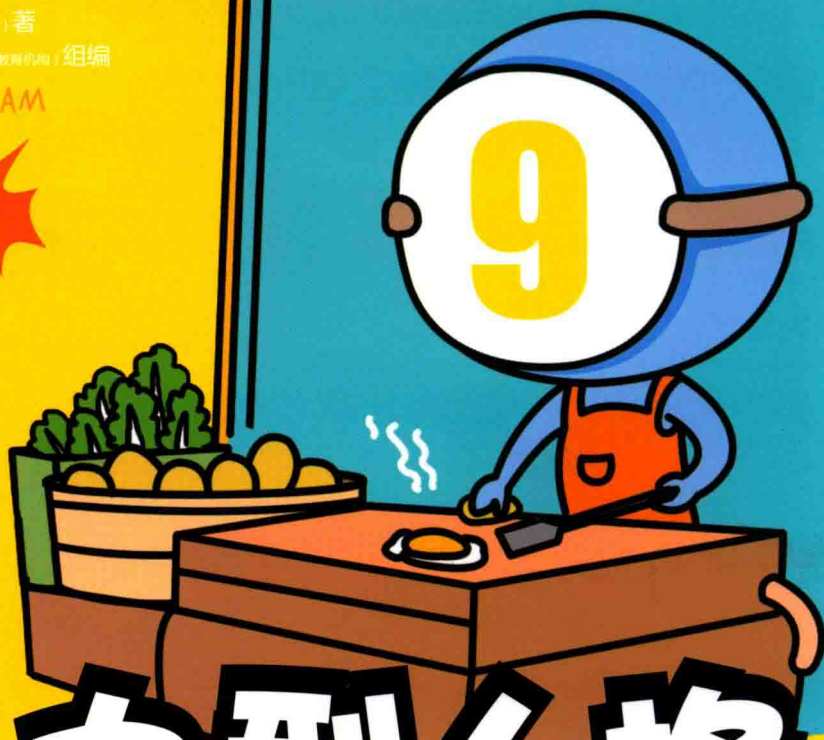


杨珊珊（著名心理学家）著  
京师心智（专业心理教育机构）组编

ENNEAGRAM

漫画  
实用版



# 九型人格

发现最真实的自己



超准  
超萌  
超爆笑

给予者 观察者 协调者  
享乐主义者 怀疑论者  
浪漫主义者 领导主义者  
完美主义者 实干主义者



中国法制出版社





扫码读书

上架建议 心理学·畅销书

ISBN 978-7-5093-6332-4



9 787509 363324 >

定价：29.80元

# 九型人格

发现最真实的自己

杨珊珊（著名心理作家）著  
京师心智（专业心理教育机构）组编

漫画  
实用版

中国法制出版社  
CHINA LEGAL PUBLISHING HOUSE

## 图书在版编目 (CIP) 数据

九型人格：发现最真实的自己：漫画实用版 / 杨珊珊著.  
—北京：中国法制出版社，2015. 5  
(心理学世界)  
ISBN 978 - 7 - 5093 - 6332 - 4

I. ①九… II. ①杨… 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 (2015) 第 090720 号

策划编辑：陈晓冉

插图：毛林进

封面设计：周黎明

---

九型人格：发现最真实的自己：漫画实用版

JIUXING RENGE; FAXIAN ZUIZHENSHI DE ZIJI; MANHUA SHIYONGBAN

著者/杨珊珊

经销/新华书店

印刷/煤炭工业出版社印刷厂

开本/880 × 1230 毫米 32

版次/2015 年 6 月第 1 版

印张/7.25 字数/143 千

2015 年 6 月第 1 次印刷

---

中国法制出版社出版

书号 ISBN 978 - 7 - 5093 - 6332 - 4

定价：29.80 元

北京西单横二条 2 号

邮政编码 100031

网址：<http://www.zgfzs.com>

市场营销部电话：010 - 66033393

值班电话：010 - 66026508

传真：010 - 66031119

编辑部电话：010 - 66054911

邮购部电话：010 - 66033288

(如有印装质量问题，请与本社编务印务管理部联系调换。电话：010 - 66032926)

## 杨珊珊

知名心理作家，代表作有《心理学与九型人格》《正能量心理学》《婚恋心理学》《心理学大爆炸》《每天学点心理学》《FBI心理分析术》等。

## 京师心智

国内知名的心理健康教育专业机构和心理自助类图书开发机构。京师心智依托中国心理学会、北京师范大学等权威机构的资源优势，上百位心理学专家组成的技术团队，致力于将心理学研究成果应用于实践，服务大众。凭借自身优势和丰富的经验，被中国心理学会测量专业委员会认定为“正版量表进学校工程”的全国唯一推广单位。

关联企业京师博仁，是一家集研究、开发、生产、销售、售后服务、培训、专家支持于一体的专业的心理学应用服务机构。

## 顾问委员会

孙啸海	朱桂梅	李红军	兰祁蓉	李井杰
朱玲	段然琪	师晨晖	赵金辉	王亚雄
谢欣原	孔马兰	鲁俊	周家全	崔潇
刘璐薇	杨攀	谢琴	崔慧辉	李艳萍
杨驰	王涑雯	刘博	李想	孟龙
郝红敏	宋亚丽	陈庆峰	陈国栋	孙风兰
刘敏	陈涛涛	鲁芳	隋岩	董斌
史文建	杨珊珊	李娟娟	王星星	常振兴



## 前言

眼里揉不下沙子的完美主义者、脚踏实地的实干主义者、快乐至上的享乐主义者、乐于助人的给予者、特立独行的浪漫主义者、喜欢安静与独处的观察者、遇事反复斟酌的怀疑论者、喜欢掌控一切的领导主义者、以和为贵的协调者，本书对时下流行的“九型人格”做了精辟的概括与提炼，并以风趣幽默的漫画生动地诠释了不同人格的特质。

每种典型的人格特质都有常态、病态与理想状态之分，在面对伴侣、孩子和上司时都会有不同的表现，生活中有着迥异的行为举止，遇到与自己相得益彰或者格格不入的人格类型时，都会演绎出一段段精彩的故事。本书针对这些问题，进行了条分缕析的阐释，让读者一目了然。

现实生活中，大多数人都不是单一的人格类型，而是不同人格类型不同比例的混合体。了解自己，我们才能更好地适应这个世界，才能赢得属于自己的幸福。所以，您可以把这本书看作浅显而有趣的心灵手册。打开它，或许您就可以遇见一个未知的自己，从一个崭新的角度去看待身边的人。

磨剑

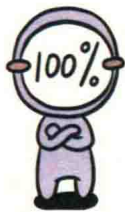
2015年5月25日



## 第一章 五彩缤纷的人——九型人格棱镜

- 2 五彩缤纷的九型人格
- 7 九型人格测试
- 13 生活场景一：去早市买菜
- 19 生活场景二：乘坐公交车
- 26 生活场景三：计划出门旅游

## 第二章 毫无瑕疵的“白色”——完美主义者



- 34 1号的闪光点——行事严谨
- 35 1号的局限点
- 38 1号发展的状态1——常态下
- 40 1号发展的状态2——病态下
- 43 1号发展的状态3——理想状态下
- 44 爱情保鲜——面对1号爱人
- 46 亲子互动——面对1号孩子
- 47 事业掌控——面对1号领导
- 48 读懂1号的非语言
- 50 当1号碰到踏实肯干的3号
- 51 当1号碰到天生散漫的7号



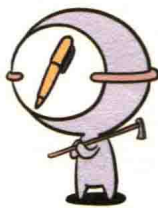
### 第三章 清爽怡人的“绿色”——给予者

- 54 2号的闪光点——乐于助人
- 55 2号的局限点
- 57 2号发展的状态1——常态下
- 59 2号发展的状态2——病态下
- 60 2号发展的状态3——理想状态下
- 63 爱情保鲜——面对2号爱人
- 65 亲子互动——面对2号孩子
- 66 事业掌控——面对2号领导
- 68 读懂2号的身体语言
- 71 当2号碰到脚踏实地的3号
- 72 当2号碰到和平友好的9号



### 第四章 脚踏实地的“黑色”——实干主义者

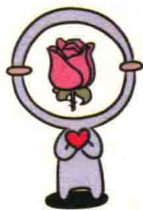
- 76 3号的闪光点——踏实理智
- 78 3号的局限点
- 79 3号发展的状态1——常态下
- 82 3号发展的状态2——病态下
- 85 3号发展的状态3——理想状态下
- 86 爱情保鲜——面对3号爱人
- 89 亲子互动——面对3号孩子
- 90 事业掌控——面对3号领导
- 91 读懂3号的身体语言
- 93 当3号碰到爱做梦的4号
- 94 当3号碰到善于领导的8号





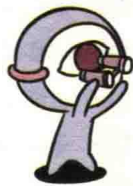
## 第五章 梦幻无边的“紫色”——浪漫主义者

- 96 4号的闪光点——敢于创新
- 97 4号的局限点
- 100 4号发展的状态1——常态下
- 103 4号发展的状态2——病态下
- 104 4号发展的状态3——理想状态下
- 105 爱情保鲜——面对4号爱人
- 107 亲子互动——面对4号孩子
- 109 事业掌控——面对4号领导
- 110 读懂4号的身体语言
- 113 当4号碰到谨慎小心的6号
- 115 当4号碰到安于享乐的7号



## 第六章 神秘莫测的“灰色”——观察者

- 118 5号的闪光点——洞察力强
- 121 5号的局限点
- 122 5号发展的状态1——常态下
- 125 5号发展的状态2——病态下
- 126 5号发展的状态3——理想状态下
- 129 爱情保鲜——面对5号爱人
- 130 亲子互动——面对5号孩子
- 133 事业掌控——面对5号领导
- 134 读懂5号的身体语言
- 135 当5号碰到安于享乐的7号
- 138 当5号碰到谨慎小心的6号



## 第七章 冷静沉着的“蓝色”——怀疑论者



- 140 6号的闪光点——谨慎小心
- 141 6号的局限点
- 144 6号发展的状态1——常态下
- 147 6号发展的状态2——病态下
- 148 6号发展的状态3——理想状态下
- 151 爱情保鲜——面对6号爱人
- 152 亲子互动——面对6号孩子
- 155 事业掌控——面对6号领导
- 157 读懂6号的身体语言
- 158 当6号碰到敢于创新的3号
- 160 当6号碰到追求完美的1号

## 第八章 欢乐明快的“橙色”——享乐主义者

- 162 7号的闪光点——天生的“开心果”
- 163 7号的局限点
- 166 7号发展的状态1——常态下
- 169 7号发展的状态2——病态下
- 171 7号发展的状态3——理想状态下
- 172 爱情保鲜——面对7号爱人
- 173 亲子互动——面对7号孩子
- 175 事业掌控——面对7号领导
- 176 读懂7号的身体语言
- 179 当7号碰到实干主义的3号
- 180 当7号碰到乐于助人的2号



## 第九章 绚丽夺目的“红色”——领导主义者

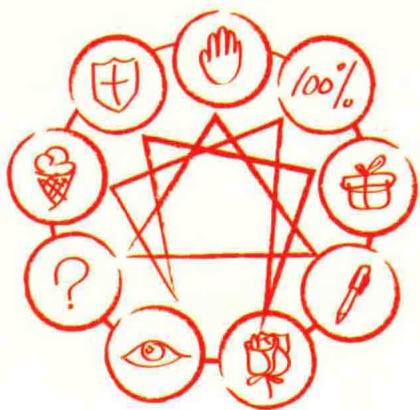
- 184 8号的闪光点——总揽全局
- 185 8号的局观点
- 187 8号发展的状态1——常态下
- 190 8号发展的状态2——病态下
- 191 8号发展的状态3——理想状态下
- 194 爱情保鲜——面对8号爱人
- 196 亲子互动——面对8号孩子
- 197 事业掌控——面对8号领导
- 200 读懂8号的身体语言
- 201 当8号碰到安于享乐的7号
- 202 当8号碰到洞察力强的5号



## 第十章 和平友好的“黄色”——协调者

- 206 Q号的闪光点——维持和平
- 208 Q号的局观点
- 209 Q号发展的状态1——常态下
- 211 Q号发展的状态2——病态下
- 214 Q号发展的状态3——理想状态下
- 215 爱情保鲜——面对Q号爱人
- 216 亲子互动——面对Q号孩子
- 218 事业掌控——面对Q号领导
- 219 读懂Q号的身体语言
- 222 当Q号碰到严谨的1号
- 223 当Q号碰到敢于浪漫的4号





## 第一章



# 五彩缤纷的人——九型人格棱镜

## ★ 五彩缤纷的九型人格 ★

九型人格包括完美主义者（代表色为白色）、给予者（代表色为绿色）、实干主义者（代表色为黑色）、浪漫主义者（代表色为紫色）、观察者（代表色为灰色）、怀疑论者（代表色为蓝色）、享乐主义者（代表色为橙色）、领导主义者（代表色为红色）和协调者（代表色为黄色）。他们各自的特点如下：

### 第一种类型：完美主义者——完美型

完美主义者对自己和他人都有着很高的要求。他们自身有一种强烈的优越感，认为自己强于他人；对待问题的解决，他们总是认为会有唯一正确的方法，但是在解决问题的过程中，又会显得犹豫不决，因为他们害怕犯错误，所以经常推迟行动。他们经常使用的词汇是“应该”和“必须”。

完美主义者在生活中为了追求完美，常常需要做出很大的牺牲，并且在心中要求对自己外在的行为进行严格的控制。最终，他们获得成功的快乐会被自身自我控制的快乐所淹没。完美主义者经过不断修炼可以成为人们崇拜的代表睿智的精神偶像。

### 第二种类型：给予者——奉献型

给予者为了获得他人的好感和认同，总是不断地对他人提供帮助，满足他人的需求，希望自己成为他人不可缺少的一部分，从而获得被爱和被欣赏的感觉。给予者具有多样的自我，能在不同的朋友面前展示不同的自我。他们具有很强的控制能力，能在朋友中处于中心地位，具有吸引人的特质，常

常引人注目。

给予者为了满足别人的需求，总是会压抑自己，因而心里会产生一种很强的失落感。同时，因为他们拥有多个自我，在角色扮演中，也会产生混乱和困惑，有时也会感到自己是在愚弄他人。

### 第三种类型：实干主义者——成功型

实干主义者喜欢接受竞争和挑战，追求成就感。他们希望通过自己的行动和成就来获得他人的爱，因而他们总是将自己想象成一个成功者或是拥有相当社会地位的人。实干主义者注重自己的外表形象，精于打扮。他们常常将真正的自我和工作中的角色混为一谈，看上去往往要比实际情况更加优秀。

实干主义者很符合人们对当代社会上的成功人士的看法，他们年轻有为、精力充沛、积极向上，但是在不断的忙碌中，他们忽略了对自身创造力的开发。他们总是将自己的时间安排得满满当当，很少有停下来休息和反思的时间，因而会牺牲内心生活。

### 第四种类型：浪漫主义者——自我型

浪漫主义者性格内向、忧伤、敏感并具有艺术家的气质，他们会因为一个朋友的离开而伤心不已，也会痴迷上一个并不存在的恋人。他们总是被不切实际的幻想所吸引，并且沉湎其中无法自拔，他们是一群生活在自己幻想中的思想家。

抑郁和悲伤是浪漫主义者常见的情绪，他们拒绝那些轻易就能获得的东西，认为无法得到的才是美好的。他们不习惯生活中的琐碎和平淡，认为这些会破坏他们脑海中对美好画面的想象。但与此同时，他们又有一种独特的魅力，能帮助那些处于危难和悲伤中的人，让他们尽快走出情感和生活的创伤。

## 第五种类型：观察者——知识型

观察者在情感上总是和周围的人保持一定的距离，他们很注重对自己隐私的保护，不愿意牵扯到别人的生活之中。他们有时宁愿一个人待着，也不愿意出去参加集体活动。他们将自己的责任和义务分得很清楚，对于与自己无关的人和事，他们很少去接触和体验，有时也会因为自己本身的义务和别人对他的需要而感到心烦意乱。

观察者的内心就像一座壁垒森严的城堡，城堡的主人很少离开自己的地盘，他总是站在自己的城堡内，悄悄观察来到城堡中的人们。他们为了躲避社交和人群，常常采取不干涉、不参与别人生活的方式。观察者经过不断修炼会成为优秀的决策制定者、象牙塔里的学者或自我约束的修道士。

## 第六种类型：怀疑论者——忠诚型

怀疑论者总是用怀疑的眼光看待周围的一切，有时候会因为怀疑而产生对周围环境的害怕和疲惫，但是他们依然会坚持自己的怀疑。怀疑论者在采取行动的时候总是犹豫不决和左右为难，他们对失败的原因非常敏感，同时他们反对和厌恶独裁主义。他们在行动中会表现得非常忠诚，并且非常愿意自我牺牲。

对怀疑论者而言，他们的态度会产生两种极端：一种是患有恐惧症的怀疑论者，他们在行动中会显得犹豫不决，觉得自己受到了迫害，常常会通过屈服来保护自己；另一种是反恐惧症的怀疑论者，他们在行动中也有顾虑，但是他们会勇敢站出来面对恐惧，以积极主动的方式来化解疑惑。怀疑论者经过不断修炼会成为团队中的好成员以及忠诚的战士，他们是为了某种理想而工作的人。

## 第七种类型：享乐主义者——欢乐型

享乐主义者是像孩子一样天真的成年人，他们渴望自己永远年轻，对任何事物都是一知半解的态度，爱好冒险，感情肤浅，会不停地更换周围的朋友和恋人。他们不喜欢去承诺，总是希望自己会有多种选择。他们会让自己一直处于情绪的高涨中，喜欢那种如同明星一样前呼后拥的感觉。做事情经常半途而废。

享乐主义者有着严重的自恋倾向，他们总是沉迷于自己独特的气质中，而对周围的客观真相视而不见，他们只追寻支持他们观点的环境和人。但他们也会消除周围的枯燥和乏味，让生活充满乐趣和希望。享乐主义者经过不断修炼可以成为优秀的综合管理者和理论家，也会成为多才多艺的人。

## 第八种类型：领导主义者——领袖型

领导主义者具有很强的保护能力，他们主动负责，积极好斗，愿意保护自己的亲人和朋友。他们不会控制自己的脾气，会公开地发泄怒火，以此来展示自己的力量。他们不喜欢私底下的行为和动作，与周围人的接触和冲突都会采取面对面的方式，他们对勇敢站出来接受自己挑战的对手充满敬意。

领导主义者有着“弱肉强食，优胜劣汰”的世界观，他们总是将精力放到外界，寻求那些该受到惩罚的人，但他们却不会对自己进行惩罚。他们有时通过暴饮暴食和大声喧哗来发泄自己的情绪。领导主义者经过不断修炼可以成为优秀的领导者或是孤胆英雄。

## 第九种类型：协调者——和平型

协调者为人温和亲切，不会对人直接发脾气，他们自身充满了矛盾，即他们会考虑周围所有人的观点，并因此而放弃自己的观点，接受他人的想法。协调者对于他人的需求十分敏感，会及时满足他人的需要，而对自己却是不



确定的态度，不知道自己该做些什么以及为什么而做。他们常常会放弃一些重要的事情，而从事毫无意义的琐事。

协调者很容易沉迷于食品、电视和酒精中，给予他们的时间越多，他们做的事情反而越少。他们很容易受到别人情绪的影响，对他人说“不”于协调者来说是一件非常困难的事情。协调者经过修炼可以成为优秀的调解员、谈判者和顾问。

以上就是对九型人格的分类以及各个类型的特点。在现实生活中，每个人都是单独又唯一的个体。通过对九型人格的学习，你就会了解自己、家人、朋友、同事以及周围人的性格特点，理清你们之间的关系，更好地享受生活。