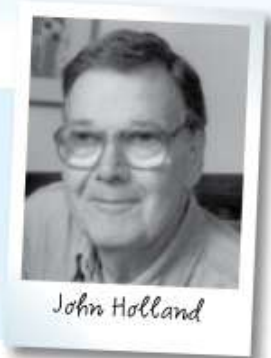


Τεστ Αυτογνωσίας (βασισμένο στη θεωρία του Αμερικανού Ψυχολόγου John L. Holland)

Θεωρία του John Holland

Στην επιλογή για το/τα επάγγελμα/τα που θα σε ενδιέφεραν περισσότερο, ίσως να βρεις χρήσιμη και την πιο κάτω Θεωρία της Επαγγελματικής Τυπολογίας του John Holland (1973), πάνω στην οποία είναι βασισμένα και διάφορα ψυχομετρικά εργαλεία (Τεστ) επαγγελματικού προσανατολισμού.



John Holland

Οι προτιμήσεις σου για ενασχόληση με ορισμένες δραστηριότητες αντιπροσωπεύουν ή υποδηλώνουν τα ενδιαφέροντά σου. Για παράδειγμα σε μερικούς ανθρώπους αρέσει να ζωγραφίζουν, σε άλλους να μαστορεύουν, να εξερευνούν νέες ιδέες, κ.λ.π.

Παρακάτω ακολουθούν ορισμένες προτάσεις. Αξιολόγησε την κάθε μια σχετικά με την κλίμακα που παρατίθεται. Η αξιολόγηση αυτή θα σε βοηθήσει στο τέλος να διαπιστώσεις τις περιοχές των ενδιαφερόντων σου, οι οποίες κατά το Holland σχετίζονται με ορισμένα είδη επαγγελμάτων.

Κλίμακα αξιολόγησης:

- 1 = Διαφωνώ απόλυτα,
- 2 = Διαφωνώ,
- 3 = Ούτε διαφωνώ, ούτε συμφωνώ
- 4 = Συμφωνώ,
- 5 = Συμφωνώ απόλυτα.

Π

1.	Μου αρέσει να φτιάχνω και να επιδιορθώνω πράγματα	1	2	3	4	5
2.	Μου αρέσει να βρίσκομαι σε πολύ καλή φόρμα	1	2	3	4	5
3.	Μου αρέσει να φτιάχνω πράγματα με τα χέρια μου	1	2	3	4	5
4.	Μου αρέσει να ασχολούμαι με πράγματα κοντά στη φύση	1	2	3	4	5
5.	Μου αρέσει η σκληρή σωματική δουλειά	1	2	3	4	5
6.	Νιώθω άνετα όταν δουλεύω με εργαλεία και μηχανές	1	2	3	4	5

ΕΡ

1.	Μου αρέσει να κατανοώ τα πράγματα σε βάθος	1	2	3	4	5
2.	Μου αρέσει να εξερευνώ νέες ιδέες	1	2	3	4	5
3.	Μου αρέσει να ασχολούμαι με την επίλυση προβλημάτων	1	2	3	4	5
4.	Μου αρέσει να θέτω ερωτήματα	1	2	3	4	5
5.	Μου αρέσει να ενημερώνομαι για καινούρια πράγματα	1	2	3	4	5
6.	Μου αρέσει να δίνω τις δικές μου ερμηνείες / λύσεις σε προβλήματα	1	2	3	4	5

ΚΑ

1.	Μου αρέσει να πηγαίνω σε καλλιτεχνικές εκθέσεις και να παρακολουθώ θεατρικά και κινηματογραφικά έργα	1	2	3	4	5
2.	Μου αρέσει να διαφέρω από τους άλλους	1	2	3	4	5
3.	Μου αρέσει να ξεχνώ τα πάντα όταν είμαι δημιουργικός / ή	1	2	3	4	5
4.	Θεωρώ σημαντικό να έχω γύρω μου όμορφα και ασυνήθιστα πράγματα	1	2	3	4	5
5.	Μου αρέσει να χρησιμοποιώ τη φαντασία μου	1	2	3	4	5
6.	Μου αρέσει να εκφράζομαι σε ένα κομμάτι χαρτί, μέσα από τη ζωγραφική, τη μουσική ή την κατασκευή πραγμάτων	1	2	3	4	5

Κ

1.	Μου αρέσει να συναναστρέφομαι με ανθρώπους	1	2	3	4	5
2.	Μου αρέσει να συζητώ με άλλους ανθρώπους για διάφορα θέματα	1	2	3	4	5
3.	Μου αρέσει να δίνω προσοχή στο τι θέλουν οι άλλοι	1	2	3	4	5
4.	Μου αρέσει να βοηθάω τους ανθρώπους	1	2	3	4	5
5.	Μου αρέσει να βοηθάω τους ανθρώπους να αναπτύσσονται και να μαθαίνουν	1	2	3	4	5
6.	Με ενδιαφέρει περισσότερο με ποιόν είμαι παρά που είμαι	1	2	3	4	5

ΕΠ

1.	Μου αρέσει να πείθω και να επηρεάζω τους άλλους	1	2	3	4	5
2.	Μου αρέσουν δραστηριότητες που απαιτούν τη δική μου ενέργεια και την ευελιξία μου	1	2	3	4	5
3.	Μου αρέσει να κάνουν οι άλλοι αυτό που τους ζητώ	1	2	3	4	5
4.	Μου αρέσει να διακινδυνεύω (να ρισκάρω)	1	2	3	4	5
5.	Μου αρέσει να παίρνω αποφάσεις	1	2	3	4	5
6.	Μου αρέσει να οργανώνω τους άλλους και να τους μεταδίδω τον ενθουσιασμό μου για ένα έργο	1	2	3	4	5

Ο/Δ

1.	Μου αρέσει να μου δίνουν σαφείς οδηγίες	1	2	3	4	5
2.	Μου αρέσει να προσέχω τη λεπτομέρεια στη δουλειά μου	1	2	3	4	5
3.	Μου αρέσει να υπάρχει προγραμματισμός και σαφής οργάνωση στη δουλειά	1	2	3	4	5
4.	Οι άλλοι μπορούν να με εμπιστευτούν σχετικά με τη διεκπεραίωση μιας εργασίας που μου έχουν αναθέσει	1	2	3	4	5
5.	Μου αρέσει να δουλεύω με αριθμούς	1	2	3	4	5
6.	Μου αρέσει να οργανώνω προγράμματα, ιδέες και ανθρώπους με κάθε δυνατή λεπτομέρεια	1	2	3	4	5

ΤΥΠΟΙ ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΑΣ ΣΥΜΦΩΝΑ ΜΕ ΤΑ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝΤΑ:

Π = ΠΡΑΚΤΙΚΟΣ

Ε = ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟΣ

ΚΑ = ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΟΣ

Κ = ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ

ΕΠ = ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΣ

Ο/Δ = ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟΣ / ΔΙΟΙΚΗΤΙΚΟΣ

Επαγγελματικές κατηγορίες / Ενδεικτικά επαγγέλματα για τον κάθε τύπο του Holland:

ΠΡΑΚΤΙΚΟΣ	ΕΡΕΥΝΗΤΙΚΟΣ	ΚΑΛΛΙΤΕΧΝΙΚΟΣ
<p>Μηχανολογία Τεχνολογία Η/Υ και Ηλεκτρολογία Κατασκευές Τεχνικές Εργασίες Ένοπλες δυνάμεις Υπηρεσίες Ασφαλείας Φύση και Γεωργία Αθλητισμός Ναυτιλία</p> <p>π.χ. αγρότης – γεωργός γεωπόνος δασοφύλακας ζαχαροπλάστης ηλεκτρολόγος κηπουρός κομμωτής μάγειρας μηχανικός αυτοκινήτων πυροσβέστης ξυλουργός υδραυλικός χειριστής μηχανημάτων κ.ά</p>	<p>Έρευνα Φυσικές Επιστήμες Χημεία και Επιστήμες Ζωής Επιστήμες Υγείας Μαθηματικά και Στατιστική</p> <p>π.χ. αρχαιολόγος αρχιτέκτονας αστρολόγος βιολόγος βοτανολόγος γεωλόγος γιατρός διαιτολόγος μαθηματικός οδοντίατρος πιλότος στατιστικολόγος τεχνολόγος τροφίμων τοπογράφος φαρμακοποιός φυσικός χημικός χημικός μηχανικός κ.ά.</p>	<p>Τέχνες Έκφρασης κ Ψυχαγωγίας Συγγραφή και ΜΜΕ Αισθητική και Δημιουργία Μαγειρική και Ξένες Γλώσσες Εικαστικές Τέχνες</p> <p>π.χ. αρχιτέκτονας γραφίστας διακοσμητής διαφημιστής ζωγράφος ηθοποιοί καθηγητής μουσικής κριτικός τέχνης μουσικός ποιητής σκηνογράφος συγγραφέας συνθέτης σχεδιαστής μόδας τραγουδιστής χάρακτης χορογράφος κ.ά</p>
ΚΟΙΝΩΝΙΚΟΣ	ΕΠΙΧΕΙΡΗΜΑΤΙΚΟΣ	ΟΡΓΑΝΩΤΙΚΟΣ
<p>Συμβουλευτική κ Ψυχολογία Θεολογία και Εκπαίδευση Υγειονομική Φροντίδα Κοινωνικές Επιστήμες Νομική</p> <p>π.χ. αστυνόμος δημοσιογράφος διαιτολόγος εκπαιδευτικός εργοθεραπευτής ιερέας κοινωνικός λειτουργός κοινωνιολόγος λογοθεραπευτής νοσοκόμος ξεναγός σύμβουλος ψυχολόγος κ.ά.</p>	<p>Επιχειρηματικότητα Διοίκηση και Πωλήσεις Μάρκετινγκ και Διαφήμιση Πολιτική και Διπλωματία</p> <p>π.χ. ασφαλιστής διερμηνέας δικηγόρος έμπορος / επιχειρηματίας κτηματομεσίτης νομικός σύμβουλος ξενοδόχος οικονομολόγος πολιτικός σύμβουλος επιχειρήσεων ταξιδιωτικός πράκτορας τραπεζίτης υπεύθυνος πωλήσεων χρηματιστής κ.ά.</p>	<p>Λογιστική Χρηματοοικονομικά Τουρισμός και Φιλοξενία Οργάνωση γραφείου</p> <p>π.χ. αποθηκάριος γραμματέας δακτυλογράφος δικαστικός υπάλληλος βιβλιοθηκάριος λογιστής ξενοδοχοϋπάλληλος οικονομικός αναλυτής ρεσεψιονίστ σερβιτόρος ταμίας ταχυδρόμος τραπεζικός υπάλληλος υπάλληλος γραφείου κ.ά.</p>