

# 优秀大学生成长故事集在大学新生生涯规划教育中的应用

## ——以湖北工业大学艺术设计学院新生生涯规划教育实践为例

谭蔚<sup>1</sup> 杜平高<sup>2</sup>

(1. 湖北工业大学艺术设计学院, 湖北 武汉 430068;

2. 湖北工业大学材料与化学工程学院, 湖北 武汉 430068)

**摘要:** 在现有的新生生涯规划教育中, 学生确立目标时较随意, 且在引导学生进行生涯规划时, 重目标的制定, 轻过程的指导。学生接受的指导也缺乏可操作性, 往往导致“想到目标时热血沸腾, 落实目标时无处着手”的尴尬局面。本文旨在探讨优秀大学生成长故事案例在引导大学新生进行生涯规划的重要作用及实施路径。以“艺境之旅”系列优秀大学生成长故事案例为榜样素材, 帮助学生在参照优秀大学生成长路径的基础上, 制定适合自己的发展规划, 使新生生涯规划教育变得具体、可操作。

**关键词:** 大学新生; 生涯规划教育; 成长故事集; 成长路径

### 一、大学新生生涯规划教育的重要意义

十九大报告指出: “就业是最大的民生, 要坚持就业优先战略和积极的就业政策, 实现更高质量和更充分的就业。”当今社会就业竞争日趋激烈, 高校毕业生想要在严峻的就业形势中争得就业机会, 就要将就业关口前移, 从新生刚进校, 做好贯穿大学四年的生涯规划。

大学期间开展生涯规划教育, 不仅能帮助学生更深刻地认识自己、了解社会, 激发出学习的积极性的主动性, 还能够有效地引导大学生明确目标, 有效地提升就业竞争力, 从而顺利地走向工作岗位。

大一阶段是学生从高中生身份向大学生身份转换的重要时期, 是大学四年的起点, 也是今后人生路的基础。如果能在大一阶段这个学生成长的关键期就引导他们树立生涯规划的意识, 并指导他们对大学四年甚至今后的职业生涯进行规划, 对提升四年学习效果, 乃至未来的职业发展都有着极其重要的意义。

刚入校的新生对大学生活充满了新鲜感, 轻松的环境、自由的学习氛围, 无一不让刚从高考大战中拼过来的新生无比向往。笔者发现一个现象在新生中普遍存在, 即刚入校时颇有斗志, 但随着对大学生活逐渐适应, 新生中迟到、旷课现象的比例不断上升。

通过问卷与访谈了解到, 缺乏明确的奋斗目标及空有目标但缺乏实现目标的具体实施计划导致学生产生迷茫感, 久而久之则慢慢变得懒散懈怠。

### 二、大学新生生涯规划教育的现状

在原有的新生生涯规划教育中, 学生确立目标时较随意, 往往只凭兴趣或一时感觉而定, 至于目标是否适合自己, 并没有太

多考量, 常常导致在实现目标的过程中逐渐发现原先定下的目标并非自己真正想要的或能力所能达到的。

另一方面, 在引导学生进行生涯规划时, 重目标的制定, 轻过程的指导。学生制定目标后, 因缺乏有效的指导和督促容易中途放弃, 生涯规划效果不佳; 纵使有指导, 也多为概念化的、抽象的、笼统的, 可操作性不强, 往往导致“想到目标时热血沸腾, 落实目标时无处着手”的尴尬局面, 生涯规划效果可想而知。

本文旨在探讨优秀大学生成长故事案例在大学新生生涯规划指导中的重要作用及使用的方法。优秀大学生成长故事案例是从每年的毕业生中选取在考研、出国、就业、创业四个方面有突出表现的学生, 邀请他们对成长过程中那些对他们产生了重要影响的转折点、挫折等事件进行描述而形成的文章。

当新生阅读学姐学长的成长故事时, 能从专业学习、课余活动、职业规划等方面受到启发以提升克服困难的勇气与智慧, 从而促进自身成长进步。

本文探讨的大学新生生涯规划教育, 相较于原有的新生生涯规划教育主要有两处区别:

一是学生确立目标时, 由原来的仅凭感觉随意而定, 变为引导学生在充分认识自身特点的基础上, 确立与自身契合度高的目标;

二是对学生实现目标的指导, 由原来概念化的、抽象的、笼统的指导, 变为引导学生参照优秀大学生成长路径, 制定出适合自己的、可操作的、具体的行动计划。

### 三、理论支撑

帕森斯的生涯辅导理论: 波士顿大学改革运动工程师帕森斯(Frank Parsons)于1908年出版的《选择职业》成为生涯辅导的开端。该书提出人格特性和职业因素匹配的理论。帕森斯概括了生涯规划三个要素, 即知己、知彼和决策:

#### (一) 知己

清楚地了解自己的态度、能力、兴趣、智谋、局限和其他特性。

#### (二) 知彼

提供职业的知识与信息, 即成功的条件及所需知识, 在不同工作岗位上所占有的优势、不足和补偿、机会和前途。

#### (三) 决策

上述两个条件的平衡, 即根据自身条件及职业信息恰当地判

定职业方向。

帕森斯的这三个步骤，其实就是强调了个人与职业因素的匹配。根据该理论，在进行生涯规划指导时，既要引导学生制定明确的目标，又要指导学生进行深度的自我探索。

除此之外，还必须掌握实现目标所必需的知识、能力等条件，只有用路径将学生的自身特点与目标连接起来，才能实现成功的生涯规划。

#### 四、大学新生生涯规划教育的优化策略

(一) 引导学生充分认识自身特点，确立与自身契合度高的目标

一方面，通过生涯规划课在全体新生中普及生涯规划相关知识，引导学生进行自我探索，帮助学生深入了解自己的特点。只有对自己的性格特点、家庭背景、成长过程等方面有了一个客观、全面的认识，才有可能确定适合自己的生涯发展方向与目标。

与此同时，利用问卷、访谈、团体辅导等方式引导学生进行深度自我探索。引导新生就自己的兴趣、性格、能力、价值观等方面进行探索，明确“我是什么样的人”“我对什么样的事感兴趣”“我擅长什么样的事”“我看重什么”，做到“知己”。综合考虑，初步确立适合自己的目标。

(二) 广泛收集优秀大学生成长案例

1. 结合艺术设计类专业学生的成长规律，挑选毕业去向中排名前4位，即考研、就业、出国、创业四个方面表现突出的学生，邀请他们撰写成长故事，将成长过程中或成功或失败的关键转折点以故事的形式描述出来形成文字。

2. 对优秀大学生进行一对一访谈。对邀请到撰写成长故事的学生进行一对一访谈，详细了解他们的成长过程及关键转折点时的所思所想及影响他们做出决策的关键人和事并做好记录。对同一类型优秀大学生成长过程中的有益做法进行总结、记录，以期总结出某种生涯发展规律。

3. 整理编辑《“艺境之旅”艺术设计类专业优秀大学生成长故事案例集》，并梳理优秀大学生成长过程中或成功或失败的关键节点备用。在整理成长案例时，需提炼出每位优秀大学生成长过程中的关键词，以便后期指导新生学习借鉴时更有针对性。

4. 将《“艺境之旅”艺术设计类专业优秀大学生成长故事案例集》打印成册，在开展入学教育时发放给每位新生提前阅读。

(三) 为新生解读优秀大学生成长案例

有了前期的一对一访谈和成册的成长故事案例集，辅导员对本院优秀大学生成长过程已有了较清晰地认识。为了能更精准地指导新生进行生涯规划，还需要做如下准备：

##### 1. 提炼共性品质

分类提炼出造就学生成功的关键共性特质，在每一篇成长故事的开头，以“辅导员导读”的形式呈现，明确地告诉学生，是什么品质或习惯成就了这些优秀大学生；

##### 2. 梳理成长路径

以关键共性特质为线索，通过列举与该特质相关的优秀大学生成长过程各关键节点的做法，梳理出生涯发展的路径；

##### 3. 解读生涯成长路径

以优秀大学生成长故事为案例，以生涯发展路径为依据，以校院组织的各类活动为素材，利用报告会、座谈会多种形式为新生解读、分析优秀大学生成长案例，梳理其生涯发展路径。用成长故事中的真实做法指导学生生涯发展中遇到的实际困难，从而使抽象的目标化为可参照的具体事例，使通往目标的路径变得清晰而可操作。

(四) 指导新生结合自身特点制定详细的生涯发展计划

首先，引导新生认识自我。引导学生从兴趣、性格、能力、价值观四个维度对自己的特点进行总结，从而发现那个可能自己都忽略了的真实的“自我”。

其次，引导新生确立生涯发展目标。

第三，指导新生结合自身特点，在《优秀大学生成长故事案例集》中搜索与自己有着相似经历的案例，聚焦优秀大学生成长过程中的行动，对适合自己的做法予以借鉴，以“四年后，我要成为什么样的人”为题，制订贯穿四年的符合自身特点的详细的大学生涯发展计划。

最后，督促学生严格执行生涯发展计划，并对他们在实现目标的过程中遇到的困难予以指导。

大学生生涯规划自此将由一个宏大的概念变成一系列具体可操作的行动。

(五) 贯穿四年规划引导学生不断完善、及时调整计划

生涯发展计划并非一成不变，而是一个动态变化的过程。随着优秀大学生成长故事案例的不断丰富及学生阅历的积累，学生最初制订的发展规划可能需要调整，因此，每个学期结束时，组织学生重新审视原先制订的规划，及时改进、调整计划，以便调整行动，从而更好地服务于生涯发展目标。

#### 参考文献：

- [1] 曹桂彬. 开展大学新生职业生涯规划教育的重要性及实施策略 [J]. 教书育人高教论坛, 2012.
- [2] 林清兰, 陈良波. 新时代大学生职业生涯规划能力培养的途径分析 [J]. 科技视界, 2020.
- [3] 徐璐. 基于生涯规划教育思想的高校新生入学教育研究 [J]. 课程教育研究, 2017.
- [4] 谢守成. 大学生职业生涯发展与规划 [M]. 上海: 华中师范大学出版社, 2009.
- [5] 张红, 徐良将. 关于我国大学新生职业生涯规划教育的探讨 [J]. 科教文汇(中旬刊), 2014.