

# 高职院校职业生涯规划教育实施策略探析

王莉

(南京市玄武中等专业学校 就业培训处 江苏 南京 210042)

**摘要:**高职院校职业生涯规划课程一般列在思政课程的首位,其地位与作用不言而喻。当前高职院校职业生涯规划教育在实施过程中存在课程内容偏就业指导、轻生涯规划,教学手段偏讲授、轻体验,课程设计偏模块化、轻系统化等偏差,应采取课程设计系统化、教育目标长远化、课堂模式生活化的“三化”改进策略,以提高课程教育质量。

**关键词:**高职院校;职业生涯规划“三化”策略

**中图分类号:** G710 **文献标志码:** A **文章编号:** 1672-2604(2022)03-0083-03

“我想当流量明星。”这是一个学生在思政课上发出的感慨,姑且称之为职业目标。这样的职业目标紧跟社会热点事件,反映了学生对个体职业前途的迷茫和不确定。值得寻味的是,持有这类想法的学生不是个例,这是当前职业院校五年制高职部分学生对个体职业生涯规划课程教学的真实反馈,说明学校的职业生涯规划教育仍存在一些问题。在新冠肺炎疫情防控常态化的背景下,大学生面临的就业形势十分严峻。本文以此为切入点,深入剖析高职院校职业生涯规划教育存在的相关问题,探讨优化职业生涯规划教育的策略,以期帮助学生明确职业目标。

## 一、职业生涯规划教育的内涵 指向及实施的必要性

职业生涯规划是指针对个人职业选择的主客观因素进行分析与测定,确定个人的奋斗目标并努力实现这一目标的过程。这里面体现了两层关系:一是个人与职业的关系,即人职匹配;二是个人与社会的关系,即人的生存发展离不开社会,个人的奋斗目标要与社会发展相联系。由此看来,职业生涯规划教育不只是简单的职业咨询、就业指导,还包括生涯规划。有学者认为,在飞速发展的现代社会,人们对职业领域的了解、探索与适应还存在一定的局限性,需要将个人的学术能力、专业技能、职业竞争力与职业生涯规划结合起来,通过接受职业

生涯规划教育等途径转化为与未来生活紧密联系、不断发掘自身优势的动力之源<sup>[1]</sup>。因此,职业生涯规划教育不仅要教给学生找到合适工作的技巧,还是一种人生观和价值观教育,要引导学生在长期的专业技能学习和实践过程中,逐渐了解所学专业并产生认同和热爱,同时评估自己的个性特点、兴趣能力与职业领域的适应程度,学会将自身优势转化为职业兴趣和人生追求,培养学有所成后建设家乡、回报社会的意识和情感。从这个意义上来说,职业生涯规划教育不仅关乎学生毕业后能否顺利就业,还关系到学生一生的发展,甚至是国家的前途和命运。

高考的“失意者”进入不同的专业,这些专业与他们今后从事的职业密切相关。未来怎么样?今后还能“成功”吗?这些问题每时每刻都在困扰着这些年轻的学子。职业生涯规划教育往往采用5个“W”的思考模式,从“我是谁”到“我想干什么”“我能干什么”“社会环境允许我干什么”,再到“我的职业目标是什么”,一路探索、调整、确认、整合,这是个人内在心理与外在环境不断交互、碰撞的过程,是对人生道路不断思考和内在动力逐渐被激发的过程,也是个人的人生观、价值观逐渐形成的过程。职业生涯规划教育可以帮助学生从认识自己开始,在专业学习的过程中揭开职业领域的神秘面纱,确立清晰的职业目标,直至把职业目标内化为人生追求。

收稿日期:2021-10-22

作者简介:王莉(1979—),女,南京市玄武中等专业学校就业培训处讲师,硕士。

## 二、高职院校职业生涯规划教育的实施现状及其影响

### (一) 职业生涯规划教育实施过程中存在的偏差

首先,课程内容偏就业指导、轻生涯规划。职业生涯规划作为一门思政基础课程,一般在职业院校第一学期开设,指导教师由思政课教师担任。众所周知,思政课教师大多未掌握专业的职业测评手段和职业咨询技巧,缺乏职业心理测量、就业与创业指导方面的专业知识与经验,容易把职业生涯规划课程上成就业指导课。师资力量的薄弱是教学效果不佳的重要原因之一。其次,教学手段偏讲授、轻体验。课程目标不明确,缺少学生自我探索的过程,淡化学生职业选择和道德判断能力的培养,忽略对学生就业观念和价值取向的引导。课程体系不完善,导致学生的学习浮于表面,效果大打折扣。最后,课程设计偏模块化、轻系统化。职业生涯规划是一个不断探索、确认、调整的漫长的过程,而实际上现有的职业生涯规划课程教学设计缺乏系统性,不利于保证效果。

### (二) 偏差对学生职业生涯规划的影响

首先,在职业定位上,大多数学生比较迷茫,没有清晰的职业目标。他们缺乏科学、理性的自我认知,在人职匹配上存在很大偏差。比如:在思政课上,当教师问学生“你的职业理想是什么”时,有的学生脱口而出“我想当流量明星”。教师接着问“为什么”,学生毫不犹豫地回答“可以挣大钱”,全班闻之哄堂大笑。事实上,这一现象反映出三个问题。一是获取财富的手段很多,而学生只想到当流量明星,并且职业榜样是顶流明星,而不是从自身条件出发,结合职业兴趣,做好职业规划,谋求个人发展。二是浮躁的社会大环境让学生的价值观变得扭曲,部分学生忽视自身条件,放弃专业能力,转而追求所谓的“好工作”。三是这种不假思索的表述暴露了学生对自己的职业生涯规划仍停留在表面,没有持续深入地思考“我喜欢什么”“我适合干什么”等问题。

其次,在职业能力的自我评估上,大多数学生存在明显偏差。美国心理学家班杜拉认为,人们对自身能否利用所拥有的技能去完成某项工作行为的自信程度,就是自我效能感。当确信自己有能力进行某一活动时,人们就会产生较高的自我效能感,反之,自我效能感较低。高职院校的学生刚经

历过高考的“失败”,挫折感如影随形,让学生重拾自信应该是职业生涯规划教育首先要解决的问题。很多学生在校期间努力进行专业学习,主动开展专业实践,通过考试获得技能证书;积极参加社团活动,在活动中展示自己的风采;参加技能大赛,获得奖牌。外界的正面反馈让学生对自己的职业能力有了新的认识,这种对自我能力的认知能提高自我效能感。但调查显示,仍有约60%的学生对自己的专业学习信心不足,认为自己的职业能力不足以应对未来的职场挑战。

再次,在职业信息的了解上,学生过于关注职业是否符合自身需要,而忽略职业需求与自身素质的匹配程度。在筛选就业信息的时候,80%的学生从自我需求出发,寻求心目中“理想的”工作。在教师的提醒下,他们进一步了解职业需求,开始自觉地将自身需求与职业条件相结合,但对不同企业的企业文化和价值观认识不够深入。

最后,在职业准备的投入上,大多数学生比较被动。现在高职院校的学生大多数是独生子女,他们的社会阅历不足,独立生活能力不强,加之家长的过度保护,依赖思想较为严重。调查显示:超过60%的学生没有做好求职的心理准备;近一半的学生认为家人或亲友可以帮忙找关系;越来越多的应届高职院校毕业生不打算找工作,已做好专转本或出国的打算。

## 三、优化职业生涯规划教育的对策

### (一) 从职业目标的确立出发,将课程设计系统化

想当流量明星的学生不是个例。究竟什么样的职业目标才适合学生?这个问题需要学生持续地探索,而模块化的课程人为地分割了探索的过程。由于不同年级的学生有不同的学习需求,因此课程在模块化设计的基础上,必须进行系统整合<sup>[2]</sup>。如:一年级学生偏重认识和了解专业,此时的职业生涯规划教育应侧重让学生系统地了解职业生涯规划的基本知识,合理规划每个阶段的任务,并进行专业化的个人测评,充分了解自己,明确学习目标。中年级学生侧重专业技能学习,同时也应对自己进行科学的评估,了解自己是否接受并热爱所学专业、是否有能力胜任将来的工作、是否能从学习中感受到乐趣。这是一个内心反省和沉淀的过程。这一阶段应通过选修课形式,继续对学生进行专业化的职业测评,开展专业分析与引导,同

时利用现有资源,开展校企合作,鼓励学生通过实习实践进行职业探索。高年级的学生已经掌握一定的专业知识和技能,有相对明确的职业定位,但对于具体的职业方向,很多学生仍然迷茫。在开展就业与创业指导课程教学时,教师除了要对学生进行专业化的职业测评外,还要帮助学生更好地了解自己,并结合当前的就业形势,提供必要的就业指导与服务,要在职业选择方面加强对学生的引导,同时有针对性地开展简历制作、面试答疑技巧讲解等方面的服务,帮助学生顺利就业。

## (二) 从人的一生发展出发,将教育目标长远化

有关职业院校毕业生就业情况的调查数据显示:毕业生在职业选择中更看重薪酬待遇、个人兴趣和成长空间,相对忽略社会奉献。高桂娟认为,完整的大学生职业生涯规划包含三个方面的内容,即职业规划、职业生涯规划 and 生涯规划,三者密切联系,其中职业规划着眼于近期的职业选择或求职问题,职业生涯规划着眼于职业发展即个人长期发展问题,生涯规划则是关乎人的一生怎样度过的问题。因此,职业生涯规划的目标是处理好近期利益与长远目标、利与义、生活与人生的关系,最终达到安身立命之境界<sup>[3]</sup>。这样说来,高职院校有更重要的使命,即帮助学生寻找一生所要坚守的东西,让学生始终热爱它,有勇气和信心维护内心的坚守,不会因为外界的诱惑而改变,这不仅是职业操守,更是责任和担当。也就是说,要解决学生的人生观问题,引导学生正确处理个人与社会的关系,将自己的职业生涯规划置于广阔的社会生活领域中,在平凡的岗位上实现人生价值。要利用好课堂主渠道。思政系列课程中有一些必修课,可以帮助学生更好地厘清个人与社会的关系,树立正确的世界观、人生观和价值观,为将来顺利融入社会做好必要的准备。要鼓励高职院校学生加入志愿者团队,利用专业技能,在节假日走进社区和公共场所提供服务,获取快乐助人的体验;把职业领域杰出人物或优秀校友请进校园,让学生在榜样的示范下深刻领悟劳动与奉献精神;将职业目标落实在具体的生涯规划上,职业目标既是人生价值追求的体现,也是人生观和价值观的体现。

## (三) 从教育教学规律出发,将教育模式生活化

美国教育家杜威认为,教育即生长,教育即生活,教育即经验的改造,并主张学生在活动与交往中主动学习。杜威的观点对职业生涯规划教育具有指导意义。当前,要改善职业生涯规划教育的实

际效果,就要从教育教学规律出发,将教育模式生活化,增强学生的职业体验。首先,牢牢抓住课堂主渠道,构建体验式课堂教学模式:激发兴趣—职场体验—职业判断—学习反馈—规划调整。从实施效果来看,这种沉浸式教学模式利于激发学生的学习兴趣,能使学生从被动探索转向主动探索、从完成任务转向持续建构。其次,从课内走向课外,邀请行业企业的专家到学校开设讲座,让学生及时了解行业信息及其发展趋势,了解职业领域的具体岗位划分情况及不同岗位对能力和素质的具体要求。再次,设置职业生涯规划 and 就业指导工作室,面向每一个学生开展职业生涯规划教育及个性化的指导和服务,帮助学生正确认识自己,及时调整职业目标、职业路线、职业规划,培养和提高学生的职业判断和职业选择能力。最后,加大师资培训力度,分层分批组织职业生涯规划指导师参加理论学习、政策解读、市场研究、咨询辅导等方面的培训,组织开展说课赛课活动,改善授课效果,不断提高教师的指导水平。

在新冠肺炎疫情防控常态化的背景下,我国大学生面临的就业形势更为严峻,高职院校学生的就业状况不容乐观,加强和改进职业生涯规划教育刻不容缓<sup>[4]</sup>。具体的路径就是要从扭转职业生涯规划教育存在的三大偏差出发,遵循职业生涯规划教育的客观规律,秉持以生为本的育人理念,优化课程设计,确定长远的教育目标,加强课堂模式生活化探索,同时整合相关资源,为职业生涯规划教育的有效实施提供有力保障,让职业生涯规划教育真正为学生就业创业提供专业咨询与服务,促进学生终身发展。

## 参考文献:

- [1] 凌磊. 新高考志愿填报呼唤职业生涯规划教育[N]. 中国科学报, 2021-06-22.
- [2] 谷建. 不同年级大学生职业生涯规划教育问题与系统性展开对策研究[J]. 现代职业教育, 2020(22): 140-141.
- [3] 高桂娟. 从就业指导向职业生涯教育转变——对大学生职业生涯规划的分析与思考[J]. 教育探索, 2008(1): 134-135.
- [4] 教育部. 关于做好2021届全国普通高校毕业生就业创业工作的通知[EB/OL]. (2020-12-01) [2021-09-12]. [http://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2020-12/01/content\\_5566303.htm](http://www.gov.cn/zhengce/zhengceku/2020-12/01/content_5566303.htm).

[责任编辑: 罗 香]

(英文部分下转第89页)

# Exploration on Curriculum Construction of Innovation and Entrepreneurship Education Based on Virtual Simulation Experiment Platform: A Case Study of “Entrepreneurship Foundation for College Students”

LIU Yu-mei , ZHANG Zhen

( School of Innovation and Entrepreneurship , Sanjiang University , Nanjing 210012 , Jiangsu , China)

**Abstract:** Innovation and entrepreneurship education curriculum is an important carrier for colleges and universities to carry out innovation and entrepreneurship education activities. In this paper , relying on the “General Entrepreneurship Mobilization ” virtual simulation comprehensive experimental platform , taking the course “Entrepreneurship Foundation for College Students ” as an example , and aiming at the problems such as the lack of system design of the course , weak faculty , single educational content , backward teaching mode , and insufficient integration of professional education and innovation and entrepreneurship education , it is expected to improve the innovation and entrepreneurship education curriculum system based on the virtual simulation experiment platform through approaches such as the combination of experience teaching and entrepreneurial practice , the use of advanced teaching mode to make a good combination of classroom teaching , and the automation of curriculum teaching data recording.

**Key words:** virtual simulation; experimental platform; Entrepreneurship Foundation for College Students; curriculum construction

---

( 上接第 85 页)

## Analysis on the Implementation Strategy of Career Planning Education in Higher Vocational Colleges

WANG Li

( Employment and Training Branch , Nanjing Xuanwu Secondary Vocational School , Nanjing 210042 , Jiangsu , China)

**Abstract:** Career planning courses in higher vocational colleges are generally listed in the first ideological and political courses , its status and role is self-evident. At present , the curriculum content of career planning education in higher vocational colleges focuses on employment guidance and neglects career planning. Teaching methods emphasize teaching and ignore experience. The curriculum design emphasizes modularization and neglects systematization. In order to improve the quality of curriculum education , we should adopt the strategies of systematization of curriculum design , long-term education goal and life-oriented classroom model.

**Key words:** higher vocational colleges; career planning “Three Modernizations” strategy