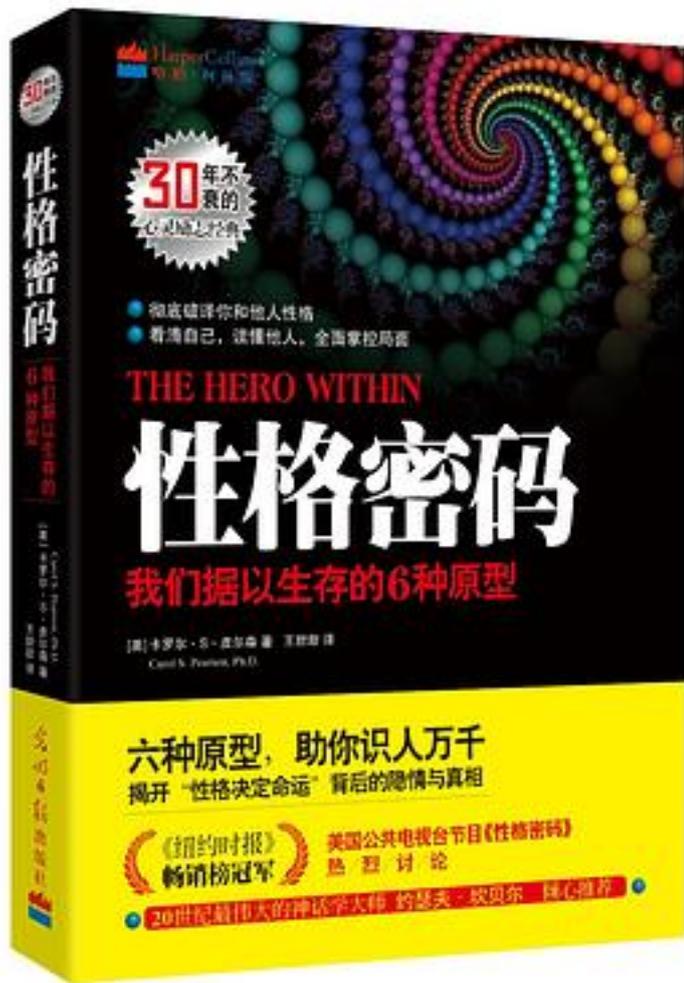


# 性格密码



[性格密码\\_下载链接1](#)

著者:卡罗尔·S·皮尔森

出版者:光明日报出版社

出版时间:2015-1-1

装帧:平装

isbn:9787511274380

揭开“性格决定命运”背后的隐情与真相，每个人的内心都有巨大的潜能，人类的性格

多种多样，性格的密码和谜底却只有一个。

原型是人类最根本的心理模式，支配着我们的思考和行动。本书形象生动地描述了6种对人类影响至深的原型。这6种原型，是同一个心灵的6个面孔，针对不同环境显露不同面容。它们合作有时，争斗有时，各有长处和缺点，共同构成了我们气象万千的内心世界，左右着我们的性格和气质。

本书揭开了性格的底牌，直指人类内心的CPU。你可以把本书当成一本关于心灵世界的使用说明。6种原型能帮助我们完成生命之旅，有了它们，我们就可以顺利通过成长过程中那些不可预测的困境和难关，对未来的恐惧也会随之减退。我们要做的，只是取长补短，让它们保持在平衡与和谐状态。到那时，我们就会明白：无论在前进道路上遇到何种挑战，都可以从自己的内心汲取应付挑战所需的全部资源。最终，借助这一丰富的内在资源，我们的生活将会得到彻底改变。

作者介绍:

国际公认的学者，拥有美国莱斯大学英语博士学位，并获得挪威治大学人类文学的荣誉博士，及华盛顿心理机构基金会在个人神话学方法的授证。

卡罗尔是CASA原型的研究与应用中心主席、The Inner Edge首席编辑、全球顶级精神分析学学院帕西非卡研究学院以及詹姆斯·麦格雷戈伯恩斯领导能力学院校长，并担任科罗拉多大学、美国马里兰大学、乔治城大学以及古彻学院等多所著名大学的教授职位。

著有：《性格密码》、《影响你生命的12原型》、《工作中的魔法：卡米洛特、极富创造性的领导力和每天的奇迹》等。其中有关原型的书籍以奇迹般的畅销数量风靡全球，对广大读者的生活和人生产生了巨大影响。

目录: 前言

本书的出版历史

与第二版的不同

如何使用本书

致谢

第一部分 性格密码：地图

引文 让一切变得不同

1. 选择自由：向导

这本书好比一张地图，其主旨就是帮助旅行中的你定位，指引出前进的方向，随时随地让你了解自己。

如何为你提供帮助

一些想法

2. 生存困境：孤儿的成长之旅

通过各种经历，我们渐渐明白，痛苦其实并不是毫无意义的伤害和苦恼，它能够为我们提供强大的动力，督促我们学习、团结和成长。

经历、来源和逆境

幸运的堕落

日常生活中的无助

在一个痛苦的世界里生存

拒绝痛苦

牺牲品

要对生活充满希望

关于自责

自我帮助和转变

孤儿练习

3. 找到自我：流浪者

当他们做好准备，重新回到社会群体中的时候，他们往往会惊讶地发现身边的人和团队竟然都很喜欢那个真实的自己。

面对未知的世界

来自内心的恐惧

自我隔离与逃避

识别出需要警惕的角色

实践内心的想法

拥抱生活

回归到社会群体当中

流浪者练习

4. 证明你的价值：战士

自力更生是成年人生活的基础，我们必须展示自身卓越的能力，并切实有效地向这个世界证明自己。

找回遗失的目标

赢得他人的尊重

掌控生活，坚守阵地

使内心与周围环境达成平衡

潜在的朋友

从二元论到复杂论

因材施教

谦卑助你取得更多成就

战士练习

5. 展示你的慷慨：利他主义者

我们不仅要承受磨难，而且还要在承受磨难的同时一直保持对生活的热爱和勇气，以及爱护他人的能力。无论遭受到怎样的苦难，都不会将其再传递给另一个人。

把自己交给更伟大的事物

助人为乐能产生满足感

教会我们懂得生命本身

学会拒绝无理的牺牲

保持对生活的热爱和勇气

接受也是爱的表达

信守承诺会让你成为高贵的人

爱惜自己和身边的人

付出和收获

利他主义者练习

6. 实现幸福：天真者的回归

如果我们选择用欣赏的眼光去看待我们已经拥有的一切，并且让生活中积极的事件和环境引起自己的共鸣，我们就会突然之间变得更加快乐、幸福。

梦寐以求的幸福

深度认知自己及他人

精神财富

努力让自己看上去很好

我们就是生活的缔造者

重返伊甸园

给事物重新定义

改变看世界的方式

通过改变自我来改变世界

天真者练习

7. 改变你的生活：魔法师

我们需要面对的问题之一，就是当周围的一切乃至我们的内心世界都在改变的时候，我们该如何保持平静和平衡，只有那些愿意放下执着思想的人才有获得成功的机会。

当你不满于现状

从改变自己开始  
从消极因素中发现积极的一面  
帮助他人和事物了解自己  
做真实的自己  
团结与你有相似梦想和价值观的人

社会的转变

魔法师练习

第二部分 自我掌控：性格指南

引文：内在资源开发

我们的内心

每个人身上都具有几个原型特质

原型的力量对生活的影响

内在能量影响外界角色

8. 尊重你的生活：路径

学会如何以欣赏的眼光去看待迄今为止你所经历过的生活，以及你从中所收获的礼物。

对自己有一个全面的认识

所有的原型都有其优势

不要轻易被性别观念影响

家庭背景的影响

工作的考验

和他人一起成长

9. 陷入困境时的指引：指南针

生活会不断地为我们提供机会，让我们去面对自己的恐惧，面对我们需要意识到的一些东西，又或者，我们需要掌握的技巧。

过度关注和认知的原因

文化对原型发展的影响

社会对原型发展的影响

被压抑的原型力量

唤醒内心的原型

激活原型的七个步骤

10. 旅行的道德规范：原则

人们对于性格和成功的认识都要求我们具备一定的自知之明。如果我们从来不曾了解自己内心真实的自我，我们就永远都无法获得真正的自我满足感。

道德原则

附录A 性格自测

Part I：如何看待自己

Part II：他人如何看待我

Part III：家族传统观对我的影响

Part IV：当前家庭对我的影响

Part V：当前工作地点（或学校）对我的影响

Part VI：总结

附录B 团队指导方针

写给参与者的指南

附录C 创造环境

家庭

学校

工作

心理疗法、训练和咨询

康复十二步计划和英雄之旅

匿名戒酒的十二步计划

求同存异、实现社会平衡

附录D 唤醒12种性格密码原型：注意事项和资源

• • • • • [\(收起\)](#)

## 标签

心理学

性格

我想读这本书

好书，值得一读

成长

心理模式

心灵成长

我们据以生存的6种原型

## 评论

不感冒

-----  
和内在英雄 是一本书

-----  
我大男子主义？每次看女性作者的书和女性导演的电影，真的非常不对路子，都说不清为什么。我的意思是，在我觉得不对路子后，我才发现，那是女性的作品。

-----  
读不下去了，弃

-----  
让我看的更宽些

-----  
[性格密码\\_下载链接1](#)

## 书评

这明明是一本披着“励志”皮的心理学入门自助读物，先吐槽下装帧，为啥上架建议是“成功/励志”，会害了这本书的好吗？

作者卡罗尔·皮尔森是CASA原型的研究与应用中心主席、全球顶级精神分析学学院帕西非卡研究学院以及詹姆斯·麦格雷戈伯恩斯领导能力学院校长，更像是学者型...

-----  
[性格密码\\_下载链接1](#)