

非智力因素与成才丛书

个性与成才

沈 洪



新 出 版 社

非智力因素与成才丛书

个性与成才

丛书主编 沈德立

本书著者 沈 洪

新蕾出版社

责任编辑：马伯长

非智力因素与成才丛书

个性与成才

丛书主编 沈德立

本书著者 沈 洪

◆

新 晋 文 献 社 出 版

河北省滦县印刷厂印刷

新华书店天津发行所发行

开本787×1092毫米 1/32 印张4.5 字数89,000

1990年6月第1版 1990年6月第1次印刷

印数：1—4,900

ISBN 7-5307-0501-6/G·244 (儿)

定 价：1.60元

序 言

成才，这是大家都希望的。国家希望青年人成才，学校希望学生成才，家长希望子女成才，每个同学也希望自己成才。

成才，又有广义与狭义之分。广义的成才，指一个人健康地成长，成为有理想，有道德，有纪律，有文化，身体健康，对四化建设有用的人才；狭义的成才，指发展某个方面的特殊能力，成为某个专业领域内的专门人才。

从心理学角度来看，在人的成才过程中，既需要智力因素（主要指人的各种认识能力），也需要非智力因素（主要指人的动机、兴趣、情绪、意志和个性等）。严格说来，这是一个智力与非智力相互影响，又以非智力因素起决定作用的过程。非智力因素对智力因素的制约表现在两个方面：一、不良的非智力因素对智力开发有扼制作用；二、优良的非智力因素对智力因素的充分发挥有促进作用，对智力上的某些弱点有补偿作用。

近年来，国内出现了一股智力热。由于没有从理论上弄清智力因素与非智力因素的正确关系及其在成才过程中的作用，因而在实践上已经造成不良的后果。广大教师、家长和中学生都迫切要求从理论与实践的结合上来正确解决这个问题。

为此，我们将天津市社会学科“七五”规划重点项目《非智力因素与成才》中的一些研究成果，并参阅了国内外有关资料，编纂成书，供青少年学生、教师和家长学习参考。

这套丛书共分以下六个分册：

《浅谈非智力因素》：主要概述智力因素与非智力因素及其与成才的关系；

《动机与成才》：主要阐明正确动机是成才的起点；

《兴趣与成才》：主要阐明高尚兴趣是成才的萌芽；

《情绪与成才》：主要阐明健康情绪是成才的动力；

《意志与成才》：主要阐明坚强意志是成才的关键；

《个性与成才》：主要阐明完美个性是成才的保证。

这六本书运用心理学的观点、知识与研究成果，正确分析了古今中外各种名人的成才之路。阐明了非智力因素在一个人成长过程中所起的定向、引导、调节、维持与强化作用。

中学生正处于身心迅速发展的时期，也是正在成长和准备进一步成才的阶段。但愿同学们在读完这套丛书以后，能够达到：

第一，明确非智力因素的重要性；

第二，从大量成才实例中吸取营养；

第三，结合自己实际情况制订出成才的科学规划。

如果这套丛书能起到上述作用，我们将非常高兴。预祝同学们个个成才，为我国四化建设作出自己的贡献！

沈德立

目 录

一 个性心理的内容	1
谈谈“个性”这个心理学术语	1
个性是区分人的主要标志	2
怎样理解“我”	4
“人心不同，各如其面” ——谈性格	6
怎样划分人的性格类型	8
人为什么脾气不同 ——谈气质	10
迟到者解决问题的方式	13
天生我才必有用 ——谈气质与成就的关系	15
个性的两个重要方面	18
效率差异与风格差异	20
“早慧”与“大器晚成”	22
兴趣广博与专一	24
需要是否一定要满足	26
信念不是迷信	28
理想是一座灯塔	31
要有一个正确的世界观	34

二	怎样了解自己的个性.....	36
	几种个性测定量表.....	36
	怎样用投射法测定性格.....	43
	从图形辨别看性格类型.....	47
	一张测量气质类型的简易问卷.....	49
	怎样看待智力测验.....	54
	体型与气质、性格.....	60
	血型与气质、性格.....	61
	相面能告诉我们什么.....	63
三	怎样培养良好个性.....	66
	健康的个性结构.....	66
	性格也是后天学习而来的.....	67
	为什么有的人爱钻“牛角尖” ——谈性格的理智特征.....	70
	要善于把握人生 ——谈性格的情绪特征.....	72
	炸不死的人——诺贝尔 ——谈性格的意志特征.....	75
	良好风气与性格培养.....	78
	西点军校学雷锋的启示 ——谈奉献.....	80
	人是不是生来就自私.....	82
	愿望、志向与成功.....	83
	“立志”为什么重要.....	85
	人际关系与成功.....	87
	做人要热诚.....	90

忍让是一种美德	92
什么是真正的谦虚	95
道德也是力量	97
做人要有良好的行为习惯	100
重视学习习惯的培养	101
大胆学习进步快	104
“冻死”在冷藏车里的人 ——谈自我暗示	107
正确对待父母养育态度对个人性格的影响	109
怎样改变不良个性	112
两重性格的人	112
变态人格的类型与矫正	114
“拘谨”不属于年轻人	119
如何改变冒失莽撞的毛病	121
为什么有的人总是畏缩不前	123
恐惧是成功的绊脚石	124
如何消除自卑心理	127
为什么有的人爱发脾气	130
性格与疾病	132

四

一 个性心理的内容

谈谈“个性”这个心理学术语

在现实生活中，人们常喜欢用“个性”这个心理学术语去形容一个在某方面品质突出或特殊的人。如日本影片《追捕》上演后，很多青少年十分崇拜性情刚毅，不喜欢言语，孤僻冷静的杜丘这一形象。认为他是个个性很强的男子汉；香港电视剧《上海滩》播映后，又使很多青少年为许文强所倾倒，称赞他谈吐文雅，举止潇洒，是个个性很强的“冷面小生”。杜丘和许文强所表现出来的是不是一个人的个性心理呢？是。但不全面。杜丘、许文强作为艺术形象，在表现人的“冷峻”这个性格特征方面具有典型意义，但是对于人的诸多个性差异来说，“冷峻”不过是其中的一个方面而矣。因此，要分析一个人的个性心理，还应该予以全面考虑。

心理学的研究表明，一个人的完整个性，包括个性心理特征和个性倾向性两方面内容。个性心理特征又包含能力、气质和性格。能力表现人们在活动效率上的差异；气质和性格表现人们在活动风格上的不同。个性倾向性包含需要、动机、兴趣、爱好、理想、世界观和人生观等，它们在人们的个性心理差异上，起着决定性作用。

影片《追捕》中的杜丘和《上海滩》中的许文强虽然都表现出“冷峻”这个性格特征，但这两个人的个性倾向性却

有着本质的区别：许文强是一个信仰个人奋斗，为达目的不惜一切的高级流氓；而杜丘则是一个伸张正义的检察官。虽然两个人都是单枪匹马地去奋斗抗争，但其动机不同，理想和信念也不一样。从本质上讲，这两个人的个性心理是不同的。

由此可见，要分析一个人的个性，不能只是看他某一方面的某个特征，而应把个性心理特征和个性倾向性两个方面结合起来进行考虑。那种简单的只根据某个人的性情、举止和表现所做出的个性强或弱，好与不好的结论是不科学的。

个性是区分人的主要标志

世界上的人数以亿计，相貌也各不相同，那么如何区分人的本质呢？我们说，区分人的本质差异主要是个性。所谓个性，就是一个人所具有的一些比较经常、比较稳固、并带有一定倾向性的心理特点的总和。这就是说：

个性具有独特性。由于每个人的生理条件和生活条件不同，使人们在心理活动上有了差异，从而形成各不相同的个性特点。如，有人喜欢音乐，有人喜欢美术，有人擅长组织领导，有人善于宣传演说；有人脾气暴躁，有人性情温顺；有人真诚耿直，有人虚伪圆滑；有人公而好义，有人自私自利。如此等等。这些都是人的不同个性特点。甚至同一身体、同一心肺的连体人，仅因大脑不同，其个性也不一样。如，国外一对连体姐妹，其兴趣、爱好就不相同，脾气也不一样：一个好急躁，一个较温和。可见，人的个性是人的心理的一种个别化的表现，这种个别化形成了人与人的主要差

别。

个性具有稳定性。一个人的个性特点，是指在这个人身上经常出现的那些本质的和比较固定的心理特点。它表现在一个人的工作、学习与日常生活中，并且不是一时性的偶然表现，而是经常性的—贯表现。比如，某人受过良好的家庭教育、学校教育和社会实践锻炼，形成的勤劳、朴实、先人后己等心理特点，在任何时候、任何情况下，这些品质都会表现出来。这就是个性的稳定性。

个性具有统一性。人的个性不是各种个性特点的简单堆砌，而是一个有机的、统一的、不可分的整体。这表现为个性的每一种特点都和其它特点相联系。例如，我们平时常说的“天才来自勤奋”这句话，其中天才是能力的表现，勤奋是性格的表现，所谓天才来自勤奋，则表明能力与性格的密切关系。又如，脾气倔强的人容易形成果断和勇敢的特点；沉着、稳重、慢性子的人容易形成谨慎和坚韧精神。其中脾气倔强和沉着、稳重、慢性子是气质的表现；果断和勇敢、谨慎和坚韧是性格的表现。上述情况表明气质可以促进性格的发展。从而说明个性的各个组成部分不是孤立的。个性的每一特点也不会单独形成，个性是作为一个整体形成与发展起来的。

个性具有倾向性。个性总是表现为对事物的一定看法、态度和行为的倾向。个性的倾向性（如需要、动机、兴趣、爱好、理想、信念、世界观与人生观）表明一个人经常追求的是什么？它指引着人去积极地影响周围事物并且进行自我教育。它在人的整个个性心理中具有决定性作用。

在认识个性具有独特性、稳定性、统一性和倾向性的同时，还必须看到这四个方面也不是绝对的，它们还具有相对

性。例如，由于人们所处的自然环境、社会生活条件具有一定的相似性，再加上民族风俗习惯与传统文化的影响，就使人们的个性在具有独特性的同时，还具有一定的共同性。例如，人们经常将东方人与西方人进行对比，发现东方人比较含蓄、稳重、善于克制与忍耐；西方人比较开朗、大方、易于冲动。这就是东方人与西方人个性中的共同性的不同表现。又如，由于现实生活十分复杂，人际关系纷繁多变，一个人在一定环境中所形成的个性，也会因环境变迁，而或多或少地发生变化。这就是人们个性在稳定性的前提下又具有一定的可变性。

无数事实表明，良好而完美的个性，是一个人顺利成长和成才的基础与保证。

怎样理解“我”

“我”，永远伴随着你，无论你在何时、何地，是工作，还是学习。只要你生存在世上，它永远属于你。“我”与人的关系是那样的密切，可是，又有谁来研究它呢？有！那就是我们的心理学家。他们把“我”一分为二。即现实生活中的“我”和理想中的“我”。前者指一个人现有的心理水平和所具备的其它各种条件，如目前的生理、心理状况，所处的家庭、环境与社会制度等等；后者指一个人希望自已达到的境地，也就是他的理想与抱负。这两种“我”在每一个人身上同时并存，而又有一定的差距。由于这个差距，造成了人的心理紧张。而要消除这种心理紧张，就要缩小两种“我”之间的距离。如，人人都希望自己的生活越来越好，

工作中出成绩，事业上获得成功。这种理想与愿望是美好的，它可以促使一个人为之努力奋斗。但是，这毕竟是理想，要达到这个目标，必须和现实生活中的“我”所具备的条件相符合。也就是说，一方面要通过努力去实现目标，另一方面客观上也要有实现这个目标的机遇和条件。在这种情况下，两个“我”之间的距离缩小了，心理紧张消失了，理想和愿望就可以实现。同学们，面对两种“我”的差距，要实现自己的理想和愿望该怎么办呢？心理学家认为，一般的方法是降低理想中的“我”的标准，使它向现实生活中的“我”去靠拢。即以自己现有的生理、心理水平与客观现实的制约条件为基础，重新设计理想中的“我”。反之，如果一味不顾现实的主客观条件，盲目追求理想的“我”，便容易加剧心理紧张，甚至步入歧途。

我们在生活和学习的过程中，经常碰到如何处理好个人与他人、个人与集体的关系问题。即如何处理好个体“我”与群体“我”的关系问题。每一个人都要经过从自然人（未经社会教育和未受环境影响的刚出生的人）到社会人的过程，即人的社会化过程。一个人对自己与他人、自己与集体的关系处理上，有不同的表现。大多数同学能够在父母与师长的影响、教育下，遵从所处环境的道德规范，使自己与他人、自己与集体融合在一起，以他人和集体的利益为己任。这是顺利完成社会化过程的表现，它有助于去缩小两个“我”之间的距离，并能促进自己健康成长。但也有少数人，置他人和集体的利益于不顾，凡事处处以自己为中心。这是社会化过程没能顺利完成的表现，它不仅无助于去缩小两个“我”之间的差距，而且会把自己引入迷途。

总之，一个人应深刻理解和认识“我”。不仅作到现实中的“我”与理想中的“我”有机统一，而且作到正确处理好个人与他人、个人与集体的关系，即顺利完成自己的社会化过程，处理好个体“我”与群体“我”的关系问题。既不忽视自我调节，又不事事强调自我。

“人心不同，各如其面”

——谈性格

人与人之间的内在区别以个性为标志，在个性中起核心作用的则是性格，它表现为人们对现实社会和在各种活动中的比较稳固的态度和各种行为习惯，是区别一个人与众不同的明显的和主要的差异所在。文学家就是抓住一个人最本质、最核心、最具有代表性的性格特征（典型），加以形象的描绘，塑造出一个又一个生动鲜明、活灵活现、有血有肉的文学人物。

我们在待人接物和处理各种事物的时候，总有自己的态度，有人直率，有人拘谨，有人真诚，有人虚伪。其中有的是暂时性的，有的是经常性的。我们从事各种活动，也总有自己的行为方式，有人认真细致，有人粗心马虎，有人干脆利落，有人拖拖拉拉。这些表现既有偶然性的，也有习惯性的。我们所说的性格是指那些表现为经常性的、比较稳定的态度和各种行为习惯中的心理特点。那些表现为暂时性的态度和偶然性的行为中的心理特点，则不属于性格范畴。一个人在某次劳动时表现积极肯干，还不能说他勤劳，只有在每次劳动中（不论干什么工作）都埋头苦干，任劳任怨的人，才

能说他具备了勤劳的性格；同样，一个人只是在某次活动中表现出能够克服困难，也不能说他具备了坚强的性格，只有在许多场合下都能克服困难，才能说他具有坚强的性格。即使是同一性格特征，在不同人身上的表现也不尽相同。如《三国演义》中的张飞和《水浒传》中的李逵都十分勇敢，但张飞表现为“有勇有谋”而李逵则“有勇无谋”。

另外，性格也包括一些中性特征，如顺从、粗犷等，而分析其好坏时，则要根据其所依附的主要性格特征来定。例如，同是顺从，表现在对党和国家的利益上，则是好的、正确的；表现在坏人的威逼利诱面前，顺从，就是不应该的，错误的，甚至是犯罪。

一个人性格的形成不是天生的，主要是后天养成的。是从儿童时期开始，不断经受社会环境的影响，教育的熏陶和自身的实践而逐步培养起来的，曾有一对孪生姐妹，在同一家庭抚养下，受同等条件的教育，而且还是同班同学（从小学到大学一直这样），两个人外貌也极为相似，但是在性格上两人却有相当明显的差别。姐姐比妹妹好交际，也比较果断、勇敢和主动。这是因为从小在家庭生活中，姐姐就被责成照管妹妹，事事带头执行长辈委派的任务，作妹妹的榜样，因而姐姐渐渐形成了独立、主动、善交际、果断的性格，而妹妹却养成了听从姐姐意见，一切追随姐姐的习惯。可见，一个人如果从小就过着衣来伸手、饭来张口的生活，长大后便不会形成勤劳、自立的性格。

由于性格是指那些经常性、习惯性的态度和行为方式，因此，性格特征一经形成便比较稳定。但是，客观现实是复杂多变的，在不断变化的各种环境因素中，人们之间的接触

与交际更是纷繁复杂，所以，客观现实影响的多样性和多变性，又决定了人的性格不是一成不变的。末代皇帝溥仪，在解放后经过人民的教育和改造，从一个四体不勤、五谷不分的“真龙天子”变为一个自食其力的平民百姓，就充分说明了外界环境的变化对人的性格特征的改变具有重要的作用。但是，还应看到，一个人的性格特征是从小养成的，其稳定性是占主导地位的，可变性则占从属地位。性格特征形成后，改变起来是相当困难的，要经历一个长期艰苦的过程。所以，我们应该注意从小就养成良好的性格特征。在我们青少年学生当中，对已经形成不良性格倾向的同学来说，从现在开始有意识地改掉不良的行为表现，培养良好的性格特征，还是来得及的。

怎样划分人的性格类型

生活中很多人都十分关心自己属于哪种性格类型。但是，由于性格是人身一种复杂的心理现象，是多种心理现象的独特结合。因此，有关划分性格类型的方法有种种不同。人的性格有种种不同的分类，常见的有以下几种：

从认识、情感、意志这三种心理现象在一个人的性格中所占优势的不同，可把性格划分为理智型（认识占优势）、情绪型（情感占优势）和意志型（意志占优势）。属于理智型的人，在评价周围的人和事，以及如何行动时，通常是以理智来支配和控制自己，极少冒失唐突；属于情绪型的人，往往遇事不能三思而后行，情绪常常支配其言行举止，并且情绪体验较深刻，表现出“景乐则情乐，景哀则情哀”；属于

意志型的人，行动起来有明确的目标，并且能积极主动地为实现目标而努力。

从一个人的心理活动受外界的影响大小，可以把性格分为外倾型和内倾型两大类。属于外倾型的人，心理活动易受外界影响，并且易于向外表露，表现为开朗、活泼、善交际；而属于内倾型的人，一般心理活动受外界影响小，并且不易外露，自我体验强，凡事多以自己内心的活动为依据，表现为较孤僻，恬静，处事谨慎，反应迟缓，不爱交际。

根据一个人在活动时所表现出的独立性程度的大小可以把性格分为独立型和顺从型。属于独立型的人善于独立思考问题和解决问题，并且不易受外界的干扰，但有时会把自已的意见强加于人；属于顺从型的人则缺少主见，易受外界影响，常常不加分析地接受他人意见，表现出唯命是从，缺乏应变能力。

从人际关系的表现上，又可把性格分为五种类型。第一种称之为“行为型”又叫“注意人物型”。属于这种性格类型的人，情绪不稳定，社会适应性比较差，遇事易急躁，带有外倾型的特点，和周围人的关系不甚融洽，易发生摩擦，行为举止常引起人们的注意或议论。第二种称之为“平均型”。属于这种性格类型的人，情绪和社会适应性比较均衡，但主观能动性不够，交际能力较弱，精力和毅力较一般。第三种称之为“平稳型”又叫“安定消极型”。属于这种性格类型的人，情绪比较稳定，有较好的社会适应性，并带有内倾型的特点，但是，经常处于被动状态，缺少积极性，不大胜任领导工作。第四种称之为“安定积极型”，又叫“管理者型”。属于这种性格类型的人，情绪比较稳定，社