基于职业决策能力的当代大学生职业咨询对策研究

蔡丹妮

广东交通职业技术学院

DOI:10.32629/mef.v2i5.114

[摘要] 职业咨询对于大学生职业决策和职业选择起着重要的指导与帮助作用。本文首先分析了大学生职业决策过程中存在的迷茫/依赖/退缩等问题;接着,笔者指出职业咨询可以在职业决策中发挥多方面的作用,提出多个建议加强职业咨询以提升学生的职业决策能力。对高校职业咨询相关工作的开展具有启示意义,对促进高校毕业生职业决策能力的提高具有重大意义。

[关键词] 当代大学生; 职业决策能力; 职业咨询

Research on the Countermeasures of Contemporary College Students' Career Counseling Based on Career Decision-making Ability

Cai Danni

Guangdong Communication Polytechnic

[Abstract] Career counseling plays an important role in guiding and assisting college students in career decision-making and career choice. This paper first analyzes the problems of confusion, dependence/retraction in the career decision-making process of college students; then, the author points out that career counseling can play a multi-faceted role in career decision-making, and proposes multiple suggestions to strengthen career counseling to enhance students' career decision-making ability. It has enlightenment significance for the development of career counseling related work in colleges and universities, and is of great significance to promote the improvement of college graduates' career decision-making ability.

[Key words] contemporary college students; career decision-making ability; career counseling

近几年,不少高校毕业生由于缺少就业经验,缺少对职业的认识,表现为担忧找不到满意的工作,职业决策能力低,

容易产生职业决策困难。高校为了满足大学生对于职业指导的需求,积极创造条件开展职业咨询项目,提供面对面一对

动始终不忘素质教育的初衷。学生工作处也是高素质人才培养的责任部门,学生管理、事务处理等各种工作都是素质教育的切入点,而不是简单完成一个任务。还可以下设学生劳动科,将全院学生进行统筹,把学生在校时间的劳动要求纳入人才培养计划,组织学生在校内外进行相关劳动,增强学生劳动的意识,养成劳动的习惯。

辅导员、班主任的工作要结合学生工作处的部署围绕素质教育展开。不同时期,不同时间节点对学生世界观、人生观的养成进行系统的教育,还可以结合国际国内大事进行讲解,使学生养成大局观,具有爱国、爱集体的情怀。

3.3 “高素质”人才培养的考核与评价

“高素质”人才培养的考核由中心统一部署,由几个下级机构和学生所在院系根据学生受教育的过程和具体情况进行考核。中心设计素质教育考核细则、制作考核表,明确各责任部门的考核重点。思政部门考核的重点、体育部门的考核重点,团委考核的重点、学生处考核的重点要清晰、不能相互交叉,纠缠不清。下级机构根据素质教育的职责、内容确定考核重点并赋分,共同构成学生素质教育的得分来源。

通过完整的素质教育的设计和严格执行,也是在学校形成一种高素质人才培养的文化,使学生在素质上得到提升,在思想意识上形成对素质的理解和追求,从而在行动上达成自觉。学生在校期间接受着系统的素质教育,毕业以后,无论走到哪里,对高素质、低素质自然会有正确的判断,对高素质的构成要素自然会在意识上不断固化,经过社会大熔炉的锻炼,真正成为“高素质”的人才。

作者简介:

[1]刘婕,苑春晖,李欣泉.新时代高校人才培养当议[J].现代职业教育,2018,(27):225.

[2]杨万庆.新时代编辑人才素养及增强路径当议[J].出版科学,2018,26(6):30-32.

[3]佚名.也谈编辑人才培养[J].中国编辑,2011,(4):77-78.

作者简介:

吴国强(1968--),男,江苏宜兴人,汉族,大学本科,副教授,无锡工艺职业技术学院经济管理系书记,研究方向:队伍建设、素质教育。

一或者一对多服务,开展关于就业/择业/职业生​​涯路径/职业生​​涯规划等职业相关方面的帮助。然而,在目前就业压力持续的情况下,及时帮助毕业生解决的各种困惑或冲突显得尤为重要,针对毕业生职业决策能力和相关对策的研究,更有利于为高校职业咨询的发展提供科学指导,促进毕业生职业意识和能力的发展。

1 职业决策能力研究现状

目前关于职业决策能力的研究成为职业生​​涯理论与发展的研究重点和热点,而以提高大学生职业决策能力的高校职业咨询成为就业服务中越来越重要的一部分。关于职业决策能力最早于国外的职业发展论和社会认知学习理论中提及,研究者克朗伯兹在职业生​​涯辅导中借鉴了社会学习理论,表明个人职业决策能力受到四个方面因素的影响,包括遗传因素和特定能力、环境、个人学习经验和工作取向技能。国外职业发展理论中,职业决策能力可以通过经验学习而获得,并且学习经验会对职业决策行为有所影响。基于此,国内外不少研究者通过设计相关的训练课程对职业决策效能进行检测。国内研究者芮小兰认为职业决策能力包括搜集职业信息能力、比较可供选择的职业目标的能力、确定适合自己职业生​​涯道路的能力等。一般地,职业决策能力受到影响的因素较多,包括学生自身因素,学校环境因素和家庭环境因素。雷广宁等人研究则发现,职业决策能力包括自我评价能力,职业认知能力,职业规划实施能力和职业问题解决能力四个方面,并表现在求职过程中需要决策的方方面面。该定义从四个维度细化了职业决策能力的内涵,获得普遍的认可。在经济不断发展的社会环境的影响下,当代高校大学生职业决策也体现出很多共通性的特点。

2 当代大学生职业决策的特点

2.1 职业决策前期迷茫状态

大学生随着毕业的临近,对于职业生​​涯问题意识开始越来越强烈,然而由于就业信息繁多和自身毕业事务繁杂,影响他们做出理性和科学的职业决策。大学生在校期间参与丰富多彩的校园文化活动忽略了自身职业素质的培养。大一时期对于大学生生活充满热情和新奇,主要任务在于适应陌生环境和大学生活;大二时期,随着专业课逐渐增多,大学生忙于学习专业知识以及各种专业等级证书的考核;到了大学中后期,尤其是大三阶段,大学生逐渐意识到实习和毕业很快到来,才开始考虑自己是否就业以及毕业之后去向的问题。在这个阶段,大学生由于对社会工作环境和职业岗位要求缺乏认识,缺乏准备,开始出现迷茫、犹豫不决、无所适从的现象,甚至出现压力状态下逃避的心理状况。这种情况下大学生容易相信错误的职业信息,养成错误的决策信念。

2.2 职业决策过程中依赖性强

当代大学生生活在一个经济和科技迅猛发展的时代,互联网的发展、行业竞争的加剧、文化的冲突等都影响毕业生对于职业的选择。许多大学生因缺乏明确的职业生​​涯发展方向,对于未来职业的选择感到陌生,难以独立作出职业决策。

大学生往往承载着家庭、亲友的厚望,加上父母及长辈非常关注其就业,所以对自己的职业选择不由自主地存在依赖心理或是受到家庭因素的无形制约。有的大学生在家长的帮忙指导下,判断选择职业,甚至父母包办替代做决定;有的会寻求职业咨询的帮助,但自己内心犹豫不决,期望咨询师为其作出最好的职业决策;有的直接跟随信任的师兄师姐进入各行业。很明显,大学生在职业决策过程中缺乏锻炼,期望通过家长、老师、师兄师姐直接得到答案,而不是通过主动探索自主做出适合自己的抉择。不少来职业咨询的毕业生对职业咨询教师的专业化的期望值很大,试图通过短短的一次面谈做出完整的职业生​​涯。

2.3 职业决策中忽略自我认识

大学生在决策过程中不仅缺乏获取职业相关的信息的能力,也缺乏自我认识的管理能力,忽视自我认识。对自身的认识水平会在很大程度上影响决策时的困难大小。因此,自我认识作为个人自我管理的第一步非常重要。做职业决策前,大学生对于自己能做什么、自身优势和劣势也不清楚,对于自己真正适合做什么缺乏一个正确的认识。尤其是在面试竞争中不懂得展示自身的竞争力和发展优势,看不到自己的不足和外​​在威胁,没有恰当的职业目标,更难以制定出自己发展的规划。由于对自身缺乏清晰的认识,大学生在就业时显得比较盲目。因为每个人的性格、能力、所学专业等不同,不同的个体选择的发展路径也不一样,在缺乏职业咨询有效指导的情况下,大学生容易产生各种职业决策问题。

2.4 职业决策过程中畏难退缩

在求职过程中,大学生对于未来即将从事的职业的概念是模糊的,从而导致了不确定和畏难的心理,不能根据目标确定选择职业的可能性、制约因素、发展方向、发展内容与策略,并进行认真分析与计划。另外,大学生在做出职业选择的过程中由于不可靠信息存在,经常处于一种矛盾冲突的状态,包括了外部信息抉择的冲突和内部心理的冲突。职业选择本身就是一个多重趋避的过程,没有认清自己的愿望、需求,调节好职业心理各因素,平衡心理特征与职业要求之间的关系,往往导致了这些冲突的产生,从而产生退缩的行为。在职业咨询中发现,部分大学生对于自己选择的职业有一定的认识并且有自己想法,但是很多大学生选择的时候只看到工作的环境和条件,不能正确分析环境条件与自身职业发展的关系,因此会产生各种矛盾和冲突,并且处于观望不作决定的状态。

3 大学生职业咨询的干预对策

由于大学生一直在校园环境里成长,社会阅历浅,对职业的认知仅凭表面的直觉,容易受他人的影响,对于职业的选择容易缺乏科学的分析、思考。大学生职业决策呈现出来的以上特点体现了就业过程中大学生的种种需求,尤其迫切需要在职业咨询中得到指导和帮助。许多高校通过开展大学生职业咨询服务项目为大学生职业决策指导提供了有效的帮助。职业咨询的发展也在不断摸索当中,通过不断优化,有针

对性地探索有效的干预对策,才能真正服务于大学生就业。

3.1 重视职业咨询中的个体咨询,体现个性化

职业咨询指导工作者通过开展团体辅导活动和个别咨询干预学生职业决策,通常以讲座方式为主,辅以个体咨询方式。多数学生在公共场合即使自身遇到职业决策困难也不愿意承认,每个学生之间也存在个体差异,职业能力发展明显不平衡。一对一的个体职业咨询辅导,有利于帮助学生独立接受咨询的帮助,有针对性地解决自身的困难。从咨询的过程看,职业咨询通过咨询员和咨询对象之间的互动沟通来进行,指导咨询对象完成个人风格、兴趣倾向、能力等多方面的测评,并进行自我分析和匹配,进一步掌握专业相关职业所需要的能力和技能,对咨询者的困惑和矛盾提出拟解决问题的方案和建议,充分地考虑个人的特点和职业需求,判断并选择合适的发展方向。

3.2 提高综合性信息分析能力,锻炼自主判断和选择

部分大学生有很强烈的求职动机,也做好了求职前的心理准备,但是,由于职业相关信息的匮乏和信息分析能力较弱影响其作出恰当的职业决策。职业决策是一个复杂的过程,涉及到信息收集、目标选择和匹配、制定计划和问题解决等复杂判断过程。通过职业咨询大学生可以解决职业信息方面的困难。职业咨询师根据自己经验和对就业情况的了解,可以为大学生提供具体真实的职业信息以及就业情况,解决学生对于职业的一些职业的困惑,对学生做出职业决策具有一定的参考价值。通过咨询也可以促进大学生理性应对校内校外大型招聘会和专场招聘会,通过招聘简章、网络查询、校友了解多方面来了解应聘单位,从多途径收集有效信息,自主分析和比较,推动大学生职业决策中的判断和选择的自主性提高,做出合理的职业选择。

3.3 强调职业生涯规划指导从低年级抓起,注重自我认识

大学生职业咨询应面向全体学生开展,其作为职业生涯规划指导的重要一部分,目前只面向毕业生开展。然而,职业生涯规划指导作为高等教育系统不可或缺的一个课程,低年级学生难免遇到困惑,如果能够通过职业咨询及时提供帮助,有利于

学生面对职业决策困难时能够从容面对。高校大学生若从低年级起开始关注职业发展,大部分会咨询师兄师姐和老师,关注专业对口的岗位,容易忽视自身是否合适因素。职业咨询中恰当引导大学生对自我的探索 and 认识,增进未来职业人岗匹配的完成,才能帮助学生在毕业时面对职业决策时找准自己的定位。

3.4 合理归因训练,促进理性思考职业决策

大学生在进行职业决策的过程存在各种困难和问题,并产生各种消极情绪,很多时候取决于大学生对求职过程中遇到问题的归因方式。每个人的解释风格对一个人的影响是持续性的和经常性的,它对个体的职业决策有一定的影响。从积极心理学角度,可以从习得性无助模式、自我效能模式、成就感的归因训练对悲观的解释风格进行干预,使得无论是正性还是负性事件都能从内在外在的客观因素进行理性归因,寻找解决方法,降低大学生职业决策难度,并产生持续性影响。

[参考文献]

[1]National Career Development Association.(1988a)The professional practice of career counseling and consultation: An resourced document.Alexandria,VA:Author:3.

[2]金树人,生涯咨询与辅导[M].北京:高等教育出版社,2007:27.

[3]石兆俊,任海涛.高校职业咨询发展的研究与探索[J].中国大学生就业,2008,(10):45.

[4]雷五明,论学校心理咨询与职业咨询的异同[J]湖北教育学院学报,2006,(7):87-89.

[5]谢雅萍,周芳.大学生职业决策困难及其影响因素研究[J]广西大学学报(哲学社会科学版),2011,(10):24-25.

[6]曹清.中专生解释风格对职业决策困难的影响及其归因训练的实践研究[D].华中师范大学,2016,(3):19.

作者简介:

蔡丹妮(1991--),女,广东汕头人,汉族,硕士,助教,研究方向:大学生思想政治教育、心理健康、就业创业指导。