

成都理工大学 2014—2015 学年
第一学期《职业发展》考试试卷

题号	一	二	三	四	五	总分
分数						

注意：请将答案写在答题纸上，否则无效。

一、名词解释（本大题共 5 小题，每小题 3 分，共 15 分）

1. 职业价值观
2. 职业兴趣
3. 职业素质
4. 职业能力
5. 职业生涯规划

二、单项选择题（本大题共 15 小题，每小题 2 分，共 30 分）

1. 对一个人职业目标和择业动机起着决定性的作用的是_____。
 - A. 兴趣
 - B. 性格
 - C. 能力
 - D. 价值观
2. 人各有所好的“好”指_____。
 - A. 性格
 - B. 兴趣
 - C. 能力
 - D. 需要
3. 属于黏液质的人具有的特点之一是_____。
 - A. 反应迅速，智慧敏捷
 - B. 不甘寂寞，善于交际
 - C. 行为孤僻，反应迟缓
 - D. 善于忍耐，沉着稳定
4. 职业锚理论的提出者是_____。
 - A. 舒伯
 - B. 霍兰德
 - C. 施恩
 - D. 金斯伯格
5. 下面不属于职业的是_____。
 - A. 农民
 - B. 保姆
 - C. 运动员
 - D. 学生
6. 大学毕业生小李在找工作时通过收集信息了解企业的发展史、组织架构、企业发展前景、薪酬福利等，这是职业探索中认识职业环境中的_____。
 - A. 企业环境分析
 - B. 社会环境分析

- C. 行业环境分析 D. 地域环境分析
7. 根据舒伯的职业生涯发展阶段理论, 大学生属于_____。
- A. 成长阶段 B. 确立阶段 C. 探索阶段 D. 维持阶段
8. “不考虑后果, 先做了再说”属于丁克里奇决策风格类型中的_____。
- A. 冲动型 B. 顺从型 C. 直觉型 D. 计划型
9. SMART 原则来源于管理大师_____的目标管理理论。
- A. 泰罗 B. 彼得·德鲁克 C. 罗宾斯 D. 西蒙
10. SWOT 分析矩阵中, 最重要的策略组合是_____。
- A. WT B. WO C. ST D. SO
11. 在职业生涯规划的过程中, _____是制定职业生涯规划的关键。
- A. 自我评价 B. 确立目标 C. 环境评价 D. 职业定位
12. 及时诊断生涯规划出现的问题, 对其进行调整和完善, 属于职业生涯规划中的_____。
- A. 评估与反馈 B. 确立目标 C. 环境评价 D. 职业定位
13. 兴趣的产生和发展的过程为_____。
- A. 有趣→乐趣→志趣 B. 有趣→志趣→乐趣
C. 乐趣→有趣→志趣 D. 乐趣→志趣→有趣
14. 诚信、敬业、责任、自信和积极是职业素质的哪个方面? _____
- A. 职业意识 B. 职业技能 C. 职业态度 D. 职业能力
15. 人的创新能力形成的核心与关键是_____。
- A. 遗传素质 B. 环境 C. 创新思维 D. 实践

三、简答题（本大题共4小题，每小题5分，共20分）

1. 什么是职业？职业具有哪些特征？
2. 什么是职业生涯规划决策？影响职业生涯规划决策的因素有哪些？
3. 简述职业生涯规划步骤。
4. 简述目标管理的 SMART 原则。

四、材料分析题（本大题共 1 小题，10 分）

材料：李某是一名大二的男生，经济学专业，对他而言，大学生活是紧张无序的。“进大学快两年的时间，我的生活是丰富的，参加了三个社团，并担任了职务；我是学生会的宣传委员，每次举办活动都由我出海报；我有很多朋友，时常约我一起出去玩。另外，我还在校外找了一份兼职每星期五、周日晚要去上班。刚开始时，我还觉得挺充实，总有事可以干，不怕没事闲得发慌。可时间一长，我发现有些不对劲，我根本就没真正属于自己的时间了，有时候好不容易完成了手头的工作，刚想轻松一下或干些别的重要的事，结果突然一个电话就会把我的计划打乱。例如说，我周六上午想去自习室看看书，一出门不巧遇见朋友来找我，说谁谁今天请大家出去 happy，盛情之下我只好放下书包跟他前去，结果大半天又搭了进去。其实，有不少重要的事情等着我去做呢！我学的是经济，这方面的很多专业书我都想读读，可就是没有时间，我经常是把书从图书馆借了出来还没来得及读就已到期该还了。而且，我一直打算读研的，想早点着手准备，可一直没能真正开始。眼前的事情太多了，让我顾不上将来的事，我觉得有些乱，仿佛不是我去做事，而是事逼着我去做。这学期专业课特别多，再过一个多月又要期末考试了，真不知道会考成什么样子。

问题：请你根据材料中的内容并结合自己的实际情况来谈一谈该如何处理这样的情况？

五、论述题（本大题共 3 小题，共 25 分）

美国著名职业心理问题研究专家舒伯 1990 年从发展的角度，对职业生活全部发展阶段和特点进行了宏观描述，分为：成长阶段、探索阶段、确立阶段、维持阶段、衰退阶段。

1. 请你描述各生涯发展阶段的特点。（10 分）
2. 根据职业生涯发展阶段理论，你认为自己目前处于哪一阶段？在该阶段，你同时担任了哪些社会角色？（8 分）
3. 试述你在大学这个特定阶段需要完成的主要任务。（7 分）

试题答案

一、名词解释（本大题共 5 小题，每小题 3 分，共 15 分）

1. 职业价值观

职业价值观是人们根据自身需要和社会要求对职业目标、职业取向、职业准则、职业行为和职业结果的相对稳定的一套内在判断标准体系。

2. 职业兴趣

职业兴趣就是个体的兴趣探索对象与具体的某种职业相结合，它是个体力求认识、接触并掌握这种职业的心理活动。

3. 职业素质

职业素质是指一个职业化人才完成特定的职业目标所应具备的综合素质。

4. 职业能力

职业能力主要是指承担任何职位都应具备的通用职业能力。

5. 职业生涯规划

职业生涯规划即指个人根据对自身主观因素和客观因素的分析，确立自己的职业生涯发展目标，制订相应的工作、培训和教育计划，按照一定的时间安排，采取必要的行动以实施职业生涯目标的过程。

二、单项选择题（本大题共 15 小题，每小题 2 分，共 30 分）

1—5 DRDCD

5—10 ACABD

10—15 BACCC

三、简答题（本大题共 4 小题，每小题 5 分，共 20 分）

1. 什么是职业？职业具有哪些特征？

答：职业是参与社会分工，利用专门的知识 and 技能，为社会创造物质财富和精神财富，获取合理报酬，作为物质生活来源，并满足精神需求的工作。—— 3 分

其特征有：（1）多样性 （2）行业性 （3）连续性 （4）时代性—— 2 分

2. 什么是职业生涯规划决策？影响职业生涯规划决策的因素有哪些？

答：职业生涯规划决策是指个人在职业生涯规划过程中，根据职业生涯规划目标，采取必要行动以实施职业生涯规划目标的过程。

涯信息,比较各种可能选择的职业生涯道路,最终选择一条适合自己的职业生涯道路的决策过程。——1分

其影响因素有:社会环境因素——1分;职业环境因素——1分;家庭和成长环境因素——1分;个人因素——1分

3. 简述职业生涯规划步骤。

答:(1)自我评估; ——1分
(2)职业环境评价; ——1分
(3)职业决策与职业目标确立; ——1分
(4)制订并执行个人行动计划; ——1分
(5)评估与反馈。 ——1分

4. 简述目标管理的SMART原则

答:(1)具体化; ——1分
(2)可量化; ——1分
(3)可达成; ——1分
(4)目标有意义和有价值; ——1分
(5)时限性。 ——1分

二、案例分析题(本大题共1小题,10分)

答案要点:

在职业生涯规划与发展中要学会时间管理和目标管理,能处理好做事的优先顺序和轻重缓急,是行事次序的标准。——2分

“轻重”是指事情对个体的重要程度、价值大小,“缓急”则是指事情对个体而言的时间紧迫程度。这两个方面都很重要,同时不能相互取代,缺一不可。在实际运用中,许多人主要考虑的却只是事情的“缓急程度”,而较少虑及“轻重程度”。我们可以提出以下行事优先层次:第一优先——重要且紧迫的事;第二优先——重要但不紧迫的事;第三优先——紧迫但不重要的事;第四优先——无关紧要的事。

——5分

为了使自己的工作学习优先次序能够履行,学会说“不”是必要的保证。许多感到时间紧迫的人都有一种倾向,那就是经常勉强接受新的任务,由于害怕得罪人或碍于情面,结果打乱了自己的步调、浪费了自己的时间。只要我们在拒绝时做到委婉而坚定,把道理讲清,多数人都不会苛求,这是大学生应具备的职业素养。——5分

五、论述题（本大题共3小题，共20分）

1. 答案要点：

成长阶段：逐步建立起自我概念，并经历从对职业好奇、幻想到感兴趣，再到有意识培养职业能力的逐步成长过程。——2分

探索阶段：个人将认真探索各种可能的职业选择，对自己的能力和天资进行现实性评估，并根据未来的职业选择做出相应的教育决策，完成择业及最初就业。——2分

确立阶段：经过早期的试探与尝试后，最终确定稳定的职业并谋求发展的阶段，这一阶段是大多数人职业生涯周期中的核心部分。——2分

维持阶段：劳动者长时间在某一职业上工作，在该领域已具有一席之地，一般已不再考虑变换职业，只力求维持这一位置，维持已取得的成就和社会地位，重点是维持家庭和工作间的和谐关系，传承工作经验，寻求接替人选。——2分

衰退阶段：属于退休阶段。——2分

2. 答案要点：

青年职业阶段。——2分

担任的角色有：青年角色、学生角色、子女角色、公民角色。——6分

3. 答案要点：

可结合舒伯的职业生涯发展阶段理论以及所处的大学生阶段来进行阐述。包括：完成学业、职业能力锻炼、学习技能、了解行业信息、认识社会环境、了解兴趣和性格、确立职业目标等等。——7分