

# 《九型人格使用手册》

## 图书基本信息

书名：《九型人格使用手册》

13位ISBN编号：9787545901023

10位ISBN编号：7545901029

出版时间：2009-9

出版社：中原 鹭江出版社 (2009-09出版)

作者：中原

页数：241

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《九型人格使用手册》

## 前言

在每个人的生命花园里都有一座巨大的宝藏，它们是上天精心打造的，藏着实现完美人生需要的所有原材料。有的人已经开启了这座宝藏，他们的人生也因此魅力四射；有的人拥有宝藏却不自知，他们茫然四顾，脸上永远带着疲惫和焦虑，因此他们需要一张获得宝藏的地图。很幸运，我找到了这样的一张地图——九型人格。借助九型人格这张地图，我曾经帮助许多人，包括我自己，找到了宝藏。看着别人凄惶无助的脸逐渐变得坚定自信是人生中很美好的事情，我的职业使我有幸能够经常获得这种喜悦。“老师，如果早点获得这种工具，我的人生肯定比现在精彩十倍！”一天，一个学员诚恳地对我说。是啊，这样好的工具应该发挥它最大的功效，这就是我写本书的初衷。九型人格是远古时代口耳相传的智慧，也是一门实践学问。它把人的性格分为9类，对应9个号码，不同类型的人在不同的状况下会产生不同的行为。它对人们在自我认知、社会交往，甚至情感生活上面有着诸多的助益。因此，它备受美国斯坦福等国际著名大学MBA学员的推崇，并成为现今最热门的课程之一，近十几年来已风行欧美学术界及工商界，全球500强企业的管理阶层均有专人研习九型性格，并以此培训员工、建立团队和提高执行力。

# 《九型人格使用手册》

## 内容概要

《5分钟看透人心：九型人格使用手册(如何认识自我并影响他人)》将九型人格的理论与大量案例紧密结合，让你知道自己哪些地方需要提升以及如何提升，让你懂得如何跟上司打交道、怎样管理员工、如何创建健康团队、如何经营感情和婚姻，最终使你在事业、爱情、交际上获得成功。为什么有些人乐观，而有些人悲观？有些人喜欢出风头，而有些人非常低调？有些人喜欢独处，而有些人害怕寂寞？你知道其中的奥秘吗？这是因为人与人的性格千差万别。九型人格是一门关于性格的精深学问，它是认识自我的工具，也是人际交往的法宝。

# 《九型人格使用手册》

## 作者简介

中原，导师，山东教育卫视《名家论坛》特邀主讲人，性格领导力发起人之一，北京德融达首席导师，心态管理培训的权威人士，国内首批注册心理咨询师。擅长运用心态教练挖掘和重塑心智模式，培养高情商的成功习惯：擅长运用心态教练打造团队非凡执行力，催化团队业绩。主讲课程超过500场，现场互动对话超过8000小时，培训学员3万多人次，培训过国家外交部、国土资源部、北京电视台、三星集团、中石油、火箭股份、清华大学继续教育学院等数百家机构。创造心态培训的多项纪录，获得“金牌教练”、“心态大师”的美誉。著有畅销书《做最好的心态教练》。

# 《九型人格使用手册》

## 书籍目录

第一章 你是天使，也是魔鬼你的心中也有一个幽黑的山洞剥剥自己这颗洋葱头九型人格——认识自己的最佳工具九型人格——人际交往的法宝九型人格是经验不是理论九型人格的基本特征介绍第二章 1号——改革者1号的特征我是1号吗我是哪个层次的1号透视1号上司怎样管理1号员工1号的情感生活与适配号码第三章 2号——帮助者2号的特征我是2号吗我是哪个层次的2号透视2号上司怎样管理2号员工2号的情感生活与适配号码第四章 3号——促动者3号的特征我是3号吗我是哪个层次的3号透视3号上司怎样管理3号员工3号的情感生活与适配号码第五章 4号——艺术家4号的特征我是4号吗我是哪个层次的4号透视4号上司怎样管理4号员工4号的情感生活与适配号码第六章 5号——思想家5号的特征我是5号吗我是哪个层次的5号透视5号上司怎样管理5号员工5号的情感生活与适配号码第七章 6号——忠诚者6号的特征我是6号吗我是哪个层次的6号透视6号上司怎样管理6号员工6号的情感生活与适配号码第八章 7号——多面手7号的特征我是7号吗我是哪个层次的7号透视7号上司怎样管理7号员工7号的情感生活与适配号码第九章 8号——指导者8号的特征我是8号吗我是哪个层次的8号透视8号上司怎样管理8号员工8号的情感生活与适配号码第十章 9号——调停者第十一章 发展自我的窍门第十二章 利用九型打造健康团队后记：从九型到心态，由术而道的晋级

## 章节摘录

你心中也有一个幽黑的山洞在遥远的非洲部落有一个美丽的神话传说。在那里，哪个姑娘的项链越美丽，追求她的男性也会越多，所以姑娘们都以拥有美丽的项链为荣。部落有一个姑娘叫艾美，她善良、勤劳，也很漂亮，有许多男性追求她。这让村子里其他的姑娘很是嫉妒，于是她们想了一个恶作剧去戏弄艾美。艾美每天都会去村头的河边洗衣服。有一天，当艾美在洗衣服时，那些嫉妒她的姑娘们对艾美说：“艾美，你知道吗？这河里住着河神呢。如果你跳下去，河神就会送给你世上最美丽的项链。”艾美当然也很想得到世上最美丽的项链，于是她毫不犹豫就跳下了河。艾美在河里游啊游啊，在河的深处，她发现了一个幽黑的山洞。在山洞的入口处，站着一位长满脓疮、丑陋无比的老婆婆。老婆婆对艾美说：“可爱的姑娘，你抱抱我吧。”艾美觉得这个老婆婆好可怜，就毫不犹豫地走上前去紧紧地抱住了她。刹那间，艾美怀里丑陋的老婆婆变成了一位美丽的女神。原来这个老婆婆正是河神变的。为了嘉奖艾美的善良，河神送给艾美一条非常漂亮的项链。这条项链不仅漂亮，还有一种特殊的功能，它能够使佩戴者在恶魔面前隐身。河里住着河神，当然也住着河魔，带着项链的艾美成功地逃过了河魔的眼睛，顺利地回到了岸上。见艾美戴着漂亮的项链回到岸上，那些嫉妒艾美的姑娘们一下子惊呆了，不等艾美开口，立刻一个个争先恐后地跳下了河。到了河里，她们也发现了那个幽黑的山洞以及山洞口河神变成的丑陋老婆婆。老婆婆向他们出了同样的要求，而她们不但拒绝了老婆婆的要求，还恶言相向。被恶言辱骂的河神恢复了本来面目，生气地对她们说：“我本来已经给你们准备了漂亮的项链，但你们没有资格得到它。”姑娘们因为没有项链，很快就被河魔发现了行踪并被其吞噬，再也未能回到家乡。抛开这个神话传说中的善恶警示不谈，它其实暗示了我们的内心。在每个人的内心深处其实都有一个幽黑的山洞，而在山洞口都站着一个丑陋的自己。是的，我们每个人都是这样，一半是天使，一半是魔鬼，天使与魔鬼同在。天使代表积极正面，是人性的光辉；魔鬼代表消极负面，是人性的弱点。如果想认识自己，就要勇于面对自己丑陋的一面。大部分人都愿意面对自己天使的一面，而不愿意面对自己魔鬼的一面。如果别人夸我们有才华、口才好、有激情，我们就会很高兴。如果别人说我们不负责、自私，我们就会不高兴，常常辩解道：我不是这样的，你不了解我。《周易·说卦》上说，立天之道曰阴与阳，有白天和黑夜；立地之道曰柔与刚，有山川和河流。人和万事万物是相通的，既有光明的一面，也有黑暗的一面。当然，也有这种可能，你虽有魔鬼的一面，但它没有表现出来。比如你的家境很好，从小受的教育也很好，工作也很顺利，你从来没有遇到过逆境，没有遇到过低谷，这只是你魔鬼的一面没有表现出来，并不代表它在你身上不存在。就好像医学家说的，所有的人身上都有癌细胞，但这并不代表所有的人都有癌症一样。换句话说，你身上有魔鬼的基因并不代表你就是魔鬼。也许是你的素质、修养很高，你生活的环境很好，你活的境界很高，使魔鬼的基因战胜不了天使的基因，魔鬼的一面自然就表现不出来了。没关系，人就是因为有不好的一面，却能够活在很高的境界里而变得伟大的。剥剥自己这颗洋葱头马斯洛需求层次原理讲到，我们每个人都有五大需求：怎么实现马斯洛讲的这五大需求呢？我们需要通过自我认识、自我接受、自我肯定、自我呈现，从而达到自我实现的目的。我们首先要自我认识，认识自己的光明面和黑暗面，然后自我接受，自我接受中最难接受的是自己魔鬼的一面。只有自我接受了，才能自我肯定。只有自我肯定的人才能自信，才有能力面对自己的弱点。大部分的人都不能面对自己的弱点，但任何一个成功的人都是能够面对自己的弱点的。GE的前CEO杰克·韦尔奇，他退休后在哈佛做演讲。在演讲中，他说道：“我虽然给你们讲课口吃，但我依然自信。”是的，他从小就口吃，但这并没有影响他的成功。他能够接受自己，才会自信，才会获得成功。我们只有真正自信之后才能谈及人生的价值，如果没有自信，没有自我肯定，我们做的许多事都不一定是自己想要做的，而是因为受到别人的影响，或者是为了生理需求、安全需要才做的。自我认识是实现马斯洛五大需求至关重要的一步。在这里，我们用九型人格这种工具来认识自己和认识他人。我们每个人都是独特的个体，而每个个体在我看来就像是一颗洋葱头，有着层层包裹中的本我。每个人出生时就是一个本我，即自然、活生生的自己。然后，我们有了一些人生经历，也因此有了很多的价值观，这些价值观就像电脑软件，在操作和影响着我们。价值观外面是需求、动机，相当于我们通常所说的欲望。有了怎样的价值观，就会有怎样的欲望，而有了怎样的欲望，就会有怎样的恐惧、担心和思维模式。因此，有动机和需求的存在，我们在考虑问题时就不能忽略它们。思维外面是情绪。需求得不到满足，我们就会有这样或那样的情绪；有时就算需求得到满足了，我们可能也会有这样或那样的情绪。

# 《九型人格使用手册》

## 后记

九型人格由生发到现在，已经有2000多年的历史。它一直经久不衰，就好像中国的易经。它不是迷信，也不是玄学，而是非常人性化的东西，用现代心理学是完全能够解释得通的。有了九型人格这个工具，我们看人就能够先了解他的底牌、内心的动机，然后结合现实，再对他进行分析，这样就比较容易认识他了。而离开了九型人格这个工具，我们分析人就得从现实出发，这样要把握他的性格就有一定难度了。所以，这两者之间的差距太大了。就好像一辆车坏了，我们一下就能找到根由——发动机哪个螺丝松了。别人要找就要一个过程——根据车的声音先判断是否是发动机有问题，如果是发动机的问题，再看发动机最容易坏的是哪个部分，然后一步步找出问题所在，有着很强的逻辑性。人有两种能力：一种是逻辑思维能力，一种是直觉能力。很多学者会用逻辑来分析历史人物。比如分析曹操这个人物，学者们都是看《后汉书》怎么说，《三国志》怎么说……通过考证历史对他的评价，因此得出怎么样一个结论。这个过程不是普通人能够掌握的，它需要一套很严谨的方法。但这整个过程所用的论据其实都是古人的东西，而古人所学的东西其实也是很主观的东西，并不一定能还原史实。了解性格的好处是，它能使你的直觉能力更强，能运用直觉和性格的立体坐标，快速地定位一个人。再就是结合每个人的生活背景，对人的感受、本质进行剖析、挖掘和掌握，从而一下子就够准确地把握人的内在动机，甚至本质的规律——看到他做的事也就了解了 he 做事的动机和出发点，一看到出发点就能够预知结果了，同时也了解了这个人。

# 《九型人格使用手册》

## 编辑推荐

《5分钟看透人心：九型人格使用手册(如何认识自我并影响他人)》是风靡职场的识人指南，美国中央情报局必修课程，世界500强企业培训教材，中原导师主讲课程，超过500场为你详细解密九型人格。

《名家论坛》栏目自2002年开播以来，邀请数十位国内外精英人士登坛主讲，内容包括经济、管理、文化、养生和教育五类。《名家论坛》以名家独到的眼光，渊博的学识，精深的见解，敏锐的思维，深入浅出的表达形式，发人深思的深厚学理，铸就文化的殿堂、精神的家园。《名家论坛》联系实际，注重实用，追求恒远。

# 《九型人格使用手册》

## 精彩短评

- 1、四号。
- 2、有点好奇
- 3、性格决定命运,管理者的性格决定团队的方向和事业的成败,掌握性格领导力是事业成功的第一法门.  
3号
- 4、9种个性，全面挺全面的，但是框框定的太死。看完还是学不会什么。
- 5、没人在研究，觉得不可行。有点像心理测试。。哈哈。。
- 6、这本书对理解一些人的性格有帮助。
- 7、咖啡店图书...对自己和这本书都很无语..= =..
- 8、好啦，我知道我是第四型了！
- 9、九型人格使用手册内容很好
- 10、我看了一遍，觉得这个很难靠啊，应该是7号，可是看看1号，2号，8号，都还有点像啊，，，，这个以什么为参考标准啊，，，，纠结中，，，
- 11、效率，速度
- 12、九型人格 找回自己
- 13、贴标签之术
- 14、每个人都有着心底最深的恐惧和欲望，因而被书中的描述分成了九类。我是偏4号的9号。我承认自己，偏向于过基于意义的平和生活。
- 15、挺不错的，初学者可以看下。
- 16、感觉讲的不是很清晰，看了之后也不太明白如何运用。不过很喜欢人格和心理学，希望在找几本看看。或许这就是中国人写书的特点，目录性的总纲，只能让你了解一下。
- 17、我表示不能理解。。。唉。。。
- 18、还好吧~写到后面最后有些扯！但是前面分析内容还是挺好的！
- 19、挺有意思的一本书，不过要是让我去听这个课程，肯定是不行的，毕竟他说的东西我都比较容易理解
- 20、这本是另一本我推荐的九型人格，因为它非常的中国，写的很符合中国读者的胃口，虽然肯定有局限，但是大体说的靠谱。
- 21、看了大部分，老妈去开会拿回来的，就像在做心理测试，每个选项都总有一些可以自我代入
- 22、嗯 2-4-9
- 23、如果真是这样就太好了
- 24、5号？我怎么觉得不太像
- 25、讲的非常好
- 26、很简单的归类，非要写成一本书这么厚。
- 27、读了两次，还不能真正理解
- 28、4上1啊我去！
- 29、就一个字！快
- 30、3星半吧，作者是有诚意的~只是读者没那么有时间咀嚼重复信息~
- 31、做做测试，更好认识自我。废话蛮多，最后好快速的翻完了。
- 32、九型人格
- 33、如果不能发现自己的基本恐惧与欲望，而被其他人的成就与人格魅力所影响，选择与偶像走相同的人生轨迹，却并无他们的禀赋，最后只能越活越迷茫，越来越不快乐。终于读懂九型人格，它真的是手册，比理论来得实用些。
- 34、有点想吐血
- 35、就是做了一套题.....然后看看自己是什么人格！后来也就都忘记了.....
- 36、九型人格使用手册
- 37、我绝B是4号！
- 38、“2046是4号导演导出来的4号电影”+1。
- 39、国内讲九型人格比较好的一本书，比原著更容易理解，同时结合国内学员的案例分析，适合国内

## 《九型人格使用手册》

的读者。强烈推荐！

40、价格不贵合适

41、才不是自怨自艾的林黛玉呢哼！

42、期望很高，但很失望。

看了三遍（看了两遍过了段时间看第三遍），九个号码都没有在身边找到对应的人，甚至都不清楚自己是哪个号码。

不过至少让我看到了这个世界上人的多元化，人和人的差别还是挺大的。

43、以前对九型人格略有耳闻，我是第四型的，还是比较准哒！！

44、了解自己,认识自己,改变缺陷,提升优化.

45、阐述的见解很精辟，尤其是自测题，超准，不妨试一试。结合星座学会有更好的理解。

46、直接做测试，发现自己四号，其他的罗里八所一大堆，就是不确定，人很复杂之类的。

47、高平均分的Peacemaker..

48、我最强的三个依次是8（24），7（19），5（17）

49、嘻 两个人在图书馆大概花了两天一起边看边讨论 认清了自己深藏的基本恐惧和欲望 进一步确信了自己想要的东西 感觉自己略微人格模糊 难道我DID吗

50、哈，实在是.....

51、很粗略的看了一下，主要还是看的第四号，貌似我就是那个悲剧的类型。总是想了解自己，改变自己。但是，惰性惰性

52、总的来说，介绍的还是比较全面的

53、pdf get

54、《花样年华》就是4号导演用4号演员拍的4号电影。

55、垃圾

56、无甚新意...

## 精彩书评

1、和michael一起回天津，灯火车的时候在书店的畅销书架上看到的。其实，市面上这方面的书太多太多，这本书也没有什么特别出众的地方。只有一句话点醒了我，加深了自己对自己的了解，也不枉费正价买了这么一本书：)

2、1；完美型+爱秩序：古板，规矩：小丽？孔子-一偏二，鲁迅？李连杰及其演出角色、郭靖、包拯、2助人型：赵萌，李兰 雷锋、贾母、包惜弱-因为爱心泛滥-见名字、德兰修女、贾政3：成就型+表演型人格：领导多 会忽悠 不择手段 动用所有资源往脸上贴金 鼠目寸光 爱面子，政坛上3好多因为会左右逢源：刘邦、【宋江3偏2】、【周瑜3号：嫉妒好胜，稍微偏4因为通晓乐理】【袁绍-公子哥+纨绔子弟】奥巴马、希拉里、孙悟空、贾雨村、薛宝钗、特定年代前往深圳、海南打拼投机的人、【典型的东北人三号偏2号】4：有艺术气质：【苏轼四号偏五号】、杜甫、罗大佑、李宗盛、李后主、宋徽宗、王菲、林黛玉、张国荣/迈克尔杰克逊、5：智慧型+爱知识：对权势不感兴趣、沉浸在思维中，对别人的感受不感兴趣：比尔盖茨、柳传志、爱因斯坦、康德、诸葛亮、黄药师、6忠诚型：惶恐、忠诚服从，部队里面最多：武松/刘备 小布什、沙僧、吃苦耐劳+脚踏实地、梅超风、岳飞、关羽、文天祥7活跃+开朗型+享乐型：韦小宝，【李逵+鲁智深 七号偏八号】乾隆、李白、曾志伟、猪八戒、贾宝玉、八旗子弟、今朝有酒今朝醉、老顽童、洪七公、史湘云、张飞/各种瘾君子8领袖型+能力型+爱权力：帝王多：me 康熙 雍正【慈禧-八偏七，七是因为慈禧贪图享受玩乐】武则天、项羽、赖斯、成龙、曹操、阿拉法特、默克尔、查韦斯、王熙凤、成吉思汗、晁盖、探春9：适合当宰相辅佐别人：爷爷/爸爸、姜子牙、唐僧、一灯大师、虚竹、甘地、周恩来、迎春、

3、《九型人格使用方法--认识自我并影响他人--名家论坛第57部》内容介绍： 性格决定命运！管理者的性格决定团队的方向和事业的成败！掌握性格领导力是事业成功的第一法门！ 《九型人格心理学》--美国目前最热门叫座的一项心理研究课程，美国中央情报局（CIA）使用他协助了解各国领袖的行为。 对人赶兴趣的你怎能不了解它？每天接触人怎么能把握好每次机会达成目标？怎么样让你与人沟通的效率事半功倍？ 工欲善其事，必先利其器！掌握21世纪洞悉人心的利器——《九型人格》！得人心者得天下！ 带来的讯息——认知每种性格的存在，接受每种性格存在的价值，尊重每种性格的使命，协助每种性格发挥自己的才能，发自内心深处对每种性格的人真正的包容。 人尽其才——非常清晰的看到自我的优点、缺点、盲点、特点，支持自我健康成长；看懂上司、下属是那一型性格的人，得其心则得其人，得其人则尽其所能。

<http://www.qgcd.com/product.asp?id=2627>

4、《九型人格使用手册》我是一口气读完的，它之所以能深深吸引我，除了富有趣味性以外，还有内容可读性比较强、文笔通俗流畅等因素，不过最吸引我的不在此，而是来源于生活的大量活生生的案例，涉及情感、事业、管理、团队、名人、城市等，具有很强的实用性。它就像一部生活百科全书，给予我们了解自己和他人的智慧，给予我们成长的智慧。作者结合自己多年的工作经验，根据各种人的真实行为，很周详地记录了1—9号的性格特征、欲望、表现、行为，这对我们细致地了解自己或他人是哪一性格类型有很大帮助。过去，我们总是根据表层行为来判断一个人的性格。我就一直认为自己是典型的7号，别人也大都说我是7号，但是看了这本书以后，我才发现自己竟然是个原原本本的9号，只是在周围环境的影响下才体现出明显的7号特质。所以，要判断一个人的性格，不是以表层行为为出发点，而是以行事的最初动机，也就是内心的基本欲望和基本恐惧为出发点。一个人有什么样的价值观就会有怎样的动机，当我们有某方面的需求时，我们的注意力就会向那个方向发展，内心的注意力也就通过行为这个桥梁，把我们与周围的环境和他人联系在了一起。识人，内心是关键，表面的行为和习惯只能当作参考。经常有人说“你太不了解我了”，可见洞穿一个人的内心何其难，我们亟需一种便捷而有效的识人工具，《九型人格使用手册》正好为我们提供了这样一种工具。当然，我们不能把它仅仅当作是一种引导我们识人的工具，因为我们不是只想知道自己是哪一种性格号码，或是给自己或他人贴上性格的标签，我们的目的是为了更好地了解自己与他人，所以它也是一种智慧，它可以帮助我们直击隐藏于千姿百态下最真实的本我。在现实生活中，我们对性格有一定的偏见，认为性格是分好与坏的。性格好的人招人喜欢，容易与人和平相处，爱情、事业各方面都会比较顺利，而性格不好的人，往往会遭遇各种挫折，因而我们容易把一切坏结果归咎于性格，认为是“性格使然”。而中原老师告诉我们，各种性格都有优点和局限，但性格没有好与坏，我们每个人的生命花园里都有一座宝藏。有的人活得很精彩，是因为他们找到了生命中的宝藏；反之，则是因为他们还没找

到生命中的宝藏。《九型人格使用手册》教我们如何找到生命中的宝藏，使我们认识到：很多人活得不精彩，就是因为无法面对自己性格中的缺陷。其实性格缺陷不是产生问题的原因，逃避、否定自身的性格缺陷才是产生问题的原因。我们不必和自己的性格较劲，不是要把这部分性格删除，而是应该去把这部分性格“升华”。这本书可以帮助各种性格类型有效地集中自己的注意力，摆脱限制性的习惯与行为，从中实现良好的自我发展与和谐的人际沟通。有个朋友，他本质不坏，可就是喜欢开玩笑，经常“把自己的快乐建立在别人的痛苦之上”，他自己却完全没有察觉，因此和同事的关系总是变得很糟，几度辞职，搞得自己极度郁闷。后来，在至亲好友的点拨下，他了解到是自己嘴巴惹的祸，所以在行为处事中，他开始注意自己的言语，和同事的关系也就慢慢好了起来，事业也蒸蒸日上。了解自己，才能有方向性地提升自己，有利于扬长避短。了解他人，才能知道他们的优势和劣势，知道他们在特定情势下的反应和行为。现在，很多外企流行个性测试，就是任聘者在面试之前都要先做一套测试题。管理者以此来检测任聘者的内心性格，看跟那个岗位是不是符合。假如你是管理者，你对下属的性格有所了解，你就会很清楚什么样的人应该用在什么样的岗位上，这对你和你的企业有百利而无一害。去年，最热门的职场话题是“杜拉拉”，我想今年职场最热门的话题就是“九型”！每一种性格的人对这个世界的看法都是不一样的，但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，以至于我们会有这样那样的不理解和冲突产生。这本书告诉我们，要走出自己的固有观念，去感受他人的思想，设身处地地为他人着想。当你能够站在他人的立场，透过他人的眼睛来看这个世界时，你立刻就会发现，没有哪种性格是完美无缺的。这样，你就会拥有一颗包容的心，在错综复杂的社会关系网中，你就能如鱼得水，与身边的人和谐相处。希望能跟更多的人一起分享它的智慧，努力去达成人生的理想与幸福！

5、测试得分如下：4号艺术家25 9号调停者22 6号忠诚者21 5号思想家20 1号改革者15 3号促动者14 7号多面手12 2号帮助者9 8号指导者6 感觉自己向9号和5号多些，尤其是缺点部分，那么要发展自我就要9上3，5上8

6、九柱图（Enneagram），“ennea”为希腊文，是“九”的意思，“gram”是图形的意思，“Enneagram”原意就是一个有9个方位的图形。而在性格形态学里面，这9个方位代表九种人格。因此，Enneagram被我们赋予了“九型人格”之意。在古希腊，传说天是由9根柱子支撑起来的。9种人格气质无所谓好坏，1-9号都有着不同的使命；我们的使命决定了我们善于做什么，不善于做什么：1号说，我的使命是公正和善良；2号说，我的使命是把爱带给人间，我的世界就是爱的世界；3号说，我的使命是建功立业，光宗耀祖，名垂千古；4号说，我的使命是把独特的美带给人类，我的一生都在不断创新，创造独特、另类的东西；5号说，我把所有人的经验归纳总结成书，把知识带给世界；6号说，我把忠诚带给这个世界；7号说，我的使命就是快乐；8号说，我是要做指挥者的，我的使命就是权势；9号说，一个8号带着一帮人在建立自己的王国，另一个8号也带着一帮人在建立自己的王国，两个王国一旦接壤就有冲突，所以我摇着橄榄枝来到了这个世界，把和平带到了这个世界。1号完美主义者：2号给予者：3号实干者：4号悲情浪漫者：5号思考观察者：6号怀疑论者：7号享乐主义者：8号保护者9号和平调停者

人有三种智慧中心：脑、心、腹，九型人格的9个号码分属于这三个智慧中心。2号、3号、4号是用心生活的人，注重情感；5号、6号、7号是用脑生活的人，非常理性；8号、9号、1号是用腹生活的人，依靠本能生活，注重生存，最关注自己与周围的环境能不能被接受。以脑为主导的是5号、6号、7号，它们是思考主导（Thinking Centre）型的号码，以思想为原驱力。以心为主导的是2号、3号、4号，它们是情感主导（Feeling Centre）型的号码，以感情为原驱力。（2号在乎人，3号在乎事，4号在乎自己感受）以腹为主导的是1号、8号、9号，它们是本能主导（Instinct Centre）型的号码，以行动为原驱力。在人际关系上，这9个号码也是有区别的。1号、2号、6号属于顺从型，独立性较差，容易不加批判地接受别人的意见，照别人的意愿办事，在紧急困难情况下易惊慌失措。4号、5号、9号属于抽离型，难以融入某个团体中。3号、7号、8号属于对抗型，喜欢跟别人抬杠。

九型人格每个号码最显著的区别就是基本恐惧和基本欲望，其他的东西都只是一种行为外在表现。1号的特点是完美主义，基本恐惧是怕做错事、变坏。所以，不好的习惯，1号几乎没有；有恶习的人，1号敬而远之；不好的场合，比如歌舞厅、夜总会等，1号严于律己；如果1号是领导的话，一般会两袖清风，一尘不染。在1号眼里，世界黑白分明，对就是对，错就是错。1号做事公正，一碗水端平。1号的道德感比一般人高，任何触碰其道德线的事都会令其内心产生负罪感，从而会过度地批判自己，有时甚至会批判周围的人。感情是1号最不擅长的。对于感情，1号的处理方式总是压抑，他会把多余的精力都投入到工作当中，以此来淡化感情。1号把工作交给别人

总是不太放心，他会重复很多遍。1号喜欢吹毛求疵。1号的孩子拿着试卷回家，说：“妈妈，我得了98分。”1号的回答肯定是：“那两分呢？”这就是1号，他从来不会先给予肯定，而总是先看到不足。

逆境中的1号很容易形成强迫型人格：吹毛求疵，过度要求，高度控制，自我批判，追求高度自律、他律，支配，驾驭，完美主义。典型的1号：时刻在告诫自己必须要做正确的事；每天上班经常都走同一条路线；每天上厕所都很有规律，上午一次下午一次；即便逛商场有很多的洗手间，也愿意每次都去同一间；逛街时很少能买到合适的衣服，因为实在找不到各方面都完美，符合其标准的衣服！

职业

适合1号从事的职业：会计、医生、护士、军人等

情感

1号有很强的责任心，他对感情很专一；1号有很高的道德底线，始乱终弃的事情他是不会做的。但是1号追求完美，所以他难以找到最中意的人。总之，完美主义者总是在寻找完美的爱情，他们难以接受一个有缺点的人。

2号的基本恐惧是不被爱，不被需要。2号是最感性的号码，对人很友善，喜欢帮助别人，可他们从来没有考虑过自己的“帮助”是否让别人舒服，是否是别人所需要的。有时会做一些事来取悦你，吸引你前来被爱。总是扮演被需要者，希望自己是有帮助的，至于怎么用都没关系，是利用也好，是使用也罢，都不在乎。2号非常在意他人的认可，家人的幸福与和谐是其最在意的。常常笑容可掬，笑是2号的第一语言。顺境中的2号是一个大爱者。感性，热心，友善，取悦人，时常感觉自己付出得不够，乐于助人，甘于牺牲，占有欲强，有感情账簿。不注重金钱也是2号的特征。

逆境中2号容易形成表演型性格：

取悦人，过分友善，太关注别人的处境，太过慷慨，过分阿谀奉承，内心极度空虚，身处逆境的时候，就会对自身的价值不敢肯定，也不知道别的恭维是真的还是假的，对爱的极度需求，享乐主义，具高度诱惑性，任性，戏剧化表现（吸引人注意），不要求/不允许别人帮助，感情易受牵制，反智主义。感觉不被爱、不被关心了就特别容易跟人翻旧账。

职业：2号最适合在人与人之间善于沟通的环境中工作，因为他特别喜欢跟人接触。适合的工作：护士、演员、教师、社区服务人员等。

情感

对于自己

心仪的人，2号会根据对方的要求来塑造自己，完全忽视自我。2号希望自己能够帮助伴侣发挥他的潜能。2号女人很居家，2号找伴侣的基础是真爱，不在意对方的家庭背景，社会地位，而最在意的是你对他用心是否真诚。

3号的基本恐惧是没有成就，不被认可。3号的价值体现在荣誉和成就上

，3号的基本欲望是被大家接受。3号不仅要成功，而且还要得到大家的敬仰，因为他是重视名利的人。3号喜欢让人看到自己好的一面，喜欢出风头。3号特别有激情，喜欢跟人打成一片。目标感很强。喜欢学习。所以每天他都会很忙。对3号来说，家就像客栈，大部分3号都是工作狂，除了那些已经实现个人成就的之外。他觉得自己有成就了，别人就会更爱他。在有需要、有目的他才讲话，不需要的时候他是不会讲的。

逆境中的3号为达到目的会不择手段，自私自利，喜欢说谎，投机性强。有时甚至会有躁狂倾向，虚荣，急功近利，高度戒备，情绪易波动。3号会用一些微不足道的成就来自欺欺人，因为他害怕没成就。3号做出成就，是为了让别人看到他是不起飞的。如果他觉得自己没成就，他就会觉得自己没价值，失败=没有价值=没用因此会躲起来不见人。

职业

3号喜欢跳槽，喜欢挑战，对他来说，越少规矩越好。3号为了成功会不择手段，喜欢支配别人，竞争心超强，没竞争就没兴趣，在哪儿都喜欢争上游，喜欢做第一。适合的职业：销售、谈判专家、广告策划、公关、化妆师、明星、现场主持人。

情感

3号寻找自己的

终身伴侣时目标明确，他要求对方必须有特长值得他炫耀。3号的对象必须在某方面有值得他去炫耀的东西。只要他的需求得到满足，他就会扮演好自己的角色。工作上3号会通过忙碌的工作来阻止亲密情感的产生，婚姻生活中则喜欢负责所有的对外接触、与他人讨价还价和决策安排等。

4

号的基本恐惧：没有独特的自我认同或存在意义；基本欲望：寻找自我，在内在经验中找到自我认同

4号是凡事从个人感受出发，感受是第一位。如果感受好，表现就很好；如果感受不好，表现就不好。他的感觉也非常敏锐，并忠于自己的感受，开心就是开心，不开心就不开心。4号喜欢独特的经验，没有经历过的事情他都想体验一番。内心感受很丰富，且富有变化。喜欢根据自己内心感受的不同而选择不同风格的服饰的。4号喜欢幻想，容易抽离，是悲情浪漫主义者，一生致力于追求独特的体验和感受；喜欢活在过去、沉溺于痛苦，同时，4号也拥有着出色的感受力与创造力。

逆境中的4号偏向抑郁性人格，非常抑郁，可能会有自我伤害的行为也可能有一些破坏人际关系的行为；喜欢自我封闭，一般有两种形式：一种是玩失踪，他把手机一关，谁也找不到他；一种是把心封上，他一旦情感受伤，就会把心锁上，再也不打开心扉跟人交往了。逆境中的4号总是从多角度看事物，内心的感受太丰富，因此很容易产生无助无望的感觉，喜欢沉浸在痛苦中享受痛苦的感觉，很喜欢受伤的感觉，总是把自己描述成受伤害的一方，希望得到别人的同情。常感觉自己是一个非

常特别的人，喜欢的东西就要跟别人不一样，经常想到过死亡，自认为对生命的理解比别人都深刻；以自我为中心，非常自信，没有任何偶像，甚至在专业领域也没有偶像，不觉得谁做得最好，或是谁做得比自己好，4号的偶像只会是自己。

**职业** 喜欢自由自在的工作，而不喜欢做重复性的工作；喜欢做独行侠，独自一人工作，而不喜欢跟大家一起工作。适合的职业：诗人、作家、艺术家、设计师。

**情感** 4号喜欢扮演受害者，渴望一个不用言语就能明白他的心的人、一个凭眼神就能与他交流的人。4号害怕被遗弃，害怕失去爱，害怕找不到真实的自我；4号在情感生活上特别注重感觉，他一生都在寻找一个懂他的人，一生都在追求这样一种理想状态的爱情。4号是索取型的爱，喜欢别人爱自己，用自己内心的美感、魅力来吸引别人爱他。4号的爱情通常是分分合合的，4号和3号是天设地造的一双。

**5号的基本恐惧是无助、无知、无能。基本欲望：能干，知识丰富。** 5号热衷于热衷于寻求知识，喜欢分析事物及探讨抽象的观念，从而建立理论架构；越深刻、越抽象的东西，他越喜欢分析，尤其喜欢抽象的理论架构；最喜欢成为某一方面的专家，拥有超强的好奇心，对未知知识有着强烈的兴趣。5号工作很卖力，专注于研究，社会上很多新的观念、新的价值观都是5号提出来的。5号不喜欢群体运作，不喜欢遵守规则，而喜欢独自思考问题。5号具有很强的逻辑分析能力，他的分析一般都不太需要别人的启发。

**逆境中的5号，**自视清高，自觉高人一等，愤世嫉俗，5号本来就是喜欢孤立的人，他的愤怒和不平更容易使他自我孤立，对人往往是排斥或敌对的态度。逆境中的5号不出家门，也不喜欢跟人接触，因此不善于搞人际关系，给人很冷血的感觉。一般逆境中的5号喜欢躲在家里评判世界，犹如生命的旁观者。对物质生活要求很低，只要能维持生存和思考就可以了。喜欢妄想和夸大，行动缓慢，只想不做，想过就等于做过。

**职业** 5号最喜欢做理论性和逻辑性强的工作。工作越复杂越好，而且最好没有时间限制，也没有人管。从职业的角度来看，5号更适合做咨询。把一件事想清楚了再说出来，然后让企业去做，我的这种状态也挺适合我的工作的。适合职业：咨询师、大学教授、科研机关

**情感** 男5号喜欢追求漂亮一点的女性，既聪明又漂亮的女性是他们的最爱。虽然他们对吃喝要求不高，但对伴侣的思想和面貌要求挺高。5号很冷漠，既不会做家务，也不会照顾自己。5号和9号是一对比比较合拍的夫妻。

**6号内心的恐惧是怕被人抛弃，怕没人支援；基本欲望就是得到别人支援以及有安全感。** 6号有一种喜欢被虐的倾向，生活太顺的话，他就会觉得没有安全感。6号有时候内心充满矛盾，对一些值得信赖的人不知道是依赖还是独立，防卫心特别强。逆境中的6号过度谨慎，因而显得格外懦弱。很多人一般不会去想20年后的事情，6号则会把20年以后、30年以后，甚至是死之前的事都想到。因此，他总少不了恐惧和担忧甚至有些妄想狂型性格：

所有的号码都只代表一种性格，唯独6号代表的有两种：一种叫P6（Phobic 6），即正6，也称惶恐6；一种叫CP6（Counter Phobic 6），即反6，也称先发制人6。惶恐6什么都怕，没钱时怕穷，有钱时怕被人绑架；阴天怕风湿，晴天又怕晒得长斑……CP6则是怕什么就做什么，怕你骂他，他先骂你；怕你打他，他先打你；怕狗咬就开养狗场；怕水就去学游泳……6号在人前和人后的表现是不一样的，如果在家是P6，那在外边就是CP6；如果在家是CP6，那在外边就是P6。

**职业** 喜欢当打工仔，不是他不喜欢当老板，而是他没有安全感。在工作当中他经常犹豫不决，事情想好了，却不敢冒险。没有胆量，没有安全感，没有决断力，因而容易妥协。6号会从工作中寻找安全感，一个单位如果没有大的闪失，安安稳稳的，6号会待上5年、10年、20年，甚至一辈子。

**情感** 6号会从婚姻中寻找安全感。一般情况下，6号要么很早就结婚，要么很晚才结婚。如果家人没有给他安全感的话，他就会找个人早早地结婚；如果家人给他安全感的话，他则会晚婚。他们虽然有些木讷，但为人特别厚道，对爱情也特别忠诚。6号的最佳适配号码是最有力量的8号。

7号需要保持高度的兴奋。同时参与多项活动，对很多事情都感兴趣。喜欢保持感情的高峰状态。保持多种选择，并把这当作一种避免对单一任务进行承诺的工具。用快乐的精神活动，例如谈话、计划和思考，取代深层的接触。避免与他人发生直接冲突。喜欢把信息相互关联，进行系统分析，这种注意力方式可能导致从有困难、有限制的任务中理智性地逃脱，或者从不相关、看似矛盾的观点中，找到不寻常的联系和相似点。

**8号控制个人的占有物和空间，控制那些可能影响自己生活的人。具有进攻性，公开表达自己的愤怒。关注正义，喜欢保护他人。把打架和性爱当作与他人接触的方式。相信那些在正面冲突中不退缩的人。把过度看成克服厌倦的良药。例如，夜生活、疯狂娱乐、彻夜狂欢、暴饮暴食等等。以意识到自我的依赖性。当别人爱上他们时，他们会透过各种方式拒绝真实情感。例如，离开、认为无聊、或者暗自谴责自己对他人的误导。“要么全有要么全无”的关注方式，常常把所有事物极端化。他人要么是强大的，要么是弱小的、要么是公平的，要么是不公平的**

，没有中间类型存在。这种注意力的关注方式可能导致无法认识到自身的弱点，支持自身感到唯一安全的“合法”观点，而否定其他观点；或者在帮助其他人的过程中给予适当的力量。9号基本恐惧：我若不和善，就没有人会爱我。基本欲望：追求和平9号须花长时间作决定，难于拒绝他人，不懂宣泄愤怒；显得十分温和，不喜欢与人起冲突，不自夸、不爱出风头，个性淡薄。想要和人和谐相处，避开所有的冲突与紧张，希望事物能维持美好的现状。忽视会让自己不愉快的事物，并尽可能让自己保持平稳、平静。温和友善、忍耐、随和、怕竞争、无法集中注意力，有时像梦游、不到最后一分钟不会完工、非常倚赖别人的提醒、注意力集中在细节、次要的事、对大多数事物没有多大的兴趣、不喜欢被人支配、绝不直接表达不满，只是阳奉阴违。做事缓慢，易懒惰、抑压，生活追寻舒服。不太清楚自己想要什么，显得优柔寡断。主见会比较少，宁愿配合其他人的安排，做一个很好的支持者，通常以比较被动。与世无争，渴望人人能和平共处，很怕引起冲突，是不显眼的。由于从不试图突出自己，你们会比较怕羞、怕事，也很容易有躲懒的意欲，因为喜爱和平，不喜爱辛劳，所以做事不主动，不容易成功。读书时的笔记：1号：改革者（孙中山）怕错怕变坏，黑白分明，公正节制秩序，有原则，自律，责任心2号：帮助者（邓丽君）爱别人，和谐，感性，友善，取悦人，不在乎钱3号：促动者（汤姆克鲁斯）名利和成就，爱出风头，在意形象，实用主义者，工作狂，投机性强，张扬4号：艺术家（三毛）个人主义者，悲情浪漫主义者，浪漫幻想，情绪化，易抑郁，追求独特体验5号：思想家（比尔盖茨）热衷知识，喜欢分析食物，不行动；旁观者，不喜欢被打扰6号：忠诚者（岳飞）责任感第一，执行者，容易与人建立亲密关系，对安全感重视认同并服从权威面对异己者，变得优柔寡断，过度谨慎7号：多面手（蔡澜 韦小宝）外向，见闻广博，物质主义者，搜索新事物，追求快乐，享乐主义者8号：指导者（蒋介石）决定生命中的路向，做强者冒险，掌舵者，创业者，任性好战，彻底的自由主义者，报复心重，防卫性强9号：调停者（里根）内在平静安稳，不求调整，宿命论，可以没个性乐观，怕与人冲突慢，喜欢逃避随遇而安以脑为主导的是5号、6号、7号，它们是思考主导（Thinking Centre）型的号码，以思想为原驱力。以心为主导的是2号、3号、4号，它们是情感主导（Feeling Centre）型的号码，以感情为原驱力。（2号在乎人，3号在乎事，4号在乎自己感受）以腹为主导的是1号、8号、9号，它们是本能主导（Instinct Centre）型的号码，以行动为原驱力。2号 VS 4号2号是通过付出换取别人的爱；4号是用自己内心的美感魅力吸引别人的爱4号 VS 7号4号最内向7号最外向8号 VS 3号8号会选最难走的路，3号则避重就轻8号爱面子，但会做到名符其实；3号爱面子 虚荣

7、在每个人的内心深处其实都有一个幽黑的山洞，而在山洞口都站着一个丑陋的自己。是的，我们每个人都是这样，一半是天使，一半是魔鬼，天使与魔鬼同在。天使代表积极正面，是人性的光辉；魔鬼代表消极负面，是人性的弱点。如果想认识自己，就要勇于面对自己丑陋的一面。《周易·说卦》上说，立天之道曰阴与阳，有白天和黑夜；立地之道曰柔与刚，有山川和河流。人和万事万物是相通的，既有光明的一面，也有黑暗的一面。大部分人都愿意面对自己天使的一面，而不愿意面对自己魔鬼的一面。如果别人夸我们有才华、口才好、有激情，我们就会很高兴。如果别人说我们不负责、自私，我们就会不高兴，常常辩解道：我不是这样的，你不了解我。当然，也有这种可能，你虽有魔鬼的一面，但它没有表现出来。或者，你能够很好的控制魔性，不让它反过来控制你。就好像医学家说的，所有的人身上都有癌细胞，但这并不代表所有的人都有癌症一样。换句话说，你身上有魔鬼的基因并不代表你就是魔鬼。没有人的内心一尘不染，没有人的童年没有阴影，没有人对过去毫无遗憾，正因为有这些缺憾，才让我们的生命更弥足珍贵。我们每个人都是独特的个体，而每个个体在我看来就像是一颗洋葱头，有着层层包裹中的本我。每个人出生时就是一个本我，即自然、活生生的自己。然后，我们有了人生经历，也因此有了价值观，价值观外面是需求、动机，相当于我们通常所说的欲望。需求外面是情绪。需求得不到满足，我们就会有这样或那样的情绪；情绪外面是行为。一个人有什么样的价值观就会有什么样的动机；有什么样的欲望就会有什么样的恐惧。我们每个人就好像一颗洋葱头，剥到最后的本我都是差不多的，我们都是透过价值观、需求和情绪而行动的。性格决定习惯，习惯决定你跟周围人的互动，从而决定你做事的效率。而性格和习惯又会影响你最终的成就，决定你的家庭，决定你的情感，决定你的命运。这就是“性格决定命运”。除了性格，习惯还有另一个影响因素--心态。如果性格是横坐标的话，那么心态就是纵坐标，这两者决定了我们的生活层次。九柱图（Enneagram），“ennea”为希腊文，是“九”的意思，“gram”是图形的意思，“Enneagram”原意就是一个有9个方位的图形。而在性格形态学里面，这9个方位代表九种人格。因此，Enneagram被我们赋予了“九型人格”之意。在古希腊，传说天是由9根柱子支撑起来的。9种人格气

## 《九型人格使用手册》

质无所谓好坏，1-9号都有着不同的使命；我们的使命决定了我们善于做什么，不善于做什么：1号说，我的使命是公正和善良；2号说，我的使命是把爱带给人间，我的世界就是爱的世界；3号说，我的使命是建功立业，光宗耀祖，名垂千古；4号说，我的使命是把独特的美带给人类，我的一生都在不断创新，创造独特、另类的东西；5号说，我把所有人的经验归纳总结成书，把知识带给世界；6号说，我把忠诚带给这个世界；7号说，我的使命就是快乐；8号说，我是要做指挥者的，我的使命就是权势；9号说，一个8号带着一帮人在建立自己的王国，另一个8号也带着一帮人在建立自己的王国，两个王国一旦接壤就有冲突，所以我摇着橄榄枝来到了这个世界，把和平带到了这个世界。1号完美主义者：2号给予者：3号实干者：4号悲情浪漫者：5号思考观察者：6号怀疑论者：7号享乐主义者：8号保护者9号和平调停者人有三种智慧中心：脑、心、腹，九型人格的9个号码分属于这三个智慧中心。2号、3号、4号是用心生活的人，注重情感；5号、6号、7号是用脑生活的人，非常理性；8号、9号、1号是用腹生活的人，依靠本能生活，注重生存，最关注自己与周围的环境能不能被接受。以脑为主导的是5号、6号、7号，它们是思考主导（Thinking Centre）型的号码，以思想为原驱力。以心为主导的是2号、3号、4号，它们是情感主导（Feeling Centre）型的号码，以感情为原驱力。以腹为主导的是1号、8号、9号，它们是本能主导（Instinct Centre）型的号码，以行动为原驱力。在人际关系上，这9个号码也是有区别的。1号、2号、6号属于顺从型，独立性较差，容易不加批判地接受别人的意见，照别人的意愿办事，在紧急困难情况下易惊慌失措。4号、5号、9号属于抽离型，难以融入某个团体中。3号、7号、8号属于对抗型，喜欢跟别人抬杠。九型人格每个号码最显著的区别就是基本恐惧和基本欲望，其他的东西都只是一种行为外在表现。1号的特点是完美主义，基本恐惧是怕做错事、变坏。所以，不好的习惯，1号几乎没有；有恶习的人，1号敬而远之；不好的场合，比如歌舞厅、夜总会等，1号严于律己；如果1号是领导的话，一般会两袖清风，一尘不染。在1号眼里，世界黑白分明，对就是对，错就是错。1号做事公正，一碗水端平。1号的道德感比一般人高，任何触碰其道德线的事都会令其内心产生负罪感，从而会过度地批判自己，有时甚至会批判周围的人。感情是1号最不擅长的。对于感情，1号的处理方式总是压抑，他会把多余的精力都投入到工作当中，以此来淡化感情。1号把工作交给别人总是不太放心，他会重复很多遍。1号喜欢吹毛求疵。1号的孩子拿着试卷回家，说：“妈妈，我得了98分。”1号的回答肯定是：“那两分呢？”这就是1号，他从来不会先给予肯定，而总是先看到不足。逆境中的1号很容易形成强迫型人格：吹毛求疵，过度要求，高度控制，自我批判，追求高度自律、他律，支配，驾驭，完美主义。典型的1号：时刻在告诫自己必须要做正确的事；每天上班经常都走同一条路线；每天上厕所都很有规律，上午一次下午一次；即便逛商场有很多的洗手间，也愿意每次都去同一间；逛街时很少能买到合适的衣服，因为实在找不到各方面都完美，符合其标准的衣服！职业适合1号从事的职业：会计、医生、护士、军人等情感1号有很强的责任心，他对感情很专一；1号有很高的道德底线，始乱终弃的事情他是不会做的。但是1号追求完美，所以他难以找到最中意的人。总之，完美主义者总是在寻找完美的爱情，他们难以接受一个有缺点的人。2号的基本恐惧是不被爱，不被需要。2号是最感性的号码，对人很友善，喜欢帮助别人，可他们从来没有考虑过自己的“帮助”是否让别人舒服，是否是别人所需要的。有时会做一些事来取悦你，吸引你前来被爱。总是扮演被需要者，希望自己是有帮助的，至于怎么用都没关系，是利用也好，是使用也罢，都不在乎。2号非常在意他人的认可，家人的幸福与和谐是其最在意的。常常笑容可掬，笑是2号的第一语言。顺境中的2号是一个大爱者。感性，热心，友善，取悦人，时常感觉自己付出得不够，乐于助人，甘于牺牲，占有欲强，有感情账簿。不注重金钱也是2号的特征。逆境中2号容易形成表演型性格：取悦人，过分友善，太关注别人的处境，太过慷慨，过分阿谀奉承，内心极度空虚，身处逆境的时候，就会对自身的价值不敢肯定，也不知道别的恭维是真的还是假的，对爱的极度需求，享乐主义，具高度诱惑性，任性，戏剧化表现（吸引人注意），不要求/不允许别人帮助，感情易受牵制，反智主义。感觉不被爱、不被关心了就特别容易跟人翻旧账。职业2号最适合在人与人之间善于沟通的环境中工作，因为他特喜欢跟人接触。适合的工作：护士、演员、教师、社区服务人员等。情感对于自己心仪的人，2号会根据对方的要求来塑造自己，完全忽视自我。2号希望自己能够帮助伴侣发挥他的潜能。2号女人很居家，2号找伴侣的基础是真爱，不在意对方的家庭背景，社会地位，而最在意的是你对他用心是否真诚。3号的基本恐惧是没有成就，不被认可。3号的价值体现在荣誉和成就上，3号的基本欲望是被大家接受。3号不仅要成功，而且还要得到大家的敬仰，因为他是重视名利的人。3号喜欢让人看到自己好的一面，喜欢出风头。3号特别有激情，喜欢跟人打成一片。目标感很强。喜欢学习。所以每天他都会很忙。对3号来说，家就像客栈，大部分3号都是工作狂，除了那些已经实现

个人成就的之外。他觉得自己有成就了，别人就会更爱他。在有需要、有目的他才讲话，不需要的时候他是不会讲的。逆境中的3号为达到目的会不择手段，自私自利，喜欢说谎，投机性强。有时甚至会有躁狂倾向，虚荣，急功近利，高度戒备，情绪易波动。3号会用一些微不足道的成就来自欺欺人，因为他害怕没成就。3号做出成就，是为了让别人看到他是了不起的。如果他觉得自己没成就，他就会觉得自己没价值，失败=没有价值=没用 因此会躲起来不见人。职业3号喜欢跳槽，喜欢挑战，对他来说，越少规矩越好。3号为了成功会不择手段，喜欢支配别人，竞争心超强，没竞争就没兴趣，在哪儿都喜欢争上游，喜欢做第一。适合的职业：销售、谈判专家、广告策划、公关、化妆师、明星、现场主持人。情感3号寻找自己的终身伴侣时目标明确，他要求对方必须有特长值得他炫耀。3号的对象必须在某方面有值得他去炫耀的东西。只要他的需求得到满足，他就会扮演好自己的角色。工作上3号会通过忙碌的工作来阻止亲密情感的产生，婚姻生活中则喜欢负责所有的对外接触、与他人讨价还价和决策安排等。4号的基本恐惧：没有独特的自我认同或存在意义；基本欲望：寻找自我，在内在经验中找到自我认同 4号是凡事从个人感受出发，感受是第一位。如果感受好，表现就很好；如果感受不好，表现就不好。他的感觉也非常敏锐，并忠于自己的感受，开心就是开心，不开心就不开心。4号喜欢独特的经验，没有经历过的事情他都想体验一番。内心感受很丰富，且富有变化。喜欢根据自己内心感受的不同而选择不同风格的服饰的。4号喜欢幻想，容易抽离，是悲情浪漫主义者，一生致力于追求独特的体验和感受；喜欢活在过去、沉溺于痛苦，同时，4号也拥有着出色的感受力与创造力。逆境中的4号偏向抑郁性人格，非常抑郁，可能会有自我伤害的行为也可能会有些破坏人际关系的行为；喜欢自我封闭，一般有两种形式：一种是玩失踪，他把手机一关，谁也找不到他；一种是把心封上，他一旦情感受伤，就会把心锁上，再也不打开心扉跟人交往了。逆境中的4号总是从多角度看事物，内心的感受太丰富，因此很容易产生无助无望的感觉，喜欢沉浸在痛苦中享受痛苦的感觉，很喜欢受伤的感觉，总是把自己描述成受伤害的一方，希望得到别人的同情。常感觉自己是一个非常特别的人，喜欢的东西就要跟别人不一样，经常想到过死亡，自认为对生命的理解比别人都深刻；以自我为中心，非常自信，没有任何偶像，甚至在专业领域也没有偶像，不觉得谁做得最好，或是谁做得比自己好，4号的偶像只会是自己。职业喜欢自由自在的工作，而不喜欢做重复性的工作；喜欢做独行侠，独自一人工作，而不喜欢跟大家一起工作。适合的职业：诗人、作家、艺术家、设计师。情感4号喜欢扮演受害者，渴望一个不用言语就能明白他的心的人、一个凭眼神就能与他交流的人。4号害怕被遗弃，害怕失去爱，害怕找不到真实的自我；4号在情感生活上特别注重感觉，他一生都在寻找一个懂他的人，一生都在追求这样一种理想状态的爱情。4号是索取型的爱，喜欢别人爱自己，用自己内心的美感、魅力来吸引别人爱他。4号的爱情通常是分分合合的，4号和3号是天设地造的一双。5号的基本恐惧是无助、无知、无能。基本欲望：能干，知识丰富。5号热衷于热衷于寻求知识，喜欢分析事物及探讨抽象的观念，从而建立理论架构；越深刻、越抽象的东西，他越喜欢分析，尤其喜欢抽象的理论架构；最喜欢成为某一方面的专家，拥有超强的好奇心，对未知知识有着强烈的兴趣。5号工作很卖力，专注于研究，社会上很多新的观念、新的价值观都是5号提出来的。5号不喜欢群体运作，不喜欢遵守规则，而喜欢独自思考问题。5号具有很强的逻辑分析能力，他的分析一般都不太需要别人的启发。逆境中的5号，自视清高，自觉高人一等，愤世嫉俗，5号本来就是喜欢孤立的人，他的愤怒和不平更容易使他自我孤立，对人往往是排斥或敌对的态度。逆境中的5号不出家门，也不喜欢跟人接触，因此不善于搞人际关系，给人很冷血的感觉。一般逆境中的5号喜欢躲在家里评判世界，犹如生命的旁观者。对物质生活要求很低，只要能维持生存和思考就可以了。喜欢妄想和夸大，行动缓慢，只想不做，想过就等于做过。职业5号最喜欢做理论性和逻辑性强的工作。工作越复杂越好，而且最好没有时间限制，也没有人管。从职业的角度来看，5号更适合做咨询。把一件事想清楚了再说出来，然后让企业去做，我的这种状态也挺适合我的工作的。适合职业：咨询师、大学教授、科研机关情感男5号喜欢追求漂亮一点的女性，既聪明又漂亮的女性是他们的最爱。虽然他们对吃喝要求不高，但对伴侣的思想和面貌要求挺高。5号很冷漠，既不会做家务，也不会照顾自己。5号和9号是一一对比较合拍的夫妻。6号内心的恐惧是怕被人抛弃，怕没人支援；基本欲望就是得到别人支援以及有安全感。6号有一种喜欢被虐的倾向，生活太顺的话，他就会觉得没有安全感。6号有时候内心充满矛盾，对一些值得信赖的人不知道是依赖还是独立，防卫心特别强。逆境中的6号过度谨慎，因而显得格外懦弱。很多人一般不会去想20年后的事情，6号则会把20年以后、30年以后，甚至是死之前的事都想到。因此，他总少不了恐惧和担忧甚至有些妄想狂型性格：，所有的号码都只代表一种性格，唯独6号代表的有两种：一种叫P6（Phobic 6），即正6，也称惶恐6；一种叫CP6（Counter Phobic

6)，即反6，也称先发制人6。惶恐6什么都怕，没钱时怕穷，有钱时怕被人绑架；阴天怕风湿，晴天又怕晒得长斑……CP6则是怕什么就做什么，怕你骂他，他先骂你；怕你打他，他先打你；怕狗咬就开养狗场；怕水就去学游泳……6号在人前和人后的表现是不一样的，如果在家是P6，那在外边就是CP6；如果在家是CP6，那在外边就是P6。职业喜欢当打工仔，不是他不喜欢当老板，而是他没有安全感。在工作当中他经常犹豫不决，事情想好了，却不敢冒险。没有胆量，没有安全感，没有决断力，因而容易妥协。6号会从工作中寻找安全感，一个单位如果没有大的闪失，安安稳稳的，6号会待上5年、10年、20年，甚至一辈子。情感6号会从婚姻中寻找安全感。一般情况下，6号要么很早就结婚，要么很晚才结婚。如果家人没有给他安全感的话，他就会找个人早早地结婚；如果家人给他安全感的话，他则会晚婚。他们虽然有些木讷，但为人特别厚道，对爱情也特别忠诚。6号的最佳适配号码是最有力量的8号。7号需要保持高度的兴奋。同时参与多项活动，对很多事情都感兴趣。喜欢保持感情的高峰状态。保持多种选择，并把这当作一种避免对单一任务进行承诺的工具。用快乐的精神活动，例如谈话、计划和思考，取代深层的接触。避免与他人发生直接冲突。喜欢把信息相互关联，进行系统分析，这种注意力方式可能导致从有困难、有限制的任务中理智性地逃脱，或者从不相关、看似矛盾的观点中，找到不寻常的联系和相似点。8号控制个人的占有物和空间，控制那些可能影响自己生活的人。具有进攻性，公开表达自己的愤怒。关注正义，喜欢保护他人。把打架和性爱当作与他人接触的方式。相信那些在正面冲突中不退缩的人。把过度看成克服厌倦的良药。例如，夜生活、疯狂娱乐、彻夜狂欢、暴饮暴食等等。以意识到自我的依赖性。当别人爱上他们时，他们会透过各种方式拒绝真实情感。例如，离开、认为无聊、或者暗自谴责自己对他人的误导。“要么全有要么全无”的关注方式，常常把所有事物极端化。他人要么是强大的，要么是弱小的、要么是公平的，要么是不公平的，没有中间类型存在。这种注意力的关注方式可能导致无法认识到自身的弱点，支持自身感到唯一安全的“合法”观点，而否定其他观点；或者在帮助其他人的过程中给予适当的力量。9号基本恐惧：我若不和善，就没有人会爱我。基本欲望：追求和平9号须花长时间作决定，难于拒绝他人，不懂宣泄愤怒；显得十分温和，不喜欢与人起冲突，不自夸、不爱出风头，个性淡薄。想要和人和谐相处，避开所有的冲突与紧张，希望事物能维持美好的现状。忽视会让自己不愉快的事物，并尽可能让自己保持平稳、平静。温和友善、忍耐、随和、怕竞争、无法集中注意力，有时像梦游、不到最后一分钟不会完工、非常倚赖别人的提醒、注意力集中在细节、次要的事、对大多数事物没有多大的兴趣、不喜欢被人支配、绝不直接表达不满，只是阳奉阴违。做事缓慢，易懒惰、抑压，生活追寻舒服。不太清楚自己想要什么，显得优柔寡断。主见会比较少，宁愿配合其他人的安排，做一个很好的支持者，通常以比较被动。与世无争，渴望人人能和平共处，很怕引起冲突，是不显眼的一个人。由于从不试图突出自己，你们会比较怕羞、怕事，也很容易有躲懒的意欲，因为喜爱和平，不喜爱辛劳，所以做事不主动，不容易成功。

8、这本《九型人格使用手册》我是一个下午的时间，在阳光下读完的，读完以后心里豁然开朗，我终于找到了我为何经常自爱自怜，需要很多人的关心的原因了，原来我是多愁善感的4号-艺术家。听当当网的朋友说，十一期间，这本《九型人格使用手册》从当当新书榜60几位直线热销到榜单前列。卓越网也将其推荐到读书频道首页，广州新白云机场候机楼的书店，每日销量能卖出一百六十多本。各地机场候机楼书店更是热卖到断货。这本《九型人格使用手册》和以前出版的各类九型书籍有了太多的不同，太多的国外书籍经过翻译，不符合中国人的语言体系，书中的人物离我们更是遥不可及，难读难懂。这本书，近似口语对话的文笔通俗易懂，生动有趣，内容可读性强，来源于生活的大量案例，涉及职场、团队、婚恋、名人、城市等，具有很强的实用性。作者中原结合自己多年的工作经验，根据各种人的真实行为，很周详地记录了1—9号的性格特征、欲望、表现、行为，并且穿插举出了作者在授课和生活中积累的大量实证，还有如雷贯耳的名人代表，帮助理解对应的人格特征，邓丽君、三毛、比尔盖茨、岳飞、里根……他们让9种人格分别丰满立体起来。这对我们细致地了解自己或他人是哪一性格类型有很大帮助。这本书就像一部生活百科全书，给予我们了解自己和他人的智慧，给予我们成长的智慧。九型人格学说把人格按照行为的内心动机分成了改革者、帮助者、促动者、艺术家、思想家、忠诚者、多面手、指导者和调停者9种。同时，与星座和血型分析人格的学说不同，它并不会绝对的把人划分成什么型号，而是一个动态的九宫图，每种人格在不同的境遇下会形成不同的层次，去到不同的型号，并且九种型号在每个人身上或多或少都存在，如若僵化的划分型号，反而失去了九型真正的意义，适得其反。同时，与当今其它性格分类法不同，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。《九型人格使用手册》让我懂得

## 《九型人格使用手册》

：性格没有好坏，每个人既有天使的一面，也有魔鬼的一面。如果想认识自己，就要勇敢面对自己魔鬼的一面。九型人格不仅能使我们认识自己，而且能让我们认识他人。是我们认识自己的最佳工具，也是我们与他人交往的法宝。读过几本国外翻译的九型书籍，对于九型还是一知半解，更别说应用在职场和情感中了，读过中原老师这本书，可以立刻在团队管理和人际关系上应用，可以说是五分钟看透人心。我想《九型人格使用手册》称的上是“中国式”九型的开端。

# 《九型人格使用手册》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)