

2020年8月自考《职业生涯规划10052》

部分真题答案

(精编)

31题：认为职业生涯规划就是功利地为找工作而准备、认为职业生涯规划就是找到赚钱多的工作、认为职业生涯规划没有变化快，不需要做规划，认为职业测评能够测出自己适合的职业。认为职业生涯规划可以通过讲座、培训等方式速成。

32题：T型人才是一种有宽度也有深度的人才类型，横向代表宽口径厚基础，有比较广博的知识面，纵向是专业发展的方向，特点是精深。这是一种复合式的理想人才知识结构，既专注又开放，既在某个专业领域有深厚的知识和技能，同时又对其他领域和学科有着浓厚的兴趣和求知欲，创新型人才最容易在这种人才类型中产生。与平面人才不分主次的知识技能结构相比，T型人才的广博是为精深服务的，最容易形成自己职场上独特的竞争优势，成为不可替代的人才。这种人力资本的打造，需要遵循“一万个小时”定律，专注、勤奋，深学苦练，有追求极致的工匠精神。

33题：从稳定型到无边界流动；从生存型到自我实现型；从单一式职业发展路径到多元式职业发展路径。

34题：随着工作年限的增加，在不断的实践锻炼中人们对自身优劣势及性格特点日渐清晰，渐渐由职业塑造阶段走向了职业锁定发展阶段。在这个阶段有的人积累了比较丰富的经验，承担起工作的责任，发挥并发展自己的能力，为提升或进入其它职业领域打基础。工作一直比较顺利，干得得心应手，经常受到领导

的表扬，这在职业锁定发展期的员工中是比较常见的。

35 题：职业生涯规划的理念与当代心理健康观日趋吻合，两者逐渐形成了相互依存、相互促进的关系。

①心理健康能有效地促进个体职业生涯规划顺利的实现。

②职业生涯规划能够解决个体在择业过程中的心理困扰，有利于心理健康的发展。

③注重心理健康的职业生涯规划有助于个体身心健康的全面发展。

36 题：职业生涯规划与管理的影响因素：外界影响因素(教育背景、社会环境、家庭因素)、影响职业生涯规划的个体因素(身心健康因素、性别因素、个人需求与心理动机)。

一、个人因素在人的职业生涯中起着基础作用，决定着人的发展方向和前景。它包含健康、性别、年龄、教育、自我价值观等要素。

二、社会因素对每个人的职业生涯乃至发展都有重大的影响。通过对社会大环境进行分析，了解所在国家或地区的经济、法制建设发展方向，寻求各种发展机会。影响职业生涯的社会因素包括：社会阶层、经济发展水平、社会文化环境、价值观念、政治制度和氛围

三、环境对个人的职业影响有着直接或间接的影响，它左右着人所从事的行业、改变着人生的发展轨迹。而环境又有着地理环境、行业环境、企业内部环境之分。

37、员工想要职业转型首先要分析转型原因，建立正确的转型思考。可以考虑思考以下方面问题再确定要不要转型：

①对某一职业产生兴趣是否是被喜欢职业描绘的华丽生活状态所吸引？

②是否了解这个职业真正的工作性质、职责，有足够的兴趣开始新的职业学习？

③本公司有没有类似的岗位可以实现岗位调换进行职位转型?

④面对媒体、网络、畅销书的职业引导,自己有没有理性看待这种引导?其次要做好社会环境分析,所谓社会环境分析就是对我们所处的社会政治环境、经济环境、法制环境、科技环境、文化环境等宏观因素的分析。

38、职业生涯规划和管理可以帮助你树立明确的目标与管理,运用科学的方法,根据自身的职业兴趣、性格特点,能力倾向,以及自身所学的专业知识技能等自身因素,发挥个人的专长,开发自己的潜能,制定切实可行的措施,不断修正前进的方向,把自己定位在一个最能发挥自己长处的位置,以便最大限度地实现自我价值。最后获得事业的成功。