

<<性格修炼>>

图书基本信息

书名：<<性格修炼>>

13位ISBN编号：9787806855522

10位ISBN编号：7806855521

出版时间：2006-5

出版时间：第1版 (2006年5月1日)

作者：伍麒名

页数：241

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<性格修炼>>

### 内容概要

他是“有效沟通”领域著名的培训讲师，他更是一位先驱级书虫。在和书打交道的过程中，他保持了一生的阅读习惯，并间接地决定了读者和市场的趣味尺度。这是一种先知先觉的快乐……这是一套能激发你的个性优势及建立有效行为风格的系统。

SPD性格修炼（STEVENFIVE PERSONALITY DISCIPLINE）是“有效沟通”领域著名的培训讲师伍麒名在多年学习研究和举行性格分析研讨会的实际教学基础上，经过实践不断发展起来的一套帮助个人成长和改善人际关系的工具。

如何使过于谨小慎微的队员变得热情洋溢；如何使性格孤僻的人融入团队；如何与优柔寡断的伙伴共事；如何与酷爱交际的同事打交道；如何与独断专行的主管相处；如何面对有很多想法却不能付诸实施的老板……SPD性格修炼可以使你了解，伍麒名老师将通过本书带您一起走进性格修炼的殿堂！

## <<性格修炼>>

### 作者简介

伍麒名又名伍卫民，英文名steve Five，江湖人称“老五”。

作为一名企业教练和培训师，早在1994年他就投身于培训业，目前已经为300多家公司和组织提供培训服务。

他曾先后在南方证券、MC&A公司(卡奈基前香港授权培训机构)、德国中小企业联合总会与德国经济发展 & 职业训练

## &lt;&lt;性格修炼&gt;&gt;

## 书籍目录

前言——做你自己的米开朗基罗!概述 性格分析学的起源和演化 代表人物及贡献 色彩与性格类型的名称 什么是SPD性格修炼 SPD性格修炼的基本理念 SPD性格修炼可以带来..... SPD性格修炼的五个基本步骤SPD步骤一 知己知彼 SPD系统测试：分析你的性格类型 SPD性格类型取向测试2.0版 全方位测试法 SPD系统各类型基本描述 红色类型的特点 黄色类型的特点 蓝色类型的特点 绿色类型的特点SPD步骤二 识别 如何识别其他性格类型 坐标法 行为特征 不同性格类型问的共性 关于识别的提醒SPD 步骤三 扬长 各种类型的整体优势 你的优势在哪里 发挥你的优势SPD步骤四 控制 每个类型都有它的问题 物极必反——优势VS. 过当 学会控制过当行为 拓展——取长补短 拓展的困难之处 控制强烈过当行为(变色) 特殊的过当行为 过当行为的后果 控制你的(压力下的)过当行为 当别人出现(压力下的)过当行为时SPD步骤五：调整 钻石法则——调整的基石 调整的重点和方法 基本观念 红色类型的行为调整建议 黄色类型的行为调整建议 蓝色类型的行为调整建议 绿色类型的行为调整建议 与不同类型建立良好关系的建议 小测试SPD性格修炼的终极目标附录：著名性格分析系统的性格类型名称对照表主要参考文献

## &lt;&lt;性格修炼&gt;&gt;

## 章节摘录

特蕾莎嬷嬷是阿尔巴尼亚人，1910年她出生在马其顿首都斯科普里城，但她一生都在印度的加尔各答为穷人服务，并且成为了印度公民。

特蕾莎嬷嬷是1979年诺贝尔和平奖的获得者，她是继阿尔伯特·史怀泽博士1952年获得诺贝尔和平奖以来，最没有争议的一个得奖者，也是20世纪80年代美国青少年最崇拜的人物之一。

她活着时是世界上获奖最多的人，但她从未在自己身上花过哪怕一分钱的奖金。

她认为她只是穷人的手臂，她是代替世界上所有的穷人去领奖的。

特蕾莎嬷嬷除了被誉为“穷人的圣母”外，还被誉为“慈悲天使”、“贫民窟的守护者”、“行动的爱者”、“贫民窟的圣人”、“带光行走的人”等等。

她创建的仁爱传教修女会在她1997年去世时拥有四亿多美金的资产，世界上最有钱的公司都乐意无偿地捐钱给她；她的组织有七千多名正式成员，组织外还有数不清的追随者和义工；她与众多的总统、国王、传媒巨头和企业巨子关系友善，并受到他们的敬仰和爱戴……但是，她住的地方，除了电灯外，唯一的电器是一部电话：她没有秘书，所有信件她都亲笔回复。

她没有会客室，她在教堂外的走廊里接待所有的来访者。

她穿的衣服，一共只有三套，而且自己换洗；她只穿凉鞋，不穿袜子。

当她去世时，人们看到她所拥有的全部个人财产，就是一张耶稣受难像，一双凉鞋，和三件滚着蓝边的白色粗布纱丽——一件穿在身上，一件待洗，一件已经破损，需要缝补。

《德兰修女·在爱中行走》一书的作者华姿女士曾经谈到：“她是一个满身光明毫无黑暗的人；那么善良，那么仁慈，那么哀怜那些卑微的苦难的生命。

她带着爱的光芒在这片有限的大地上行走，却把无限的爱带给了他们——那些穷人中的穷人：病人、被遗弃的人、没人关怀的人、流浪的人、垂死的人，以及那些内心饥饿的人。

她怀着非凡的爱，却做着最微小的事情，她是一个完全的奉献者。

她深知我们活在一个光明与黑暗并存的世界里，因而她用整整一生来邀请我们，邀请我们选择光明。

”特蕾莎嬷嬷的思想核心只有四个字：爱无界限。

特蕾莎嬷嬷曾经在不同的场合反复表明她的观点，她不关心政治，更不关心阶级，她只关心人，每一个具体的人，不管那是一个什么样的人。

因此她对人的爱，是没有界限的——不只是超越了种族、国家，更重要的是，超越了宗教。

她自己是一名虔诚的天主教修女，但她耗尽一生为之付出的人，绝大多数，却都是其他宗教的信徒，或没有宗教信仰的人。

不仅如此，她爱穷人，但她也尊重富人。

因为对她而言，他们也是上帝的儿女。

她认为富人之所以富必有原因，而只有在他们肆意挥霍的时候，才让人愤怒。

而且她也看见，许多富人曾经慷慨地频繁地帮助穷人，在她的修会里，就有许多来自富有家庭的修女或修士。

而且在特蕾莎嬷嬷看来，贫穷还包括心灵的困顿，比如孤独、寂寞，比如被人遗弃等等。

她说：“除了贫穷和饥饿，世界上最大的问题是孤独和冷漠。

孤独也是一种饥饿，是期待温暖爱心的饥饿。

”所以那些孤独的被遗弃的人，也是她服侍的对象。

我们现在所处的这个世界，是一个仍然为宗教和种族问题所困扰甚至流血的世界，也是一个为各种不平等以及人内心的栅栏所隔膜的世界，而特蕾莎嬷嬷的爱，冲破了所有的界限和阻隔，使人类向相互谅解、相互尊重、相互信任与彼此关爱的天国，前进了许多。

一次，特蕾莎嬷嬷在垃圾堆里找到一个在高烧中浑身颤抖的老太太。

她知道这个老人将不久于人世，因此尽力让她安度生命中的最后时光。

后来，嬷嬷得知——正是老人惟一的儿子，将她扔到了垃圾堆里。

特蕾莎嬷嬷一遍又一遍地劝说她原谅那残忍的儿子，为她祈祷，和她一起祈祷。

渐渐地，老妇人舒展了怨恨和痛苦的眉头。

<<性格修炼>>

最后，她平静地注视着特蕾莎嬷嬷的眼睛，露出了笑容——“谢谢你”，她对特蕾莎嬷嬷说了最后一句话，然后神色安详地离开了人间……嬷嬷说，那是她曾经见过的“最美丽的笑容”！

<<性格修炼>>

媒体关注与评论

“梦想是一个人所能拥有的最宝贵的财富。  
但只有你才会对自己梦想的实现负责。  
” ——伍麒名

<<性格修炼>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>