新世纪青少年情商与非智力因素培养新概念

Xin Shi Ji Qing Shao Nian Qing Shang Yu Fei Zhi Li Yin Su Pei Yang Xin Gai Nian

青少年健康性格教育新概念

主编：王建国 赵树仁 何曙光

西藏人民出版社

《新世纪青少年情商与非智力因素培养新概念》

编 委 会

主　编：王建国　赵树仁　何曙光

编　委：（以姓氏笔画为序）

丁　慧　王小霞　王　玉　王　丽

刘学文　刘艳芳　张红梅　杨志斌

尚成林　赵占成　赵丽霞　姜　清

索金枝　徐小东　徐秀莲　崔玉光

韩永政　温咏梅　鲁万清　翟　清

目　录

第一篇　性格理论概述

第一章　性格的含义 …… (3)

第一节　性格的定义 …… (3)

第二节　性格的社会性 …… (4)

第三节　性格与气质 …… (5)

第二章　性格的生理基础及结构、类型 …… (9)

第一节　性格的生理基础 …… (9)

第二节　性格的结构 …… (11)

第三节　性格结构的动力特性 …… (15)

第四节　性格的类型 …… (18)

第三章　性格的形成 …… (20)

第一节　生活环境在性格形成中的作用 …… (20)

第二节　性格形成中的主观因素 …… (24)

第三节　性格形成过程的理论 …… (26)
第四章　血型与性格 …… (28)
第一节　"性"由"血"定——血型决定性格模式 …… (28)
第二节　"性"变不离其"血"——血型控制性格演变 … (35)
第三节　"血"异"性"不同——血型决定人的性格差异 ……
…… (40)
第五章　性格的民族性及其成因 …… (71)
第一节　信仰影响民族性格 …… (74)
第二节　自然环境影响民族性格 …… (79)
第三节　社会制度影响民族性格 …… (88)
第六章　性格的表现及其鉴定 …… (93)
第一节　性格的外部表现 …… (93)
第二节　性格鉴定 …… (95)
第三节　性格表现面面观 …… (100)

第二篇　性格的意义

第一章　性格对人生的意义 …… (125)
第一节　拥有良好性格，使你变得更聪明 …… (125)

第二节　良好性格有助于提高学业成绩……（125）
第三节　良好性格促进个人事业成功……（126）
第四节　良好性格助你营造一个好的人际关系……（127）
第五节　拥有良好性格，使你的生活更幸福 ……（128）
第六节　良好性格维护你的身心健康……（128）
第二章　性格与思维 ……（130）
第一节　性格对观察力的影响……（130）
第二节　性格对记忆力的影响……（131）
第三节　性格对思维的影响……（133）
第三章　性格与意志 ……（141）
第一节　性格的自觉性意志特征……（142）
第二节　性格的独立性意志特征……（142）
第三节　性格的主动性意志特征……（143）
第四节　性格的自制性意志特征……（144）
第五节　性格的坚韧性意志特征……（144）
第六节　性格的勇敢性意志特征……（145）
第七节　性格的果断性意志特征……（146）
第四章　性格与健康 ……（147）

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.

第三篇　学生的性格教育

第一章　学生性格教育的要求与实施 …… (163)
第一节　性格教育的要求 …… (163)
第二节　性格教育的实施 …… (165)
第二章　良好性格培养的目标与原则 …… (175)
第一节　培养良好性格对学生的重要性 …… (175)
第二节　性格培养的目标与原则 …… (177)
第三节　性格培养的途径 …… (180)
第四节　积极交往,参与活动 …… (183)
第三章　培养学生良好性格的方法 …… (185)
第一节　加强教育,以理育性 …… (185)
第二节　培养集体,以群育性 …… (188)
第三节　热爱学生,以情育性 …… (190)
第四节　改进教学,以教育性 …… (191)
第五节　以身作则,以性育性 …… (193)
第六节　付诸实践,以行育性 …… (193)
第七节　友伴交往,以友育性 …… (195)

第四章　根据学生性格特点,进行性格教育 …… (197)
第一节　学生性格发展的特点与性格培养 …… (197)
第二节　学生的性格特点及其培养 …… (203)
第五章　良好性格的自我培养方法 …… (208)
第一节　严于律己 …… (208)
第二节　座右设铭 …… (209)
第三节　多读好书 …… (210)
第四节　逃离自我禁锢,积极投身社会 …… (213)
第五节　勤奋是快乐之源,成才之本 …… (213)
第六节　诚实永远是一种美德 …… (214)
第七节　礼貌是一种财富 …… (216)
第八节　嫉妒要不得 …… (217)
第九节　要学会宽容 …… (220)
第十节　克服虚荣心 …… (225)
第十一节　要培养自信 …… (226)
第六章　不良性格的危害与矫正 …… (231)
第一节　不良性格的含义 …… (231)
第二节　不良性格的危害 …… (234)
第三节　不良性格的类型及其矫正 …… (235)
第四节　几种常见不良社会性格的分析 …… (245)

·第一篇·

性格理论概述

第一章

性格的含义

第一节 性格的定义

性格是人对现实的态度和行为方式中的比较稳定的心理特征的总和。

性格和性格特征。人的性格特征是多种多样的，如诚实、谦虚、善良、勇敢、自豪、果断、虚伪、自负、自卑、怯懦、优柔寡断等等都属于性格特征。每个人都有这样或者那样的性格 特征。有的是独自具有的；有的是和别人相似或相同的；有的是积极的；有的是消极的。这些特征错综复杂地交织在一个人身上，构成人各不同的性格。性格并不是个性的全部，它只是个性的一个侧面。由于性格和人生观、世界观相联系，因此说，它是个性中具有核心意义的部分。

性格特征表现在人对现实的态度和行为方式中。也就是一个人在经常做什么和如何做之中所表现出来的心理特性。它在不同场合表现出个人特有的风格。例如，一个人总是勤勤恳恳，克服各种困难去完成自己担负的工作，对同伴出色地完成任务表示支持和赞扬，对完不成工作定额的人肯于帮助和批评，对破坏生产的坏人敢于斗争等等。这种对事、对人、对己的高度道德

原则性的态度和行为方式,足以标明这个人的性格。这里必须强调,并不是任何一种态度,或任何一种行为方式都可标明一个人的性格特征。所谓性格特征是指那些一贯的态度和习惯了的行为方式中所标明的特征。如一个人具有诚实的性格特征,那么他就会在待人接物的各种场合都表现出这种特点。他对人民的事业忠心耿耿,对同志诚心诚意,对敌人不屈不挠,对工作严肃认真,对自己老老实实。如果一个人在处世时,只是在某种情境下偶然表现出上述的某些特征,而经常的表现并不这样,那么就不能说他是一个诚实的人。

由于一个人在生活实践中形成的对现实的态度和行为方式,具有稳定的倾向,因此就可预见他在某种情况下将会如何行动。

第二节　性格的社会性

人的性格不是天赋的,而是在社会生活过程中逐渐形成的。人生下来的时候,只有神经系统活动类型的个别特点,无所谓性格特征。婴儿还没有从环境中把自己分出来,他们吸吮自己的手指和脚指就象吸吮母乳一样香甜。他们完全受周围的成人所左右,成人让他做的,他就照着做,成人不允许做的,他就不做。这说明他们完全没有意识到自己对现实的态度和行为方式。在社会环境影响下,随着年龄的增长,儿童对事物的态度和行为方式的自我控制越来越强。到中学时代,由于社会生活范围更加扩大,知识经验更加丰富,逐渐形成比较系统化的思想,理想、信念和世界观,才具有了比较稳定的性格。

此为试读,需要完整PDF请访问: www.ertongbook.

性格是社会关系在人脑中的反映。一个人作为社会的成员,在各种社会关系的影响下,通过认识,情感和意志行动,学会了为人处世,如何对待自己和别人的方式,把这些在个体的反映机构中储存下来,成为他经常采取的态度和习以为常的行为方式。社会关系的影响不同,所形成的性格特征也不一样。如与人为善,为集体英勇献身精神等性格品质,是相互帮助,集体协作的公有制社会关系在人脑中的反映。而自私自利,冷酷无情等性格品质,则是私有制度下人和人的关系的反映。

性格品质受社会道德规范的约束。性格标志着某个人的为人方向,其行为后果总是和一定的阶级、集团的利益相联系的。因此,人对现实的态度和特定行为方式中的性格特征,必定要受到阶级和集团的道德标准好或坏的评价。如为公和为私这些性格特征就是属于不同阶级的道德品质。有一些性格特征,如诚恳、谦虚、自尊、勇敢、傲慢、自负、自满、怯懦等,虽然不直接和道德品质相联系,但也受动机、理想、信念、世界观等意识倾向支配,从属于个人的道德品质,因此,也有道德评价的意义。

第三节 性格与气质

在日常生活中,人们常常根据各种气质特征,判断一个人的性格。这实际上混淆了性格和气质两种个性特征的界限。性格和气质既有联系又有区别。

一、性格与气质的区别

性格和气质是不同实践领域的学者提出的两个古老的概

念。在气质一章中已经提过,气质概念是由古希腊医学家希波克里特提出,经医学界的不断研究,确定为四种气质类型。最早引用"性格"一词并概括其特征的是古希腊哲学家提奥夫拉斯塔。他以讽刺作家和道德学者的观点,把人的行为特征概括出如"阿谀奉承"、"伪装和善者"等三十余种性格。可见,气质的概念属于自然科学的范畴,为自然科学家所运用,而性格的概念属社会科学的范畴,是由社会科学家所使用的。

气质是以神经过程的特性组合成的高级神经活动类型为生理基础的心理特征。而性格则是以神经类型为基础,在后天形成的暂时联系中所表现的心理特性。巴甫洛夫在谈到这个问题时曾指出:"现在我们坚决主张,人一方面有着先天的品质。另一方面也有着为生活情况所养成的品质。……如果说到那些先天的品质时,这就是指神经系统类型而言,如果说到性格,那就是指那些先天倾向,意向与那些在生活期受生活印象的影响所养成的东西之间的混合物了。"

由于气质受制约于生理特点和遗传素质,因此,它比性格形成较早,表现在先,并且不容易变化,既或变化,也较缓慢;而性格则受制于后天环境,由社会生活实践所决定。虽然它也具有稳定性,但比起气质来,它在社会实践的影响下,通过个人的主观努力能够较易、较快的变化。

气质和性格是个性中的两个侧面。通过日常观察和实验都证明,同一气质类型的人可以具有不相同的性格。列维托夫从十年级学生中选择40名学生,以10人为一组,共分4组。他们分别为四种气质类型的典型代表。观察在这些学生身上表现出

的自制力和坚忍性方面的特征。鉴定结果如表 1－1：

表 1－1 十年级学生的气质类型与性格特征(自制力与坚忍性)

气质类型	学生人数			
	自制力强者	自制力弱者	坚忍性强者	坚忍性弱者
多血质	4	6	6	4
胆汁质	5	5	7	3
抑郁质	6	4	5	5
粘液质	8	2	6	4

从上表看到，无论是自制力和坚忍性强，还是自制力和坚忍性弱，都能在不同气质类型的学生身上得到表现。它说明性格和气质是有区别的。

二、性格和气质彼此制约，相互影响

性格和气质既然是个性中的两个侧面，那么它们之间必然发生相互影响。

气质对性格的影响：首先，在人的性格表现上总是涂有各自气质类型的特色。比如，同具勤奋性格特征的人，胆汁质类型的人，在行为方式中表现的是迅速而较直接地释放能量，粘液质类型的人，则要经过能量储存过程，从容不迫地释放能量。其次，某种气质特征对某种性格的形成可能起促进作用，也可能有不利影响。比如，胆汁质者比粘液质者可能更易于形成勇敢，果断等性格品质；粘液质者比胆汁质者可能更易于形成镇定，自制等性格品质。

性格对气质也发生一定影响。由于性格受动机、兴趣、理想、信念、世界观等意识倾向的直接控制，它在个性中具有核心意义，因此说，性格对气质具有更深刻的影响。在生活实践中形成的对客观现实的态度体系和行为方式，可以掩蔽和改造气质，使它服从于生活实践的要求。例如，飞机驾驶员必须具有稳定性，沉着、冷静等性格特征。在严格的飞行训练中，这些品质的形成，就有可能掩盖和改造胆汁质类型的急躁，易冲动的气质特征。再如，在气质一章中谈到的弗里德曼博士，是心脏病患者。在患病前他明显地表现出紧迫感、急躁、匆忙，缺乏耐心等特征。后来他发现，这些特征正是他患心脏病的主要原因。为了治疗疾病，他极力使自己的生活步调趋于平稳，有意识地培养自己对音乐、文学、运动、大自然、友谊等多方面的兴趣。新形成的行为方式有力地掩蔽和改造了气质的消极特征。

第二章

性格的生理基础及结构、类型

第一节 性格的生理基础

性格同其它心理现象一样，也是脑的机能。美国心理学家阿尔波特在1966年重新考查人格特性这个概念时写道："特性是具有控制和指导特定时态反应的能力的皮层、皮层下和体态的配置。它……是由那至今仍令人迷惑不解的神经动力结构的独立王国所产生。它……包括长系列的定势和态度，还有这种变量，如'知觉反应配置'、'人格构造'和'认知风格'"。可见，由于性格的复杂以及对它研究的困难，目前关于性格生理基础的种种理论，都没有作出令人满意的解释。巴甫洛夫学说对理解性格的生理基础可能有一定的参考价值。

巴甫洛夫关于神经系统类型的学说认为，人的高级神经活动类型不但是气质的直接生理基础，它对于决定性格特征也有重要的影响。当人经历着现实生活中的各种影响时，神经系统的强度、平衡性和灵活性对人的反应显然起着一定的作用。例如神经过程强度的个别差异，制约着人对外界事物刺激作用的

经受程度的差异，也影响人对事物的应答。平衡性和灵活性也是如此。平衡性，即由抑制过程来平衡兴奋过程的能力，对于人的行为的冲动性或控制能力都有影响。灵活性对人适应多变的环境有关，强而灵活的类型对人适应多变的环境具有有益的影响，弱而不灵活类型的人在这种情况下就会体验到内部的困难。

巴甫洛夫早就指出，神经系统三种基本特性的结合，可以达到24种变型或更多的实际的复合体。这就从一个方面使人理解、性格的多样性和多侧面的复合表现有着它的自然根源。

神经系统特性给人的全部生活打上印记，从而成为性格的自然基础之一。但是巴甫洛夫进行动物实验的时候，曾明确指出：不能把神经类型与性格混为一谈；神经类型是神经系统的先天素质，而性格是在生活实践中形成的心理特征。

巴甫洛夫认为，性格的生理基础是神经类型特征和由外在环境所引起的各种变化的合金。他说："类型乃是动物生来就组成的一种神经活动形态——即遗传型。但是因为动物自出生日起就遭受周围环境的影响，它必然要以一定的、最后常常在整个一生中被固定了起来的活动去回答这些影响，所以动物最后所具有的神经活动乃是由外在环境所引起的类型特点和变化的合金——即混合型，或性格。"

由环境影响所形成的暂时神经联系系统，更直接地影响着人的行为。暂时联系的建立，是对外来信息的加工，它显示外界事物对人的意义与作用。因此，暂时联系对有机体适应环境来说，有更大的灵活性和可塑性。巴甫洛夫在实验中看到，一个弱型动物生活在顺利的环境中可以养成沉静的、庄重的姿态，它不

此为试读，需要完整PDF请访问：www.ertongbook.