

JIAI KANG

XIN LI JIAN KANG

大学生心理健康教育

主 审 赖廷谦
主 编 肖兴政 叶文明

大学生 心理健康教育

DAXUESHENG
XINLI JIANKANG
JIAOYU



西南交通大学出版社
[Http://press.swjtu.edu.cn](http://press.swjtu.edu.cn)

大学生心理健康教育

——我国加入世界贸易组织后对大学生心理素质的影响与教育

主 审 赖廷谦

主 编 肖兴政 叶文明

副主编 吴斌 陈于后 夏建华

西南交通大学出版社

· 成都 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

大学生心理健康教育：我国加入世界贸易组织后对大学生心理素质的影响与教育 / 肖兴政，叶文明主编，
成都：西南交通大学出版社，2006.9
ISBN 7-81104-434-X

I. 大... II. ①肖...②叶... III. 大学生—心理卫生—健康教育 IV. B844.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 100892 号

大学生心理健康教育

主编 肖兴政 叶文明

*

责任编辑 路远声 臧玉兰

封面设计 翼虎书装

西南交通大学出版社出版发行

(成都二环路北一段 111 号 邮政编码: 610031 发行部电话: 028-87600564)

<http://press.swjtu.edu.cn>

成都新千年印制有限公司印刷

*

成品尺寸: 175 mm × 230 mm 印张: 17

字数: 341 千字 印数: 1—5 300 册

2006 年 9 月第 1 版 2006 年 9 月第 1 次印刷

ISBN 7-81104-434-X

定价: 26.00 元

版权所有 盗版必究 举报电话: 028-87600562

序

对当代大学生来说,“入世”不再是一个热门话题,但它不是一个简单“加入”就结束了。“入世”把我国的改革开放事业推到了一个崭新的阶段,它不仅使我国的经济融入了世界经济的主流,参与到了经济全球化的进程中,而且使我国的政治、法律、教育、文化思想以及社会生活的方方面面,都在其影响下发生着重大而深刻的变化。在WTO各项规则之下,全方位的较量日益加剧,影响越来越深。

“入世”时的“激动”已成过去,“入世”后的激烈竞争却犹如排山倒海般的巨浪一次又一次掀起了人们内心世界的剧烈变动。你,我,他,所有的人都不避免地会奔腾翻滚着喜悦与忧虑、振奋与困惑、希望与不安、成功与失落等错综复杂的心潮。

在此环境下,重视对大学生心理素质与健康教育“正当其时”:其一,变化着的经济、社会生活,对我国的人才培养目标、人才规格提出了新的要求。“入世”后,我国的经济结构在产业、服务业和技术结构三个层次发生了深刻的变化,并影响到岗位的裂变与重新整合,进而对大学生的素质与能力提出新的标准和新的要求。其二,“入世”后,我国高等教育作为教育服务的一部分而对外开放,国外先进的教育理念、教育思想、教育方法和人才培养目标与模式,对我国当前的大学生素质教育与能力培养产生了直接的冲击和深刻的影响。其三,“入世”后,对我国大学生的心理素质教育提供了一个前所未有的挑战和新的机遇。改革开放的深化,生活节奏的加快,竞争进取的加剧,人际关系的复杂,学习、工作的紧张,就业压力的加大等,导致了大学生心理压力的增强。

当代大学生尤其需要面对“入世”后严峻的社会现实挑战,在风险与机遇并存的形势下,激发起情感的张力和理性的力量,在快节奏、高效率和强竞争的社会生活中认识自我和战胜自我,追求心理的健康与和谐的发展。如果没有一个健康的心理素质,大学生就难以将自己的“航船”驶向成功的彼岸,甚至,类似“马加爵事件”的恶性案件还会再次发生。

基于上述认识,本书作者针对当代大学生的学习、生活特点,结合当代大学生的实际,着重研究了中国“入世”后,国际和国内环境的变化对大学生的心理

素质与心理健康的影响，以及大学生在学习、情感、恋爱、消费、网络、性格、就业等方面的健康教育问题。目的在于使当代大学生能够承受社会的各种挑战与压力，以博大战胜狭小，以磊落克服自卑，从困惑走向升华，为中华民族的伟大复兴奉献才智和青春。

本书的基本内容是四川省教育厅哲学社会科学重点研究课题的研究成果。它的正式出版是非常有益的，它为我们的莘莘学子保持良好的身心状态、参与社会活动，提供了不可或缺的心理帮助；对大学生心理素质的提高和心理健康的保持也是大有裨益的；对已经走上工作岗位的人们也具有积极的参考与借鉴意义。

是为序。

赖廷谦

2006年8月8日

目 录

第一章 大学生的气质、性格与心理健康..... 1

一、气质与性格概述.....	1
(一) 气质概述.....	1
(二) 性格概述.....	5
(三) 气质与性格的关系.....	9
二、我国加入 WTO 对大学生气质与性格的影响.....	11
(一) 我国加入 WTO 后政府职能变化对大学生气质与性格的影响.....	11
(二) 我国加入 WTO 后经济环境的变化对大学生气质与性格的影响.....	12
(三) 我国加入 WTO 后文化环境的变化对大学生气质与性格的影响.....	14
三、大学生气质与性格的特征.....	16
(一) 大学生气质的特点.....	16
(二) 大学生性格的特点.....	19
四、大学生气质的诱导与性格的培养.....	22
(一) 大学生气质的诱导.....	22
(二) 大学生性格的培养.....	25

第二章 大学生能力与心理健康..... 30

一、我国加入 WTO 与大学生素质教育.....	30
(一) 素质与大学生素质教育.....	30
(二) 我国加入 WTO 与大学生素质教育面临的机遇与挑战.....	33
(三) 我国加入 WTO 与大学生素质教育.....	34
二、我国加入 WTO 与大学生的能力培养.....	37
(一) 能力概述.....	37
(二) 加入 WTO 对大学生的能力要求与培养.....	39
三、创造型人才的心理特征.....	42
(一) 创造、创造能力与创造型人才.....	42
四、大学生能力需求的误区与调适.....	47
(一) 重能力, 轻知识.....	47
(二) 重实践能力, 轻智力.....	47
(三) 重视创新能力, 忽视其他能力.....	48



(四) 专业能力与综合能力认识误区	49
第三章 大学生学习心理教育	50
一、我国加入 WTO 对大学生学习心理的冲击	50
(一) 形成了一定的激励机制	50
(二) 面临着更大的学习和就业压力	51
二、大学生学习生活的特点	52
(一) 求知欲旺且兴趣广泛, 对新知识有很强的接收能力	52
(二) 认知活动能力较中学阶段大幅度提高	53
(三) 专业化程度较高, 职业定向性较强	53
(四) 实践知识丰富, 动手能力较强	54
(五) 自学方式占有重要地位	54
(六) 学习的独立性、批判性不断增强	55
三、大学生学习与心理健康	55
(一) 健康与心理健康	56
(二) 大学生学习活动与心理健康的关系	57
四、大学生常见学习心理障碍及调适	58
(一) 大学生学习心理障碍的表现	58
(二) 造成大学生学习障碍的原因	62
(三) 大学生常见学习心理障碍的调适	63
第四章 大学生情绪与情商教育	73
一、我国加入 WTO 对大学生情绪与情商的要求	73
二、情商与大学生成才的关系	75
三、大学生的情绪特征	79
四、大学生常见的情绪障碍及其调控	82
(一) 大学生的情绪障碍	82
(二) 大学生情绪的调控	84
第五章 大学生恋爱心理教育	90
一、我国加入 WTO 对大学生情感的影响	91
(一) 自豪感和自尊感更加强烈	92
(二) 自主意识和自立意识明显增强	92
(三) 跌宕性更加强烈	93
(四) 孤独感与苦恼明显增强	93
(五) 更加渴求友谊和爱情	94
(六) 鲜明的层次性	94
二、大学生恋爱是其情感发展的必然	95
(一) 从一般情感到爱情	95

(二) 性意识的发展.....	96
(三) 对异性的好奇.....	97
(四) 大学生恋爱心理发展的阶段.....	98
三、大学生恋爱的心理困扰.....	98
(一) 大学生恋爱的心理误区.....	98
(二) 大学生恋爱的心理困境.....	100
四、大学生恋爱要有健康的心理与行为.....	101
(一) 树立正确的恋爱观.....	101
(二) 培养爱的能力与责任.....	103
(三) 要有正确的择偶原则和标准.....	104
(四) 与异性交往要得体.....	105

第六章 大学生人际交往心理教育..... 108

一、我国加入 WTO 对大学生人际交往提出新要求.....	108
(一) 交往方式新要求.....	109
(二) 交往意识新要求.....	111
(三) 交往作用新要求.....	111
二、新时期大学生人际关系的特征.....	112
(一) 大学校园里的同学关系.....	113
(二) 大学校园里的学生交际圈.....	114
(三) 大学校园里的师生关系.....	115
(四) 大学生的网络人际交往.....	116
三、影响大学生人际关系的因素.....	118
(一) 自私、自利.....	119
(二) 冷漠、孤僻.....	119
(三) 自卑、多疑.....	120
(四) 凡事包打听.....	120
(五) 讲大话吹嘘自己, 不顾别人的感受.....	120
(六) 闪烁其词, 故弄玄虚.....	121
(七) 过分暴露自己的“隐私”.....	121
(八) 替别人做主.....	121
四、大学生人际交往障碍及调适.....	121
(一) 大学生人际交往中的心理障碍.....	122
(二) 常见人际交往障碍的克服.....	124
五、大学生人际交往危机管理.....	128
(一) 大学生人际交往危机.....	128
(二) 引发交往危机的不良个性心理特征.....	129
(三) 交往危机的心理及行为表现.....	129
(四) 建立大学生人际交往危机预警系统.....	129

第七章 大学生创造心理教育..... 132



一、我国加入 WTO 对大学生创造心理素质提出了更高要求	133
(一) 构筑合理的知识结构	134
(二) 开发潜在的创新能力的	134
(三) 提高基本的创造素养, 不断提高创新能力	135
(四) 努力发展学生的创造力	136
二、培养创造性思维的品质	138
三、大学生创造心理特征	139
(一) 创造心理的含义	139
(二) 创造心理特征	140
四、大学生创造心理教育	141
(一) 树立创新教育观念, 培养大学生创新意识	142
(二) 采用创造性教学方法, 培养学生的创新思维和 创新能力	143
(三) 营造良好的环境氛围, 培养大学生的创新人格	144
五、培养创新思维, 锻炼创新能力, 走出创造心理误区	144
第八章 大学生审美心理教育	147
一、我国加入 WTO 与大学生审美心理	147
(一) 关于美的概述	148
(二) 关于审美心理	148
(三) 改革发展与审美心理发展变化回顾	149
(四) 加入 WTO 对大学生审美心理的影响	150
二、大学生审美心理特征	153
(一) 从好奇到猎奇	154
(二) 从激动到冲动	154
(三) 从想象到幻想	155
(四) 从自我到个性	155
三、大学生审美心理误区	156
(一) 崇尚自我意识与培养集体主义、团队精神	157
(二) 金钱的作用与成功的标志	157
(三) 奉献与索取的关系	158
(四) 胜利与挫折的关系	159
(五) 市场经济下的真善美的认识	160
四、大学生审美心理教育	161
(一) 原则	161
(二) 方法	163
第九章 大学生消费心理教育	166
一、我国加入 TWO 对大学生消费心理的冲击	166
(一) 加入 WTO 后大学生消费心态的变化	167



(二) 加入 WTO 后大学生的消费行为变化.....	168
二、大学生消费心理特征.....	170
(一) 当代大学生消费心理特征.....	170
(二) 大学生消费心理特征的影响因素.....	171
三、大学生消费心理误区.....	173
(一) 当前大学生不良消费心理表现.....	174
(二) 大学生消费心理误区.....	175
四、大学生消费心理教育.....	178
(一) 消费心理健康问题.....	178
(二) 大学生消费道德教育.....	181
(三) 帮助大学生树立正确的消费观.....	183
第十章 大学生就业心理教育.....	185
一、我国加入 WTO 后人才需求的变化对大学生就业的影响.....	185
(一) 加入 WTO 后对我国就业的影响.....	185
(二) 加入 WTO 后对人才的需求发生变化.....	186
(三) 加入 WTO 后对大学生就业的影响.....	187
(四) 加入 WTO 对大学生就业提出的挑战.....	190
二、大学生的择业心态.....	191
(一) 大学生择业心态的表现.....	191
(二) 大学生择业心态产生原因的分析.....	195
三、大学生择业的心理冲突.....	197
(一) 大学生择业心理冲突的表现.....	197
(二) 大学生择业心理冲突产生原因的分析.....	200
四、大学生择业的心理谋略.....	201
(一) 转变择业观念, 把握择业中的机遇.....	202
(二) 正确评价自己, 树立良好心态.....	203
(三) 了解用人单位需求, 不断提高自身的综合素质.....	206
第十一章 大学生网络心理教育.....	207
一、互联网对大学生的心理冲击和挑战.....	207
(一) 网络的技术特性与大学生心理特点的一致性.....	208
(二) 网络化给大学生心理带来的积极影响.....	208
(三) 网络化给大学生心理带来的负面影响.....	209
二、大学生网络心理及特点.....	211
(一) 网络心理的特点.....	211
(二) 大学生网络心理的特点.....	213
三、大学生网络心理障碍.....	215
(一) 大学生网络心理障碍的主要表现.....	216
(二) 大学生网络心理障碍的成因.....	219



四、大学生网络心理教育策略.....	222
第十二章 西方国家大学生心理教育概况.....	226
一、心理教育发展简介.....	226
(一) 萌芽阶段.....	226
(二) 形成发展阶段.....	227
(三) 迅速职业化的阶段.....	228
二、心理咨询与教育的发展.....	229
(一) 多元文化咨询的蓬勃发展.....	230
(二) 信息技术在心理咨询中的运用.....	231
(三) 关注咨询中的男女平等问题.....	231
三、西方国家大学生心理健康教育的理论.....	233
(一) 大学生心理健康教育与咨询的指导理论.....	234
(二) 大学生心理健康教育与咨询的治疗理论.....	238
(三) 大学生心理健康咨询的发展理论.....	243
(四) 大学生心理健康咨询的社会影响理论.....	247
四、西方国家大学生心理咨询与教育的实践.....	251
(一) 美国.....	252
(二) 加拿大.....	253
(三) 日本.....	253
(四) 英国.....	254
(五) 法国.....	255
(六) 德国.....	256
参 考 文 献.....	258
后 记.....	261



第一章 大学生的气质、性格与心理健康

加入世界贸易组织(WTO),使我国的政治、经济、文化、教育、社会思潮、人们的日常生活等等,都更感受到了国外的影响。面对“入世”带来的机遇与挑战、面对经济全球化与世界一体化、面对东西方文明的激烈碰撞与交流,非常有必要研究大学生在这种情况下的气质、性格与心理健康。

一、气质与性格概述

(一) 气质概述

俗话说:“江山易改,禀性难移。”这里的秉性就是指人的气质。在日常生括当中,我们不难发现,不同的人的思维、意志及心理过程的倾向性等方面表现各不相同。例如,大学生中有的反应敏捷、思维灵活,有的沉默少语、不善言辞,有的动作迟缓、寡动多静;有的耐心细致、温和谦恭,有的脾气暴躁、咄咄逼人。所有这些表现的不同,实质就是气质的不同。

1. 气质的概念

气质是指表现在人的心理活动和行为的动力方面的、稳定的个人特点,是人的个性心理特征之一。气质是一个人最一般的特征,它会影响到个人活动的所有方面。

气质是个体心理活动与行为的外部动力特征,主要包括心理过程的速度(如思维的敏捷性)、心理过程的强度(如意志的强弱)、心理活动的倾向性(如有的人倾向于外部事物,有的人经常体验自己的情绪)、心理活动的稳定性(如注意持续的长短)等。既然气质是一个人心理活动与行为的动力特征,那么它就会影响一个人活动的所有方面,也必然会表现在一个人的心理活动与行为之中。但



是, 气质不能决定一个人是否活动, 也不能决定一个人活动的方向, 因为它不是一个人活动的直接动力, 也不是一个人心理活动的原因。

2. 气质的特点

1) 稳定性

心理学研究表明: 气质主要受神经系统先天特性的影响, 具有一定的先天性。既然气质具有先天性, 也就自然表现出一定的稳定性。气质的稳定性表现在个体一生的一切活动之中。

在不同的人生阶段, 个体的气质相对稳定。换句话说, 一个人与生俱来的气质存在于一个人的一生中。例如, 出生就爱哭爱闹的婴儿, 有可能一辈子都活泼好动。

在不同的活动中, 气质也相对稳定。气质不会因为活动的性质、内容、目的、时间、场所等的变化而变化。例如, 一个反应灵敏的大学生, 不仅在课堂上思维敏捷, 而且在各类竞赛中反应迅速, 在演讲辩论中可以巧舌如簧, 在体育活动中动作灵活。

2) 可塑性

气质的稳定性是相对的。在一定环境下, 气质随着条件的变化也可能发生一定的变化。特别是在有计划、有目的、科学而有效的系统教育影响下, 人的气质可以在一定程度上被改造, 从而表现出一定的可塑性。例如, 生活在单亲家庭的儿童, 往往表现出孤僻、内向并具有一定的攻击性等性格特征。但经过教师的悉心教诲、同学的热情帮助及家庭与社会的不断关爱等长期的教育, 这些儿童孤僻、内向并具有一定的攻击性的性格特征就有可能发生变化, 从而养成团结、外向、友善等良好的性格特征。

3) 感受性

感受性是指人对外界刺激产生反应(感觉)的能力。不同性格特征的人有着不同的感受性。如, 女大学生对情绪反应比较敏感, 容易受到暗示; 男大学生对自己的情绪体验相对要弱一些。画家对颜色的感受性比一般人要高一些。

4) 耐受性

耐受性是指人在时间和强度上对外界刺激的承受能力。百折不挠、吃苦耐劳、意志坚定、毅力顽强等都是对性格耐受性的描述。例如, 面对经济困难, 不同性



格的大学生就会表现不同的耐受性：有的人牢骚满腹、怨声载道、唉声叹气、一筹莫展，最后休学甚至退学；有的人直面困难、勇往直前、顽强拼搏，最后以优异的成绩毕业。

5) 指向性

这是指人的心理活动和行为反应倾向于外部事物还是自身内部，也就是我们常说的外倾或内倾。例如，对考试失败原因的总结，有的大学生把它归结为考题太难，有的大学生则把它归结为自己平时不努力学习。

6) 速度性

这是指人的知觉、情绪和动作反应的快慢，也就是人心理反应的速度。例如，有的大学生思维敏捷，对老师的提问能快速作答；有的大学生反应较慢，完成作业所需时间要比一般人多。又例如，在运动会的100米短跑比赛上，发令枪一响，有的运动员如离弦之箭，飞射而出；有的运动员一愣，比别人差半拍起跑。

7) 灵活性

这是指人对外界环境变化的一种适应能力。当外界环境发生变化时，人们总会调整自己的行为，改变行为方式，以适应环境变化。不过，这种“调整”和“改变”有着“快慢”、“先后”与“自觉和不自觉”之分。例如，当遇到难题时，不同性格特征的大学生就会表现出不同的行为方式：有的大学生会一直攻关，饭不吃，觉不睡，昼夜不分，苦钻劳研，非要弄出结果来不可；有的大学生会先认真解题，当看到确实在短时间不能解决时，就暂时搁置一边，或去散散步，或看看其他书，然后再来攻关。

3. 气质类型

气质类型是指某一类人所共同具有的各种气质特征的有机的、有规律的典型型的结合。人的气质复杂多样，气质类型也就千差万别。根据不同的分类标准与原则，心理学界也就有着不同的气质类型分类。

1) 体液说的气质类型

古希腊希波克拉底的气质学说，被公认为是世界最早的气质学说，他认为人体具有四种体液（血液、粘液、胆汁、黑胆汁），四种体液彼此混合的比例不同，就构成了四种不同的气质类型。后来，前苏联心理学家根据气质的基本特性，对这四种气质类型的典型特征进行了描述：



多血质型。具有这种气质类型的人感情外露，行动敏捷，思维灵活，喜欢交往，具有可塑性与外倾性，毅力坚定，冲动盲目，注意广泛，生动活泼，适应性强，精力充沛，行动敏捷，喜新厌旧，不喜欢平凡而持久的工作。例如，《水浒传》中的浪子燕青、《红楼梦》中的贾宝玉、俄国著名作家赫尔岑就属于这种气质类型。

胆汁质型。具有这种气质类型的人坚忍不拔，果断坚决，脾气暴躁，态度直率，可塑性差，热情高涨，喜欢挑衅，富于表情，精力充沛，感情用事，外倾性明显，反应迅速。《三国演义》中的李逵、《红楼梦》中的尤三姐、俄国诗人普希金、著名生理学家巴甫洛夫就属于这种气质类型。

粘液质型。具有这种气质类型的人感受性低、耐受性高，不易激动，感情隐蔽，动作缓慢，小心谨慎，不紧不慢，冷静稳重，有些呆板。《水浒传》中的林冲、《红楼梦》中的贾迎春就属于这种气质类型。

抑郁质型。属于这种气质类型的人多愁善感，反应性低，情感体验微弱且持续时间较长，动作缓慢，反应迟钝，思维深刻，敏感性高，不善交往，优柔寡断，适应性差。《红楼梦》中的林黛玉、俄国作家果戈理就属于这种气质类型。

2) 向性说的气质类型

瑞士著名心理学家荣格根据人体力必多（里比多）作用的方向不同，把人分为外倾与内倾两种气质类型：

内倾型。这类气质类型的人感情深沉，谨小慎微，善于自我分析与自我批评，喜欢单独工作或学习，不善与人交往，安静平和，深思熟虑，行事规规矩矩，做事力求稳妥，不喜欢过多活动，不喜欢抛头露面，常与人保持一定距离。

外倾型。这类气质类型的人活泼开朗，好动爱闹，喜欢交际，善与人处，热情随和，情感丰富，容易激动，爱发脾气，粗心大意，行动敏捷。

荣格还将内倾、外倾与四种思想机能（感觉、思维、情感、直觉）进行组合，构成八种气质类型：思维外倾型、情感外倾型、感觉外倾型、直觉外倾型、思维内倾型、情感内倾型、感觉内倾型、直觉内倾型。

3) 维度说的气质类型

出生于德国的英国心理学家艾森克（H. J. Eysenck）将人格结构分为内倾与外倾、稳定与不稳定两个维度，并将这两个维度相互组合，构成四种气质类型：

稳定内倾型。具有这种气质类型的人一般比较温和、安静镇定、克制，相当于粘液质气质类型。



稳定外倾型。具有这种气质类型的人一般比较活泼开朗、悠闲、富于反应，相当于多血质气质类型。

不稳定内倾型。具有这种气质类型的人一般慈爱文静、焦虑严峻，相当于抑郁质气质类型。

不稳定外型。具有这种气质类型的人一般比较冲动好斗，容易激动，相当于胆汁质气质类型。

（二）性格概述

1. 性格的概念

性格是指人对现实的稳定态度和与之相适应的习惯化了的行为方式。性格是一个人的本质属性独特的、稳定的结合，是具有核心意义的个性心理特征，是人與人相互区别的主要标志。“性格”一词由古希腊哲学家奥夫拉斯塔(Theophrastus)提出，最初的意思为特点、记号、特色、标记等。后经不断拓展、丰富和延伸，现在“性格”不仅指事物的特征和性质，也指人的品质、行为模式、道德品质等，是人个性中具有核心意义的成分。

性格表现于人对现实的稳定态度和习惯化了的行为方式之中。任何人总是生活在一定的客观环境之中，总会受到客观环境的种种影响。对客观环境的影响，每个人都会产生一定的态度，而这种态度又总是表现在一定的行为方式之中。当一个人对客观事物的态度在其生活中稳固下来，形成稳定的态度体系，与态度相适应的行为反应已经成为习惯化的行为方式时，这种稳定的态度体系与习惯化的行为方式就共同构成了一个人所特有的个性心理特征——性格。恩格斯曾经说过，一个人物的性格不仅表现在做什么，而且表现在他怎样做。这充分说明：人的性格是稳定的态度和习惯化的行为方式的统一体。如，对科学研究，有的大学生兴趣盎然，刻苦攻关，孜孜不倦；有的大学生却兴味索然，敷衍了事。当家庭经济困难，大学生生活难以为继时，有的大学生勇敢，顽强，无畏，无惧，积极努力，通过多种途径和多种形式，克服困难；有的大学生则怨天尤人，一筹莫展，消极退缩。

性格是一个人独特的、稳定的个性特征。性格是一个人对现实的稳定态度和习惯化的行为方式。一个人在某种环境或条件下偶然表现出的一时性的、冲动性的态度或行为方式不能称之为其性格。只有那些经常出现的、比较稳固的、能够



从本质上反映出一个人的个性特征的态度和行为方式，才具有性格的意义。一个人偶尔发脾气，不能说其性格暴躁；一名失恋的大学生，在一、两个月内悲观失望，情绪低落，这也不能代表其性格特征。根据性格的“稳定”性，当我们掌握了解了一个人的性格后，就可以预测他对某种情况或某种事物的态度，以及他将会出现的行为方式。但须指出：性格的稳定性是相对的。随着环境、时间、条件等变化，一个人的性格也要相应的发生变化。也就是说，性格不是一成不变的，在一定条件下它是可以转化和重新塑造的。只不过性格一经形成就比较稳定。

性格是具有核心意义的个性心理特征。人的个性的差别，主要不是表现在气质、能力上的差异，而是表现为性格的不同。知识的多少、能力的高低、兴趣的广窄、动机的强弱、反应的快慢等，都不能从本质上反映出一个人的个性特征。

性格具有直接的社会意义。性格是一个人稳定的现实态度和习惯化的行为方式，可以直接反映出一个人的人生观、世界观和品德、修养等，可以直接反映出一个人的精神面貌的主要特征。不同的性格具有不同的社会价值。如无私、坚定、忠诚等性格，对社会有着积极的意义；而自私、动摇、奸诈等性格，对社会则有消极影响。

性格影响人的能力与气质。总的说来，性格规定了能力与气质的发展方向，影响能力与气质的表现。一个关心集体、热心帮助他人的人，他的才华会运用到集体的事业上，也容易与他人搞好关系；一个自私自利的人，他的能力就有可能完全局限于自己的小天地中，也不容易与同事相处。

2. 性格的基本类型

性格类型一般是指在类人身上所共有的性格特征的独特结合。由于人的性格极其复杂，性格的分类也就相对困难。对性格的类型，心理学界至今没有一个统一的分类。

1) 机能类型说

以智力、情感和意志三种心理机能在性格结构中何者占优势，把人的性格分为理智型、情绪型和意志型。理智型性格的人一般以理智来衡量周围的事物，支配自己的行为；情绪型性格的人心理机制容易受情感支配，行为容易受情绪的左右；意志型性格的人具有明确的行为目的和较强的自制能力。机能类型说的代表人物主要有 19 世纪英国心理学家培因 (A. Bain) 和法国心理学家李波 (T. Reib)。