

色眼识人



[色眼识人_下载链接1_](#)

著者:乐嘉

出版者:湖南文艺出版社

出版时间:2015-11-1

装帧:平装

isbn:9787540473068

《色眼识人》是乐嘉FPA性格色彩所有著作中最重要的奠基石。一切性格色彩的研究和

发展都是由此而生。更是性格色彩入门必读的基础书籍。

《色眼识人》是一本实用心理学的工具书。重点在于分析人性，让读者可以洞察真正的自己与他人，并学会理解人和人之间的冲突和差异。

《色眼识人》将带你进入到自己的内心深处进行探索，了解真实的自己并充分发展自己的天赋潜能，同时也能认识到自己的劣势并加以克服，更好地完善自我。

《色眼识人》将让你进入每种性格的内心世界，看到别人怎么思考和行事，真正理解你与他人的差别，让你更好地理解他人，告诉你如何更有能力与他人相处，获得更好的人际关系，享受更好的生活。

《色眼识人》共由十章组成：第一章是性格概述。它帮助你理解“FPA性格色彩”工具的概念和对你的意义；第二章是性格色彩测试；第三章到第六章是关于天赋潜能，阐述了四种性格的天然优势和它们天性中的力量，让你知道人们彼此相互吸引的原因；第七章到第十章是关于过犹不及，探讨了各种性格一旦失去平衡必然面临的本性局限，让你知道人们彼此“痛恨”对方的原因。

作者介绍:

乐嘉，性格色彩传道者。

创始人/培训者/演讲者/写作者/图书人/主持人

创始人：自2001年创立“FPA性格色彩”，将此课程从工作延展到生活各领域，为不同类型的组织和个人提供培训咨询。致力于帮助组织提高绩效，帮助个人知己知彼，寻找相处之道，获得幸福与平衡。

培训者：创办性格色彩培训中心，专精于培训两大领域：性格色彩和演讲。已培养出数百名活跃在各地各行业的性格色彩认证演讲师和认证咨询师。与此同时，作为训练专家和私人教练，可化腐朽为神奇，迅速提升个人的演说能力。

演讲者：近20年演讲经验，国内外大小演讲过2000场，直接受众超过200万。从国家行政学院面向政府官员的“运用性格知人识己”到各大商学院的“企业家性格领导力”；从剑桥大学的“如何用性格塑造演讲风格”到国内各高校的“嘉讲堂校园巡回演讲”；从面对家庭与个人的“性格与婚恋亲子”到面对各类企业团体的“性格与职场运用”。演讲主题多围绕性格应用的各领域，覆盖广泛。

写作者：国内实用心理学领域最富影响力的作家，已出版著作10本，总销量逾450万册。超级畅销书代表作包括：《色眼识人》《色眼再识人》《跟乐嘉学性格色彩》《写给单身的你》《本色》。

图书人：矢志不渝地推动并普及性格色彩在各领域更行业的应用，汇聚四方性格色彩传道者的智慧和经验结晶，主编性格色彩书系：《色界——活得舒坦并不难》《色界——说话说到点子上》。

主持人：以真实为本、以专业和睿智直指人心，是广为大众熟知的具有人性洞悉力的电视角色。代表作包括：《非诚勿扰》《夜问》《超级演说家》《我是演说家》《不见不散》《首席夜话》《妈妈听我说》。

APP: www.seyouthui.cn

微信: lejiafpa

目录: 自序: 看谁看懂, 想谁想通

阅读指南: 关于人的“十万个为什么”

第一章: 人之初, 性本“色”

史说性格色彩

快速进入“红蓝黄绿”的世界

“现在的我”与“原本的我”

“做什么”与“为什么做”

◎ 不同的行为背后有不同的动机

◎ 同样的行为背后有不同的动机

◎ 区分行为背后的真正动机

◎ 动机无法改变, 行为可以训练

第二章: 领取你的性格色彩

领取你的性格色彩——FPA性格色彩测试

第三章: 红色优势

阳光心态 积极快乐

◎ 红色以他的实际行动验证了“如果冬天来了, 春天还会远吗”的真谛。

激情澎湃 梦想万岁

◎ 红色内心对于一切能够触动他心灵的新事物, 有着相当的好感甚至狂热。

热情开朗 喜欢交友

◎

典型的红色对人有着高度的兴趣, 这使他们容易打动别人。在典型红色的字典里, 是没有“陌生”这两个字的。

童心未泯 富有趣味

◎

那些穿着花棉袄蹦来蹦去的红色老顽童总比一边晒着太阳, 一边埋怨今儿太阳没有昨儿好的蓝色小老头要明媚许多。

乐于助人 易忘仇恨

◎ 典型的红色正是属于那种“前脚吵后脚忘”

”的人, 只要你不是对他做了那种杀父、偷妻、背后捅刀之类实在忒狠忒让人伤心的事, 随着时间推移, 红色都会忘记。

善于表达 调动气氛

◎

红色出众的表达能力, 完全得益于他们天性中具备的感染力以及与生俱来的表现力。

真诚信任 感染四方

◎

当红色交流相当于商业机密的这些信息时, 表达了红色对人的绝对信任, 这对于其他性格是不可想象的。

乐在变化 创新意识

◎

如果他们的新创意能够取悦周围的看客, 将会让他们使出浑身的解数, 激发出更多无与伦比的发明和创造。

红色优势总结

第四章: 蓝色优势

思想深邃 独立思考

◎

与真正具备独立性的黄色相比, 蓝色更多的是保持思想上的独立、人格上的独立, 而非情感上的独立。

成熟稳重 安全放心

◎

对于大量资金的投入和管理来讲, 我们可以想象蓝色的谨慎, 会让他在可控的基础上平稳发展。

情感细腻 体贴入微

◎ 蓝色让人感动之处在于，连你也不记得的事，他都会记得。

一诺千金 忠诚情谊

◎

生命对于蓝色来说，就是一系列的承诺，他们会毫无保留地把自己奉献给一份值得珍惜的情谊，肝胆相照，声气相求，恩德相结。

计划周详 注重规则

◎ 对蓝色来讲，规则一旦制定，所有的人都必须严格遵守。

讲究精确 迷恋细节

◎

蓝色喜欢准确，这强烈地受到他们完美主义的驱动。对蓝色来说，任何值得做的事情都必须做到最好。

考虑全面 善于分析

◎

考虑问题缜密，可以让我们防患于未然，将有可能遇见的问题在还没有发生之前，就悉数避免。

执着有恒 坚持到底

◎ 蓝色的专注，

不仅是那种一根筋坚持到底的精神，更有那种一旦投入，身上就散发出与生俱来的痴迷、脸上弥漫着如愚公移山般的坚持不懈和执着。

蓝色优势总结

第五章：黄色优势

目标导向 永无止境

◎ 如果我没有达成我的目标和我要的结果，所有的努力再多也是无用的。

求胜欲望 战胜对方

◎ 黄色似乎不需要任何指点，在天性中就具备识别强弱的能力，并乐此不疲地每日教诲自己“强者生存，弱者淘汰”。

斗天斗地 敢说敢做

◎

他们极少被生命的打击吓跑，他们具有无比的战斗意志，使他们的对手难以轻易得逞。

坚定自信 毫不动摇

◎ 黄色内心深处的相信，不仅是对信念的坚定，更多的是对自己的信心。

控制情绪 抗压力强

◎ 黄色性格从小就认为眼泪只代表软弱，生活只相信实力。

坦率直接 实用主义

◎

很少从典型黄色的脸上看到温柔的表情，他们往往带来让人畏惧的印象。有时，你甚至会觉得黄色的直接，简单得可爱！

快速决断 敢冒风险

◎ 好机会只是在事后才被证明是好机会。当它刚刚来临时，谁也看不清它的面目是和善还是狰狞。而黄色能在情况不明时，专注于其中利益，勇于决断。

抓大放小 高效行动

◎ 什么也不做的空闲时间，对他们来说，不仅非常不健全，甚至还是一种恐怖。

第六章：绿色优势

中庸之道 稳定低调

◎ 绿色和善的天性充满了温柔的吸引力，他们对所遇之人几乎都保持着仁慈和柔软。

乐天知命 与世无争

◎

对于更复杂的人生道理，他们没有能力去领悟。善有善报恶有恶报的规律，让他们生活得成功和幸福。

毕生无火 巧卸冲突

◎ 当交际对象发出强大的进攻或引发冲突的信号时，绿色开始自动运行驱动程序。

镇定自若 处事不惊

◎ 绿色稳定的心态和素质让他们拿到“杀手

”身份时，自始至终都能保持心如止水的风范。

天性宽容 耐心柔和

◎

绿色自己的东西随便放，所以，当你把东西乱七八糟摊成一堆的时候，他们也觉得一切都是正常和自然的。

笑遍天涯 冷面幽默

◎

绿色的幽默总是不经意的、状态放松的、让人细细回味后才会突然发笑的，我们称其为“冷幽默”。

先人后己 欲取先予

◎

绿色因为天性中不喜欢与他人争的特性，在生意场上就能得让人处且让人，而非据理力争，也很少有要置他人于死地的想法。

领导风格 以人为本

◎ 绿色的领导风格是稳健而公平的，他们能容纳歧异，并且提倡团体中的盟友情怀。

绿色优势总结

第七章：红色过当

聒噪咋呼 惹人厌烦

◎ 红色缺乏分寸感与尺度的判别，他们不知道孰轻孰重，也不知道如何控制。

口无遮拦 缺少分寸

◎ 红色以为分享秘密与分享快乐是一样的概念，都是分享，并没有什么不同。遗憾的是，他们认为的“快乐”有时是建立在令别人尴尬的基础上的。

情绪波动 要死要活

◎

当红色决定把自己的未来和人生交给情绪，而不是交给自己来控制的时候，就意味着他们开始准备“破罐破摔”。

冲动鲁莽 有力无谋

◎

红色一生的错误决定和冲动行为皆受情绪所累，假如他们在心情不快与心情愉快时做出的抉择一致，在遭遇坎坷与顺风顺水时做出的抉择一致，那么，一生的成就将高十倍，生活也会愉快得多。

变化无常 随意性强

◎

红色对于一成不变的痛恨，来源于他们对于变化与体验的无限追求，当他们做着周而复始的事情时，内心对于这种死板和程序化感到痛苦万分。

不守承诺 杂乱粗心

◎ 夸大其词、说话没谱与承诺无法兑现，正是红色不易被信任的原因中致命的一枪。

虎头蛇尾 缺乏自控

◎ 红色喜欢拥有很多开放的选择，他们的想象力是那样丰富，一旦开始，就感觉已经完成。

逃避责任 拒绝长大

◎

红色完全有自己的目标和想法，也有着强烈的冲动，只不过由于低估形势，问题发生了才意识到严重性，因为害怕被骂，所以不敢承担责任。

红色过当总结

第八章：蓝色过当

消极悲观 迂腐封闭

◎ 蓝色通常用消极忧虑的态度预测未来，并且觉得这样的结局是注定的，无从改变，进而由此造成行动上的不作为。

沉溺往事 郁闷难解

◎ 如果蓝色仅仅是对自己的失误表示痛心疾首，那还罢了。典型的蓝色，会拿别人的错误来折磨和惩罚自己。

敏感多疑 脆弱自怜

◎ 蓝色会将别人的每句话进行技术分解，更要命的是通常最后的结论更多是倾向于负面而非正面，倾向于消极而非积极，倾向于悲观而非乐观。

心机深重 相处困难

◎ 蓝色对于过去的不愉快的遭遇，会怀着满腔的怒气和尖酸。

要求苛刻 压抑紧张

◎

每天睡觉和出门前一定要检查水龙头、煤气、门窗是否关紧，然而在躺到床上或锁门以后还是不放心，再折回检查一次。

死板固执 缺乏幽默

◎ 蓝色在固执中表现的另一个特点是：如果被逼迫，他们会抗拒；

如果被催促，他们会谢绝；如果被宰割，他们会反抗。

顾虑重重 行动缓慢

◎

蓝色的计划性决定了在表达前会把对方可能的回应方式都考虑清楚，想好应对的话语。

挑剔较真 化简为繁

◎ 蓝色对事物细节面的关注，会让他们忽略真正想要达成的结果，

从而因小失大，得不偿失。

蓝色过当总结

第九章：黄色过当

自以为是 死不认错

◎

黄色认为胜利者和强者是不应该出错的，如果出错，也应该是我自己发现，怎么能由你们发现来告诉我呢？

控制欲望 操纵心强

◎

黄色不但希望能够掌握自己的命运和生活，同时希望能够控制他人的生活。黄色会坚定不移地推动和威逼，直到你听取他的意见为止。

富攻击性 心存报复

◎

因为黄色崇尚的强者价值，让他们对于强者有天生的向往和内心的亲近，他们鄙视女人的婆婆妈妈、不利索和情绪化。

缺乏耐心 脾气暴躁

◎

黄色对于任何挑战很快就会有反应，他们的缺乏耐心和直接，使他们心里想什么就直接说出来。

强硬严厉 喜欢批判

◎ 他们在骂人时常秉持“高压震慑”和“气势逼人”

这两大基本原则，再辅以前短、平、快的语言和有力的手势，其他性格一见这般气势压将下来，连话都未听清，便不由自主地俯首称臣。

一意孤行 刚愎自用

◎

在黄色看来，这个世界上没有不可能完成的任务，所有不可能完成的理由都只是借口，一定可以想出方法来解决所有的问题。

耻于休息 漠视平衡

◎

黄色对于目标和结果的狂热追求，让他们可以心无旁骛地最快到达终点，然而途中所有美丽的风景都与他们无关。

自我中心 忽略他人

◎

要让黄色学会为他人考虑，那真是奇迹。他们似乎天生就觉得这个世界是应该围绕他们转的。

黄色过当总结

第十章：绿色过当

懦弱无刚 胆小怕事

◎ 他们为了制造一个所谓的“理想国”而甘愿委屈自己，有时付出的代价就太大了。

纵容放任 姑息养奸

◎ 宽容是绿色的优势，而纵容却成了宽容这面镜子后的阴影。

不思进取 拒绝改变

◎

他们似乎已经习惯于事情会自动解决，这种守株待兔的心态让绿色成为四种性格中最为被动的颜色。

自信匮乏 没有主见

◎

绿色没主见和无所谓的态度无形中把压力和负担通通转嫁到他人身上，间接给别人带来了麻烦。

羞于拒绝 惹火烧身

◎ 他们是一群不会拒绝的人，

宁可自己吃亏和忍受痛苦，他们也不愿意发出“不”的声音。

逃避责任 能拖就拖

◎

绿色需要你拉他拽他才会干活，但至少有一半的绿色，在我看来，是你怎么拉和拽都不会动的。

袖手旁观 越搅越黑

◎ 自己背上黑锅事小，

但扭曲事实，只是为了一时的息事宁人，他们却从未想到，不客气地说，这就是纵容真凶。

粉饰太平 迷失自我

◎ 他们经常以别人作为他们生存的核心，

而忽略了发展自己的人生目标和方向。而因为忽略了自己，他们很容易成为丧失自我、迷失方向的人。

绿色过当总结

跋：对人的理解，先从本书开始

• • • • • ([收起](#))

[色眼识人_下载链接1](#)

标签

心理学

性格分析

乐嘉

心理

自我成长

2016

社会

评论

这种书和新浪星座专栏那样的消遣文有什么区别？还假惺惺觉得自己是搞学问吗？

家人买的书，清理掉之前，翻了一下，觉得没什么营养，来料加工加各种段子而已。

不太适合我的阅读口味。乐嘉老师的演讲比书好太多。

碎片时间一点一点花了好一段时间读完，期间一直在找寻自己，也在慢慢的认识自己。

了解自己、他人的工具而已，归纳总结的产物，没有MBTI细

很多年前有个朋友是乐嘉的铁粉，在她家里翻完了。

vx阅读]测试出的性格是：蓝+黄，于是只翻了概述和蓝黄有关的部分。性格按色彩分类的理论算是很新颖的，（不知真假的）事例也举了很多，广度是够的，却没有深入到形而上学的部分（起因&来源），这也是国内实践书籍的通病，知其然不知其所以然。另外相较于mbti的16种性格分法，4种色彩性格实在是太笼统了。

思路清晰的性格分析书

两年前第一次接触到性格色彩，如今开始更感兴趣~

性格色彩在大块上面将性格做了简易区分，能够便捷地找到自我的认知点和不足之处。但是人的复杂又怎么能以此简明区分呢？仅可作为一本通俗易懂的读物。2016.10.11—2016.11.21 thx美艳姐借阅

太浅了

黄色性格

性格启蒙

性格色彩学习必读书。

我的色彩配对是相互矛盾，是没有。第二页我就和上书，幸亏我是看的是没花钱的kindle盗版书… 不过正版书估计也不会买吧，就这样

大三看的，不计入今年已读书单

有些值得

因为对颜色一直以来的喜爱来看乐老师的书，意外收获了很多对自己的理解和对别人的

了解。

虽说只是消磨时间之作。还是做了下里头的测试，我是红绿旗鼓相当，各35%，蓝色大约25%，黄色不超过5%。书里有句让我印象深刻“我甚至想象，假设是某个绿色一个人生活，他甚至会容忍在灯泡全部坏了看不见东西的情况下，就用蜡烛来照明。渐渐地，他会习惯没有电灯的日子。”我就是这样……

个人认为是没有什么科学依据的，测试了一下，我属于红色性格居多，有一点黄色性格和蓝色性格，没有一点绿色性格。但个人觉得我还是有些绿色性格的特点的。

[色眼识人_下载链接1](#)

书评

生日的时候收到了这本书，勉强翻阅，显然这是一本不值得买的书。对于性格的分类，作者简单的分成了四种，这四种性格的确存在没错。但显然人的性格不可能只有这四种，真的是过于简单粗暴的分类。其次，内容单薄，只在书里列了四种性格色彩的优缺点，可是从读者的角度来说，我们...

色彩性格是近日看乐嘉的《色眼识人》中认识到的，其实早在12年的时候看过一个乐嘉演讲的视频，只是当时的自己没有深入去了解这些，只是作为娱乐节目，笑笑就过了。乐嘉的这本书在阐述人的四种性格阶段，继而用了大量的篇幅来论证不同色彩的人的性格特点。从完整的逻辑上来说（...

看这本的前言部分特别说明了为什么要把人的性格简单化、具体化，读完后觉得这个是给严谨较真儿的蓝色说的。红色会首先看第一章，先看看自己是什么性格。我是绝对绿色，其中拖延症愈加严重，想读读乐嘉其他的书，如何把自己变改造得更积极主动。黄色的人如果能把事业和家庭分...

[色眼识人_下载链接1](#)