

# 九型人格



[九型人格\\_下载链接1](#)

著者:金杰·拉皮德·伯格达

出版者:中信出版社

出版时间:2012-8

装帧:

isbn:9787508633657

在职场中，说对话、看对人、做对事，无疑是相当重要的。在《九型人格：展现工作中的最佳自我》中，金杰·拉皮德·伯格达将告诉你：运用九型人格，最普通的工作也能成就你的一生！而当你运用九型人格自我觉察、自我控制时，无意间就会改善人际互动，展现工作中的最佳自我！

《九型人格：展现工作中的最佳自我》将解答以下职场问题：

沟通：你能用恰当的方式表达观点，理性的态度倾听批评，实现高效沟通吗？

建议：什么样的建议方式最不让人反感、误解，最能让人信服、接受？

自知：你熟悉团队中的自己和他人吗？怎样才能做到知己知彼？

协同：怎样做才能协调团队成员的情绪、行为；让大家步调一致，提升整体绩效？

作者介绍:

金杰·拉皮德·伯格达，国际九型人格协会前主席，担任管理咨询师已有三十余年。她堪称迄今为止将九型人格理论与商业结合得最好的培训师和作者。所培训的公司包括苹果公司、惠普公司、时代华纳等跨国集团。曾著有畅销书《九型人格与领导力》。

目录: 前言 P2

序言 P3

第一章 发现你的九型人格类型 P8

我们每个人在九型人格中只有一个类型。尽管你的九型人格类型在你的一生中只有一个，而且永远不变，但是你的人格特征可能会随着你的成长和发展变得减弱或者显著。

第二章 高效沟通 P26

我们的沟通目的不外乎相处愉快、被人理解、影响他人。但是，现实中我们常常不能实现这个目的，事实上，即使是最有效的沟通也常常被人误解。所以，每个人都需要提升他的沟通技巧。

第三章 提供建设性反馈 P50

在说话之前好好想想你想要说什么；

在对方能够改变的方面提出反馈；

确定你的目的是要帮助对方，而不是伤害对方或是强迫他改变。

第四章 管理冲突 P74

尽管面对冲突时有两个选择，一个是逃避冲突，一个是勇敢面对，但是最好的办法还是尽可能在冲突发生之前即制止，或者当冲突发生了就想办法降温，总之无论情况如何都要始终建设性地解决冲突。

第五章 打造高绩效团队 P122

在一个工作组中，可以说再没有其他事情能够像作为绩效糟糕团队的成员那样让人气馁的，或是像作为绩效优秀团队的成员那样让人满足的。

第六章 提升你的领导力 P171

能够成为杰出领导者的人都能用发展和革命的方式让自己成长，他们促使自己迎接那些甚至自己事先都无法预测的挑战。

第七章 转化自我 P191

全身心地投入到探索、发现和寻求真相中。当你用好奇、尊敬、客观和理解看待自己时，这个自我发展的过程就会成为让你受益的最终目标。

· · · · · (收起)

[九型人格\\_下载链接1](#)

## 标签

九型人格

心理

心理学

管理

自我修练

职场

方法论

自我提升

## 评论

简单翻了下，不是很感兴趣，估计对于HR的人力测评有用～但是我一向对这类理论不是很有信心～

-----  
更加懂得如何真实地了解别人的想法，站在别人的角度想问题了。

-----  
虽然人无法如此简单的分类 但里面有些提高自己沟通能力的技巧还是挺实用的

-----  
着重在九型人格的性格具体分析，包括自我领导力提升、愤怒控制、沟通与建议、团队建设等，配合案例便于理解，内容丰富。20140523

-----  
人是很复杂的

-----  
13-9-14 【读什么】

-----  
心理是门大学问

-----  
一本非常实践的书

-----  
相当准确。不过我只看了自己的，适合作为工具书放在手边

-----  
对团队管理，日常工作，对接客户很有帮助

-----  
什么玩意，屁用没有，中信的东西总是这样，虽然包装精美，也偶有精品，但是垃圾太多

-----  
新的领域

-----  
3号 1239号前四项最匹配 发现自我人格类型及对应领导力的优劣势

-----  
现在还没有读完，本书还是比较适合职场人士来读，目前还处在不能确定自己到底是哪儿人格类型的阶段，也许是本人领悟能力不够，或者接触的人太少太单一，也许是书本写的混乱，总之希望在读完之后能够基本确定自己的，以及自己另一半的人格类型。

-----  
不错

-----  
[九型人格\\_下载链接1](#)

## 书评

喜欢看影视剧中一小撮儿人共同冒险旅行。很少有人冒险中是靠自己的力量成功坚持到最后，结局美好的冒险中通常有一个有趣的团队，这个团队中由不同性格的角色组成，每个角色都很重要，在故事中亦是如此。中国名著《西游记》、好莱坞卖座电影《指环王》、日本人气动漫《海贼王...

-----  
抱歉，到了现在才将本书阅读完，8月16日收到的样书，算算已经一月有余。废话不多说，进入正题。

首先简单说下九型人格。九型人格理论是西方也是世界上有名的性格分析学之一，如同一面多重镜一样能反映一个人内在特征结构的不同方面。  
现代社会，与人合作必不可少，那么该如何...

-----  
[九型人格\\_下载链接1](#)