

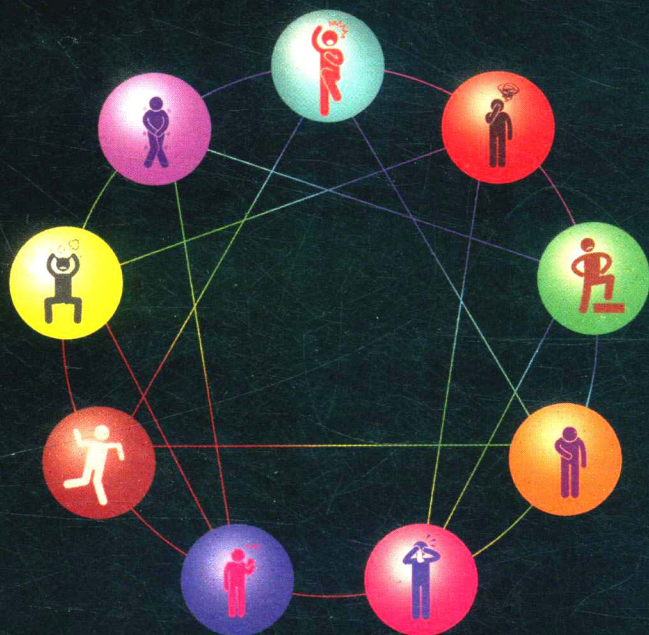
性格色彩的九种真实案例，搞定人际关系的各种难题

九型人格

应用心理学

E N N E A G R A M

蔡万刚◎著



九型人格教你：突破自我障碍，
识别他人性格，打造黄金人脉。

文匯出版社

九型人格

应用心理学

蔡万刚◎著

 文匯出版社

图书在版编目(CIP)数据

九型人格应用心理学 / 蔡万刚著. — 上海 : 文汇出版社, 2018. 10
ISBN 978-7-5496-2720-2

I. ①九… II. ①蔡… III. ①应用心理学 - 通俗读物
IV. ①B849-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第211292号

九型人格应用心理学

著 者 / 蔡万刚

责任编辑 / 戴 铮

装帧设计 / 天之赋设计室

出版发行 / 文汇出版社

上海市威海路755号

(邮政编码: 200041)

经 销 / 全国新华书店

印 制 / 三河市龙林印务有限公司

版 次 / 2018年10月第1版

印 次 / 2018年10月第1次印刷

开 本 / 880×1230 1/32

字 数 / 153千字

印 张 / 8

书 号 / ISBN 978-7-5496-2720-2

定 价 / 38.00元

序 言

认识这九个人，
你就认识了全世界



一、人生这张网

人一生要跟多少人打交道？

从出生起，我们就与父母产生了社会关系，不出意外的话，整个家族的人都会是我们打交道的对象。

一般来讲，一个家族中的人，再加上亲戚，不管亲疏远近，林林总总算起来可能超过了 50 个人。就算你不愿意跟族人、亲戚多走动，也最少要与其中的 20 个人产生比较亲密的联系。

这就是 20 个人了。然后，我们上学了。在小学里，你不跳级、不转校，就只跟同班同学来往，那最少也要跟 50

个左右的人朝夕相处达6年之久。当然，随着毕业，这50个人中以后你常联系的可能也就剩下十来个了。

算上前面说过的族人、亲戚，在你十几岁出头的时候，你已经有了30个人的关系网。然后是中学，在这段时间里，你的朋友圈开始扩大，除了同班同学，你可能还会主动、被动地结识其他人。你的关系网进一步扩大，达到了将近100个人，而其中最少有50个人是需要你认真对待的。

当然，这时候你可能还没有意识到这50个人的社会关系对你来讲有多重要。因为年轻，我们总是觉得未来有无限的可能，要走更长的路，认识更多的人，交更多的朋友。

接着，你上大学了。这时候你意识到了朋友的重要性，开始主动去认识别人，维护社会关系。

于是，大学毕业后，你关系网里的人数已经达到了三位数。对大多数年轻人而言，这100个人是你的人脉基本盘。因为，这辈子你最亲的亲人在里面，最好的朋友大多也在其中。

不过，人的一生需要的不仅仅是至亲和好友，也需要事业上的合作伙伴。所以，当大学毕业后，你会迎来一个人际关系网迅速膨胀的时期。

据统计，在都市里工作的大部分人一辈子至少会跟200个人产生工作上的联系。这200个人组成了你人际关系网中

的“工作盘”，虽然你不见得喜欢其中的每一个人，但这是你必须维护的人际关系。

就这样，人际关系的基本盘和工作盘加起来的话，你一生最少要跟 300 个人产生密切的联系。这张庞大的社会关系网交织着你的喜怒哀乐，网罗着你的成功失败。有了这张网，你不再孤独，可以享受到关注和被关注的乐趣。

可与此同时，你生命里的大部分挫折、创伤也会从这张网里孕育而出，你可能会遭到来自其中的算计、伤害、打击……

这是一张复杂的网，而你越想要成功，就越要把这张复杂的网编织得更大，越要了解其中的每一个人。如果你没能找到将这项工作简化的方法，那么，你想要维护好这张网恐怕是很难了。

二、九型人格法则

全世界只有九个人，这个观点来自九型人格理论。

对不同的人进行分类，历来是心理学和社会学研究的主要内容。事实上，这件事不仅仅只有心理学家、社会学家在做，每个人在生活中都会有意无意地对身边的人进行分类。

比如，我们遇到了一个人，他沉默寡言，不爱说话，我们就会想：“这个人比较内向。”相反，如果他话很多，特别喜欢交朋友，我们则会想：“这个人很外向。”

在此过程中，我们就把人分成了两种类型：内向型和外向型。

再如，有时候我们会根据人的性格进行分类：一个人脾气火爆，我们会认为他是“急脾气”；一个人性格比较好，从来也不生气，我们会认为他属于“稳重”的那类人；一个人特别聪明，我们就会把他归到“聪明人”的行列中……

这些分类方法都有一定的道理，但是少了实用性，因为它们没有抓住人性中最关键的部分——追求和欲望。而九型人格法恰恰是一套根据人的追求和欲望来给人群进行分类的理论，具有科学性。

一个人的追求和欲望，决定了他的思维方式和行为方式。这里所说的“追求和欲望”并不是指物质层面的，而是每个人内心深处对自己的人生定位。

九型人格理论将此分为九种：

第一种人属于完美型人格。他们最基本的追求是进步。他们总是试图不断完善自己各方面的能力，因为在他们的心里始终有一个声音：“我若不完美，就没人喜欢我。”

第二种人属于给予型人格。他们最基本的追求是帮助

别人。他们认为，人生的意义就是帮助别人，赢得大家的认可。

第三种人属于成就型人格。他们最基本的追求就是所谓的成就。他们对于目标是狂热的，因为实现目标能带给他们巨大的成就感，而失败则会让他们感到一事无成。

第四种人属于自我型人格。他们毕生都在做一件事：“我要跟其他人不一样。”对他们而言，自己如果跟大多数人一样的话，那就是最大的失败。

第五种人属于理智型人格。他们最大的乐趣就是追求知识。他们是理论家、“数据控”，身上有难以掩饰的老学究气质。

第六种人属于疑惑型人格。他们追求的是安全感，但恰恰属于最缺乏安全感的那类人，他们脑子里最常想的事情是：“我会遇到哪些危险？如何避免这些危险？”

第七种人属于活跃型人格。他们所追求的事物很简单，那就是快乐，这一追求的副产品是新鲜、好玩、刺激。

第八种人属于领袖型人格。他们所追求的是控制他人、达成目标。对他们来讲，“做决定”是这个世界上最有趣的事情。

第九种人属于和平型人格。他们在努力避免一切冲突，总是希望全世界的人都能达成一致。生活里，他们有个专用

的称呼——“和事佬”。

这就是九型人格理论中的九种人，这九种人的追求和欲望加起来就形成了我们身处的这个世界。

古话说，“天下熙熙，皆为利来；天下攘攘，皆为利往”。这句话虽然是不变的真理，但是没有阐明不同的人追求的到底是哪一种“利”，而这恰恰是九型人格要告诉大家的事情。

目 录

1

第一个人：完美的“失败者”

完美型人格色彩——白色 / 002

> Z 先生，成功学的“黑洞” / 003

> 细节不如关键 / 008

> “灾难思维” / 013

> 细节不是大力丸 / 017

> 你所认识的完美型人格 / 021

2

第二个人：“求你了，拒绝我！”

助人型人格色彩——绿色 / 025

> 拒绝别人真的有那么难吗？ / 026

> “全世界都别来烦我！” / 031

> 你需要“自我坚定” / 037

> 明确自己，洞悉他人 / 042

> 你所认识的助人型人格 / 048

3

第三个人：阳光下欢笑，阴影里哭泣

成就型人格色彩——红色 / 051

> “目标动物” L 女士 / 052

> 精致女人的不安 / 058

> 学会享受平凡 / 064

> 你所认识的成就型人格 / 070

4

第四个人：我和他们

自我型人格色彩——紫色 / 078

> 那个被你否定的“他们”究竟是谁？ / 079

> “特立”，但别“独行” / 084

> 人心最难是慈悲 / 091

> 你所认识的自我型人格 / 096

5

第五个人：想得太多，做得太少

理智型人格色彩——蓝色 / 100

> 道理都懂，就是不做 / 101

> “知行合一”比什么都重要 / 107

> 执行力并非天赋，而是技能 / 112

> 你所认识的理智型人格 / 120

6

第六个人：像鹿一样活着

怀疑型人格色彩——灰色 / 124

> 生而孤独 / 125

> 实际上，你没那么重要 / 131

> 离开舒适区，就是要找别扭 / 137

> 你所认识的怀疑型人格 / 143

7

第七个人：一米天使，一寸魔鬼

活跃型人格色彩——橙色 / 148

> 一米之外是天使，一寸之内是魔鬼 / 149

> 七型人格与机会主义 / 155

> 生命中不能承受之轻 / 162

> “假乐观，真悲观”的怪圈 / 167

> 你所认识的活跃型人格 / 173

8

第八个人：聚光灯下的人生

领袖型人格色彩——黄色 / 178

> 习惯主导一切的 W 先生 / 179

> 生活就是一场战争 / 185

> 不断成长的欲望 / 191

> 学着去“受人恩惠” / 196

> 你所认识的领袖型人格 / 203

9

第九个人：“成全者”的世界

和平型人格色彩——青色 / 209

> “为谁而活？”这是个问题 / 210

> 最需要被成全的，恰恰是你自己 / 216

> 好人和罪人的一线之隔 / 221

> 和平型人格的相处之道 / 224

> 你所认识的和平型人格 / 230

后记：了解了“要什么”，就了解了全部 / 235



第一个人

完美的“失败者”

从表面上看，不管完美型人格的人有多复杂、多深沉，实际上，他们在内心深处有着单纯的追求和简单的幸福。虽然不能说他们是白纸一张，但也足够可以看得通透。



1

完美型人格色彩——白色

一型人格——完美型人格的某些特质，白色可以在某种程度上代表：白璧无瑕、白面儒冠、白水鉴心。

从表面上看，不管完美型人格的人有多复杂、多深沉，实际上，他们在内心深处有着单纯的追求和简单的幸福。虽然不能说他们是白纸一张，但也足够可以看得通透。

有时候，完美型人格的人捉摸不透，这并不是因为他们心机有多深、谋虑有多远，而是他们总在试图将一件事情的每一个细节都照顾到，每一点不确定性因素都考虑到。

因此，很多在他人眼中只需要按部就班就可以完成的事情，到了完美型人格的人手中总会被重新层层分解，变得复杂起来。正因如此，他们虽然能力强、目标明确、做事有条理，可是往往会被细节所误，陷入平庸者的行列中。

如果你是一个完美型人格的人，那么请记住四个字：“难得糊涂”。对大部分人来讲，这四个字是失败后的托词，但对完美型人格的人来讲，是通向成功的秘诀。

► Z 先生，成功学的“黑洞”

Z 先生是我的朋友，也是很多人的朋友。这里所说的“朋友”，指的是知交、至交，而非泛泛之交。

Z 属于最值得交往的那类人，真诚但不鲁莽，睿智但不狡猾，时常能给人一些启发、建议，但绝没有好为人师、居高临下的姿态。总的来说，作为朋友，他真是太完美了。

即便有这么多优点，Z 也从来不缺能力和眼界。事实上，如果以传统的标准来衡量的话，他不是个成功者，但也绝算不上失败者，因为他有一份普通的工作，拿着不多不少的报酬，过着不咸不淡的日子。

Z 对此不甚在意，他对自己的生活还算挺满意的。倒是我曾经不止一次地听到周围与 Z 相识的那些人说：“Z 这个人啊，论能力、论德行都不差，绝非池中物，奈何总是缺那么一点点运气，否则会很成功的。”

说实话，有时候我也会会有类似的想法，可我的职业不容许我将一个人的成败归结于命运。

所以，在很长一段时间里，我总在想：“到底是什么原



因让一个能力出众的人始终平庸呢？从心理学的角度去分析的话，其中有哪些必然和偶然呢？”

之后的三年里，我跟 Z 的关系与日俱增，对他的了解也越来越深。随着认识的加深，我越来越觉得他身上绝对存在优秀的品质，但他的“平庸”也并非偶然。

也许，很多人尤其是信奉所谓成功学的人对我的这个说法肯定不认同，因为成功学总是将“优秀”和“成功”画上等号，认为优秀的人必然会获得成功——当然，这种观点也并非全无道理。

可到了 Z 这里，成功学的“定理”失效了，因为他是一个成功学的“黑洞”。如果将他的人生历程以世俗标准加以演绎的话，会吞噬很多希望借助成功学鼓起勇气奋力前行者的希望之光。

大多成功学的观点认为，只要具备了如下品质，即可获得成功：

1. 思维细致缜密；
2. 做事全力以赴；
3. 不轻言放弃；
4. 成功具有冲击性；
5. 会被强烈的成就感所驱使。

而这些品质，Z 都有。