

## 《气质测验问卷》测评报告书

编号：16210120122	性别：女	年龄：20
姓名：李旦旦	学历：大学本科	出生日期：1998/1/1
所属：	职业：学生	测试日期：2018/1/6 14:48:03

### 一、测验简介

气质是个性心理特点之一。一方面，气质在很大程度上受先天和遗传因素的影响，具有相对稳定性；另一方面，气质受环境的影响可发生某些改变，气质的可变性可以从教育和社会中找到原因。对气质的研究可追溯至古希腊，希波克拉底认为人体内有四种体液：血液、粘液、黄胆汁、黑胆汁。人的机体状态取决于这四种体液混合的比例。他根据人体内部哪种体液占优势，把人的气质分为四种基本类型：多血质，胆汁质，粘液质，抑郁质。他的气质学说尽管缺乏科学根据，但与近代心理学对气质的研究有很多相似之处。巴甫洛夫关于气质的学说强调以兴奋与抑制的平衡过程，平衡和灵活性作为划分神经类型的依据，他认为，有四种气质类型：活泼型，不可抑制型，安静型和弱型。Thomas和Chess认为气质是行为表现方式，体现了个体对外来的刺激、机会、期望或要求的反应，描述了性格中速度、节律、适应性、能力消耗、情绪、注意等现象。

目前，心理学家普遍认为气质是非常稳定的并具有连续性，但在儿童的发展过程中由于环境的影响，气质特点也会发生变化。

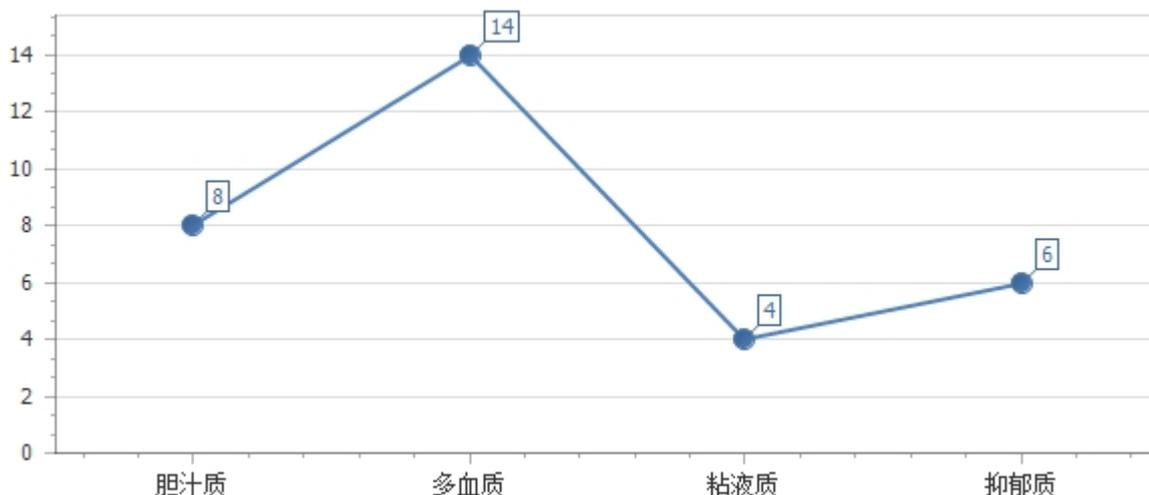
该量表包含60道题目，分别属于四种气质特点：多血质、胆汁质、粘液质和抑郁质，每题采用5级评分。要求受试者根据自己的实际情况做评定，使用简便，测查比较全面。

### 二、测评结果

因素名称	得分
胆汁质	8
多血质	14
黏液质	4
抑郁质	6

如果某一种气质类型的得分明显地高出其他三种（均高了4分以上），则可定为该种气质。如果两种气质的得分接近（差异低于3分），而又明显地高于其他两种（高出4分以上），则可定为两种气质的混合型。如果三种气质的得分接近，但均高于第四种，则为三种气质的混合型。

### 剖析图



### 三、分析说明

#### (1) 胆汁质：

胆汁质的神经过程的特征是强但不平衡。和这种神经过程的特点相适应，胆汁质的人一般是感受性低而耐受性高，他能忍受强的刺激，能坚持长时间的工作而不知疲劳，显得精力旺盛，行为外向，直爽热情，情绪兴奋性高，但心境变化剧烈，脾气暴躁，难于自我克制。

#### (2) 多血质

多血质的神经过程的特点是强、平衡且灵活。和这种神经过程的特点相适应，多血质的人的感受性低而耐受性高；活泼好动，言语行动敏捷，反应速度、注意力转移的速度都比较快，行为外向；容易适应外界环境的变化，善交际，不怯生，容易接受新事物；注意力容易分散，兴趣多变，情绪不稳定。

#### (3) 粘液质

粘液质神经过程的特点是强、平衡但不灵活。和这种神经过程的特点相适应，黏液质的人感受性低而耐受性高，反应速度慢，情绪兴奋性低但很平稳；举止平和，行为内向；头脑清醒，做事有条不紊，踏踏实实，但容易循规蹈矩；注意力容易集中，稳定性强；不善言谈，交际适度。

#### (4) 抑郁质

抑郁质的神经过程的特点是弱，而且兴奋过程更弱。和这种特点相适应，抑郁质的人感受性高而耐受性低；多疑多虑，内心体验极为深刻，行为极端内向；敏感机智，别人没有注意到的事情他能注意得到；胆小，孤僻，情绪兴奋性弱，寡欢，爱独处，不爱交往；做事认真仔细，动作迟缓，防御反应明显。

### 四、指导建议

#### (1) 胆汁质

胆汁质的人一般是感受性低而耐受性高，他能忍受强的刺激，能坚持长时间的工作而不知疲劳，显得精力旺盛，行为外向，直爽热情，情绪兴奋性高，但心境变化剧烈，脾气暴躁，难于自我克制。俗称“急性子”。

在正确的教育下，能具备坚强的毅力、主动性、热情和独创精神，可注意发挥这方面优势。不良环境影响下，可能出现缺乏自制、急躁、易激动等不良品质，要注意预防。

在学习中，反应快，思维专一。把握好这一特点，进行持续不断的学习，成绩会相当出色。但情绪易冲动，遇到不利的情况、挫折或者听一堂枯燥的知识课，马上会气馁，没耐心，无精打采。在这种状态下，信心和耐心是克服障碍的法宝。

#### (2) 多血质

多血质的人的感受性低而耐受性高；活泼好动，言语行动敏捷，反应速度、注意力转移的速度都比较快，行为外向；容易适应外界环境的变化，善交际，不怯生，容易接受新事物；注意力容易分散，兴趣多

变，情绪不稳定。

在良好的教育下，多血质的人可以培养出高度的集体主义情感，对学习、劳动、社会生活积极主动的态度，可注意发挥这方面优势。在不良教育下，可能表现出轻率、疏忽大意、散漫以及对自己的能力评价过高等不良行为和态度，要注意预防。

在学习中，多血质：反应快，思维迅速。如集中精力听讲，效率会较高，可以做到当堂知识当堂巩固，可以省出更多时间学习课外知识。不足之处是课堂上一些微小的事情也可引起注意，分散精力，影响听课效果，注意锻炼自身的毅力和恒心。

(3) 粘液质

黏液质的人感受性低而耐受性高，反应速度慢，情绪兴奋性低但很平稳；举止平和，行为内向；头脑清醒，做事有条不紊，踏踏实实，但容易循规蹈矩；注意力容易集中，稳定性强；不善言谈，交际适度。俗称“慢性子”。

在正确教育条件下，粘液质的人容易形成勤勉、实事求是、坚毅等特性，可注意发挥这方面优势。在不良影响下，则可能发展成为萎靡、消极、怠惰以至对人甚至对己都漠不关心、冷淡顽固等不良品质，要注意预防。

在学习中，注意力稳定，沉着坚定，一般情况下都能集中注意力听讲，干扰较少。反应速度一般，沉默寡言，如果想提高学习效率，课前要多做预习。

(4) 抑郁质

抑郁质的人感受性高而耐受性低；多疑多虑，内心体验极为深刻，行为极端内向；敏感机智，别人没有注意到的事情他能注意得到；胆小，孤僻，情绪兴奋性弱，寡欢，爱独处，不爱交往；做事认真仔细，动作迟缓，防御反应明显。

这种类型的人在顺利环境下，在友爱的集体里，可以表现出温顺、委婉、细致、坚定、能克服困难、富有同情心等优良品质，可注意发挥这方面优势。在不利条件下，可能表现出伤感、沮丧、深沉、优柔寡断，要注意预防。

在学习中，同粘液质相仿，也需要注意多做课前预习和课后复习。其优点是能够持久的思考一个问题而不受干扰，注意力容易集中。倘若能很好的利用这一优势，即可钻研学习。

**答题情况**

被测试者对每个测试题目的具体答案如下：

1. (A)	2. (B)	3. (C)	4. (B)	5. (A)	6. (D)	7. (C)	8. (B)
9. (C)	10. (C)	11. (B)	12. (C)	13. (C)	14. (B)	15. (B)	16. (B)
17. (A)	18. (B)	19. (B)	20. (B)	21. (B)	22. (C)	23. (A)	24. (B)
25. (D)	26. (B)	27. (B)	28. (C)	29. (B)	30. (B)	31. (B)	32. (D)
33. (D)	34. (B)	35. (C)	36. (B)	37. (C)	38. (D)	39. (C)	40. (B)
41. (C)	42. (C)	43. (D)	44. (B)	45. (C)	46. (B)	47. (C)	48. (B)
49. (B)	50. (E)	51. (B)	52. (B)	53. (C)	54. (B)	55. (D)	56. (B)
57. (B)	58. (A)	59. (B)	60. (B)				