

# 大学生职业生涯规划教育探析

张光辉

郑州航空工业管理学院马克思主义学院

DOI:10.12238/mef.v8i17.16706

**[摘要]** 职业生涯规划教育是大学生实现从校园人到社会人转变,为其长远发展奠定坚实基础的重要因素。目前的大学生职业生涯规划教育存在着教育内容片面化、重技巧轻规划,专业师资队伍缺乏、指导效果难以呈现,实践环节薄弱、职场衔接不足,认识存在误区、全员参与机制缺失等问题。大学生职业生涯规划教育成效不足提升的现实路径是建设完备的生涯规划课程体系,推动与加强专业化师资队伍的建设,深化产教融合、打造多元协同的实践平台,建立学校、家庭、社会协同育人的机制。

**[关键词]** 大学生; 职业生涯; 现实路径; 产教融合; 协同育人

中图分类号: G455 文献标识码: A

## Exploration of Career Planning Education for College Students

Guanghai Zhang

School of Marxism, Zhengzhou University of Aeronautics

**[Abstract]** Career planning education is a key factor for college students to transition from campus residents to members of society, and it lays a solid foundation for their long-term development. Currently, college students' career planning education faces several issues: one-sided educational content that emphasizes skills over planning; a shortage of professional teaching staff, resulting in ineffective guidance; weak practical links and insufficient connection with the workplace; and misunderstandings in perception, leading to the lack of a full-participation mechanism. To improve the effectiveness of college students' career planning education, practical approaches include establishing a comprehensive career planning curriculum system, promoting and strengthening the development of a professional teaching team, deepening the integration of industry and education to build a diverse and collaborative practical platform, and establishing a mechanism for collaborative education involving schools, families, and society.

**[Key words]** College students; Career development; Practical approaches; Integration of industry and education; Collaborative education

### 引言

伴随着我国进入社会经济不断快速发展和产业结构不断优化升级的时期,高校作为人才培养与社会需求之间的重要桥梁,提升大学生就业竞争力,帮助大学生实现人生发展目标,职业生涯规划教育至关重要。全面且合理的生涯规划是大学生个人可持续发展的动态过程,可以帮助他们对自己的职业兴趣、能力和倾向有清晰的认知,从而增强自信心,增强就业的核心竞争力,是大学生实现从校园人向社会人转变的重要影响因素。

### 1 我国大学生职业生涯规划教育的现状

#### 1.1 政策支持与课程体系建设

从政策支持的角度来看,政府层面对大学生职业生涯规划教育的扶持力度较大,从课程体系方面来看,各高校按照相关政策文件的要求,积极开展行动,在人才培养方案中加入生涯

规划与就业指导类课程,努力探索具有自身特色的职业生涯规划教育模式,例如开设以生涯规划、就业指导、创业教育等内容为主的线下面授课程和线上慕课等,并结合不同学年学生的特点以及不同需求分别设定相应的学习目标,如针对大学一年级学生以规划启蒙为目标,针对三年级学生则更加注重求职技能的训练;把立德树人贯穿就业指导和职业发展全过程,宣讲大国工匠、技能英雄的故事,帮助大学生培养“干一行、爱一行、精一行”爱岗敬业精神。

#### 1.2 学生规划意识与规划能力现状

根据我国青少年研究中心一项关于在读大学生就业选择方向的调查结果显示,90%的大学生较为认同生涯规划在个人未来发展中的重要性。在某社交平台上,“大学生职业生涯规划”话题的浏览量突破3.8亿次,相关讨论超过25万条。大学生生涯规

划意识的觉醒、人生态度趋向积极向上已成为一种明显的趋势,但是大学生职业生涯规划能力的不足也是一种较为普遍的现象。根据一项调研研究的结果显示,在所有具有规划意识的大学生群体中,44.9%的大学生没有详细的实施措施,34.2%的大学生仅仅只有规划的大致方向,有清晰规划的仅仅占13.7%。不少学生表示“大概知道自己不喜欢什么类型的工作,可对自己真正热爱的是什么、怎么寻找到最适合自己的路径,还是一头雾水”。

### 1.3 生涯规划教育模式的多样化摸索

高校都尝试采用“互动式”课堂讲授、“体验式”的社交实践等教学模式与手段,以打破陈旧的传统课堂教学模式的局限;使用线上线下、理论实践结合的教学方式为学生们提供个性化、智能化、精准化的生涯规划指导服务;给师范生安排到学校跟随校长去实习实践,在真实的教育现场去观察体会,并进行思考和研究。这些都是在探索一种新的实现途径,拓宽了职业生涯规划的教育方式,在一定程度上让教育更有成效且更有吸引力。同时,高校职业生涯规划教育也开始走向了前移化和个性化,把职业生涯规划的理念和基本常识知识融入到新生入学教育里,就是提前让学生认识到学习生涯规划的重要性;还有一些学校注重发挥学生们的个性特点,在校园内设置生涯咨询工作室、对学生进行一对一的专项咨询。

## 2 大学生职业生涯规划教育成效不足的原因解析

### 2.1 教育内容片面化,重技巧轻规划

高校的职业生涯规划教育存在重偏科轻全科、重求职轻生涯规划的现象,主要表现是以求职技巧指导为主,缺少系统性职业生涯规划指导。教育过程注重浅谈宏观就业形势的分析,缺乏对学生有针对性的指导;重视简历制作、面试技巧等“临门一脚”的技能培训,不重视培养学生的自我认知、职业探索和生涯决策等能力。在开展职业生涯教育的过程中经常忽视培养学生的自我认知能力,不了解学生的兴趣、价值观、能力、性格特征等基本情况;在开展职业认知教育的过程中往往进行一些浅层次地讲解,仅仅介绍了行业的现状及发展趋势,但是很少结合实际情况让学生认识到自己的真实能力水平与职业需求之间的差距。

### 2.2 专业师资队伍缺乏,指导效果难以呈现

高校没有独立建制的实体教研机构,多数学校都是让就业工作人员、学生辅导员兼职做。兼职教师虽然有些经验,但是没有经过系统的职业生涯规划理论培训以及相关的资质认证,所以专业性还不太强,导致课堂的专业化程度不高和授课水平有限,专业教师不足也直接造成学生获得生涯指导服务的机会较少。“一肚子问题,有心想预约一对一的生涯辅导,却一号难求”,这是许多地方高校学生的苦恼之处。由于这种情况的普遍存在,往往会造成学生只能获得一些基础性的生涯咨询,学校的生涯咨询工作无法满足部分学生个性化、深层次的心理需要,更无法从专业的角度解答部分学生的职业迷茫和困惑。

### 2.3 实践环节薄弱,职场衔接不足

大学生的职业生涯规划教育具有突出的实践性和应用性特

点,应结合实践活动逐步明确职业目标、培养职业素养以及提高职业能力,但实际上当前高校职业生涯规划教育的实践环节相对薄弱,且与真实的职场环境存在较大差距。重理论轻实践的现象在大学生职业生涯规划教育过程中较为常见,在校学生也较少有到企业实习、参与职业体验的机会。另外,学校与行业企业的合作也不够深入,还没有真正形成稳定的校企合作生涯发展教育基地和职业体验基地,这会导致学校与学生的生涯规划教育和职场教育出现脱节的现象,无法让学生获得直观的职业认识,更无法帮助学生提升实际工作能力。

### 2.4 认识存在误区,全员参与机制缺失

大学生职业生涯规划教育是一个需要家庭、学校以及学生自身多种力量参与的事情,然而现实情况却是:部分家长觉得孩子年龄还小,毕业后再进行职业思考也不迟,不必过早考虑;有些教师认为学生的最终目的是上好大学、考上好研究生,只要手中有名牌大学毕业证书就能就业;还有些同学在面对职业选择时,忽视自身兴趣爱好,没有胆量迎接职业生涯的挑战。由于高校职业生涯规划教育尚未形成全员参与、多方面协同的运行机制,职业生涯规划教育往往仅是就业指导部门和辅导员的工作任务,未能与专业教师、行政部门人员、企业界人士及家长携手育人,各自为战,力量单薄,不能很好地实现全程化、全方位生涯指导服务,无法较好地满足学生的不同需求。

## 3 大学生职业生涯规划教育成效提升的现实路径

### 3.1 建设完备的生涯规划课程体系

完整的职业生涯规划教育系统包括单独开设的生涯课程、融合学科教学中的生涯课程、生涯实践、生涯咨询四个部分。单独设置课程能促进大学生的规划意识觉醒;融合学科教学中的生涯课程重点是教给学生如何拓展自己的视野,了解专业、职业、事业的相关知识,确定人生发展目标;生涯实践是以职业体验为主的,目的是让同学们亲身去体验相关的职业;生涯咨询是指为需要帮助的同学提供有针对性的指导。为了使课程的内容更有针对性,可以让高校职业生涯规划的课程设计理念符合全周期、实践化、个性化的原则,即从大一到大四都设计高校职业生涯规划课程,从不同的年级出发有针对性的设计,大一的新学期会开展“专业认知”实践活动,以便让学生对专业有初步的认知;大一大二是生涯启蒙教育,在此期间更多是从专业的角度开展自我探索的工作;大三大四是深入了解自己,享受个性化指导,以此更好的为就业做准备。

### 3.2 推动与加强专业化师资队伍的建设

专业化师资队伍需要多元化的师资来源、全面的专业素质和高超的教学水平。一方面,在高校设立生涯教育与就业指导学科专业,培养研究生层次的专业人才,使高校职业生涯规划教育获得稳定可靠的师资保障。另一方面,加强对学校内部教师队伍的专业化培训,利用专题讲座、论坛报告、研讨会、集中研修、在职培训、示范教学观摩、说课、评课等多种方式对学校现有的指导教师进行理论学习和能力培养。开展职业生涯规划咨询与指导相关的各种专业培训,让教师掌握先进的理论知识、方法

和技术手段,学习成功的经验和做法,开展校际合作,整合资源。还可以借鉴企业人力资源管理师的继续教育方式,建立起完善的职业生涯规划教师的定期培训和认证制度。

### 3.3 深化产教融合,打造多元协同的实践平台

高校应深化产教融合,打造多元协同实践平台,提供更多丰富多元的就业见习岗位。健全产教融合生涯发展教育指导服务,有针对性地带领学生到相关企业进行参观考察、实训模拟面试、参与企业真实项目的过程实习、工作等,从深度了解其如何进行自身岗位建设和打造工作岗位。并且在学校“请进来”、“走出去”相结合的过程中,致力于打通学校与职场的通道,加强学生对专业的理解和职业的认知。高校还可以大力开拓数字化实践平台,利用虚拟现实、人工智能等技术建立模拟工作场景,为广大学生提供多样化的体验,以期给学生提供智能化、个性化、精准化生涯规划指导与服务;基于“职涯充电站”微课和“生涯闯关”平台引导学生“扎根行业、服务战略”。

### 3.4 建立学校、家庭、社会协同育人的机制

大学生职业生涯规划教育成效的提升涉及到家庭、学校、社会等多方参与力量,各方力量的共同参与是基础,共同参与能凝聚力量,从而形成各方协同育人的有效机制。高校要发挥主导作用,发挥资源优势,发动各方力量为学生的生涯发展服务;家庭要发挥辅助作用,正确理解孩子,树立以孩子为中心的教育思想,配合学校做好孩子家校职业生涯规划教育组合拳。家长要转变之前包办代替或者放任不管的态度,尊重孩子的兴趣特长,鼓励孩子多去了解自己和外界的职业世界。企业单位应从年轻群体每个人都有成长权的角度出发,为青少年创造更多的实践条件,让他们敢于探索、敢于大胆挑战,引起青少年的兴趣与关注。企业提供更多的实习岗位、学校开放更多的开放性职场体验活动,参与更多高校的课程设计开发工作,为大学生提供开展职业生涯规划的资源与平台。

## 4 结语

职业生涯规划教育是提升就业竞争核心能力,帮助大学生实现未来人生长远发展目标的重要凭借与手段。尽管目前我国多数大学生的生涯规划意识已有逐步觉醒的趋势,各个高校也在不断探索大学生职业生涯规划教育的方式与模式,但在内容

设置、师资力量、实践环节以及协同配合等方面都有很多需要进一步完善的方面,需要不断优化课程设计、加强专业化师资队伍建设和、深化产教融合搭建多元化的实践平台、建立家校社协同育人的机制等。大学生职业生涯规划教育的目标是不断提升大学生的生涯规划能力、就业竞争力,实现大学生的高质量就业,服务国家、民族、社会的长远发展。未来的相关研究,还需要探索职业规划教育与中国文化背景及教育制度之间的结合方式和在数字化时代下如何把握好新时代职业世界的脉搏,不断推动大学生职业生涯规划教育相关理论与实践的向前发展。

### [基金项目]

郑州航院教育教学改革研究与实践项目“大学生职业生涯规划与就业指导课程教学改革与创新研究”(课题编号:zhjy24-157);2024年河南省高等教育教学改革研究与实践项目:《新发展阶段普通高校本科毕业生就业能力提升路径研究与实践》,项目编号:2024SJGLX1097。

### [参考文献]

- [1]许文.以思政教育渗透大学生职业生涯规划的重要性及其对策[J].高教探索,2025,(S1):98-100.
- [2]应好,蔡飞扬,杨雪倩.人工智能赋能大学生职业生涯规划教育的路径探索[J].中国高等教育,2023,(Z3):35-38.
- [3]朱琳,姜飞月.情境行动理论对高校学生职业生涯的指导意义[J].东南大学学报(哲学社会科学版),2022,24(S2):60-63.
- [4]杨东京.大学生职业生涯规划与就业指导模式改革[J].中学政治教学参考,2022,(21):95.
- [5]杨云.大学生职业生涯教育的缺位与补位——以重庆市部分普通高校生涯教育为例[J].教育理论与实践,2019,39(21):15-17.
- [6]张世瑞,李晓庆.新时代高校大学生职业生涯规划教育的现状、问题及对策[J].科学咨询,2025,(15):9-12.
- [7]刘纷,胡旭飞,张盼.高校大学生职业生涯规划教育促进职业发展的思考[J].就业与保障,2025,(03):91-93.

### 作者简介:

张光辉(1980--),男,汉族,河南郑州人,博士,副教授,主要从事大学生思想政治教育研究。