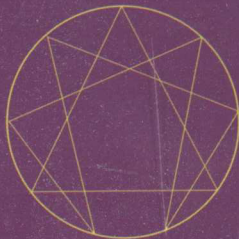


性格决定成败 做人与管人的必读指南

世界500强企业培训必修课程



3号【实干型】

无休的成就主义

代表人物：

王石

4号【悲情浪漫型】

完美的追求主义

代表人物：

迈克尔·杰克逊

8号【领袖型】

保护的强者主义

代表人物：

马云

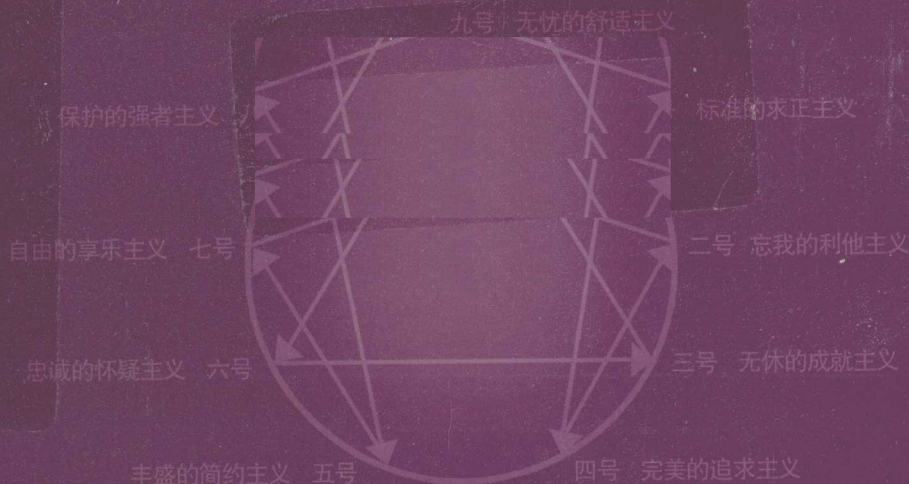
你是什么类型？



# 影响你一生的 九型人格

——揭开行为背后的性格真相

林炜舜●著



广西人民出版社

YINGXIANG NI YISHENG DE JIU XING RENGE

# 影响你一生的 九型人格

——揭开行为背后的性格真相

 广西人民出版社

本书中文简体字版由亮光文化有限公司授权出版，并只限于中国内地发行及销售。非经书面同意，不得以任何形式任意复制、转载。

---

**图书在版编目 (CIP) 数据**

影响你一生的九型人格：揭开行为背后的性格真相  
/ 林炜舜著. —南宁：广西人民出版社，2010.6  
ISBN 978-7-219-06967-7

I. ①影… II. ①林… III. ①人格心理学—通俗读物  
IV. ①B848-49

中国版本图书馆CIP数据核字 (2010) 第 070886 号

---

请“九型人格简易测试”的著作权人见本书后与我社联系，我社  
将按国家相关规定支付稿酬。

监 制 彭庆国  
策 划 徐嘉谦  
责任编辑 梁凤华  
美术编辑 王 霞  
责任校对 周月华

---

出版发行 广西人民出版社  
社 址 广西南宁市桂春路 6 号  
邮 编 530028  
网 址 <http://www.gxpph.cn>  
印 刷 广西大一迪美印刷有限公司  
开 本 890mm×1240mm 1/32  
印 张 8  
字 数 130 千字  
版 次 2010 年 6 月 第 1 版  
印 次 2010 年 6 月 第 1 次印刷  
书 号 ISBN 978-7-219-06967-7/B·151  
定 价 28.00 元

---

## 作者简介

林炜舜先后毕业于美国南加州大学及南澳洲大学，现攻读香港城市大学及 Alliant International University 合办的临床心理学博士课程。

林炜舜早于 2000 年开始接触九型人格学，2003 年远赴美国加州修读由九型人格学一代宗师 Helen Palmer 及斯坦福大学临床心理学教授 David Daniels, M.D. 亲授的“九型人格学专业训练课程”（EPTP），成为国际认可的九型人格学专业导师及香港第一位被认授的正规合格导师（全球第二位华人导师），更成为国际传统口述导师协会认可的专业导师会员。曾受邀为多家知名大型跨国企业提供培训，包括：香港汇丰银行、中国银行、友邦保险、无印良品、富邦商业银行等。

目前为止，林炜舜是唯一一位同时具有辅导学硕士、国际认可的九型人格学专业导师、NLP 专业导师及治疗师资格于一身的专业人士。

# 前言

继《九型人格全接触》第三版卖个满堂红之后，这次重新包装，以全新面貌出版，务求让每一位读者看得舒服，更易吸收丰富的内容。而且，借着重新修订，在每一个性格型号名称上作出重大的修改，希望能更明白地阐释每一个性格型号的世界观，让初次接触九型人格心理学的朋友，能更快掌握每一个性格型号的特性。

其实，许多人都相信九型人格心理学是自我认识的重要钥匙，虽然社会上有许多介绍九型人格的图书、兴趣讲座等，不过，总是让人有一种“不用认真看待的感觉”，甚至认为与星座、塔罗牌占卜无异。以致有许多朋友以为，买一本精美彩图九型人格书，参加一个关于九型人格的讲座，便可快速地通晓九型人格心理学。然而，事实上，九型人格心理学是现代心理学及性

格学的结合，从心理切入了解每一种性格的行为、思想、情绪背后的真正需要。正是因这个原因，此书让我一再回味。林炜舜先为读者解构以行为来衡量一个人的真正性格，会带来种种的错误认识；再以一个正确的心理学角度讲解每一个性格型号的特性，理清一些错误观念，让读者能够精确分析性格型号；当然，必不可少的是有关心灵成长导向及心灵黑暗面的内容，让人看清自己的强弱处，正确面对自己，认清自己的本相。

不得不盛赞的是，林炜舜说故事的技巧，让初次接触九型人格心理学的读者，都能够通过许多真实例子，轻松读懂九型人格，让抽象的理论具体化表现出来。而且，本书后半部分亦对人们学习九型人格心理学常常会遇到的疑问作出了详细的分析解答，使读者能够融会贯通，解决不少学习障碍。

此书有别于市面上的一般九型人格图书，作者特别分析了九型人格心理学的哲学理念，以哲学的思想层面察看人生，对生命的真义作出提问、反思。笔者本是林炜舜入室弟子，确实从师父身上获益良多，明白学习九型人格心理学只是人生的一个开始，它将陪伴我们进入成长里程，开始快乐的人生！

# 自序

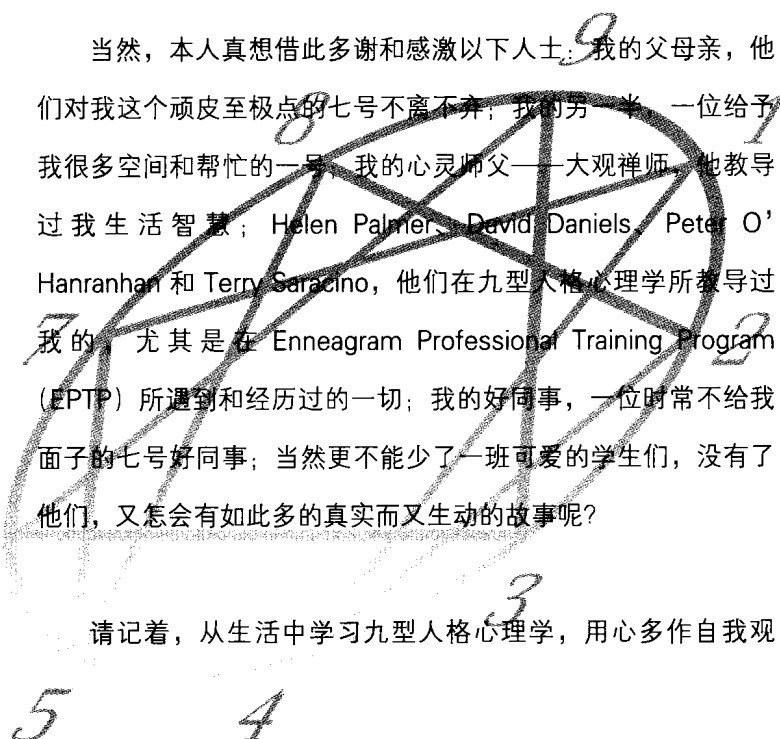
距离《九型人格全接触》面世已经三年多，这次重新出版，作出了重要修改，期望这本以华人为中心的九型人格心理学书，更确切说明九型人格心理学的精粹。回想当初的心情，一方面有大功告成的满足，但另一方面又担心读者仍然不能深入地明白九型人格心理学的真义，因为，九型人格心理学的奥妙之处，实在有说不出的伟大之感，担心自己会有误导读者之嫌。

曾经，有不少的朋友来问我：“市面上已有不少的中文九型人格心理学书籍，为何仍然坚持出一本呢？不怕市场上这类学科的书已达饱和极限吗？”所以在决定出版此书前，内心也有一定的恐惧。但看了不少的中文九型人格心理学书籍，得到一种感觉，就是为何这些书籍，都好像欠缺了一些什么似的。但欠

缺了些什么，又不能娓娓道来，实在感到有些手足无措。有一天，当我熟睡之时，我的九型人格心理学启蒙导师，Helen Palmer 和 David Daniels 竟然在我的梦中出现，梦里的情节是什么，当时也变得朦胧和不重要了，只是觉得有醍醐灌顶之感，我终于明白，这些已面世了的中文九型人格心理学书籍所欠缺的是什么。而同时，我便下了一个决定，就是要出版一本有血有肉、有真实之感，并且能突出我师父 Helen Palmer 和 David Daniels 所一直坚持的正规九型人格心理学之精神的书。经过多个月的努力，总算没有辜负他们的期望。这就是为什么当这本书面世后我有一种大功告成的感觉。

但同时，在整个写作过程中，我又面临着另一个考验：文字表达的能力，实在有限得很。这种感受让我回忆起本人的另一位师父大观禅师的教导。还记得刚开始跟随师父大观禅师学习时，她已教导我说：“人是生，文字是死的，我们要从文字学习，但请不要执著于文字。”因此，她常常教导我们，人的真正智慧，在于用心真实地生活，而不是依赖文字。在我写作期间，终于明白了这种感受。学习九型人格心理学，真是不能单从字面意思去理解一个性格型号特质，因为每个人理解文字的

意思不同，文字便变得充满偏见性。因此，文字只作参考，要真正体验九型人格心理学，得用心去生活才能。此体验令我真是担心，我所用的文字是否不能真真正正突出 Helen 和 David 的精神，甚至是否误导了他人。有一天，大观禅师说道：“文字虽然有限，但没了文字，知识能传授下去吗？但求写者以大众为依归便能了。”这时，我又明白到，只要问心无愧，又何需担心呢，对吗？



当然，本人真想借此多谢和感激以下人士：我的父母亲，他们对我这个顽皮至极点的七号不离不弃；我的另一半，一位给予我很多空间和帮忙的一号；我的心灵师父——大观禅师，他教导过我生活智慧；Helen Palmer、David Daniels、Peter O' Hanranhan 和 Terry Saracino，他们在九型人格心理学所教导过我的，尤其是在 Enneagram Professional Training Program (EPTP) 所遇到和经历过的一切；我的好同事，一位时常不给我面子的七号好同事；当然更不能少了一班可爱的学生们，没有了他们，又怎会有如此多的真实而又生动的故事呢？

请记住，从生活中学习九型人格心理学，用心多作自我观

察，你自然会更明白自己。希望大家早日更了解自己，世界自然会变得更美好！

林炜舜

## 九型人格简易测试

以下是一个九型人格的简易测试，能在较短时间内帮助你初步判断自己属于九型人格中的哪一类型。

一、下面有108道题目。

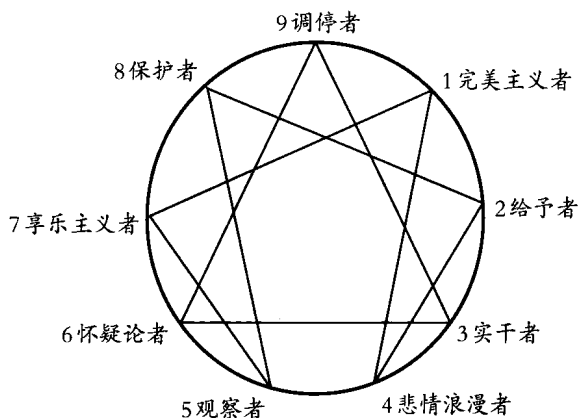
二、在你认为符合你的题目面前做个记号，注意遮掩每个题目前面的数字。

三、把同一数字后面的记号统计相加，比如数字“1”后面有3个记号，数字“2”后面有8个记号，数字“3”后面有1个记号，数字“4”后面有5个记号，等等。

四、括号前的数字就代表一种性格记号，哪个记号的总数最多，就代表你最偏向于这种性格。

五、需要说明的是，这个结果只是一个供参考的结论，更精确的判

断还需要在阅读全书而深入了解和揣摩比较后获得。



共有108道题目，请耐心等待吧。

9 ☐ 1.我很容易迷惑。

1 ☐ 2.我不想成为一个喜欢批评的人，但是很难做到。

5 ☐ 3.我喜欢钻研宇宙的道理、哲理。

7 ☐ 4.我很在意自己是否还年轻，因为那是寻找乐子的本钱。

8 ☐ 5.我喜欢独立自主，一切都靠自己。

2 ☐ 6.当我有困难时，我会试着不让人知道。

4 ☐ 7.别人的误解对我来说是一件很痛苦的事情。

- 2 ☐ 8.施比受会给我更多的满足感。
- 6 ☐ 9.我常常设想最糟的结果而使自己陷于苦恼中。
- 6 ☐ 10.我常常试验或考察朋友、伴侣的忠诚。
- 8 ☐ 11.我看不起那些不像我一样坚强的人，有时我会用种种方式羞辱他们。
- 9 ☐ 12.身体上的舒适对我非常重要。
- 4 ☐ 13.我能触碰生活中的悲伤和不幸。
- 1 ☐ 14.别人不能完成他/她的分内事，会令我很失望和愤怒。
- 9 ☐ 15.我时常拖延时间，不去解决问题。
- 7 ☐ 16.我喜欢戏剧化、多姿多彩的生活。
- 4 ☐ 17.我认为自己不完美。
- 7 ☐ 18.我对感官的需求非常强烈，喜欢美食、服装、身体的触觉刺激，并纵情享乐。
- 5 ☐ 19.当我被人请教一些问题，我会事无巨细地分析清楚。
- 3 ☐ 20.我习惯推销自己，从不觉得难为情。
- 7 ☐ 21.有时我会放纵和做出越轨的事情。
- 2 ☐ 22.帮助不到别人让我感到痛苦。
- 5 ☐ 23.我不喜欢人家问我广泛、笼统的问题。

- 8 ☐ 24.在某些方面我有放纵的倾向（例如：食物，药物等）。
- 9 ☐ 25.我宁愿适应别人，包括我的伴侣，而不是反抗他们。
- 6 ☐ 26.我最不喜欢的一件事就是虚伪。
- 8 ☐ 27.我知错能改，但是由于执著好强，周围的人还是感觉有压力。
- 7 ☐ 28.我常觉得很多事情都很好玩、很有趣，人生真是快乐。
- 6 ☐ 29.我有时很欣赏自己充满权威，有时却优柔寡断，依赖别人。
- 2 ☐ 30.我习惯付出多于接受。
- 6 ☐ 31.面对威胁的时候，我要么变得焦虑，要么对抗迎面而来的危险。
- 5 ☐ 32.通常是别人来接近我，而不是我去接近他人。
- 3 ☐ 33.我喜欢当主角，得到大家的注意。
- 9 ☐ 34.别人批评我，我也不会回应和辩解，因为我不想发生任何争执和冲突。
- 6 ☐ 35.我有时期待被人指导，有时却又忽略别人的忠告直接去做我想做的事情。
- 9 ☐ 36.我经常忘记自己的需要。
- 6 ☐ 37.在重大的危机中，我通常能克服对自己的质疑和内心的焦虑。
- 3 ☐ 38.我是一个天生的推销员，说服别人对我来说是件很容易的事情。

- 9 ☐ 39.我不相信一个我一直都无法了解的人。
- 8 ☐ 40.我爱依照惯例行事，不太喜欢改变。
- 9 ☐ 41.我很在乎家人，在家中表现得忠诚和包容。
- 5 ☐ 42.我被动且优柔寡断。
- 5 ☐ 43.我很有包容心，彬彬有礼，但跟别人的感情互动不深。
- 8 ☐ 44.我沉默寡言，好像不会关心别人似的。
- 6 ☐ 45.当沉浸在工作和我擅长的领域中的时候，别人觉得我冷酷无情。
- 6 ☐ 46.我常常保持警觉。
- 5 ☐ 47.我不喜欢要对人尽义务的感觉。
- 5 ☐ 48.如果不能完美地表达，我宁愿不说。
- 7 ☐ 49.我的计划比我实际完成的要多。
- 8 ☐ 50.我野心勃勃，喜欢挑战和登上高峰。
- 5 ☐ 51.我倾向于独断专行并自己解决问题。
- 4 ☐ 52.我很多时候感到被遗弃。
- 4 ☐ 53.我常常表现得十分忧郁的样子，充满痛苦而且内向。
- 4 ☐ 54.初见陌生人时，我会表现得冷漠、高傲。
- 1 ☐ 55.我的面部表情严肃而生硬。
- 4 ☐ 56.我很恍惚，常常不知道自己下一刻想要什么。

- 1 ☐ 57.我常对自己挑剔，期望不断改正自己的缺点，成为完美的人。
- 4 ☐ 58.我对事物的感受特别深刻，并怀疑那些总是快乐的人。
- 3 ☐ 59.我做事有效率，也会找捷径，模仿力特强。
- 1 ☐ 60.我讲理，重实用。
- 4 ☐ 61.我有很强的创造天分和想象力，喜欢将事情重新整合。
- 9 ☐ 62.我不要求得到很多的注意力。
- 1 ☐ 63.我喜欢每件事情都井然有序，但别人认为我过分执著。
- 4 ☐ 64.我渴望拥有完美的心灵伴侣。
- 3 ☐ 65.我常夸耀自己，对自己的能力十分有信心。
- 8 ☐ 66.如果周遭的人行为太过分，我准会让他们难堪。
- 3 ☐ 67.我外向，精力充沛，喜欢不断追求成就，这使我的自我感觉很好。
- 6 ☐ 68.我有一个忠实的朋友和伙伴。
- 2 ☐ 69.我知道如何让别人喜欢我。
- 3 ☐ 70.我很少看到别人的功劳和优点。
- 2 ☐ 71.我很容易知道别人的功劳和优点。
- 3 ☐ 72.我嫉妒心极强，很喜欢与别人比较。
- 1 ☐ 73.我对别人做的事情总是不放心，常批评一番后，自己动手再

做。

- 3 ☐ 74.别人会说 I 常戴着面具做人。
- 6 ☐ 75.有时候我会激怒对方，引发莫名其妙的吵架，其实我是想试探对方爱不爱我。
- 8 ☐ 76.我会极力保护我所爱的人。
- 3 ☐ 77.我常常可以保持兴奋的情绪。
- 7 ☐ 78.我只喜欢与有趣的人为友，对一些闷葫芦却懒得交往，即使他们看来很有深度。
- 2 ☐ 79.我常往外跑，四处帮助别人。
- 3 ☐ 80.有时我会因讲求效率而牺牲完美和原则。
- 1 ☐ 81.我似乎不太懂得幽默，没有弹性。
- 2 ☐ 82.我待人热情而有耐性。
- 5 ☐ 83.在人群中我常常感到害羞和不安。
- 8 ☐ 84.我喜欢有效率，讨厌拖泥带水。
- 2 ☐ 85.帮助别人使他快乐和成功是最重要的成就。
- 2 ☐ 86.付出时，别人若不欣然接受，我便会有挫败感。
- 1 ☐ 87.我的肢体硬邦邦的，不习惯别人热情的付出。
- 5 ☐ 88.我对大部分的社交活动不太有兴趣，除非那些是我熟悉的和喜