

# 简析高职学生职业生涯规划

曾君

贵州工商职业学院

DOI:10.32629/er.v1i3.1488

**[摘要]** 高职院校是我国高等教育领域重要的组成部分,每年为社会提供大量的新鲜血液,当前市场就业形势并不乐观,大批高等教育毕业生面临“毕业即失业”窘境,高职院校毕业生学历没有优势,没有工作经验,教师必须要引导学生提前做好职业生涯规划,重视校内、外实践,重视思想政治教育工作,为学生的未来做充分的准备。本文从职业生涯规划入手,分析当前高职院校毕业生职业生涯规划问题,探讨提高高职院校学生职业生涯规划工作效果的措施,为我国高等教育领域发展提供借鉴和思考。

**[关键词]** 高职院校; 学生职业; 生涯规划

## 引言

近些年,我国不断形成毕业生数量历史最高数据,高职毕业生就业、创业工作面临的压力越来越大,市场竞争日益激烈。形成就业形势严峻的原因很多,从学校的角度来看,是学校和教师对学生的职业生涯规划教育不到位,从学生角度来看,是高职学生对自身的职业生涯规划重视度不足,对就业、创业形式的心理准备不足,因此,近几年对于高等教育领域中对大学生职业生涯规划的关注和研究逐渐深入,成为校园教育新的方向,学生职业生涯规划工作趋于成熟。

### 1 职业生涯规划

#### 1.1 职业生涯规划

职业生涯规划是教师对学生选择职业的指导,学生的未来职业选择必然与其自身的人格特征、个人能力等属性相契合,因此进行职业指导工作时首先要了解学生特点和社会职业特点,从而进行相应的连接;高职院校对学生进行职业生涯规划指导是一个长期的教育过程,需要系统的收集社会职业的特点,还要帮助学生认知自我、确定兴趣方向、为职业目标的实现制定完成步骤;毕业生进入社会后,会因社会发展、个人志向等变化不断修正对未来的规划,因此教师在对大学生进行职业指导时应当灌输“贯穿一生”的理念,引导学生做好终身学习、终身发展的准备,不断向目标前进,最终实现人生理想。

#### 1.2 职业生涯规划教育要点

学校和教师在进行职业生涯规划过程中要注意,首先要与学生共同完成认知自我的部分,从个人兴趣爱好、理想、能力水平方面进行主体认知,从家庭条件、社会环境、相关理论等方面进行客体认知,确定科学、合理的职业目标;然后要根据当前设定的职业目标进行学习、实践甚至生活上的规划和践行,制定较为合理的阶段性目标,逐渐接近最终目标;最后,教师要通过思想政治教育对学生产生影响,将职业目标践行过程中的问题和影响在成长、发展过程中逐渐接近,树立不惧挑战、积极向上的心态,为学生接近就业问题打好基础。

### 2 高职学生职业生涯规划存在的问题

#### 2.1 高职学生自我认知不清

正确评价自我、了解自我是学生和教师共同完成职业生涯规划工作的基础,当前高职院校中绝大多数学生对自我认知不清,不系统也不全面,因此对未来走向和选择经常做出不恰当的决定。因此,引导高职学生对自我进行清晰认知是高职教师在学生职业生涯规划工作中的第一阶段任务。

#### 2.2 高职学生心理准备不足

当前进入高职院校的学生多是95后和00后,绝大多数来自独生子女家庭,父母家人的过度宠爱导致学生的独立意识被一定程度上削弱,对未来进入社会的准备不足,对可能面对的挑战和压力没有自我调节和战胜的心理准备,甚至产生了焦虑、烦躁等心理问题;而且,进入高职院校的学生受家庭和社会影响,认为自己与本科生区别很大,对未来的期待淡化,整个人处于停滞不前、犹豫不定的状态,对职业生涯规划采取消极抵抗的做法。

#### 2.3 高职学生职业生涯规划意识淡薄

高职学生对职业的认知有所偏差,认为毕业后进入对口企业工作是正常路径,进行职业生涯规划没有必要,这就造成了高职学生对职业生涯规划相关课程的忽视和怠慢,没有学习和生活上的动力,对未来进入工作岗位和未来的生活都处于消极的心态之中,没有积极向上的目标,非常容易被工作中的挑战和压力打败。

#### 2.4 高职院校职业生涯规划教育缺失

高职院校多采用就业指导教育课程和招聘会对学生进行职业生涯规划教育,实际完成效果并不好,因为就业前的指导教育课程更多偏向于为学生知道求职面试技巧,对于学生选择职业是否与其自身匹配、是否符合兴趣爱好、是否符合未来发展趋势没有进行考量和教育。且目前高职院校内专职教职业生涯规划教育的教师紧缺,相关工作多由专业认可教师、辅导员、班主任完成,这些教师对就业指导、职业生涯规划的了解不深,教育效果可想而知。

### 3 优化职业生涯规划教育的措施

#### 3.1 学校制定科学的职业生涯规划教育实施方案

目前我国绝大多数高职院校采取三年制,两年半的时间

在校学习, 剩余半年时间在企业进行实习, 因此高职院校应当采取贯穿三年的职业生涯规划教育, 并针对不同年级学生的特点安排职业生涯规划教育的内容。一年级上学期是对高职学生进行职业生涯规划教育的重要时期, 各专业教师向学生介绍本专业在社会上的基础知识, 帮助学生了解专业知识、职业适应范围、未来发展等, 在教学过程中对学生进行兴趣爱好、个人能力、心理特征等方面进行测试, 指导学生两相对比确定自己的未来发展方向, 初步确定职业生涯规划。一年级下学期至二年级是学生专业学习阶段, 也是初步职业规划的实施阶段, 教师引导学生通过专业知识的学习、校内实习, 培养专业技能, 有效提高高职学生的专业水平和综合素质, 并通过实践对职业生涯规划进行调整。三年级上学期学生已经进入毕业准备期, 此阶段教师要对高职学生进行法律法规、求职技巧、就业政策、劳动合同等方面的教育和指导, 配合专题讲座、创业大赛、双选会、招聘会等就业活动, 帮助学生在校外实习期走好进入社会的第一步。三年级下学期学生正式进入企业实习, 职业生涯规划教师在此期间的任务非常重要, 要针对学生在此期间暴露出的心理问题、沟通能力问题、专业知识缺陷等进行调整和指导, 帮助学生调整职业生涯规划, 制定不同期限内的发展目标, 形成最终版本。

### 3.2 邀请社会各界共同协作

高职院校应当重视在学生职业生涯规划方面邀请社会各界共同协作, 通过设立专门的机构与社会各界进行接触和合作, 一方面避免专业教育内容与市场脱节, 避免职业生涯规划教育与社会实际相背离, 另一方面为学生提供充分的实践机会, 培养高职学生积极向上、奋斗不懈的人生观, 引导学生做足面对社会挑战和压力的心理准备, 为学生做职业生涯规划打下坚实的基础。

### 3.3 提升专业教师的专业水平和综合素质

优秀的指导教师是培养学生的关键节点, 高职学生处于青春期, 面对外来诱惑的自制力不强, 对自我认知不清, 缺乏对未来的规划, 教师要帮助并引导学生科学、合理的完成职业生涯规划。学校要为学生职业生涯规划教育培养一批专业的教师, 可以通过与合作企业进行合作培养在校教师, 也可以邀请企业高级技师进入学校为学生进行指导, 还可以组织在校教师与同行进行交流学习, 通过培训和实践全面提升

职业生涯规划教师的专业水平和综合能力, 为高职学生职业生涯规划提供更加优质的教育。

### 3.4 对学生进行科学测评

学生对于自身的清晰认识是有效进行职业生涯规划的基础, 教师和学生都要重视该部分工作, 为未来选择职业、行业提供科学的信息支持。首先, 可以通过调查问卷、心理测评等方式对学生进行初步的测评, 让学生和教师比较清楚的了解工作目标; 其次, 教师可以引导学生记录自身学习、生活、实践、实习经历, 形象、直观的记载成长经历, 帮助教师和学生逐步正确、真实的了解学生自身; 最后, 教师和学生要在校内、外实习过程中对工作效率、质量、正确率进行全方位评价, 通过参加创业大赛、模拟招聘等职业生涯规划活动了解自身真实实力, 推动学生一步步完成与未来职业的匹配, 与教师共同制定出更加适宜、科学的职业生涯规划, 并在未来数十年中逐步接近、完成职业生涯目标。

## 4 结束语

职业生涯规划是一个长期的、系统的校园教育工作, 对于毕业生在社会站稳脚跟的十分重要, 不仅学校和教师要对职业生涯规划工作进行完善, 做好思想政治教育、帮助学生做好职业规划, 还要让高职学生重视自身的职业生涯规划, 正确认知自我, 对进入社会初期的薪资、挑战有所准备, 从根源上解决毕业生就业问题, 提升新鲜血液的质量和未来。

### [参考文献]

- [1]高爱芳.基于生涯规划的高职旅游专业学生职业发展调查分析——以晋城职业技术学院为例[J].晋城职业技术学院学报,2016,9(05):27-31.
- [2]陈倩,龙小军.积极心理学团体辅导应用于高职学生职业生涯规划教育的效果研究[J].中国大学生就业,2015,(23):56-59.
- [3]王琴.高职学生职业生涯规划分段式教育模式的实践与探索[J].学校党建与思想教育,2015,(10):78-79.
- [4]张旭.心理资本理论视野下五年制高职学生职业生涯规划教育研究[J].职教通讯,2013,(32):68-70.
- [5]蒙维洋,代绍庆.高职院校学生职业生涯规划现状调查研究——以嘉兴市为例[J].继续教育研究,2012,(09):99-101.
- [6]杨力,杜先扬.基于全学程的高职院校学生职业生涯规划教育体系的构建研究[J].科技信息,2010,(36):445+448.