

《气质测验问卷》测评报告书

编号：16210452128	性别：男	年龄：21
姓名：沈 聪	学历：大学本科	出生日期：1997/10/24
所属：	职业：学生	测试日期：2018/1/1 19:30:53

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。

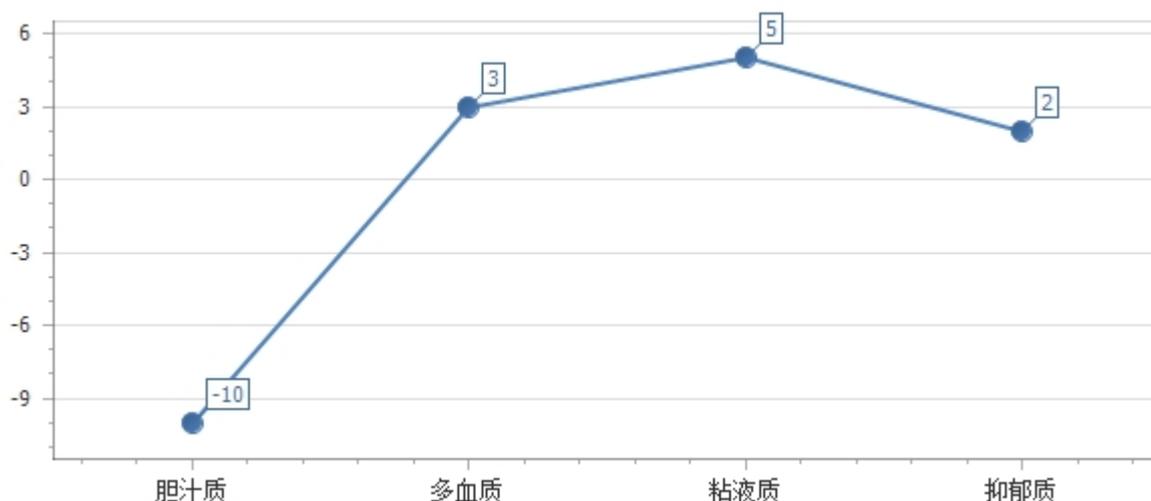
该量表包含60道题目，分别属于四种气质特点：多血质、胆汁质、粘液质和抑郁质，每题采用5级评分。要求受试者根据自己的实际情况做评定，使用简便，测查比较全面。

二、测评结果

因素名称	得分
胆汁质	-10
多血质	3
黏液质	5
抑郁质	2

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