



# 年轻人求职,性格测试有多重要

12355 青春热线

## 不要以爱之名 行暴力教育

中青报 中青网记者 沈杰群

亲子沟通障碍和暴力教育,是造成一些家庭矛盾激化的重要原因。近来,12355青少年服务热线就围绕这类问题,为相关家庭子女和父母提供心理帮助。

团嘉兴市委12355青少年服务台心理专家、秀洲区康安医院院长沈明芳分享了近期进行心理帮助的案例。初一学生小章因为学习与爸爸发生激烈冲突,并离家出走。小章拨打了团嘉兴市委12355青少年服务热线电话,沈明芳接到电话时听到小章上气不接下气,用哽咽的声音说:老师,爸爸刚刚打我,我受不了就跑出来了,太难受了,感觉活着太没意思。

沈明芳确认小章此刻是安全的,然后进行询问。当小章在完成作业后刚打开手机玩了一会儿,就被爸爸撞见了。爸爸下意识以为孩子一直在玩手机,没有好好学习,非常愤怒。

小章告诉沈明芳,爸爸经常将自己和别人家的小孩进行比较。她平时非常努力,但由于成绩没有大幅度进步,爸爸时常责骂,甚至动手打她。

沈明芳安慰小章:你一直都有自己的计划和想法,但是爸爸妈妈似乎看不到你的努力,这让你很难过。你其实渴望他们能看到你的努力。

小章说,自己内心最大的希望是多得到父母的信任。但由于平时爸爸性格强势且暴躁,她不敢直接表达真实的想法。

经过开导,小章的情绪慢慢稳定下来。沈明芳提出,可以和她爸妈直接沟通。

第二天,沈明芳请小章一家来到心理咨询室,为他们开展系统的家庭治疗。沈明芳发现,小章父母出现的问题是:不了解青少年儿童的心理特点,一味使用自己小时候所接受的教育方式。沈明芳问小章爸爸:看到你为了孩子能够有所成就付出了很多努力,如果您在工作中也经常否定,内心会是什么样的感受?

小章爸爸沉默了很久,意识到自己一直以来批评小章、将她与别人比较的行为,没有起到激励作用,反而让孩子失去信心,以及对家长的信任。

沈明芳约定与小章一家开展一周一次的家庭咨询。每个人都需要被尊重、被肯定、被看见,这一阶段的孩子独立意识和自我意识都在增强,更加需要被平等对待,像大人一样被尊重。

经过一个月系统的家庭治疗后,小章父母学习到该如何与孩子心平气和交流问题。随着沟通模式的改善,亲子关系也得到修复。

像小章一家出现的家庭教育和亲子沟通问题,在平日心理热线咨询中屡见不鲜。沈明芳指出,造成这类问题的原因可以归结为:家长们不了解青少年的心理特点,过分关注学习,对孩子全方位管束,不给孩子自我成长与发展的空间,让孩子对家长的教育不胜其烦,迫使孩子远离父母。

沈明芳建议,家长要理解孩子的心理特点,反省自身言行,掌握沟通的方法和技巧,拓宽沟通的话题,保障交流的时间,提供平等的交流空间,不要以爱之名行暴力教育。



方刚



## 正确、科学使用性格测试工具

大家已经开始关注性格因素,这是好事。分数只能代表能力因素,最终还是要看这个人能不能在社会上创造价值,这是很重要的。康申德也指出,经过科学检验的性格测试,才能具有较高的效度,适合用来作为职场选拔人才的工具,而随意的提问和判断则有欠公平。

康申德说:企业用它(性格测试)招人,本身无可厚非。但是不是能够测准,要看工具本身。

关于性格测试的题目,丝丝建议公司不要使用市面上已经完全确定、大家很了解的题目来进行测试。

我之前经历过的公司采用的是一种比较科学的测评方法,它会吧若干个不同逻辑关系的测试题揉在一起。题目之间存在逻辑,你无法明确地知道哪一个答案是公司需要的。丝丝说,测评前她会和候选人沟通,按照真实的情况作答,入职决策时公司也会综合看待测评结果。

公司做性格测试的初衷是综合了解团队成员的情况,让现有团队成员之间形成取长补短的模式。如果大家都是内向型的人,那就需要有一个外向型的人来进行调节。如果团队成员都是理性的,那需要一个感性的人来凝聚团队的氛围。丝丝说,高艳表示,当企业选择使用性格测试作为招聘工具之一时,必须要重视对测验使用者的培训。

每一个性格测验都有其适用场景和标准。如果用用人单位测验者没有经过训练,就有可能出现误用的问题,比如根据某一个单一的分数和结果,直接给应聘者贴内向或者外向的标签,很可能跟他们的实际表现差距很大。

高艳说:终身发展理论认为人格类型在25岁之前逐步发展,到25岁左右会趋于稳定,但也并不意味着永远不再变了。所以MBTI的结果只是人们一生中某一特定时间的特定偏好,它不是一成不变的,我们没有必要被它框死。

(应受访者要求,丝丝、王凡、田一哲、李可、宁颖均为化名)

最后,重头戏来了,我们该怎么看待自己的结果呢?是不是做完了就结束了,我就是这样的人了?其实不是的。测验的结果出来,才是自我探索刚刚开始!

我们需要想一想,我们是不是这样的人?这时候,不要给自己贴标签!做测验是为了更好地了解自己,更好地去探索。我们还需要好好想一想,这是我吗?这4个字母能够代表我吗?有没有什么例子可以证明这不是我?这个性格类型是我喜欢的吗?我需要做哪些改变可以变成那个理想的我呢?

对于年轻人求职来说,性格测试有用吗?重要吗?如果这个测试能够让你对自己、对他人、对人和人之间的差异有更多的认识、理解和包容,从而更好地适应这个变化迅速的世界,这个测验就是有用的。如果这个测验让你看人更加刻板、狭隘,给自己和别人贴了很多标签,甚至当成算命用的工具,用来武断地预测一个人未来的发展,那还是要谨慎对待。

如果真地被HR要求在简历上填写自己的MBTI结果的话,或许可以把EISNTEJP这8个代码都写上,再顺便补上一句:4个代码并不能够全面代表我,我可以不在不同的情境下切换状态,成为那个理想中的我!

首先,在选择上,我们应该尽量选择正式的、项目较多的测验,如93题版本的MBTI。量表的题目越少对生活情景的涵盖越不全面,出现偏差的可能性越大。如果可以的话,可以选择去官网做测验。

其次,在做的时候,选择最符合自己情况的选项。不要迎合社会上所谓主流的选择,比如社会上认为外向的人更好,更容易打交道,你就选择外向。其实MBTI设计之初也是说任何选择都没有好坏之分,任何一个选择也都有优势和劣势。只有按照自己的喜好,遵从自己的本心,这样的结果才更有参考价值。



视觉中国供图

别。丝丝举例,如果这个岗位是平面设计、剪辑类,技术含量高的岗位,公司会依照其过往的作品和履历来决定。如果是公关、总裁助理类,工作能力和性格测评结果强相关的岗位,公司就会把性格在入职决策中的占比加大一点。

性格没有好坏之分,没有公司是对某一性格的人完全拒绝的。

田一哲是一名刚步入职场不久的互联网公司人力专员,公司目前虽然没有开展性格测试,但正在推进过程中。田一哲说,面试过程中,公司对候选人的性格以及三观的考核非常看重,在入职决策中占比大约40%。一般来讲,成熟、乐观、开朗、外向性格的人比较受欢迎,孤僻、敏感、懒惰等性格的人,公司会更慎重考虑。但这不是绝对的,公司不会仅仅因为一个人的性格就决定录用结果,招聘与否需要结合岗位具体分析。

田一哲表示,性格测试的初衷是规避风险,同时也是对候选人负责。如果性格不适合公司或岗位,候选人入职后也会感觉痛苦,双方都会受到损失。

工作近10年的丝丝,如今拥有在多家公司招聘的经验。根据岗位的不同,性格测试在入职决策中的占比会有所区别。

高艳认为,求职的年轻人,不必在性格测试上迎合岗位的需求。你通过筛选,到了一个不适合的岗位上,对长远发展也没什么好处。表达最正常的自己,就算对方把你筛掉了,也不见得是坏事。高艳说。

从用人单位角度出发,我们要关注MBTI的核心价值与其用在筛选上,不如用在沟通上。性格测试应当帮助用人单位了解每个求职者的风格和特点,从而找到团队合作里最合适的场景。

高艳说,求职的年轻人,不必在性格测试上迎合岗位的需求。你通过筛选,到了一个不适合的岗位上,对长远发展也没什么好处。表达最正常的自己,就算对方把你筛掉了,也不见得是坏事。高艳说。

从用人单位角度出发,我们要关注MBTI的核心价值与其用在筛选上,不如用在沟通上。性格测试应当帮助用人单位了解每个求职者的风格和特点,从而找到团队合作里最合适的场景。

高艳说,求职的年轻人,不必在性格测试上迎合岗位的需求。你通过筛选,到了一个不适合的岗位上,对长远发展也没什么好处。表达最正常的自己,就算对方把你筛掉了,也不见得是坏事。高艳说。

高艳说,求职的年轻人,不必在性格测试上迎合岗位的需求。你通过筛选,到了一个不适合的岗位上,对长远发展也没什么好处。表达最正常的自己,就算对方把你筛掉了,也不见得是坏事。高艳说。

高艳说,求职的年轻人,不必在性格测试上迎合岗位的需求。你通过筛选,到了一个不适合的岗位上,对长远发展也没什么好处。表达最正常的自己,就算对方把你筛掉了,也不见得是坏事。高艳说。

高艳说,求职的年轻人,不必在性格测试上迎合岗位的需求。你通过筛选,到了一个不适合的岗位上,对长远发展也没什么好处。表达最正常的自己,就算对方把你筛掉了,也不见得是坏事。高艳说。

高艳说,求职的年轻人,不必在性格测试上迎合岗位的需求。你通过筛选,到了一个不适合的岗位上,对长远发展也没什么好处。表达最正常的自己,就算对方把你筛掉了,也不见得是坏事。高艳说。

## 仿佛一夜之间,社交网络被MBTI测试结果刷屏了。求职过程中如何看待性格测试,我们能多大程度相信MBTI?

中青报 中青网记者 沈杰群 见习记者 李丹萍

近来的聚会,破冰话题不再只是星座、属相,MBTI性格测试也加入群聊。测试结果为ENTJ-A的人,性格大胆,是富有想象力且意志强大的领导者;ESFJ-A性格的人极有同情心,乐于助人。

仿佛一夜之间,社交网络被MBTI测试结果刷屏了。这绝非测试性格的唯一方法,九型人格测试、青年人格测试等都被广泛传播,有些甚至成为招聘考核的必备环节。

如今是一名公司HR的丝丝刚入职时,公司招聘必做性格测试。当时有一个候选人的测评结果显示,他处于严重的焦虑状态。候选人看到结果后十分暴躁:你们凭什么用这个结果来定义我?这是对我人格的侮辱!

95后姑娘宁颖最近求职必做性格测试。我感觉自己已经摸清套路了,能投其所好地回答,绝对能表演出完美人格。

资深互联网从业者王凡认为,信息过载促使性格测试在招聘中的广泛运用,因为这样能给出一个关乎是否匹配的答案。

所以,当年轻人求职时,性格测试是否重要?

### 测试人格特质和岗位的匹配性

媒体人李可堪称性格测试做题家,从大四着手找工作到现在,她做过的性格测评至少有20套。从最开始的严肃以待,到现在的无所谓,李可说自己已经麻木了。

比如,一项紧急且复杂的工作打乱了你的休假计划,你的心情如何?选项包括:非常生气,比较生气,一般,比较平

### 性格测试应是垫脚石,而不是绊脚石

MBTI的结果不是阻挡我们发展的

## 我该怎么去做MBTI呢

过几十年的发展,MBTI的STEP III版本已经不仅仅局限于给出4个字母,而是强调个体差异,强调通过对于结果的交流,获得丰富独特的个人体验。

MBTI是基于心理学家荣格的心理学理论提出的,荣格通过临床观察和心理分析得出的个体行为差异的三个维度:(1)生活态度:外向-内向,这个分类已经深入人们的生活;(2)信息获取方式:感觉-直觉,偏好感知事实和细节还是感知整体与可能性;(3)决策方式:思考-情感,偏好依据逻辑来作判断还是依据情感和逻辑来作判断。Myers和Briggs在这三个维度的基础上补充了一个新维度生活态度取向:判断-知觉,偏好标准可控的生活方式还是灵活开放的生活方式,从而用四个维度描述个体的行为差异,也就有了4个字母组成的代码。

### MBTI准吗

可以说准,也可以说不准,重点是怎么看MBTI的结果。

每年有数百万人利用MBTI作职业相关的决定,可以说是当前社会上最流行的性格测验,它可以帮助我们区分出不

同类型的人,进而帮助他们更好地了解自己。

但MBTI确实有自身的局限性。做过MBTI的人会发现每道题只有两个选择,我们如果感觉这两种情况都会出现时,却最终需要被迫选出一个答案。

比如有道题是这样的:当你和一群人在一起时,你通常会:A.加入大家的讨论;B.在一个时间只和一个人谈话。有些人可能会果断选A,而有的人会好好思考,分情境仔细思考,最终纠结地也选了A,显然他们是不一样的。这样做下去,最后得到的结果可能与那个真实的自己已经相差较大了。MBTI的结果是通过判断每个维度中哪一端更占优势得出的。比如两个人得出的结果都是ISJT,但是一个人的S和N很接近,而另一个人则相差较远。他们虽然是同一性格类型,但可能在生活中会有很大的不同。说白了,就是这种非黑即白的划分方法本身的问题。

还会有人说前后两次做MBTI的结果会出现很大不同,这个也很正常。比如说一共10道题是用来测量区分内向和外向的,我可能是个比较居中的人,倾向没有那么明显,如果这次我选了4个外向,6

## 青春期性教育:在孩子可能跌倒的地方扶起他

女两册,只是为了阅读方便。

我们主张性教育课男女孩子一起上,去除上反而制造神秘感,性教育首先要公开的就是神秘感和羞耻感。方刚说,只有一些需要分享个人私密体验的时候,可以回避,比如女生分享自己的月经经历等。

男生版和女生版的目录互成镜像,当男生看到我不喜欢足球,被嘲笑不是个男生,怎么办时,女生相看到的是我喜欢男生办的运动,不喜欢女生做的运动,怎么办;男生和女生也都会面临爱上老师怎么办,怎样走出失恋阴影的困惑。

方刚说,同类型的问题,给男生和女生的答案在整体上不会有什么不同,考虑到社会对性别的刻板印象,对男生和女生可能会有不同的建构。比如,只有女生会受到性骚扰吗,这是性教育要深刻反思的。

当孩子们讨论着时间管理大师二次元性爱,作为教育者,方刚也需要不断学习,才能跟得上孩子们的话语体系。不能用原有的思维和眼光来看这一代年轻人,性教育不能以成年人的视角为中心,要看到孩子们的想法。他们关心的,才是我们应该去帮助他们探索的,而

不是把我们关心的问题强加给他们。

### 我们反对对孩子说那样做是不对的

在上一代人眼中,孩子不懂性,甚至应该远离性,这其实是一种反性教育的理念;对此,孩子的做法就是回避,他可以瞒着你啊。方刚说,我们经常看到父母特别吃惊的场面,孩子说的话,父母也听不懂。和孩子相比,父母有时候反而是性无知。

不可否认,性教育在不断普及,但在数十年的教育生涯中,方刚发现,关于性本身,孩子们各有各的困惑,而普遍问题在于孩子和父母的冲突。随着孩子通过互联网等渠道接触到的性信息越来越丰富、多元,他们和父母的冲突也越来越大。

那样做是不对的!不能那样做!这样做才对!方刚说,父母和老师习惯对孩子这样说,我们要反对的是这种说话方式,以及背后的思维方式和价值观。

方刚认为,当父母和老师习惯告诉孩子什么能做、什么不能做的时候,可能基于保护的初衷,但与此同时,也剥夺了孩子自主选择和自我成长的机会,没有选择,就没有思考;没有思考,就没有

成长。有一次课程结束,一个孩子对方刚说,你是不见过的最不像老师的老师。方刚理解了这句话,我没有告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

### 尊重的前提是让孩子充分了解选择的后果

如果把选择的权力交给了孩子,教育者要做的是什么呢?我们要做的是帮助孩子获得选择的能力。方刚说,以恋爱教育为例,传统教育在大多数情况下反对未成年恋爱,我们只会跟孩子们花一整天时间来讨论,面对一份感情该怎么办。

学生可能会有四种选择:暗恋、表白、做朋友、放弃;然后接着讨论,每一种选择将有什么收获,又将有什么风险;收获当然好,遇到风险又该怎么办选择。方刚说,我们要做的不是告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

方刚说,我们要做的不是告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

方刚说,我们要做的不是告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

方刚说,我们要做的不是告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

方刚说,我们要做的不是告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

方刚说,我们要做的不是告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

方刚说,我们要做的不是告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

方刚说,我们要做的不是告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

方刚说,我们要做的不是告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

方刚说,我们要做的不是告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

方刚说,我们要做的不是告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

方刚说,我们要做的不是告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

方刚说,我们要做的不是告诉孩子什么对什么错,不直接出主意,而是一起分析、思考、选择。

## 性教育不能以成年人的视角为中心,要看到孩子们的想法。

中青报 中青网记者 蒋肖斌

有的问题每一届孩子都好奇过,比如,青春期的身体发生了什么变化,暗恋一个人要不要表白;有的问题是新冒出来的,比如,性骚扰只是男生针对女生吗,女性专用车厢是对女性的尊重吗。

性与性别研究专家方刚,长期致力于青少年性教育。在最新出版的两册《女(男)孩的青春期性教育》中,他和团队成员以问答形式,为孩子们解答好奇与困惑。

方刚是赋权型性教育理论的提出者,他认为,年龄与对错没有必然的关系,父母和老师不能总认为自己是正确的,觉得孩子不能被信任。好的教育应该是帮助年轻人提高思考能力,增强选择能力。

### 性教育要分男女吗

方刚解释,性教育不应该分男女,恰恰相反,消解性别二元划分的性教育是非常重要的。这套书分为男



扫一扫 看视频