



每个人都是独一无二的：有的人做事雷厉风行，有的人做事慢条斯理，有的人机智灵活，有的人爱钻牛角尖，有的人内心坚韧，有的人内心脆弱……这些差异就是“性格”。华南师范大学心理学院教授王才康说，性格没有“好”与“差”之分，但不同的性格特点对于不同的职业确实存在“匹配”与“不匹配”的问题，就如一个性格急躁的人很难做好服务业，而一个内向的人也很难做好销售工作一样。因此，明确自己的性格特点，并且选择合适自己的职业，这是人生重要的一步。

一个人的个性会影响到职业的适宜度。当他从事的职业与其个性相吻合时，容易发挥其能力，做出成就。反之，可能导致其原有才能的浪费，或者必须付出更大的努力才能成功。



# 性格与职业匹配 让你如虎添翼

让职位找到合适的人  
让人找到合适的职位

## 性格与工作不匹配，会感到工作压抑

从我们的幼年开始，每个人身上就编织了一件无形的外衣：它渗透于我们的日常生活以及待人接物之中。这件外衣就是我们的“性格”。华南师范大学心理学院王才康教授说，性格是一个人稳定的心理特点，它的外在表现就是行为。性格有一定的遗传特点，也就是说，父母是怎样的性格，孩子也很容易有同样的性格特点。

我们说“性格决定命运”，性格也影响着我们的职业（比如工作方式）、生活习惯（比如起居饮食）以及行为方式（比如人际交往）等方方面面，其实这也

们的职业相匹配，比如从事财务工作的人要求细致谨慎，从事销售工作的人需要热情主动……不同类型的人在从事某些不同类型的工作时会更加得心应手，否则就会格格不入，做得很不舒心。

小陈是一个文静、内向的女孩，刚毕业的时候，考虑到户口、城市发展的因素，她进了一家企业的办公室做企划工作。半年下来，她发现自己不太愿意与人打交道，讨厌那些没完没了的沟通会，更是不喜欢一群人闹哄哄地做事，工作做得十分压抑，内心苦不堪言。

后来她痛定思痛，下决心辞职，去了一家杂志社做编辑，她真正体会到了

工作的快乐，因为编辑这份工作不需要过多的上传下达，相对独立操作，她驾驭着自己喜欢的文字，内心的丰富细腻的情感终于有了出路。她不仅能把自己的独特的构思、想法，通过这些文章表现得淋漓尽致，版面也做得相当精致，很快就成为杂志社的金牌编辑。

如果把一句比喻用在性格与职业上，则“性格如脚，工作如鞋”。合脚的鞋子能使你健步如飞，不合脚的鞋子再漂亮也会夹脚，甚至会磨破你的脚。所以，当你的性格与工作很不匹配时，你会感到工作无趣和压抑，与出色的工作表现永远是擦肩而过。

## “顺应”OR“挑战”，选择时应慎重

当发现职业不适合自己，即职业角色的要求和你的性格特点不相匹配时，你该怎么办？王才康说，两个方法值得借鉴：顺应或者优化。“顺应本性”的做法是，如果你了解和认清自己的性格特点，发现自己和职业角色的要求很不匹配时，可以换一份工作，找一个适合自己个性特点的职业，发挥和强化性格中的优势，弱化和规避性格中的劣势。

而“优化性格”的做法就完全不同了，你需要改变自己已经定型的性格，逐渐改善性格与职业角色要求之间不协调的部分。比这个过程会很漫长，甚至经历较强烈的心理斗争，需要经历一番磨练。例如，一个性格内向的人，需要在一个公开场合发表演说，会让他感到紧张或将工作搞砸，如果他想要将这项任务完成，可能他要花1~2周提前做好心理准备，克服面对大众时的害羞、胆怯和不善言辞等心理弱点。

王才康说，虽说“江山易改，本性难移”，但性格也会在人的成长过程中，通过各种事情的磨炼而改变一部分。比如有些粗枝大叶的人，干了几年会计工作后会变得细心、谨慎。有些人一向压抑封闭，但是突然有些事激发了他的兴趣，同时受到了鼓舞，找到了自信，性格从此变得开朗活泼起来。

那么，面对性格与工作不匹配的时候，是选择顺应还是挑战自我，这需要你作出谨慎的选择。请记住两句话：如果找对职业，每一种性格都有可能发挥最大的优势；如果想挑战自己的性格弱点，就应该磨炼自己，去塑造和优化性格，这将更大程度上获得心理

## 上的成功。

我们现在来看看一些职场人士如何看待自己的性格与职业之间的关系——

### 例一：会计

某公司财务总监龚学存：大部分从事财会工作的人，性格多内向平静、稳重、情感不易外露、善于忍耐、注意力不易转移。作为一家上市公司的财务总监，龚学存说，从事20多年多年的财务工作，性格从内向也变得外向了，实际上，这也是自我不断完善的过程。

“在财务这一块，要求会计人员必须具备稳重心细、保守秘密等职业特征。有的性格急躁，虽然动作快，但做报表经常出错。因此，心浮气躁的人是不适合从事财会这一职业的。”

龚学存如今的工作重点已经转移到企业融资这一块，因而他经常需要与银行、券商及内部人员打交道，因为工作的历练，他也变得十分健谈，性格上也变得主动、热情。他建议，性格内向的会计人员也应该在性格上不断调整自己，让自己变得更加积极，参与企业的业务管理，从而发挥更大的作用。在这一点上，对单位的主管会计、财务经理、总会计师等财务管理层次高的会计人员要求会更高。

### 例二：医生

某医院生殖中心主任龙晓林：“马大哈，粗枝大叶，是医生这一职业最大的禁忌，也是病人最大的灾难。”龙晓林说，医生这一职业要求人善于观察、归纳和总结，手术医生更是要求心细手巧。而富有同情心、耐心和爱心，这些都是从事医务工作的基本要求。

**Tips：**  
**一般自我效能感量表**  
一个相信自己能处理好各种事情的人，在工作中会更积极、更主动。王才康说，在心理学上有一句话叫做“成功是成功之母”，就是说，只有胜任工作，才能获得更大的信心，继而能够更好地工作。

以下10个句子可作为你平时对

正是有这些性格上的要求，很多人感觉不适应，因而医生的流失率很高。

龙晓林说，现在，对医生的要求越来越高，一名合格的医生除了博学多识、医术精良外，还有四点要求：一是同情、尊重、合作；二是正直和责任；三是追求卓越；四是公平而合理地运用各种医疗服务资源。

值得强调的是，如今的医生还必须具备很强的心理承受能力，内心强大，因为无论多么勤奋敬业的医生都会遇到挫折，一旦出现误诊误治，医生的心理状态便会产生变化，失去平衡、紧张郁闷，感到人格上的伤痛和压抑。然而，现实的工作任务和道德规范要求，医生必须面对现实，承受痛苦，进行自我心理补救。

### 例三：幼师

某幼儿园副园长吴冬梅：传统观念认为，幼师就是“保姆”、“阿姨”，看着孩子就可以了。这几年开始重视学前教育的重要性，所以，目前在幼儿园里，老师要教6个学科：语言、数学、社会（合作分享）、健康（体育）、音乐（艺术）、科学（常识和手工）。

除了具备这些基本的知识技能外，幼师这一职业还要求在性格上是温柔的、耐心的、有爱心的。在国外，幼师还必须参加过义工、爱心服务等锻炼，遗憾的是，目前，在国内常常会忽略考察幼师性格、人品、师品等。

吴冬梅称，一个幼儿园老师通常要面对20~30个小朋友，这就要求幼师精力旺盛、富有爱心和激情，同时还必须是一个善于自我调节、控制情绪的高手。

3. 对我来说，坚持理想和达成目标是轻而易举的。

4. 我自信能有效地应付任何突如其来的事情。

5. 以我的才智，我能应付意料之外的情况。

6. 如果我付出必要的努力，我一定能解决大多数的难题。

7. 我能冷静地面对困难，因为我信赖自己处理问题的能力。

美国心理学家和职业指导专家霍兰德经过十几年的跨国研究，提出了职业人格理论。他将职业选择看作一个人人格的延伸。他认为，个人的性格与工作环境之间的适配和对应是职业满意度、职业稳定性与职业成就的基础。人的性格大致可以划分为六种类型——研究型、艺术型、现实型、社会型、企业型和常规型。这六种类型分别与六类职业相对应，如果一个人具有某一种性格类型，便易于对这一类职业发生兴趣，从而也适合于从事这种职业。

### 1. 研究型

#### ——探索事物的本真

个性形容词：谨慎、严格、严肃、内向、谦虚、独立性强

性格特色：他们心底通常会有十万个为什么，喜欢从自然界变化等各种事物中发现奥妙之处，并迫不及待地想要追根究底。他们通常喜欢做统计分析，具备从事调查、观察、评价、推理等方面活动的能力。

职业选择：适宜从事科学研究和科学实验工作，比如自然科学和社会科学方面的研究人员；化学、冶金、电子等方面的工程师、技术人员；飞机驾驶员、计算机操作员等。

### 2. 艺术型

#### ——记录心灵的路程

个性形容词：浪漫、敏感、感性、情绪充沛、富有想象力

性格特色：内心活动比较复杂，情感充盈、敏感，善于表达且富有想象力，却相对缺乏实际性。他们具备艺术性、独创性的表达和直觉能力，对美的追求相对苛刻。

职业选择：各类型艺术创作工作，比如音乐、舞蹈、戏剧等方面演员、艺术编导；文学、艺术方面的评论员；绘画、书法、摄影家；艺术、家具、珠宝、房屋装饰等行业的设计师等。

6. 常规型  
——享受从容的姿态  
个性形容词：传统、精确、注重细节、有恒心、有效率、服从组织安排  
性格特色：踏实稳重、平和，却有些缺乏竞争意识。他们能完成上司交付的任务，严守纪律，却不太奢求更高的职位和工作形式。

职业选择：适宜从事各类与文件档案、图书资料、统计报表之类相关的工作，如会计、出纳、统计人员、图书管理员、审计人员、人事职员等。

(羊晚)

8. 面对一个难题时，我通常能找到几个解决方法。

9. 有麻烦的时候，我通常能想到一些应付的方法。

10. 无论什么事在我身上发生，我都能应付自如。

记分方法：  
分数越高说明越自信

1~10分：你的自信心很低，甚至有点自卑，建议经常鼓励自

## 六种性格你是哪一种？

### 3. 现实型

#### ——咬合生命的齿轮

个性形容词：坦率、正直、诚实、谦逊

性格特色：这类人是注重实际的唯物主义者，他们通常具备机械操作能力或一定的体力，适合与机械、工具、动植物等具体事物打交道，他们具有实干家的精神，喜好乐此不疲地对具体事物进行研究。

职业选择：适宜从事各类工程技术工作。通常需要一定体力，需要运用工具或操作机器，主要职业有：工程师、技术员、测绘员等。

### 4. 社会型

#### ——跨越心灵的沟壑

个性形容词：善良、热情、灵活、耐心、慷慨大度、善于劝说

性格特色：社会型的人拥有一颗活跃的心，他们通过自己良好的社会关系使得自己左右逢源，成为别人倾诉苦恼的最佳听众。他们融情感和理性为一体，为他人提供精妙而有意义的建议，安慰他人的心灵慰藉。

职业选择：适宜从事各种为他人服务的工作，如医疗服务、教育服务、生活服务等，如教师、保育员、医护人员、衣食住行服务行业的经理等。

### 5. 企业型

#### ——征服繁杂的疑惑

个性形容词：乐观、自信、外向、雄心勃勃、敢于冒险、思维活跃

性格特色：无疑，企业型的人是适合当领导的人。他们对自己的才能自信且勇于表现，同时，有一定的集权性倾向，具备劝说、管理、监督、组织和领导等能力。

职业选择：适宜从事经理、企业家、政府官员、商人、行业部门和单位的领导者、管理者等。

### 6. 常规型

#### ——享受从容的姿态

个性形容词：传统、精确、注重细节、有恒心、有效率、服从组织安排

性格特色：踏实稳重、平和，却有些缺乏竞争意识。他们能完成上司交付的任务，严守纪律，却不太奢求更高的职位和工作形式。

职业选择：适宜从事各类与文件档案、图书资料、统计报表之类相关的工作，如会计、出纳、统计人员、图书管理员、审计人员、人事职员等。

择业时应考虑一下自己的性格特点

己，相信自己是行的，正确对待自己的优点和缺点，学会欣赏自己。

10~20分：你的自信心偏低，有时候会感到信心不足，找出自己的优点，承认它们，欣赏自己。

20~30分：你的自信心较高。

30~40分：你的自信心非常高，但要注意正确看待自己的缺点。