



职业教育公共素质课改革创新教材

# 中职生就业指导 与创业教育

ZHONGZHISHENG JIUYE ZHIDAO YU CHUANGYE JIAOYU

主 编 彭 芸

中职生就业指导与创业教育

主 编 彭 芸

北京出版集团公司  
北京出版社

北京出版集团公司  
北 京 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

中职生就业指导与创业教育 / 彭芸主编. — 北京 :  
北京出版社, 2018.6 (2021 重印)  
ISBN 978-7-200-14004-0

I . ①中… II . ①彭… III . ①职业选择—中等专业学校—教材 IV . ① G717.38

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2018) 第 073435 号

中职生就业指导与创业教育

ZHONGZHISHENG JIUYE ZHIDAO YU CHUANGYE JIAOYU

---

主 编: 彭 芸

出 版: 北京出版集团公司

北 京 出 版 社

地 址: 北京北三环中路 6 号

邮 编: 100120

网 址: [www.bph.com.cn](http://www.bph.com.cn)

总发行: 北京出版集团公司

经 销: 新华书店

印 刷: 定州市新华印刷有限公司

版 次: 2018 年 6 月第 1 版 2021 年 8 月修订 2021 年 8 月第 4 次印刷

开 本: 787 毫米 × 1092 毫米 1/16

印 张: 13.5

字 数: 252 千字

书 号: ISBN 978-7-200-14004-0

定 价: 36.00 元

质量监督电话: 010-82685218 010-58572341 010-58572393

# 目录

## 第一章 就业意识 | 1

- 第一节 认清形势，摆正心态 | 1
- 第二节 认识自我，准确定位 | 7
- 第三节 就业升学，合理选择 | 20
- 第四节 职业资格，清晰知晓 | 27

## 第二章 职业素养 | 34

- 第一节 爱岗敬业，脚踏实地 | 34
- 第二节 遵规守纪，言行有度 | 40
- 第三节 积极主动，乐于进取 | 46
- 第四节 团结合作，携手共进 | 54
- 第五节 有效沟通，从心开始 | 61
- 第六节 安全意识，牢记于心 | 70

## 第三章 就业形象 | 79

- 第一节 仪容仪表，彰显气质 | 79
- 第二节 言行举止，突出内涵 | 88

## 第四章 就业准备 | 100

- 第一节 求职信息，找准渠道 | 100
- 第二节 面试资料，亮出自我 | 110
- 第三节 笔试技巧，充分准备 | 119
- 第四节 面试演练，过关斩将 | 124

## 第五章 就业法规 | 142

- 第一节 实习协议，合法合规 | 142
- 第二节 劳动合同，自我保护 | 150
- 第三节 就业权益，牢握手中 | 157

## 第六章 创业指导 | 174

- 第一节 创业评价，素质要求 | 174
- 第二节 市场评估，未雨绸缪 | 185
- 第三节 创业程序，完善手续 | 194
- 第四节 微商电商，与时俱进 | 201

北京出版社

## 第二节 认识自我，准确定位

### 案例引导

#### 案例讨论

陈子苗是某中职学校电子商务专业的学生，当年报考专业的时候，冲着电子商务是时下热门专业就报读了。可三年下来，他觉得自己并不喜欢这个专业，成绩也徘徊在及格线边缘。

毕业后找工作，陈子苗想着自己花了三年时间学习的专业，不能轻易就放弃。但是招聘会跑了很多，简历也投了不少，找来找去依然没有找到符合自己要求的岗位。看着同学们一个个有了着落，有些同学还自己开起了服装销售店，陈子苗心里很着急。于是，他决定先开个小店卖精品。由于陈子苗性格内向，不善于与人打交道，第一次做生意也没有经验，很快精品店就亏本了，开不下去了，只好关门。他忧心忡忡：其他同学可以开店赚钱，他却亏钱了；其他同学都能找到心仪的工作，他却找不到。



#### 讨论思考

1. 从陈子苗身上，你发现了什么问题？
2. 针对这些问题，你认为怎么解决好？

## 启迪

从上述案例我们可以看出：中职生在校学习时应当提前做好职业生涯规划，对自身准确定位。其中，认识自我是相当重要的一个阶段。只有对自己有清晰的认识，才能用己之长，补己之短，才能对自己的职业道路做出合理的规划。

## 核心知识

截至 2016 年，全国中职毕业生的人数达 474.71 万，中职学生已成为我国社会的一大群体，且在国家相关政策的导向下，中职生在社会经济发展中的地位越来越不可忽视。目前，中职生的一次性就业率已高达 96% 以上，就业情况令人满意，但事实上，在企业回访中发现，中职生的就业稳定性较低。造成这种现象的原因是多方面的，但主要原因还在于中职生的自身的自我定位不明。毕业生在应聘工作时，往往考虑的是“我想干什么”“我要干什么”，但其实决定我们是否能找到适合自己的工作的是“我能干什么”。只有懂得了自己能干什么，才能把握社会提供的机会，做出适合自己的选择。

### 一、什么是自我定位

自我定位，就是指一个人对自己有着明确的了解，能实事求是地认识到自己的优势、能力和发展方向，也能认识到自己的劣势和力所不及之处，在此基础上，合理安排和规划自己的目标与计划。

对于中职生来说，就业时需要根据自己的专业特点和自身的性格、能力、气质、兴趣等方面做一个全面的分析，在此基础上，做出准确的职业定位。



## 二、自我定位应当从哪些方面入手

### （一）明确自身优势

首先，明确自己的性格优势，比如开朗、冷静、意志力强、同理心重等；其次，明确自己拥有的较突出的能力，比如社交能力、口头表达能力和团体协作能力等；再次，明确自己具备的知识结构，比如在校期间专业知识的掌握程度、专业对应职业群的了解程度、专业以外的兴趣倾向等。通过对自己各方面的优势分析，根据过去的经验推断未来可能的工作方向，从而解决“我能干什么”的问题。

### 温馨提示

如何了解自身优势？可从以下几个问题出发。

我学习了什么？——我从专业学习中得到了什么？在校园活动中感悟了什么？在师生互动中收获了什么？提升了哪些方面的能力？

我曾经做过什么？——我担任过什么学生干部？在学生会中做了什么？做过什么社会实践活动？做得怎么样？取得了哪些成绩？有哪些体会？

我最成功的是什么？——我做过很多事情，最成功的是哪一件？为什么它会成功？这是偶然的还是我确实有这个能力？

### 课堂小练习

优点大轰炸：

分小组进行，每个小组围成一个圆圈，圆圈中间放一张椅子。

老师说明此活动的目的，互相发现对方的优势，以了解别人眼中的自己，同时增进每个人对自我的了解。

每次一位学生坐在圆圈中央的椅子上，接受优点轰炸。每人轰炸时间至少一分钟。

在每位成员都轰炸过该成员之后，换另一位成员接受轰炸，直到每一位成员都受到轰炸。

轰炸的内容必须具体，以事例说明，如“每次在小组里讨论问题时，你总会问别人的看法，我觉得你很能为别人考虑，很客观。”

受轰炸的人只能听，不能说话或有任何动作表示。

轰炸时，轰炸者与受轰炸者都必须注视对方。

### （二）明确自身的不足

认识自己的性格弱点。“金无足赤，人无完人”，每个人都有自己与生俱来的性格弱点，无法避免，只能正视，目的是尽量减少其对自己的影响。卡耐基曾说：“人性的

弱点并不可怕，关键要有正确的认识，认真对待，尽量寻找弥补、克服的方法，使自我趋于完善。”静下心来，多审视自己，多从身边的人中了解他人眼中的自己。以自身为镜，以他人为镜，你能更好地了解自己。

总结经验与经历的欠缺方面。应聘时，很多招聘单位会设定有数年工作经验的招聘条件，对于职场新人来说，这是很令人沮丧的。但中职生要清楚一点：由于自我经历的不同，社会任务的不同，每个人都无法避免会在某些方面上存在经验不足的情况。有欠缺并不是一件可怕的事情，只能说明你还有很大的空间可以提升。这时候切记：认真对待，勤于反思，善于总结。

### 课堂小练习

按照下面的格式填写出五个自己的不足之处，并提出改善的方法。

例：我没有耐性容易发脾气，我以后会学着控制自己的情绪，让自己学会冷静一点。

我曾经因为粗心弄坏了公物，我以后做事情会更用心、更细心，不急躁。

接下来请按如上所示填写：

我\_\_\_\_\_，我以后\_\_\_\_\_。

我\_\_\_\_\_，我以后\_\_\_\_\_。

我\_\_\_\_\_，我以后\_\_\_\_\_。

我\_\_\_\_\_，我以后\_\_\_\_\_。

我\_\_\_\_\_，我以后\_\_\_\_\_。

### （三）明确职业要求

在对自我形成了客观、清晰的认识之后，中职生要明确所选职业对工作者的要求。如不同的人有不同的个性特质，不同的职业也对工作者的知识、能力、技能、性格、气质、心理素质等有不同的要求。所以，在选择职业时，如果能做到个人特质与职业要求相匹配，也就是人职匹配，工作效率和职业成功的可能性就会大为提高，反之则低。

### 看想谈做

#### 【看看】

计算机网络专业毕业生唐银从实习期开始，就跟同学们为了找工作忙了起来，做简历、写求职信，忙得焦头烂额。

这天，学校组织他们去参加在广州举行的招聘会，唐银很激动，觉得自己一定可以找到工作。他到了现场一看，人山人海，求职者摩肩接踵，非常热闹，让他不得不

感慨：求职的人真多，大家真不容易啊！好不容易挤进去之后，他赶忙仔细看各家企业的招聘信息，却发现跟自己的专业相关的不多。终于他看中了一家小型的商务公司，赶紧跟着其他人排起了队。好不容易轮到他时，他脱口而出要应聘网络营销。其实唐银只是看到“网络”两个字，觉得应该跟自己专业差不多。结果工作人员问他知道网络营销的工作内容吗？他支支吾吾了半天都说不出个所以然。工作人员又问了解电子商务吗？他还是回答不出来。最后他只能留下资料离开了。后来唐银又去了几家企业应聘，结果也是差不多。

回校之后，唐银赶忙找到老师，把情况告诉了他，问老师他接下来该怎么办呢？

### 【想想】

唐银这次应聘不成功的原因是什么？

### 【谈做】

如果是你，你会给唐银提出什么建议呢？

## 课后拓展

1. 客观分析自身的优势、不足、特长、兴趣等，并形成列表。
2. 试着完成《RCCP 通用职业匹配测试量表》，获知自己的职业兴趣倾向。

### 附录 1：

#### 《RCCP 通用职业匹配测试量表》

霍兰德

《RCCP 通用职业匹配测试量表》可以帮助你根据测试结果获知自己的人格特征更适合从事哪方面的工作，请根据你对每一题目的第一印象作答，不必仔细推敲，答案没有对错之分。题目作答根据与实际情况符合程度来判断，与你的实际情况相符合的用“√”表示，得 2 分；不符合的用“×”表示，得 0 分；难以回答的用“？”表示，得 1 分。对于有些你没有机会从事的工作，你也可以在“假设”从事过这些工作的情况下作出判断。希望在认真做完从现实型（R）→常规型（C）共 108 道题后，再分类统计各自总分，填入后面成绩登入表中，最后依次完成类型确定。

表3 第一组 现实型(R)

| 序号 | 问题                                             | 是 | 否 |
|----|------------------------------------------------|---|---|
| 1  | 你曾经将钢笔全部拆散加以清洗并能独立地将它装起来吗?                     |   |   |
| 2  | 你会用积木搭出许多造型吗?或小时候常拼七巧板吗?                       |   |   |
| 3  | 你在中学里喜欢做实验吗?                                   |   |   |
| 4  | 你对一些动手较多的技术工(如电工、修钟表、印照片、织毛衣、绣花、剪纸等)很感兴趣吗?     |   |   |
| 5  | 当你家里有些东西需要小修小补时(诸如窗子关不严,凳子坏了,衣服不合身等),常常是由你来做吗? |   |   |
| 6  | 你常常偷偷地去摸弄不让你摸弄的机器或机械(诸如打字机、摩托车、电梯、机床等)吗?       |   |   |
| 7  | 你是否深深体会到身边有一把镊子钳或老虎钳等工具,会给你提供许多便利吗?            |   |   |
| 8  | 看到老师傅在做活,你能很快地、准确地模仿吗?                         |   |   |
| 9  | 你喜欢把一件事情做完再做另一件事吗?                             |   |   |
| 10 | 在做事情前,你经常害怕出错,而对工作安排反复检查吗?                     |   |   |
| 11 | 你喜欢亲自动手制作一些东西,从中得到乐趣吗?                         |   |   |
| 12 | 你喜欢使用锤子、斧头一类的东西吗?                              |   |   |
| 13 | 如果掌握一门手艺,并能以此为生,你会感到非常满意吗?                     |   |   |
| 14 | 你曾渴望当一名汽车司机吗?                                  |   |   |
| 15 | 小时候,你经常把玩具拆开,把里面看个究竟吗?                         |   |   |
| 16 | 你喜欢修理自行车、电器一类的工作吗?                             |   |   |
| 17 | 你喜欢跟各类机械打交道吗?                                  |   |   |
| 18 | 你亲手制作或修理的东西经常令你的朋友满意吗?                         |   |   |

表4 第二组 研究型(I)

| 序号 | 问题                                          | 是 | 否 |
|----|---------------------------------------------|---|---|
| 1  | 你对电视或单位里的智力竞赛很有兴趣吗?                         |   |   |
| 2  | 你经常到新华书店或图书馆翻阅图书(文艺小说除外)吗?                  |   |   |
| 3  | 学生时代你常常会主动地去做一些有趣的习题吗?                      |   |   |
| 4  | 你对一件新产品或新事物的构造或工作原理感兴趣吗?                    |   |   |
| 5  | 当有人向你请教某事情如何做时,你总喜欢讲清内部原理,而不仅仅是操作步骤吗?       |   |   |
| 6  | 你常常会对一件想知道但又无法详细知道的事物想象出它是什么或将怎样变化吗?        |   |   |
| 7  | 看到别人在为有一个有趣的难题争论不休时,你会加入进去或者独自一人思考,直到解决为止吗? |   |   |
| 8  | 看推理小说或电影时,你常常分析推理谁是罪犯,并且这种分析时常与最后结果相吻合吗?    |   |   |

续表

| 序号 | 问题                      | 是 | 否 |
|----|-------------------------|---|---|
| 9  | 你喜欢做一些需要运用智力的游戏吗?       |   |   |
| 10 | 相比而言,你更喜欢独自一人思考问题吗?     |   |   |
| 11 | 你的理想是当一名科学家吗?           |   |   |
| 12 | 你经常不停地思考某一问题,直到想出正确答案吗? |   |   |
| 13 | 你喜欢抽象思维的工作吗?            |   |   |
| 14 | 你喜欢解答较难的问题吗?            |   |   |
| 15 | 你喜欢阅读自然科学方面的书籍和杂志吗?     |   |   |
| 16 | 你能够做那种需要持续集中注意力的工作吗?    |   |   |
| 17 | 你喜欢数学吗?                 |   |   |
| 18 | 如果独自在实验室里做长时间的实验,你能坚持吗? |   |   |

表5 第三组 艺术型(A)

| 序号 | 问题                                          | 是 | 否 |
|----|---------------------------------------------|---|---|
| 1  | 你对戏剧、电影、文艺小说、音乐、美术等其中的一两个方面较感兴趣吗?           |   |   |
| 2  | 你常常喜欢对文艺界的明星品头论足吗?                          |   |   |
| 3  | 你参加过文艺演出、绘画训练或经常写写诗歌、短文吗?                   |   |   |
| 4  | 你的朋友经常赞扬你把自己的房间布置得比较优雅并有品味吗?                |   |   |
| 5  | 你对别人的服装、外貌以及家具摆设等能做出比较准确的评价吗?               |   |   |
| 6  | 你认为一个人的仪表美主要是为了表现一个人对美的追求,而不是为了得到别人的赞扬或羡慕吗? |   |   |
| 7  | 你觉得工作之余坐下来听听音乐,看看画册或欣赏戏剧等,是你最大的乐趣吗?         |   |   |
| 8  | 遇到有美术展览会,歌星演唱会等活动,你常常去观赏吗?                  |   |   |
| 9  | 音乐能使你陶醉吗?                                   |   |   |
| 10 | 你喜欢成为人们注意的焦点吗?                              |   |   |
| 11 | 你喜欢不时地夸耀一下自己取得的成就吗?                         |   |   |
| 12 | 你喜欢做戏剧、音乐、歌舞、摄影等方面的工作吗?                     |   |   |
| 13 | 你能较为准确地分析美术作品吗?                             |   |   |
| 14 | 你爱幻想吗?                                      |   |   |
| 15 | 看情感影片或小说时,你常禁不住眼圈红润吗?                       |   |   |
| 16 | 当接受一项新任务后,你喜欢以自己独特的方法去完成它吗?                 |   |   |
| 17 | 你有文艺方面的天赋吗?                                 |   |   |
| 18 | 与推理小说相比,你更喜欢言情小说吗?                          |   |   |

表 6 第四组 社会型 (S)

| 序号 | 问题                                     | 是 | 否 |
|----|----------------------------------------|---|---|
| 1  | 你常常主动给朋友写信或打电话吗?                       |   |   |
| 2  | 你能列出五个你自认为够朋友的人吗?                      |   |   |
| 3  | 你很愿意参加学校、单位或社会团体组织的各种活动吗?              |   |   |
| 4  | 你看到不相识的人遇到困难时,能主动去帮助他,或向他表示你同情与安慰的心情吗? |   |   |
| 5  | 你喜欢去新场所活动并结交新朋友吗?                      |   |   |
| 6  | 对一些令人讨厌的人,你常常会由于某种理由原谅他,同情他甚至帮助他吗?     |   |   |
| 7  | 有些活动,虽然没有报酬,但你觉得这些活动对社会有好处,就积极参加吗?     |   |   |
| 8  | 你很注意你的仪容风度,这主要是为了让人产生良好的印象吗?           |   |   |
| 9  | 大家公认你是一名勤劳踏实、愿为大家服务的人吗?                |   |   |
| 10 | 旅途中你喜欢与人交谈吗?                           |   |   |
| 11 | 你喜欢参加各种各样的聚会吗?                         |   |   |
| 12 | 你很容易结识同性朋友吗?                           |   |   |
| 13 | 你乐于解除别人的痛苦吗?                           |   |   |
| 14 | 对于社会问题,你很少持中庸的态度吗?                     |   |   |
| 15 | 听别人谈“家中被盗”一类的事,很容易引起你的同情吗?             |   |   |
| 16 | 你通常不喜欢一个人独处吗?                          |   |   |
| 17 | 在工作中,你喜欢听取别人的意见吗?                      |   |   |
| 18 | 和一群人在一起的时候,你经常能找到恰当的话题吗?               |   |   |

表 7 第五组 管理型 (E)

| 序号 | 问题                                    | 是 | 否 |
|----|---------------------------------------|---|---|
| 1  | 当你有了钱后,你愿意用于投资吗?                      |   |   |
| 2  | 你常常能发现别人组织的活动的某些不足,并提出建议让他们改进吗?       |   |   |
| 3  | 你相信如果让你去做一个个体户,一定会成为万元户吗?             |   |   |
| 4  | 你在上学时曾经担任过某些职务(诸如班干部、课代表等)并且自认为干得不错吗? |   |   |
| 5  | 你有信心去说服别人接受你的观点吗?                     |   |   |
| 6  | 你对一大堆的数字感到头疼吗?                        |   |   |
| 7  | 做一件事情时,你常常事先仔细考虑它的利弊得失吗?              |   |   |
| 8  | 在别人跟你算账或讲一套理由时,你常常能换一个角度考虑,而发现其中的漏洞吗? |   |   |
| 9  | 你曾经渴望有机会参加探险吗?                        |   |   |
| 10 | 你认为在管理活动中以个人的意志影响别人的行为是很必要的吗?         |   |   |
| 11 | 如果待遇相同,你宁愿当一名商品推销员,而不愿当一名机关办事员吗?      |   |   |

续表

| 序号 | 问题                             | 是 | 否 |
|----|--------------------------------|---|---|
| 12 | 当你开始做一件事后,即使碰到再多的困难,你也执着地干下去吗? |   |   |
| 13 | 你总是主动地向别人提出自己的建议吗?             |   |   |
| 14 | 你更喜欢自己下了赌注的比赛或游戏吗?             |   |   |
| 15 | 和不熟悉的人交谈对你来说毫不困难吗?             |   |   |
| 16 | 和别人谈判时,你不愿放弃自己的观点,是吗?          |   |   |
| 17 | 在集体讨论中,你不愿保持沉默,是吗?             |   |   |
| 18 | 你不愿从事虽然工资少,但是比较稳定的职业,是吗?       |   |   |

表 8 第六组 常规型 (C)

| 序号 | 问题                                           | 是 | 否 |
|----|----------------------------------------------|---|---|
| 1  | 你能够用一两个小时坐下来抄写一份你不感兴趣的资料吗?                   |   |   |
| 2  | 你能按领导或老师的要求尽自己的能力做好每一件事吗?                    |   |   |
| 3  | 无论填报什么表格,你都非常认真吗?                            |   |   |
| 4  | 在讨论会上,如果不少人已经讲的观点与你的不同,你就不发表自己的观点了吗?         |   |   |
| 5  | 你常常觉得在你周围有不少人比你更有才能吗?                        |   |   |
| 6  | 你喜欢重复别人已经做过的事情而不喜欢做那些要自己动脑筋摸索着干的事吗?          |   |   |
| 7  | 你喜欢做那些已经很习惯的工作,同时最好这种工作责任小一些,工作时还能聊聊天,听听歌曲吗? |   |   |
| 8  | 你经常将非常琐碎的事情整理好吗?                             |   |   |
| 9  | 你总留有充裕的时间去赴约会吗?                              |   |   |
| 10 | 对别人借给你的和你借给别人的东西,你都能记得很清楚吗?                  |   |   |
| 11 | 你喜欢经常请示上级吗?                                  |   |   |
| 12 | 你喜欢按部就班地完成要做的工作吗?                            |   |   |
| 13 | 对于急躁、爱发脾气的人,你仍能礼相待吗?                         |   |   |
| 14 | 你是一个沉静而不易动感情的人吗?                             |   |   |
| 15 | 你喜欢把一切安排得整整齐齐,井井有条吗?                         |   |   |
| 16 | 你经常收拾房间,保持房间整洁吗?                             |   |   |
| 17 | 你办事常常思前想后吗?                                  |   |   |
| 18 | 每次写信你都要好好考虑,写完后至少重复看一遍吗?                     |   |   |

请你将上述 6 个部分答题结果的得分分别填入表 9 中。

表 9 测试成绩登记表

| 类型  | 得分 |
|-----|----|
| 现实型 |    |
| 研究型 |    |
| 艺术型 |    |
| 社会型 |    |
| 管理型 |    |
| 常规型 |    |

如果你在某一部分的得分明显高出其他部分，说明你属于该种典型类型的人。一般来说，综合性的兴趣特征者在生活中居多数。那么，怎么确定自己的综合特征呢？

第一步，列出得分较高的两个兴趣类型的代号（ ）（ ）。

第二步，将得分最高的兴趣类型代号的字母填入第一空格。例如，你是现实型，则（R）（ ）。

第三步，再将得分较高的兴趣类型代号，从高至低依次填入空格。如果第二个特征是 I，则（R）（I）。

第四步，据此可知这位填表者的兴趣特征是现实研究型。

第五步，关于测试结果的解释请查看附件 2。

## 附录 2：

### 人职匹配

人职匹配一般分为两种类型，一种是由美国波士顿大学教授帕森斯提出的“人格特性与职业因素的匹配”，另一种是由美国职业指导专家霍兰德提出的“人格类型与职业因素的匹配”。实践中使用最多且准确性较高的为后一种。

霍兰德在其著作《职业决策》中描述了六种人格类型的相应职业。

**实际型（Realistic）：**基本的人格倾向是，喜欢有规则的具体劳动和需要基本操作技能的工作，缺乏社交能力，不适应社会性质的职业。具有这种类型人格的人其典型的职业包括技能性职业（如一般劳工、技工、修理工、农民等）和技术性职业（如制图员、机械装配工等）。

**研究型（Investigative）：**具有聪明、理性、好奇、精确、批评等人格特征，喜欢智力的、抽象的、分析的、独立的定向任务这类研究性质的职业，但缺乏领导才能。其典型的职业包括科学研究人员、教师、工程师等。

**艺术型 (Artistic)：**基本的人格倾向是，具有想象、冲动、直觉、无秩序、情绪化、理想化、有创意、不重实际等人格特征。喜欢艺术性质的职业和环境，不善于事务工作。其典型的职业包括艺术方面的（如演员、导演、艺术设计师、雕刻家等）、音乐方面的（如歌唱家、作曲家、乐队指挥等）与文学方面的（如诗人、小说家、剧作家等）。

**社会型 (Social)：**具有合作、友善、助人、负责、圆滑、善社交、善言谈、洞察力强等人格特征。喜欢社会交往、关心社会问题、有教导别人的能力。其典型的职业包括教育工作者（如教师、教育行政工作人员）与社会工作者（如咨询人员、公关人员等）。

**企业型 (Enterprising)：**具有冒险、野心等人格特征。喜欢从事领导及企业性质的职业、独断、自信、精力充沛、善社交等，其典型的职业包括政府官员、企业领导、销售人员等。

**传统型 (Conventional)：**具有顺从、谨慎、保守、实际、稳重、有效率等人格特征。喜欢有系统有条理的工作任务，其典型的职业包括秘书、办公室人员、计事员、会计、行政助理、图书馆员、出纳员、打字员、税务员、统计员、交通管理员等。

依据霍兰德理论，我国学者陈社育于 1997 年研制了基于中国国情的职业兴趣，该研究同样区分了六种典型的职业兴趣类型及其人格特征（表 10）：现实型（R）、研究型（I）、艺术型（A）、社会型（S）、管理型（E）、常规型（C）。一般来说，完全隶属于表 10 中某一种典型兴趣类型的人并不多。大多数人除了可以大致划分为某一种兴趣类型外，还可能同时具有另外一种兴趣类型的特点。这样两两交叉又形成了 36 种职业兴趣类型（表 11）。

表 10 典型的职业兴趣类型及其人格特征

| 职业兴趣类型 | 特征                                                                                                         |
|--------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 现实型    | 属于技术与运动取向的人，他们身体强壮，具有良好的机械协调能力，喜欢有规则的具体劳动和技术性强的工作；他们往往不善辞令，不愿担任监督或领导角色，也避免从事需抽象思考的工作，对新观念持保守态度；办事较稳健，注重实效。 |
| 研究型    | 这类人是抽象问题的解决者，他们喜欢寻根问底，热衷于思考问题，目标明确，价值观与态度不保守；有勤于思考、擅长分析、独立性强、追求精确的特点。                                      |
| 艺术型    | 不顺从传统价值观、富有想象力，理想性高，创造力、表现力与直觉力较强；不喜欢具体事务性的机械工作，凭艺术创造的态度、主观印象或幻想来处理事务。                                     |
| 社会型    | 善于与人交往，乐于与他人共事，富有责任感，擅长言辞，热心社会工作；对事机敏，为人爽直，语言能力优于数理能力。                                                     |
| 管理型    | 喜欢影响、管理和领导他人，乐于从事群体性的社会工作，较注重权力和地位，不喜欢精确琐碎的事务和需集中心智的工作，常以冒险、狂热、积极进取的态度处理日常事务，外向、自信、好表现。                    |
| 常规型    | 较看重得到社会的赞许与认可，往往以刻板化、正确但无创意的方法解决问题，较循规蹈矩，遵守规章，乐于执行细琐指令，以计算性工作为乐，不能忍受模糊、欠条理的事物；数理能力较强，从众性高，讲究秩序和自制。         |

表 11 36 种职业兴趣类型表

|         | 现实型 (R) | 研究型 (I) | 艺术型 (A) | 社会型 (S) | 管理型 (E) | 常规型 (C) |
|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 现实型 (R) | RR      | IR      | AR      | SR      | ER      | CR      |
| 研究型 (I) | RI      | II      | AI      | SI      | EI      | CI      |
| 艺术型 (A) | RA      | IA      | AA      | SA      | EA      | CA      |
| 社会型 (S) | RS      | IS      | AS      | SS      | ES      | CS      |
| 管理型 (E) | RE      | IE      | AE      | SE      | EE      | CE      |
| 常规型 (C) | RC      | IC      | AC      | SC      | EC      | CC      |

表中 RR、II、AA、SS、EE、CC 为典型类型，其余都是综合类型。各种类型及其相匹配的职业类型如下。

典型现实型 (RR)：需要进行明确的、具体的、按一定程序要求的技术性、技能性工作，如机械操作员、电工技师、技术工人。

研究现实型 (IR)：具有一定科技含量的技术、技能性工作，如计算机编程人员、工程技术人员、质量检验人员。

艺术现实型 (AR)：需要一定艺术表现的技术或技能性工作，如雕刻、手工刺绣、家具、服装制作。

社会现实型 (SR)：与人打交道较多的技术或技能性工作，如出租汽车驾驶员、家电维修员。

管理现实型 (ER)：需要一定管理能力的技术或技能性工作，如领航员、动物管理员。

常规现实型 (CR)：常规性的技术或技能性工作，如计算机操作人员、机械维护人员。

典型研究型 (II)：需要通过观察、科学分析而进行的系统的创造性活动的科学研究和理论性工作，如数学、物理等学科的研究人员，学术评论者。

现实研究型 (RI)：侧重于技术或技能性科学研究工作，如机械、电子、化工行业的工程师、化学技师、研究室的实验人员。

艺术研究型 (AI)：艺术研究方面的工作，如文艺评论家、艺术性作品编辑、艺术理论工作者。

社会研究型 (SI)：社会科学研究方面的工作，如社会学研究人员、心理学研究人员。

管理研究型 (EI)：管理研究方面的工作，如管理学科研究者、管理类刊物编辑。

常规研究型 (CI)：常规性的研究工作，如数据采集者、资料收集人员。

典型艺术型 (AA)：需要通过非系统化的、自由的活动进行艺术表现的工作，如演员、诗人、作曲家、画家。

现实艺术型 (RA)：运用现代科技较多的艺术工作，如电视摄影师、录音师、动画制作人员。

研究艺术型（IA）：具有探索性的艺术工作，如剧作家、时装艺术大师、工艺产品设计师。

社会艺术型（SA）：侧重于社会交流或社会问题的艺术工作，如作家、播音员、广告设计、时装模特。

管理艺术型（EA）：需要一定管理能力的艺术工作，如节目主持人、艺术教师、音乐指挥、导演。

常规艺术型（CA）：常规性的艺术工作，如化妆师、花匠。

典型社会型（SS）：需要更多时间与人打交道的说服、教育和治疗工作，如教师、公关人员、供销人员、社会活动家。

现实社会型（RS）：具有一定技术或技能的社会性工作，如护士、职业学校教师。

研究社会型（IS）：需要作些分析研究的社会性工作，如医生、大学文科教师、心理咨询人员、市场调查人员、政治思想工作者。

艺术社会型（AS）：具有一定艺术性的社会工作，如记者、律师、翻译。

管理社会型（ES）：需要一定管理能力的社会工作，如工商行政人员、市场管理人员、公安交警。

常规社会型（CS）：常规性的公益事务工作，如环卫工作人员、工勤人员。

典型管理型（EE）：需要胆略，冒风险且承担责任的的活动。主要指管理、决策方面的工作，如企业经理、金融投资者。

现实管理型（RE）：具有一定技术或技能的管理性工作，如技术经理、护士长、船长。

研究管理型（IE）：需侧重于分析、研究的管理工作，如总工程师、总设计师、专利代理人。

艺术管理型（AE）：与艺术有关的管理工作，如广告经理、艺术领域的经纪人。

社会管理型（SE）：与社会有关的管理工作，如销售经理、公关经理。

常规管理型（CE）：常规性的管理工作，如办公室负责人、大堂经理、领班。

典型常规型（CC）：严格按照固定的规则、方法进行重复性、习惯性的劳动，并具有一定自控能力的相关工作，如出纳员、行政办事员、图书管理员。

现实常规型（RC）：需要一定技术或技能的常规性工作，如档案资料管理员、文印人员。

研究常规型（IC）：需要经常进行一些研究分析的常规工作，如估价员、土地测量员、报表制作人员、统计分析人员。

艺术常规型（AC）：与艺术有关的常规工作，如美容师、包装人员。

社会常规型（SC）：需要更多时间与人打交道的常规工作，如售票员、营业员、接待人员、宾馆服务员。

管理常规型（EC）：需要一定管理能力的常规性工作，如机关科员、文秘人员。