺术性，而不单是为表演的乐趣；

**发起者：**被高效率的需要所推动，是别人跟随的领导者，闲不住；

**喜交朋友：**喜好周旋于宴会中，喜欢结交新朋友，不把任何人当作陌生人。

## 16

**考虑周到：**善解人意，能记住特别的日子，不吝于帮助别人；

**执着：**不达到目的誓不休者；

**多言：**不断地说话、讲笑话来娱乐周围的人，觉得应避免沉默而使他人尴尬；

**容忍：**易接受别人的想法或方法，不需要反对或改变他人。

## 17

**聆听者：**愿意听别人倾诉；

**忠心：**对自己的理想、朋友、工作都绝对忠实，有时甚至无需任何理由；

**领导者：**天生的带领者，不相信别人的工作能力比得上自己；

**活力充沛：**充满活力，精力充沛。

## 18

**知足：**满足自己拥有的，甚少羡慕别人；

**首领：**要求领导地位及别人跟随；

**制图者：**用图表、数字来组织生活，解决问题；

**惹人喜爱：**人们注意的中心，令人爱慕。

## 19

**完美主义者**：对别人、对自己订高标准，一切事情都有秩序；

**和气**：易相处型，易说话，易让人接近；

**勤劳**：不停地工作，完成任务，不愿休息；

**受欢迎**：是聚会时的灵魂人物，受欢迎的宾客。

## 20

**跳跃型**：充满活力和生气的性格；

**无畏**：大无畏，大胆前进，不怕冒险；

**规范型**：时时坚持自己举止合乎认同的道德规范；

**平衡**：稳定，中间路线。

## 缺点

## 21

**乏味**：面上极少流露表情或情绪；

**忸怩**：躲避别人的注意力；

**露骨**：好表现，华而不实，声音大；

**专横**：喜命令支配，有时略傲慢。

## 22

**散漫**：生活任性无秩序；

**无同情心：**不易理解别人的问题与麻烦；  
**缺乏热情：**不易兴奋，经常感到喜事难成；  
**不宽恕：**不易宽恕或忘记别人对自己的伤害，易妒忌。

### 23

**保留：**不愿意参予，尤其当事物复杂时；  
**怨恨：**把实际或自己想象的别人的冒犯经常放在心中；  
**逆反：**抗拒、犹豫或拒不接受别人的方法，固执己见；  
**唠叨：**重复讲同一件事或故事，忘记自己已经重复多次，总是不断找话题说话。

### 24

**挑剔：**坚持琐事细节，要求注意细节；  
**胆小：**经常感到强烈的担心、焦虑、悲戚；  
**健忘：**由于缺乏自我约束，导致健忘，不愿意记无趣的事；  
**率直：**直言不讳，不介意把自己的看法直接表露出来。

### 25

**没耐性：**难以忍受等待别人；

**无安全感：**感到担心且无自信心；

**优柔寡断：**很难下定决心；

**好插嘴：**是一个滔滔不绝的发言者，不是好听众，不留意别人也在讲话。

## 26

**不受欢迎：**由于强烈要求完美，而拒人千里之外；

**不参予：**不愿倾听，也不愿意参予或加入任何团体活动，对别人的生活不感兴趣；

**难预测：**时而兴奋、时而低落，或总是不能兑现其诺言；

**缺同情心：**很难用语言或动作当众表达感情。

## 27

**固执：**坚持依自己的意见行事；

**即兴：**做事从无一贯性；

**难于取悦：**因要求太高而使别人很难取悦；

**犹豫不决：**迟迟才有行动，不易参予。

## 28

**平淡：**中间性格，无高低之分，很少表露感情；

**悲观：**尽管期待最好的但往往首先看到事情的不利之处；

**自负：**自我评价高，认为自己是最好的人选；



**放任：**允许别人（包括孩子）做他喜欢的事，为的是讨好别人，令别人鼓吹自己。

### 29

**易怒：**善变，有小孩子似的情绪，易激动，过后马上又忘了；

**无目标：**不喜订目标，也无意订目标；

**好争吵：**易与人争吵，不管怎样对任何事情都感到自己是对的；

**孤芳自赏：**容易感到被人疏离，经常无安全感或担心别人不喜欢与自己相处。

### 30

**天真：**孩子般的单纯，不理解生命的真谛；

**消极：**往往只看到事物消极面、黑暗面，而少有积极的态度；

**鲁莽：**充满自信、坚韧不拔与胆识，但总不恰当；

**冷漠：**漠不关心，得过且过。

### 31

**担忧：**时时感到不确定、焦虑、心烦；

**退缩：**感到需要大量时间独处；

**工作狂：**为了回报或成就感，而不是为了完美，

设立雄伟目标，不断工作，耻于休息；  
喜获认同：需要旁人认同、赞赏，就如同演艺家，  
需要观众的掌声、笑声与接受。

### 32

过分敏感：对事情过分反应，被人误解时感到被冒犯；  
不圆滑老练：经常用冒犯或没考虑周到的方式表达自己；  
胆怯：遇到困难退缩；  
喋喋不休：难以自控，滔滔不绝，不能倾听别人。

### 33

腼腆：事事不确定，又对所做之事缺乏信心；  
生活紊乱：缺乏安排生活的能力；  
跋扈：冲动地控制事情或别人，指挥他人；  
抑郁：常情绪低落的人。

### 34

缺乏毅力：反复无常，互相矛盾，情绪与行动不合逻辑；  
内向：思想与兴趣放在心里，活在自己的世界里；  
不容忍：不能忍受他人的态度、观点、做事的方

式；

**无异议：**对多数事情均漠不关心的人。

### 35

**杂乱无章：**生活环境无秩序，经常找不到东西；

**情绪化：**情绪不易高涨，当感到不被欣赏时很容易低落；

**喃喃自语：**低声说话，不在乎说不清楚；

**喜操纵：**精明处事，操纵事情，使自己得利。

### 36

**缓慢：**行动思想均比较慢，过分麻烦；

**顽固：**决心依自己的意愿行事，不易被说服；

**好表现：**要吸引人，需要自己成为别人注意的中心；

**有戒心：**不易相信别人，对所有语言背后真正的动机存有疑问。

### 37

**孤僻：**需要大量时间独处，避开人群；

**统治欲：**毫不犹豫地表示自己的正确或控制能力；

**懒惰：**总是先估量做每一件事要耗费多少精力；

**大嗓门：**说话声与笑声总是盖过他人。

### 38

- 拖 延：凡事起步慢，需要推动力；  
多 疑：凡事怀疑，不相信别人；  
易 怒：当别人行动不够快，不能完成指定的工  
作时，易感到不耐烦或发怒；  
不 专 注：无法专心或集中注意力。

### 39

- 报 复 型：记恨并惩罚冒犯自己的人；  
烦 躁：喜新厌旧，不喜欢长期做相同的事；  
勉 强：不愿参与或投入；  
轻 率：因没耐性，不经思考，草率行动。

### 40

- 妥 协：为避免矛盾，即使自己是对的也不惜放  
弃自己的立场；  
好 批 评：不断地衡量和下判断，经常考虑提出反  
面的意见；  
狡 猾：精明，总是有办法达到目的；  
善 变：像孩子般注意力短暂，需要各种变化，  
怕无聊。



## 附 录 二 个性测试及其词语英文原文

### Your Personality profile

Directions - In each of the following rows of four words across, place an X in front of the one word that most often applies to you. Continue through all forty lines; be sure each number is marked. If you are not sure which word "most applies" ask a spouse or a friend, and think of what your answer would have been when you were a child. (Full definitions for each of these words begin on page 255).

#### Strengths

- |   |   |                                       |  |
|---|---|---------------------------------------|--|
| 1 <input type="checkbox"/> Adventurous    | <input type="checkbox"/> Adaptable        | <input type="checkbox"/> Animated     | <input type="checkbox"/> Analytical    |
| 2 <input type="checkbox"/> Persistent     | <input type="checkbox"/> Playful          | <input type="checkbox"/> Persuasive   | <input type="checkbox"/> Peaceful      |
| 3 <input type="checkbox"/> Submissive     | <input type="checkbox"/> Self-sacrificing | <input type="checkbox"/> Sociable     | <input type="checkbox"/> Strong-willed |
| 4 <input type="checkbox"/> Considerate    | <input type="checkbox"/> Controlled       | <input type="checkbox"/> Competitive  | <input type="checkbox"/> Convincing    |
| 5 <input type="checkbox"/> Refreshing     | <input type="checkbox"/> Respectful       | <input type="checkbox"/> Reserved     | <input type="checkbox"/> Resourceful   |
| 6 <input type="checkbox"/> Satisfied      | <input type="checkbox"/> Sensitive        | <input type="checkbox"/> Self-reliant | <input type="checkbox"/> Spirited      |
| 7 <input type="checkbox"/> Planner        | <input type="checkbox"/> Patient          | <input type="checkbox"/> Positive     | <input type="checkbox"/> Promoter      |
| 8 <input type="checkbox"/> Sure           | <input type="checkbox"/> Spontaneous      | <input type="checkbox"/> Scheduled    | <input type="checkbox"/> Shy           |
| 9 <input type="checkbox"/> Orderly        | <input type="checkbox"/> Obliging         | <input type="checkbox"/> Outspoken    | <input type="checkbox"/> Optimistic    |
| 10 <input type="checkbox"/> Friendly      | <input type="checkbox"/> Faithful         | <input type="checkbox"/> Funny        | <input type="checkbox"/> Forceful      |
| 11 <input type="checkbox"/> Daring        | <input type="checkbox"/> Delightful       | <input type="checkbox"/> Diplomatic   | <input type="checkbox"/> Detailed      |
| 12 <input type="checkbox"/> Cheerful      | <input type="checkbox"/> Consistent       | <input type="checkbox"/> Cultured     | <input type="checkbox"/> Confident     |
| 13 <input type="checkbox"/> Idealistic    | <input type="checkbox"/> Independent      | <input type="checkbox"/> Inoffensive  | <input type="checkbox"/> Inspiring     |
| 14 <input type="checkbox"/> Demonstrative | <input type="checkbox"/> Decisive         | <input type="checkbox"/> Dryhumor     | <input type="checkbox"/> Deep          |
| 15 <input type="checkbox"/> Mediator      | <input type="checkbox"/> Musical          | <input type="checkbox"/> Mover        | <input type="checkbox"/> Mixes easily  |
| 16 <input type="checkbox"/> Thoughtful    | <input type="checkbox"/> Tenacious        | <input type="checkbox"/> Talker       | <input type="checkbox"/> Tolerant      |
| 17 <input type="checkbox"/> Listener      | <input type="checkbox"/> Loyal            | <input type="checkbox"/> Leader       | <input type="checkbox"/> Lively        |
| 18 <input type="checkbox"/> Contented     | <input type="checkbox"/> Chief            | <input type="checkbox"/> Chartmaker   | <input type="checkbox"/> Cute          |
| 19 <input type="checkbox"/> Perfectionist | <input type="checkbox"/> Pleasant         | <input type="checkbox"/> Productive   | <input type="checkbox"/> Popular       |
| 20 <input type="checkbox"/> Bouncy        | <input type="checkbox"/> Bold             | <input type="checkbox"/> Behaved      | <input type="checkbox"/> Balanced      |

### Weaknesses

- |  |  |   |   |
|--|--|---|---|
| 21 <input type="checkbox"/> Blank          | <input type="checkbox"/> Bashful           | <input type="checkbox"/> Brassy           | <input type="checkbox"/> Bossy          |
| 22 <input type="checkbox"/> Undisciplined  | <input type="checkbox"/> Unsympathetic     | <input type="checkbox"/> Unenthusiastic   | <input type="checkbox"/> Unforgiving    |
| 23 <input type="checkbox"/> Reticent       | <input type="checkbox"/> Resentful         | <input type="checkbox"/> Resistant        | <input type="checkbox"/> Repetitious    |
| 24 <input type="checkbox"/> Fussy          | <input type="checkbox"/> Fearful           | <input type="checkbox"/> Forgetful        | <input type="checkbox"/> Frank          |
| 25 <input type="checkbox"/> Impatient      | <input type="checkbox"/> Insecure          | <input type="checkbox"/> Indecisive       | <input type="checkbox"/> Interrupts     |
| 26 <input type="checkbox"/> Unpopular      | <input type="checkbox"/> Uninvolved        | <input type="checkbox"/> Unpredictable    | <input type="checkbox"/> Unaffectionate |
| 27 <input type="checkbox"/> Headstrong     | <input type="checkbox"/> Haphazard         | <input type="checkbox"/> Hard to please   | <input type="checkbox"/> Hesitant       |
| 28 <input type="checkbox"/> Plain          | <input type="checkbox"/> Pessimistic       | <input type="checkbox"/> Proud            | <input type="checkbox"/> Permissive     |
| 29 <input type="checkbox"/> Angered easily | <input type="checkbox"/> Aimless           | <input type="checkbox"/> Argumentative    | <input type="checkbox"/> Alienated      |
| 30 <input type="checkbox"/> Naive          | <input type="checkbox"/> Negative attitude | <input type="checkbox"/> Nervy            | <input type="checkbox"/> Nonchalant     |
| 31 <input type="checkbox"/> Worrier        | <input type="checkbox"/> Withdrawn         | <input type="checkbox"/> Workaholic       | <input type="checkbox"/> Wants credit   |
| 32 <input type="checkbox"/> Too sensitive  | <input type="checkbox"/> Tactless          | <input type="checkbox"/> Timid            | <input type="checkbox"/> Talkative      |
| 33 <input type="checkbox"/> Doubtful       | <input type="checkbox"/> Disorganized      | <input type="checkbox"/> Domineering      | <input type="checkbox"/> Depressed      |
| 34 <input type="checkbox"/> Inconsistent   | <input type="checkbox"/> Introvert         | <input type="checkbox"/> Intolerant       | <input type="checkbox"/> Indifferent    |
| 35 <input type="checkbox"/> Messy          | <input type="checkbox"/> Moody             | <input type="checkbox"/> Mumbles          | <input type="checkbox"/> Manipulative   |
| 36 <input type="checkbox"/> Slow           | <input type="checkbox"/> Stubborn          | <input type="checkbox"/> Show - off       | <input type="checkbox"/> Skeptical      |
| 37 <input type="checkbox"/> Loner          | <input type="checkbox"/> Lord over others  | <input type="checkbox"/> Lazy             | <input type="checkbox"/> Loud           |
| 38 <input type="checkbox"/> Sluggish       | <input type="checkbox"/> Suspicious        | <input type="checkbox"/> short - tempered | <input type="checkbox"/> Scatterbrained |
| 39 <input type="checkbox"/> Revengeful     | <input type="checkbox"/> Restless          | <input type="checkbox"/> Reluctant        | <input type="checkbox"/> Rash           |
| 40 <input type="checkbox"/> Compromising   | <input type="checkbox"/> Critical          | <input type="checkbox"/> Crafty           | <input type="checkbox"/> Changeable     |

## Personality scoring sheet

Now transfer all your X's to the corresponding words on the Personality Scoring Sheet and add up your totals. For example, if you checked Animated on the profile, check it on the scoring sheet. (Note: The words are in a different order on the profile and the scoring sheet.)

### Strengths

Popular	Powerful	Perfect	Peaceful
Sanguine	Choleric	Melancholy	Phlegmatic
1 __ Animated	__ Adventurous	__ Analytical	__ Adaptable
2 __ Playful	__ Persuasive	__ Persistent	__ Peaceful
3 __ Sociable	__ Strong-willed	__ Self-sacrificing	__ Submissive
4 __ Convincing	__ Competitive	__ Considerate	__ Controlled
5 __ Refreshing	__ Resourceful	__ Respectful	__ Reserved
6 __ Spirited	__ Self-reliant	__ Sensitive	__ Satisfied
7 __ Promoter	__ Positive	__ Planner	__ Patient
8 __ Spontaneous	__ Sure	__ Scheduled	__ Shy
9 __ Optimistic	__ Outspoken	__ Orderly	__ Obliging
10 __ Funny	__ Forceful	__ Faithful	__ Friendly
11 __ Delightful	__ Daring	__ Detailed	__ Diplomatic
12 __ Cheerful	__ Confident	__ Cultured	__ Consistent
13 __ Inspiring	__ Independent	__ Idealistic	__ Inoffensive
14 __ Demonstrative	__ Decisive	__ Deep	__ Dry humor
15 __ Mixes easily	__ Mover	__ Musical	__ Mediator
16 __ Talker	__ Tenacious	__ Thoughtful	__ Tolerant
17 __ Lively	__ Leader	__ Loyal	__ Listener
18 __ Cute	__ Chief	__ Chartmaker	__ Contented
19 __ Popular	__ Productive	__ Perfectionist	__ pleasant
20 __ Bouncy	__ Bold	__ Behaved	__ Balanced

**Totals - Strengths**

---



## Weaknesses

Popular	Powerful	Perfect	Peaceful
Sanguine	Choleric	Melancholy	Phlegmatic
21 __ Brassy	__ Bossy	__ Bashful	__ Blank
22 __ Undisciplined	__ Unsympathetic	__ Unforgiving	__ Unenthusiastic
23 __ Repetitious	__ Resistant	__ Resentful	__ Reticent
24 __ Forgetful	__ Frank	__ Fussy	__ Fearful
25 __ Interrupts	__ Impatient	__ Insecure	__ Indecisive
26 __ Unpredictable	__ Unaffectionate	__ Unpopular	__ Uninvolved
27 __ Haphazard	__ Headstrong	__ Hard to please	__ Hesitant
28 __ Permissive	__ Proud	__ Pessimistic	__ Plain
29 __ Angered easily	__ Argumentative	__ Alienated	__ Aimless
30 __ Naive	__ Nervy	__ Negative attitude	__ Nonchalant
31 __ Wants credit	__ Workaholic	__ Withdrawn	__ Worrier
32 __ Talkative	__ Tactless	__ Too sensitive	__ Timid
33 __ Disorganized	__ Domineering	__ Depressed	__ Doubtful
34 __ Inconsistent	__ Intolerant	__ Introvert	__ Indifferent
35 __ Messy	__ Manipulative	__ Moody	__ Mumbles
36 __ Show - off	__ Stubborn	__ Skeptical	__ Slow
37 __ Loud	__ Lord over others	__ Loner	__ Lazy
38 __ Scatterbrained	__ Short - tempered	__ Suspicious	__ Sluggish
39 __ Restless	__ Rash	__ Revengeful	__ Reluctant
40 __ Changeable	__ Crafty	__ Critical	__ Compromising

## Totals - Weaknesses

---

 Combined Totals
 

---

This test is very easy to interpret. Once you've transferred your answers to the scoring sheet, added up your total number of answers in each of the four columns, and added your totals from both the strengths and weaknesses sections, you'll know your dominant personality type. You'll also know what combination you are. If, for example, your score is 15 in Powerful Choleric strengths and weaknesses, there's really little question. You're almost all Powerful Choleric. But if your score is, for example, 8 in Popular Sanguine, 6 in Perfect Melancholy, and 2 in each of the others, you're a Popular Sanguine with a strong Perfect Melancholy. You'll also, of course, know your least dominant type.

As you read the following pages and work with the material in this book, you'll learn how to put your strengths to work for you, how to compensate for the weaknesses in your dominant type, and how to understand the strengths and weaknesses of other types.



## **Personality Test Word Definitions**

### **STRENGTHS**

1

*Adventurous*. One who will take on new and daring enterprises with a determination to master them.

*Adaptable*. Easily fits and is comfortable in any situation.

*Animated*. Full of life, lively use of hand, arm, and face gestures.

*Analytical*. Likes to examine the parts for their logical and proper relationships.

2

*Persistent*. Sees one project through to its completion before starting another.

*Playful*. Full of fun and good humor.

*Persuasive*. Convinces through logic and fact rather than charm or power.

*Peaceful*. Seems undisturbed and tranquil and retreats from and form of strife.

3

*Submissive*. Easily accepts any other's point of view or desire with little need to assert his own opinion.

*Self-sacrificing*. Willingly gives up his own personal being for the sake of, or to meet the needs of other.

*Sociable*. One who sees being with others as an opportunity to be cute and entertaining rather than as a challenge or business opportunity.

*Strong-willed*. One who is determined to have his own way.

4

*Considerate*. Having regard for the needs and feelings of others.

*Controlled*. Has emotional feelings but rarely displays them.

*Competitive*. Turns every situation, happening, or game into a contest and always plays to win!

*Convincing*. Can win you over to anything through the sheer charm of his personality.

5

*Refreshing*. Renews and stimulates or makes others feel good.

*Respectful*. Treats others with deference, honor, and esteem.

*Reserved*. Self-restraint in expression of emotion or enthusiasm.

*Resourceful*. Able to act quickly and effectively in virtually all situations.

6

*Satisfied*. A person who easily accepts any circumstance or situation.

*Sensitive*. Intensively cares about others, and what happens.

*Self-reliant*. An independent person who can fully rely on his own capabilities, judgment, and resources.

*Spirited*. Full of life and excitement.

7

*Planner*. Prefers to work out a detailed arrangement beforehand for the accomplishment of project or goal, and prefers involvement with the planning stages and the finished product rather than the carrying out of the task.

*Patient*. Unmoved by delay, remains calm and tolerant.

*Positive*. Knows it will turn out right if he's in charge.

*Promoter*. Urges or compels others to go along, join, or invest through the charm of his own personality.

8

*Sure*. Confident, rarely hesitates or wavers.

*Spontaneous*. Prefers all of life to be impulsive, unpremeditated activity, not restricted by plans.

*Scheduled*. Makes, and lives, according to a daily plan, dislikes his plan to be interrupted.

*Shy*. Quiet, doesn't easily instigate a conversation.

9

*Orderly*. A person who has a methodical, systematic arrangement of things.

*Obliging*. Accommodating. One who is quick to do it another's way.

*Outspoken*. Speaks frankly and without reserve.

*Optimistic*. Sunny disposition who convinces himself and others that everything will turn out all right.

10

*Friendly*. A responder rather than an initiator, seldom starts a conversation.

*Faithful*. Consistently reliable, steadfast, loyal, and devoted sometimes beyond reason.

*Funny*. Sparking sense of humor that can make virtually any story into an hilarious event.

*Forceful*. A commanding personality whom others would hesitate to take a stand against.

11

*Daring*. Willing to take risks; fearless, bold.

*Delightful*. A person who is upbeat and fun to be with.

*Diplomatic*. Deals with people tactfully, sensitively, and patiently.

*Detailed*. Does everything in proper order with a clear memory of all the things that happen.

12

*Cheerful*. Consistently in good spirits and promoting happiness in others.

*Consistent*. Stays emotionally an even keel, responding as one might expect.

*Cultured*. One whose interests involve both intellectual and artistic pursuits. such as theater, symphony, ballet.

*Confident*. Self – assured and certain of own ability and success.

13

*Idealistic*. Visualizes things in their perfect form, and has a need to measure up to that standard himself.

*Independent*. Self – sufficient, self – supporting, self – confident, and seems to have little need of help.

*Inoffensive*. A person who never says or causes anything unpleasant or objectionable.

*Inspiring*. Encourages others to work, join, or be involved, and makes the whole thing fun.

14

*Demonstrative*. Openly expresses emotion, especially affection and doesn't hesitate to touch others while speaking to them.

*Decisive*. A person with quick, conclusive, judgment – making ability.

*Dry humor*. Exhibits "dry wit," usually one – liners which can be sarcastic in nature.

*Deep*. Intense and often introspective with a distaste for surface conversation and pursuits.

15

*Mediator*. Consistently finds him – or herself in the role of reconciling differences in order to avoid conflict.

*Musical*. Participates in or has a deep appreciation for music, is committed to music as an art form, rather than the fun of performance.

*Mover*. Driven by a need to be productive, is a leader whom others follow, finds it difficult to sit still.

*Mixes easily*. Loves a party and can't wait to meet everyone in the room, never meets a stranger.

16

*Thoughtful*. A considerate person who remembers special occasions and is quick to make a kind gesture.

*Tenacious*. Holds on firmly, stubbornly, and won't let go until the goal is accomplished.

*Talker*. Constantly talking, generally telling funny stories and entertaining everyone around, feeling the need to fill the silence in order to make others comfortable.

*Tolerant*. Easily accepts the thoughts and ways of others without the need to disagree with or change them.

17

*Listener*. Always seems willing to hear what you have to say.

*Loyal*. Faithful to a person, ideal, or job, sometimes beyond reason.

*Leader*. A natural born director, who is driven to be in charge, and often



finds it difficult to believe that anyone else can do the job as well.

*Lively*. Full of life, vigorous, energetic.

18

*Contented*. Easily satisfied with what he has, rarely envious.

*Chief*. Commands leadership and expects people to follow.

*Chartmaker*. Organizes life, tasks, and problem solving by making lists, forms, or graphs.

*Cute*. Precious, adorable, center of attention.

19

*Perfectionist*. Places high standards on himself, and often on others, desiring that everything be in proper order at all times.

*Pleasant*. Easygoing, easy to be around, easy to talk with.

*Productive*. Must constantly be working or achieving, often finds it very difficult to rest.

*Popular*. Life of the party and therefore much desired as a party guest.

20

*Bouncy*. A bubbly, lively personality, full of energy.

*Bold*. Fearless, daring, forward, unafraid of risk.

*Behaved*. Consistently desires to conduct himself within the realm of what he feels is proper.

*Balanced*. Stable, middle – of – the – road personality, not subject to sharp highs or lows.

## WEAKNESSES

21

*Blank*. A person who shows little facial expression or emotion.

*Bashful*. Shrinks from getting attention, resulting from self-consciousness.

*Brassy*. Showy, flashy, comes on strong, too loud.

*Bossy*. Commanding, domineering, sometimes overbearing in adult relationships.

22

*Undisciplined*. A person whose lack of order permeates most every area of his life.

*Unsympathetic*. Finds it difficult to relate to the problems or hurts of others.

*Unenthusiastic*. Tends to not get excited, often feeling it won't work anyway.

*Unforgiving*. One who has difficulty forgiving or forgetting a hurt or injustice done to them, apt to hold onto a grudge.

23

*Reticent*. Unwilling or struggles against getting involved, especially when complex.

*Resentful*. Often holds ill feelings as a result of real or imagined offenses.

*Resistant*. Strives, works against, or hesitates to accept any other way but his own.

*Repetitious*. Retells stories and incidents to entertain you without realizing he has already told the story several times before, is constantly needing something to say.

24

*Fussy*. Insistent over petty matters or details, calling for great attention to trivial details.

*Fearful*. Often experiences feelings of deep concern, apprehension, or anxiousness.

*Forgetful*. Lack of memory which is usually tied to a lack of discipline and not bothering to mentally record things that aren't fun.

*Frank*. Straightforward, outspoken, and doesn't mind telling you exactly what he thinks.

25

*Impatient*. A person who finds it difficult to endure irritation or wait for others.

*Insecure*. One who is apprehensive or lacks confidence.

*Indecisive*. The person who finds it difficult to make any decision at all. (Not the personality that labors long over each decision in order to make the perfect one.) *Interrupts*. A person who is more of a talker than a listener, who starts speaking without even realizing someone else is already speaking.

26

*Unpopular*. A person whose intensity and demand for perfection can push others away.

*Uninvolved*. Has no desire to listen or become interested in clubs, groups, activities, or other people's lives.

*Unpredictable*. May be ecstatic one moment and down the next, or willing to help but then disappears, or promises to come but forgets to show up.

*Unaffectionate*. Finds it difficult to verbally or physically demonstrate tenderness openly.

27

*Headstrong*. Insists on having his own way.

*Haphazard*. A person whose standards are set so high that it is difficult to ever satisfy them.

*Hesitant*. Slow to get moving and hard to get involved.

28

*Plain*. A middle - of - the - road personality without highs or lows and showing little, if any, emotion.

*Pessimistic*. While hoping for the best, this person generally sees the downside of a situation first.

*Proud*. One with great self - esteem who sees himself as always right and the best person for the job.

*Permissive*. Allows others (including children) to do as they please in order to keep from being disliked.

29

*Angered easily*. One who has a childlike flash - in - the - pan temper that expresses itself in tantrum style and is over and forgotten almost instantly.

*Aimless*. Not a goal - setter with little desire to be one.

*Argumentative*. Incites arguments generally because he is right, no matter what the situation may be.

*Alienated*. Easily feels estranged from others, often because of insecurity or fear that others don't really enjoy his company.

30

*Naive*. Simple and childlike perspective, lacking sophistication or comprehension of what the deeper levels of life are really about.

*Negative attitude* . One whose attitude is seldom positive and is often able to see only the down or dark side of each situation.

*Nervy* . Full of confidence, fortitude, and sheer guts, often in a negative sense.

*Nonchalant* . Easygoing, unconcerned, indifferent.

### 31

*Worrier* . Consistently feels uncertain, troubled, or anxious.

*Withdrawn* . A person who pulls back to himself and needs a great deal of alone or isolation time.

*Workaholic* . An aggressive goal - setter who must be constantly productive and feels very guilty when resting, is not driven by a need for perfection or completion but by a need for accomplishment and reward.

*Wants credit* . Thrives on the credit or approval of others. As an entertainer this person feeds on the applause, laughter, and/or acceptance of an audience.

### 32

*Too sensitive* . Overly introspective and easily offended when misunderstood.

*Tactless* . Sometimes expresses himself in a somewhat offensive and inconsiderate way.

*Timid* . Shrinks from difficult situations.

*Talkative* . An entertaining, compulsive talker who finds it difficult to listen.

### 33

*Doubtful* . Characterized by uncertainty and lack of confidence that it will ever work out.

*Disorganized* . Lack of ability to ever get life in order.

*Domineering*. Compulsively takes control of situations and/or people, usually telling others what to do.

*Depressed*. A person who feels down much of the time.

34

*Inconsistent*. Erratic, contradictory, with actions and emotions not based on logic.

*Introvert*. A person whose thoughts and interests are directed inward, lives within himself.

*Intolerant*. Appears unable to withstand or accept another's attitudes, point of view, or way of doing things.

*Indifferent*. A person to whom most things don't matter one way or the other.

35

*Messy*. Living in a state of disorder, unable to find things.

*Moody*. Doesn't get very high emotionally, but easily slips into low lows, often when feeling unappreciated.

*Mumbles*. Will talk quietly under the breath when pushed, doesn't bother to speak clearly.

*Manipulative*. Influences or manages shrewdly or deviously for his own advantage, will get his way somehow.

36

*Slow*. Doesn't often act or think quickly, too much of a bother.

*Stubborn*. Determined to exert his or her own will, not easily persuaded, obstinate.

*Show-off*. Needs to be the center of attention, wants to be watched.

*Skeptical*. Disbelieving, questioning to motive behind the words.

37

*Loner*. Requires a lot of private time and tends to avoid other people.

*Lord over*. Doesn't hesitate to let you know that he is right or is in control.

*Lazy*. Evaluates work or activity in terms of how much energy it will take.

*Loud*. A person whose laugh or voice can be heard above others in the room.

38

*Sluggish*. Slow to get started, needs push to be motivated.

*Suspicious*. Tends to suspect or distrust others or ideas.

*Short - tempered*. Has a demanding impatience - based anger and a short fuse. Anger is expressed when others are not moving fast enough or have not completed what they have been asked to do.

*Scatterbrained*. Lacks the power of concentration or attention, flighty.

39

*Revengeful*. Knowingly or otherwise holds a grudge and punishes the offender, often by subtly withholding friendship or affection.

*Restless*. Likes constant new activity because it isn't fun to do the same things all the time.

*Reluctant*. Unwilling or struggles against getting involved.

*Rash*. May act hastily, without thinking things through, generally because of impatience.

40

*Compromising*. Will often relax his position, even when right, in order to avoid conflict.

*Critical*. Constantly evaluating and making judgments, frequently think-

ing or expressing negative reactions.

*Crafty*. Shrewd, one who can always find a way to get to the desired end.

*Changeable*. A childlike, short attention span that needs a lot of change and variety to keep from getting bored.





畅销全球的书  
已译成十几种文字在几十个国家出版

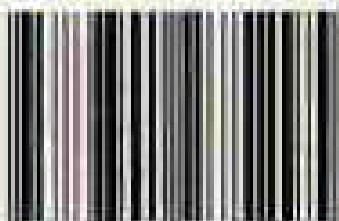
走出禁锢心灵的盒子  
才能看见广阔的世界  
确定自我的性格  
就能尽展所长

夫妻双方理解体谅相互的差异  
才能建起美满的婚姻

了解了本书生动精彩的内容  
就能掌握人际关系中最关键、最神奇奥妙的环节!

*Plus*  
PERSONALITY

ISBN 7-80127-529-2



9 787801 275295 >



设计策划 殷红胜

ISBN 7-80127-529-2/C-4

定价: 15.00 元