

以就业能力提升为导向的大学生职业生涯规划工作路径探索

季小燕

(中国矿业大学徐海学院, 江苏 徐州 221008)

摘要: 进入 21 世纪, 社会的快速发展与变化使得大学生就业竞争压力骤增。为了提高大学生的就业能力, 高校应重视构建一套系统且科学的职业生涯规划教育体系, 实时跟进指导学生的就业能力提升并为其提供个性化的辅导和帮助, 在扬长补短中助力学生就业能力的大幅度提升。本文从分析大学生就业能力方向着手, 详细探究了大学生职业生涯规划教育对提升学生就业能力的影响作用这一问题并总结提出了多种切实可行的提高学生就业能力的举措, 明确了路径, 希望帮助学生尽快适应社会, 为社会经济发展贡献绵薄之力。

关键词: 就业能力; 大学生; 职业生涯规划; 路径

受国内外复杂经济形势的影响, 毕业生面临着严峻的就业压力。虽然近几年国家大力改革高等教育, 各方面政策制度均给予了大学生就业一定支持, 但是, 毕业生就业综合能力不强才是导致学生就业难、就业质量差的根本原因。要想有效破解这一难题, 高校必须将大学生就业政策的目标从提高“就业率”转向提升“就业力”层面, 提前为学生做好职业规划, 这样才能有效缓解大学生就业难问题, 助力学生长远发展。

一、大学生就业能力分析

所谓就业能力, 国际劳工组织给出的明确定义为: 个体能够灵活轻松应对不同工作的能力。显然, 大学生就业能力的定义与之不同, 主要原因在于大学生步入职场的时间节点与其他劳动力群体存在显著差异。从职业生涯规划的角度出发分析大学生就业能力, 具体指的是大学生个体成功获得就业机会的能力, 由专业就业能力、就业人格取向、社会应对能力与就业发展能力组成。由此可见, 大学生就业能力是一个多层次、多维度的概念, 是个人内在素质的塑造、知识和技能的累积到社会适应力和职业生涯规划能力的综合体现。大学生就业能力的特征具体表现为:

其一, 差异性。随着个体的变化, 就业能力会存在一定程度的差异, 比如受到职业性格、专业等不同因素的影响, 大学生可能在就业方面表现出不同的水平; 部分个体某方面的能力相较于其他能力更突出, 也会涉及能力的强弱; 不同岗位对学生的能力要求不尽相同, 选拔标准也不统一。由此看来, 大学生就业能力存在差异性最主要的原因是受到个体性以及社会性的影响, 前者主要表现为个人天赋、后天努力程度, 后者主要体现为学校教育以及家庭资源等。

其二, 发展性。人生来并不具备就业能力, 就业能力是在后天学习与努力中逐步形成的。同时, 就业能力并不是一成不变, 反而始终处于动态变化的过程中。能力与活动之间有着密切的联系, 倘若活动缺乏, 那么能力发展也将会受到某种程度的限制。除此之外, 影响能力的因素还包括职业选择、社会结构、外界环境及主观因素的共同影响。大学生可通过实践锻炼大幅度提高自身就业能力。

二、大学生职业生涯规划教育对提升学生就业能力的影响作用

(一) 有利于帮助大学生精准锁定就业方向

所谓职业生涯规划教育, 具体指的是有目的、有计划且有组织的培养个体, 使其拥有未来灵活应对行业发展的能力。职业生涯规划教育作为高等教育体系的重要组成部分, 有助于显著增强大学生对个人兴趣、特长以及职业倾向等方面的清晰认知, 以精

确定位未来从业方向, 就职预期岗位。在职业兴趣测评、职业能力分析等工具的支持下, 学生能深入了解自身的职业特点与潜能。然而, 当前, 普遍大学生仍旧关注专业知识的学习, 他们在这方面拥有比较扎实的经验, 而针对社会环境或者应聘、招聘领域, 大学生普遍存在了解不深入的问题。职业生涯规划教育是解决这一问题的重要举措。通过接受系统且全面的职业生涯规划教育, 学生将获得更多关于行业趋势、职业路径和未来发展空间的综合信息, 以此增强学生在职业选择时的自信心。除此之外, 教育工作者还会根据实际情况为学生提供个性化的职业生涯规划指导, 促使他们在校期间主动获取与职业目标相关的技能和经验, 为实现职业目标奠定坚实基础。

(二) 有利于提升大学生情绪控制力和抗压力

调查发现, 部分毕业生常常会在工作中因为一些琐事而变得闷闷不乐, 自己很难消解消极的情绪, 进而影响工作质量与效率。究其根本原因, 在于普遍大学生的抗压能力与情绪控制力薄弱, 恰好这两种能力是社会人士在就业过程中必备的。职业生涯规划教育将帮助学生掌握多种有效的情绪管理和压力应对策略。除此之外, 职业生涯规划教育还会专门为学生开展针对性的心理健康教育培训, 以此引导学生明确未来就业过程可能出现的问题、困惑并帮助他们提前制定应对计划。比如, 通过模拟面试、职场情景式体验以及心理辅导等环节, 学生不仅可以提前预演职场可能遭遇的挑战, 还能在教育者的有效引导下学习并掌握应对策略, 譬如时间管理、人际关系处理、自我激励和冲突解决等。定期且深入的培训有利于增强学生未来面对职场的抗压能力以及适应能力, 从而使其掌握有效管理情绪的方法。不管哪方面能力的提升均有助于增强大学生的竞争力, 让他们在日趋激烈的就业市场中具备突出的心理优势。

(三) 有利于构建大学生多元复合的能力结构

职业生涯规划教育注重全面培养学生的职业能力和综合素质, 要求学生在学习专业技能的同时也需要重视通识教育和跨学科能力的培养, 以此提高学生的创新思维能力、跨文化沟通能力以及技术适应能力, 强化团队合作意识。在实施职业生涯规划教育过程中, 部分教育工作者还会为学生组织一系列丰富多彩的教学活动, 比如职业技能训练、项目式学习、社会实践等, 通过类似的方法着重培养与锻炼学生的领导力、决策能力等复合型技能。学生处于类似的教育体系中个人的能力必然会向着多元化、复合化的方向发展。这样, 一方面有利于学生在面对复杂的职业挑战时能从多角度思考和解决问题, 提升其在多样化职业环境中的适应性和创新性, 另一方面还有助于学生在争取就业机会时展现出差

异化的竞争力,这为他们乃至高校未来长远的发展均奠定了良好的基础。

三、以就业能力提升为导向的大学生职业生涯规划工作可行性路径

(一) 以就业为目标导向,强化职业规划意识

凡事预则立,不预则废,这对指导大学生职业规划教育起着至关重要的作用。在就业市场竞争愈发激烈的今天,自新生入学开始学校就应为他们统筹规划今后的职业道路,这是对个人以及社会负责的直接体现。只有具备前瞻性和忧患意识,将就业视作现阶段最重要的人生目标,树立崇高的职业理想,才能充分认识到提前规划职业的重要性。在此基础上,学生的自律意识得以增强,部分同学会以更加严格的标准来要求自己,真正将压力转化为学习的动力,继而慢慢形成良好的学习乃至生活习惯,增强对学习的认真度。除此之外,找准就业方向,对内深入了解评估学生的兴趣爱好、性格特点、能力水平和潜在缺陷,对外广泛搜集行业背景、就业市场需求、职业发展空间等信息,为学生提供全方位的职业生涯规划行动支持。在教师的有效引导下,学生可以清晰认知自我并对行业产生更深入、全面的认知,比如“我的性格适合做哪类型的职业?”“从个人能力出发我可以胜任哪些工作?”“我的职业价值观是否合理?”等等。基于这些问题,每位学生都能根据所了解的行业背景、职位分类、待遇以及发展空间、工作环境等等整理出一本更契合自身特点的“职业世界说明书”,同时,找到与社会需求相吻合的点,发挥长处,补齐短板。最后,制定短期、中期以及长期目标,切实贯彻落实 SMART 原则,让目标可衡量、可实现、有时限且有意义。教师指导学生围绕目标按照性质以及时间将总目标分解为一个个小目标,同时,为每条职业发展路线匹配个性化的发展策略,以此来有序推进目标一步步的实现。

(二) 掌握全面规划方法,准确进行就业定位

为了帮助学生客观认识自我与环境,教师需要熟练掌握专业测评工具的正确使用方法。结合霍兰德职业兴趣类型测评了解学生的职业兴趣,帮助他们选择更适合的职业领域。除此之外,教师还应借助 MBTI 和 DISC 性格测评工具了解学生性格,让他们深入了解个人的职业性格特点及其对职业发展的影响。为了测评学生的职业能力,教师可引进一般能力倾向成套测验(GATB)或成就故事法(STAR),引导学生按照职业理论分类模型,使其对自身的能力类型有比较清晰的了解。施恩职业锚测评量表与 VVI 职业价值观测试旨在测试学生个人的价值观,有助于帮助他们认清什么是最重要的,什么次之,继而让学生根据综合测评结果作出职业选择。随后,教师引领学生积极接触各种类型的资料,以加深对职业环境的了解。除了推荐给一些有关大学生职业生涯规划类的书籍之外,教师还应鼓励学生积极从学校、课堂走出去,拓宽视野,通过实习见习、参加行业协会、访谈知名人物等全面了解职业环境。当学生对个人以及所处的环境有深入且全面的了解之后,教师可运用 SWOT 具体分析每位同学与目标职业之间存在的差距并为他们制定切实可行的提升计划与行动方案。最后,教师主动联系生涯专家,帮助学生完善和修改职业生涯规划书,增强其有效性和实用性。在此基础上,教师引导学生分年级分阶段按照计划书行动。通常情况下,大学一年级的同学应将侧重点放在搜集职业信息方面;针对二年级的同学,教师的教育目标应集中提高学生的综合素质,通过为学生组织安排一系列与职业、专业相关的实习或者兼职机会使他们全身心的感受岗位要求,通过实践磨炼学生的意志,提高他们的抗压能力、解决实际问题的

能力等;针对三、四年级的学生,教育主要以参加相关专业的实习实践与关注招聘信息为主,教师教会学生制作简历、发布信息、面试技巧等,通过模拟面试、岗位演练等一系列活动为今后学生就业做充分的准备。

(三) 落实具体行动计划,提升就业综合能力

在职业生涯规划基本确定之后,关键在于如何将其付诸行动。对广大高校学生而言,部分学生的自我约束能力和管理能力稍显薄弱,这时候,教师就应寻找恰当时机介入,在帮助学生将目标细化的同时引导他们慢慢形成良好的生活与学习习惯,从每天的作息时间入手,教师为学生制定严格的奖惩制度,以帮助他们有效克服懒惰的坏习惯。具体来说,当学生达成目标后教师应给予相应的奖励,而当与预期产生偏差时教师可以通过小小的“惩罚”激励他们不断向优秀同学看齐,提高学生的自律能力。除此之外,教师还应制定每周、每月、每学期总结反思制度,旨在帮助学生了解任务实施与完成情况,帮助教师清晰认识到教育过程中存在的不足并积极优化,通过类似的方法提高学生未来就业所需的各项能力,比如复盘能力、沟通表达能力、团队合作能力等等。

除此之外,从大学生的视角出发,他们应主动积极的学习专业知识与技能,构筑坚实的学科知识框架,为未来职业生涯良好发展做好充分的知识准备。此外,强化实践能力,通过积极主动参加各类实习见习、兼职、比赛竞赛、社会实践活动,听取讲座,强化自身将理论转化为实践的能力。

(四) 实时追踪了解情况,构建评价反馈机制

为了得到较准确的结果,高校应围绕大学生的就业能力结构制定细致的就业能力评价指标,在此基础上,形成以就业能力为核心的动态评价反馈机制,通过跟踪与评价毕业生与在校生,获得可供参考的数据并总结经验。首先,基于就业能力评价指标设计就业能力评估问卷,借助问卷测评的方法从多维度评价大学生的就业能力水平。其次,除了调查问卷之外,教师还应通过现实评价的方法展开对学生就业能力的评估,检测学生能力发展程度。学生管理系统作为一个全面记录学生校内外活动的平台,详细地记录了学生学业成绩、学习表现、干部任职、社团参与、实习就业等多方面信息。在系统分析和评估这些信息的基础上高校可以此为依据实时监测学生在各个领域的能力发展情况,同时,高校还可以从学生参加社会实践活动的实际情况出发构建对应的数据库,这样,就能从教师、学生、辅导员多个主体出发展开对学生系统性、多维度的评价。最后,高校及时向大学生反馈企业给出的评价,协助他们对就业市场有更加清晰的认知,继而针对性的优化和调整职业生涯规划,全面提高就业能力。

四、结语

综上所述,正确引导大学生开展科学有效的职业生涯规划并为其提供个性化的建议,有助于帮助学生找到正确的职业发展方向,在提高他们综合就业竞争力的同时还有助于有效解决存在已久的大学生就业难、用工荒等问题,学生也能凭借此过程充分挖掘个人潜能,提高个人智商与情商,最终实现长远发展。

参考文献:

- [1] 蔡亚峰. 以就业能力提升为导向的大学生职业生涯规划探析[J]. 科技管理研究, 2023, 43(23): 后插16-后插17.
- [2] 陈建萍. 基于职业生涯规划的大学生就业能力提升对策[J]. 陕西职业技术学院学报, 2021, 23(1): 72-76.
- [3] 梅宏涛. 职业生涯规划对提高大学生就业能力的作用[J]. 现代交际, 2020(16): 168-169.