

升学求职心理测验

〔日〕 田崎仁 著

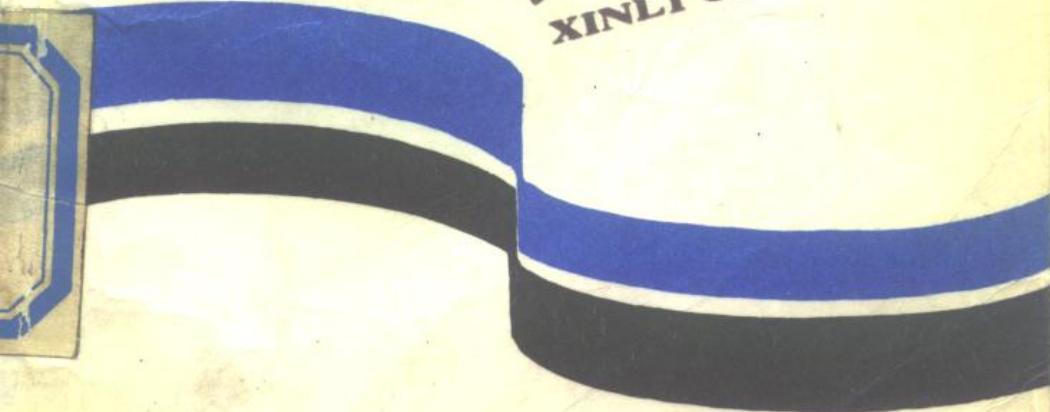
倪雄健 译

海 晓 校



SHENGXUE QIUZHI
XINLI CEYAN

SHENGXUE QIUZHI
XINLI CEYAN



SHENGXUE QIUZHI
XINLI CEYAN

升学求职心理测验

(日) 田崎仁 著
倪雄健 译
海 晓 校

北京日报出版社

升学求职心理测验

(日) 田崎仁著

倪雄健 译 海晓 校

*

北京日报出版社出版

(北京东单西裱糊胡同)

新华书店总店科技发行所经销

北京日报印刷厂排版

河北省香河县印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 4.25印张 97千字

1989年4月第一版 1989年4月第一次印刷

ISBN7—80502—261—5/G123 定价 1.90元

目 录

序章 自我判断是人生的罗盘	1
了解自我.....	1
喜欢就能做得好吗——兴趣与特长.....	2
你的追求是什么.....	4
你有什么样的性格.....	5
你具有怎样的能力.....	6
你是否身心健康.....	9
找到打开成功之门的钥匙	10
选择大学	12
1、前途意向测验	15
你的兴趣在哪里?	15
你适合理科还是文科	15
兴趣测试	16
(1) 兴趣与系、专业之间的关系	19
(2) 兴趣与职业之间的关系	20
实例研究① 判断是否具有作医生的素质	22
2、职业价值观测验	25
你从职业里发现什么价值?	25
你属于哪一个类型的人	
——职业价值观的9种类型	25
职业价值观测试	26

各种类型的职业价值观	30
自我实现·独立经营型居多?!	31
实例研究② 从金钱型到自我实现型	37
3、心理健康诊断测验	40
你的心理健康吗?	40
你的心理倾向于哪一类——精神倾向 11 种类型	40
诊断心理健康测试	41
实例研究③ 活泼开朗的 OL 进公司后陷入孤独 ..	48
4、社会成熟测验	50
你适应社会(集团)生活吗?	50
你成熟到什么程度	50
社会成熟测试	51
何谓社会性成熟	57
成熟的人	57
实例研究④ 人为的未成熟儿	59
5、性格测验 (A) 行动型	62
你是行动型人吗?	62
判断你是否为外向性格	62
性格测试 (A) 行动型	63
外向性=行动型	65
何为性格	66
实例研究⑤ 克服情绪障碍	69
6、性格测验 (B) 思考型	72
内向性=思考型	72
你是思考型的人吗?	72
性格测试 (B) 思考型	73

思考型——严谨而有计划性，但不付诸行动	75
内向型和外向型哪个更能出名	
——选择能发挥自己特长的职业	76
人的本性在危机关头才能暴露出来	78
实例研究⑥ 就业等于美人优先吗？	79
7、智力测验 (A) 语言能力	82
语言是全部的基础	82
语言能力——听、说、读、写	82
语言能力测试（略）	84
实例研究⑦ 勤工俭学的功与罪	84
8、智力测验 (B) 数的能力	87
了解你的数直觉吗？	87
头脑灵活就是思维敏捷吗？	87
数的能力测试	87
直觉优于理论	91
对数字的适应性	93
实例研究⑧ 超内向型的Y君	93
9、智力测验 (C) 空间能力	96
你对事物的预测能力如何？	96
你能在头脑中构思吗？	96
空间能力测试	96
空间想象力	102
实例研究⑨ 空间智商高的假性低能儿	104
10、环境适应能力测验	106
与人和睦相处	106
你能与人和睦相处吗？	106

环境适应能力测试.....	107
如何与他人相处.....	110
实例研究⑩ 为前途与父母发生分歧的苦恼.....	113
11、心理测验的综合诊断.....	115
你了解你自己吗?	115
前途意向测验.....	116
职业价值观测验.....	117
精神健康诊断测验.....	117
社会成熟测验.....	118
性格测验.....	118
智力测验.....	120
环境适应能力测验.....	121
心理测验之正确观.....	122
实例研究⑪ 主动放弃参加高考的S君.....	123

序章——自我判断 是人生的罗盘

了解自我

德国的哲学家尼采曾说过：“想知道你自己是怎样的人，只要看一看你自己喜欢什么。”

“自己喜欢什么”也就是“自己对什么感兴趣”。兴趣一词在英语里是 interest。interest 的词源乃是由 inter（中间）和 est（有、在）构成。“在……之间”也就是对事物加以区别。也就是说，从我们身边林林总总的事物中将某一事物区别出来。从此大概就衍生出了“注意”、“很关心”、“被吸引”等意思。

注意或关心一般多用于瞬间性的场合。但兴趣则多用于比较持久地表示注意或关心的场合，如“幼儿对玩具感兴趣”、“少年儿童对棒球感兴趣”等。兴趣是一种态度。

兴趣是一种态度，往往伴随着被一定的对象所吸引的操作性作用。在兴趣的背后存在着所谓的欲求或冲动。换言之，“为满足某种欲求而倾心的状态”即是兴趣。

当欲求得到满足时便产生‘欢快’的情绪，当欲求得不到满足时，‘不快’便产生了。欢快的情绪即是“喜欢”，不快的情绪便是“讨厌”。

所以，兴趣与行为结合起来，便成为促进行为的力量。因此，兴趣是一种伴随着情绪性与行为性的态度，是了解人的性格与行为的极为重要的关键。

人们对“职业”的兴趣往往有如下特征。

(1) 对职业的兴趣从 15 岁开始逐渐固定，在 14 岁以前则动摇不定。

(2) 社会、环境条件发生较大变化时，兴趣往往也发生变化。

(3) 男女之间兴趣的差异往往在 14 岁左右表现出来。这一时期男女的兴趣分别成人化。

(4) 每个具体的兴趣往往变化，但总的兴趣类型则不太容易变化。

(5) 学校和家庭对职业兴趣的影响最大。

喜欢就能做得好吗？——兴趣与特长

美国心理学家斯特朗曾就“兴趣”与职业上的成就之间的关系打了一个有趣的比方。

他说，“能力(ability)与兴趣的关系恰与摩托艇的马达与驾驶员之间的关系相似。马达相当于能力，它决定小艇的速度。驾驶员则相当于兴趣，他决定小艇的方向。小艇前进的距离便是成就(achievement)。成就由马达与驾驶员的综合作用决定。”

兴趣与特长是人不同的两方面，一般被认为是预见事业上是否会成功的两个大的个人心理特征。但是，一个人感兴趣的东西未必适合他去从事。因为虽然通常情况下“只有喜欢才能干得出色”是真理，但也有的人“笨手笨脚偏爱好”。当然，事实上对适合自己做的事情感兴趣的人，比对不适合自己做的事感兴趣的人要多。

特长究竟是什么？

人各有其特点，即使对工作和事业也有“做得来”与“做不来”两种情况。这便是职业特长。如果下一个规范的定义，职业特长可以说是“完成某一特定的活动所必须具备的潜在能力。”所谓“潜在的”，即不是诸如会开汽车、能解二次方程之类现实的能力，而是指能够轻易掌握这种能力的可能性。在与自己特长吻合的事业或专业领域内，往往可以比较快地获得较大成功。从这一点我们又可将职业特长定义为“对在特定职业或职业群工作的成功率的预见能力”。而职业、职业群又可以套用至“学问、学问群”上。

与事业上的成功与否有关连的特性、素质等能力实在是多种多样的。兴趣、智能、性格、身心健康程度、身体特征、习惯等都是“与事业上的成功与否有关连的特性”。这些特性中兴趣尤为重要，它是特长的基本之所在。

如果与自己感兴趣的事物有关，人们就变得十分贪婪，些许困难全不在话下，一心向前，持久不衰。但是，当自己不感兴趣的事情摆在面前时，通常无论别人怎样对你说它的好处、如何有魅力等，你也会无动于衷，不论是学问，还是职业、事业，特长的先决条件与基础首先是有没有“兴趣”。

你的追求是什么？

兴趣确乎是一个规定人们行动方向的重大要素。但驱使人们行动的又不仅仅是“兴趣”。兴趣的有无决定人们自然的志向，但人们同时又有追求“应有姿态”的倾向。人的一生应怎样度过？人生的目标、理想、追求的不同也改变着人们的行动方向。

德国心理学家舒普兰格根据不同的价值观决定不同的人生方式，将 6 种代表性职业者的类型做了如下分类。

(1) 理论型——从对真理的探求中得到价值。例如学者。

(2) 经济型——从对利益的追求中感受到价值。例如实业家。

(3) 审美型——通过对美的追求感受到价值。例如艺术家。

(4) 权力型——通过掌握权力从统治中感受到价值。例如政治家。

(5) 社会型——从爱与奉献中感受到人生价值。例如社会活动家。

(6) 宗教型——通过对神的皈依与献身感受价值。例如宗教家。

并非每个人一定只属于一种类型。在现实生活中，实际都属于一种混和型。譬如，有的理论型的人却有着强烈的宗教信仰；社会型的人也有对政治抱有极大关心的。只是每个人身上各种类型的价值观所占的比重不同，所以表现出形形

色色的“个人差别”。

我们应该认真地搞清楚自己有怎样的价值观，据此决定自己的努力方向。即使不从“价值观”之类的大问题上考虑，通常在大学升学、或考虑就职的年龄时，人们也就已经有了生活信条。每个人选择的学校、专业或行业能否与自己的生活信条相吻合，与素质有着很大的关系。

你有什么样的性格？

“从对利益的追求中得到价值”的人在金钱上得到满足，为此广聚钱财。“从对真理的探求中得到价值”的人则努力使自己的成就得到社会公认，从而获得名誉与声望。“通过掌握权力从统治中感受到价值”的人则竭力在社会上追求最高的地位。所有那些所谓的事业上获得成功的人，尽管他们成功的意义各不相同，但有一点是共同的，那就是他们都在各自追求的方向上实现了追求的目标，从而实现“按照自己的方式生活”。

自己的性格，是了解自己的素质并把握它的重要因素之一。

最流行的性格分类法恐怕要数瑞士精神病理学家荣格首先发表的外向型、内向型学说了。

荣格说，“外向型的人在面临重大决定或行动时大多不根据自己的意见行事，而为客观条件所左右；而内向型的人则多不顾客观状况，完全根据主观因素决定自己的方向”。

他列举以下两个例子加以说明：

“外向型的人根据现有的经验判断，以只好如此为由向现

实妥协、屈服。”

“内向型人即使有上千次经验告诉他这是枉然的，他也总是固执地认为第一千零一次或许是成功的。”

当然，无论是外向型的人还是内向型的人都有形形色色的性格倾向，而且也不可能有纯粹的外向型或内向型的人。有很多都是混和型，而且还有程度之差。所以，大可不必担心自己是外向型或内向型而烦恼。一种性格有时根据不同的解释既是长处也是短处。比如“消极的”显然是一种缺点，但“慎重”、“考虑好再行动”则又是一种优点。这完全取决于看问题的角度。

只要我们能够扬长避短，化短处为长处，也就是说，认真地按“自己的方式”生活，那么一定会打通前进道路的。

即使是同样的性格倾向，有时是否成熟也决定素质的变化。性格成熟的人，能够身处逆境而百折不回。因为他判断准确，自制力强，能认清形势，体察他人的利害。现代青少年最欠缺的，就是这样一种“成熟的性格”。

你具有怎样的能力？

一提到“能力”，人们都会联想到“智力”。其实，社会生活中所要求的能力是极为丰富多彩的，智力并不能完全概括之。

很多人深信事业的成功离不开较高的智力水平。特别是在看重学力与资历的社会里，人们会简单地认为智力水平就是决定性的条件了。但是，智力水平毕竟只是反映人们在学业或学问性业务上能否成功的能力，在与学问性业务关系不

大的活动或行业中，它就不是那么绝对的了。在有一些行业里，事业能否成功与智力以外的特殊能力、性格、兴趣等有着密切的关系。

尽管如此，当我们认为素质是“完成某一特定活动所必须具备的潜在能力”，或是“对特定的职业或职业群成功率的预见的能力”时，智力的水平与智力的质量又是非常重要的。智力水平高，则理解力、判断力亦强，并有较好的适应能力。因此智力水平与事业的成功在许多方面密切相关。当人们来到现实社会中找到一份工作时，智力水平高的人会显示出什么样的特点呢？让我们来看一下：

(1) 能够明智地选择职业

智力水平超群者，对自己的能力、职业的必要条件也能够正确、出色地做出判断。

(2) 有更多更好的就业机会

多数企业，越是在不景气的时候，越搞学力考试，重视学业成绩证明，根据成绩单上“优”的多少选拔申请者。近来企业有重视活力、协调性、责任感、有魅力的个性等倾向，但在相同条件下还是要择“优”录用。

(3) 在职业教育、职业训练上获得成功

一旦为公司录用，通常新进公司的职员都要受一番技能性、技术性、专业性的职业教育和职业训练。这时，倘能修完更高水平的课程，获得优异的成绩，则会倍受上司的青睐。课程难度越大、越要求较高的智力水平。职业教育和职业训练中有许多“学问”性因素，因此智力水平是很重要的一张牌。

(4) 能够掌握特殊的业务

在专业化、技术化的领域内，要求较高智能的职业、业务，需要与之相适合的智力水平。否则，是没有指望获得成功的。

(5) 有机会从事高级职业

在现代社会里，越是社会、经济地位高的专业性职业，越要求具有包括创造力与统率力在内的高水平智能。所以，智力水平高的人往往更有机会从事这类职业。

(1)～(5)所列举的高智力者的特点也适用于升学考试。“明智地选择职业”与“明智地选择专业方向、学校、系”是毫不矛盾的。其他各项也是这样。

无论怎样有较高智力水平的人，都有一个个人奋斗的极限。因此重要的问题在于如何与周围的人交往，保持与他人的和睦关系。与他人关系融洽的首要条件是“从对方的角度考虑问题”。

那么，如何才能“从对方的角度考虑问题”呢？

有这样两个术语：“感情移入”与“共鸣”。两者不无相似，但也有微妙的差别：“共鸣”指赞成别人的意见，与之口径一致。而感情移入则是理解别人的感情、要求、烦恼。两者均是与人交往时获得成功的重要手段，但后者的成功率往往更高，意义更深刻。

这是因为互相共鸣的人虽然关系很好但却相对独立。而感情移入则是这样一种状态：双方各自站在对方立场上，对事物有着相同的观点与看法。

若想通过感情移入与对方一体化，则须善意地观察对方，与之交谈，深入了解对方，设想对方的各种可能性，直至最后达到与对方思想一致。当你努力理解、喜爱对方，越来越

多地关心对方时，对方也就自然会喜欢你，对你抱有好感，最后两人一拍即合，感情移入也就完成了。

若想使超群的智能为人们所公认，在集体中发挥作用，则须有从周围人的角度看问题的“心”。如果没有能够使众人倾倒的魅力，智能也就无从发挥了。

所以人的魅力也是一种重要的能力。企业之所以重视“面试”、就是因为单凭笔试或学业成绩、得“优”多少是无法判断一个人的为人的。人的魅力又与素质不无关系。几乎所有成功者都在职业生活中把日常的为人看得最为重要。

你是否身心健康？

有时，两个能力几乎相同的人，尽管在同样时间内从事同样内容的工作或学习，从事的方法也完全相同，但结果却大相径庭。这是因为人的精力状况不同的缘故。

不少人主张，成功的首要因素即非对工作是否喜好，也非能力是否超群，而是有没有对所从事的工作与学习全力以赴、一干到底的决心与精力。精力决定事情的成败。

诸如想被人们承认，想确保人身安全，想获得权力，想完成工作，从中感受到满足，想在与别人的竞争中获胜，满足自尊心等，人们一旦有了切实追求的目标，便会以坚决、顽强的态度去从事工作、学习。因为这时人们精力充沛。但有时尽管目标明确却怎么也唤不起精力。这时就是身心健康受到了损害。

在日常工作中，体力、身体的耐力也与智力水平、性格、兴趣等一样，是成功的关键所在。疾病或体力不足，削弱着

一个人具有的其他特性。病态的身体和体力不足等都会导致精神的不安定。于是出现各种症状：精力减退，丧失幸福感，消沉，易怒，神经过敏，心事重重，烦闷不安，情绪不稳，丧失耐力，陷入挫折感而不易恢复。

身体的健康受到损害一定会有在身体的某一部分出现异常反应，因而容易找到病因。而精神世界是否健康则难以通过观察或交谈来判断。一般这类症状自己难以察觉。精神的健康与否是非常不容易准确判断的，如果不找专家诊断将会是很危险的。不过从日常的言谈举止是可以在一定程度上推断一个人精神状态的倾向性的。精神一旦陷入病态会呈现出如下的性格特征：语言与行动丧失一贯性，对事物固执己见，丧失柔软性与顺应性，难以控制自己的欲望与冲动，不按社会的规则与常识生活，丧失积极性与独创性，性格失去稳定性与完美性，缺乏统一性。

身心的健康与特长也是有着密切联系的。因为健康状态的好坏导致精力、活力的情况大不相同。

找到打开成功之门的钥匙

各种各样的心理检查是了解自我的一种行之有效的科学手段。了解自我的心理检查有许许多多，这里举几个代表性实例来说明心理检查的各种机能。了解了这些机能，我们就可以利用这些手段来了解自我。

(1) 预见（预诊）

所谓预见，就是通过现在的状态预想将来的事情。比如