

性格气质与

大学专业选择

——高中生必读

XINGGEQIZHI 主编 崔丽娟

YU DAXUE ZHUANYE XUANZE



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

性格气质与大学专业选择

XINGGE QIZHI YU DAXUE ZHUANYE XUANZE

—— **高中生必读**

GAOZHONGSHENG BIDU

主 编 崔丽娟

副主编 马会先 时志宏



人 民 军 医 出 版 社

People's Military Medical Press

北 京

图书在版编目(CIP)数据

性格气质与大学专业选择 - 高中生必读 / 崔丽娟主编. - 北京:人民军医出版社,2006.4

ISBN 7-5091-0174-3

I. 性... II. 崔... III. ①中学生 - 人格心理学 - 基本知识②高等学校 - 专业 - 选择 - 基本知识 IV. ①B844.2②G647.32

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 001691 号

策划编辑:赵晶辉 文字编辑:翟建中 责任审读:黄栩兵

出版人:齐学进

出版发行:人民军医出版社

经销:新华书店

通信地址:北京市 100036 信箱 188 分箱 邮编:100036

电话:(010)66882586(发行部) 51927290(总编室)

传真:(010)68222916(发行部) 66882583(办公室)

网址:www.pmmp.com.cn

印刷:北京天宇星印刷厂

装订:京兰装订有限公司

开本:710mm × 1010mm 1 / 16

印张:11.75

字数:167 千字

版、印次:2006 年 4 月第 1 版第 1 次印刷

印数:0001~5000

定价:28.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书,凡有缺、倒、脱页者,本社负责调换

电话:(010)66882585、51927252

崔丽娟，女，1965年出生，华东师范大学教育科学学院副院长，应用心理学副教授，基础心理学博士，中国心理学会社会心理学专业委员会理事，上海市社会心理学会副秘书长、常务理事，上海市老年心理学专业委员会主任。作为负责人，先后主持了教育部人文社会科学研究“十五”项目“互联网对青少年社会性发展的影响”，上海市哲学社会科学规划课题“青少年网络成瘾的预防与干预策略研究”，还有“高考专业选择测评系统研制”等近十项研究课题。编著出版了《当你十四岁初萌时》、《心理学是什么》、《中学生心理健康教育丛书——探秘花季心灵》等近20本心理学著作，其中《心理学是什么》2003年12月获第八届全国优秀青年读物一等奖、第六届国家图书奖提名奖。

内 容 提 要

本书重点介绍了职业生涯的起点对于人生的重大意义,个人兴趣、能力、气质、性格特征或类型与专业、职业选择的关系,以及专业、职业选择程序,各学科专业的特征。读者可根据作者介绍的方法进行自我心理测评,以帮助判断、选择适合自己的专业或职业。本书对在校高中生、大学生选择专业和选择职业有很好的指导作用,适于高中生、大学生及学生家长阅读参考。

责任编辑 赵晶辉 翟建中

Nei Rong Ti Yao

前言

Qian Yan

合适你的就是你最好的职业生涯规划

——我喜欢、我擅长、我适合

一个人的一生可以划分为婴儿期、学前期、学龄期、青春期、成人期、老年期等不同的生命阶段。而职业对一生幸福与否、感受有价值与否、完满与否,起着非常关键,甚至是决定性的作用。因为职业,是个体立足社会,发展自己,奉献社会,实现社会价值的重要前提。所以,职业生涯规划越来越受到人们的关注,而且,职业生涯规划应该从专业学习开始。

“有志之人立长志,无志之人长立志”。人的一生,常常因有没有长远规划而不同,对于生活在充满竞争和强烈要求自我实现的今日的高中生来说尤为如此。

2003年2月,《北京青年报》和教育机构对部分在校大学生做了一次联合调查,结果有超过1/3的被访大学生在“假如我进大学后还能重新选择专业”的假设下,愿意重新选择专业;有不足1/3的被访大学生当初在高考填报志愿时对自己选择的专业有所了解;当专业与个人兴趣发生冲突时只有1/3的人能够积极适应环境。

由此使我们看到,有超过70%的在校大学生当年是在“懵懂”的状态下,填报了那将影响其一生发展的专业。对于他们中的许多人来说,将在焦虑和挫折感中完成自己的学业然后去从事自己并不适合的职业。对整个社会来说,这是教育资源的浪费,而对个人来说,无疑是生命的浪费。

在西方发达国家的普通中小学里,普遍设有就业指导咨询的课程和教师,各科教学也渗透着与就业有关的内容,让学生从小就对自己今后将要从事的学习、研究和职业生涯有所了解。比如,在美国,每个人从出生到大学毕业,都要参加几十次各类的心理测验。在美国,100%的中学生至少接受过一

次由教育考试服务社(ETS)开发的 SIGI 和美国大学考试中心(ACT)开发的 Discover 这样的职业测验。在日本,仅仅由专业人才服务公司 RECRUIT 开发的职业生涯评估系统去年一年就接待了 20 万中学生的测试。

需要特别指出的是,每个人都希望选一个最好的专业、最好的职业,而在我们的专业、职业选择中没有最好,因为对任何一个个体来说,合适自己的就是最好的,即符合自己的兴趣——“我喜欢”、适合自己的气质与性格——“我适合”、匹配自己的能力——“我擅长”,这就是最好的职业规划。本书也正是想在此助你一臂之力。

选择适合自身优势、符合自己特点的专业,在本质上其实是一种扬长避短。对于每个人来说,改善不足之处,对一个人的全面发展固然很重要,但是成功的捷径不在于改善不足,而是发挥长处。了解自己的优势和劣势,扬长避短是一个人成功的关键。尤其对于我们处在发展关键阶段的高中生朋友,了解自己,把握自己,为自己未来的发展方向进行一个较好的定位将有助于减少未来的挫折,顺利走出一条最适合自己的成功之路。

专业选择是职业生涯的起点,也是一个复杂的过程。我们真诚地希望这本书能给你的个人发展提供科学的参考意见。使你的选择更理智、更有利于你今后的发展。

成功的未来需要选择。

明天的成功是今天理性选择的结果。

真诚地祝愿每一位同学都能做好这一抉择,在未来的人生大道上一路走好!

崔丽娟
华东师范大学
2006 年 2 月

目 录

CONTENTS

第1章 赢在职业生涯的起点 1

第一节 职业生涯规划与人生 1

一、职业是人生的保障和寄托 /1

二、不同的职业意味不同的人生 /2

第二节 专业选择是职业生涯规划的前奏与序曲 7

一、今天的专业是明天的饭碗 /7

二、错选专业是人生的一大遗憾 /8

第三节 高中生专业选择误区 9

一、专业选择的困惑 /9

二、专业选择的误区 /11

第2章 认识职业与职业选择 25

第一节 认识职业 25

一、职业 /26

二、职业分类 /32

三、职业不等于工作 /36

第二节 职业选择理论 38

一、特质与因素匹配理论 /38

二、人格类型与职业匹配理论 /39

三、职业发展理论 /43

四、职业与专业的关系	45
第3章 选我所爱——兴趣与专业选择	47
第一节 感兴趣的课程与职业选择	48
一、普通高中的课程设置	48
二、选课要避免盲目性	48
第二节 职业兴趣类型与相应职业	50
一、席特尔的职业兴趣分类(美国)	50
二、英国职业顾问处的职业兴趣分类	51
三、加拿大雇用和移民局的职业兴趣分类	51
第三节 兴趣的培养	52
一、兴趣的定义	52
二、兴趣的发展和培养	54
第4章 气质类型与专业选择	63
第一节 什么是气质	64
一、气质的定义	64
二、气质的类型	65
三、气质的特性	66
第二节 职业气质	67
一、多血质人的工作特点及适合的职业	68
二、胆汁质人的工作特点及适合的职业	68
三、黏液质人的工作特点及适合的职业	69
四、抑郁质人的工作特点及适合的职业	69
第三节 气质类型与相应职业	70
一、多血质人的职业选择	70
二、胆汁质人的职业选择	72
三、黏液质人的职业选择	73
四、抑郁质人的职业选择	75
第四节 气质对求职择业的影响	76
一、气质与职业适应性	76
二、气质与心理保健	77
三、气质的差异趋势与职业	78

第5章 性格类型与专业选择	83
第一节 性格对专业学习和职业生涯的影响	84
一、性格之于职业 /84	
二、性格之于专业 /84	
第二节 性格与职业匹配	85
一、霍兰德的性格与职业匹配理论 /85	
二、我国的性格与职业匹配理论 /87	
第三节 性格与专业匹配	89
第四节 良好性格的塑造	98
第6章 选我所长——能力与专业选择	99
第一节 尺有所短,寸有所长	99
一、认识能力 /99	
二、他们的成功与失败 /100	
三、了解优势,扬长避短 /101	
第二节 能力倾向与相应职业	103
一、能力倾向与职业的关系 /103	
二、认识不同的能力倾向 /106	
三、看看你的能力倾向 /110	
第7章 专业选择的程序	115
一、认识自己 /115	
二、了解专业 /117	
三、分析哪个专业与我的特点最相配 /121	
第8章 职业潜能与职业能力要求	123
一、六种职业潜能	123
二、职业与职业能力要求	125
第9章 个性、能力与专业、职业选择	134
一、“我适合”——性格与专业、职业的匹配 /134	
二、“我擅长”——能力与职业的匹配 /168	

第1章 赢在职业生涯的起点

今天,我国的高等教育仍基本是专业教育,社会对人才的选拔,也基本采用专业与学历相结合的模式,学生一旦进入专业学习后,其日后的职业选择范围也随之基本确定。因此,从某种角度说,大学专业的选择,就是一个人职业生涯的起点,是职业生涯规划的前奏和序曲。但遗憾的是,众多调查数据显示,每年都有许多学生进入大学专业学习后不久,就发现自己选错了专业。

本章集众专家对大学专业选择误区的分析及个案研究,希望你能从中吸取教训,聆听专家们的忠告,从而赢在职业生涯的起点,选择更切合自己职业规划的大学专业。



第一节 职业生涯规划与人生

一、职业是人生的保障和寄托

“你是做什么的？”

这是一个再常见不过的问题。

在实际生活中,职业具体体现为工作。我们从事某一职业,寻找一份工作,事实上就是在找个饭碗。工作对于人们的重要性是不言而喻的。

工作中寄托了很多人的理想。比如说,一个祈望救死扶伤、

减轻别人的痛苦的人,可能会选择医生作为职业;一个心怀国家民族的人,可能会把成为政治家作为自己奋斗的目标;一个希望用自己的思想影响社会的人,可能会选择当一名学者作为努力方向……在他们看来,工作的成功,意味着理想的实现。

但是,对很多人来说,工作只是一种谋生的手段。也就是说,之所以工作,只是因为工作可以挣钱,如果有了足够的钱,可以去那些最好玩的地方去玩,“无所事事”也许就成为对这一时刻的最好描述。

事实果真如此吗?当然不是。一个最明显的例子是:世界上最有钱的那些人,比如比尔·盖茨,比如李嘉诚,他们所积累的财富,自己一生都享用不尽。那么,他们为什么还要努力地工作呢?他们的行动早已证明,即使能保证华服美食,人们通常也不会放弃工作。

正如一位富人所说的那样,金钱累积到了一定程度时,它就只是数字了,就不再诱人了。显然,工作并非只是挣钱的方式,它有更多、更重要的意义。

美国心理学家马斯洛认为,人类的需要是分层次的。它们是:生理的需要、安全的需要、社交的需要、尊重的需要、自我实现的需要。

自我实现的需要是最高层次的需要。在完成与自己能力相称的工作中,充分地发挥自己的潜在能力,成为自己所期望的人物,这种自我表现的需要是一种创造的需要。

有自我实现需要的人,常把工作当成一种创造活动,当作实现自我价值和抱负的方式。虽然不少人不是因为热情、不是为了实现自我价值而工作的,但是工作给予的远不只是金钱,工作同时越来越成为人们生活的保障和寄托。

二、不同的职业意味不同的人生

由于时间和精力有限,多数人一生中只能进入几个行业从事有限的工作,从中谋求成功。在这样的情况下,选择和涉入何种行业就显得非常重要,这往往关系到你的自我价值的体现。

就职业本身来说,应该无所谓好坏,但人们总是认为不同的职业意味着不同的人生。以从同一所学校、同一专业、同一个班级毕业的人为例,如果他们之后从事的是同一个职业,那么五六年之后,差别一般不会太大;如果从事的是不同的职业,那么五六年之后,他们的差别可





能会很大。你可以从那些毕业五六年后的大学同学聚会上清清楚楚地分辨出来。

原因何在？

首先，不同的职业的确意味着不同的发展机会。

一般来说，各种职业的发展机会是各不相同的，各个行业的发展机会也是不一样的。有的机会多，有的机会少，有的甚至没有。当人们蜂拥而入某些热门行业时，与之相应的是个人的发展机会仍然是有的多，有的少，有的可能仅仅只是维持甚至面临失业。面临这样的局面，多数毕业生依然希望自己能进入一个发展机会多的行业，不愿意选择那些看起来发展机会不多或者很少的行业。事实上靠运气随波逐流是没法挤进那些发展迅猛的行业的，至少会很无把握。那么，解决的办法就是对自己的职业进行规划。进行了职业规划，进入有发展前景的行业的可能性就会大大增加。

不同的职业意味着不同的发展空间。

比如说，一个从事销售职业的人和一个从事教师职业的人，他们面临的发展空间会有很大不同。一般来说，如果他们一直没有转换职业，那么，前者发展的空间比后者大。这是因为，一个从事销售的人所面对的市场空间一般是巨大的，甚至可以说是“无限”的。而一个从事



教师职业的人所面对的“市场”(学生),相对来说会小得多。需要着重指出的是,这里的发展空间,不是指“作用”,也不是指“重要性”,而是指发展的可能范围。不同的发展范围,意味着不同的可能发展程度。

不同的工作意味着不同的生活状态。

在中国,一份教师的工作可能意味着稳定却较低的收入,而一名广告人的工作可能意味着不稳定却较高的收入;一名企业家的工作可能是被人羡慕和繁忙的,而一名官员的工作则可能意味着权力和压力。职业和生活状态紧密相联。

成功的人生离不开规划

不同的职业是不同的饭碗,也是不同的人生路。当职业已成为生活的中心和使命之所系时,早做职业规划,确定和修整职业规划,是人生成功的基石。

下面的小故事,或许可以帮助你走出目前的困境。



1976年的冬天,当时我19岁,在休斯顿(Houston)太空总署工作,同时也在邻近的休斯顿大学主修计算机。整日忙于学校、寝室与工作室之间,但只要有多余的一分钟,我总是会把所有的精力放在我的音乐创作上。我知道写歌词不是我的专长,所以在这段日子里,我处处寻找一位善写歌词的搭档,与我一起合力创作。我认识了一位朋友,她的名字叫凡内芮(Valerie Johnson)。

自从20多年前离开德州后,就再也没听过她的消息,但是她却在我事业的起步时,给了我最大的鼓励。年仅19岁的凡内芮在德州的诗词比赛中,不知得过多少奖牌。她的作品总是让我爱不释手。当时我们的确合写了许多很好的作品,一直到今天,我仍然认为这些作品充满了特色与创意。一个星期六的周末,凡内芮又热情地邀请我到她家的牧场烤肉。她的家族是德州有名的石油大亨,拥有庞大的牧场。她的家庭虽然极为富有,但她的穿着、所开的车与她谦卑诚恳待人的态度,让我打从心底佩服她。凡内芮了解我对音乐的执着。面对美国陌

生的音乐界以及陌生的唱片市场,当时我们坐在德州牧场的天空下,盘算下一步该怎么走。

突然间,她冒出了一句话:Visualize what you are doing in 5 years? (想像你5年后在做什么?)我愣了一下。

她转过身来,手指着我说:“嘿!告诉我,你心目中最希望5年后的你在做什么,你那个时候的生活是一个什么样子?”

我还来不及回答,她又抢着说:“别急,你先仔细想想,完全想好,确定后再说出来。”

我沉思了几分钟,开始告诉她:“第一,5年后,我希望能有一张唱片在市场上,而这张唱片很受欢迎,可以得到许多人的肯定。第二,我住在一个音乐氛围浓郁的地方,能天天与一些世界一流的乐师一起工作。”

凡内芮说:“你确定了吗?”我慢慢稳稳地回答,而且拉了一个很长的“Yes!”

凡内芮接着说:“好,既然你确定了,我们就把这个目标倒算回来。”

“如果第5年,你有一张唱片在市场上,那么你的第4年一定是要跟一家唱片公司签上合约。”

“那么你的第3年一定是要有一个完整的作品,可以拿给很多很多的唱片公司听,对不对?”

“那么你的第2年,一定要有很棒的作品开始录音了。”

“那么你的第1年,就一定要把你所有要准备录音的作品全部编曲,排练就位准备好。”

“那么你的第6个月,就是要把那些没有完成的作品修饰好,然后让你自己可以逐一筛选。”

“那么你的第1个月就是要把目前这几首曲子完工。”

“那么你的第1个星期就是要先列出一个清单,排出哪些曲子需要修改,哪些需要完工。”



“好了,我们现在不就已经知道你下个星期一要做什么了吗?”凡内芮笑笑说。

“喔,对了。你还说你5年后,要生活在一个音乐氛围浓郁的地方,然后与许多一流的乐师一起忙着工作,对吗?”她急忙地补充说。“如果,你的第5年已经在与这些人一起工作,那么你的第4年照道理应该有自己的一个工作室或录音室。那么你的第3年,可能是先跟这个圈子里的人在一起工作。那么你的第2年,应该不是住在德州,而是已经住在纽约(New York)或是洛杉矶(Los Angeles)了。”

次年(1977年),我辞掉了令许多人羡慕的太空总署的工作,离开了休斯顿,搬到洛杉矶。说也奇怪:不敢说是恰好5年,但大约可说是第6年。1983年,我的唱片在亚洲开始畅销起来,我一天二十四小时几乎全都忙着与一些顶尖的音乐高手,日出日落地一起工作。每当我在困惑的时候,我会静下来问我自己:5年后你“最希望”看到你自己在做什么?

常对自己的未来进行规划,一个5年,两个5年……累计起来就是人生。

面临专业方向选择的高中生朋友,职业生涯规划并不只是这些。问问自己“我适合干什么”、“我喜欢干什么”、“我能干什么”。接下来的章节中我们会做细致的讨论。



第二节 专业选择是职业生涯规划的前奏与序曲

一、今天的专业是明天的饭碗

从某种意义上说,选择专业就是选择职业,选择未来。可以说,一个人的职业与他所学的专业有着直接的关系。专业虽然并不能决定你将来所从事的具体职业,却基本上界定了你未来职业的范围。

专业对一个人将来的就业和继续深造,对长远发展乃至人生道路,都有着极为重大的影响。正如俗话说:尺有所短,寸有所长,草鞋不可作箩筐。

一个内秀于中却拙于言谈交际的人,如果从事推销专业,可能会非常痛苦,再怎么努力可能也难有大的作为。而如果让他去从事研究或者创作,则可能大获成功。

著名科学家丁肇中的专业和职业选择就是很好的例证。他高中毕业会考成绩优异,被保送进了台南的成功大学机械工程系。在上了1年大学后,他发现物理学的广阔天地令他心旷神怡,这是自己最感兴趣的学科,就产生了转入物理学系的念头。他父亲知道这个想法后也很支持。于是,一个对世界物理学界具有重大意义的决定产生了:丁肇中正式转到物理学专业,不久又前往美国攻读物理专业的学位。经过十几年的刻苦学习和努力工作,获得了1976年的诺贝尔物理学奖。

近年来一部分高校在招生时不再直接分专业(在学生入学一段时间完成公共课程学习之后再定专业),但多数高校仍是按老办法招生的。尽管本科阶段所学专业并不能完全决定一个人将来就业、深造(如读研等)的取向,但所修专业基础总是这方面的重要参照。一个机械制造专业的毕业生去应聘会计类职业岗位,很难设想他会获得成功。所以,专业选择是职业生涯规划中一个非常重要的环节。

需要强调的是:专业选择与未来就业有关,但还不等于未来职业

