



- 1号 完美型 Perfectionist
- 2号 温馨型 The Giver
- 3号 动力型 The Performer
- 4号 感性型 The Romantic
- 5号 思想型 The Observer
- 6号 忠诚型 The Devil's Advocate
- 7号 开朗型 The Epicure
- 8号 果断型 The Boss
- 9号 和谐型 The Mediator

# 九型人格 识人宝鉴

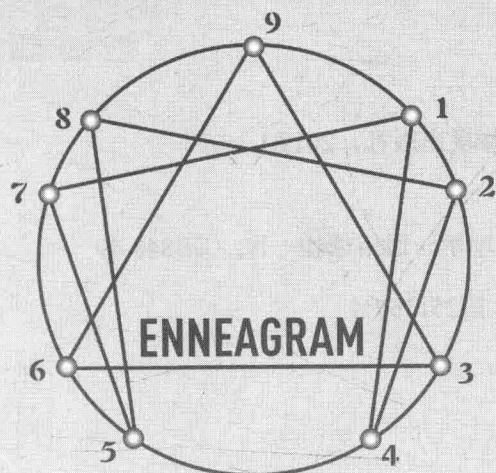
黄信景 著

罗伯特·欧查的九型人格学说，几十年来声名远播  
美国顶级高等学府斯坦福大学、哈佛商学院等  
都专门开设了欧查学派的九型人格课程

本书作者以在著名的意大利米兰理工大学、布雷拉美术学院、北京大学、清华大学等高等学府讲学及心理学、社会学学养的专业资质，对罗伯特·欧查作出普及性讲说。



华夏出版社  
HUAXIA PUBLISHING HOUSE



- 1号 完美型 Perfectionist
- 2号 温馨型 The Giver
- 3号 动力型 The Performer
- 4号 感性型 The Romantic
- 5号 思想型 The Observer
- 6号 忠诚型 The Devil is Advocate
- 7号 开朗型 The Epicure
- 8号 果断型 The Boos
- 9号 和谐型 The Mediator

# 九型人格 识人宝鉴

黄信景 著

罗伯特·欧查的九型人格学说，几十年来声名远播  
美国顶级高等学府斯坦福大学、哈佛商学院等  
都专门开设了欧查学派的九型人格课程

本书作者以在著名的意大利米兰理工大学、布雷拉美术学院、东京大学、北京大学、清华大学等高等学府讲学及深广的心理学、社会学学养的专业的资质，对罗布特·欧查的学说，作出普及性讲说。



华夏出版社  
HUAXIA PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目 (CIP) 数据

九型人格识人宝鉴/黄信景著. --北京: 华夏出版社, 2019.1

ISBN 978-7-5080-9601-8

I. ①九… II. ①黄… 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251757号

## 九型人格识人宝鉴

---

作 者 黄信景

责任编辑 高 苏

出版发行 华夏出版社

经 销 新华书店

印 刷 三河市万龙印装有限公司

装 订 三河市万龙印装有限公司

版 次 2019 年 1 月北京第 1 版

2019 年 1 月北京第 1 次印刷

开 本 710×1000 1/16

印 张 17.5

字 数 240 千字

定 价 62.00 元

---

**华夏出版社** 网址: [www.hxph.com.cn](http://www.hxph.com.cn) 地址: 北京市东直门外香河园北里 4 号 邮编: 100028

若发现本版图书有印装质量问题, 请与我社营销中心联系调换。电话: (010) 64663331 (转)



**黄信景** 应用心理学博士，生涯规划教育研究员，产业优化与行业价值研究学者，意大利布雷拉美术学院艺术心理学教授，米兰理工大学客座教授，ARD&NT研究院中华区主席。

黄信景先生在心理学、教育、企业组织管理等行业作为顾问专家工作多年，是国内第一位专门研究“都市情绪症候群”的心理专家，并以此为基础开展针对个体的感受性与情绪反应研究，提出了科学的理论体系与系统的心理应对方法。

黄信景先生将人格心理学、环境心理学、消费心理学、社会心理学综合起来，结合人类学开展跨学科应用心理学的研究，先后创立了设计心理美学、观众心理美学、消费心理的社会效应、管理中的心理与人类学效应等应用心理学学科，目前致力于建设应用心理学的生涯教学体系。出版有《人格的序位》、《阳光心态 科学生活》、《企业员工心理健康辅导系列教材》、《十二五员工心理健康素质教育系列教材》、《不懂心理学 设计也抑郁》等著作。

谨以此书

感恩

所有支持我

开展应用心理学研究的

伙伴及

所有懂得珍重自己与

感恩身边一切的

真朋友



## 再版前言：

# 知己方能识人

距离这本书第一次出版已经有八年了。这八年来，我一直在临床以及应用领域开展心理学的实践与研究工作。与我往来者所谈除了学科研究以外，交流最多的话题莫过于“如何理解他人；如何搞定客户；如何改变爱人”等对峙他人的“技巧”之类。

社会的发展，年轻一代的成长，人际关系中代沟的愈加严重，让各个年龄段与社会阶层的人都急切地渴望掌握一种与人相处的技术。于是，星座、占星、塔罗、血型、Oh卡等分析性格行为的应用之术开始拥有人气热度，而且似乎越是拥有神秘色彩，越会引发人们的竞相追逐……

在这种状况下，我认为非常有必要重新整理八年前的这本书，并以此来表达一些我个人关于所谓识人用人之术的观点。

首先，我想科普一下心理学究竟是怎样的一门学问。

心理学诞生于19世纪末，生物医学工作者冯特在德国莱比锡大学建立了一个研究“感觉识别”的实验室。这个实验室通过对人关于“两点阈”的观察研究来揭示人们的感受反应机制。这是世界上第一个应用自然科学实验室研究手段进行人类行为反应研究的机构。这个机构的出现，标志着心理学的诞生。与此同时，这个实验室也定义了心理学的学科意义与研究对象。心理学是通过大量的行为观察，应用统计学分析，结合哲学论证，揭示行为背后的动机，并将这些动机应用在社会领域，实现促进社会生产力发展的目的。在这样的一种学科背景下，心理学无论是学科研究还是社会应用，都是以发现行为现象背后的真相为价值目标的。从这个角度来看，心理学从诞生之日起就不是一个以识人用人为目的的学科。

其次，我想谈一谈心理学中真正的识人用人之术。

随着心理学关于行为现象背后真相研究的发展，诸多行为规律被一代代的心理学工作者总结出来，逐渐形成了关于人类行为模式的描述与分类，这些描述与分类进而演变成了心理学中关于人性揭示的分支学科——人格心理学。人格心理学专注于对人类行为的观察，并试图挖掘行为背后的动机。人格心理学将行为背后的动机划分为“信念—动机—情感”三个部分，这三个部分构成了一个人的行为逻辑。信念，是每个人关于自己与世界之关系的定义，是内心坚信的客观世界存在的价值；动机，是在信念的支撑下人采取行动的尝试，这个尝试是为了印证信念的正确；情感，就是在行动之后所得到的印证的结果反馈，积极的情感强化行为重复出现，消极的情感让行为得到修正。人的每一个行为都是“信念—动机—情感”的行为逻辑的体现，心理学将其称为“人格系统”。人

格心理学就是关于这个人格系统的研究，其研究的目的是为了不断揭示行为背后的人格系统，建立人与人之间的和解。从专门研究人格的心理学科分支学科来看，识人用人只是一个建立在和解的人际关系上的自然结果，而不是学科的主攻方向。

再次，我想谈一谈纯粹的识人用人之术。

在我理解的科学心理学范围内，唯一的识人用人之术无疑是人格心理学中发展出来的一系列“人格评价技术”。关于由“信念—动机—情感”构成的人格系统，我们目前能做的也就是评价而已。毕竟这个系统描述的是一个人大量行为背后复杂的逻辑，这些逻辑如同空气一样，看不见摸不着，却让人感觉到确实存在。因此，也就只能以一种主观评价的方式来描述这些逻辑，而描述的目的仍旧是解析对方行为背后的行为逻辑。除此以外，诸如星座、血型、塔罗、Oh卡等神秘学、玄学领域的识人用人之术，并不是我所懂得的心理学范畴，我也不便对其评说，我只是观察到，那些社会上应用这些“术”的工作者在与咨询者交流的时候，似乎大量的分析话语都在运用心理学中的人格评价技术，而咨询者却盲从于那些施术者“神秘”的标签。对此，我总是感到担忧。

最后，我想介绍一个科学心理学的观点：人格是研究行为背后“信念—动机—情感”的行为逻辑的学科，这个学科通过一系列统计学方法归纳行为特征，然后，结合哲学思想分析和评价这些行为特征背后的人性规律，而这些人性规律则用来建立人与人之间和谐的关系。从应用的层面上来看，人格评价技术首先是为了帮助应用者有效地理解自己，发现自己行为背后的“信念—动机—情感”，了解自己的喜怒哀乐以及言行举止的意义，而我们对他人的理解也会因为对自己的了解而自然存在。



我是谁？我的人生将怎样？这是人类智慧毕生探索的生命议题。这个议题是每一个人的生命过程中行为的意义。了解这个意义才是应用人格技术的目的，这个目的是建立在对自我的了解基础上的。所以，当我们想要应用某种识人与用人的技术时，首先请应用这个技术开展对自我的探索，只有了解自我，才能够体谅他人。

八年来，承蒙读者朋友的关照与支持，这本书自首次出版以来得到了很多反馈，我也因此结识了很多热爱心理学的朋友。时隔八年，这本书得以再版，让我倍感欣喜，同时也感到责任重大。我将八年来的经历与体验，结合临床与应用领域的经验，修订了第一版中的一些内容，比如加强了对人性特征的客观陈述。毕竟，人格评价技术是一个主观评价技术，而要将这个技术著书立说，则一定要尽可能地摒弃主观情绪才能够不影响读者的阅读体验。我相信八年的时间让我客观了很多，我希望八年来在客观性方面的成长可以体现在这本书中。我也希望通过这本书能够结识更多的热爱心理学的伙伴。

祝大家阅读愉快。

黄信景

2017年12月于东京大学

## 自序：

# 一把打开自我探索大门的钥匙

阿明的内心总是不断询问着“为何别人不理解我的与众不同”；阿丽经常抱怨丈夫不解风情，不懂得浪漫；小张经常在酒吧和朋友倾诉自己如何辛苦地履行丈夫的责任，却得不到妻子的理解；王总时常困扰于办公室所有的人都与自己过不去……

我们身处在社会环境中，总是遇到形形色色的人，处理纷乱复杂的关系，因此也就总是会遇到上面提到的各种内心困惑，之后便需要用很长的时间去探索内心不理解问题之答案，可有些时候，却是越探索越迷惑。其实，当我们站在人格的角度去了解人们行为背后的动机、信念和情感的时候，一切的疑惑似乎可以一下子解开，内心也真的感受到了一份释怀的轻松，情绪就在这一瞬间得以宣泄了。

但是，要做到这一点却绝非易事。主要原因有两点，其一，心理学中的人格理论和研究受到自然科学研究方法的影响，其研究过程以及结

果需要用大量的数据以量化的分析表明。这就使得基于自然科学或者统计学方法的人格研究大量集中在行为特征方面。同时，对于行为背后的动机、信念和情感这些描述感觉的元素，又很难用逻辑的、具体的文字进行表达。这是人格学说本身在研究方法方面的不足所造成的。其二，人们在生活中遇到问题产生内心困扰的时候，第一反应都是指向外部环境或人，也就是说，人们总是希望外在的环境以及身边的人可以发生改变，而很少真正地站在对方的立场去了解他们行为背后的原因，更谈不上真正地去觉察自己内心所追寻的价值感与成就感的满足是什么了。即便是正在学习心理学或人格技术者，往往也希望能够应用这些技术去改变别人，对峙环境。而当我们只是一味地运用技术去改变他人和环境的时候，却发现自己内心的困惑以及不满更加强烈，甚至让自己陷入了事与愿违的恶性循环中。总结来说，由于人格学说研究方法本身的匮乏以及人们思维习惯的原因，导致我们总是被不理解的事情所困扰，并因为困扰产生情绪，由情绪阻碍我们内在自我价值的探索。

在多年应用心理学的研究工作以及全国各地人格技术工作坊的活动中我发现，人们对人格特质的探索热情与日俱增，这正好印证了心理学界曾经流行的一个假设：人们对“我是谁？”这个问题答案的探索热情是与生俱来的。通过对当今众多的工作坊以及书籍的研究发现，大部分人群对人格学说所研究的领域以及人格本身还存在着一些误区。最主要的表现在，第一，混淆人格与性格的概念。性格是针对人们一系列行为表现，以及行为本身在现象方面的意义进行的研究。也就是说，将一系列有共同行为特征的人进行归类，并以相同行为在现象上的意义为核心划分性格维度。比如著名的卡特尔十六种人格量表、DISC 量表就属于性

格研究的范畴。人格是研究人们行为背后的动机、信念和情感，并把相同的动机、信念和情感进行归类，从而划分人格维度，并以此作为帮助人们探索内在深层渴望与恐惧的有效工具。在人格与性格的比较中我们得出结论，人格是对人们在一系列相同行为以及行为现象意义背后所流露出来的不同感觉的研究和分析，是通过行为观察与性格评价技术，探索内在价值与成就取向的应用心理学技术。

人们对人格本身的误区还表现在人格研究技术本身所带来的心理暗示效应。虽然人格研究是针对人们行为背后的动机、信念和情感开展的，但最后仍旧需要用文字标签来定义人格维度，需要用大量的文字描述对人格维度的分析。这样一来就容易造成标签以及文字描述所带来的暗示效果。由于大多数人并不是心理学家或者是心理学专业人士，再加上上面提到的惯性思维的原因，导致人们很少愿意去觉察文字背后的感觉。这就让很多业余研究心理学或人格学的人们实际从事了性格研究的工作，给自己以及他人带来了困惑。

九型人格学说则是近些年来公认的比较有效的分析行为背后的动机、信念和情感的一门身心灵科学。其核心是应用人格评价技术，结合人性哲学等人本主义理论，通过观察、倾听、发问、体悟四个阶段（有些类似中医中的望、闻、问、切），把握人们内心的深层渴望与恐惧，从而找到有效理解并对质他人和环境的方法。这里，出现了九型人格学说的一个关键核心，即“深层渴望与深层恐惧”。深层渴望，是人们行为背后所要满足的内在价值感和成就感；深层恐惧，是人们行为背后所要规避的匮乏感与挫败感。身心灵学科认为，人们的一切行为都源自两种情绪，一种是爱，即九型人格中的深层渴望；一种是恐惧，即九型人格中的深

层恐惧。但我们在现实中并不能时刻清楚区分这两种情绪所主导的行为，因为我们总是被外界的各种现实价值（如财富、头衔、地位等）影响着，从而产生事与愿违的内心困扰。通过九型人格技术，我们可以真正透过行为去觉察自己内在的深层渴望及困扰自己的深层恐惧究竟是什么。当一切都在自我内心得到解答的时候，我们才真正站在了对方的立场理解和接纳他们。那些原本存在的对人的困惑，如为什么他乐观我消极、他动力十足我懒懒散散、他浪漫我现实、他充满爱心我霸气十足等等，才能够得到最本质的解答。换句话说，只有当我们同时关注到自己内在的深层渴望与恐惧的时候，我们才能够发现价值感与成就感的本质来源，并始终专注在这份本质价值上，持续地收获成功的喜悦。然而，柏拉图曾经说过，“人们无法通过任何一种形式习得诸如爱、喜悦、感恩、价值感、勇气等这些本质价值，人们只能在生活中忆起这些本质价值”！九型人格可以说是为人们提供了一个探索并回忆这些本质价值的途径，这途径就是，通过对深层渴望与恐惧的探索，不断觉察自我内在的成就与价值感来源，并专注于不断满足深层渴望的行为中。

九型人格学说结合深层渴望与恐惧，将人格划分为九类。但朋友们需要注意的是，这九类并不是简单地将渴望与恐惧区分开，并让大家追寻渴望、规避恐惧，而是了解渴望与恐惧并存这一概念，如：

1号人格，渴望事事完美（深层渴望），是为了对抗内在的自卑情结（深层恐惧）。

2号人格，渴望一切被关爱（深层渴望），是为了对抗内在的无价值感（深层恐惧）。

3号人格，渴望成功后的鲜花掌声（深层渴望），是为了对抗内在的

平庸感（深层恐惧）。

4号人格，渴望与众不同的人生（深层渴望），是为了对抗内在的不被理解（深层恐惧）。

5号人格，渴望了解一切知识（深层渴望），是为了对抗内在的孤独感（深层恐惧）。

6号人格，渴望安全感（深层渴望）是为了对抗内在的虚荣（深层恐惧）。

7号人格，渴望新鲜刺激（深层渴望），是为了对抗内在的焦虑（深层恐惧）。

8号人格，渴望一切尽在掌握中（深层渴望），是为了对抗内在的脆弱（深层恐惧）；

9号人格，渴望和谐（深层渴望），是为了对抗内在的迷茫（深层恐惧）。

如上所述，人们的每一个行为都是深层渴望与深层恐惧同时存在。本书将尽可能在分别阐述每一种人格的深层渴望与恐惧时，用大量实际生活、工作案例，帮助读者体悟渴望与恐惧相互依存的关系，并通过对人格对治方法的阐述，让读者在学习九型人格学说的同时，掌握九型人格在自我身心灵发展、职场生存、人际关系处理、情感婚姻发展等方面的实践功夫。当然，本书仍旧不能避免文字标签以及文字描述带给读者的暗示效应，我们希望每一位阅读本书的读者能够静下心来，从案例以及插画师精心为大家描绘的画幅中，细细体悟文字背后传达的指引行为的动机、信念和情感。

学习九型人格，不在于对峙他人，而在于觉察自我、了解自我、发展自我，并以此体谅他人、接纳他人、支持他人，从而实现共赢的效果。



毕竟，有效果比有道理更重要！

当然，本书还会有一些不足与未尽完善之处，还望读者谅解与指正，以帮助我在今后予以完善，毕竟“我是谁？我的人生将怎样？”的答案需要朋友们一起用生命探索！

感谢我的父母赋予我生命，并能够让我用生命与朋友们分享喜悦。

感谢我的妻子给予我无私的爱与支持，让我有勇气在应用心理学研究的道路上坚持。

感谢我的朋友们为我提供写作素材以及无私地分享案例。

感谢我生命中出现的每个人，因为你们的存在让我每天都生活在喜悦中。

最后，感谢正在阅读本书的您，正是您的耐心让这本书能够在更多人的手中传递，让更多人拥有这把开启探索内在自我大门的钥匙！

祝您阅读愉快！

黄信景

2010年于北京快乐心理工作坊

# 目 录

再版前言：知己方能识人 /1

自序：一把打开自我探索大门的钥匙 /1

## 第一章 九型人格概述——深刻了解一项古老的人格评价技术

九型人格起源的真实情况 苏菲神秘主义对九型人格的影响 九型人格图形意义的全新解释 人格智能中心的意义以及不同人格类型的区别 “望闻问切”识人法的初步掌握 如何真正学习和掌握九型人格功夫

第一节 九型人格不是神秘学 /1

第二节 九型人格的前世今生 /4

第三节 九型人格图形正解 /8

第四节 智能中心分类法与九型人格的识别 /13

第五节 人格的形成及学习九型人格的核心要素 /21

## 第二章 九种人格特征的解析与对号入座

人格特征测评 号码标签的含义 人格特征描述 行为背后的动机 深层渴望 深层恐惧 语言、身体的沟通风格 压力以及低能量状态下的感觉变化 轻松及高能量状态下的感觉变化

测试：如何找出自己的人格定位 /27

第一节 1号人格解析：苛求完美的质检官 /30

第二节 2号人格解析：成就他人的关怀者 /35

第三节 3号人格解析：实现目标的有型人 /42

第四节 4号人格解析：追寻自我的表达者 /48

第五节 5号人格解析：冷静分析的旁观者 /53

第六节 6号人格解析：理性安稳的忠诚者 /60

第七节 7号人格解析：追求快乐的乐天派 /66

第八节 8号人格解析：有勇有谋的统治者 /73

第九节 9号人格解析：与世无争的透明人 /80

## 第三章 职场攻略——九种人格的职场表现与管理之道

不同人格的上司职场特征与应对技巧 不同人格的下属职场特征与应对技巧 有效“管理”各种人格上司的方法 有效“支持”各种人格下属的方法

第一节 1号上司和下属的职场特征与应对技巧 /87

第二节 2号上司和下属的职场特征与应对技巧 /92

第三节 3号上司和下属的职场特征与应对技巧 /97