




性格特质测验和解读 – MBTI & Big 5

- 王莲明



热身活动：

- 5 个形容词形容自己
 - 想象 3 位你认为了解你的人，他们会怎么形容你？（各5个形容词，尽量不重复）。
 - 分享
- 

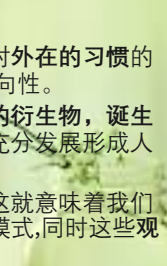
	自己知道	自己不知道
他人知道	開放我 人前展現的一面 我和他人都知道的自己	盲目我 他人看得出來的特質 但自己沒有察覺
他人不知道	隱藏我 只有自己才知道 別人不知道或看不出來	未知我 我和他人還未發現 實際發生才知道

禮宏製圖



source: <https://www.linkerleon.com/johari-window/>

气质、性格、人格

- 人格由两部分组成，其一为气质，其二为性格。
 - 气质是对内在的心理倾向性的一种描述，性格是对外在的习惯的一种概括。性格是一种意向，气质是决定意向的倾向性。
 - 气质是一种人类与生俱来的天性；性格则是后来的衍生物，诞生于气质与环境相互作用的过程之中。天性和衍生充分发展形成人格。
 - 气质、性格以及人格这三者都有其固定的形式，这就意味着我们不仅受到天性的影响形成某种观念和行为的固定模式，同时这些观念和和行为之间都是统一对应，不可分割的。
- 

- 每个人的行为、心理都有一些特征，这些特征的总和就是**人格**。人格是构成一个人的思想，情感及行为的特有综合模式，这个独特模式包含了一个人区别于他人的，稳定而统一的心理品质。
- **气质**是指人的心理活动和行为方式上的特点，比如说，同样是劳动，可是气质不同的人表现就不同：有的人动作快，但质量不高，这可能是胆汁质的人；有的人很细致，但动作缓慢，可能是黏液质的人。气质和性格这样构成了人格。
- **性格**是一个人对现实稳定的态度和习惯化的行为方式上表现出来的人格特征。

<http://www.xinlinet.cc/article/11374.html>

Theories of Personality

1. Psychoanalytic Theory
2. Trait Theories
3. Behavioral and Social-Cognitive Theories
4. Humanistic Theories

MBTI (Myers-Briggs Type Indicator)

人格類型關鍵詞

E 外向： 從與別人的互動和行動之中取得動力	S 實際： 喜歡專注於獲得的資訊及其實際應用
I 內向： 從反思自己的想法及記憶和感受之中取得動力	N 直覺： 專注模式和聯系和可能的含義
T 思考： 根據邏輯和因果關係的客觀分析來做決定	J 判斷： 有計劃有條理的生活方式，喜歡井井有條
F 感覺： 根據價值觀做決定及考慮什麼才對人重要	P 感知： 有靈活性和即興的方式及喜歡事情具有選擇性

SOURCE: "Do What You Are: Discover the Perfect Career for You Through the Secrets of Personality Type" by Paul D. Tsigas, Barbara Baron, Kelly Tsigas

MBTI (Myers-Briggs Type Indicator)

		實感型		直覺型	
		兼思考型	兼情感型	兼思考型	兼情感型
內向型	兼判斷型	ISTJ (信託者型)	ISFJ (保存者型)	INTJ (科學家型)	INFJ (作家型)
	兼理解型	ISTP (工技者型)	ISFP (藝術家型)	INTP (建築師型)	INFP (追求者型)
外向型	兼判斷型	ESTJ (行政者型)	ESFJ (推銷員型)	ENTJ (元帥型)	ENFJ (教育家型)
	兼理解型	ESTP (促進者型)	ESFP (藝人型)	ENTP (發明家型)	ENFP (記者型)

Source: MBTI人格类型分析——什么类型情商最高? - 测试IQtest.com

高分特质表现	低分特质表现
O: 开放性	
勤于思考、好幻想、富于创造、情感丰富	循规蹈矩, 喜欢固定的生活和工 作程式, 不善于创造性的思考
C: 尽责性	
有条理、可靠、有能力、有责任心、尽职、克制	粗心、意志薄弱、不可靠
E: 外倾性	
健谈的、主动的、活泼的、乐观的	沉默的、严肃的、腼腆的、安静的
A: 宜人性或随和性	
为别人着想、富有同情心、信任他人、宽大、心软、直率	充满敌对情绪、愤世嫉俗的、爱 摆布人的、缺乏同情心
N: 神经质或情绪稳定性	
冷静、脾气温和、满足感、与别人相处愉快	自我防卫、担忧、焦虑、情绪易 波动、紧张、冲动

Big 5 (OCEAN)

<http://www.yunling.me/archives/1132/>

延伸阅读：

登录：

1. <https://www.16personalities.com/>
2. Big 5：自我评估（请参考另外一个File）
3. 有何反思？发现？