

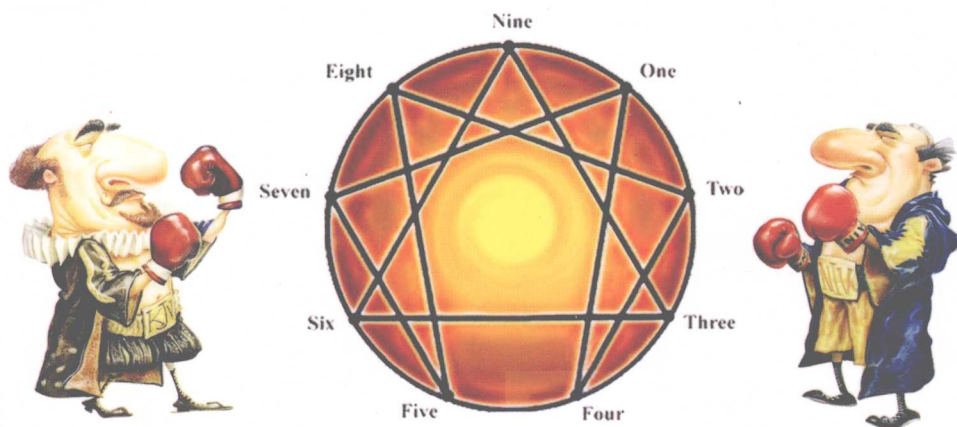


最新精华版

- 辨识生活中的九型人格，可以更好地了解你自己，克服人格缺陷，实现人生梦想。
- 辨识生活中的九型人格，可以更好地了解身边人，掌控他们特点，从容应对他们。

田 鹏◎编著

生活中的 九型人格



了解九型人格，
你的人生将会从此变得与众不同

学会区分和掌控不同人格的人，是纵横职场的一把利剑，
是获得幸福的秘密武器



地震出版社

田 鹏◎编著

生活中的 九型人格



地质出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

生活中的九型人格：学会与不同的人相处/田鹏编著.

—北京：地震出版社，2010.2

ISBN 978-7-5028-3661-0

I. ①生… II. ①田… III. ①性格—通俗读物

IV. ①B848.6-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 227094 号

地震版 XT200900209

生活中的九型人格——学会与不同的人相处

田鹏 编著

责任编辑：刘 江

责任校对：林 时

出版发行：地震出版社

北京民族学院南路 9 号

邮编：100081

发行部：68423031 68467993

传真：88421706

门市部：68467991

传真：68467991

总编室：68462709 68423029

传真：68467972

E-mail: seis@ht.rol.cn.net

经销：全国各地新华书店

印刷：九洲财鑫印刷有限公司

版 (印) 次：2010 年 2 月第一版 2010 年 2 月第一次印刷

开本：787×1092 1/16

字数：307 千字

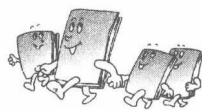
印张：20

书号：ISBN 978-7-5028-3661-0 / B (4281)

定价：39.00 元

版权所有 翻印必究

(图书出现印装问题，本社负责调换)



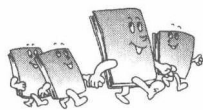
九型人格 (Enneagram)，又名性格形态学，九种性格。它不仅仅是一种精妙的性格分析工具，更主要的是为个人修养与自我提升、历练提供深入的洞察力，与当今其他性格分类法不同，九型人格揭示了人们内在最深层的价值观和注意力焦点，它不受表面的外在行为的变化所影响。它可以让人真正地知己知彼，可以帮助人明白自己的个性，从而完全接纳自己的短处、活出自己的长处；可以让人明白其他不同人的个性类型，从而懂得如何与不同的人交往沟通及融洽相处，与别人建立更真挚、和谐的合作关系。九型人格近年来备受美国斯坦福等国际著名大学 MBA 学员推崇，已风行欧美学术界及工商界。

按照人们的思维、情绪和行为，九型人格将人分为：完美型、全爱型、成就型、艺术型、智能型、忠诚型、活跃型、领袖型、和平型九种。

九型人格中的每一种人对这个世界的看法都是不一样的，但是通常我们并不知道别人的看法，我们只是根据自己的看法来判断他人的思想。而九型人格所强调的，正是要走出自己的固有观念，去感受他人的思想。它将帮助你对你身边其他人的处境有更多了解，从而设身处地为他人着想。

九型人格的理论核心是发现自己，准确地说就是发现自己的内在动力，了解为什么自己要追求这些、为什么会烦恼、这些烦恼的源泉究竟是什么。

九型人格最卓越之处在于能穿透人们表面的喜怒哀乐，进入人心最隐秘之处，发现人最真实、最根本的需求和渴望。当你能够透过其他性格类型人的眼睛来看待这个世界时，你立刻就会发现，没有哪一种性格是完美无缺的。不仅你本身对于其他性格的人是存在偏见的，不同性格的人因为



自身观念的不同，也会有着这样那样的局限性。

九型人格现在已经被广泛地应用到个人成长、职业选择、人际关系、婚姻、亲子关系、企业管理、销售技巧、教育、心理辅导等诸多领域。它能够帮助我们洞察人心，用有效的方式应对他人，了解他人人格和与之相处之道，最终提升我们获得幸福和成功的技巧。

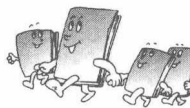
九型人格论既简单、精确，又寓意深远。它描述了每种性格更高层面的认知，提示我们每天如何与自己的性格打交道，让我们真正认识自己、了解别人，找到那把人生中暗自牵引你的命运钥匙。

九型人格按照古老的图腾的九个角展开，揭示了九种不同的内心动力，每个人天生都是独一无二的个体。九型人格论所描述的九种性格类型，并没有好坏之分，不同性格类型的人响应世界的方式具有可辨识的根本差异。我们的性格都是自己的，性格会自行过滤并诠释我们的所见所闻，这在今日已成为共识，而九型人格论的基本原则正是：在九种可能的“过滤程序”中，我们每个人都拥有其中的一种，这个过滤程序会将我们此生的蓝图以及一般应当注意的焦点置于深处，常年隐藏在潜意识层，它可以用来保护我们本质的某个层面，形成我们与外界的沟通策略。

根据九种不同的人格，本书一共分为九章，每章介绍一种人格，每章内又采取总分方式，先总地介绍此类人格的特征，然后从各主要方面分别介绍，另外还配有“自我检测”，以帮助读者更好地辨别和判断自己及周围的人属于何种类型，真正做到“知己知彼，百战百胜”。

我们相信，当您拿到这本《生活中的九型人格》后，一定会废寝忘食，一口气读完它的。然后开始好奇地观察身边的人，判断他们属于哪个类型，并且时常重新翻开本书，对照研究某一类型。它一定会成为您工作、交友、为人处世的好帮手。

我们希望通过学习九型人格，您能找寻到自己真实的性格，掌握自己真正的动力来源，知道性格的优与缺、强与弱，找到适合发挥自己的策略，让自己更上层楼！

目
录

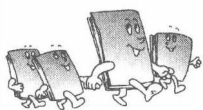
第一型：完美型——我若不完美，就没人爱我

“清心为治本，直道是身谋。”

——包拯

完美型的人对别人要求严格，对自己要求也严格。完美型的人总体来讲是内向、思考者，属于悲观的一群人。完美型的人严肃、得体、礼貌、矛盾，怕别人不在意，又怕别人太在意。他们总是在追求完美。生活规律富有节奏和章法，不会轻易改变。他们大公无私，严于律己，清醒地洞悉现实，抓住机遇，因而他们脱颖而出，成为了创新的先锋，时代的宠儿。

这些特征让你一眼就认出他	(3)
忍耐与守诺是他们的制胜法宝	(7)
形象要求：以最好的状态示人	(10)
完美型的人喜欢“标准化”	(15)
害怕自己出错的恐惧心理	(19)
常伴情绪：愤怒与不满，失望与沮丧	(23)
决不让今天的任务过夜	(26)
遇错即改，却又矫枉过正	(30)
不要嬉皮笑脸地与他们沟通	(34)



第二型：全爱型——我若不助人，就没人爱我

“用有限的生命，投入到无限的为人民服务中去。”

——雷锋

每个人都渴望被爱，每个人都渴望被关怀。一个渴望被爱而又不爱别人的人是自私的，因为他只希望得到，而不愿意付出。全爱型的人恰恰相反，他们喜欢帮助别人胜过自己，并执著地认为“我若不助人，就没人爱我”。他们的基本欲望表现为追求爱人与被爱。他们害怕没有人爱、不被认同、不被需要。对他们来说，满足别人的需要比满足自己的需要更重要，所以他们很少向人提出请求。当朋友找他们帮忙时，自是开心不已，也会有自豪和骄傲之感，因为在这一过程中他们得到了肯定和满足。

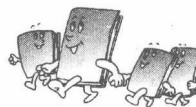
- 基本欲望：爱人与被爱 (39)
- 全爱型人特征大放送 (43)
- 随和与友善是他们人缘好的秘诀 (47)
- 生活忙碌却很少为自己奔走 (51)
- 遭到拒绝让我难以容忍 (55)
- 基本恐惧：不被别人需要 (58)
- 别人的肯定是我最大的满足 (61)
- 过度的关怀常让他们的朋友窒息 (64)
- 最大危机：为了别人而失去自我 (66)

第三型：成就型——我若没成就，就没人爱我

“我并没有说要成为世界第一，我只是想超越在我前面的盖茨而已。”

——拉里·埃里森（美国甲骨文软件公司 CEO）

具有成就型人格的他们精力充沛，总是动力过人，因为他们



有很强的争胜欲望，喜欢接受挑战，把自己的价值与成就连成一线。成就型的他们会全心全意地追求一个目标，因为他们相信“天下没有不可能的事”。动力十足的成就型人，适合做领袖带领其他人。

基本理念：我追求，我成就	(73)
如何辨认成就型人	(76)
自信与活力助他们赢得成功	(79)
最大爱好：数说自己的成就	(83)
我要做团队的领头羊	(86)
友情提示：想要成就，放下自恋	(89)
即使撒谎，也要让他羡慕我	(92)
一事无成是我最害怕的事	(95)
沟通要诀：喜欢他就配合他	(99)

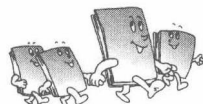
第四型：艺术型——我若不独特，就没人爱我

“忧郁的男人是最富有才气的。”

——亚里士多德（古希腊哲学家）

他人眼中的艺术型人就像一尊易碎的玻璃花瓶，一定要小心呵护，不然就会很容易伤他的心。他们的情绪来得莫名其妙，去得也莫名其妙。他们的生活很细致、精致；他们太有创意了，很多难题他们都能用出人意料的方法解决。

处世风格：不走寻常路，跟着感觉走	(105)
艺术型人的特征大揭示	(108)
忧郁与嫉妒是他们痛苦的根源	(111)
情绪化是艺术型人成功的绊脚石	(114)



工作态度：责任感缺失，没有感觉就罢工	(117)
幻想是最好的自我安慰	(120)
别用你的理性去嫁接“艺术家”	(123)
最大恐惧：个性的羽毛被剪掉	(127)
理解与倾听是与他们沟通的前提	(131)

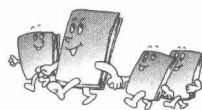
第五型：智能型——我若不思索，就没人爱我

知识就是力量。

——培根

具有第五型人格的人在生活中多被冠以“思考者”“科学家”的称号，他们渴望知识、追求智慧、善于观察、理性思考，可在生活中的其他方面却往往差强人意。他们总是用冷眼看世界，喜欢思考分析，但缺乏行动，对物质生活要求不高，喜欢精神生活，不善表达内心感受。他们想找出事情的脉络与原理，作为行动的准则。有了知识，他们才敢行动，也才会有安全感。这样的人格类型我们统称为“智能型”。

座右铭：我求知，我快乐	(137)
智能型人的特征解码	(141)
口头禅：“我还有好多书没看”	(145)
无知与无能，智能型人最怕的两件事	(148)
洞察力：智能型人的高超技巧	(152)
处世风格：精神至上，行动次之	(156)
冷眼观世界，绝少陷入情感纠葛	(160)
求助智能型人时，注意你的恳求眼神	(165)
沟通禁忌：在智能型人面前秀知识	(168)



第六型：忠诚型——我若不顺从，就没人爱我

忠诚是人生的本色。

——黄宗羲

忠诚型的人给人感觉很尽责，他们总是在尽力防范危险的发生，使生活充满安全感，做事井井有条、有组织、有规范。他们时刻谨慎小心，头脑里永远有一串问号，敏感、善于推理，对于局势不明朗和不确定的事情行动缓慢，他们总有那么多负面设想，总有那么多的“万一”“要是”“真的吗”……他们是最好的搭档者，对所属团体忠诚、守规矩，又能很好的监督其他人。

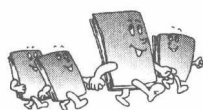
人生追求：在绝对安全的环境中生活	(173)
忠诚型人的特征名片	(176)
忠诚是他们驰骋职场的金钥匙	(180)
处世理念：权威的就是正确的	(184)
难以摆脱的悲观个性	(187)
情绪主调：患得患失，犹豫不决	(191)
最大恐惧：没有可效忠之人	(195)
言行不一，忠诚型人最讨厌的事	(198)
沟通守则：千万不要讥笑他们的多疑	(202)

第七型：活跃型——我若不做开心果，就没人爱我

“这个世界之所以美好，是我们可以选择快乐。”

——和路·迪士尼（美国迪士尼乐园创办人）

第七型人喜欢变动、多样性、兴奋和创新，具幽默感，擅长争取他人的支持。他们知道最新的趋势和潮流，寻找新可能性和选择。他们是自然的多元化行动者，但有时会缺乏跟进。他们往



往表现得过于活跃，注意力不集中，在工作中往往留下许多未完成项目。处于最佳的状态时，第七型人的焦点会集中在有价值的目标上，变得富有效率和容易取得成功。

欲望特质：创造快乐，享受快乐	(209)
活跃型人的特征速查	(212)
活跃口诀：人生苦短，及时行乐	(216)
时尚时尚，我的最爱	(219)
冲动与上瘾，常让活跃型人跌倒	(222)
显性情绪：追求新鲜，自娱自乐	(226)
生活风格：人生有太多开心的事情等着他	(230)
快乐被现实剥夺是我最害怕的事	(234)
沟通要点：适当迎合他的笑话	(238)

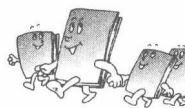
第八型：领袖型——我若无权力，就没人爱我

先天下之忧而忧，后天下之乐而乐。

——范仲淹

领袖型的他们追求权力，讲求实力，不靠他人，有正义感，喜欢做大事。是绝对的行动派，一碰到问题便马上采取行动去解决。想要独立自主，一切靠自己，依靠自己的能力做事，不惜打破一切规则，想带领大家走向公平、正义。

办事宗旨：没有目的的事情我不做	(243)
领袖型人的领袖人格	(246)
“权力与地位，我的食量”	(250)
遇强则强、同情弱者，领袖型人的优秀品质	(253)
侵略性常使他们被孤立	(257)



小心领袖型人的“报复心理”	(261)
适度顺从，才能更好地与之沟通	(264)
说重点，否则他们会不耐烦	(267)
合理“示弱”，满足他们的好胜心	(270)

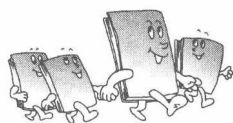
第九型：和平型——我若不和善，就没人爱我

“无为而治。”

——老子

第九型的人通常是温暖、友善、忍耐、随和、不好竞争的。他们偏好和平、有组织、可预期而舒适的生活，而且他们喜欢配合这样的环境。他们不善表达自我，却能设身处地为他人着想。他们有些顽固怠慢，避重就轻，常常以别人的意见为自己的意见，有时为纠葛而显得优柔寡断。

和平共处，我们一直在努力	(277)
和平型人的特征讨论	(281)
怕羞与懒惰常使他们碌碌无为	(285)
失去平衡是我最大的危机	(288)
赞美是给他们的最好礼物	(291)
不懂拒绝常让他们陷入困境	(294)
沟通心得：主动询问他的想法	(297)
别忘记跟他说“其实你是最棒的”	(300)
如果了解他，就不要逼他	(303)



Sheng Huo Zhong De Jiu Xing Ren Ge

第一型

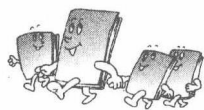
完美型

——我若不完美，就没人爱我

“清心为治本，直道是身谋。”

——包拯

完美型的人对别人要求严格，对自己要求也严格。完美型的人总体来讲是内向、思考者，属于悲观的一群人。完美型的人严肃、得体、礼貌、矛盾，怕别人不在意，又怕别人太在意。他们总是在追求完美。生活规律富有节奏和章法，不会轻易改变。他们大公无私，严于律己，清醒地洞悉现实，抓住机遇，因而他们脱颖而出，成为了创新的先锋，时代的宠儿。



这些特征让你一眼就认出他

下面，我们简要概括一下完美型人的特点：

- ☞ 基本欲望：希望自己是对的、完美的
- ☞ 深层恐惧：怕自己做错、变坏
- ☞ 基本诉求：我若不完美，就没有人爱我
- ☞ 主要特征：

☞ 健康的特点——

- 容忍、讲理、客观；
- 是非分明，理想崇高，愿意为社会进步而改革；
- 自律性高，决定当天要做的事，绝不会拖到第二天；
- 判断力高；
- 道德标准极高。

☞ 一般的特点——

- 理想主义、严格的逻辑性、完美主义者；
- 害怕犯错；
- 常想严格控制或改变他人；
- 做事非黑即白，没有中间地带。

☞ 不健康的特点——

- 不宽容、妄想、惩罚性；
- 自以为是；
- 喜欢鸡蛋里挑骨头。

完美型的人最大的特点是追求完美，而这种欲望是建立在认为事事都

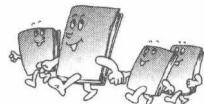


不满意、不完美的基础之上的，因而他们就陷入了深深的矛盾之中。要知道世上本就无十全十美的东西，完美型的人具有一股与生俱来的冲动，他们将这股精力投注到那些与他们生活息息相关的事情上，努力去改善它们，尽量使其完美，乐此不疲，希望把每件事都做得最好，时刻自我反省有没有犯错，也改正别人的错误，觉得应把世间的一切道德标准都纳入秩序中，才不会犯错或遭到批评及良心的不安。

完美型人有最完美的理想和目标，身体力行，脚踏实地，为了追赶自己的理想目标，奋斗不懈、死而后已。他们为全宇宙的美好秩序，付出全部的心力。这种追求完美心态使他们对所制订的计划和所做的事情都有早日完成的愿望，他们心中有一个不灭的目标——追求完美。这个意念萦绕在他们心头，促使他们一生都为此奋斗不息。但是，他们给完美所下的定义不同于一般人所说的完美，一般人给完美下的定义是“十全十美”，而他们追求确定、精确的“完美”，并且非常仔细地注意每一事物的细微之处，有时竟达到吹毛求疵的地步。

在处世关系上，完美型的人相当懂得克制。他们轻易不发表自己的见解，因而感情也不会轻易地流露出来，在某些时候，他们看起来有些接近神秘。他们对自己有时不能控制感情和不理智感到害怕，所以在回应别人时就十分谨慎，以致使这种过度的自我紧张和自制形成一种直觉。

完美型的人被现实主义指导着，具有高度的实践性，他们飞快运转的神经系统和发达的智力让他们能够迅速辨别、分析、判断，他们的理论来自于现实，又为现实服务。他们灵活地适应环境，脚踏实地地生活在现实之中，自然地融入外界。内在的驱动力在于其渴望工作、服务、劳动，在服务的过程中精细地追求完美的标准。他们的完美标准高不可及，这使得他们内心又缺乏自信，因此，他们自己的内心永远被达不到完美的恐惧所笼罩，寻求完美的倾向使他们不知疲劳地终生奔忙，他们必须用工作和勤奋来遗忘达不到完美的恐惧。他们是勤奋的强制型工作者，他们衷心地热爱、渴望工作，通常他们辛勤又可靠，是那种“白日忙得无法做白日梦，



晚上累得无法看星星”的人。他们非常有道德感，诚实而公正，不呈现人性的弱点，以超高的标准来要求自己，也希望所有人在他们的改造下，也都能达到此标准。

完美型的人很注意培养自己，所以很多优秀的特质都会显现出来，比如：他们事业心比较强；富有创造力，并有创新和改革的勇气，较激进，他们愿意为工作付出较大的精力；他们是健谈的、亲切的、和善的、具有优秀的领导气质；他们的和善和亲切辐射到别人身上，感染别人，其他人也会因为他们的自信而信心倍增。在评价事物时，他们的价值体系是较好的，因为他们强调公正，对别人和自己，要求坦率、诚实。在比较艰难的环境和条件下，他们能够承受多种压力，而且还帮助他人，因此他们也会收获到人生的一大财富——不渝的友谊。他们对别人大公无私，对自己要求严格，能够清楚地洞悉现实。天生的洞察力和旺盛的生命力赋予在这些优秀的领导者身上，使他们中的大多数人成了创新的先锋、时代的巨人。

自我检测：

想知道自己是否属于完美型吗？对照完美型人在日常生活常呈现出的这些特质自我检测一下吧：

- 自我要求很高，因此常常不停地挑剔自己，也常常不由自主地挑剔别人；
- 工作态度严谨，因此不喜欢别人工作态度随便、草率；
- 遇到事情一定会全力以赴去做，若然做得心力交瘁时，也会不由得心生埋怨；
- 做任何事，必有自己的计划，不会盲目没主见，而跟随别人的想法；
- 对自己做事的方法，仍常常检讨改进，并修正再修正；
- 讨厌每天有那么多做不完的事要做，觉得好累；
- 讨厌凡事只会走快捷方式而不脚踏实地的人；
- 对生活的要求是规律、整齐，尽力令生活井然有序；