



2. 数据统计及评价

(1) 分值统计方法

写“A”的记2分,“B”记0分,“C”记1分,最后相加得出总分。

(2) 性格评价

根据目前世界上广泛应用的、由瑞士著名心理学家荣格提出的性格倾向说,把性格分成外向型和内向型两大类。总分在70分以上属外向型;41~69分属平衡型(性格的倾向不明显);40分以下的,视为内向型。

具有外向型性格的人,经常对外部事物表示关心,开朗、活泼、感情外露,自由奔放,做事当机立断,不拘小节,具有独立性、活动性、协调性、现实性、开放性、灵活性强的特点。在学习和工作上,反应较快,但往往从兴趣、情感出发,缺乏计划性和持久性。

具有内向型性格的人,重视主观世界,内心世界丰富,常沉浸在自我欣赏和幻想之中,沉着、安静,处世谨慎。

(三) 霍兰德职业人格测试

1. 测试目的

根据霍兰德的六种职业类型,通过下列测试题可以测试自己的职业人格,进而为职业发展之路设计提供参考依据。



测试题

1. 传统型人格(C)

下面的五个职业和两个休闲活动,在你已经有了必要的技能的前提之下,有哪些你感兴趣或者是觉得合适的?

- A. 职员 ()
- B. 接待员 ()
- C. 图书馆工作人员 ()
- D. 会计 ()
- E. 建筑监理 ()
- F. 收藏 ()
- G. 打扑克 ()

对于下面五个问题,回答“是”或“否”。

- H. 我喜欢整洁地、按部就班地完成事情。 ()
- I. 我的意见和行为通常是中庸的。 ()
- J. 我的家和生活方式要尽可能实用和舒服。 ()
- K. 我承认我那些群体的传统价值(家庭、工作、邻居)。 ()
- L. 我对实际的日常事情更感兴趣,而不是关于他们的哲学讨论。 ()

2. 社会型人格(S)

下面的五个职业和两个休闲活动,在你已经有了必要的技能的前提之下,有哪些你感



兴趣或者是觉得合适的?

- A. 护士 ()
- B. 学校教师 ()
- C. 顾问 ()
- D. 教职人员 ()
- E. 家政 ()
- F. 体育 ()
- G. 俱乐部成员 ()

对于下面五个问题,回答“是”或“否”。

- H. 我喜欢与各种各样的人交谈。()
- I. 在表达我的批评和不同意见时,我通常做得很得体。()
- J. 我乐于助人,与人们分享体验。()
- K. 我喜欢合作。()
- L. 有时我发现我对于某个人所表达的温情超过了我对他实际上的感觉。()

3. 研究型人格(I)

下面的五个职业和两个休闲活动,在你已经有了必要的技能的前提之下,有哪些你感兴趣或者是觉得合适的?

- A. 计算机程序员 ()
- B. 实验室技师 ()
- C. 翻译 ()
- D. 医生 ()
- E. 大学教师,研究人员 ()
- F. 棋类游戏 ()
- G. 阅读非虚构类作品 ()

对于下面五个问题,回答“是”或“否”。

- H. 我尽力理解别人对我说的不切实思想。()
- I. 我看重对各种论题的智力讨论。()
- J. 在做出一个重要决定之前,只要能做到,不管用多长时间,我都要充分考虑。()
- K. 我喜欢追踪艺术、科学,或是我的工作和邻里的最近情况。()
- L. 有的时候,开始时我排斥新观点,然后又看出它可能有一些优点。()

4. 艺术型人格(A)

下面的五个职业和两个休闲活动,在你已经有了必要的技能的前提之下,有哪些你感兴趣或者是觉得合适的?

- A. 作家 ()
- B. 设计师 ()
- C. 演员 ()
- D. 音乐家 ()
- E. 建筑师 ()



- F. 摄影 ()
- G. 跳舞 ()

对于下面五个问题,回答“是”或“否”。

- H. 我经常凭着冲动来表达我自己。 ()
- I. 人们有时会认为我有点好争辩,甚至很讨厌。 ()
- J. 我常常对新的思想和被忽略的原因感兴趣。 ()
- K. 我钦佩他人的创意。 ()
- L. 我对整体印象更感兴趣,而不是具体细节。 ()

5. 现实型人格(R)

下面的五个职业和两个休闲活动,在你已经有了必要的技能的前提之下,有哪些你感兴趣或者是觉得合适的?

- A. 工程师 ()
- B. 机械师 ()
- C. 厨师 ()
- D. 工艺师 ()
- E. 农技师 ()
- F. 家庭内的事物自己动手(加以改进) ()
- G. 航海或划船 ()

对于下面五个问题,回答“是”或“否”。

- H. 在社交场合内,我喜欢与一些我真正尊重和信任的人在一起。 ()
- I. 不管别人说什么,我坚持自己的意见和计划。 ()
- J. 我喜欢手工的和体力的活动,与一个集体在一起,或是作为它的一部分。 ()
- K. 如果我不是肯定做得到,我就不会承诺。 ()
- L. 有的时候,其他人认为我很冷漠或很冷淡,而实际上我对某事有很强烈的情感。 ()

6. 企业型人格(E)

下面的五个职业和两个休闲活动,在你已经有了必要的技能的前提之下,有哪些你感兴趣或者是觉得合适的?

- A. 销售代理 ()
- B. 旅行代办 ()
- C. 经理或行政人员 ()
- D. 政治家 ()
- E. 律师 ()
- F. 旅游 ()
- G. 赌博性游戏 ()

对于下面五个问题,回答“是”或“否”。

- H. 当我外出时,我尽量穿得整洁。 ()
- I. 在一个群体中,我喜欢成为注意的中心。 ()

- J. 在工作和休闲活动中,我喜欢小小的冒险。 ()
- K. 我喜欢竞争。 ()
- L. 我有时会被卷入一些过后我会后悔的承诺或者行动中。 ()

2. 统计方法及类型分析

(1) 记分方法

以上六种人格类型的每一类的 12 个问题,回答“是”的记 1 分,回答“否”的记 0 分。把记分结果填入表 2-4。完成之后,将每一类的“是”的数量分别相加。

(2) 表格说明

每一种类型的得分在 0~12 分,表明你在生活中对这一部分兴趣的强度。根据统计得分,判断你属于哪种类型。可能测试结果出现 2 项或 3 项得分相同,说明你是混合型职业人格;如果 4~5 项得分相同,说明你的职业人格还不能明确,建议你过一段时期(提高自我认识)之后再次测试。

表 2-4 职业人格类型测试结果统计表

类型 题号	传统型人格 (C)	社会型人格 (S)	研究型人格 (I)	艺术型人格 (A)	现实型人格 (R)	企业型人格 (E)
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
合计						



本章小结

本章主要介绍区分个体差异的气质、性格、兴趣、能力、职业人格等个性特征。通过介绍霍兰德职业人格理论,让学生对自己的职业人格特点有一定的了解;还介绍了当前主要的一些测评工具,帮助同学们客观认知自我职业特征;通过个性测试,引起学生关注个体特质,更关注自我认知的完善。通过了解个性特征,明白社会职业发展需求方向,为制定可行的职业生涯规划提高参考。



关键术语

气质、性格、兴趣、能力、职业人格、人职匹配、职业测评、心理测试