

《走向成熟》丛书



赵元三

# 气质的魅力

河南教育出版社

气质与风度·系列



陈惠芳

# 气质的魅力

湖南教育出版社

走向成熟丛书

# 气 质 的 魅 力

赵 元 三

河南教育出版社

走向成熟丛书  
气质的魅力

赵元三  
责任编辑 赵 菡

河南教育出版社出版  
河南省商丘报社印刷厂印刷  
河南省新华书店发行

787×960 毫米 36开本 10印张 163千字

1991年6月第1版 1991年6月第1次印刷

印数1—3,325册

ISBN7-5347-0942-3/Z·20

---

定 价 2.50元

## 编辑前言

“成熟”，是一个诱人的字眼。在青少年时期，成熟具有更大的吸引力。不是吗？当人还是半儿童半成人的少年时，便开始以成熟为骄傲、以幼稚为羞辱了。少年反感别人把自己当孩子看待、故意反抗家长的命令和老师的教诲、处处争强好胜，就是为了表示“我成熟了”。

然而，并不是自以为成熟就真的成熟了，成熟与否是有一定的衡量标准的。对于具有社会性的人来说，成熟不仅仅是生理上的成熟，更重要的是心理上的成熟。当你能够定准人生的基调，为弹奏出生命的最强音而苦苦求索、奋力拼搏时；当你能够宠辱不惊、宁静致远，面对磨难挫折坦荡从容、洒脱

自如时；当你能够既乐意接受社会调节而又不失个性并充分地施展自己的才华时……那么，你就算得上一个成熟的人了。

成熟有一个过程。人在生命开启之时也就踏上了走向成熟的道路。从呀呀学语、蹒跚学步到有知有识、自强自立，可谓路漫漫其修远兮！到了青少年时期，则最趋于成熟而又成熟得最艰难。许多人都要在此时期付出一定的代价。正是为了减小这种代价，我们才向青少年朋友奉献出“走向成熟”这套丛书。

这套丛书中的《走出少年危机期》是写给少年朋友的。少年时期，是人一生中身心变化最剧烈的时期，也是充满挫折和困惑的时期。这一时期的少年最渴望成熟而又最容易出现失误，因此，有人称之为“危机期”。《走出少年危机期》从身心发育、学习、交往等八个方面，分析了当代少年的特点和困惑，

针对少年最敏感、最感兴趣，而又最困难、最急需解决的问题，提出了切实可行的建议，为少年心理和行为的自我调节提供了科学依据。因此，它是一本有助于少年顺利通过“危机期”、健康地走向成熟的心理与行为的指导读物。

人的成熟多与个性的成熟相关，因此，这套丛书的其他四本是从个性心理方面展开讨论的。《培养理想的性格》从挖掘人的潜能、分析名人的性格谈起，阐述了性格形成的过程、现代人追求的理想性格以及如何培养理想的性格。《气质的魅力》则围绕青少年朋友喜爱探讨的气质问题谈论气质对人的学业进程、职业选择、恋爱婚姻、人际交往等等的影响及测定气质和后天培养气质的方法，揭示了气质的奥秘，青少年朋友可从中了解如何运用气质的魅力使自己显得更加成熟。《兴趣指南》阐

述了兴趣形成的过程及兴趣与各种心理品质的关系，指明了培养兴趣的深刻意义和有效方法。《学会交际》是讲交际技巧的，书中论述了交际的功能、手段，指出了与各类人交往的态度、方法、诀窍和忌讳，有助于青少年朋友自立于纷繁复杂的社会。

这套丛书以青少年自我开发、自我控制、自我塑造、自我完善为出发点，因此，读起来犹如与知心朋友娓娓而谈。当然，其中也有把握不准的地方，用词有些深奥或语气有些生硬。尽管如此，我们相信，青少年朋友读了这套书后，还是会有所收益的。

祝愿青少年朋友健康地走向成熟！

# 目 录

---

|         |                 |
|---------|-----------------|
| ( 1 )   | 一、什么是气质         |
| ( 1 )   | 司空见惯而又神秘难测的气质   |
| ( 13 )  | 气质是心理学研究的一个课题   |
| ( 15 )  | 气质的概念           |
| ( 23 )  | 气质的学说           |
| ( 38 )  | 气质的生理基础         |
| ( 57 )  | 气质的类型           |
| ( 75 )  | 四种典型气质类型心理特征举例  |
| ( 80 )  | 气质与个性状态         |
| ( 82 )  | 气质与性格           |
| ( 91 )  | 气质的自我测量         |
| ( 99 )  | 二、气质的作用         |
| ( 99 )  | 气质作用于实践的一般表现    |
| ( 106 ) | 气质的品质及其对实践活动的影响 |
| ( 113 ) | 气质对实践活动作用的方面    |
| ( 130 ) | 气质对实践活动影响的限度    |

- 
- (139) 使气质适应实践活动要求的方法
- (149) 气质与学习
- (160) 气质在职业活动中的作用概观
- (168) 气质与各种职业工作
- (183) 气质与交际、言语
- (193) 气质与恋爱
- (204) 气质与审美
- (212) 气质与健康
- (218) 气质与犯罪
- (230) 三、气质的培养
- (230) 遗传是气质类型的主要起源
- (235) 气质具有后天的可变性
- (243) 气质培养的依据
- (245) 环境对气质培养的影响
- (260) 教育对气质培养的影响
- (285) 社会阅历对气质的影响
- (289) 健康程度对气质形成的影响
- (293) 性与气质的形成
- (297) 职业生活和社会交际对气质形成的影响
- (298) 青少年气质的自我培养

## 一、什么是气质

### ●司空见惯而又神秘难测的气质

#### 1. 气质的问题到处向你挑战

气质，是每一个人身上都具有的东西。一个人在极其不同的环境中都表现出他的气质。气质表现在人的生活的各个方面：一个人怎样说话以及怎样跟别人交往；一个人怎样表现喜、怒、哀、乐；怎样工作和休息；怎样走路以及怎样对不同的事件作出反应，等等。因此，可以说，气质是每个人都具有的，每个人都司空见惯的。

气质，还从生活的各个侧面向每一个人提出种种问题。诸如：

（1）所谓“男子汉的气质”是怎么回事？

“高仓健，男子汉的魅力”，这是1986年10月一家杂志上一篇文章的标题。该文描述了日本著名

影星高仓健6月访华期间所表现出的“充满内在美的男性的魅力”，也即他那1.8米的个子、那无情的表情、那严谨而又洒脱的风度揉合起来的“男子汉的气质”。假如你联想一下高仓健主演的影片，如《追捕》、《远山的呼唤》等，你大概会确信确实存在一种“男子汉的气质”。无独有偶，1986年10月26日上海人民广播电台广播了一篇录音专访，题目是《来自中国原野的男子汉——著名电影演员杨在葆艺术生活一席谈》。杨在葆曾经三次获得电影“金鸡奖”、“百花奖”的最佳男主角奖、最佳男演员奖。他的第一个银幕形象是《红日》里的我军连长石东根，石英勇善战，但又骄傲自满，初战初捷后，他骑在高头大马上，手里高举着缴获的敌军指挥刀，刀尖上挑着一顶敌军官的军帽，纵马来回驰骋。杨后来又主演了李自成、市长以及曹禺剧本《原野》中的男主角。他主演或执导的影片，大都以针砭时弊、勇于改革见长，富于阳刚之美，无不表现出他的“男子汉的气质”。因此被誉为“中国的男子汉”。

具有男子汉气质的人，并不一定是漂亮的美男子。高仓健、杨在葆就不属漂亮的类型。已谢世的美国电影明星汉弗莱·博加特长得也不漂亮，他身材矮小，嘴上有伤疤，但他具有真正的男子汉的气质。当时电影界正需要这样气质的演员，他凭着这种真

正的男子汉的气质在银幕上一步一步发挥了他的才能。电影《卡萨布兰卡》、《奈因》都因他的成功表演而获得奥斯卡金像奖。

但是，“男子汉气质”究竟是什么呢？

(2) 为什么说，选择恋爱对象的首要标准是“男性气质”或“女性气质”？

男女对恋爱对象的选择标准是多种多样的，而且随时代、地域不同而有所不同。但据人类发展历史表明，对各个不同时代的绝大多数的人来说，对恋爱对象进行选择的第一位的、也是最重要的标准是气质，男人要选择具有女人味的女人，也就是具有女性气质的女人，女人则要选择具有男人味的男人，也就是具有男性气质（男子汉的气质）的男人。法国第十一届电影凯撒奖最佳男演员获得者、28岁的克里斯朵夫·朗贝尔说：“在爱情方面，我所企待的是一个真正的女性。”同届的另一位凯撒奖最佳女演员、18岁的桑德莉娜·波奈尔说：“我的男朋友是个技术员。现在的女演员不再只是追求导演或摄影师这样的名人，而更钟情于名气较小的但真正有男子气质的人。”

有的男青年写信给报刊编辑部，询问：我的女朋友埋怨我缺乏男子汉的气质，可是，什么叫缺乏男子汉的气质？

缺乏男子汉的气质，俗所谓“娘娘腔”。曹禺

的名剧《日出》里有个胡四，其人就是典型的娘娘腔，说话声音象女人，走路、情态都象女人，他是顾八奶奶的“面首”，一个女妖似的男人。看过这个剧的舞台演出的人可能不多，但看过由此剧改编的同名影片的人却不少。影片中，这一角色由中国青年艺术剧院演员刘伟明饰演，他简直把这一角色演活了。具有“娘娘腔”的男人，也就是具有女人气质的男人，一般在女人眼里是不受欢迎的，无怪乎刘伟明说：“我爱人都提抗议了。”父母和好多朋友也劝他不要再演这类角色。

女性的气质是什么？有人说是象燕妮、克鲁普斯卡娅、林黛玉、李清照、蔡文姬、王昭君之类的女性。有人说是温柔、体贴。卢梭就说过：“妇女的第一个品质，也是最重要的品质，就是温顺。”这些说法对吗？

为什么缺乏男性气质的男性和缺乏女性气质的女性在恋爱中总是容易受到挫折呢？

（3）如何全面地、历史地看待男人女性化与女人男性化？

男人女性化与女人男性化，这样的气质一般地说在人们心目中印象不佳。但特殊地说，又不尽然。拉斐尔、萧邦，我国文艺作品中的主人公秋海棠，都是带有女性气质的男人，你能说他们令女人讨厌吗？法国女作家乔治·桑，我国演员祝希娟、才旦·

卓玛、朱雪琴都是带有男性气质的女人，你能说她们令男人讨厌吗？

祝希娟曾向笔者叙述过她扮演电影《红色娘子军》中琼花一角和莎士比亚的戏剧《无事生非》中的佩特丽丝一角的体会。女奴琼花是一个刚强的女性，她从南霸天的魔掌下逃走，被抓回来打得遍体鳞伤，她再逃走并参加了娘子军，在一次行动中她为了报仇，不顾纪律，向南霸天猛烈开枪。佩特丽丝是一位机智而善于同男人唇枪舌战的女人。尽管祝希娟谦虚地告诉笔者：“在我们剧团里，有好多女同志可以扮演琼花和佩特丝丽这两个角色。”但笔者明白，导演之所以在众多有才能的女演员中选中来塑造这两个角色，这和她具有与角色相适应的泼辣的带有点男性化的气质不无关系。

著名藏族歌唱家才旦·卓玛具有一种阴阳、刚柔、男女相间相糅的气质。60年代初年，当她还在上海音乐学院学习时，笔者曾为完成一篇专访任务去访问她。在明媚的、被音乐气氛包围的教室里，只有笔者与她面对而坐，她时而讲述她的艺术经历和感受，时而立起来穿插进她那音色优美、音质宏亮的歌声。她有一种女青年的腼腆、温柔，又有一种男性的坚强、刚毅之气。她给笔者的印象是兼有阴柔美与阳刚美气质的女性。这正如她后来形成的艺术风格。

由上可知，女人男性化和男人女性化并非全都让人讨厌。那么，怎样全面地、历史地看待这个问题呢？

（4）人的气质只是几种，还是千差万别的？

有一些人的心理活动，特别是情感活动，不仅产生得迅速，而且进行得强烈，有着明显的外部表现，他们的情感如高山瀑布、湍急河流、暴风骤雨，这种人不仅灵活，而且急剧、猛烈、暴躁；另一些人，心理活动比较微弱，但却灵活易变，情感发生得快，变化得也快，行为敏捷，活泼好动；还有一些人，心理活动和行动进行得迟缓、稳定，缺乏灵活性，情绪稳定，不易外露，这种人很少产生激情，很少有迅速活泼的动作；再有一些人，心理活动缓慢，但却容易触动感情，并且体验深刻，这种人对于生活中的微小挫折和生活习惯的改变，也会感到痛苦难堪，行动中常常优柔寡断。由此可见，人的气质，绝不仅限于男性气质与女性气质问题，也绝不止上举之几种。例如，莎士比亚、巴尔扎克笔下的一系列男女主人公，曹雪芹笔下的王熙凤、宝钗、黛玉、晴雯、袭人、迎春、探春、元春、秦可卿、妙玉等一系列女性，都有着不同的气质，这也是作家使他们塑造的形象成为文学史上不朽的典型的秘诀之一。所以有人就提出了疑问：人的气质到底有多少种呢？

(5)在选择恋爱对象时，应选择与本人气质相同的，抑或相异的？

从青春期末期开始，到进入青年期，是进行适当的恋爱的时期。有许多同恋爱有关的问题使青年人迷惑不解，其中之一是气质与恋爱的问题。例如，我是一个多愁善感的林黛玉式的女青年，我的恋爱对象是否也应该选择多愁善感的？我是一个脾气暴躁、经常发怒的人，是否也要找一个如此脾气的对象？热情、好动、灵活的人，是否一定要找热情、好动、灵活的人？感情冷淡、行动迟钝的人，是否要找感情冷淡、行动迟钝的人？有人提供了这样一个答案：选择与本人气质对立气质的对象，是最佳方案；选择相同气质的对象，是最差方案；选择类似气质的人，是较差方案。这个答案对吗？为什么？

(6)人的气质是先天带来的，还是后天形成的？气质可以变化吗？

有些人从小就表现出某种气质类型的特征，成年后仍无多大变化；而有些人，前后气质可能有很大的不同。例如《牛虻》中的亚瑟，年轻漂亮时向女友求爱被女友拒绝，甚至因误会吃了耳光，而当他从国外归来时，年龄增大，容毁体残，却在那位女友心田上激起剧烈的震荡和炽热的爱情。何故？后期的亚瑟（牛虻）比前期的亚瑟，在气质上有了很大的不同，从“奶油小生”的气质一变而成为深