

## OHN L. HOLLAND'O profesijos pasirinkimo testas

### SAVARANKIŠKO PROFESIJOS PASIRINKIMO KLAUSIMYNAS

Šis savarankiško profesijos pasirinkimo klausimynas skirtas profesinės veiklos tyrimui ir planavimui: Jūsų interesus, sugebėjimus bei polinkius sieja su daugiau nei 1000 profesijų, gali patvirtinti Jūsų mintis apie būsimą profesiją arba pasiūlyti kitus variantus tolimesniam svarstymui.

Klausimynas nieko nesako apie tai, ar Jūs turite vienai ar kitai profesijai būtinus išsilavinimą, gebėjimus, patirtį. Tačiau daugumai žmonių profesijos pasirinkimas gali pareikalauti daugiau pastangų ir laiko. Atminkite, kad šis klausimynas skirtas profesijos ieškojimui, bet jis nenuspręs už Jus, kokią profesiją pasirinkti. Atlikus visas užduotis, Jūs galite ieškoti papildomos informacijos apie Jus dominančias profesijas.

J. Hollando teorija ir ilgametis praktinis darbas rodo, kad žmonės (pagal interesus ir sugebėjimus) bei profesijas (pagal darbui keliamus reikalavimus) galima suskirstyti į šešis tipus. Šie tipai vadinami:

**Praktinis (P), Tiriamasis (T), Meninis (M), Socialinis (S), Dalykinis (D) ir Normatyvinis (N).**

Žmogų ir profesiją dažniausiai apibūdina dviejų ar daugiau tipų kombinacija, pvz. Praktinis-Tiriamasis, Dalykinis-Normatyvinis arba Meninis-Socialinis. J. Hollando teorijoje šie šeši tipai vaizduojami šešiakampio pavidalu (žr. pav. 1), kuriame labiausiai susiję tipai yra išsidėstę šalia, o mažiausiai susiję - nutolę vieni nuo kito. Taigi, erdvinis atstumas tarp tipų šešiakampyje nusako jų panašumą (pvz., šalia esantys Praktinis ir Tiriamasis tipai turi tarpusavyje daugiau bendro, nei diametraliai priešingai išsidėstę Praktinis ir Socialinis tipai).

### I. VEIKLA

Pav. 1. Netaisyklingas šešiakampis atspindi realų santykį tarp šešių J. Hollando tipų, o taisyklingas šešiakampis (punktyrinė linija) - teorinį santykį tarp jų.

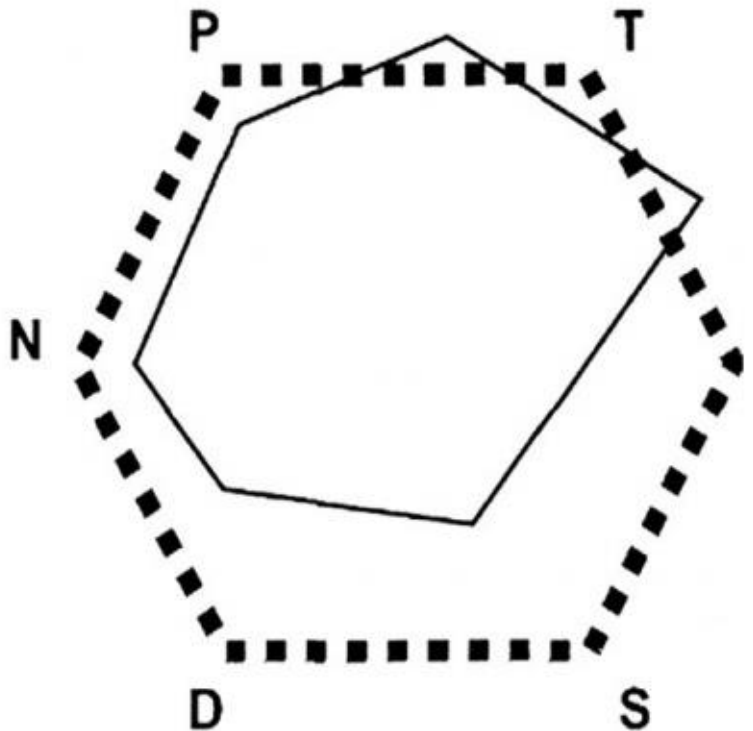
Tačiau net šalia išsidėstę tipai turi prieštaringų savybių. Ryškiausias pavyzdys, tai Meninis ir Socialinis tipai: pirmojo tipo žmonės mėgsta dirbti vieni ir nepriklausomai, o Socialinio tipo - dirbti kolektyve ir būti dėmesio centre.

Tikrąjį santykį tarp šių tipų vaizduoja netaisyklingas šešiakampis (žr. pav. 1), t. y. tokie interesų tipai kaip Praktinis ir Tiriamasis turi daugiau bendro, nei Socialinis ir Meninis tipai.

J. Hollando teigimu žmogus, pasirinkdamas profesiją, išreiškia savo asmenybę. Panašūs žmonės renka panašias profesijas.

Pasitenkinimas profesine veikla, jos sėkmė priklauso nuo to, kiek žmogaus asmenybė (tipas) dera su profesine aplinka (tipu). Taigi, žmogus jausis gerai toje profesinėje aplinkoje, kuri atitinka jo asmenybės tipą (interesus, sugebėjimus ir polinkius). Tuomet galima tikėtis stabilesnio, sėkmingesnio darbo, geresnių mokymosi rezultatų ir pasitenkinimo darbu.

Jums išvardintos veiklos rūšys apima platų interesų ir pasirinkimų ratą. Atsakymų lape pažymėkite langelį Taip ties ta veiklos rūšimi, kuri Jums patinka arba Jūs norėtumėte ją užsiimti. Pažymėkite langelį Ne, jei ši veikla Jums nepatinka.



### P VEIKLA

1. Daryti ką nors iš medžio
2. Remontuoti automobilius
3. Valdyti įrengimus ar mechanizmus
4. Taisyti mechaninius prietaisus (pvz. dviratį, siuvimo mašiną)
5. Taisyti tvorą
6. Taisyti elektros prietaisus
7. Naudoti metalo apdirbimo ar šaltkalvio įrankius
8. Organizuoti medžioklę, žvejybą ar iškylą

9. Surinkti muzikinį centrą
10. Dirbti atviraime lauke
11. Lankyti automechanikų kursus

#### **T VEIKLA**

1. Taikyti matematikos principus praktinių problemų sprendimui (pvz. kiek metrų tapetų reikia kambariui išklijuoti)
2. Studijuoti mokslinę teoriją (pvz. gilintis į chemijos mokslo istoriją, dėsnius, problematiką)
3. Mokyti fizikos
4. Dirbti tyrimų laboratorijoje
5. Mokyti statistikos (t. y. mokslo apie skaitmeninių duomenų kaupimą, analizę ir apdorojimą)
6. Studijuoti mokslines problemas (pvz. aplinkos užterštumo mažinimo)
7. Spręsti technines problemas (pvz. naujų energijos šaltinių panaudojimo)
8. Skaityti mokslo knygas ir žurnalus
9. Mokyti chemijos
10. Rengti mokslinį-tiriamąjį projektą
11. Lankyti mokslo muziejų (pvz. istorijos, geologijos)

#### **M VEIKLA**

1. Inscenizuoti apsakymą ar istoriją (pavaizduoti scenoje, režisuoti)
2. Groti muzikos grupėje ar orkestre
3. Groti muzikos instrumentu
4. Rašyti straipsnius žurnalams / laikraščiams
5. Projektuoti baldus, reklaminius plakatus; modeliuoti drabužius
6. Piešti portretus, kurti menines fotografijas
7. Piešti, tapyti, lieti akvareles
8. Kurti eilėraščius, deklamuoti eiles
9. Lankyti dizaino kursą
10. Vaidinti spektaklyje
11. Redaguoti žurnalą ar laikraštį (vadovauti leidimui, tvarkyti turinį, tikrinti ir rengti spaudai tekstą)

#### **S VEIKLA**

1. Mokyti bendravimo psichologijos
2. Dirbti savanoriu visuomeninėje organizacijoje
3. Tirti nepilnamečių nusikalstamumą
4. Domėtis žymių pedagogų ar psichologų veikla
5. Lankyti savęs pažinimo kursą
6. Skaityti psichologijos straipsnius ir knygas
7. Skaityti sociologijos straipsnius ir knygas (pvz. apie viešosios nuomonės ir rinkos tyrimus)
8. Mokyti kitus atlikti kokį nors darbą
9. Padėti neįgaliems žmonėms
10. Padėti kitiems spręsti asmenines problemas
11. Dėstyti aukštojoje mokykloje

#### **D VEIKLA**

1. Mokyti vadybos
2. Mokyti verslo organizavimo pagrindų
3. Vadovauti projekto įgyvendinimui
4. Vadovauti ir prižiūrėti kitų darbą
5. Bendrauti su įtakingais vadovais
6. Skaityti apie žymius verslininkus ar valstybės veikėjus
7. Dalyvauti politinėje kampanijoje (pvz. rinkimų agitacijoje)
8. Vadovauti savo verslui ar įmonei
9. Priimti svarbius sprendimus
10. Daryti įtaką kitiems
11. Dalyvauti prekybos mugėse

#### **N VEIKLA**

1. Sudaryti duomenų apskaitos sistemą
2. Lankyti verslo vadybos kursą
3. Dirbti kompiuteriu
4. Inventorizuoti (tikrinti, rūšiuoti) atsargas ir prekes
5. Tikrinti dokumentus ar produkciją ieškant klaidų ar trūkumų
6. Vesti tikslią išlaidų apskaitą
7. Atlikti įvairius skaičiavimus reikalingus versle ar buhalterijoje
8. Rašyti dalykinius laiškus/raštus
9. Dirbti biuro prietaisais (telefonu, kopijavimo aparatu, faksu)
10. Pildyti įvairius blankus, anketas
11. Lankyti buhalterijos kursus

## II. SUGEBĖJIMAI

Atsakymų lape pažymėkite langelį Taip ties tuo įgūdžiu ar sugebėjimu, kurį tikrai turite. Pažymėkite langelį Ne ties tuo įgūdžiu, kurio neturite.

### P SUGEBĖJIMAI

1. Galiu atlikti smulkų televizoriaus ar radijo aparato remontą
2. Galiu taisyti baldus
3. Galiu naudotis elektriniais medžio apdirbimo įrengimais (pvz. elektriniu pjūkle, šlifavimo ar tekinimo staklėmis)
4. Galiu naudotis elektriniais įrankiais (pvz. grąžtu, trintuve, siuvimo mašina)
5. Moku restauruoti baldus ar medžio dirbinius
6. Moku skaityti / suprasti brėžinius
7. Galiu sukonstruoti / patobulinti kokį nors mechanizmą
8. Galiu atlikti nedidelį elektros įrangos ar prietaisų remontą
9. Galiu pakeisti automobilio tepalus ar padangas
10. Moku naudotis dauguma staliaus įrankių
11. Galiu atlikti nesudėtingą santchnikos remontą

### T SUGEBĖJIMAI

1. Galiu naudotis kompiuteriu mokslinei problemai tirti / studijuoti
2. Galiu paaiškinti nesudėtingas chemijos formules
3. Suprantu, kas yra radioaktyvių elementų skilimo pusperiodis
4. Moku naudotis skaičiuokliu / kompiuteriu
5. Moku naudotis mikroskopu
6. Spręsdamas matematinius uždavinius, galiu pritaikyti algebros žinias
7. Galiu apibūdinti baltųjų kraujo kūnelių funkciją
8. Galiu parašyti mokslinį pranešimą
9. Suprantu, kodėl dirbtiniai palydovai nenukrenta ant žemės
10. Galiu išvardinti tris maisto produktus, kuriuose yra daug baltymų
11. Galiu atlikti mokslinį eksperimentą ar stebėjimą

### M SUGEBĖJIMAI

1. Galiu parašyti kalbą/pranešimą
2. Galiu parašyti naujienų straipsnį
3. Galiu sukurti reklaminį skelbimą
4. Galiu nupiešti žmones taip, kad jie būtų atpažįstami
5. Galiu tapyti ar lieti akvareles; lipdyti skulptūras
6. Galiu meniškai pavaizduoti sąvoką ar idėją (pvz. nupiešti laimę)
7. Galiu suprojektuoti reklaminį standą / plakatą
8. Sugebu raiškiai skaityti
9. Galiu suprojektuoti gaminio (pvz. pieno) įpakavimą
10. Galiu sukurti įstaigos interjerą
11. Galiu vaidinti spektaklyje

### S SUGEBĖJIMAI

1. Sugebu padėti kitiems priimti sprendimus
2. Man gerai sekasi paaiškinti ką nors kitiems
3. Turiu gerus organizavimo sugebėjimus
4. Moku „išjudinti“ / pralinksinti žmones
5. Aplinkiniai neretai siekia išsipasakoti man savo rūpesčius
6. Man sekasi paguosti ir nuraminti žmones
7. Esu dirbęs savanoriu visuomeninėje organizacijoje
8. Sugebu padėti žmonėms planuoti jų ateitį
9. Man lengva bendrauti su įvairiais žmonėmis
10. Man gerai sekasi mokyti kitus
11. Galiu vadovauti diskusijų grupei

### D SUGEBĖJIMAI

1. Sugebu įvertinti savo veiklos efektyvumą/ sėkmingumą
2. Sugebu daryti įtaką kitiems žmonėms
3. Moku rasti bendrą kalbą su sunkaus būdo žmonėmis
4. Galiu organizuoti prekybos mugę
5. Galiu organizuoti kitų darbą
6. Esu geras pardavėjas / moku gerai prekiauti
7. Galiu užtikrinti sėkmingą darbo grupės veiklą
8. Moku gerai ginčytis
9. Esu geras oratorius (moku sakyti viešas kalbas)

10. Moku gerai planuoti
11. Žinau, kaip būti sėkmingu vadovu

#### **N SUGEBĖJIMAI**

1. Sugebu rinkti reikalingą informaciją telefonu
2. Galiu sutvarkyti korespondenciją ir kitus dokumentus
3. Moku apskaičiuoti pajamas ir išlaidas
4. Galiu kruopščiai tvarkyti įrašus apie apmokėjimus ar pardavimą (čekius, sąskaitas)
5. Sugebu kruopščiai ir atsakingai dirbti
6. Galiu užrašyti tekstą iš diktofono
7. Galiu labai greitai rinkti tekstą kompiuteriu
8. Galiu rašyti dalykinius laiškus / raštus
9. Moku naudotis teksto redaktoriumi
10. Moku parengti dalykinius susitikimus, (t. y. rūpintis kvietimais, padalomąja medžiaga, maitinimu)
11. Moku naudotis kopijavimo aparatu, faksu

### **III. PROFESIJOS**

Jums pateikiamas profesijų sąrašas. Pažymėkite langelį Taip, jei profesija Jums patinka, domina. Pažymėkite langelį Ne, jei paminėta profesija Jums nepatinka.

#### **P PROFESIJOS**

1. Baldžius
2. Ūkininkas
3. Automobilių mechanikas
4. Daržininkas / Sodininkas
5. Elektronikos technikas
6. Matininkas (atlieka žemės, patalpų ir kt. matavimus)
7. Statybos inspektorius
8. Locomotyvo / garvežio variklio inžinierius
9. Šaltkalvis
10. Gaisrininkas
11. Suvirintojas
12. Žvejybos / medžioklės organizatorius
13. Geologas
14. Orlaivio mechanikas

#### **T PROFESIJOS**

1. Vyriausiasis inžinierius
2. Astronomas
3. Rinkos (prekių/ paslaugų paklausos) tyrėjas
4. Medicinos laboratorijos technikas (dirba su medicinos aparatūra)
5. Fizikas
6. Chemikas
7. Mokslo žurnalo redaktorius
8. Botanikas
9. Chirurgas
10. Aplinkotyrimas
11. Šeimos gydytojas
12. Meteorologas (orų prognozuotojas)
13. Socialinių mokslų specialistas (politologas, sociologas ir kt.)
14. Biologas

#### **M PROFESIJOS**

1. Kino filmo redaktorius
2. Rašytojas
3. Fotografas
4. Kompozitorius
5. Dailininkas
6. Dainininkas
7. Režisierius
8. Scenaristas
9. Muzikantas atlikėjas
10. Dizaineris
11. Žurnalistas
12. Reklamos kūrėjas

13. Laikraščio redaktorius
14. Aktorius

#### **S PROFESIJOS**

1. Vyriausias gydytojas
2. Vidurinės mokyklos mokytojas
3. Socialinis darbuotojas (specialistas, padedantis įveikti įvairias visuomenines ir buitines problemas)
4. Logopedas
5. Mokyklos direktorius
6. Gydamosios kūno kultūros gydytojas
7. Klinikinis psichologas / psichoterapeutas
8. Vedybu/ šeimos konsultantas
9. Socialinių mokslų (politologijos, sociologijos, psichologijos) dėstytojas
10. Visuomeninės organizacijos vadovas
11. Jaunimo stovyklos vadovas
12. Profesijų konsultantas
13. Sociologas
14. Narkologas (konsultantas gydymosi nuo priklausomybės klausimais)

#### **D PROFESIJOS**

1. Pardavėjas
2. Gamintojo atstovas
3. Viešbučio administratorius
4. Radijo, televizijos diktorius
5. Nekilnojamojo turto pardavimo / pirkimo agentas
6. Prekybos vadybininkas
7. Rinkotyros direktorius
8. Parduotuvės vadybininkas
9. Ryšių su visuomene / žiniasklaida atstovas
10. Reklamos vadybininkas
11. Notaras
12. Prekių supirkėjas
13. Teisėjas
14. Biržos brokeris (prekiautojas vertybiniais popieriais)

#### **N PROFESIJOS**

1. Ekonomistas
2. Apskaitininkas
3. Valstybės kontrolierius, auditorius
4. Banko tarnautojas
5. Banko revizorius (finansinės veiklos kontrolierius)
6. Mokesčių inspektorius
7. Produkcijos kokybės kontrolierius
8. Priešgaisrinės saugos inspektorius
9. Kompiuterio operatorius
10. Finansų analitikas
11. Vertintojas (nustato kainą / vertę objektų, pateikiamų pardavimui arba apdraudimui: žaliavų, nekilnojamojo turto, dailės kūrinių ir kt.)
12. Kokybės kontrolierius
13. Buhalteris
14. Kasininkas

#### **Norint suprasti klausimyno rezultatus, svarbu žinoti, kaip tipai taikomi žmonėms ir profesijoms:**

**PRAKTINIO (P)** tipo žmonės teikia pirmenybę darbui ir veiklai, kuriuose panaudojami įvairūs įrankiai ar mašinos bei matomas/ pasiekiamas konkretus darbo rezultatas. Juos domina praktinių, o ne abstrakčių problemų sprendimas. P tipo žmonės paprastai yra praktiški, fiziškai stiprūs, turi gerus rankų darbo bei mechaninius įgūdžius. Jie pasižymi atkaklumu, paprastumu, nuoširdumu, labiau mėgsta dirbti su daiktais ir įrankiais, nei su žmonėmis. P tipo profesijų pavyzdžiai: automobilių mechanikas, elektrikas, ūkininkas, stalius, vairuotojas, siuvėjas ir kt.

**TIRIAMOJO (T)** tipo žmonės teikia pirmenybę moksliniam-tiriamajam darbui, kuriame analizuojami daiktai ir įvykiai, kaupiami ir apibendrinami duomenys, sprendžiamos įvairios problemos. T tipo atstovai paprastai yra intelektualūs, smalsūs ir kritiški, pasižymi atkaklumu ir nepriklausomybe. Jie yra gabūs matematikai ir kitiems mokslams, mėgsta dirbti savarankiškai ir spręsti problemas. T tipo atstovams labiau patinka darbas su idėjomis, negu su žmonėmis ar daiktais. T tipo profesijų pavyzdžiai: biologas, matematikas, programuotojas, chemikas ir kt.

**MENINIO (M)** tipo žmonės teikia pirmenybę meninei-kūrybinei veiklai, saviraiškai. M tipo atstovai paprastai yra atviri patyrimui, kūrybingi, emocingi, pasižymi turtinga vaizduote, ne priklausomybe. Jie yra gabūs menui, noriai kuria ką nors originalaus. M tipo atstovams labiau patinka dirbti su idėjomis, meniniais vaizdais, nei dirbti su žmonėmis ar tvarkyti dalykinius reikalus. M tipo profesijų pavyzdžiai: aktorius, dailės mokytojas, dizaineris, rašytojas, fotografas, skulptorius ir kt.

**SOCIALINIO (S)** tipo žmonės teikia pirmenybę veiklai ir darbui, kuriuose reikia teikti pagalbą, duoti nurodymus, konsultuoti ir patarti kitiems žmonėms. S tipo atstovai paprastai turi gerus bendravimo ir mokymo įgūdžius, yra dėmesingi, kantrūs ir empatiški.

Jie pasižymi draugiškumu, atsakomybe, užuojauta ir taktu. Jiems labiau patinka darbas su žmonėmis nei su daiktais. S tipo profesijų pavyzdžiai: medicinos sesuo, mokytojas, konsultantas, socialinis darbuotojas ir kt.

**DALYKINIO (D)** tipo žmonės teikia pirmenybę veiklai ir darbui, kuriuose reikia rodyti iniciatyvą, vadovauti kitiems. D tipo atstovai paprastai turi gerus įtikinėjimo ir pardavimo įgūdžius. Jie pasižymi optimizmu, iškalba ir energingumu; linkę dominuoti ir rizikuoti. D tipo žmonėms labiau patinka dirbti su žmonėmis ir idėjomis, negu su daiktais. D tipo profesijų pavyzdžiai: vadybininkas, advokatas, prekybininkas, draudimo agentas ir kt.

**NORMATYVINIO (N)** tipo žmonės teikia pirmenybę veiklai ir darbui, kuriuose yra aiškios normos ir reikalavimai, laikomasi nustatytos tvarkos. N tipo atstovai paprastai yra praktiški, tvarkingi, atsargūs. Jie pasižymi matematiniais gabumais, pakenkiant monotoniškam darbui. N tipo žmonėms labiau patinka dirbti su daiktais ir skaičiais, laikantis apibrėžtų taisyklių. N tipo profesijų pavyzdžiai: buhalteris, banko darbuotojas, kasininkas, korektorius, statistikas ir kt.

J. Hollando kodas - tai sutrumpintas Jūsų tipo aprašymas: kuo didesnę įvertinimą gaus kuri nors raidė, tuo arčiau šio tipo Jūs esate ir tuo stipresni Jūsų interesai šioje srityje. Pirmoji kodo raidė rodo Jums artimiausią tipą, antroji raidė rodo mažiau tinkamą tipą, o trečioji raidė - dar mažiau tinkamą interesų tipą. Tipai, kurie nepateko į Jūsų kodą, yra Jums mažiausiai tinkami.