

代表人物：老子

9号 调停型

代表人物：李小龙

8号 指导型

代表人物：唐僧

1号 完美型

代表人物：迪士尼

7号 享乐型

代表人物：雷锋

2号 给予型

ENNEAGRAM

ENNEAGRAM

九型人格

全球通用的性格分析工具

魏凤莲 编著

美国斯坦福大学最热门的课程之一，风行欧美学术界及工商界
广泛应用于世界500强企业的高级管理培训

代表人物：曹操

6号 怀疑型

代表人物：拉里·伯森

3号 实践型

代表人物：培根

5号 观察型

代表人物：亚里士多德

4号 浪漫型



中国社会科学出版社

国家一级出版社·全国百佳图书出版单位

ENNEAGRAM

九型人格

全球通用的性格分析工具

魏凤莲 编著

美国斯坦福大学最热门的课程之一，风行欧美学术界及工商界
广泛应用于世界500强企业的高级管理培训

中国社会科学出版社

国家一级出版社 · 全国百佳图书出版单位

图书在版编目 (CIP) 数据

九型人格：全球通用的性格分析工具 / 魏凤莲编著.
—北京：中国社会出版社，2018.5
ISBN 978-7-5087-5969-2

I. ①九… II. ①魏… 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 (2018) 第 092990 号

书 名：九型人格——全球通用的性格分析工具
编 著：魏凤莲

出 版 人：浦善新
终 审 人：王 前
策划编辑：张静波
责任编辑：杜 康

责任校对：张永刚

出版发行：中国社会出版社 邮政编码：100032

通联方式：北京市西城区二龙路甲 33 号

电 话：编辑室：(010) 58124864

邮购部：(010) 58124848

销售部：(010) 58124845

传 真：(010) 58124856

网 址：www.shcbs.com.cn
shcbs.mca.gov.cn

经 销：各地新华书店



中国社会出版社天猫旗舰店

印刷装订：北京华创印务有限公司

开 本：170mm × 240mm 1/16

印 张：16

字 数：220 千字

版 次：2018 年 6 月第 1 版

印 次：2018 年 6 月第 1 次印刷

定 价：39.00 元



中国社会出版社微信公众号

前言

PREFACE

九型人格，又叫性格形态学、九种性格，是全球通用的性格分析工具。该方法立足于九型人格理论，运用人格评价技术，结合心理学知识，剖析人们内心深处的渴望和恐惧，为提升个人修养和心理素质提供可靠的依据。

关于九型人格的作用，美国著名心理学家海伦·帕尔默曾经说过：“九型人格的问题在于，这个系统太好用了。通过它，人们能够轻而易举地发现自己的性格类型，并且根据这个系统来分析不同的性格类型……我曾看到有人用这个系统把自己装扮成通灵人士，因为他们能够快速而准确地说出某个陌生人的性格特征……”

九型人格因为简单、直接、精确，并且得到了心理学研究的证实，再加上与现代人的思维模式和行为模式密切相关，所以受到全世界的广泛欢迎，人们将其视为一个能够揭开人格类型谜底的心理学系统。

通过九型人格评价技术，我们可以向内观察，成为内心的观察者；还可以向外观察，成为洞悉他人的高手。

著名心理学家凯伦·韦布在其著作中说：“善用九型人格理论，可以为处在人生路途中任何阶段的任何人培养出对真我、内在潜能及达成方法更深刻的洞察力。”

人们根据九型人格理论，探索自己的人格类型，其目的是向内进行自

我观察。唯有向内观察，才能帮助我们了解真实的自己。九型人格的神奇之处不是从人的外在表现归纳出不同的人格类型，而是像通灵人士一样，能够走进每个人的灵魂深处，捕捉其响应外部世界的原始形态。

换句话说，我们每个人从儿时开始，就不知不觉地拥有一套高超的性格分析工具，它长年累月地隐身在意识层面之下。一旦我们知道它的存在，便会对我们的所思所想、所作所为恍然大悟。

对此，海伦·帕尔默说：“九型人格是一种可以在两三天的研讨中，把握大学心理专业三四年与人打交道（经验）的工具。”

与人打交道，诀窍在于“读心”。不过，很少有人掌握“读心”的诀窍。掌握了九型人格的运作模式，不但能够明白别人心里的想法，而且可以钻进别人的内心世界，亲身感受别人内心颤动的频率，与别人建立起共鸣。

九型人格不是那种被人高谈阔论后束之高阁的理论，它是行之有效的性格心理学系统，是拿来就可以用的性格分析工具。即使对心理学没有多少认识的人，经过短时间的学习，也能很快掌握其中的精髓，将其运用到自己的人生实践中。

实践证明，九型人格是反省自我的“照心镜”，是洞悉他人的“读心术”，是制定个人发展策略的“瞄准绳”，是创建和谐人际关系的“润滑剂”，是爱情婚姻长久的“保鲜剂”，是创业起步的“垫脚石”，更是游刃于职场上的“无影脚”。

有读者可能会问：明明说的是“性格”，为何偏要说“人格”？两者究竟是什么关系？这属于概念和名词辨析问题。人格是指人的性格、气质、能力等特征的总和。一个人的核心人格终生保持不变，并隶属于“九型人格”中的一种。

“性格”这个词若分开来讲，是本性、个性和人格之意。性格和人格是你中有我、我中有你的关系。从某种意义上来说，性格可以被看作人

格。在现代汉语的语境下，人格和性格其实是同义词，区别在于前者是术语，后者是日常用语。

人性是复杂且多样化的，在学习九型人格时，不能犯教条主义的错误。九型人格是一个动态的心理学系统，有很多种可能。受某些因素的影响，某一种人格类型的人可能会兼具其他人格类型的特征，这并不影响核心人格类型的判定。

本书从实际应用的角度出发，全面阐述九型人格理论。全书共分为两篇。

第一篇是理论性、基础性的知识，这是我们学习九型人格必须要了解的。特别是神秘的九角星图，最好将它牢记在心中。因为九型人格就是围绕这个九角星图运行的，你可以从任何一点进入一个流动的心理学系统中。

第二篇是九型人格在实践中的运作模式。该部分详尽地为每一种人格类型进行画像，分析其性格特征，指出其缺陷与修正方法，提出个人发展策略，以及每一种人格类型在人际交往、婚恋关系、创业和职场上的应用，旨在帮助人们认识自己、读懂他人。

总之，不论是初学者，还是经验丰富的心理学者，都可以凭借九型人格这一性格分析工具，利用人格之长，规避人格之短，扬起人生畅行的风帆！

目 录

CONTENTS

第一篇 九型人格理论

第一章	脉络线：口述传统与实际应用	003
第一节	九型人格简史	004
第二节	九型人格的应用	006
第二章	九角星：了解九型人格的导图	009
第一节	九型人格结构图	010
第二节	九型人格简单描述	012
第三节	心、脑、腹三大中心	016
第四节	九型人格的人格侧型	019
第五节	压力类型与安全类型	023
第三章	测评法：判断你的人格类型	027
第一节	九型人格开会法	028
第二节	1-4-1 感受分析法	029
第三节	108 道简易测试题	035

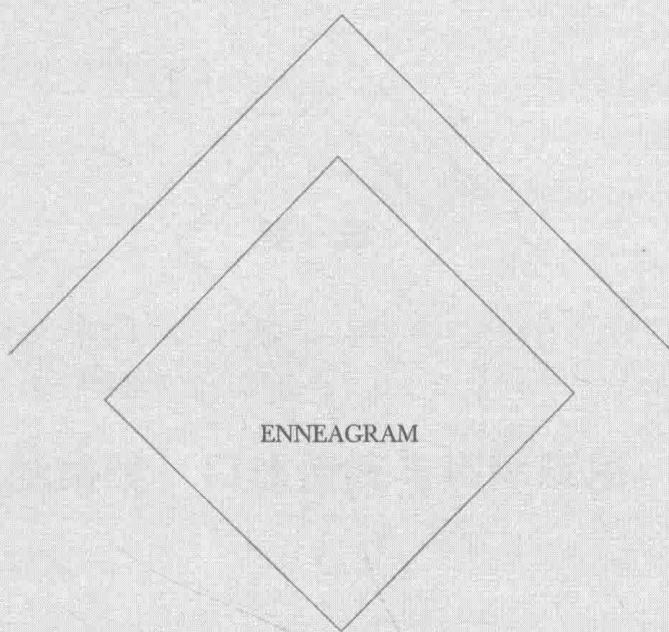
第二篇 九型人格应用

第四章	完美型：追求完美，致力于做正确的事	045
第一节	给完美型画像	046
第二节	性格特征剖析与修正	048
第三节	制定个人发展策略	054
第四节	创建和谐的人际关系	056
第五节	增进亲密关系的秘诀	058
第六节	创业能力与陷阱分析	060
第七节	无往不利的职场攻略	063
第五章	给予型：乐于助人，渴望被爱、被需要	066
第一节	给给予型画像	067
第二节	性格特征剖析与修正	070
第三节	制定个人发展策略	076
第四节	创建和谐的人际关系	077
第五节	增进亲密关系的秘诀	079
第六节	创业能力与陷阱分析	083
第七节	无往不利的职场攻略	086
第六章	实践型：成就至上，喜欢与时间赛跑	089
第一节	给实践型画像	090
第二节	性格特征剖析与修正	093
第三节	制定个人发展策略	098

第四节	创建和谐的人际关系	100
第五节	增进亲密关系的秘诀	102
第六节	创业能力与陷阱分析	105
第七节	无往不利的职场攻略	108
第七章	浪漫型：感觉敏锐，具有艺术气质	111
第一节	给浪漫型画像	112
第二节	性格特征剖析与修正	115
第三节	制定个人发展策略	121
第四节	创建和谐的人际关系	123
第五节	增进亲密关系的秘诀	125
第六节	创业能力与陷阱分析	129
第七节	无往不利的职场攻略	132
第八章	观察型：聪明睿智，喜欢冷眼旁观	134
第一节	给观察型画像	135
第二节	性格特征剖析与修正	137
第三节	制定个人发展策略	142
第四节	创建和谐的人际关系	144
第五节	增进亲密关系的秘诀	146
第六节	创业能力与陷阱分析	149
第七节	无往不利的职场攻略	152
第九章	怀疑型：缺乏安全感，防御心理特别强	155
第一节	给怀疑型画像	156

第二节	性格特征剖析与修正	159
第三节	制定个人发展策略	165
第四节	创建和谐的人际关系	167
第五节	增进亲密关系的秘诀	169
第六节	创业能力与陷阱分析	172
第七节	无往不利的职场攻略	175
第十章	享乐型：思想活跃，生来就是乐天派	178
第一节	给享乐型画像	179
第二节	性格特征剖析与修正	181
第三节	制定个人发展策略	187
第四节	创建和谐的人际关系	189
第五节	增进亲密关系的秘诀	191
第六节	创业能力与陷阱分析	194
第七节	无往不利的职场攻略	197
第十一章	指导型：控制欲强，天生适合做领袖	200
第一节	给指导型画像	201
第二节	性格特征剖析与修正	204
第三节	制定个人发展策略	210
第四节	创建和谐的人际关系	212
第五节	增进亲密关系的秘诀	214
第六节	创业能力与陷阱分析	217
第七节	无往不利的职场攻略	220

第十二章 调停型：淡定平和，喜欢充当协调者	223
第一节 给调停型画像	224
第二节 性格特征剖析与修正	226
第三节 制定个人发展策略	232
第四节 创建和谐的人际关系	233
第五节 增进亲密关系的秘诀	235
第六节 创业能力与陷阱分析	239
第七节 无往不利的职场攻略	242
后记：请宽恕你的人格	244



第一篇 九型人格理论

虽然没有人确切地知道九型人格到底起源何处，但是能够肯定的是，它是古人智慧的结晶。它有着几千年的历史，是一种能够站得住脚的理论。它告诉人们，不同人格类型的人回应这世界的方式具有可被辨识的根本性差异。



脉络线：口述传统与实际应用

九型人格形成于口述，是每个人的真实体验的总结。人们通过主动参与，探索彼此生命中的深意。它经由不同的人、不同的渠道流传下来，如今已经快速蔓延到全世界的各个角落并发挥着它的效用。

第一节 九型人格简史

九型人格的英文是“enneagram”。这个单词来自希腊词汇中的“ennea”和“grammos”。“ennea”是“九”的意思，“grammos”是“尖角”的意思。而九型人格的图表恰好是一幅“九角星图”。

关于九型人格的起源，有很多种说法。目前，流传最广的是它起源于“苏菲教”。苏菲教是公元9世纪中亚兴起的神秘信仰组织，它利用九角星图模式来研究宇宙变化过程和人的自我意识发展。当然，也有人说九型人格要早于苏菲教，是苏菲教教义的基础。究竟谁早于谁，谁从谁中来，如今已经是一笔糊涂账。

另外，九型人格理论与犹太教的神秘哲学卡巴拉的思想核心“生命之树”十分相似。但是，这两种理论的传播方式却截然不同，九型人格是依靠口头传播沿袭下来的。这一切，使得它更加神秘莫测。

西方人对于九型人格的了解，最初源于一位神秘主义和灵性的教师古尔捷耶夫。

1920年，古尔捷耶夫将人们口头传播的九型人格论传到了欧洲。他对外宣称，自己是从阿富汗那边的苏菲教中学得的，他把它当作神秘主义智慧进行教授。当时，他只是向他的学生教导和九角星图有关的动作，并没有进行具体的人格类型论述。

古尔捷耶夫告诉自己的学生，九角星图体系是一种永恒运动的体系。在他创办的学校里，礼堂的地板上就装饰着九角星图的图案。在课堂上，他经常让自己的学生分别站在九角星图上，完成一系列精心设计的肢体动作。这些动作与九角星图的各个尖角和内部线条都有一定的关系。这种运动被称为古尔捷耶夫的神圣舞蹈。同学们在舞蹈时，会随时报告他们感受



到的内在节奏、自然停顿，以及身体力量的重新结合。他们把注意力从思想上转移出来，专注于自己的肢体动作，完全投入舞蹈之中。

到了20世纪六七十年代，奥斯卡·依察诺在智利的阿里卡市首创了一个灵性心理训练班，将人类的九种情欲（原罪）融入九型学说中，并将其当作心理学的训练教材。

许多知名人士参加过这个训练班，其中包括约翰·莉莉、约瑟夫·哈特，以及克劳黛·那瑞周。那瑞周是一位超个人心理学家，他把尚未成熟的九型人格论传到了美国加州。在那里，他开始探索九型人格图所描述的人格类型，并提出了“追寻者的自我分析”的概念。

真正把九型人格与现代心理学联系起来的是智利精神病学家迪奥·纳兰霍。他创造性地用心理学思想表述了九型人格理论。为了获得更多的信息，纳兰霍选择那些心理相对复杂的人进行采访，因为这些人更具代表性。纳兰霍根据搜集到的信息，绘制出九种性格的人的主要心理防御机制图，即九角星图。

如果说古尔捷耶夫理论暗示了九型人格的存在，依察诺的理论是对九型人格的发展，那么，纳兰霍就是九型人格的完成者。如果不是他把九型人格理论与现代心理学联系起来，恐怕九型人格的影响不会像现在这么深远。

总之，经由不同的人、不同的渠道，九型人格论很快蔓延到全世界，成为人们争相学习的理论。该理论将人的性格分成九大类，同时认为我们每个人必属于其中一类，而且是与生俱来的。虽然人的思维、行为模式可能因后天的影响而有所改变，但是每个人的核心人格是终生不变的。

第二节 九型人格的应用

虽然九型人格是以传统口述的方式被传授下来的，但因为其精准度高，而且容易入门，所以这一学问很快便风靡全球，成为全球通用的性格分析工具。

1993年，美国斯坦福大学商学院开办了“人格、自我认知与领导”的课程，目的是发掘并推广九型人格在商业领域的作用。近年来，九型人格已经成为国际著名大学 MBA 学员推崇的热门课程，很多全球 500 强企业的管理者都有研习九型人格的习惯。

就目前的情况来说，九型人格在商业领域的使用频率最高、范围最广。这是因为九型人格理论能够很好地帮助企业成长和壮大。越来越多的企业采用九型人格理论进行雇员培训和机构变革。

对于大企业来说，如果把整个企业比作一艘船，那么领导者就是掌舵人。他对于企业的重要性不言而喻。这样的人如果对自己的性格缺陷不自知的话，给企业带来的伤害有可能是毁灭性的。企业领导者通过研究九型人格理论，能够修正自己的不足。

与领导相比，人数众多的员工就是水手。一艘船，光有船、有舵手还不够，要想让船起航或者航行得顺畅，水手们不用力肯定是不行的。九型人格理论所描述的九种人格类型各有缺陷。具体到每个员工身上，便是各种各样的问题员工。利用九型人格理论，能够从根本上找到问题员工的形成根源，从而提出切实可行的解决办法。

对于一个企业的老板来讲，清楚了九型人格的运作模式，就等于多了一个知人善任的工具，可以研究不同性格类型的员工，把他们安排在适合的工作岗位上，让他们发光发热。“适合的就是最好的”，这句话用在员工