



霍兰德职业兴趣测试

报告组成

霍兰德职业兴趣评测

鱼

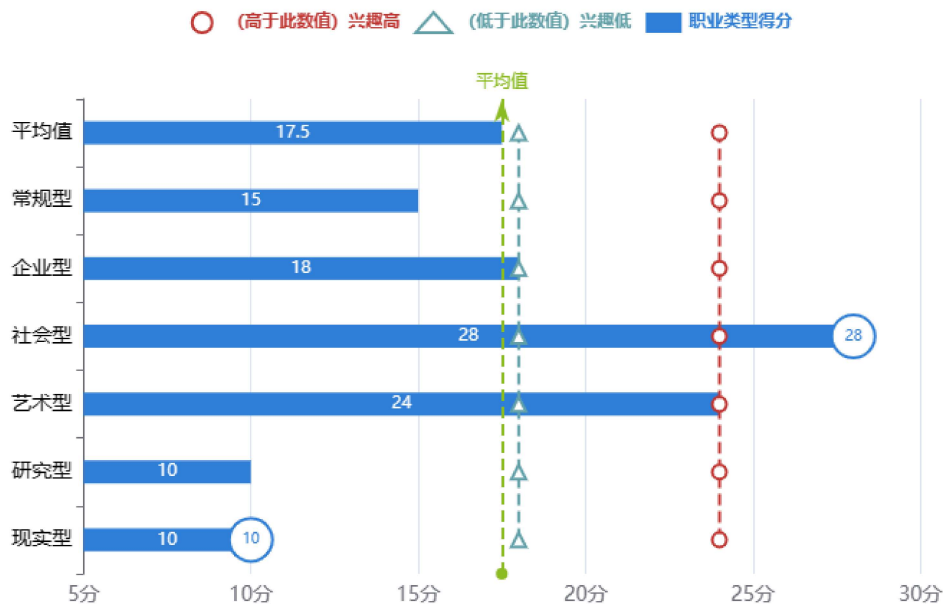
女 / 自贡22中 / 1

2023年2月19日

霍兰德职业兴趣评测

评估简介

约翰·霍兰德 (John Holland) 是美国约翰·霍普金斯大学心理学教授，美国著名的职业指导专家。他提出了具有广泛社会影响的职业兴趣理论。认为人的人格类型、兴趣与职业密切相关，兴趣是人们活动的巨大动力，凡是具有职业兴趣的职业，都可以提高人们的积极性，促使人们积极地、愉快地从事该职业，且职业兴趣与人格之间存在很高的相关性。霍兰德认为人格可分为现实型 (R)、研究型 (I)、艺术型 (A)、社会型 (S)、企业型 (E) 和常规型 (C) 等六种类型。



您在某种职业类型中的得分越高，表明您越适合从事该职业环境的相关工作，得分最高的就是最适合您的职业类型；反之，您在某个类型的得分越低，表明您越不适合从事该类型的职业。您在择业时应尽量避免选择得分最低的类型，因为该类型的工作与您的自我兴趣相差很远，可能会不利于您在工作中获得快乐和满足感并做出成绩。

您得分**最高**的职业类型是**社会型**，特征如下：

喜欢与人交往、不断结交新的朋友、善言谈、愿意教导别人。关心社会问题、渴望发挥自己的社会作用。寻求广泛的人际关系，比较看重社会义务和社会道德。

喜欢社会交往性工作，如教师、教育行政人员、社会学家、社会工作者、咨询顾问、护士等；喜欢周围有别人存在，对别人的事很有兴趣，乐于帮助别人解决难题；喜欢与人而不是事务打交道的工作。

您得分**第二**的职业类型是**艺术型**，特征如下：

有创造力，乐于创造新颖、与众不同的成果，渴望表现自己的个性，实现自身的价值。做事理想化，追求完美，不重实际。具有一定的艺术才能和个性。善于表达、怀旧、心态较为复杂。

喜欢艺术性的工作，如：音乐、舞蹈、唱歌、演员、艺术家、美术家、音乐家、设计师、编辑、作家和文艺评论家等；通常喜欢需要某些艺术技能的工作；喜欢创造性的工作，富于想象力；通常喜欢同观念而不是事务打交道的工作。

职业兴趣综合评估

人格特质

有说服教育人的能力，乐于接触人，能结成良好的人际关系，并具有保持这种关系的较好技术。重视社会性、道德性活动的价值。性格上有善于协调、责任感强、亲切等倾向。

具有独创性，想象力丰富，有优秀的艺术能力与感受力，追求美的价值。性格上强烈的显示自己的主张，不喜欢规则性、组织性的约束，自我制约能力稍差，情绪表现趋向自由。

适合的职业环境

需要有服务能力（对人、对社会）的职业环境。

没有束缚的、有必要发挥创造力的职业环境。

职业偏好

喜欢社会交往性工作，如教师、教育行政人员、社会学家、社会工作者、咨询顾问、护士等；

喜欢周围有别人存在，对别人的事很有兴趣，乐于帮助别人解决难题；

喜欢与人而不是事务打交道的工作。

适合的专业

哲学：宗教学；

经济学：国际经济与贸易；

法学：社会学、社会工作、政治学类所有专业、治安学；

教育学：教育学类所有专业、体育学类所有专业、其他教育学类新兴专业；

文学：新闻学、广播电视新闻学、播音与主持艺术、广播电视编导；

管理学：人力资源管理、旅游管理、公共事业管理、劳动与社会保障、公共关系学、农林经济管理类所有专业；

理学：资源环境与城乡规划管理、心理学、应用心理学；

工学：电气信息类、环境与安全类、公安技术类所有专业；

农学：植物生产类、森林资源类、动物生产类、水产类所有专业；

医学：预防医学、临床医学、康复医学、精神医学、口腔医学、中西医临床医学、护理学、中药资源与开发。

缺乏的人格特质

具有科学的、数学的能力，重视科学性事物的价值，偏爱对事物构成的理解。性格上且有分析性、深思熟虑、合理、内省等倾向。

富有技术能力，喜爱具体的行动。处理人际关系或与人交涉的技能较弱。重视权利、金钱的价值，性格上有内向、顺应等倾向。

不适宜从事的职业环境

需要用科学的、数学研究的能力与智力解决问题的职业环境。

机械性、技术性、实际操作性、解决具体问题的职业环境。

自我认知

您认为您的办公技能、艺术创作能力较强、交际能力、事务执行能力较弱。
 选择工作时，您认为工资高、福利好最重要、认为人际关系良好不重要。

职业兴趣分析

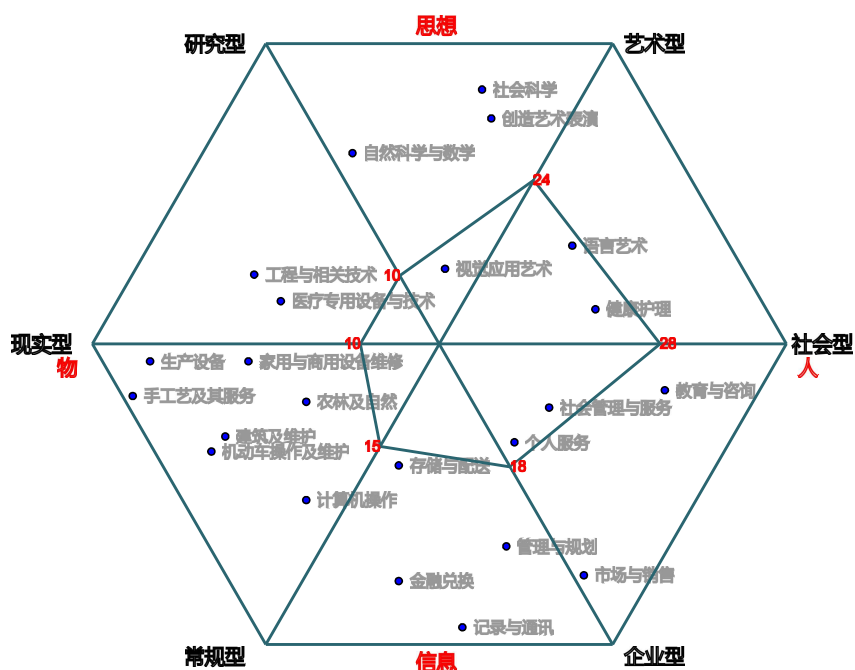
类型	代码	分数	职业类型
社会型	S	28	需要有服务能力（对人、对社会）的职业环境。
艺术型	A	24	没有束缚的、有必要发挥创造力的职业环境。
企业型	E	18	需要计划、经营等有说服力、统率力的职业环境。
常规型	C	15	需要服从规则与传统，且反复进行事务处理的职业环境。
现实型	R	10	机械性、技术性、实际操作性、解决具体问题的职业环境。
研究型	I	10	需要用科学的、数学研究的能力与智力解决问题的职业环境。

您在**常规型、现实型、研究型**等职业类型中的得分**较低**，请**尽量避免**从事相关类型的职业。

您在某种职业类型中的总分越高，表明您越适合从事该职业环境的相关工作，得分最高的项就是最适合您的职业类型；反之，您在某个类型的得分越低，表明您越不适合从事该类型的职业。

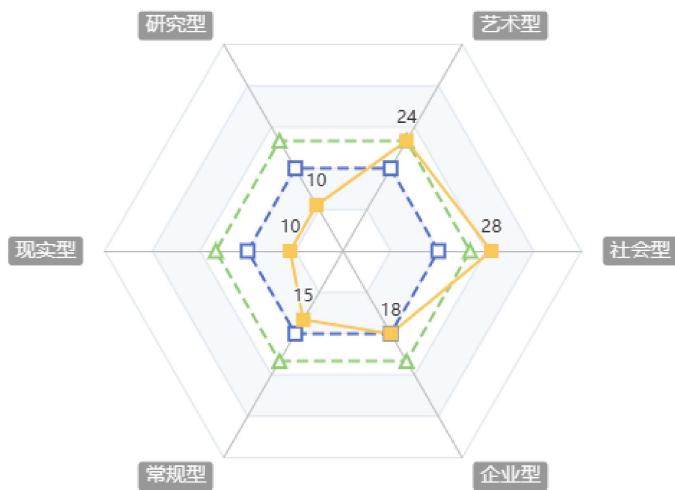
您在择业时应尽量避免选择得分最低的类型，因为该类型的工作与您的自我兴趣相差很远，可能会不利于您在工作中获得快乐和满足感并做出成绩；如果您有两种（或以上）的职业类型的得分相同，表明那两种（或以上）职业类型都比较符合您。

职业环境六角图



职业兴趣示意图

□ (以下者) 兴趣低 △ (以上者) 兴趣高 ● 您的得分



根据您在六种职业类型的得分，职业环境六角图绘制出了您的职业兴趣六角形，此范围中包括的职业类型比较适合您。

从图中可以看出各个职业类型之间存在不同程度的关系。一般来说，两个类型靠的越近，它们之间的关系就越密切，这两种类型的个体之间的共同点就越多；两个类型离的越远，关系也就越少，这两种类型的个体之间的共同点就越少。

可见，这六种职业类型（现实型 R、研究型 I、艺术型 A、社会型 S、企业型 E、常规型 C）存在相邻、相隔、相对等三种关系。

(1) 相邻关系：如 RI、IR、IA、AI、AS、SA、SE、ES、EC、CE、RC、CR。属于这种关系的两种类型的个体之间共同点较多，比如现实型 R、研究型 I 的人就都不太偏好人际交往，这两种职业环境中也都较少机会与人接触。

(2) 相隔关系：如 RA、RE、IC、IS、AR、AE、SI、SC、EA、ER、CI、CS，属于这种关系的两种类型个体之间共同点较相邻关系少。

(3) 相对关系：在六边形上处于对角位置的类型之间即为相对关系，如 RS、IE、AC、SR、EI、CA，相对关系的职业类型共同点很少，因此，一个人同时对处于相对关系的两种职业环境都很感兴趣的情况很少见。

在职业选择中，理想的情况下最好选择与自己兴趣对应的职业环境；在实际情况中，您并非一定如此。

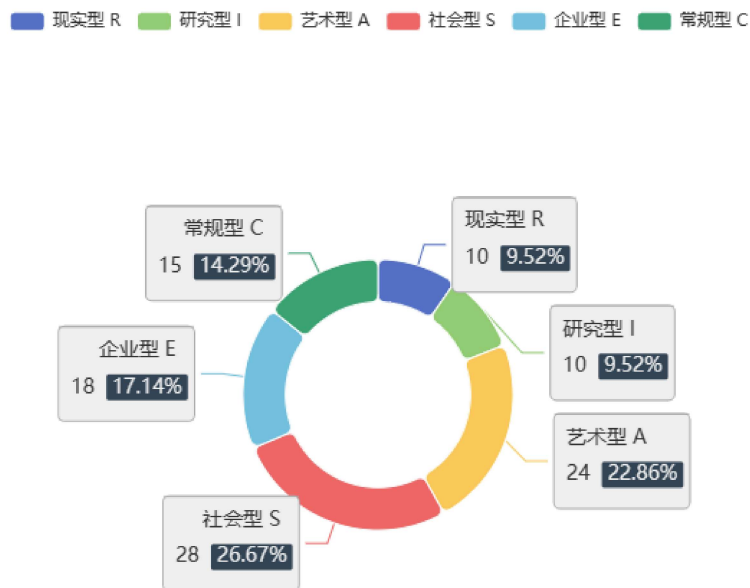
一是因为您本身也是多种兴趣类型的综合体，所以，可以按照您六种职业类型得分的高低依次排列，将得分居前三位的类型组合成职业兴趣代码，再根据兴趣代码来选择职业环境；

二是因为影响职业选择的因素是多方面的，不完全依据兴趣类型，还要参照社会的职业需求及获得职业的现实可能性。因此，职业选择时会不断妥协，寻求相邻职业环境、甚至相隔职业环境，在这种环境中，您需要逐渐适应工作环境。

但是，需要注意的是，您最好不要在与您职业兴趣完全相对的职业环境中工作。如果您在相对的职业环境

中工作，意味着从事的是与自我兴趣完全相悖的职业，则工作起来可能难以适应，或者难以做到快乐工作，相反，可能会每天工作得很痛苦。

职业类型得分比例示意图



职业兴趣代码

您的第 1 职业兴趣代码是 SAE：社会型（28分）、艺术型（24分）、企业型（18分）

适合的职业：演讲矫正者、听觉疾病治疗师。

您的第 2 职业兴趣代码是 SAC：社会型（28分）、艺术型（24分）、常规型（15分）

适合的职业：理发师、包装艺术家、美容师、整容专家。

您的第 3 职业兴趣代码是 SAI：社会型（28分）、艺术型（24分）、研究型（10分）

适合的职业：图书管理员、小学教师、幼儿园教师、中学教师、师范学院教师、盲人教师、聋哑人教师、特殊教育的教师、护士、牙科助理、飞行指挥员。

总结

兴趣是成功的重要推动力，对于职业人士来说，如果能够选择到与自己兴趣爱好相符合的职业，将可以使自己在工作找到快乐和满足感，也更容易获得成功。职业心理学的研究表明，一个人对某种工作有兴趣，能发挥他全部才能的 80%-90%，并且能长时间保持高效率而不感到疲劳；如果对某种工作不感兴趣，则他的才能只能发挥 20%-30%，并且容易疲劳。所以，在择业的时候，应该尽量选择与自身兴趣相匹配的职业类型和职业环境。

然而，在实际的职业选择中，除了应该优先选择那些与自身的职业类型相匹配的职业环境外，我们还要考虑一些别的因素：

首先，因为个体本身常是多种职业兴趣类型的综合体，单一职业倾向显著突出的情况往往并不多见，因此

人们在具体择业的时候，除了得分最高的职业类型外，得分第二高的职业类型中的相关工作，有时同样也可以予以考虑。

其次，由于兴趣的可行性差异，有些人的职业兴趣脱离客观条件，过于浪漫，往往想得好，做不到；有些人职业兴趣建立在切实可行的基础之上如结合自己所学的专业、社会的职业需求等，最后心想事成，获得成功。

所以，在择业时，除了要考虑与自己职业兴趣外还要兼顾考虑获得职业成功的现实可能性。