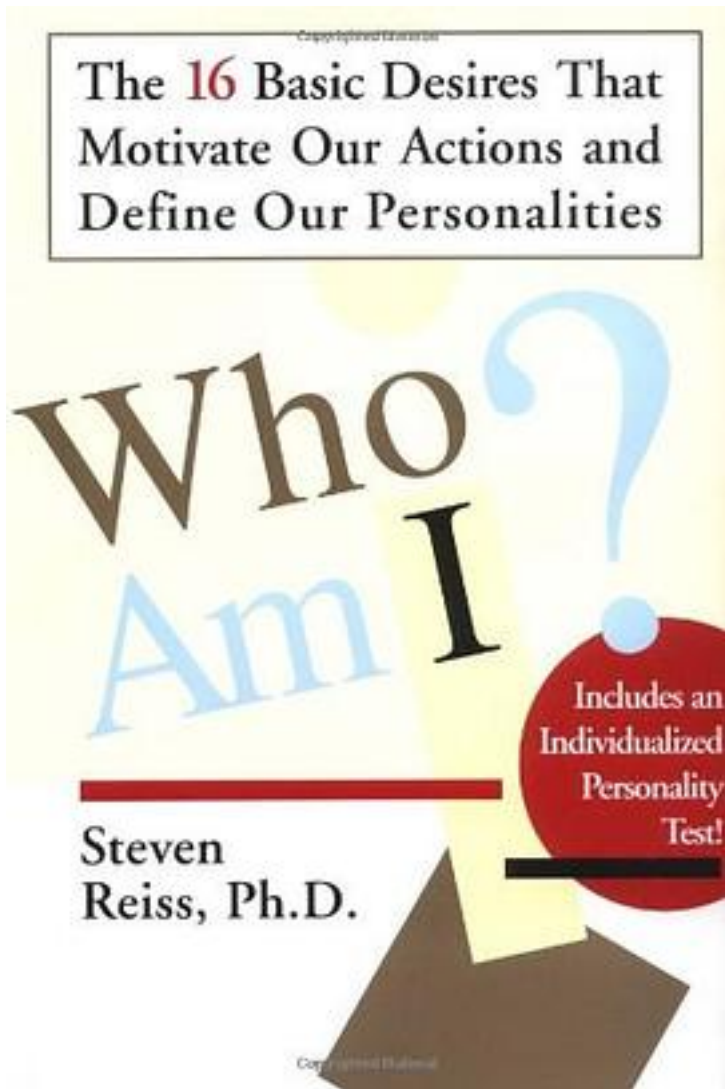


Who am I? The 16 Basic Desires that Motivate Our Actions and Define Our Personalities



[Who am I? The 16 Basic Desires that Motivate Our Actions and Define Our Personalities 下载链接1](#)

著者:Steven Reiss

出版者:Berkley Trade

出版时间:2002-3-5

装帧:Paperback

isbn:9780425183403

Sex? Social standing? Social justice? With this breakthrough study of the motivational forces behind human behavior, and grounded in the most up-to-date psychological research available, Dr. Steven Reiss explains the 16 desires and values that shape our behavior-and shows how the ways we prioritize them determines our personality.

"Well-explained in lay readers' terms." (Library Journal)

"An exciting new way to think about ourselves, an authoritative, research-based understanding of why we do the things we do." (Ellen Langer, Ph.D., author of Mindfulness)

"Offers valuable insight into such matters as why some interpersonal relationships are enduringly satisfying and others are not." (Professor Richard J. McNally, Harvard University)

"Reiss' system can improve our working relationships and enhance our professional lives." (Ruth Luckasson, J.D., Regents' Professor and Professor of Special Education, University of New Mexico)

作者介绍:

● 著名心理学家。美国俄亥俄州立大学心理学与精神病学终身教授、尼松格心智迟缓与发展障碍中心主任，美国心理协会和美国精神发育迟缓协会高级研究员。

● 人类行为动机领域的革命者。他在人类行为动机方面的革命性研究深具影响力，“16种基本欲望理论”是对人类行为动机的第一份标准、全面的评估工具，被国际心理学专业人士和教育界人士广泛采用。一经发表，即得到BBC、路透社、美联社、《时代周刊》、《泰晤士报》、《每日电讯报》等众多知名媒体的报道。

● “赖斯个人评估体系”的设计者。基于16种基本欲望理论研发的“赖斯个人评估体系”被广泛应用于商业社会。从游戏开发、人力资源管理、领导力训练到消费者行文分析，众多跨过公司、社会组织都在运用这套评估系统。

德国国家男子手球队、德国足联、德甲美因茨、沙尔克利用“赖斯个人评估体系”进行选材及球员和教练的才能开发；

星巴克、雀巢则通过“赖斯个人评估体系”进行团队发展和领导力培训。

目录: Part 1 the basic desires that make our lives meaningful

- 1、 What is a Basic Desire?
- 2、 Why My Dog Saves Socks
- 3、 Why Kids and Elephants Will Make You Wet
- 4、 Why a Secretary Feared Heights
- 5、 One size Does Not Fit all
- 6、 I Don't Get it, and Neither do You

- Part 2 How the basic Desires are Satisfied
- 7、 Value-Based Happiness
 - 8、 How Relationships Grow
 - 9、 Turning Work into Play
 - 10、 All in the Family
 - 11、 Why My Father Was a Mets Fan
 - 12、 The Scientific Study of the Human Spirit
- etc...
- • • • • ([收起](#))

[Who am I? The 16 Basic Desires that Motivate Our Actions and Define Our Personalities](#) [下载链接1](#)

标签

心理学

心理

动机

自我提高

心灵成长

英语

自我管理

科学和心理学

评论

畅销书味太浓，作者认为长久的幸福来自于过有意义的生活（而意义基本上被本书16种欲望所涵盖），有用的地方比如说：因为在一段关系中双方（也可能是多方）都会带入各自的偏好、需求、期待等，而这些将影响着我们将投射在同伴关系、两性关系、甚至亲

子关系中的“条件”，所以在碰到要求不同导致摩擦，互相满足条件带来不对等感等问题时，“16种基本需求”就提供了一种探讨问题根源的角度（在第6、8、9章）；后记里关于如何自我改进的部分太有道理

16 essential desires form a so-called desire profile. The author uses it to explain your relationships, work, sports, family and spirituality. It seems like an extended theory after Abraham Maslow's hierarchy of needs theory about self-actualization. It only considers Americans, Canadians and Japanese. So I'm afraid it's implausible to apply to us.

还好。理论其实挺有意思，也算是基于实证研究。反正大五或大九人格也不过都是因素分析来的。整体上，除了最后一章宗教内容多了点，实在不算难读。未必比INTJ之类差多少。耸肩。如果你认真做的话，也能解释挺多生活中的事儿。只是，有趣的是，拿到了这类评估结果之后呢？我们只能了解自己，接纳自己。但却不具有什么太大希望去改变自己。so...who am i？我真的不信能改变什么，只是想更好地接纳自己的善与恶而已。

说实话挺一般的，拍脑袋写出来的书

[Who am I? The 16 Basic Desires that Motivate Our Actions and Define Our Personalities 下载链接1](#)

书评

下面开始逐一测试你的基本欲望。如果你的情况符合该欲望非常重要的描述写 +，符合该欲望并不重要的描述写 -，居中的情形则写 o 1 权力
如果你的基本情况符合下面几点描述，那么权力欲望对你来说是非常重要的：
与同龄人相比，你极具野心 你通常都会扮演领导者的角色 与同龄人...

这本书和名声大噪的马斯洛原型都是研究人类动机理论的，不同的是，这本书更细分，也有很多实验数据支撑该理论，但通篇读下来，依然觉得距离成熟的经典理论有一些差距待完善，以下是我的疑惑： 1、欲望的定义不够清晰。
比如：食欲这个欲望，爱吃算不算食欲强烈？还是只算体质...

你是否有过这种感觉：和有些人相处你觉得心心相印，和另一些人相处你觉得话不投机？你想过这是为什么吗？
你是否期望过能和每一个认识的人都好好相处？可是总有些人让你觉得无可奈何，甚至让你郁闷。
可能你时常都在思考，其实这些问题我们可以很轻松的给出一个不言自明的...

[Who am I? The 16 Basic Desires that Motivate Our Actions and Define Our Personalities_下载链接1](#)