

完美、苛刻型



植根中国企业、服务中国企业
与中国企业家共成长

大师智慧·原创经管

热忱、易怒型

贾悦 著

专注、追求型

浪漫、情绪型

探究、木讷型

质疑、忠诚型

活跃、善变型

控制、强权型

和谐、迟缓型



高效沟通 与 九种个性

JIUZHONG GEXING YU
GAOXIAO GOUTONG

完美、苛刻型

1

热忱、易怒型

2

贾悦 著

专注、追求型

3

浪漫、情绪型

4

探究、木讷型

5

质疑、忠诚型

6

活跃、善变型

7

高效沟通 与 九种个性

强权型

8

和谐、迟缓型

9



图书在版编目 (CIP) 数据

九种个性与高效沟通 / 贾悦著. —北京: 中国财富出版社, 2013. 3

(华夏智库·金牌培训师书系)

ISBN 978-7-5047-4599-6

I. ①九… II. ①贾… III. ①人际关系学—通俗读物 IV. ①C912.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2013) 第 013169 号

策划编辑 范虹轶

责任编辑 张艳华 卢海坤

责任印制 方朋远

责任校对 梁 凡

出版发行 中国财富出版社 (原中国物资出版社)

社 址 北京市丰台区南四环西路 188 号 5 区 20 楼 邮政编码 100070

电 话 010-52227568 (发行部) 010-52227588 转 307 (总编室)

010-68589540 (读者服务部) 010-52227588 转 305 (质检部)

网 址 <http://www.clph.cn>

经 销 新华书店

印 刷 北京京都六环印刷厂

书 号 ISBN 978-7-5047-4599-6/C·0150

开 本 710mm×1000mm 1/16

版 次 2013 年 3 月第 1 版

印 张 14

印 次 2013 年 3 月第 1 次印刷

字 数 237 千字

定 价 32.00 元

版权所有·侵权必究·印装差错·负责调换

前言

作为上司的你，很关爱下属，可是为什么他们却不领情？作为企业老总的你，事业高度怎样更上一层楼？作为主管的你，怎样才能让你的同事和下属更努力地工作？

为什么优秀员工的流动率总是很大，他们渴望和追求的到底是什么？怎样才能留住他们？不同的工作交给谁做最省心？客户有哪些特点？他们最关注的是什么？怎么做才能得到他们的信任，继而与之成为朋友呢？如果需要为客户送点礼物的话，怎样既不出预算又送到他们心坎上呢？

到底怎样做才能让家庭气氛更和谐？为什么孩子总是有抵触情绪？为什么总是觉得爱人不理解自己，而自己也不懂爱人为什么总是那样？

生活、学习和工作中的无数疑惑都源于人际沟通的不畅，解决了人际沟通的问题，关系也会变得协调。

在人际交往中，著名的钻石法则强调——“用适合别人个性和需求的方式应对他人”。

借助九种个性，我们可以游刃有余地采用三种沟通策略，具体包括：

策略一：换位思考

以1号（1号~9号分别代表9种不同的个性类型）与2号沟通为例，1号要与2号沟通，首先选择换位思考的方式，也就是站在2号的角度去思考问题，如图1所示。

策略二：交会点

假如我们没有办法站在2号的角度去思考问题，九种个性交会点工具提示：我们还可以站在1号、4号的角度去沟通，如图2所示。

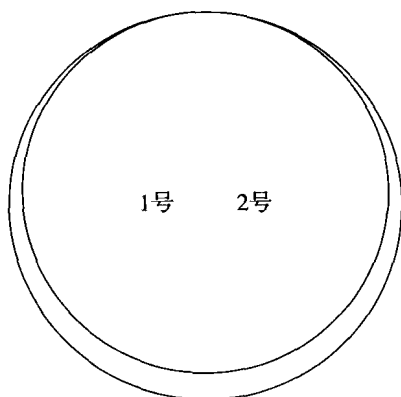


图1 1号与2号换位思考

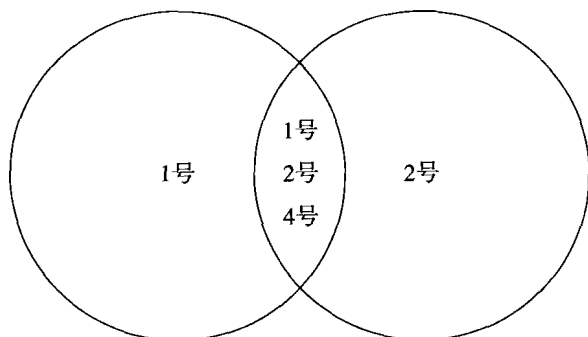


图2 1号与2号交会点

策略三：在理性的基础上，根据环境的需求表现出应有的个性特征

以1号为例，在跟爱人在一起的环境中表现出4号浪漫的特征，在工作的环境中表现出3号目标专注的特征，在跟孩子的环境中表现出2号助人的特征，等等。也就是说，我们是个演员，环境需要我们演什么，我们就演什么。

总之，不论采用哪种沟通策略，我们都是站在了解自己以及他人个性类型的基础上。本书提出了准确判断个性类型的4步判断法，以及各个性类型之间的交会点。

作者
2012年11月

目 录

上篇 人皆如此——走近九种个性

第1章 换个角度认识人——九种个性	3
什么是“九种个性”	3
九种个性的基础知识	6
第2章 物以类聚，人以群分——认识九种不同类型的人	15
1号：完美、苛刻型	15
2号：热忱、易怒型	20
3号：专注、追求型	25
4号：浪漫、情绪型	30
5号：探究、木讷型	35
6号：质疑、忠诚型	40
7号：活跃、善变型	44
8号：控制、强权型	50
9号：和谐、迟缓型	55
第3章 科学检测自己的类型——九种个性测评	61
如何使用测评卷——测前说明	61
一套适合中国人的测评问卷	62
测评结果分析	81
第4章 怎样才能更准确——九种个性确认公式	82
事实最有说服力——测评案例	82

计算很简单——测评分数计算步骤	82
第5章 教你细致区分不同类型——关键区别点	86
一学你就会——区别点使用方法	86
一目了然——关键点区分表	87
第6章 判断他人并不难——如何识别他人的个性类型	96
写在脸上的信息——面孔识别法	96
个性类型无法掩饰——外部特征识别法	102
言由心生——询问识别法	105

下篇 对症下药，药到病除——九种个性的具体应用

第7章 你中有我，我中有你——不同个性的交会点	111
难者不会，会者不难——怎样确定交会点	111
环环相扣，彼此相关——不同个性的交会点	112
第8章 心心相印——如何与不同类型的人沟通	116
1号：完美、苛刻型与其他类型的人如何沟通	116
2号：热忱、易怒型与其他类型的人如何沟通	123
3号：专注、追求型与其他类型的人如何沟通	129
4号：浪漫、情绪型与其他类型的人如何沟通	135
5号：探究、木讷型与其他类型的人如何沟通	142
6号：质疑、忠诚型与其他类型的人如何沟通	150
7号：活跃、善变型与其他类型的人如何沟通	156
8号：控制、强权型与其他类型的人如何沟通	161
9号：和谐、迟缓型与其他类型的人如何沟通	164
第9章 情投意合——如何与不同类型的人和谐相处	167
如何与1号——完美、苛刻型和谐相处	167
如何与2号——热忱、易怒型和谐相处	170
如何与3号——专注、追求型和谐相处	173
如何与4号——浪漫、情绪型和谐相处	177
如何与5号——探究、木讷型和谐相处	180
如何与6号——质疑、忠诚型和谐相处	183

如何与 7 号——活跃、善变型和谐相处	186
如何与 8 号——控制、强权型和谐相处	189
如何与 9 号——和谐、迟缓型和谐相处	192
 附录 1 初学九种个性者常见疑问解答	 196
附录 2 九种个性实用工具	203
后 记	210

上篇 人皆如此——走近九种个性

九种个性学（Enneagram）近年来备受美国斯坦福等国际著名大学MBA学员推崇并成为最热门的课程之一，风行欧美学术界及工商界。

第1章

换个角度认识人——九种个性

什么是“九种个性”

1. 九种个性的历史

九种个性学是一门有着两千多年历史的古老学问，它按照人们惯性的思维模式，情绪反应和行为习惯等个性特质，将人分为九种，称为九种个性。九种个性与当今各种个性分类法的最大区别在于，它揭示了人们内在最深层的价值观和注意力焦点，而不受表面的外在行为的变化所影响。知晓个性的优势与局限，做到扬长避短，增强对他人的洞察力，做到人尽其才，知人善任，提升管理效能，建立优胜团队。未来的竞争是人才的竞争，如何辨识人才并有效的运用人才是企业制胜的关键。

九种个性是一个深入了解自己和他人的工具，也是一个易学易懂的企业管理工具。全球 500 强企业的管理阶层均有在研习九种个性，并以此提升自我，培训员工，改善沟通，建立高效团队，提高执行力。

当我们找准自己的个性型号，就找准了正确的成长进入的起步点，从这点开始，会知晓如何突破自己的个性局限，如何发挥自己的个性优势，超过事业高原，向更高事业顶峰发展。

2. 九种个性的结构

直至今现在，虽然没有人能确定九种个性的图形是由谁人设计的，但可以肯定的是，它不是任意设计的，它的结构是由一个圆形 [图 1-1 (a)]，内部再加九条线把圆形周界等分成九个点。而圆形上的九个点分别代表着九种个性，在最上面正中央为 9，其他以顺时针方向依次为 1~8。内部由九条线组成，可分为两部分：一部分是一个正三角形 [图 1-1 (b)]，代表三

个中心（Centre）或组别的中心力量，即3、6、9号，这就是三的法则；另一部分是一个不规则的六芒星形[图1-1（c）]，代表两个中心力量的发展或转变，即1、2、4、5、7、8号。而将这三个图形放在一起，就成了九种个性的基本图形[图1-1（d）]。其具体图形如图1-1所示。

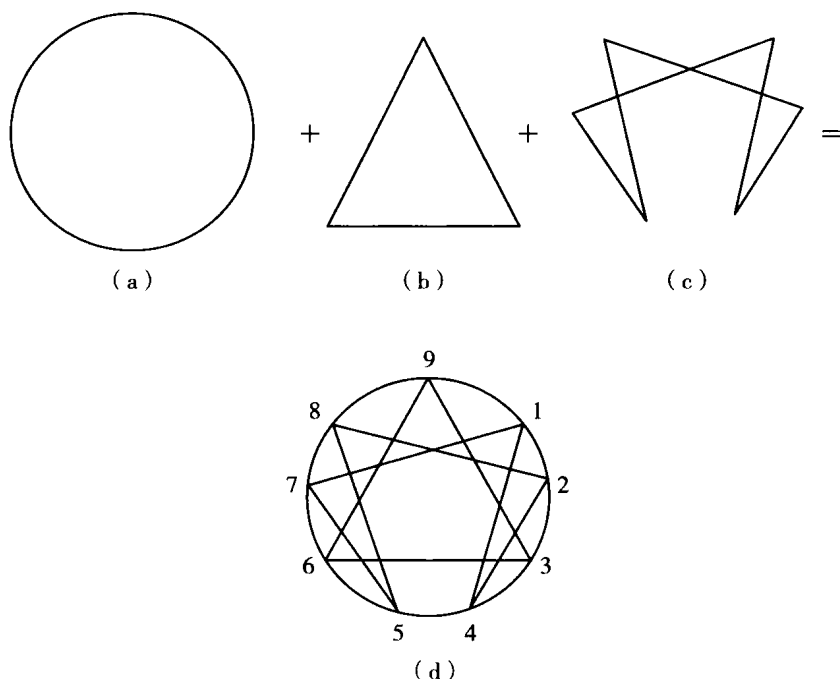


图1-1 九种个性结构图

此外，九种个性也可分为三组枢纽（Triad），每组枢纽由三个拥有共同优缺点的个性类型组成：2号、3号和4号属于以心为中心型枢纽（Heart - Center），5号、6号和7号属于以脑为中心型枢纽（Head - Center），而8号、9号和1号属于以腹为中心型枢纽或以本能为中心型枢纽（Gut - Center 或 Belly - Center）。

以心为中心型枢纽的人容易活在当下，平常不是对人认同就是对人存有敌意，他们最重感受，关注情绪感觉，他们生命中最重要的是情感，但是在情感方面容易出现问題。

以脑为中心型枢纽的人常以思想来响应生活倾向，认知对他们来说是十分重要的；相反，人际关系、吃喝等对他们来说是不理会的，他们有鲜明的

想象力及分析和联结观念的能力，他们容易活在过去，平常不是感到安全就是感到焦虑，生命最重要的是是否达到既定的目标，而他们在行动力方面容易出现问題。

以腹为中心型枢纽的人，他们容易活在未来，平常不是压抑就是攻击，在环境的互动关系方面容易出现问題。他们关注生命有何意义，而行动要对生命有建设性，生活才有意义，具体如表1-1所示。

表1-1 九种个性三个中心

枢 纽	个性类型	特 点
心中心	2号、3号、4号	(1) 情感方面容易出现问題 (2) 平常不是对人认同就是对人存有敌意
脑中心	5号、6号、7号	(1) 行动方面容易出现问題 (2) 平常不是感到安全就是感到焦虑
腹中心	8号、9号、1号	(1) 在环境的互动关系方面容易出现问題 (2) 平常不是压抑就是攻击

另外，每组枢纽中的某一个个性类型通常会过度发展（过度表现）该组枢纽的特性，而剩下的两种个性类型中，一个则无法充分表现或发展其特性，另一个则完全没有作用。

比如，在以心为中心的部分里，2号个性是过度表达他对别人的感情，3号个性最不善于表达感情，而4号个性则不能充分表达感情。

在以脑为中心的部分里，5号个性以思考取代行动，因此他们的行动能力未得以发展，而6号个性无法在无人引导的状况下独立行动，对于7号个性，他们总是过度发展行动的能力，专心投入行动的冲劲中，直到自己超过限度，变得逃避现实。

在以腹为中心的部分里，8号个性过度发展与环境的关联能力，因为他们自认比其他人重要，而9号个性则无法关联环境，因为他们透过理想的眼光看待现实与生活，至于1号个性，他们低调发展关联环境的能力，自认为能达到所欲所求的理想状态。如表1-2所示：

表 1-2 各组枢纽的特色

特色	感情	行动	关系
过度表现或发展	2 号	7 号	8 号
没有充分表现或发展	4 号	6 号	1 号
完全没有表现或发展	3 号	5 号	9 号

九种个性的基础知识

1. 九种个性的翼型

我们把九种个性中的 3 号、6 号、9 号所代表的个性称为核心个性，而位于这三个核心个性两侧的号码，称为核心个性的两翼，两翼所代表的个性是核心个性的变异类型。也就是说，两翼的个性是从核心个性发展而来的，因此他们具有潜在的共同点。比如，3 号个性的两翼，即 2 号个性和 4 号个性，这两种类型同样具有很强的想象力，而且他们对生活的态度都是基于自己的感觉。6 号个性的两翼（5 号与 7 号），在本质上都是多疑，而且经常出现畏惧心理。9 号个性的两翼（8 号与 1 号），都有一种陷入忘我状态的倾向，常常会忘记个人需要是什么，此外他们还有一个共同点就是容易发脾气。

3 号、6 号、9 号的两翼所代表的个性类型实际上是核心个性类型外化和内化的两种结果，所以两翼个性中也潜藏了核心个性的特质。在心理治疗中，两翼个性中所潜藏的核心倾向，会在治愈的过程中慢慢显现。这意味着，7 号个性（6 号害怕型的外化个性），最初的表现可能是大大咧咧、无所畏惧，但是随着心理防线的慢慢弱化，这种人可能会突然变得神经兮兮，并出现偏执幻想狂（6 号个性的核心表现）的症状。

需要注意的是，在九种个性中，只有 3 号、6 号、9 号个性的两翼才是核心个性的外化或内化表现，其他个性的两翼不存在这样的关系。比如 8 号个性的两翼：7 号和 9 号，就不是 8 号个性的外化或内化表现。

尽管如此，任何号码的两翼都非常重要，因为他们同样会对核心个性产生影响。比如在九种个性图的上端，8 号、9 号和 1 号构成一个容易生气的个性类型组，其中的核心个性是 9 号个性。这种个性的人虽然生气了，

也不会直接发脾气，而往往选择间接、被动的方式表达出来。他们有可能向旁边的8号倾斜，选择被动的方式，做出一个生硬而坚决的表态：“别催我！”或者向另一边的1号倾斜，在鸡蛋里挑骨头，通过间接挑剔来宣泄愤怒。

同理，如果某人的个性类型并非核心个性类型，他们也可能受到两翼个性的影响。比如4号个性，此类人喜欢用喜剧性的方式来表达感觉，他们可能向5号倾斜，把郁闷憋在心里，也可能向3号发展，用积极亢奋的表现把抑郁埋在心底。

两翼的影响让各种个性更具有特色，即便是同个性类型的两个人，也不会是完全一样。在九种个性的学习中，我们要求区分同个性类型所有的不同特质，并且指明这种特质是什么。比如，一个偏向5号个性的4号，会比一般的4号个性更孤僻；而偏向3号的4号，会是一个更加生动的4号，这种人生活态度更积极，但依然保持4号个性中基本的忧伤和失落感。每一种个性类型都会受到两翼个性的影响，尽管两翼中只有一种个性可以成为主要影响者，但也不能忽视另外一种个性可能产生的潜在影响。

经过认真研究认为，翼型是九种个性的一个重要概念。每个人都有所属的核心个性类型，但几乎没有人拥有纯正的类型。每个人均是两种个性的混合体，侧翼通常是与你的核心个性类型相邻的两种类型之一。例如，2号通常有1号或3号翼型，2号具有顺时针方向的翼型即3号翼型，会表现出3号的优点，即2号个性特点与3号个性优点的混合体。2号具有逆时针方向上的翼型即1号翼型，会表现出1号个性缺点，即2号个性特点与1号个性缺点的混合体。其他类型以此类推，但很少两者皆备。5号通常有4号或6号翼型，但一般来说也不会两者都有，其他类型也同样如此。

所有的个性型号向+1方向发展，就会变得外向；向-1方向发展，就会变得内向。

以4号为例，4号看上去虽然3号比5号外向很多，但是4号有了5号这个侧翼的时候就会让自己更自信、更有能量，会拥有一个智慧的头脑，使自己更特别；当4号向3号发展时，可能表面上看更加事业有成，但此时4号内心会挣扎：我是不是那么的特别呢？我的价值究竟在哪？我想要的到底是什么？从而使4号失去活力。

每一种个性都包含着三部分：本身个性型号和-1、+1，就像一个天使的两个翅膀，只要展翅就必定出现三种型号的个性，理论上说这是一个循环，这三个型号都是核心个性的一部分。但核心个性往往会拒绝一些两翼的特征，这是一种天性的拒绝，需要引起九种个性学习者足够的重视。因为，天使的两翼需要足够强壮，才能飞得更高、更远。

2. 九种个性的提升与瓦解

(1) 疏离与整合

个性的数字是依照特殊顺序连接的。标有数字的各个点之间的连接方式有着重要的心理学意义，每个类型之间连接的箭头方向标志每一个个性类型的整合方向，即向健康状态、自我实现方向发展和疏离方向，即向不健康状态、神经质方向发展。换言之，当你变得越来越健康或不健康时，你就可能（正如九种个性图中）沿着不同的“方向”偏离你的基本类型。

在九种个性图中，每一类型的疏离方向，是依照1→4→2→8→5→7→1的顺序进行的。这意味着，处于一般状态和不健康状态的类型，在压力和焦虑日益增强的情况下，会在疏离方向上呈现或“表现出”其在一般状态下和不健康状态下的某些行为。因而，处于一般状态下和不健康状态下的1号会表现出一般状态下和不健康状态下4号的某些行为；处在一般状态和不健康状态下的4号会表现出一般状态和不健康状态下2号的某些行为；处在一般状态和不健康状态下的2号会表现出一般状态或不健康状态下8号的某些行为；处在一般状态或不健康状态下的8号会表现出一般状态下或不健康状态下5号的某些行为；处在一般状态或不健康状态下的5号会表现出一般状态或不健康状态下7号的某些行为；处在一般状态或不健康状态下的7号会表现出一般状态或不健康状态下1号的某些行为。

同理，在等边三角形上，数字连接的顺序是9→6→3→9；处在压力和焦虑日益增强的情况下，处于一般状态和不健康状态的9号会表现出一般状态或不健康状态下6号的某些行为；处在一般状态或不健康状态的6号会表现出一般状态或不健康状态下3号的某些行为；处在一般状态或不健康状态下的3号会表现出一般状态或不健康状态下9号的某些行为。沿着图1-2中箭头方向，你就可以看到上面谈到的运动方式了。

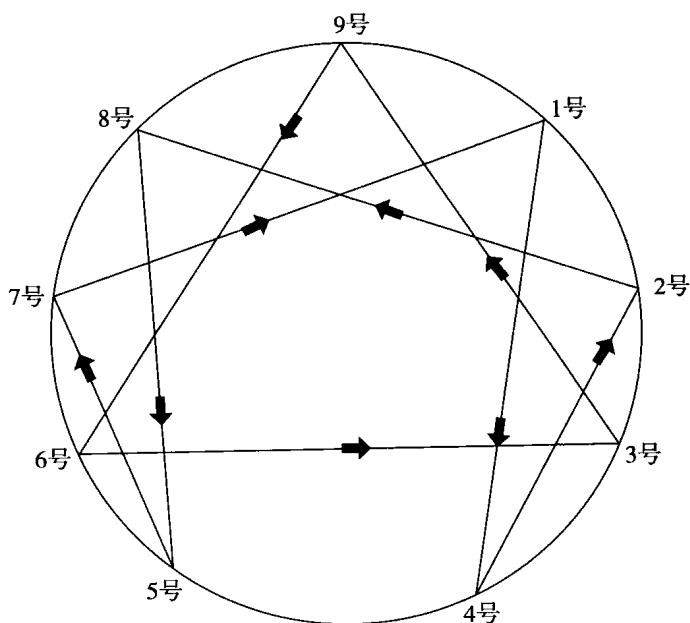


图1-2 疏离方向：1→4→2→8→5→7→1；9→6→3→9

在九种个性的符号上，每一点与其他两点相连，箭头指向的点是压力点，箭头指出的点是高度表现点（有时也引申为“真心”或“安全”点，因为当我们转向此点时会感到信心十足）。高度表现点与压力点是九种个性重要的中心指标；当你面对压力，消极颓废时，便进入压力点，而高度表现点则代表了放松心情进入流畅状态下的情景。

压力点常在左右为难的困境下出现。当我们招架不住、感到厌烦或孤立时，便开始表现出压力点的特质，此刻世界开始萎缩，我们会比平常更反叛、更容易激动，而且方寸大乱。举例来说，随和的9号类型开始有6号类型的思考方式，他将开始自我怀疑，变得偏执不堪，觉得别人不再值得信任，开始猜疑别人的动机，甚至连他的同事也会被卷入压力点中变得好猜忌。

身处压力点时，我们会自觉是受害者，被社会、别人、老板，或自己的错失所牺牲。我们会觉得受挫、退缩，并且深深责备自己或他人。

压力点实际上也能帮助我们克服压力。处于压力点时，你可能因此而内心崩溃，也可能因此巩固强化，并集中注意力以忍受困境。例如，6号类型因恐惧而瘫痪时，可能转向压力点3号类型，当机立断取消计划；而点子丰富