

# 2024 年【科學探究競賽-這樣教我就懂】

大專/社會組 科學文章表單

文章題目：探索 MBTI：社交話題與心理學角度

摘要：近年來 MBTI 在亞洲吹起熱潮，成為大家聊天、認識新朋友、購物、甚至是求職上的熱門話題，但 MBTI 在心理學學術上是否受到認可？以下會介紹在 MBTI 出現之前所使用的人格心理測驗，以及學術上的使用。

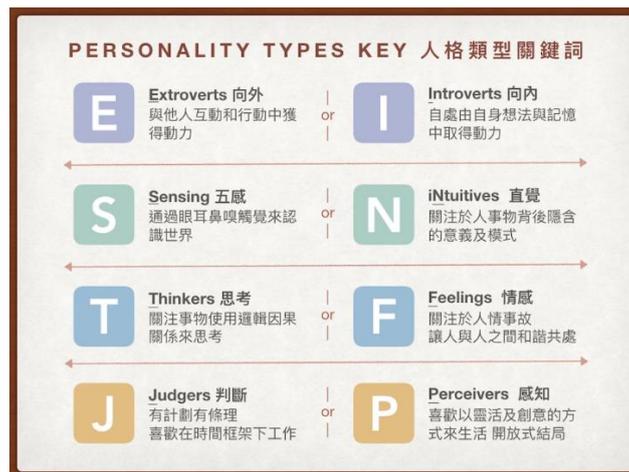
文章內容：(限 500 字~1,500 字)

「你的 MBTI 是甚麼？」這句近年來頻繁出現在各種聊天場合，似乎已成為社交中的必備話題，且不僅是在日常交流中，一些公司甚至在招聘過程中也納入了 MBTI 測試，以便更好地了解面試者的性格傾向與職位的匹配程度。然而，在心理學的領域中，MBTI 扮演著怎樣的角⊂？心理學家又是如何看待這個測試呢？

## 一、MBTI 簡介

MBTI 屬於人格測驗的一種，根據四個對立的維度對個人進行分類，形成 16 種基本人格類型。每個人的性格特質都會在這四個維度的不同極端之間，形成不同的人格傾向。這四個維度包括：1.內向(I)與外向(E) 2. 實際(S)與直覺(N) 3.思考(T)與情感(F) 4.判斷(J)與感知(P)。

然而，儘管 MBTI 在一些社交和職業場景中被廣泛使用，但它也出現了一些爭議，許多心理學家質疑其科學性，認為其測試方法缺乏效度與信度。一些研究表明，MBTI 的分類結果在不同時間和不同情境下可能出現變化，這表示其測試結果缺乏一致性，無法提供持久的性格評估。



圖一：MBTI 分類

## 二、人格的五大因子模式

除了 MBTI 之外，還有一種被廣泛研究和應用的人格測試模型，即五大因子模式 (Big Five)。這一模型將人格特質分為五個主要因子：經驗開放性嚴謹自律性、外向、親和性和情緒穩

定性。開放性指個體對新觀點和新體驗的開放程度，此向度高分者較具想像力、有教養、好奇、獨創與對藝術敏感；嚴謹自律性則是指個體對目標的堅持和自我約束的程度，此向度高分者比較可以信賴、細心、周到、負責；外向性反映了個體的社交活躍程度和對外界刺激的偏好，此向度高分者比較會交際、喜歡群居、愛說話且主動；親和性則描述了個體與他人互動的方式和對他人需求的敏感程度，此向度得高分者比較有禮貌、彈性、信任他人。最後，情緒穩定性則反映了個體處理壓力和情緒波動的能力，此向度低分者比較焦慮、憂鬱、情緒化、缺乏安全感。

## BIG FIVE 五大人格



圖二：五大因子模式

與 MBTI 相比，五大因子模式被認為更具科學性和客觀性，其測試結果也更為穩定和持久，被廣泛應用於心理學研究、臨床診斷和人力資源管理等領域。

### 三、總結

MBTI 作為一種人格測試工具，雖然存在著一些爭議和缺陷，但在特定的情境下仍然能夠提供一定的價值。然而，我們也應該意識到，人格是一個極其複雜和多維的概念，無法被單一的測試工具完全描述。因此，在使用 MBTI 時，我們應該持有開放的態度，並結合其他心理學理論和方法，來更全面地理解和評估人的性格特質。

### 參考資料

1. <https://zh.wikipedia.org/zh-tw/%E9%82%81%E7%88%BE%E6%96%AF-%E5%B8%83%E9%87%8C%E6%A0%BC%E6%96%AF%E6%80%A7%E6%A0%BC%E5%88%86%E9%A1%9E%E6%B3%95>
2. <https://www.esquirehk.com/lifestyle/big-5>
3. <https://treehole.hk/personality-psychology/mbti/>
4. 圖一：<https://crossing.cw.com.tw/article/16158>
5. 圖二：<https://www.storm.mg/lifestyle/3050039?mode=whole>

註：

1. 未使用本競賽官網提供「科學文章表單」格式投稿，將不予審查。
2. 字數沒按照本競賽官網規定之限 500 字~1,500 字，將不予審查。

PS.摘要、參考資料與圖表說明文字不計入。

3. 建議格式如下：

- 中文字型：微軟正黑體；英文、阿拉伯數字字型：Times New Roman
- 字體：12pt 為原則，若有需要，圖、表及附錄內的文字、數字得略小於 12pt，不得低於 10pt
- 字體行距，以固定行高 20 點為原則
- 表標題的排列方式為向表上方置中、對齊該表。圖標題的排列方式為向圖下方置中、對齊該圖