

第一課 - 認識個性發展

以詩歌、祈禱開始

經文：「兩個孩子漸漸長大，以掃善於打獵，常在田野；雅各為人安靜，常住在帳棚裡。」
(創 25：27)

每個人都有不同的個性和性格。個性的不同，即使是雙胞胎的嬰兒，例如：舊約聖經創世記裡，所記載的雙胞胎：以掃和雅各，也各有不同的個性。因此，我們必須先認識和了解自己的個性；同時，也要認識和了解常常與我們相處一起的親友，他們的個性，以致有良好的溝通和人際關係。

有人說：「江山易改，本性難移」。是否真的本性難移？

聖經說：「若有人在基督裡，他就是新造的人，舊事已過，都變成新的了。」(林後 5：17)

但有些人信主後，發覺自己的個性仍然沒法改善！有心改善，卻往往身不由己。很想積極事奉，但與人一起事奉時，總會有磨擦、格格不入的感覺！問題在那裡？問題是每個人都有不同的個性和不同的性格。

您是否清楚，認識自己是屬於哪一類型的個性和性格？

讓我們先了解「個性」(Personality)和「性格」(Character)，二者之間是否相同或有分別？

(一)「個性、人格」與「性格、品格、品性」的定義

「個性、人格」- 是先天性的，與生俱來的，每個人都有不同的個性，例如：有些人對事情的看法是樂觀的，有些人是悲觀的；有些人是外向的，有些人是內向的，等等。這些都是先天的個性，各有各的長處，也各有各的短處，是沒有對或錯；或某一種個性比較好些！感謝神，因着個性的不同，使人生才有這麼多采多姿！

「性格、品格、品性」- 是後天的，由於幼年的家庭背景，父母的教導，老師同學朋友的影響，以及成長過程中所遭遇的事情等，而逐漸形成的。突出一個人的特徵是顯著的性格，例如：做事的態度，有些人很勤力，有些人較慢條斯理；有些人很整齊，有些人喜歡雜亂無章。這些都是後天在生活中所養成的習慣，但性格是可以改變的。

近代的心理學發展，認為每個人的成長都受着個人的先天，和後天因素所影響。如果能透過了解個人的個性和性格，每個人都能發揮自己獨特的潛質，得以建立自尊和自信，為自己建立信心的基礎。當然，成長的過程中，亦需要得到外在客觀環

境的配合和栽培。同時，透過運用不同個性理論，促進了解自己和別人、建立互信的和諧人際關係。

(二) 個性理論

以下介紹四種個性理論，用不同的方式，來了解我們的「個性、人格」。

(1) MBTI 個性類型分析 Myers-Briggs Type Indicator

甚麼是 MBTI？

MBTI (Myers-Briggs Type Indicator) 是一套研究個性類型的測驗。這理論源於心理學家容格 (Carl Jung) 的個性類型分析理論。他認為不同的人有不同的行為傾向，從心理能量的來源，如何收集資訊和學習，以致如何決策和生活態度的傾向，產生不同的表現。

透過 Katharine Cook Briggs 及 Isabel Briggs Myers 兩母女的嚴謹觀察和研究，發展成為 MBTI 的十六種個性類型測驗。透過了解個人心理動力的來源 (內向型 Introversion 與外向型 Extroversion)；認知的方法 (官覺型 Sensing 與直覺型 Intuition)；做決定時所採取的方法 (思考型 Thinking 與情感型 Feeling)；生活方式和處事態度 (判斷型 Judging 與認知 Perceiving)。

下圖顯示，透過了解個人心理作出分析：

<p>動力的 來源 兩種個 性傾向</p>	<p>外向型 Extroversion 喜歡活動和多樣性 喜歡經由談話腦力激盪 動作快、有時直接反射 喜歡看別人如何做事 喜歡與許多人一起做事 喜歡新的經驗 輕鬆、有自信 善於與人打招呼 熱心於活動、做事容易間斷 不太能忍受慢動作</p>	<p>內向型 Introversion 喜歡安靜和思想 談話前喜歡獨立思考 未了解前，動作較慢 喜歡探討做事的方法 個人或少數人一起做事 不主動嘗試新事物 對突發的問題不舒服 不善與人溝通、安靜、害羞 長時間專注同一件事 喜歡安靜的工作空間</p>	<p>備註 每個人都有外在的舉動與內在的反省和思考能力，有些人傾向外向，有些人則比較內向，正如有人習慣用右手，有人習慣用左手一樣。</p>
<p>認知的 方法 兩種理 解事情 的機能</p>	<p>官覺型 Sensing 注重對事情的經驗 善用眼睛、耳朵觀察 不太喜歡新的任務 喜歡運用已學的技术 注重事情的細節 很少弄錯事實</p>	<p>直覺型 Intuition 注重聯想事情的意義 善用想像力思考 不太喜歡舊的任務 喜歡新的挑戰 不耐煩細節 常會弄錯事實</p>	<p>備註 官覺與直覺是兩種用來了解和認識事情的機能，每個人通常都是二者兼用。官覺者善五官觀察，注重事實和經驗，較能看到事情細節</p>

	善於檢查、比對 對複雜情況易生挫折 喜歡找出正確的方法 對環境的改變敏感 有耐心	容易太快下結論 不怕困難但要新方法 容易提出解決方案 喜歡與眾不同 有時聽話不會聽到底	的部分。 直覺者 善用想像力，比較注重事情背後的意義，能看到比較大的畫面。
決定的方法 兩種判斷事情的機能 用來決定、計劃、判斷事情	思考型 Thinking 用邏輯思考決定事情 注重公平、公正、公義 有時傷害別人也不知 能接受不和諧的場面 對別人的思考有反應 想了解事實、理論 遵守原則和政策 易對無邏輯感到生氣 不圓滑、可被信賴	情感型 Feeling 用感覺來決定事情 喜歡被欣賞、討好別人 對別人的感覺較敏感 對不和諧感到不舒服 對感覺或價值有反應 不想說不愉快的事情 易讓感覺超越邏輯 容易受別人影響 不願太過實事求是	備註 思考與情感是人們用來做決定的機能，每個人都有思考與情感的能力。 思考型 的人較傾向用理性詳細檢證資料才作決定，比較邏輯與冷漠； 情感型 注重人性，傾向用心靈的感覺來決定。
生活方式和處事態度 兩種生活的取向	計劃/判斷型 Judging 喜歡做事有計劃 想事情照所計劃完成 完成一事才開始其他 常能很快做出決定 希望把事情做好 有基本資料即可開始 按照標準和習慣生活 對偶發事件很不快樂 能保持不變的友誼 注重「應該」、「必須」	隨性/認知 Perceiving 喜歡彈性、隨性 想事情出乎意料之外 喜歡同時進行許多事 多懷疑、很慢做出決定 希望沒有漏掉一件事 想知全部事情才開始 喜歡了解甚於管理 難完成已開始的事 容易交友或放棄友誼 會延遲不喜歡的工作	備註 計劃型 的人傾向和擅長做決定、作安排，對於理解事情，注重時間的規劃，適合固定的時間表；對隨性不感興趣。 隨性型 的人喜歡彈性安排，喜歡同時進行許多事情，傾向理解事情、隨性，對於作決定、作計劃興趣缺欠。

個性類型之間的關係：

動力的來源 - 兩種個性傾向：外向型、內向型

認知的方法 - 兩種理解事情的機能：官覺型、直覺型

決定的方法 - 兩種判斷事情的機能（用來決定、計劃、判斷事情）：思考型、情感型

生活方式和處事態度 - 兩種生活的取向：計劃型、隨性型。

個性特質：16種個性各有其特質，每種個性，又因為傾向的程度不同而有所差異。

官覺型在觀察力上較強；直覺型在聯想力上較強；

官覺者 - 連續、現在、實際、感官、行動、實地、事實、特別

直覺者 - 片段、未來、觀念、靈感、理論、迷霧、幻想、一般

溝通上兩者有問題，官覺者喜歡實際正確，直覺者回答大概一般觀念。

思考型在理性上較強；情感型在感性上較強；

思考型 - 客觀、堅定性、法律、穩定、公正、清楚、批評、法規

情感型 - 主觀、公平心、情況、經歷、人性、和藹、感謝、社會價值

男性（三分之二）喜歡透過思考作決定，女性（三分之二）喜歡透過情感、感受作決定。

根據統計資料，除了直覺型較少，約為人口的 12%外，其他三組類型的人口比例都差不多。

想一想：您了解，您是屬於哪一類個性嗎？把它寫下來。

(2)「四種氣質」ⁱ

甚麼是氣質？

根據黎曦庭在他的著作《屬靈的氣質》的定義：「氣質是一些天生的特質的組合，往往在潛意識裡影響着人的行為表現。這些特質是基於國籍、種族、性別和其他遺傳因素綜合而成，由因子遺傳下來的。」ⁱⁱ

同時，黎曦庭根據希波克拉底認為一個人的氣質，與他體內的「體液」很有關係。「體液」就是血液、黑膽汁、黃膽汁和黏液。因此，黎曦庭開始觀察不同的行為，然後建立一套理論來解釋這些分別，這種理論是屬於生物化學的。

黎曦庭詳盡分析這四種氣質，來幫助我們了解自己天生的個性，他引用一些聖經中的屬靈偉人，例如：多血質（樂天型 Sanguine）的彼得；黃膽質/膽汁質（激進/暴躁型 Choleric）的保羅；黑膽質/憂鬱質（憂鬱型 Melancholic）的摩西及黏液質（冷靜/畏縮型 Phlegmatic）的亞伯拉罕。

黎曦庭認為能夠辨明自己的氣質，是間接幫助自己屬靈生命的成長。

每一種氣質都有他的優點和缺點，沒有一種氣質比其他氣質更優勝，氣質也不是某種行為的保證。一個人的氣質也不是最重要的問題，如果他接受了主耶穌基督成為個人的救主，他就有聖靈在他裡面，聖靈可以矯正他的弱點。

	優點	弱點	勝任的工作
多血質 樂天型 聖經代表 人物 彼得	親切、友善、外向，口齒伶俐、開朗、樂觀，是社交場合中不可缺少的人物。慷慨熱情、反應敏銳，能對周圍環境和其他人的情緒作出反應。	意志力薄弱、情緒不穩、性情暴躁、自我中心、更兼坐立不安。不喜歡處理瑣碎事項。在勇敢的外表下，常感到恐懼和缺乏安全感。	推銷員、演講家、演員、公關人員、偶然也會出現成功的領袖。
黃膽質 激進型 聖經代表 人物	實際的行動家、功利主義者、意志堅強、天生就有領導能力、樂觀、滿腦子主意、計劃	自負、自信、愛支配人，不體貼、驕傲、衝動、脾氣火爆、有殘酷與苛刻的傾向。	可以成為優良的主管、建築師、政治家、策劃人。

保羅	和目標、通常能貫徹始終，外向但沒有多血質這般強烈。		
黑膽質 憂鬱型 聖經代表人物 摩西	多才多藝、分析力強、敏感，追求完美、有美感、肯自我犧牲，是忠心耿耿的朋友，不外向，甚少主動。	自我中心、情緒化、悲觀、理論化、不切實際、孤僻、挑剔、記仇和刻板。	畫家、作曲家、哲學家、發明家、理論家
黏液質 冷靜型 聖經代表人物 亞伯拉罕	冷靜隨和、開朗、與人和諧共事、有效率、保守、可靠、機智、腳踏實地、有領導才能、有外交手腕、幽默、個性內向。	心胸狹窄、膽小、優柔寡斷、冷眼旁觀、愛保護自己、自私、缺乏動力。	外交家、醫生、教師、科學家、喜劇演員、雜誌編輯，也可成為能幹的領袖

想一想：您呢？您是屬於哪一類型？把它寫下來。

(3) DISC 行為取向分析 DISC Behavioral Profile

甚麼是 DISC 行為取向分析？

美國心理學家 - 威廉馬斯頓 (William Moulton Marston) 在他的著作 “Emotion of Normal People” 分析人在不同刺激下的情緒和行為反應，後歸納他的理論成為四種個性風格 DISC 所代表的字母的縮寫。

DISC 分別為：**掌握型 (Dominance)**；**影響型 (Influence)**；**穩定型 (Steadiness)** 及 **謹慎型 (Conscientiousness)**。

這個個性分析的方法通常應用於個人成長、親子關係、婚姻關係等方面。探討人與人不同行為取向模式所引致的矛盾和衝突，幫助人如何掌握與不同類型的人溝通的秘訣，有助進一步改善彼此相處和建立和諧的人際關係。

想一想：您知道，您是屬於哪一類型嗎？把它寫下來。

(4) 個性透視 Personality Dimensions

甚麼是個性透視？

個性透視是一套專業的個性分析工具，由多位加拿大專業人士多年努力研究的成果。

它的哲學理念建基於，人與生俱來有四種不同的個性系統，而各有不同的傾向促使人在發展和建立自尊時，形成不同的個性表現。

四種個性分別為：

綠色 (探究型 Inquiring) - 核心需要：能力、知識；

橙色 (多謀型 Resourceful) - 核心需要：自由、多元化；

藍色 (真我型 Authentic) - 核心需要：關係、和諧；

金色 (組織型 Organized) - 核心需要：責任、角色。

每種個性都有其獨特的能力、核心需要、價值觀和壓力來源。幫助認識不同的個性特質、促進互相接納、改善人際之間的溝通和關係。

想一想：同樣，您知道，您是屬於哪一類型嗎？把它寫下來。

(三) 實踐應用

根據以上的資料和您寫下來的資料，您是屬於哪一類個性呢？

最容易與您相處的人或同工，是屬於哪一類個性呢？

接納您的個性 - 個性是神所賜的，個性具有特殊性。任何個性都有其優點和缺點，沒有任何個性類型擁有所有的優點，也沒有任何個性類型呈現所有的缺點。嚴格來說，世界上並不存在兩個完全相同的個性，所有的個性都是很特別和獨一無二的。保羅說：「要看得合乎中道」。

想一想：

- (1) 從神的角度來看您的個性；
- (2) 從您的角度來看，如何讓您個性的優點自然表現出來？
- (3) 您有沒有注意和如何幫助自己改善，和發展較弱的一面，並敏銳聖靈的提示？

以祈禱結束

ⁱ 參考。黎曦庭著，《氣質的更新》，毛麥琳譯（香港：證道出版社，1986）。

ⁱⁱ 參考。黎曦庭著，《屬靈的氣質》，鄭保羅譯（香港：天道書樓有限公司，1995），頁9。