

愿你找到 理想的职业

——职业介绍与素质测定

中学生文库

SHENG WENKU



上海教育出版社

C913.2
3284

中学生文库



ZHONGXUESHENG WENKU

愿你找到理想的职业

——职业介绍与素质测定

潘益大 堵根生 殷 雷 编

上海教育出版社

责任编辑 黄疆华
封面设计 范一幸

中学生文库 愿你找到理想的职业

——职业介绍与素质测定

潘益大 堵根生 殷雷 编

上海教育出版社出版发行

(上海永福路123号)

各地新华书店经销 上海市崇明印刷厂印刷

开本 787×1092 1/32 印张 4 插页 2 字数 75,000

1989年5月第1版 1989年5月第1次印刷

印数 1—8,100 本

ISBN 7-5320-1174-7/G·1145 定价: 1.10元



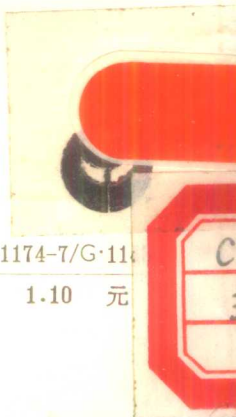
112803

C913.2
3284

ZHONGXUESHENG WENKU

ISBN 7-5320-1174-7/G·11

定 价： 1.10 元



目 录

上 篇

一、选择也是科学·····	3
二、职业兴趣的自我评定·····	6
[附录] 职业兴趣自我评 定量表·····	11
三、职业能力倾向的自我评定·····	27
[附录] 职业能力倾向自 我评定量表·····	30
四、职业气质的自我评定·····	44
[附录] 职业气质自我评 定量表·····	47
五、职业生理、心理性障碍的 自我检查·····	55
六、利用家庭优势·····	60
七、确立多次就业的思想准备·····	63



下 篇

八、财政、金融、保险工作人员·····	67
九、工商、海关管理工作人员·····	72
十、生活服务人员·····	74
十一、商业工作人员·····	77
十二、文教、科研工作人员·····	80
十三、医务工作人员·····	83
十四、行政、法律工作人员·····	86
十五、交通运输人员·····	90
十六、港务工作人员·····	95
十七、邮电通讯工作人员·····	98
十八、轻工、手工业人员·····	101
十九、纺织工业人员·····	104
二十、机电工业人员·····	107
二十一、化学工业人员·····	109

二十二、电子、仪表工业人员	111
二十三、冶金工业人员	113
二十四、城市建设人员	116
二十五、农、林、牧、副、渔业工 作人员	118

附录

一、普通中等专业学校招生体 检标准执行细则(供参考)	121
二、中等专业学校有某些疾 病体征或生理缺陷者专业限 报索引(供参考)	123

一、选择也是科学

中学生朝气蓬勃，充满理想。他们在选择未来职业时，总是豪情勃发，信心百倍。这自然是好事。但是，一个人的职业选择得好不好，并不取决于个人良好的主观愿望。如果完全脱离实际，只凭良好愿望行事，那就可能事与愿违，因一时的失误而后悔莫及。

有一个中学生，初二时立志搞文学创作，到初三陷入狂热，放弃了其他功课的学习，结果通过补考才勉强毕业，高中也未考上。待业期间，他不愿选择一个稳定的职业，而仍整天埋头写作，想当举世闻名的大作家。可看一看他写的那些从报刊杂志退回来的作品，不但基本构思不行，而且错别字连篇，到处是病句。当然，这个学生以后不一定成不了作家，但从他眼前的情况来看，试图选择文学创作作为自己的终身职业，是否有点不太明智呢？

这样不明智的做法很典型地反映了一些中学生在职业选择时存在的好高骛远的思想。所谓好高骛远，就是分析、判断问题没有坚持“实事求是，量力而行”的科学原则，许多

想法脱离实际，结果在择业决策时就常常碰壁，无法取得理想的效果。怎样克服这个弊病呢？这里有条十分重要。

一是不要期望过高。有些学生常常把自己感兴趣的职业理想化，甚至主观地加上许多浪漫的色彩，对自己从事这类职业活动的能力期望过高。这是导致他们择业决策失误的一个重要原因。世上的职业门类真是不可胜数，其中有不少吸引人的职业，比如新闻记者、电脑专家、电器工程师、超级电影明星等等。但是，并不是每个人都能步入这些职业领域的。排除这些职业本身是否需要这个因素以外，还要看我们个人的实际才能（包括知识水平、专业特长、兴趣爱好、工作能力等等）是否适应。如果你数、理、化学得很差而一心想去搞电脑，或者根本没有演戏才能而渴望去当演员，这岂不是有点脱离实际，想入非非吗？为此，在选择未来职业时必须先估量一下自己的实际水平，仔细权衡自己究竟适宜于从事什么职业，这样才不至于在受挫时失望。

二是不宜赶时髦，随大流，盲目选择。近来，各地特别是一些沿海开放城市，中外合资的饭店、宾馆越来越多，在那里工作工资高，待遇好，因此吸引了许多中学生报考。但是，前两年进去工作的学生，现在有的已开始后悔，纷纷辞职。这是为什么呢？主要原因就在于他们当初没有认真考虑自己对这一职业的适应性，而过多地考虑了职业本身的热门性。其实，当服务员既不合他们的兴趣，又非他们的特长，这样日子一长，加上工作紧张劳累，尽管待遇不错，终究不愿久留。

我们主张选择职业要量力而行，但如果你确实在某方面有专长、才能，适宜于干某些特殊职业，那也不要妄自菲薄，不敢大胆去选择，而要拿出你的魄力和胆略去竞争。否则，错过良好的机会，造成才能的自我埋没，也是十分可惜的。

那末，“量力而行”的具体内容指什么？这里的“力”，当然不是简单地指力气大小，还包括一个人的职业兴趣、职业气质、职业能力和职业性格等心理因素。这些就是本书第一部分要重点介绍的内容。

二、职业兴趣的自我评定

每一个学生都希望将来能从事适合自己兴趣的工作，这就涉及到职业兴趣的问题。什么叫职业兴趣？职业兴趣就是人们力求认识和爱好某种职业活动的倾向。它是人们在特定的职业上取得成绩的主要动力。职业兴趣不是生来就有的。它是在一定的生活条件下形成和发展起来的，并随着生活条件和教育条件的变化而发展。

怎样才能了解个人的职业兴趣呢？这就需要运用心理测验的手段对个人的职业兴趣进行科学的测量和评定。国外的心理学家通过科学的实验研究，编制了各种职业兴趣测量表，用以测量人们的职业兴趣。当然，要完全正确地了解一个人的职业兴趣所在，仅仅使用测量表是不够的，还应当结合其他各种方法，如观察法、调查法、谈话法等。运用职业兴趣测量表，则是了解人们职业兴趣的一种简单易行的方法，尤其适用于职业兴趣的自我评定。目前，在我国普通中学职业指导活动中常用的、比较典型的职业兴趣量表，是根据美国著名心理学家、职业指导专家霍兰编制的“自我

指导探索”所改编的各种样本。

要对职业兴趣进行测定，首先必须对职业兴趣加以分类。在职业指导中经常采用的职业兴趣分类的方法，是霍兰创造的“人格类型法”。霍兰认为，人的个性，也就是人格，具有不同的类型，而社会上也相应地存在着不同的职业类型。具有某一类型人格的人，必然会对相应类型的职业发生兴趣。根据这一假说，霍兰及其助手在几十年间经过100多次大规模的实验研究，终于形成了人格类型与职业类型的学说。霍兰把人的人格划分为6种类型，相应地把所有的职业也列为6种类型，即现实型、调查型、艺术型、社会型、企业型和传统型(见表1)。

表 1 职业兴趣分类图

代 号	职业类型	说 明
R	现实型	指技能性、技术性和一些服务性职业
I	调查型	指科学性、技术性职业
A	艺术型	指艺术、音乐、文学性职业
S	社会型	指教育性和社会福利性职业
E	企业型	指经营管理和销售性职业
C	传统型	指办公室和财务方面的职业

霍兰详细地描述了各种人格类型的特点及其感兴趣的相应类型的职业。

现实型的人喜欢有顺序的、有规则的具体劳动和需要基本技能的工作。这类人往往缺乏社交能力。现实型的职

业主要包括：1.技能性职业，如管子工、电工、机械工和农民等；2.技术性职业，如摄影师、飞机修理工、制图员和某些维修职业等。

调查型的人喜欢智力的、抽象的、分析的、推理的和独立的定向任务。这类人往往缺乏领导能力。调查型的职业主要包括：1.科学性职业，如数学、物理学、化学、生物学等自然科学研究者等；2.技术性职业，如图书馆技师、计算机程序编制者、电子学工作者等。

艺术型的人喜欢通过艺术作品来达到自我表现，这类人爱想象，感情丰富，不顺从，有创造性，而且能自我反省。但他们往往缺乏办事员的能力。艺术型的职业主要包括：1.艺术方面的职业，如雕刻家、艺术家和设计师等；2.音乐方面的职业，如音乐教师、管理乐队的指挥等；3.文学方面的职业，如编辑、作家和文艺评论家等。

社会型的人喜欢社会交往、出席社交聚会，关心社会问题，愿意为社团工作，对教育活动感兴趣。这类人往往缺乏操作机械的能力。社会型的职业包括：1.教育性职业，如教师、教育行政人员、大学教授等；2.社会福利性职业，如社会工作者、社会学家和护士等。

企业型的人性格外向，爱冒险活动，喜欢担任领导角色，具有支配、劝说和运用语言技能的工作定向。这类人往往缺乏科学研究能力。企业型的职业主要包括：1.管理性职业，如企业管理人员和商业主任等；2.销售性职业，如产品销售员和人寿保险员等。

传统型的人喜欢系统的和有条理的工作，这类人具有讲求实际、自我控制、友善等特点，但他们一般相当保守。传统型的职业主要包括：1. 办公室方面的职业，如办公室人员、接待员、计事员、文件档案管理员、秘书和打字员等；2. 财务方面的职业，如会计、出纳员、记账员等。

霍兰认为，人们的职业兴趣类型无好坏之分，只是在人们的人格类型与职业类型之间存在着一致、相近、中性和排斥4种关系。霍兰在实验中发现，尽管人们的人格可以主要地划归为某一种类型，但人们有着广泛的适应能力，所以每个人的人格类型在某种程度上都与另外几种人格类型相近或处于中性关系（即处于相近和排斥之间），而同时又都有一种相排斥的人格类型。当人格类型与职业类型一致时，人们就能圆满地适应其职业，提高工作的效率；当人格类型与职业类型相近或处于中性关系时，人们也能适应其职业，胜任工作；当人格类型与职业类型排斥时，人们就会不适应其职业，从而影响工作。霍兰曾用六边形图简明地描述了6种人格类型之间的关系（见图1）。

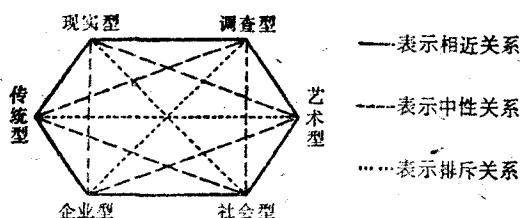


图 1 6种人格类型关系图

根据职业兴趣的划分，霍兰编制了一套职业兴趣自测量表——“自我指导探索”。该表以自我测量为主要形式，整个测量过程都由学生自己进行。现以根据霍兰的“自我指导探索”改编的“职业兴趣自我评定量表”（见附录）为例，介绍职业兴趣自我评定的具体步骤。

该表由“职业人格类型测定量表”和“职业索引——职业兴趣代号与其相应的职业对照表”两部分组成。首先，学生通过“职业人格类型测定量表”来确定与自己兴趣相符的3种职业类型，一般类型代号用R、I、A、S、E、C中的3个字母表示，并按兴趣程度依次排列，构成职业兴趣代号。如职业兴趣代号为RIA，则表示学生对与现实型(R)相对应的职业最感兴趣，其人格类型也可能就是现实型的；其次感兴趣的是与调查型(I)相对应的职业；再次感兴趣的是与艺术型(A)相对应的职业。学生在确定了自己的职业兴趣代号后，再查阅“职业索引——职业兴趣代号与其相应的职业对照表”，就可以按照表中相应的编号找出与自己的兴趣一致的具体职业。例如你的职业兴趣代号是IAS，那么职业索引表中以IAS编号的职业就是适合你兴趣的职业。如果由于某些原因，你不可能从事或者不愿意从事IAS编号的职业，那么你还可以寻找凡包含IAS这3个代号的其他编号的职业，如AIS、ASI、ISA、SIA、SAI等编号的职业。这些职业也能适合你的兴趣。

[附录] 职业兴趣自我评定量表^①

I. 职业人格类型测定量表

(一) 活动

下面是一系列的活动,对于每一项活动,如果你喜欢的
话,则在“喜欢”一栏中打个“√”;如果你不喜欢的话,则在
不喜欢的一栏中打个“√”。

1. 现实型活动

活动	喜欢	不喜欢
电器维修	()	()
汽车修理	()	()
木工	()	()
驾驶汽车	()	()
使用金工工具(如榔头、钳子等)	()	()
摆弄收音机、自行车等	()	()
操纵机器	()	()
学习机械制图	()	()
合计(次数)	()	()

2. 调查型活动

活动	喜欢	不喜欢
阅读自然科学的书籍和杂志	()	()

^① 此量表系华东师大教科所张伟远改编。

实验室工作	()	()
自然科学的研究工作	()	()
化学实验	()	()
做数学难题	()	()
学习物理课	()	()
学习几何课	()	()
学习生物课	()	()

合计(次数)	()	()
--------	-----	-----

3. 艺术型活动

活动	喜欢	不喜欢
绘画(诸如素描、写生、画像等)	()	()
阅读剧本和听歌剧	()	()
设计家具或住房	()	()
弹奏乐器	()	()
听音乐会	()	()
阅读通俗小说、诗歌	()	()
写作	()	()
学习美术课程	()	()

合计(次数)	()	()
--------	-----	-----

4. 社会型活动

活动	喜欢	不喜欢
与朋友通信	()	()