

MBTI 人格类型对语言学习的影响

——以大学英语四级考试为例

丛杜荣 曾 朵 周璐璐 林娜娜 魏金美

东南大学外国语学院，南京

摘 要 | 本研究旨在探究性格与语言学习的关联。以MBTI人格模型为基础，选取一定样本开展调查，围绕被调查者的大学英语四级考试优势题型、备考及考试中的行为表现等展开研究，并对相关数据进行分析。结果显示，E/I维度与备考压力应对、答题决策速度显著相关：E型学生倾向于以放松状态应对压力并快速决策，I型学生则倾向于因压力产生焦虑并谨慎决策；其他维度未表现出显著关联。

关键词 | MBTI；性格；大学英语四级考试；压力应对；决策速度

Copyright © 2025 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



MBTI（迈尔斯-布里格斯类型指标）作为经典的人格分类工具，通过四个维度的偏好组合（外向E/内向I、感觉S/直觉N、思考T/情感F、判断J/感知P），揭示了个体在认知、信息处理与行为模式上的差异。传统二语习得研究多聚焦于年龄、动机、学习环境等外部因素，对学习者在人格特质的关注相对不足。MBTI人格理论通过科学划分16种性格类型，为理解“个体如何以独特方式学习语言”提供了新视角。大学英语四级考试作为我国大学生英语能力的核心评价标准，其考核内容覆盖了语言学习的关键维度，是观察人格类型与语言能力关联的理想载体。本文基于MBTI理论框架，结合大学英语四级考试的备考情况与成绩数据，系统分析不同人格类型学生在语言学习中的优势与挑战。

1 MBTI 人格类型的核心维度与语言学习的理论关联

1.1 MBTI 人格类型的核心维度

MBTI，全称迈尔斯-布里格斯类型指标（Myers-Briggs Type Indicator），是当今世界最流行、最权威的人格类型理论模型之一。MBTI将个体性格类型划分为四个维度，每个维度又包含两个方向。其一是外倾型E/内倾型I，反映个人能量的来源，E型倾向于从外部社交过程中获取能量；I型倾向于从内部世界获取能量，更偏好独立思考，关注内心活动。其二是实感型S/直觉型N，体现个体获取信息时不同的感受和用脑倾向，S型关注具体细节，倾向于依赖感官所获信息；N型关注抽象概念，希望

通讯作者：魏金美，东南大学外国语学院，副教授，研究方向：日语语言学。

文章引用：丛杜荣，曾朵，周璐璐，等. MBTI人格类型对语言学习的影响——以大学英语四级考试为例[J]. 教育研讨，2025，7（8）：880–885.

<https://doi.org/10.35534/es.0708166>

了解事物背后的理念与未来发展趋势。其三是思维型T/情感型F,代表个体的决策方式,T型在决策时更注重逻辑和客观分析,通过梳理因果关系得出结论;F型在决策时更注重个人价值和情感因素,通过共情建立与他人的联结。其四是判断型J/知觉型P,反映个人对待不确定性的态度,J型习惯系统规划,时间管理严谨,重视最终结果;P型则倾向于以多元弹性的思维面对世界,态度灵活开放,更重视过程体验。

1.2 MBTI人格模型在语言测试领域的国内外研究现状

Li Lin在《Proceedings of 2011 4th IEEE International Conference on Computer Science and Information Technology (ICCSIT 2011) VOL06》^[1]上发表《On Correlations of Computer-assisted Oral English Test Achievements with MBTI Personality Type》,该文献指出,外倾型/内倾型维度与口语测试成绩高度相关,外倾型学习者的英语口语水平高于内倾型。Yazid Abdulrahman Al Ismail发表《The Interplay of Personality Types and Performance Metrics in Arabic/English Translation: A Focus on MBTI's Feeling and Thinking Dichotomy》^[2],在现有文献基础上,进一步探讨MBTI人格类型(特别是思维型T与情感型F)与文本翻译任务中绩效能力的关系。最终结论指出,部分研究结果与先前有关MBTI人格类型与翻译绩效之间关系的研究结果相一致——例如思维型T的表现总体较为出色,但也有部分结果与以往发现存在差异——特别是情感型F(例如INFP类型)在翻译测试中表现尤其出色。

国内亦有学者研究MBTI人格模型四维度二外语习得的影响。张浩和张需涵在《MBTI职业性格测试四维度对语言学习的影响研究——以雅思考试为例》中指出:外倾型/内倾型维度与直觉型/实感型维度对英语学习存在相关性,但并非与所有成绩的相关性都具有显著意义,其中与阅读、写作与总分的相关性最具显著意义;逻辑型/情感型与判断型/知觉型维度与英语成绩则基本不具相关性^[3]。

这些文献资料为本研究提供了重要依据。然而,目前我国在此方面的研究仍存在不足,在大学英语四级考试等语言测试领域的研究存在较大空白,这更激励国内学者积极拓展相关领域的实践研究。

1.3 研究MBTI与四级考试关联的实践意义

关于语言学习中的个体差异理论研究表明,个性也是第二语言学习差异的重要影响因素之一。外向个性的学习者被认为更适合语言学习,这类学生在考试中取得优异成绩更多与外向个性所具备的某些品质有关,如果断、勇于尝试新事物等。无论学习者实际学习能力水平高低,外向个性的学习者在语言学习中往往具备一定的学习优势^[4]。个体差异理论表明,在语言学习过程中探索人格适配的教学干预路径具有重要意义,这也为本研

究提供了重要的理论支撑。

在实践层面,本研究能为学习者和英语教学提供具体指导:对学生而言,了解自身MBTI类型与学习风格的关联,有助于优化备考策略;对教师而言,研究结果有助于识别不同人格类型学生的优劣势,进而设计针对性的差异化教学策略;对教育机构而言,研究结论可为开发适配的学习资源或测评工具提供参考,提升英语教学的效率与科学性。总之,本研究有助于推动“因材施教”在外语教育中的落地,促进学习者的个性化发展。

2 研究设计与方法

本研究围绕“MBTI人格类型对外语学习的影响——以大学英语四级考试为例”这一主题限定研究对象,确保MBTI人格类型、英语四级成绩等方面的数据契合研究主题,进而提升研究的准确性和可信度。

2.1 研究对象

本次问卷的调查对象为江苏、河南、山东等多个省份高校中参加过四级考试的大学生群体。研究共发放263份问卷,回收有效问卷232份,有效回收率约为88.2%。在问卷设置过程中,本研究采取了多项措施,以降低受访者的作答负担和误差、保障数据质量,例如:设置反向题(通过正反表述同一维度问题检验作答一致性)、优化题目形式(对成绩信息采用区间选项)、选择合适的发放渠道和实施技术筛查等。

2.2 研究工具

本研究采用官方授权的MBTI-G量表,通过在线问卷收集学生的人格类型数据。该量表基于荣格的人格类型理论,从四个核心维度划分人格类型,具体包括:外倾E/内倾I、实感S/直觉N、思考T/情感F、判断J/知觉P。个体在这四个维度上的不同倾向以特定方式组合,最终形成十六种独特的MBTI人格类型。

本次调查问卷共包含五个部分,分别为人格类型调查、大学英语四级考试得分情况、英语学习习惯、英语能力自评、英语学习与性格关系的主观感受,共计24个题项。问卷设计旨在探究MBTI人格类型与外语学习之间的关联,特别是聚焦于分析人格类型与考生在优势题型、备考期间及考试过程中行为表现的潜在作用机制。问卷通过腾讯问卷平台线上发放,采用随机抽样方法收集数据。

2.3 数据的有效性与可靠性

本研究共回收有效问卷232份,样本量充足,不仅能满足基础统计分析的要求,也为回归分析等复杂模型的构建提供了必要的数据支持。

数据质量完好,无核心变量缺失,能够有效支撑“MBTI人格类型与英语学习特征关联”的研究目标;数据信度达标,核心量表的Cronbach's α 系数为0.73,大于

0.7的标准值,表明数据内部具有良好的一致性,测量结果稳定可靠;数据有效性高,问卷回收率达88.2%,且已严格剔除无效样本。

2.4 数据分析方法

在数据分析过程中,本研究综合运用以下方法。

描述性统计分析:对样本的基本特征(如MBTI人格类型各维度的分布、英语四级成绩区间占比等)进行频率分析,计算各选项的频数及百分比;对连续变量计算平均值、标准差、最值,以此描述数据的集中趋势与离散程度。

推断性统计分析:采用单因素方差分析,比较不同分数区间的学生在英语能力评分上的差异;通过卡方检验,分析人格类型与压力应对机制、答题决策速度的关联;运用Pearson相关系数检验,探究人格类型与四级优势题型的相关性;构建多元回归模型,探究人格类型对四级优势题型、压力应对机制、决策速度及英语能力评分的影响。

3 研究结果与分析

本研究基于232名英语学习者的调查数据,采用频率分析、方差分析、卡方分析和线性回归分析等多种统计方法,深入探讨MBTI人格类型与英语学习中压力应对机制及答题策略的关系。

问卷调查发现:(1)MBTI人格类型以内倾型、直觉型、情感型、判断型为主,其中内倾型占比超六成,直觉型和情感型占比均过六成,判断型占比略多于知觉型;(2)关键行为指标分布:压力应对机制方面,放松型占62.1%,焦虑型占37.9%;答题决策速度方面,偏慢者占58.6%,偏快者占41.4%;学习时间规划方面,碎片化式占65.5%,固定时长占32.8%,固定时段占1.7%;(3)多数学生的英语四级成绩总分集中在425~570分,听力、阅读、写作及翻译成绩也以中等区间为主,其中阅读高分比例相对较高;(4)英语学习相关情况:近七成学生认为阅读是自身优势题型;学习时间规划以碎片化为主,约三分之一学生采用固定时长并灵活调整的方式;备考时超六成学生采用放松型压力应对机制,答题速度偏慢者占比略高;(5)英语能力自评:阅读评价最高,口语和听力评价较低,整体呈现“阅读>写作>听力>口语”的趋势。

3.1 显著相关性维度:能量来源维度(E/I)深度分析

3.1.1 压力应对机制的显著差异

交叉分析结果显示,能量来源(E/I)维度对学生的压力应对机制具有显著影响。E型学生更倾向于选择“放松型应对”,其比例达37.5%,显著高于I型(内向型);I型学生多选择“焦虑型应对”,比例为

76.1%。这表明,E型与I型学生在压力应对机制上存在显著差异。

E型个体显著倾向于采用放松型压力应对机制,表现出更强的压力耐受性。具体而言,E型学生在备考期间能够保持相对稳定的情绪状态,更容易通过外部交流和活动缓解压力。而I型个体更多表现为焦虑型应对机制,常伴随担忧情绪应对压力,容易产生内在紧张感——I型学生倾向于通过内省和独处处理压力,对压力的敏感度相对较高。数据显示,在占总样本62.1%的“放松型”应对者中,E型个体的比例显著高于其在总样本中的比例;而在占37.9%的“焦虑型”应对者中,I型个体占据主导地位。这表明,E型学习者更倾向于以平和心态面对压力,I型学习者则更容易体验到焦虑情绪。可见,个体的内外向倾向与其在备考期间的压力反应模式显著相关。

在大学英语学习中,E型学生往往更善于口语表达和社交交流,他们喜欢讨论问题、分享经验,能够通过与其他学习者的互动获得更多的学习机会和启发^[5]。而I型学生倾向于内化压力,易陷入思维反刍,导致焦虑情绪积累。尤其在备考期间,随着压力增大,I型学生易出现思维僵局。E型学生则易受外界环境干扰,可能在学习和社交时间之间产生冲突,影响学习效率。此外,I型学生更偏内倾,通常选择独立学习和自我反思的方式开展学习,更注重细节和深度,具备较强的语言分析和理解能力^[6]。因此,采取适合自身的压力应对机制,对提升其备考状态至关重要。

3.1.2 答题策略的行为差异

人格类型在答题策略的行为表现上亦存在明显差异。与压力应对机制相呼应,E型学生倾向于快速决策,依赖直觉和第一印象做出判断,较少出现过度犹豫的情况;I型学生则倾向于谨慎决策,更注重答案的准确性和逻辑性,但易陷入过度思考的状态。这一差异揭示:E型学生更追求决策效率,I型学生则更注重决策的审慎性。

由数据可见,在MBTI性格分析中,外向型人格健谈、活泼、情感外露,在交往中获取能量,在团队中更容易充当领导者角色;内向型人格冷静、内敛,独处时获取能量,在团队中更容易充当组织者、建设者角色^[6]。因此,E型学生倾向于快速试错、果断选择,通过行动验证答案;I型学生则依赖持续的内部反思以避免决策失误,通常在阅读等需逻辑推敲的题型中表现较为突出。

3.2 无显著相关性维度分析

3.2.1 其他无明显关联的维度

本研究显示,在信息获取维度(S/N)、决策方式维度(T/F)及生活态度维度(J/P)上,人格类型与英语学习未见明显相关性。

信息获取维度与以下方面未显示显著相关性:(1)备考行为方面:学习时间规划方式无明显差异,学习计划

制定详细程度相似,面对学习困难时的解决策略选择无显著偏好;(2)答题表现方面:答题速度快慢无明显关联,大学英语四级考试各题型优势分布均匀,英语能力自评分数无显著差异。

决策方式维度同样缺乏显著相关性:(1)学习策略方面:口语练习优势认知无明显差异,写作优势体现方式相似,学习兴趣激发程度无明显关联;(2)考试表现方面:各科成绩分布无明显差异,优势题型选择无显著偏好,整体学习效果评估相近。

生活态度维度表现出最弱的相关性,仅从计划执行方面即可见:学习计划制定方式无显著差异,时间管理策略选择相似,学习规律性无明显关联。

综上,在MBTI的四个维度中,能量来源维度(E/I)是唯一与学习者压力应对机制和答题决策速度表现出明确且强相关性的维度;而信息获取、决策方式和生活态度这三个维度,对学生在大学英语四级考试优势题型、英语能力评分、答题速度等关键变量的影响并不显著。

3.2.2 其他维度与四级成绩无显著关联的原因

进一步分析MBTI四个维度发现,信息获取维度(S/N)主要区分个体偏好通过具体细节还是抽象模式获取信息;决策方式维度(T/F)则依据个人分析问题的角度划分,思考型(T)通过逻辑分析和客观考量作出决定,倾向于从局外人的角度分析问题;情感型(F)倾向于根据个人主观评价作出决定,通常表现出主观、思维灵活等特征^[7]。在生活态度维度(J/P)上,无论何种人格类型,受课程内容、时间安排等外部因素影响,学生的学习策略具有普适性,普遍依赖碎片化学习、精听真题及模仿范文写作。而大学英语四级作为标准化语言测试,答题更侧重于对系统性知识的掌握与调用,因此其他三个维度与四级成绩未表现出显著关联。

4 实践与启示

4.1 研究结论与已有结论的对比分析

通过对本研究数据进行线性回归分析发现,所有自变量均未对四级优势题型产生显著影响。这与“在四个维度上,没有一个维度中的两个对立倾向学生的阅读成绩存在显著性差异”^[3]这一研究观点一致。

当前国内语言测试除四级外,还有雅思、托福等。在雅思相关研究中,国内学者发现:E/I维度与阅读单项成绩显著相关,且I型学生阅读成绩更优;N/S维度与写作单项成绩显著相关,同样I型学生写作成绩更优^[3]。当然,部分国外学者研究也持有“英语学习与MBTI人格类型无关”的观点,例如:“This study failed to find any simple direct relationship between personality, learning strategies and second language proficiency.”^[8]

推测研究结果存在差异的原因主要有两点:第一,样本规模差异。本研究样本数量相对较大,样本量扩大

可能增加抽样变异性,使结果更容易捕捉总体多样性,这可能导致其与样本量较小的研究(如国外学者仅选取香港100名学生的研究)结论存在差异;第二,样本背景异质。本研究调查对象分布于全国各地,而雅思相关研究的调查对象为北京高中生,国外部分研究则聚焦于香港学生群体。这种背景差异很可能导致研究结论出现偏差。因此,鉴于不同研究在各方面的显著差异,当前亟需更多设计严谨的研究进一步深化探索。

4.2 对考生的启示

根据性格偏好定制学习计划。数据分析显示,备考方式存在共性特征,例如:69.3%的学生选择利用手机App进行碎片化学习,62.1%的学生通过阅读英语文章积累词汇。这表明在信息化时代,绝大多数学生的备考选择差异较小。但由于个体对信息接受方式的敏感度存在差异,因此在备考期间,学生可结合自身人格所偏好的学习模式,选择合理、舒适的备考方法。

针对决策风格短板,开展反向强化训练。本研究发现,E型学生倾向快速决策,I型学生倾向深度分析。为实现扬长避短,E型学生可着重强化答题精准性,避免陷入“速度陷阱”,例如建立多级检查机制;I型学生则需突破时间瓶颈,减少因“过度加工”导致的答题滞后问题,具体可通过针对高频纠结场景预设决策机制,避免因过度权衡造成时间不足。当然,反向训练策略的实际效果,仍需设计更深层、严谨的验证实验进一步探究。

4.3 对教学的启示

研究数据显示,大多数学生在阅读题型上具有较为普遍的优势,71.6%的学生自认阅读为优势题型;听力和口语则被普遍视为最大难点,其中65.9%的学生认为听力最难。结合我国主流英语教育方式分析,阅读成为大多数学生的优势,与国内课堂长期采用“教师讲授、学生听讲”的传统模式密切相关,而听力、口语方面的技能训练相对欠缺。因此,如何弥补当前英语教育的短板,应成为未来英语教育改革的重要方向。

基于E/I维度的互补学习策略。从内倾/外倾(I/E)维度来看,考试时I型学生通常能保持注意力集中,不易受外界环境影响;相反,E型学生的能量主要来源于外部世界,容易受外部刺激干扰,在考试或上课时较易出现注意力不集中的情况^[9]。基于此,E型学生可带动I型学生加强与外部环境的融合,帮助其从外界获取新视角和方法;I型学生则可引导E型学生强化内省,在一定程度上降低其对环境干扰的敏感度。这种互补学习生态的构建,能够极大推动学生思维方式的多元化拓展。

差异化课堂教学。每个学生因人格特质、教育背景不同,性格优势也存在差异。教师教学的核心目标并非矫正人格以实现“均质化”,而是“赋能人格特质”——洞悉不同人格类型的长处与不足,通过发挥先天优势、加强后期训练来强化学生的整体优势。优化课

堂教学可制定动态教学矩阵, 对学生在差异化教学框架下的学习变化进行动态监测。

综上, 本研究的相关结果具有双重价值: 首先, 可为不同人格类型的学生提供针对性指导, 助力其更结构化、体系化地备考语言测试, 优化备考策略, 提高备考效率; 其次, 为个性化教学提供理论依据, 倡导教师借助人格特质最大化挖掘学生的个体潜能。

5 结论与展望

本次调查研究发现, 能量来源维度(E/I)与备考期间的压力应对机制及答题决策速度存在显著关联: 外倾型个体更倾向于采用放松型压力应对机制并快速决策, 内倾型个体则更倾向于采用焦虑型压力应对机制并谨慎决策。但MBTI人格类型的其他维度(信息获取S/N、决策方式T/F、生活态度J/P)在考试优势题型、英语能力评分等方面未显示出显著相关性, 这表明在标准化英语考试场景下, 人格类型可能并非影响英语学习表现和学习策略选择的决定性因素。基于上述发现, 研究者对MBTI应用于大学英语教学进行了反思: 每种人格类型的学习者在英语学习中都有其独特优势和特点。一方面, 学生通过了解自身人格类型, 可以更有效地选择适配的学习方法和资源, 更好地发挥学习潜能; 另一方面, 教师通过对不同人格类型学生的调查研究, 可以更深入地了解其特点和需求, 进而设计差异化教学策略, 提高教学质量, 促进学生个性化发展。

当然, 本次研究在深度和广度上存在一定局限。因此, 未来研究可以纳入更广泛的样本群体, 例如涵盖不同学段、专业背景和英语水平的学习者, 以提升研究结果的普适性和稳定性; 除大学英语四级考试外, 还可将研究拓展至雅思、托福等其他英语能力测评领域, 探究人格类型与不同测评体系下学习表现的关联, 从而丰富研究的应用场景。

现有研究表明, MBTI人格类型对英语学习表现的直接影响较为有限。未来研究应进一步探索是否存在学习动机、学习环境等中介变量, 深入揭示人格类型通过间接路径影响英语学习的作用机制。同时, 可结合访谈、学习日志等质性研究方法, 弥补量化研究的局限性, 更全面地理解人格类型与学习行为之间的关系。若后续研

究能够明确人格类型与特定学习策略的适配性, 可以据此开发个性化的英语学习方案, 为学习者提供针对性指导, 进而提升学习效率。此外, 研究人格类型对学生课堂参与、压力应对等方面的影响, 还可以为教师调整教学方法提供参考, 进一步优化教学效果。

参考文献

- [1] Lin L I. On Correlations of Computer-assisted Oral English Test Achievements with MBTI Personality Type [C]. //IEEE. Proceedings of 2011 4th IEEE International Conference on Computer Science and Information Technology (ICCSIT 2011) VOL06, 2011: 657-661.
- [2] AL ISMAIL, Y. A. The Interplay of Personality Types and Performance Metrics in Arabic/English Translation: A Focus on MBTI's Feeling and Thinking Dichotomy [J]. International Journal of Linguistics, Literature & Translation, 2023, 6 (11): 10-17.
- [3] 张浩, 张霁涵. MBTI职业性格测试四维度对语言学习的影响研究——以雅思考试为例 [J]. 心理月刊, 2023, 18 (4): 72-74, 78.
- [4] 赵若英. 第二语言学习中影响学习效能的非语言因素研究 [J]. 上海师范大学学报 (基础教育版), 2010, 39 (3): 63-67.
- [5] 康雪荣. 大学英语学习策略与MBTI人格类型浅谈 [J]. 太原城市职业技术学院学报, 2024 (10): 94-96.
- [6] 陈梓萌. 网络流行语“E”人和“I”人的多角度比较 [J]. 三角洲, 2024 (11): 184-186.
- [7] 吴玉玲, 游华娟. 英语学习者人格类型与英语阅读能力关系的研究 [J]. 闽南师范大学学报 (哲学社会科学版), 2018, 32 (2): 74-82.
- [8] Sharp A. Personality and Second Language Learning [J]. Asian Social Science, 2009, 4 (11): 17-25.
- [9] 游华娟. 高中生人格类型与英语阅读成绩的相关性研究 [D]. 漳州: 闽南师范大学, 2015.

The Impact of MBTI Personality Types on Language Learning

— A Case Study of the College English Test Band 4 (CET-4)

Cong Durong Zeng Duo Zhou Lulu Lin Nana Wei Jinmei

School of Foreign Languages, Southeast University, Nanjing

Abstract: This study investigates the relationship between personality traits and language learning. Using the MBTI model as a framework, we conducted a survey with selected samples to examine dominant question types in the College English Test Band 4 (CET-4), along with participants' preparation behaviors and test-taking behaviors. The analysis revealed significant correlations between the E/I dimensions and stress management strategies, with Type E students demonstrating relaxed coping patterns and rapid decision-making, while Type I students exhibited anxiety-induced cautious decision-making. No significant associations were observed with other personality dimensions.

Key words: MBTI; Personality; CET-4; Stress management; Decision-making speed