

高校辅导员开展大学生职业生涯规划的路径研究

郭瑞启, 周 丽

池州学院大数据与人工智能学院, 安徽 池州

收稿日期: 2024年11月4日; 录用日期: 2025年1月20日; 发布日期: 2025年1月29日

摘 要

随着高等教育的普及, 毕业生数量逐年递增。在此形势下, 做好大学生的职业生涯规划教育显得尤为重要。辅导员作为大学生的人生导师和健康生活的知心朋友, 指导学生做好职业生涯规划, 推动其全面发展乃是辅导员工作的重点之一。文章旨在剖析大学生职业生涯规划现存的问题、探讨辅导员在职业生涯规划方面的作用以及帮助学生树立正确的职业观念、提升就业竞争力。

关键词

辅导员, 大学生, 职业生涯规划

Research on the Path of College Counselors' Career Planning

Ruiqi Guo, Li Zhou

School of Big Data and Artificial Intelligence, Chizhou University, Chizhou Anhui

Received: Nov. 4th, 2024; accepted: Jan. 20th, 2025; published: Jan. 29th, 2025

Abstract

With the popularization of higher education, the number of graduates increases year by year. In this situation, it is particularly important to do a good job in college students' career planning education. As the life mentor and the intimate friend of the healthy life of the college students, it is one of the key points of the counselor's work to guide the students to make a good career plan and promote their all-round development. This paper aims to analyze the existing problems of college students' career planning, explore the role of counselors in career planning, and help students establish correct career concepts and enhance employment competitiveness.

Keywords

Counselors, College Students, Career Planning

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

职业生涯规划也被称为职业生涯设计,最早起源于美国 20 世纪中叶的职业辅导运动[1]。职业生涯规划是通过剖析自我能力、素养以及个人性格特点,结合社会需求制定出适合自身职业发展的规划,从而使个人能力得到充分的发挥。职业生涯是一个终生的过程,合理设计自己的职业生涯是个人迈向成功的第一步。教育部《普通高等学校辅导员队伍建设规定》(教育部 43 号令)中明确指出:“辅导员应当积极开展就业指导和服务工作,为学生提供高效优质的就业指导和信息化服务,帮助学生树立正确的就业观念。”辅导员是与学生接触最紧密、是思政工作的主力军;同时辅导员集教育、管理于一身,是开展大学生职业生涯规划教育的理想人选。辅导员作为大学生职业生涯发展教育的重要推动者,在促进学生个人成长、提升学生生涯规划能力以及引领学生实现高质量就业方面发挥着重要的作用。

2. 大学生职业生涯中存在的问题

竭岸扬在《辅导员在大学生职业生涯规划教育中的指导作用研究》一文中指出:“20 世纪中后期,美国、英国、日本、澳大利亚等国是较早在学校进行职业生涯教育的国家,这些国家把职业生涯教育渗透到基础教育的整个阶段,后面形成了比较完备的职业生涯规划体系。”[1]职业生涯规划理念正式传入我国是在 20 世纪 90 年代。由于我国的职业生涯规划工作起步较晚,高校在开展职业生涯规划教育方面处于不断摸索实践的过程,在执行过程中难免存在一些问题。从学校层面,主要存在重视不足、课程体系有待完善等问题。从学生个人层面,存在自我认知不清晰、职业目标不明确、缺乏实践经验等。

2.1. 自我认知不清晰

“认识你自己”是由古希腊著名的哲学家苏格拉底提出的,他认为人们只有通过深入思考和自我剖析,才能真正认识自己,从而更好地理解外部世界。大学是自我探索和认知的过程,很多学生在这个过程中对于自身的兴趣、爱好、优势、劣势往往缺乏清晰的自我认知。小李,大一新生,刚入校就产生了迷茫心理。因为高考失利他调剂到自己不喜欢的专业,想转专业但又怕考不过去,不知道接下来怎么做。很多学生都存在和小李一样的问题,不了解自我,对自己没有一个清晰的认知。进入大学后过着得过且过,浑浑噩噩的生活,导致其在求职择业时出现手忙脚乱,就业质量不高的问题,严重影响其一生的职业发展。李衡荣在《高校辅导员开展大学生职业生涯规划教育的路径探究》一书中指出:“对自我展开全面且清晰的认知,是大学生进行职业生涯规划的前提和基础。”[2]大学生要懂得认识自我、了解自我,只有当学生对自身的特点以及自我的职业发展方向有足够清晰的认识,并且能够充分挖掘出潜藏在自身内部的巨大潜能,才有利于提升自己在未来职场中的综合能力。

2.2. 职业目标不明确

“老师,我是应该考研还是就业”“老师,我应该留在大城市还是回老家”“老师,我面前有很多选

择,但我也不知道自己想要什么”……人生是由无数选择题构成,很多同学上了大学后依然“不知道自己想要什么”“不明白自己能做什么”。在当今时代,多媒体和信息技术被广泛应用,各种机会纷至沓来,众多选择令人眼花缭乱。然而,恰恰是这种丰富的多样性,让很多大学生在面临职业选择时陷入困惑。不少学生即便临近大四毕业,依然在内心纠结万分,踌躇于究竟是考研继续深造,还是直接步入职场;是谋求一份稳定的公务员岗位,还是去充满挑战的企业打拼。很多大学生出现择业迷茫、盲目跟风的情况,主要原因在于职业生涯目标不明确、缺乏主体意识。志不强者智不达,没有明确的目标和努力方向,使得学生在大学期间,无论是对于所学的专业知识,还是参加实践活动,都缺乏有效的针对性。

2.3. 缺乏实践经验

大学生因身处象牙塔与社会的实际接触相对较少,因此对于复杂多变且竞争激烈的职场环境了解极为有限。他们往往通过书本上的理论阐释、网络上的零碎化信息或者他人的片面描述来构建对职场的初步认识,缺乏实际工作体验。此外,职业生涯规划课程侧重理论层面的传授,对实践环节的关注则明显不多,并且缺乏与现实生活的紧密结合,导致学生难以将所学的知识应用于实际工作。很多毕业生在步入工作岗位后,发现自身的知识储备和个人综合素养难以满足岗位要求。当他们真正踏入工作岗位,不得不重新学习和培养新的工作能力,以适应岗位的要求。此前,浙江省统计部门组织的面向大学生的问卷调查和面向用人单位的调查显示,有 27%的大学生和 57.1%的用人单位认为:“大学生缺乏实践经验是造成当前大学生就业难的首要因素。”[3]很多公司出于对运营成本、市场风险、战略布局等诸多因素的综合考虑,会优先录用那些具备相应实习经历和有实践经验的大学生。

2.4. 学校重视不足

当前学校在职业生涯规划课程方面存在明显的重视不足问题。首先,就课程形式而言,较为单一,大多采用大班授课模式。在这种模式下,一个老师需要面对众多学生很难实现精准化教学。其次,授课方式以传统的灌输式为主,教师在讲台上单方面地向学生传授知识,缺少与学生之间的良性互动,这样很难激发学生的学习兴趣 and 积极主动性[4]。此外,开设的课程内容过于理论化,与实际结合不够紧密。另外,教授职业生涯规划课程的教师多为其他学科教师或者辅导员兼任,他们自身在职业生涯规划方面欠缺系统的专业知识和丰富的实践经验[5]。瞬息万变的职场动态不甚了解,因此教师在对学生进行指导时,很难发挥关键且有效的作用。

3. 辅导员在学生职业生涯规划中的指导作用

3.1. 辅导员是职业生涯的引路人

辅导员在大学生职业生涯规划中充当着引路人的角色。初入大学,许多学生对未来感到迷茫,不清楚自己的职业方向。辅导员凭借丰富的经验和对专业的深刻了解,能够帮助学生认识自我,分析自我,了解自己的职业性格、兴趣和才能;帮助他们运用科学的发展观树立正确的职业生涯规划观念和职业理想。通过与学生近距离交流,了解学生的真实想法,引导学生思考未来期望从事的职业,为职业生涯规划奠定基础。辅导员是与学生接触时间最长,更了解和熟悉学生,他们会针对学生不同发展阶段进行有针对性的职业生涯辅导。大一着重强调学习知识的重要性,帮助学生增强职业生涯规划意识;大二促使学生明确大学学习的目的,传授相关职业生涯规划经验,帮助学生为日后的职业生涯规划做好准备。大三时辅导员会进一步细化学生就业指导,采取具有针对性的帮扶策略,帮助学生做出最合适的职业决策。对于大四学生,辅导员会持续为学生提供帮助和指导,使学生了解各项方针政策,并利用当下的各类多媒体工具及时推送相关专业就业招聘信息,提醒学生随时关注学校发布的校园招聘会等相关就业信息,

为学生提供全方位的就业指导服务[5]。

3.2. 辅导员是职业信息的传递者

就业工作乃是民生工程，毕业生的就业问题更是高校工作的重中之重。学生在面临浩如烟海的求职信息时，由于缺乏有效的筛选信息的能力而感到无所适从。辅导员能够凭借丰富的经验，密切关注就业市场动态，洞悉不同行业的发展趋势和人才需求，掌握用人单位用人需求变化，及时将相关就业信息传递给学生，帮助他们了解各个职业的特点、要求和发展前景。特别是被称为“网生一代”大学生所具有的特点，一方面辅导员会高度注重运用数字化技术以及多媒体平台来创新职业生涯教育，利用社交媒体平台，如微信公众号、微博、抖音定期推送职业规划相关的内容，包括不同职业的介绍、职业发展路径、行业前景等系列文章，吸引学生关注和参与。另一方面，辅导员利用新媒体平台，加强与学生之间的互动交流。及时了解学生的职业需求和心理困惑，提供个性化指导与建议。同时，辅导员还能够充分发挥自身的资源优势，及时发布就业招聘信息，积极地为学生提供实习、就业等方面的信息渠道。通过这些方式，提升学生的职业素养和就业竞争力，为学生的职业发展创造更为有利的条件。

3.3. 辅导员是职业技能的培养者

在大学期间，学生肩负着双重使命，一方面要扎实学习专业知识，构建起自己的知识体系；另一方面，还需提升综合能力。大学生的综合能力是用人单位选择大学生的依据。这些综合能力涵盖了沟通能力、团队协作能力、问题解决能力等多个维度。在职场中，良好的沟通能力和团队协作精神是必不可少的。辅导员在提升学生这些能力方面扮演着重要的角色。他们通过组织各类活动，如简历设计大赛、职业技能大赛、模拟面试等；开展职业发展指导活动，如邀请行业内校友返校介绍岗位情况、职业发展路径和职业文化等，帮助学生提升求职技能，增加实际操作经验，思想认知上逐步完成从学生到职场人的转变，为即将到来的短期就业和长期发展做好充分准备，切实提升学生的求职能力。此外，辅导员还加强对社会实践方面的辅导，为学生提供必要的职业技能训练。目前，高校组织的暑期三下乡活动、“青年志愿者”活动、实习实践、创新创业都有辅导员的积极推动。通过这些活动的开展和实施，启发学生对自身生涯意识和社会环境的深入了解，从而帮助学生制定出合理的职业生涯规划目标，不断发展自我潜能。

3.4. 辅导员是学生心理的疏导者

由于当前就业形势严峻，大学生在毕业后寻求就业的过程中需要承受巨大的心理压力，部分学生由于就业问题而产生抑郁、焦虑等悲观心理，严重者会造成心理疾病。辅导员是与学生距离最近、接触最紧密、遇到问题立马就能想到的人。这时候就需要辅导员将职业生涯规划教育与学生的心理健康教育相结合，及时为学生提供心理疏导。辅导员会耐心倾听学生的苦恼与困惑，用理解和包容的态度，帮助学生树立正确的职业观，使其更加从容地面对职业发展中的各种挑战。与此同时，辅导员还会以过来人的经验和智慧，引导学生以理性平和的心态去看待职业发展道路上的起伏，让学生明白挫折是成长的垫脚石，困难是成功的试金石，用真诚去打动学生，取得学生的信任和支持。当辅导员在面对特殊群体时，会提前建立信息台账、了解学生的心理状况，借助心理测验技术和各种心理咨询方法，使学生增进自我认识，增强自信心，找到适合个人性格特点和能力范围的职业目标。

4. 辅导员引领大学生职业生涯发展的有效对策

4.1. 明确职业目标，实施个性化指导

一个明确的职业规划源于对理想的深刻理解和确认。只有当学生确立了科学而崇高的职业理想，他

们才能对个人未来以及社会的发展抱有真切期望,从而在职业选择与规划中展现出主动性和创造力[6]。目标不明确、定位不清晰大多源自对个人理想的不坚定。只有确定清晰的目标,才能指引学生朝着正确的方向前进。不同的性格,适合不同的职业。职业生涯规划有明显的个性化特征,其个人职业生涯规划也会不同。辅导员要结合学生实际情况,开展个性化的职业生涯规划教育,采用“大水漫灌”和“细水滴灌”相结合的方式教育学生。利用课堂教学教授相关的生涯知识,实现“漫灌”。针对不同学生群体,辅导员采取个性化方案,指导学生进行自我分析、市场调研、目标设定和行动规划,帮助学生形成清晰的职业发展目标,充分发挥自己的优势[7]。同时,辅导员应本着和学生平等交流的心态,和学生建立起良好的师生关系,持续跟踪指导他们的职业发展进程,并根据需要进行调整和优化。

4.2. 拓宽生涯教学模式, 提升教育成效

职业生涯规划是集理论讲授、课堂互动、实践参与于一体的一门课程,高校需要深刻认识其重要性,并依据自身独有的办学特点和新时代大学生的发展需求,创新职业生涯规划课程形式。辅导员除了开展以授课为主的职业生涯规划课程,还可以通过增加生涯人物访谈,邀请各行各业优秀校友或职场精英分享他们的经验和故事,让学生了解真实的职场环境;运用案例分析,对成功和失败的职业案例进行深入剖析,引导学生从中汲取经验和教训;开展情景模拟,让学生在模拟的职场环境中锻炼自己的应变能力和解决问题的能力;实施项目式教学,让学生以小组形式完成职业规划项目,激发学生的主动参与和创新意识。同时辅导员可以根据学生的个性化特征,结合专业特色,广泛推行体验式与沉浸式教育模式,增加生涯体验环节,使大学生在实践中更好地理解和领悟职业生涯规划的知识与技能。

4.3. 加强辅导员队伍建设, 形成协同育人

一支高素质的师资队伍是保障教育质量的关键所在。高校要积极加强职业规划课程的师资队伍建设。辅导员作为职业生涯规划课程的主要承担者、教育者、服务者。要上好这门课就需要加强辅导员的专业知识和实践经验。高校应当全面加强辅导员队伍的培养培训工作。高校要设立相应经费,制定辅导员培训规划,有针对性地对辅导员进行职业生涯规划 and 就业指导理论和业务技能的培训[8]。通过各种培训和学习,加强辅导员的业务能力和专业水平。在形成协同育人方面,辅导员一方面要加强与任课老师的联系,将生涯教育贯穿于专业教育之中,让学生明白所学专业与未来职业的紧密关系;另一方面,辅导员要与企业建立联系,了解企业的用人需求和要求,为学生提供更多的实习和就业机会。此外,辅导员要加强与家长之间的联系,使得家长准确把握孩子专业学习情况及未来发展目标,调动家庭的社会资源,有意识、有方法地参与到职业生涯规划教育中。

5. 结语

总之,在大学生生涯发展规划过程中,辅导员所扮演的角色至关重要。他们不仅仅是学生生涯规划和职业选择的指导者,更是学生在探索未来道路时的引路人。为了切实有力地指导学生做好职业规划,辅导员需要不断提升自身在职业理论知识方面的素养,广泛涉猎并深入探究相关领域的前沿成果,持续扩充知识储备。同时,要熟练运用各类专业职业测评工具,结合学生的个性特征、兴趣爱好、能力特长等多方面因素,进行全面、精准分析和评估。以此帮助学生清晰地制定出符合个人发展和社会需求的职业生涯规划,为社会培养更多、更优秀的高素质人才。

基金项目

本文为池州学院就业实习基地项目(项目编号: 2023122835681)、《大学生职业规划与就业素养》(池州学院社会实践课程,项目号: 2023XSJKC01)阶段性研究成果。

参考文献

- [1] 竭岸扬. 辅导员在大学生职业生涯规划教育中的指导作用研究[D]: [硕士学位论文]. 沈阳: 东北大学, 2010.
- [2] 李衡荣. 高校辅导员开展大学生职业生涯规划教育的路径探究[J]. 文化创新比较研究, 2020, 4(23): 70-72.
- [3] 北京日报. 专家分析: 大学生就业难首要因素是缺乏经验[EB/OL].
<https://www.zjtc.net/info/1015/35798.htm>, 2009-07-29.
- [4] 贾德忠, 兰建华. 高校构建“就业育人”全链条机制探析——以北京外国语大学的实践为例[J]. 思想教育研究, 2024(3): 137-140.
- [5] 燕永敏. 大学生职业规划教育的现状与改进策略[J]. 职业技术, 2024(6): 136-138.
- [6] 吴雨诺. “全方位育人”视域下的大学生职业生涯规划教育策略研究[J]. 公关世界, 2024(11): 91-93.
- [7] 魏凤伦. 高校学生职业生涯规划教育的有效路径研究[J]. 佳木斯职业学院学报, 2024, 40(7): 77-79.
- [8] 魏炜, 潘珊珊. 高校辅导员开展大学生生涯发展教育的路径研究[J]. 思想教育研究, 2024(8): 134-138.