

# 社会认知职业理论下职业院校学生就业指导策略分析

李长海 赵辉 马建梅 喻朝善 赵俊峰

克拉玛依职业技术学院，新疆 独山子 833699

**摘要：**近年来，随着高等教育的大众化，高校毕业生人数不断攀升，众多大学生都面临着毕业即失业的压力。伴随着国内就业形势日益严峻，“大众创业，万众创新”的热潮在全社会兴起。从我国教育发展来看，高职教育为社会各行各业输送了大批的职业化、专业化人才，在推动国民经济发展中起着重要作用。在当前全球化和技术快速发展的背景下，职业教育与就业指导的重要性日益凸显。职业院校学生作为即将步入职场的新兵，面临着多样化的职业选择和激烈的就业竞争。因此，高效、科学的就业指导对于他们的职业发展具有至关重要的作用。社会认知职业理论（Social Cognitive Career Theory, SCCT），作为理解个体职业行为和发展的重要理论框架，为职业院校学生的就业指导提供了新的视角。本研究旨在基于社会认知职业理论，分析职业院校学生就业指导的策略，通过深入探讨这一理论框架内的关键因素，本文旨在为职业院校学生的就业指导提供理论依据和实践策略。

**关键词：**社会认知职业理论；职业院校；就业指导

**中图分类号：**G71

## 0 引言

职业理论的发展始于 20 世纪，特别是在 20 世纪 80 年代，当 Lent&Brown（1994）基于 Bandura 的社会认知理论将其应用并扩展到职业领域时，从而奠定了社会认知职业理论的基础。该理论融合了传统的职业选择与发展理论的要素，提供了一个更全面和动态的框架来解释职业选择和发展的路径。不同于以往的理论，社会认知职业理论着重于认知、自我调节以及激励机制的作用，其独到之处主要表现在几个关键方面：首先，它着重探讨了学习经历如何通过认知的调节功能来指引职业行动；其次，该理论深入研究了兴趣、价值观以及能力之间的互动；第三，它考虑了背景因素对职业生涯的影响；最后，社会认知职业理论强调了个体如何以不同的方式运用个人力量。

在社会认知职业理论中，自我效能感、结果期望和个人意图这三个核心要素共同构成了一个描述个体职业选择与发展过程的动态框架。自我效能感涉及个体对于自身成功执行特定任务并达成期望结果的自信水平，它是一种针对特定行为领域的稳定的信仰体系，这些信念不断地与环境因素进行互动。在其作用机制中，自我效能感是通过完成目标、观察学习、社会劝导以及生理和情绪状态的反馈得到增强和调整的。与结果期望不同，自我效能感关乎个体对自己能力的评

估，而结果期望则是关于进行某一行动能够达成特定成果的信念，这包括对行动结果的预期反应，且结果期望的形成也可通过类似自我效能感的学习过程获得。个人意图是决定个体是否投身于特定活动的因素，它通过目标设定作用于人的行为组织、指引和持续，成为个体施加影响力的关键环节。

## 1 影响职业院校学生就业选择的认知因素分析

“认知内核”是社会认知职业理论的内核，包括了自我效能、结果期待、个人目标三方面的内容，密切影响着学生职业兴趣的形成与培养、职业目标的发掘与明确、具体职业行为的实施等环节，在学生职业选择模式的构建与发展过程中发挥着关键作用。

### 1.1 职业院校学生职业兴趣的分析

学生的自我效能、结果期待共同影响着其职业兴趣的形成。换言之，在对自己将来想要从事的职业饱含自信、认为这一职业方向能够为自己提供正面反馈、积极可见的回报以满足期望时，职业院校的学生就会对这一特定的职业及其发展产生兴趣，即为职业兴趣。它能从积极的角度引导学生明确自己在职业选择上的目标与路线，进而促使职业目标带动职业选择，职业选择推动个体工作绩效的产生、职业成就的获取。各因素与环节之间相互影响，学生在后来实现的工作绩

收稿日期：2024 年 02 月 29 日

作者简介：李长海（1973—），男，汉族，黑龙江明水县人，研究生，副教授，研究方向为催化反应工程。

效、工作成就等将会反作用于自我效能的推进与工作结果的期待值,动态、积极、正面的反馈循环由此建立。其中,学生的自我效能、结果期待既与自身累计的学习经验相关,也会受到个体、社会经济等内外因素的作用,各类因素相互影响、共同起效,学生在此过程中逐渐培养了稳定且持续的职业兴趣。

## 1.2 职业院校学生职业选择的分析

职业兴趣真正产生后,职业院校学生的职业选择按照社会认知职业理论可分成三步:①根据自己的职业兴趣进一步明确职业目标;②遵从自己设立的职业目标进行职业行为的考虑与选取,包含以个人努力满足心仪岗位的需求等过程;③以工作期间获取的正负向成果作为成就进行积累或作为经验进行总结,实现职业选择反馈环路的构建,落实“动态规划”。

对于学生职业规划的影响因素,社会认知职业理论对其中的两种环境变量进行了强调:一是直接影响学生学习经验累积的个体成长背景因素(性别、健康状况、性格、能力、父母职业、民族、社会地位、物理环境等)二是有关学生职业选择行为的环境因素,包含社会因素、经济因素两个层面,其中环境因素除了会通过职业目标对学生职业目标的明确、后续职业选择的行为产生直接的影响,也会基于对学生职业兴趣的调整,对其职业目标的确定形成影响。

## 1.3 职业院校学生职业行为及工作绩效的预期分析

职业院校学生的个体能力、自我效能感、结果期待、个人目标等因素均与其在未来产生的职业行为、工作绩效、工作成就等过程具有密切而直接的联系。学生个体所拥有和积累的态度、知识、技能等要素都可对其工作水平产生直接而显著的影响,最终的工作绩效直接取决于此。

学生的自我效能感、结果期待受到其个体能力在间接角度的影响,由个体能力积累而成的新学习经验又会对自我效能感、结果期待发挥反向的作用。因而学生的个体能力与其自我效能感之间呈现的是相互影响的关系,二者相互协调与促进,共同推动职业发展。

学生所具备的实际工作能力可促使自身获取较高的自我效能感,自我效能感的感受与提升也能反作用于工作能力的强化。以职业院校学生个体与其职业选择作为重点,社会认知职业理论从自我效能、结果期

待、个人目标三个因素出发,展开多角度、多层次的动态分析,以为职业院校学生关注职业兴趣、准确选择职业、正确开展职业的“动态规划”、清楚自身职业能力的强化路径提供帮助,实现个体职业发展的良性循环,并使这一循环处于积极、正确的维系状态。

## 2 基于社会认知职业理论的职业院校学生就业指导教育策略

### 2.1 强化认知训练,提高学生的自我效能

如果学生的自我效能感处于较高水平,则其个体在职业兴趣的形成、职业规划行为的激发等都可受到积极正面的影响。对此,职业院校应在日常就业指导过程中,以职业实践、项目活动等方式帮助学生积累学习经验、培养工作技能,以实现自我效能感的增强。

一是引导学生对自己专业实习、社会实践等过程中所经历和产生的成功事件进行回忆、总结,以正确有效的归因带动学生对自己的性格、能力、优点、习惯等方面形成真正的了解,并在总结、肯定自身职业优势的基础上提高职业选择的自信心。

二是充分发挥榜样的示范作用,引导学生积极领悟学业知识、探索职业路线。例如,组织学生开展并参与“行业榜样人物分享”活动,期间,学生分组交流、相互讨论,分享自己了解的行业人物成功经历,将榜样的特质、环境背景等相似之处作为职业院校学生用以参考的替代经验,推动自我效能感的增强。

三是对学生职业心理素质的培养给予充分重视。学校在关注就业指导教育的同时,还应兼顾学生的心理健康与心理素质。对于缺少职业兴趣、缺乏职业目标、学习动力不足、因就业压力而出现严重焦虑或恐惧心态的学生,及时给予关心、疏导和鼓励,帮助其培养自信心,学习以积极稳定的情绪对待职业发展。

### 2.2 开展职业生涯辅导,引导学生进行自我探索

个体的自我效能、结果期待、职业兴趣等要素,加上职业生涯的开放性特征,都会对职业院校学生接受的就业教育、开展的职业生涯规划等环节产生影响。关注院校的职业生涯辅导与相关教育,需要强调学生与职业之间的“发展”关系,而非浅层的“匹配”行为。基于此,为避免出现学生用封闭及固化的眼光看待自己特质的情况,对于职业院校的低年级学生,学校不应对其开展数量过多的量化职业测试,而应当在学生进入学校开展学业之时即作为其职业意识激发与

培养的起点,通过循序渐进的职业生涯辅导过程,阐述并展现个体力量对职业兴趣的产生及维持所发挥的关键性作用,引导学生正确判别职业,对职业兴趣、职业行为、职业发展等方面形成正确认识,从而形成初步的职业兴趣,积累职业相关的知识技能,培养正确的职业观念,通过学校社团活动、专业实习、社会实践等方面的经历,加上多方学习资源(如网络、实地等)的结合应用,实现成功事件的创造,达到扩展职业视野、了解环境资源、提高自我效能感、持续探索职业兴趣、构建正确价值观、培养并锻炼工作技能、强化专业的忠诚度与认同度、积极联系职业与社会等的理想成效。

在对学生开展总体辅导的同时,学校还应关注学生的个体差异,特别是少数民族学生、贫困学生、残疾学生等较为特殊的群体,可根据实际情况及需要,对其开展针对性的职业辅导。就整体而言,学校应适当对学生进行鼓励和赞赏,以激发并提升其自我效能感,以自我效能感激发职业行动;也应引导学生对自身职业规划进行分析、对就业时可能出现的问题与困境进行评估,学习充分利用内外因素与环境所包含的各种有限资源,充分发挥它们的作用,以缓解就业焦虑、职业迷茫等情绪和心态,强化自身规划职业的能力与就业技巧。

### 2.3 强化资源整合,提升学生的就业能力及职业素养

社会认知职业理论对于环境影响个体职业选择的特点进行了强调。职业院校应当通过优质、丰富的资源,支持学生的职业职业生涯规划,同时对校内资源进行深挖——以校企合作平台为基础创设实习基地;线上策划结合线下实践,开设“职业生涯工作坊”、“职业咨询站”等职业促进平台;组织社团及各二级学院举办“职业生涯规划大赛”、“职来职往”、“素质拓展”等丰富的职业体验与实践活动;搭建“杰出校友库”,定期邀请优秀毕业生与学生交流,分享求职经验与就业经历等。

其次,学校可通过探索、整合外部资源,与用人单位达成合作关系,为学生提供丰富的实践机会与就业资源,丰富学生的职业认知、强化学生的知识技能,促进其职业的选择与发展;及时、充分地政府对发布的行业政策进行了解 and 解读,在日常课程教授中

引导学生学习将自己的特质、专业与社会需求结合,实现就业效果的优化。

此外,对于人与环境在职业领域的关系,社会认知职业理论强调,人除了是环境发挥作用的产物,也担任着创造环境的角色,每个人的个体认知与行为都能对客观环境进行调节与修正,尤其是人环境对个体的制约与阻碍方面。日新月异的行业发展与职业信息、新兴产业与有关行业的结合发展、不断更新的人才需求标准,要求职业院校学生应当成为行业工作的“创造者”,而非单纯地停留在“追随者”的层面。对于就业,学生应当用积极稳定的心态看待其偶然性,在适应就业的同时,接受挑战、应对挑战,实现自我成长,并学会利用内外资源创造有利于优化自身职业能力的条件,视“应变”为个人职业“动态规划”的环节之一,锻炼并提升自己的职业素养——积极正面的就业心态、自信心、抗压能力、适应能力、创新能力、学习能力、解决问题能力等。

### 3 结论

基于社会认知职业理论对职业院校学生就业指导策略的分析表明,自我效能感、结果期望和个人意图是影响学生职业选择和发展的关键认知因素。这些因素不仅促进职业兴趣的形成和职业目标的确定,而且通过动态的反馈循环,进一步增强职业选择的积极行为,从而提升工作绩效和职业成就。因此,职业院校在进行就业指导时,应着重采取以下策略:强化认知训练,提高学生的自我效能感。通过增加学生的成功经验、利用榜样示范效应和关注学生的职业心理素质,帮助学生建立对自己能力的信心,从而激发其职业规划行为和职业兴趣。开展职业生涯辅导,引导学生进行自我探索。重视职业生涯的开放性,鼓励学生通过参与社团活动、实习、社会实践等,探索自我兴趣和价值观,增强对所学专业的忠诚度和责任感,同时注意个体差异,为不同背景的学生提供针对性的就业指导。强化资源整合,提升学生的就业能力及职业素养。职业院校应充分利用内外部资源,为学生提供丰富的实习和就业机会,同时教育学生认识到自己不仅是环境的产物,也是环境的创造者,鼓励他们积极适应和创造变化,发展必要的职业素养,如自信心、抗压能力、适应能力、创新能力等。

综上所述,职业院校在进行就业指导时,应基于

社会认知职业理论,通过增强学生的自我效能感、引导自我探索和强化资源整合,促进学生的职业发展,帮助他们不断变化的职业环境中实现自我实现和社会贡献。

### 参考文献

- [1]姚佳佳.基于社会认知职业理论的“00后”高职大学生就业意向影响研究[J].广西经济,2023,41(05):136-140.
- [2]李娜,盖钧超,周全华.基于社会认知职业理论的低收入家庭毕业生高质量就业对策研究[J].成才与就业,2022(S1):39-48.
- [3]罗浩准,王斌.社会资本视角下大学生就业质量影响及对策[J].西南师范大学学报(自然科学版),2020,45(05):80-86.
- [4]曾丽艳,林子健,范定祥.应届大学毕业生职业认知与就业满意度研究[J].合作经济与科技,2019(21):140-142.
- [5]郭倩,张研.基于社会认知职业理论的医学院校就业指导教育策略分析[J].医学与社会,2018,31(10):82-84.
- [6]滕秀莹.金融类高等院校就业指导工作开展新路径——基于社会认知职业理论[J].产业与科技论坛,2017,16(11):224-225.
- [7]郑毅,陈辉.大学生个性化就业指导及其实现路径研究[J].安徽电子信息职业技术学院学报,2016,15(04):91-93.
- [8]施旖旎,郑广怀.社会工作本科生的专业选择与职业认知[J].青年研究,2016(01):57-65+96.
- [9]秦艺芳,黄融.基于社会认知职业理论的高校就业指导教师胜任力研究[J].现代教育科学,2015(03):106-110.
- [10]刘艳杰,姚莹颖.社会认知职业理论对职业发展课程的启示[J].高教发展与评估,2015,31(01):91-97+102.
- [11]赵洪山,郑永进.人工智能背景下高职学生就业技能提升研究[J].教育与职业,2024(04):92-96.
- [12]夏寰.新形势下高职学生就业指导提升路径探索[J].湖北开放职业学院学报,2023,36(23):80-81+84.
- [13]周文华,李莹.职业生涯规划在高职学生就业指导中的应用[J].科技风,2023(30):55-57.
- [14]孟庆方,雷晓柱,吴永庆.职业生涯规划提升高职学生就业创业能力实施路径探究[J].华章,2023(07):27-29.
- [15]夏寰.新形势下高职学生就业思想状态与分析[J].湖北开放职业学院学报,2023,36(10):63-64+67.
- [16]高馨.校企合作视角下高职学生就业能力提升策略研究[J].就业与保障,2023(05):100-102.
- [17]教育部.高等学校课程思政建设指导纲要(教高〔2020〕3号)[Z].2020-05-28.