

气质类型对高职生心理健康及人际关系的影响分析

叶晓璐

(浙江工贸职业技术学院 人文系, 浙江 温州 325003)

摘要: 采用《气质自评量表》对某高职院校学生的气质进行科学测定, 并归纳出11种气质类型。结果表明: 高职生气质类型分布特点为, 多血质、黏液质及多重混合质所占比重较高, 而胆-黏质、胆-抑质及多-抑质所占比重低; 单一气质比混合气质所占比重高; 外向气质比内向气质所占比重高。气质类型的分布无性别差异。人际关系在不同的气质类型的高职生中不存在差异。通过研究为高职生心理健康教育、课堂教学及人际交往提供科学依据。

关键词: 高职生; 气质类型; 心理健康教育

中图分类号: G44

文献标识码: A

文章编号: 1672-0105(2018)02-0017-04

Impact Analysis of Temperament Types on Mental Health and Interpersonal Relationship for Higher Vocational College Students

YE Xiao-lu

(Zhejiang Industry & Trade Vocational College, Wenzhou, 325003, China)

Abstract: It's generalized 11 types of temperament with scientific measurement of temperament for the certain vocational college students in temperament self-rating scale. The distribution of temperament types is featured with higher proportion of sanguineous temperament, lymphatic temperament and multiple temperament while lower proportion of bilious-lymphatic temperament, bilious-melancholic temperament and multiple-melancholic temperament. It's also featured that the proportion of unitary temperament is higher than multiple temperament; the proportion of extraverted temperament is higher than introverted temperament. There is no gender difference for the distribution of temperament types. There is also no difference for the interpersonal relationship among the vocational college students of different temperament types. The research will provide the scientific basis for mental health education of vocational college students, classroom teaching and interpersonal communication.

Key Words: vocational college students; types of temperament; mental health education

一、问题提出

气质是指^[1]表现在心理活动的强度、速度、灵活性和指向性等方面的一种稳定的心理特征, 即我们平时所说的脾气、秉性。气质是人格的重要组成部分, 带有浓重的个人色彩。在当今大学的心理健康课堂里, 气质类型测试已成为重要的教学内容。本研究运用由山西省教科院陈会昌等编制的《气质自评量表》, 对高职生进行测试, 评定高职生的气质类型, 同时对高职生的气质类型划分, 气质类型与人际关系等问题进行探讨, 为高职生心理健康教育、课堂教学及人际交往提供科学依据。

二、研究方法

1. 对象

随机抽取温州某高职院校2015级学生330人, 发放问卷330份, 最后回收有效问卷315份。其中男生90人, 占总人数28.6%; 女生225人, 占总人数71.4%。

2. 研究工具及研究方法

本研究采用《气质自评量表》。该量表是由山西省教科院陈会昌等编制, 共60题, 四种气质类——胆汁质、多血质、粘液质和抑郁质各15题。该气质量表为自评量表, 采取五级评分制, 即非常符

收稿日期: 2018-04-19

作者简介: 叶晓璐, 女, 浙江瑞安人, 浙江工贸职业技术学院讲师, 硕士, 2017级浙江师范大学访问学者, 主要研究方向: 心理健康教育。

合+2分,比较符合计+1分,不清楚计0分,比较不符合计-1分,完全不符合计-2分。结果统计方式为分别把各气质类型题目的分数相加,比较四项气质类型的得分。评价标准为:(1)如果某项气质得分均高出其他三项4分以上,则可认为单一该种气质;(2)如果两项气质得分差异低于3分,而又明显高于其他两项3分以上,则可认为该两项气质的混合型;(3)如果三项气质得分十分接近,但均高于第四项3分以上,则认为该三项气质的混合型。根据样本统计结果,为了方便统计分析,本研究将被试气质类型统计结果分为11类,即单一气质类型四种——胆汁质、多血质、黏液质与抑郁质;两项气质混合型六种——胆-多质、胆-黏质、胆-抑质、多-黏质、多-抑质与黏-抑质;剩余的三项与四项气质混合统一归为一类——多重混合质。^[2]

为每位被试提供班级名单,让其对自己与班级每位同学的人际距离进行主观评估。运用 Ex-

cel2016 与 SPSS222.0 进行数据整理、统计描述分析、 χ^2 检验、方差分析等。

三、结果

1. 高职生气质类型及气质特征的分布

(1) 高职生气质类型分为11类,其中多血质比重最高,占31.7%;黏液质次之,占17.1%;多重混合的比重也不低,占14.9%;比重最少的为胆-黏质、胆-抑质及多-抑质,分别为1.0%、1.3%及1.6%。详见表1。(2) 高职生气质类型中,单一气质占55%,双重混合气质占30%,多重混合气质占15%。详见图2。(3) 结合气质类型特征(见表2),高职生气质类型中,属于反应快的外向型气质占41%,属于反应慢的内向型气质占28%,其他占31%,详见图3。

2. 男女高职生的气质类型分布及比较

为研究高职生气质类型在性别上的差异,对其进行卡方检验,由表知 $\chi^2 = 13.286$, $p = 0.208 > 0.05$,表明气质类型在性别上不存在显著的差异。详见表3。

表1 高职生气质类型分布

气质类型												
	胆汁	多血	粘液	抑郁	胆-多质	胆-黏质	胆-抑质	多-黏质	多-抑质	黏-抑质	多重混合	总
数量	9	100	54	12	21	3	4	38	5	22	47	315
%	2.9	31.7	17.1	3.8	6.7	1.0	1.3	12.1	1.6	7.0	14.9	100

表2 气质类型特征表

气质类型	感受性	耐受性	敏捷性	可塑性	情绪兴奋性	指向性	反应速度
胆汁质	低	较高	灵活	小	高	外向	快
多血质	低	较高	灵活	大	高	外向	快
粘液质	低	高	不灵活	稳定	低	内向	慢
抑郁质	高	低	不灵活	刻板	体验深刻	内向	慢

表3 高职生气质类型在性别上的分布

气质类型												
	胆汁质	多血质	粘液质	抑郁质	胆汁多血混合	胆汁粘液混合	胆汁抑郁混合	多血粘液混合	多血抑郁混合	粘液抑郁混合	多重混合	Total
男	1	37	15	2	7	0	0	10	3	6	9	90
女	8	63	39	10	14	3	4	28	2	16	38	225
Total	9	100	54	12	21	3	4	38	5	22	47	315

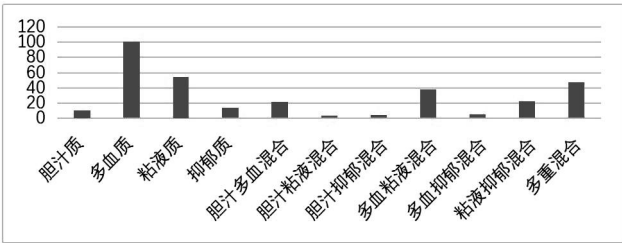


图1 高职生气质类型柱状图

■ 单一气质 ■ 双重混合 ■ 多重混合

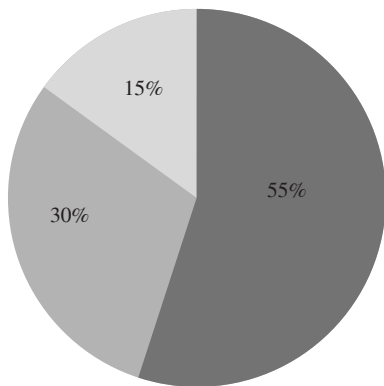


图2 高职生气质类型饼状图

3. 高职生气质类型与人际关系的相关性

为研究高职生人际距离得分在不同的气质类型的人是否存在显著差异，由表4可以知道 $F=1.149$ ， $p=0.338>0.05$ ，表明人际距离得分在不同的气质类型的人中不存在显著差异。

表4 高职生气质类型与人际关系的相关性

		气质类型	M	SD	F	p	LSD
人际距离得分		胆汁质	3.47	0.04	1.149	0.338	
		多血质	3.09	0.37			
		粘液质	3.16	0.25			
		抑郁质	3.02	0.44			
		胆汁多血混合	2.87	0.46			
		胆汁抑郁混合	3.16	0.44			
		多血粘液混合	3.13	0.23			
		多血抑郁混合	3.33	0.07			
		粘液抑郁混合	2.91	0.27			
		多重混合	3.04	0.29			

四、讨论

1. 高职生气质类型与心理健康的关系

(1) 本研究发现高职生气质类型单一型多于混

■ 反应快+外向 ■ 反应慢+内向 ■ 其他

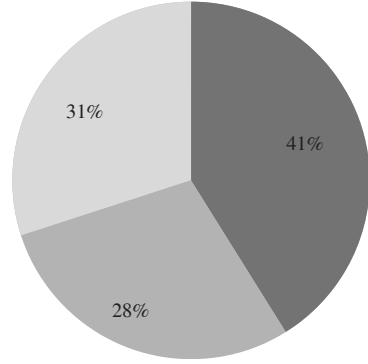


图3 高职生内外向气质分布图

合型，但有两项结果与以往的大学生研究结果不一致：1) 混合气质类型所占比例高达45%；2) 气质类型在性别上不存在显著差异。而刘连龙^[1]对大学生的气质类型研究显示，大学生混合气质类型只占7.26%，且性别间存在显著差异。可见，高职生的人格特质更为多元与复杂，这可能与自我认识不足、自尊感较低有关，需进一步研究；(2) 虽然气质无好坏之分，但研究表明一些气质类型较容易引起心理问题。刘连龙^[1]调查828名大学生心理健康状况与其气质类型之间的关系，发现90.59%的心理障碍者的气质类型属于抑郁质和胆汁质，60.83%的心理非常健康者的气质类型属于多血质。吕元月^[3]研究发现，抑郁质与大学生的心理健康状况呈现正相关，而多血质与大学生的心理健康状况呈现负相关。

构成人格异常的主要气质维度是焦虑/抑郁、情绪不稳定、冲动/攻击以及认知/知觉组织 (Siever, Davis 1991)，^[1]虽然胆汁质与抑郁质在学生气质类型中只占6.7%，但与焦虑/抑郁、情绪不稳定、冲动/攻击以及错误认知的相关性较高。比如胆汁质，易怒冲动，难以控制自己的情绪，容易发生劣性冲突。又如抑郁质，内向悲观，敏感又胆小，容易遇到困难造成自我攻击、自我伤害。因此，要多观察、多关心带有这两类情绪不稳定气质的学生，给予他们正确的心理引导。

2. 高职生气质类型与课堂教学的关系

大量研究表明不同气质的学生对教学模式存在了明显差异。如孙希芳^[4]发现不同气质类型的学生在德育课堂上表现差异很大，同一种教学方法对不同气质类型的学生教学效果也不一样；窦芳^[5]发现教师在课堂教学中把握好不同气质类型学生的特点，正

是教育以人为本的最佳体现;王晓莹^[6]发现河北省高校女生中符合多血加粘液混合型气质的学生学习健美操的潜在能力最强;而王一琳^[7]还发现,学生在对体育课项目的选择和欢迎程度上、对待体育课的态度和上体育课所抱有的目的上、对待体育课的内容、时间安排这一问题的态度上、对课余体育锻炼方式的选择,以及进行锻炼时的负荷强度上均存在显著的气质差异。

本研究结合多年《高职生心理健康教育》的教学经验也发现不同气质的高职生,因其特色不同,所适应的教学方式也不同。如多血质的学生灵活善辩,多讨论多发言的上课形式对提升课堂教学质量就很有帮助;而黏液质的学生稳定、认真但沉默寡言,多动笔动手的上课形式更有利于巩固知识点;胆汁质与抑郁质学生需要额外关注他们的情绪,一个易激动,一个易犯愁,多给予他们积极的鼓励与暗示,会增加他们对课程的兴趣。

3. 高职生气质类型与人际交往的关系

一些已有的研究成果显示人际交往与气质类型相关,如郭龙^[8]研究发现,气质类型对社交焦虑有正向预测作用;抑郁质对儿童社交焦虑产生正向的预测作

用,胆汁质、多血质、粘液质对儿童社交焦虑产生负向的预测作用;赵艳琳、张林、周盈英^[9]发现,多血质因子、胆汁质因子、抑郁质因子会影响大学生的人际交往能力;而段润芳、郭巍玮、梁执群^[10]发现,高职生气质类型和父母教养方式对社会交往能力具有一定预测作用。

本研究结果为人际关系在不同的气质类型的高职生中不存在显著差异,这与以往的研究结果不一致。以往的研究认为,多血质学生灵活,善交际,人缘会相对好些。可能交际能力强的人并不一定人际关系好,每种气质都有可能发挥自身优势来建立自己的朋友圈,这跟待人的真诚度关系更大。这也有可能是样本代表性不足或样本特异性造成,有待后续研究验证。

综上所述,根据本研究的高职生气质类型的特点与差异,认为高职生气质类型与心理健康、课堂教学有关,与人际交往无关。这些结论可供高职院校心理工作者针对不同气质类型的学生,实施差异性的辅导策略,有效地提高和改善高职学生在校的学习与生活质量。

参考文献:

- [1] 刘连龙.大学生心理健康状况与其气质类型的关系[J].高等理科教育,2005(6):129-133.
- [2] 叶晓璐.高职生气质类型与班级人际距离对课堂教学的影响初探[J].浙江工贸职业技术学院学报,2016,16(4):24-28.
- [3] 吕元月.不同气质类型的大学生心理健康状况分析[J].辽宁教育研究,2008(4):118-119.
- [4] 孙希芳.学生气质与德育教学[J].思想政治课教学,2014(9):93-94.
- [5] 窦芳.把握学生气质类型,提高中职英语课堂教学[J].河南教育(下旬),2010(8):50.
- [6] 王晓莹.河北省高校多血兼粘液气质女生健美操课教学方法实验研究[D].石家庄:河北师范大学,硕士论文,2012.
- [7] 王一琳.河南省高等师范院校不同气质类型学生体育方式取向研究[D].郑州:河南师范大学,硕士论文,2013.
- [8] 郭龙.儿童社交焦虑与父母教养方式、气质类型关系之探讨[D].曲阜:曲阜师范大学,硕士论文,2011.
- [9] 赵艳琳,张林,周盈英.大学生气质因子对人际交往困扰的影响研究[J].中国健康心理学杂志,2010(6):707-708.
- [10] 段润芳,郭巍玮,梁执群.高职生气质类型、父母教养方式与社交能力的关系研究[J].中国健康心理学杂志,2011(5):591-593.

(责任编辑:邱开金)