

九型人格心理学



[九型人格心理学_下载链接1](#)

著者:[美] 唐·理查德·里索 (Don Richard Riso)

出版者:人民邮电出版社

出版时间:2014-3

装帧:平装

isbn:9787115345899

唐·理查德·里索和拉斯·赫德森是研究九型人格的权威专家，他们将九型人格发展成一种探索自我的工具，并成功地应用在社会、生活和个人成长等领域。

《九型人格心理学》是非常容易上手的九型人格入门指南，书中阐述的心理学知识在日常生活中有着诸多实际应用。最新的版本不仅提供了具有科学效度保证的九型人格测评问卷（RHETI2.5版），也囊括了大量关于九型人格的最新资料，对于喜欢九型人格的读者来说，这些珍贵的资料足以帮他们解开性格的奥秘。作为目前最有效、最具启发性的性格测验，RHETI的独特之处在于它能够对性格做出最完整的解读，指出九种不同性格类型的相对优势。

这是一本简单实用的书，当你通过它了解了九型人格，不但能透彻地读懂他人，还能运用RHETI提供的具体策略，帮助自我进行蜕变和成长，从而在恋爱婚姻、职业规划、人际关系和社会生活等方面更好地发挥性格优势、成就美好未来。

百万畅销书作者、九型人格心理学权威专家里索&赫德森最新力作

全球销量最大、被翻译语种最多、最受欢迎的九型人格权威读本

苹果、惠普、索尼、柯达、摩托罗拉等世界五百强公司高管培训指定教材

涵盖最新版RHETI九型人格测验，准确揭示性格类型，科学验证测验效度

九型人格就像一个万能工具，能够帮助我们理解家庭教育、亲密关系、个人成长等问题。如果你正在接受治疗，它可以提供一种宝贵的视角让你洞察自己的童年，从而弄清楚问题的根源。如果你正与某人处于一段亲密关系中，它可以激励你更深入地理解双方，找到有效沟通和解决问题的方法。

“为什么大多数人都不能拯救自己而陷入痛苦之中呢？因为他们有健康的身体，却没有健康的大脑，所以缺乏认知的能力，不能根据自身条件寻找一条适合自己的道路。”而九型人格心理学就是教你发掘性格的潜力，培养健康的大脑，找到一条最适合自己的的人生道路。

作者介绍:

唐·理查德·里索（Don Richard Riso），当今世界知名度最高、影响度最广的九型人格作者，是九型人格领域公认的权威和自我心理学方面的改革先锋，同时也是国际九型人格研究会的创始人之一和纽约九型人格心理顾问公司的总裁。唐·理查德·里索钻研九型人格理论超过30年，并在全世界教授该理论超过25年。他的多本关于九型人格的图书已被翻译成英语、德语、意大利语、西班牙语、日语、汉语等语言，全球累计销量超过500万册。

拉斯·赫德森（Russ Hudson），活跃在九型人格领域的重要学者和创新思想家。和唐·理查德·里索一样，他也是国际九型人格研究学会的创始人之一，并兼任纽约九型人格心理顾问公司的执行董事。拉斯·赫德森从1991年开始和唐·理查德·里索携手合作，参与九型人格专业训练计划，是唐·理查德·里索多部九型人格畅销书的合著者。

目录: 第一部分

第一章 多维度的九型人格

现如今人们每天都在使用九型人格，原因很简单——管用！九型人格将会打开你的视野，让你更准确地认识自我与他人。它可以解答为什么你跟A一见如故却与B水火不容？掌握了九型人格就像拥有了一副特殊眼镜，透过这副眼镜你可以把人看得异常透彻。某些人或许还在绞尽脑汁地进行自我剖析，而你却已透过九型人格把他看得明明白白。九型人格可以改变我们的生活，一旦你开始使用它，你将无法想象没有它的日子将如何度过。

第二章 RHETI使用说明

在某种意义上，我们有四个“自我”：过去的我、现在的我、理想的我和他人眼中的我。当你意识到了这一点，测验的准确性就会大大提高。RHETI试图解释的只是过去的你。所以，在作答时你必须只关注过去的自己，不要把过去的自己和其他三个自我混淆在一起。RHETI也会在某些问题中问你觉得别人是如何看待你的。但是，你依然需要站在过去的自己的角度来回答，这一点是非常重要的。

第三章 RHETI九型人格测验

我们到底是什么样的人呢？是浪漫的、冲动的，常常为了自由而不顾一切，还是比较冷静而自制的，做任何事情都要先经过一番理性分析？我们预想中的自我形象，和他人眼中的自己以及现在的自己相比，哪一个更接近真实的自我呢？如果你敢于直面自己，按照内心的真实想法做完RHETI九型人格测试，对于上述疑惑，你将会发现令你意想不到

的答案。这个答案或许并不是你想要的，但它却能映照出你的真实存在。

第四章 RHETI评分指南

每一种性格类型得分的中间值都是16。如果你在九类性格中的得分都是16，那就说明你的性格的各项功能有着完美的平衡。但这种情况是非常少见的，一般得到的分数都会明显偏离中间值。测验结果中不同性格类型得分的高低并没有好坏之分，也不能被当作病理性指标。它们反映的只是我们性格的不同心理功能的相对发展情况。因此，那些已经充分发展的功能就不需要再去强化了，你可以重点关注一下那些得分较低的性格功能。

第二部分

第五章 九型人格的工作原理

从某种角度来看，九型人格可以当作是九种不同性格类型的组合，每个数字代表一种性格类型。一般来说，在每一种性格中你都能或多或少看到自己的影子，但你会与其中的某一类型格外贴近，那就是你的基本性格类型。在九型人格中，每三种性格类型归为一组构成一个三元组，共分三组，分别是本能组、情感组以及思维组。构成同一个三元组的三种性格类型具有共同的特质和倾向。

第六章 第一型: 改革者

第一型是非分明，对于公正和歧视有着明确的标准。他们认为自己有义务和责任去改善这个世界，因此常常致力于改革社会 and 解决问题。他们会为了自己的价值和道德信仰去冒险——哪怕赔上他们的工作、财富甚至生命也在所不惜。第一型相信这世上确实存在着某些真理——某些价值——是值得为之奋斗和牺牲的。为了完成自己的使命，他们时刻以身作则，并且严格践行“凡事适度”这一准则。

第七章 第二型: 助人者

第二型渴望被爱，渴望与他人真诚相交，渴望能够成为这个世界仁慈和爱的源泉。第二型是九型人格中最奉行以人为本哲学的性格类型。他们关注人际关系，非常享受被别人需要的感觉。他们想要分享自己生活中所有美好的事物，并且愿意付出精力去照顾和支持别人。他们会熬夜看护孩子或老人，会跑很远去买食物，或者不辞辛劳地去确保病人得到了救治。只要别人有任何需要帮助的地方，他们就会立即出现。

第八章 第三型: 成就者

第三型总是希望做最好的自己，他们会孜孜不倦地追求梦想，发挥出自己的所有潜能。他们向来以目标为导向，做事之前，他们会带着具体的目标，然后就会积极地采取各种手段去接近那个目标。第三型希望实现自己的价值，想要受到众人景仰，让别人把自己铭记在心，所以他们不甘心做陪衬的绿叶。他们总是竭力避免任何失败，无法忍受“无所事事”的状态，从来不会让自己显得措手不及或者狼狈不堪。

第九章 第四型: 独行

第四型渴望表达自己、彰显个性，希望自己能够和别人区别开来，所以会尝试各种不同的方式来强调自己的与众不同。他们就像是“局外人”，并且以此为荣。即便从事的是朝九晚五的常规工作，他们也会想办法在自己的工作中打上独特的标签。第四型常常会成为职业艺术家、作家或者老师。他们希望自己的生活能够像艺术品一样。尽管会遭受孤独、挫折以及自我怀疑的考验，他们依然希望能够拥有美丽的人生。

第十章 第五型: 探索者

第五型渴望看到掩藏在事物表面之下的真实内涵，试图更为深刻地理解现实。他们喜欢“捣腾”，总是无视那些现有的概念和固有的方法。第五型绝对是九型人格中最独立、最怪异的类型，就像乐团中最不合拍的鼓手，无论何时何地，都只追随自己的兴趣和好奇心。他们会毅然决然地去探究那些让他们着迷的问题和想法：甚至可以到不顾情感和金钱的程度。正因如此，他们的词典里从来没有“无聊”二字。

第十一章 第六型: 忠诚者

第六型不会轻易相信别人，所以有时候会刻意激怒对方来“考验”他们是否真的跟自己站在一边。一旦认为对方通过了“考验”，第六型就会死忠于对方，对其掏心掏肺，为其两肋插刀。如果第六型承诺去做一件事情，他们就会付出110%的努力。一旦他们信任了某个人并且对其产生依赖，他们就不会轻易地结束这样的关系。所以当与对方建立了稳定的情感关系时，他们就会毫无保留地展现自己的信任和关爱，不遗余力地帮助对方。

第十二章 第七型: 热情者

第七型追求自由和多样性，他们喜欢探索 and 发现不同的生活体验。因此，在九型人格中

，第七型可能是最热情、最外向、也最开朗的类型了。他们直率乐观、热爱生活，能够把平凡的日子过得多姿多彩。对于同一件事情，第七型会尝试两次：第一次是去了解它是什么，第二次是看看自己是否像第一次一样非常喜欢！他们的大脑从来无法安静，总有不同的想法和计划要去尝试。带着活力和热情，他们让一切成为可能！

第十三章 第八型: 挑战者

第八型是兼具创造力和行动力的人群，能将那些看起来破烂不堪的建筑改造成一个漂亮的家、一个舒适的办公室或者一座医院。与此同时，他们极具慧眼，善于发现并激发他人内在的潜力。他们是自我塑造者，并且乐于从事建设性的工作——他们塑造自己、他人，也塑造这个世界。第八型喜欢接受一些大挑战来验证自己是否有能力将不可能变为可能。但在这种情况下，他们通常都有十足的把握和足够的条件，否则就不会冒险尝试。

第十四章 第九型: 调解者

第九型渴望完整、和平以及和谐。他们懂得倾听但又很少批判，而且善于分享美好的时光。在工作中，他们是最好的调解者，能够让团队融洽相处，并且真正地化解矛盾。他们善于全面地考虑问题，把那些看似毫不相关的想法和事情整合起来。实际上，任何能够体现世界统一性的东西都让第九型着迷。无论是处理概念、艺术形式和不同的人群，还是处理家庭成员的矛盾，第九型总想让一切都恢复到最初的统一形态。

第三部分

第十五章 读懂你的人格类型

从某种意义上来说，每一种人格类型都意味着一些特定的行为和态度，就像在占星学上，黄道十二宫中的每一宫都代表着人类行为的某一方面。而九型人格也同样可以被看作是某种“心理”功能，是一组由健康到不健康的各种特质所构成的潜在组合。我们之所以相像，原因就是所有九种心理功能都在我们身上发挥着作用；而我们之所以不同，是因为这九种心理功能在每个人身上所占的比例以及其平衡模式都是不同的。

第十六章 用好九型人格

九型人格可以帮助我们理解各种商业应用、亲密关系、家庭教育以及个人成长问题。但无论我们如何使用九型人格，首先都要弄清楚自己的人格类型，然后确认那些与我们相处的人们的人格类型。如果要在上述领域中使用九型人格，当事人的基本人格类型就必须被准确掌握。但我们也要记住，弄清楚自己的人格类型只是自我探索的第一步。在精彩纷呈的人生道路上，我们的人格类型只是旅程开始的地方，绝非我们的终极目的。

附录

RHETI九型人格测试的效度检验目录

• • • • • [\(收起\)](#)

[九型人格心理学 下载链接1](#)

标签

心理学

心理学人格与性格九型人格

九型人格

人格心理学

心理

九型

美国

逻辑学

评论

要想真正的成长，应该从自己的内心寻求支持——找到内心的平静、强大以及能力。

一心塞就想研究人格

书的开始部分有一个144道题目的测试表，然后就开始分别陈述九型人格的对应特点。测试题我做了，陈述部分看得将信将疑，感觉和算命一样，很多模棱两可的话，总会有些适合你。

我是七号人格。

这本大学的时候翻过 觉得像是一本人格字典 没想到达利欧也读

相比上一本简洁干练，各有特色，准备再读一遍

如饥似渴地了解自己。
九型人格理论比较系统又不失操作性，是了解自己的入门工具。读得时候真觉得都能说

到点子上。

剖析的很清晰，虽然很多地方都有模糊之处，但这也恰为人的复杂性。不喜欢每一个人格分析后的那同一段废话：了解自己才能收获内心的平静。就是因为不够了解自己才来读心理学，读完发现除了对自己不愿意承认缺陷更深入的认识外，并无法给人留下太深刻的映象与持久的反思作用。

简洁为美

很一般。

挺好的，打开了一个新天地

书真的不错，先不去探讨九型人格是否真正的科学，但是作者很严谨的表达了这种说法的局限性，并没有夸大这个的作用。这只是了解人的一种方法途径，但由于人的神秘和不可预知的部分，这个理论也只是为了帮助我们在某种程度上了解自己和他人，但是也仅仅只能做到这个。毕竟心理的研究还在路上...我的收获还是很大的！谢谢这本书的作者！

写得太简单了。

得有耐心去做一些测试题，去寻找去了解不同的人格。。。

很准

在书中，通过测试我可能是二号人格，渴望爱，所以对于身边的人不断付出，希望得到爱

阅读性一般

挺好的，受益匪浅。

朋友推荐，还不错。

想看

[九型人格心理学 下载链接1](#)

书评

[九型人格心理学 下载链接1](#)