《你適合什麼職業？》这本書的內容是一些TI式職業興趣自我診斷测驗、職業性格類型的測驗和一些令人可在自己興趣领域上成功和達成自我要求的目標的方法。

透過这本書的测驗，我們可以加深对自己興趣、性格的了解，從而選擇符合自己性格的工作類型，避免了去選擇一些不適合自己的工作。同時我們可以從这本書了解不同工种的工作大概所須要有的性格特質、能力和技能，加深我們对各職業的认知，亦有助我們在踏入職埸前，可往正確的方向，更好的装備自己，以应付日後在工作上的困難。而且藉着对自己和不同工作有更详盡了解，可助我們在興趣領域中一展所長。