

# 「性格型態學」 Enneagram

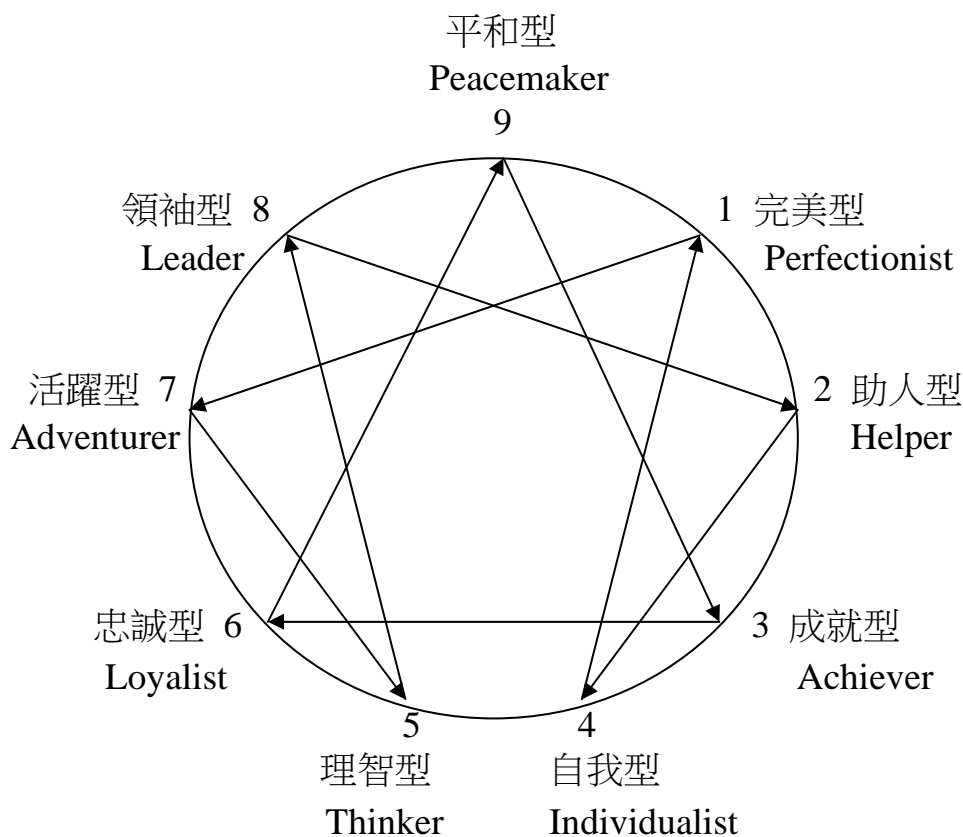
## 引言

「性格型態學」 Enneagram 指出驅策着人類行為的背後其實隱藏着九種不同的人類特質，每個人擁有其中一種，它是人類動機和情緒運動的能源。所以了解「性格型態學」便能更有效地了解自己的情緒與行為心理，人際關係的互動，衝突的來源等等；並引導我們如何取長補短，自我成長，對人富有同理心，更加包容豁達，從而獲得更和諧的人際關係。

「性格型態學」倡導我們毋須「克服」我們的性格，而是去善待它，正如善待我們的情緒一樣，從了解並去運用自己的天賦個性去幫助自己成長，去避免性格中的缺點與負面能量所造成的衝突。

## 性格型態學九方位圖的含義

「性格型態學」 Enneagram 是以一個圓內的九角形星星為象徵圖型。Ennea 在希臘文中代表九的意思，而 gram 則表示一個圖形，如下圖：



1. 這個在周邊上擁有九個定點的圖形，其中央是一個等邊三角形，分別連接了 3，6 及 9 三點。
2. 另外的六點，可聯成一個星形圖案，分別接上了 1-7-5-8-2-4-1 各點。
3. 每種性格的箭頭表示如果該性格的人向健康方向發展，就會同時擁有箭頭所示性格的優點。

4. 反之，當個人在成長的歷程中遇到障礙和危機時，你或許會被負面的情緒拖垮，便會朝着不健康和病態的方向走（如圖中箭咀的反方向）。例如你是屬於第一型性格，而你正朝着不健康的方向走的話，你會發現自己同時擁有很多屬於第四型性格的缺點。
5. 側翼性格：其實每個人基本性格的另外兩端，分別擁有兩個不同的號碼，稱之為側翼性格。假如你測量出自己的根本性格屬於第一型，那麼順着時針的第二型，與及逆時針的第九型，就是你帶的側翼性格。當你人生得意、開心快樂、積極樂觀之際，你便會同時擁有，又或者暫時擁有你順時針方向的第二型性格中之優點。反之，當你人生失意、悲觀傷感、消極受挫之際，便會同時，又或者暫時擁有你逆時針的第九型性格中的缺點了。
6. 側翼性格的特徵，就是這類行為傾向只是偶然發生的，它不會像前述箭頭型的健康或者不健康走向一般，發展成為你的潛意識或者另一個層次。它反會類似烟花般的璀璨一會後，你便會重返回自己的基本性格。因此，側翼性格的特徵，會與你當日的情緒波動息息相關，一天內可能向順時針或者逆時針方向變化好幾次也不足為奇。由此可見，未認識性格形態學的人，時常會對人說，我擁有雙重性格又或者我的性格多變。當你清楚掌握性格形態學後便會知道，其實你們的根本性格，實在未曾改變，而所變化的，只是自己的隨機行為 (Configuration of your personality) 而已。俗語有云：「三歲定八十；江山易改，本性難移。」其實這兩句說話裏面，的確蘊涵著不少前人的哲理、智慧與緣機。

## 「性格型態學」的基本觀念

1. 人性的本質共有九種類型，你必然是屬於其中一型，本質上屬於同一類型的人，內在變化與外在行為模式也有許多共同點；而不同的類型間，則可以看出明顯差異。
2. 沒有哪一型比哪一型好，而是每一型都會有轉往更健康及更惡化的兩個方面。

3. 特質的連續性：

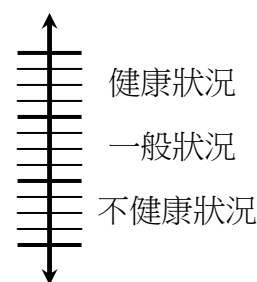
在每種人格型態內，都有九種階段的發展，如左圖，

階段 (1) 到 (3) 屬於健康情況，

階段 (4) 到 (6) 屬於一般情況，

階段 (7) 到 (9) 屬於不健康情況，

整合的方向



惡化的方向

4. 個人健康整合時，是有固定發展方向的，而其中又可分成兩組：

第一組是：1 → 7 → 5 → 8 → 2 → 4 → 1

第二組是：9 → 3 → 6 → 9

5. 所謂「完人」，就是具有這九型的健康型之所有的特點。

# 各類型性格的特質

## 第 1 型性格：完美型

### 1. 世界觀

「我認為有個更正確的做法，等我教你做啦！」

### 2. 外表與氣質

整齊端正，腰板直，不苟且，目光如炬，嚴肅拘緊，有時麻木而無表情。

### 3. 行為動機

做事力求正確完美，有原則，有標準，常有自我批判並要求他人按自己標準去做事情的傾向，理性正直，刻意求工，時常壓抑自己人性中不理性的一面，怒而不宣。

### 4. 領導方式

以事為中心，追求卓越，按本子辦事，全方位式管理，有時會用獨裁式管理。

### 5. 潛在恐懼：受自己良心責備或遭他人譴責。

### 6. 潛在渴望：事事力求完美。

### 7. 會比人強的智能：逆境智能。

### 8. 性格傾向：被動、憑直覺辦事、內向、思考、批判。

### 9. 處於安定和人格提升時

走向第 7 型，會放下拘謹的形象，能夠自嘲，有創意，肯作新嘗試，會接納他人意見。

### 10. 處於壓力和自我防衛時

走向第 4 型，情緒化，反覆無常，憂鬱，自我批判，有時會自戀自憐，自暴自棄，沮喪和充滿無用感，但卻會執着和堅持到底。

### 11. 側翼的和諧整合(人生得意奮發時)

傾向第 2 型，有愛心，有朝氣，肯為他人設想，有同情心，肯為某一個喜愛的人而付出。

### 12. 側翼的影子形態(人生失意受挫時)

傾向第 9 型，會逆地而處，有隨波逐流的情緒，但沒有主見。

### 13. 可能擁有第 1 型性格的公眾人物：鄭經翰，狄龍，狂明荃。

## 第 2 型性格：助人型

### 1. 世界觀

「我的天職是助人成就大業，我願意成全我所喜愛的人，我亦深信他們萬萬不能沒有我。」

### 2. 外表與氣質

笑容滿臉，熱情可愛，天真爛漫，永遠有一張長不大的孩子臉，富有誘惑性，可隨時變換成你喜愛的模樣出現。

### 3. 行為動機

渴望被愛，受人感激和認同，他們善解人意，有同理心，熱情地去滿足他人需要又希望不被察覺。

### 4. 領導方式

善於鼓勵他人發奮圖強，肯為大局而犧牲，善解人意，以人為本的管理模式。

### 5. 潛在恐懼：害怕孤獨和不被喜愛。

### 6. 潛在渴望：被人關懷、愛護。

### 7. 會比人強的智能：情緒智能 E.Q.

### 8. 性格傾向：外向、主動、感情豐富。

### 9. 處於安定和人格提升時

走向第 4 型，為自己的心願堅持到底。

### 10. 處於壓力和自我防衛時

走向第 8 型，橫蠻無理、自大、任性，將自己的主意強加於他人身上。

### 11. 側翼的和諧整合(人生得意奮發時)

傾向第 3 型，能專注於事業，精明能幹，有效率而且受人敬重和愛戴。

### 12. 側翼的影子形態(人生失意受挫時)

傾向第 1 型，抱持自己的原則，按本子辦事。

### 13. 可能擁有第 2 型性格的公眾人物：德蘭修女、甘地。

## 第3型性格：成就型

### 1. 世界觀

「這個世界就是一個優勝劣敗的競技場，我必須努力做個成功的人。」

### 2. 外表與氣質

非常精靈、醒目，是名副其實的叻人一族，懂得用眼部交流，常成為眾人目光焦點，風頭躉，衣着講究，配搭整齊，儀表出眾，別人容易被他們外在的氣派吸引和擾亂對他們內在的衡量，這就是他們最精采之保護色和掩眼法，亦是他們成功之處，因為有時他們的形象連自己亦騙倒了。

### 3. 行為動機

渴望事業有成就，以目標為主導，重視自我形象，希望才華被人肯定，受人注意和羨慕。他們能在每一刻中都適當地表現出該有的反應，善於掌握每個機會，務求達到成功。

### 4. 領導方式

以目標為本的管理模式，重視成就、表現和效率，有時會變得專制。

### 5. 潛在恐懼：被人否定，擔心自己的能力未為他人賞識。

### 6. 潛在渴望：自己的能力受他人賞識和認同。

### 7. 會比人強的智能：情緒智能、創作智能。

### 8. 性格傾向：外向、主動、擅於交際。

### 9. 處於安定和人格提升時

走向第6型，會是一位成功的團隊領袖，有涵養、有實力、魅力非凡，並且忠誠，會適當地運用策略，並小心行事，不會操之過急，是位不可多得的管理專才和團隊領導者。

### 10. 處於壓力和自我防衛時

走向第9型，會兵敗如山倒、一蹶不振、心神恍惚、無主見、自我放棄、懶惰、沒有神采、暴飲暴食、不顧身世、面部浮腫、癡肥、意念多而不專注、一事無成、充滿無用感。

### 11. 側翼的和諧整合(人生得意奮發時)

傾向第4型，人變得有感情、有深度，在愛情滋潤下，尋回真我，實而不華。

### 12. 側翼的影子形態(人生失意受挫時)

傾向第2型，體會到人生裏的感情世界；承諾和誓盟的重要性，當他們甘心為社會服務時才啟發人生的真正意義。

### 13. 可能擁有第3型性格的公眾人物：陳伯祥、劉嘉玲。

## 第 4 型性格：自我型

### 1. 世界觀

「我感覺到人性的真偽，我對別人的觀察亦比一般人有深度，我非常重視人的感受，亦善解人意。我時常覺察到自己和別人欠缺了什麼，在這個環境裏我們欠缺了什麼。我是一個感情豐富的、浪漫的、優雅的、不媚俗、有品味、有個性而喜歡我行我素的人。」

### 2. 外表與氣質

從衣著品味和外形上他們都富有個人風格，有眼光而不落俗套，講究配搭和款色，有藝術家的氣質，有時會十分突出而令人震驚。他們通常會擁有一雙柔情似水的眼神，目光永遠是有所憧憬和凝視着遠方，有所思憶似的，卻又感性而迷人。

### 3. 行為動機

渴望自我瞭解和他們的內心感受被人認同，喜歡我行我素，不媚俗，感情豐富，思想浪漫，有創意，擁有敏銳的觸覺和審美眼光。

### 4. 領導方式

憑直覺做事，勇於嘗試創新，有決斷力，有時會任性而意氣用事，是絕不會軟弱妥協的人。

### 5. 潛在恐懼：生命中仍有不足之處，情感世界仍有缺陷。

### 6. 潛在渴望：能更深入的自我瞭解，看透人生。

### 7. 會比人強的智能：創作智能。

### 8. 性格傾向：內向、被動、悲情、感情豐富。

### 9. 處於安定和人格提升時

走向第 1 型，會變得冷靜而較為理性，做事有原則，而不會感情用事。

### 10. 處於壓力和自我防衛時

走向第 2 型，會在感情道路上一意孤行、癡纏、任性、佔有慾強，有時會感到失落、抑鬱和行為反覆無常。

### 11. 側翼的和諧整合(人生得意奮發時)

傾向第 5 型，有幹勁、有活力地朝着自己的人生目標進發。

### 12. 側翼的影子形態(人生失意受挫時)

傾向第 3 型，甘願擔任平凡的工作而放棄了個人風格，接受現實。

### 13. 可能擁有第 4 型性格的公眾人物：王家衛、王菲、梁朝偉。

## 第 5 型性格：理智型

### 1. 世界觀

「我是我自己世界裏的主人，對我熟悉和喜愛研究事物，我堪稱是權威的專家。」

### 2. 外表與氣質

外形通常是冷、木訥、不拘言笑、不強於反應、喜怒不形於色,喜歡以眼神去表示接受或者不接受，外表多數是瘦削、文靜、深沉而有書卷氣。

### 3. 行為動機

渴望比人知得多、懂得更快，喜歡運用自己的智慧和理論去駕馭他人，他們冷靜、機智、分析力強、好學不倦、善於理性、有邏輯地去處理問題並將情感抽離，不喜歡自己的空間受到騷擾。

### 4. 領導方式

憑自己的智慧、判斷力和分析能力辦事，過於理智而缺乏人情味，能掌握大局，觀察入微，但喜歡搖控式領導，不會親力親為地指揮，往往善於策劃而疏於行動。

### 5. 潛在恐懼：被人取締和駕馭，對身邊事物感到無知、束手無策。

### 6. 潛在渴望：洞悉天下事。

### 7. 會比人強的智能：智商 I.Q.

### 8. 性格傾向：內向、被動、自我、愛思考。

### 9. 處於安定和人格提升時

走向第 8 型，有大將之風，勇於冒險，能將構思落實，樂意爭取達成自己的目標,勇謀兼備，會接受和關心別人，是一位不可多得的將相之材。

### 10. 處於壓力和自我防衛時

走向第 7 型，會變得不設實際、孤芳自賞、言過其實，常發白日夢而且有點神經質，經常理論多於一切，舉棋不定，不肯作出承諾，口若懸河地扮專家。

### 11. 側翼的和諧整合(人生得意奮發時)

傾向第 6 型，能夠安份地處身於群體中，擔當他們的軍師或智囊。他樂於為大眾效力，並受到大眾的認同和愛戴。

### 12. 側翼的影子形態(人生失意受挫時)

傾向第 4 型，被人否定時會變得激動、敏感，肯開始關注自己的內心世界和感受。

### 13. 可能擁有第 5 型性格的公眾人物：張堅庭、葉雅媛。

## 第 6 型性格：忠誠型

### 1. 世界觀

「這個世界危機四伏，真理往往被隱藏，人心難測，偶一不慎，就會被人利用和陷害，我渴望能找到值得我信任的同道中人！」

### 2. 外表與氣質

擁有警覺性高的眼神，去監視和探察周圍環境的變化，喜歡提出質疑。神情裏常有焦慮和不安的顯現。面對情緒驚訝和緊張時，會不自覺的做出一個兩臂向胸前收縮的表情，或者反覆和無意識地做同一件事。

### 3. 行為動機

恐懼型(Phobia 6)：渴望受到保護和關懷，為人忠心耿耿，但多疑過慮，怕出風頭、怕生事端、怕自己力不從心、怕人虛偽、口是心非、怕事與願違。

抗恐懼型(Counter – phobia 6)：為了要證明自己無懼而作出相反的行為，有先發制人，後發受制於人的行為心態，疑心大。

### 4. 領導方式

以人為本，是一位忠誠的政策執行者，循規蹈矩，奉行「陰謀論」，善於自我保護和處理危機，會建立具防禦性的領導模式，能以「置諸死地而後生」的策略去領導下屬和處理問題，在大機構裏工作的領導者通常會採取保守和預防性的管理方式，有時會變得官僚作風。

5. 潛在恐懼：被遺棄和受到孤立，對人和事缺乏安全感。

6. 潛在渴望：感到安定和受保護。

7. 會比人強的智能：逆境智能

8. 性格傾向：內向、被動、忠誠、保守。

### 9. 處於安定和人格提升時

走向第 9 型，能順其自然，信任身邊的人，樂意效忠所屬的群體，並願意放下自己拘謹的態度和防衛機制。

### 10. 處於壓力和自我防衛時

走向第 3 型，變成工作狂、反應過敏，會輕率鹵莽地做事，為求達到目的，會不顧一切，缺乏人性。

### 11. 側翼的和諧整合(人生得意奮發時)

傾向第 7 型，被積極正向的思維誘發，人變得活潑開朗，肯嘗試創新。

### 12. 側翼的影子形態(人生失意受挫時)

傾向第 5 型，人變得冷靜、抽離，愛做旁觀者多於參與者，以免成為他人的焦點和攻擊目標，喜歡蒐集資料和數據去支持自己的觀點，時常反駁、試探和質疑別人的能力。

13. 可能擁有第 6 型性格的公眾人物：蕭芳芳、余慕蓮。



## 第 7 型性格：活躍型

### 1. 世界觀

「這個世界充滿了奇幻、刺激的事物和體驗，就讓我在有生之年，盡量探索和擁有這些東西，使我的人生變得豐盛，多姿多采！」「我喜歡探索新領域，甚至渴望到那些從未有人去過的地方，做些從未有人想過會做事！」

### 2. 外表與氣質

活力充沛、神采飛揚、笑容親切，容易為大眾所接受，他們精明，醒目善變而沒有壓迫感的做人態度十分討好。他們外表通常比較光鮮、突出，男的儀表出眾，氣宇軒昂；女的精靈可愛，衣著配搭創新，加上活潑的外形和爽朗的個性，是群體中的目標人物，他們深諳雙贏之道，雖然主意多，但卻又保持不誇張，沒有壓迫感的個性，令人際關係保持和諧。

### 3. 行為動機

外向好動、活潑開朗、精力充沛、興趣廣泛，時常想辦法去滿足自己想要的。愛玩、貪新鮮而怕作承諾，渴望擁有更多，傾向逃避煩惱、痛苦和焦慮。

### 4. 領導方式

團隊式領導，喜變革創新，他們具有樂觀積極的領導風格，能發掘並提拔下屬的發展潛能，善於攏絡人心，做人做事沒有固定的模式。

5. 潛在恐懼：自己的時間和空間被人佔有，受人制肘。

6. 潛在渴望：能開開心心，無拘無束地去尋樂趣。

7. 會比人強的智能：情緒智能及創作智能。

8. 性格傾向：外向、主動、貪玩、樂觀。

### 9. 處於安定和人格提升時

走向第 5 型，懂得自我克制、心思慎密，會經過觀察和周詳的考慮才去作決定。

### 10. 處於壓力和自我防衛時

走向第 1 型，變得專制、容易發怒、固執而對人有所要求。

### 11. 側翼的和諧整合(人生得意奮發時)

傾向第 8 型，善於運用自己的權力，決斷而且有效率。

### 12. 側翼的影子形態(人生失意受挫時)

傾向第 6 型，變得忠厚，踏實而不浮誇，肯誠實地面對自己的問題和焦慮。

13. 可能擁有第 7 型性格的公眾人物：曾志偉、李綺紅。

## 第 8 型性格：領袖型

### 1. 世界觀

「我是天生強者，充滿正義感，喜歡鋤強扶弱，愛抱打不平，向我臣服者，將會得到我的護蔭！」

### 2. 外表與氣質

氣宇不凡，有大將之風，具有霸氣，有時粗豪鹵莽，大情大義，令別人有壓迫感，目光堅定而有威嚴，聲線嘹亮，不拘小節，昂首闊步，自視甚高，有時會目中無人，只容許一言堂。

### 3. 行為動機

渴望在社會上與人群中有所作為，並擔當他們的領導者，他們個性衝動，權威自信、有正義感、自強不息、愛出風頭、喜替他人作主和發施號令，但怕被人發現自己弱小的一面，不屈服於人，不喜歡被嘲笑和在人前認低威。

### 4. 領導方式

強勢領導、專制、富有對抗性、率直而不客氣、家長式，有時會用獨裁、嚴苛的領導風格。

### 5. 潛在恐懼：被人支配和指揮。

### 6. 潛在渴望：自己當家作主。

### 7. 會比人強的智能：逆境智能。

### 8. 性格傾向：外向、主動、憑直覺辦事、衝動、樂觀。

### 9. 處於安定和人格提升時

走向第 2 型，俠骨柔腸，慷慨而樂於助人，有理想抱負，好學不倦，並能濟世為懷，肯真誠和體貼地去關心別人，以笑容和愛心去緩和暴躁和衝動的心態。

### 10. 處於壓力和自我防衛時

走向第 5 型，固執倔強，遠離人群，會對人盤算，以自己的理據去驚人就範，有時扮專家。

### 11. 側翼的和諧整合(人生得意奮發時)

傾向第 9 型，安於現狀，有同理心，接納他人意見，做事鬆容不迫，謙卑有禮，不得罪別人。

### 12. 側翼的影子形態(人生失意受挫時)

傾向第 7 型，領悟到要放眼世界，有遠大的目光，擴闊視野，而不再堅持己見，能靈活變通，肯接受別人批評。

### 13. 可能擁有第 8 型性格的公眾人物：梅艷芳，李小龍。

## 第 9 型性格：平和型

### 1. 世界觀

「船到橋頭自然直！」；「只要我們保持冷靜，順其自然，對人寬鬆一些，萬事都有解決的方法！」；「忍一時風平浪靜；退一步海闊天空！」

### 2. 外表與氣質

平和、樂觀豁達、優悠自在、樸實無華、不拘小節、節拍較慢，常常有一雙惺鬆的睡眼，說話慢而含糊，會拖着尾音。

### 3. 行為動機

渴望人人能和平共處，怕引起衝突，怕得失別人，怕左右為難，他們不爭名逐利，性格溫順，與世無爭，愛好大自然，不好出位，寫意隨和，但往往給人一種懶洋洋，沒有個性，慢條斯理和蠻不在乎的錯覺。

### 4. 領導方式

無為而治，集體式領導，以人為本，順其自然亦順其不自然也。

### 5. 潛在恐懼：與人群疏離。

### 6. 潛在渴望：與人和平共存並接納他的存在。

### 7. 會比人強的智能：情緒智能、創作智能。

### 8. 性格傾向：內外、被動、感性、隨和、樂觀。

### 9. 處於安定和人格提升時

走向第 3 型，有清晰而明確之目標，肯奮發圖強，用積極的態度去做事，以換取日後更多安逸和閒適的空間。

### 10. 處於壓力和自我防衛時

走向第 6 型，行為變得偏激，多疑過慮，怕大禍臨頭，怕被人陷害和欺騙，變得更加防守被動。

### 11. 側翼的和諧整合(人生得意奮發時)

傾向第 1 型，懂得以緩急先後的次序去做事，明辨是非，立場清晰而堅定。

### 12. 側翼的影子形態(人生失意受挫時)

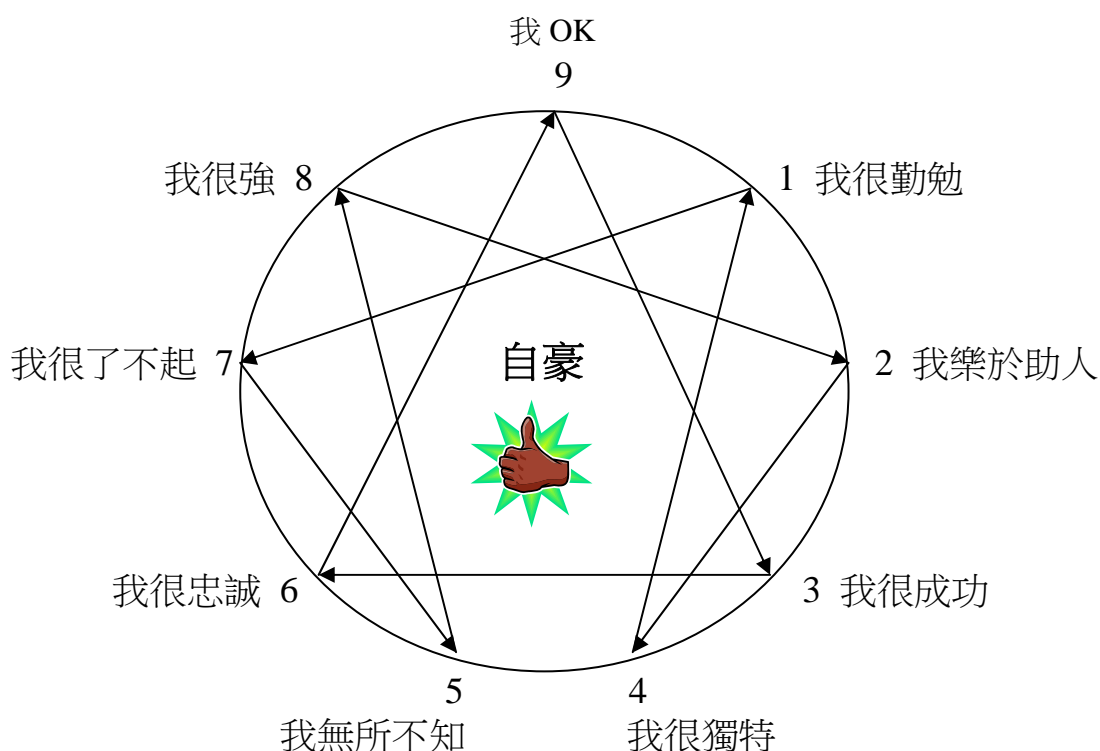
傾向第 8 型，懂得向人討回公道，重視自己的權利，肯表達自己的意願，主動參與。

### 13. 可能擁有第 9 型性格的公眾人物：顧家輝，關正傑。

(有關以上九型性格特質之內容，請參考陳家輝 (1999), 《性格形態學—創世記漫畫版》)

# 各類型性格的長處

(鈴木秀子，1999，p. 223)



## 參考書目

1. 陳家輝，《性格形態學 — 創世記漫畫版》(共九冊)；香港：明窗出版社有限公司，1999
2. 鈴木秀子著，沈永嘉譯，《主宰成功關鍵的 9 種性格》(Enneagrams for Adult)；台北：上旗文化事業股份有限公司，1999
3. Baron, R. & Wagele E. 合著，李美珍譯，《尋找靈魂伴侶》；臺北：世茂出版社，1997
4. Riso, D.R. 著，吳振能·傅世良·陳營生合譯，《性格型態：心理取向的九種人格分類》；臺北：遠流出版事業股份有限公司，1991