

基于生涯适应力提升的高校职业生涯规划课程教学改革

李晶晶

景德镇陶瓷大学, 中国·江西 景德镇 333400

【摘要】生涯适应力是高校职业生涯规划课程教学的重要内容,其重要性体现在其能够显著提升大学生的就业竞争力,帮助他们在快速变化的职业环境中更好地适应和应对各种挑战。本文以职业生涯规划课程教学改革为导向,对如何提升大学生生涯适应力进行研究,为课程教学改革提供良好建议。

【关键词】生涯适应力; 高校; 职业生涯规划课程; 教学改革

【基金项目】2023年景德镇陶瓷大学青年教师教学改革研究基金项目,项目编号:TDJG-23-Q75;《基于劳动教育理念的“大学生职业生涯规划与就业指导”课程教学改革研究》

引言

随着高等教育普及力度的加大,高校毕业生数量屡创新高,导致学生就业问题日益加重,对他们的职业发展造成极大影响。为此,高校必须要着重关注大学生的生涯适应力,通过职业生涯规划课程教学,围绕专业课程特点,优化调整教学路径,使教学内容逐步丰富,加快促进课程教育实现改革。

1 深化职业生涯规划课程教学,加大改革力度

高校职业生涯规划课程是为了帮助学生实现定位。学校通过专业课程与学业生涯教育指导队伍进行针对性教育,让学生自我定位更加准确。此外,性格测试与心理测试有效观察学生的性格特点,让其真正了解自己,而且在正确的指导下,结合自己的兴趣爱好明确做好职业规划,保证自身的职业生涯更加科学合理,为日后的职业道路做好铺垫^[1]。同时,本课程教学涉及专业方面的内容,比如专业领域发展前景、发展方向以及行业情形,调动学生的积极性,让其对未来职业岗位充满兴趣,不断增加吸引力。只有这样,学生才能切实了解专业发展路径,调动他们的参与感以及专业学习热情,运用长远的发展眼光看待专业,深化学习专业知识。单纯依靠教师很难达到预期的教育效果,而是与辅导员、专业课程教师以及学校领导,紧抓教育思想,让学生在学习过程中体会到职业生涯规划课程教育的意义,根据自身的学习情况,组织学生依照专业特点设计职业发展目标,及时改善学生发展行为,实现职业理想。

2 设置独立课程,完善教育体系

职业生涯规划课程除了注重专业理论知识,也会在技能培养以及实践训练中有所体现。作为综合性教育课程,教师不仅要具备扎实的理论基础,同样需要丰富的实践经

验,根据不同年级学生发展特点,立足于专业课程,加强优化完善课程内容,使其教育价值有所体现。高校开展职业生涯规划教育时,以学生为教育服务对象,依照他们的发展阶段以及发展情形,有目的、针对性设计职业生涯规划课程,帮助他们树立职业素养,提高职业水平。教育体系的改革引起高等院校的高度关注,这也是职业生涯规划课程改革的主要目的,以完善教学内容为核心,结合社会与企业人才需求,考虑专业领域发展方向,合理调整教学策略,改进教学内容,进而在实践活动中进行针对性指导,确保不同年级学生职业能力有所进步。开展具体教学时,学校采用统一的教育大纲内容,基于学校实际情况以及办学特色,依照专业特点制定全过程职业生涯指导教育方针,建立完善的课程考核机制,通过职业生涯规划教育,提升学生的自我认知能力以及专业认知能力,站在长远发展角度思考未来发展方向,明确发展目标,增强生涯适应力。

3 设计实践活动,吸取丰富经验

绝大部分高等院校职业生涯规划课程教学过于注重理论知识,在实践活动设计方面在形式化主义,导致学生对未来职业发展十分渺茫。自从我国大力推行课程改革,提倡教师采用案例教学、榜样示范、创新创业教育等方式,大幅度提高职业生涯规划课程教学质量,优化教学路径,增强教育效果。与此同时,高校根据不同年龄学生发展特点,采用多元化评价方式,立足于职业生涯规划课程,及时替代传统考核形式,以全面发展为核心,建立丰富的课程教育评价机制,通过职业生涯规划课程提升学生的生涯适应力,对职业发展有了新的定位,真正突出课程教育的有效性,彰显教育功能^[2]。除此之外,学校组织在校学生参与行业岗位调研、行业访问等活动,重点采访行业杰出人

物,利用沟通形式拉近彼此之间的距离,吸取实践经验,强化职业能力,提升生涯适应力。

4 建设高素质师资队伍,凝聚师资力量

建设高素质师资队伍是高校顺利进行职业生涯规划教育的前提条件,不断凝聚师资力量,强化教育师资队伍水平。众所周知,只有师资队伍具备扎实的专业能力、丰富的实践经验、较强的高素质,才能在日常教学活动中发挥正确指导作用,为学生的职业发展道路提供正确引导。建立师资队伍并非只有课程教师,还会需要辅导员、学业规划指导教师的帮助,共同建立高水平、高素质学业生涯规划指导队伍,综合考虑每位学生的学习情况,为其提供完善的学业生涯规划方案,形成端正的职业素养,增强综合能力。一方面,高校站在可持续发展角度,基于专业教育特色,采用进修培训等方式,强化师资队伍的教育工作能力,塑造良好的业务素质,使学生的职业规划设计清晰合理。另一方面,学校长期聘用创业成功的校友进行校园回访,利用讲座概括了他们创业的艰辛以及成功经历,传授丰富的实践经验,吸引学生的注意力,并开拓毕业生创业路径,进一步增强自信心。

5 构建职业生涯规划教育体系,增强自我认识

良好的职业生涯规划教育具有系统化、针对性以及长远化特点,目的是让学生在职业道路上顺利走下去^[3]。为此,如何让学生理解职业生涯规划内涵至关重要。具体要从思想角度出发,与就业指导教育、创新创业教育相互融合,帮助学生端正职业态度,正确对待每一份工作,这样才能在日后发展中有所收获。然而,有些高等院校推行职业生涯规划教育是为了提高就业率,导致该教育缺少育人价值,过于追求经济化和利益化,而且在课程教学过程中始终围绕就业形势、职业生涯规划、简历制作、笔试以及面试展开教学,完全忽略学生的就业需求,迫使他们的职业规划路径大体相同,无法满足学生的发展需求,从而错过最佳的就业机会。面对这种情况,课程教师与学校进行深化沟通,在课程教师的带领下,与其他参与者共同构建职业生涯规划教育体系,帮助学生增强自我认识,进一步实现自我定位,提升生涯适应力。

6 了解学生就业心理,增强辅导的针对性

对于大学生而言,如何快速实现就业至关重要,直接关系到他们的生存情况。为此,大学生职业生涯设计除了涉及学历、资质之外,也要明确职业就业目标,为实现职业理想奠定基础。首先,要求学生真实了解自己,对自身的未来做好充分筹划,确定最终发展路径以及方向,以自身主客观条件为依据,设计就业发展目标,继续实施到底。为了实现这一目标,充分考虑大学生的心理需求以及心理变化,大力开展心理辅导教育,鼓励学生正确面对问题,综

合考虑各种因素直面应对,利用科学的心理辅导方法,使他们的抗压能力不断提高,真正强化就业心理价值,逐渐走出困境,不再躲避问题^[4]。

7 完善就业服务指导体系,增加就业率

完善就业服务指导体系对高校职业生涯规划课程改革具有重要意义,帮助学生明确职业发展目标与方向,采用针对性教学方法,增强学生综合能力,树立自信心。现如今,许多高校为了追求就业率无视就业服务教育,再加上部分高校背景的影响,导致有些学生就业困难,很难突破困境。对于这种情况,高校应该要从自身角度出发,综合考虑各种因素,合理调整人才培养方案,加强完善就业服务指导体系的建立立足于专业发展前景以及就业方向,通过就业服务理论知识与实践教学,积极培养学生的就业实践能力,吸取丰富经验,提高综合水平。除此之外,高校与企业、研究基地共同合作,定期向他们提供实践机会,最大程度缓解学生的就业压力,明确就业路径,打造更多就业平台,提高就业率^[5]。由此得知,高校进行职业生涯规划课程改革对学生的就业率提高产生深远影响,当就业服务指导体系逐步完善下,学生的生涯适应力有所提升,使就业水平大幅度增强。

8 总结

综上所述,提高生涯适应力对大学生职业生涯规划具有重要意义。以高校实施职业生涯规划课程教学改革为导向,从加大课程改革力度、设计实践活动、建设高素质师资队伍、职业生涯规划教育体系、学生就业心理辅导、教学多元化、就业服务指导体系方面,突出课程改革的重要性,为更多毕业生提供岗位实践机会,不断吸取实践经验,塑造良好的职业素养,帮助他们迅速进入就业环境,增强自信心。

参考文献:

- [1] 孙竞,张嘉虹.基于生涯适应力提升的高校职业生涯规划课程教学改革及有效性验证[J].中国大学生就业,2023,(09):57-64.
- [2] 周子乔.基于生涯适应力理论的“3+6”职业规划课程实证研究[J].创新创业理论与实践,2023,6(17):81-83.
- [3] 徐珊珊,刘奕涛,王敬.生涯适应力视角下的大学生职业生涯规划课程改革探析[J].湖北开放职业学院学报,2023,36(08):50-52.
- [4] 王雨,刘爱春.基于生涯建构理论的大学生职业生涯规划课程建设研究[J].现代职业教育,2023,(11):53-56.
- [5] 贾玉臻,薛艳,刘敏,等.叙事团体辅导对男护士职业生涯规划的影响[J].中华护理杂志,2022,57(06):724-729.