

# 高职学生生涯辅导实效性研究

◆李海燕 李玉凤 马红梅 项清柏 王占伶

(首都经济贸易大学密云分校 北京密云 101500)

**摘要:** 为了让学生能够尽快适应高职院校的生活,能够不断提升自我,本文在分析高职学生特点的基础上,对学生进行全方位的生涯指导,主要涵盖学生学业生涯规划、学生生活生涯规划、学生社会实践规划、学生创业就业规划等,从而确定未来大学三年发展的近期目标、中期目标和长远目标,并对实现目标做出科学的预测与安排的过程。

**关键词:** 高职学生; 学生生涯; 实效性研究

## 前言

本课题组以首都经济贸易大学密云分校 2015 级学生为研究对象,自学生入学伊始,对学生进行有目的有计划的生涯辅导,即教师引导学生个人对影响自我开发的主观与客观因素进行辩证分析,从而确定未来大学三年发展的近期目标、中期目标和长远目标,并对实现目标做出科学的预测与安排的过程。在此基础上,进一步指导学生确定未来的职业及事业发展的目标与实施策略。

## 一、高职学生特点分析

(一) 学生总体上思想积极,接受主流价值取向,认同社会道德规范,但自觉性和判断力有待加强。

调查表明,87.9%的学生递交了入党申请书,85.8%的学生坚持参加了党课基础班的学习;67.9%的学生认为大学生应具有个人利益服从国家利益的价值观;83.5%的学生认同大学生文明公约,27.8%的学生对身边不文明现象表示深恶痛疾,22.9%的学生敢于出面制止和批评不文明现象。14.5%的学生认为入党有利于未来自己就业,33.9%的学生认为入党是一件光荣的事;31.2%的学生在对社会道德及学生文明公约认知能否在在日常生活中顺利转化为自觉遵守的行为具有不确定性。

(二) 学生学习目标比较明确,对学业有一定的规划,但可操作性不强

调查显示,参加高考统招来的学生,对本科的学习意愿强烈,对专科的学习不满足,入学阶段专升本意愿强烈,对自己的学业规划更多,78.9%的学生希望专升本。而自主招生来的学生更希望努力学习专业课参加社会实践、考取技能证书,为自己的就业做准备。

(三) 有一定的自我认知和人际交往的能力,但自我调适能力需提高

调查表明:91.5%的学生对外界态度存在积极主动探索的意愿;66.7%的学生对自身内心、自我期待开始有了更深入的规划;88.9%的学生乐意与人交往的。

(四) 高职学生专业选择很务实,但专业认同感却趋于下降,对发展前景信心不足。

调查显示,学生选择所学专业相对时比较自主和现实的,62.8%的学生选择专业是父母和自己意见的结合,21.2%的学生是由教师和其他人决定的,16%的学生是考虑了综合因素。但在对大二学生访谈时发现,学生对所学专业的认同感不及入学前,有的学生萌生转专业的信念。

## 二、高职学生生涯辅导措施

学生生涯规划是针对学生而言,在认识自我、了解社会的基础上,从自身实际和社会需求出发,确定职业发展的方向,制定在校学习的阶段目标和总体目标,拟定实现目标的步骤和具体实施方法的过程。

### (一) 学生学业生涯规划辅导

#### 1. 高职学生学业生涯规划的阶段性指导

根据高职学生在校学习阶段、学习重点与心理特征的不同,可将其学业生涯分为三个阶段进行规划指导。

**第一阶段:** 大学一年级,适应新环境,正确评估自己,打下坚实的基础。

利用新生入学教育和职业生涯规划课,对学生进行目标教育和专业思想教育,为学生讲解高职教育的性质、培养目标、培养

手段、专业发展的方向以及社会对高职学生的需求情况等,使学生初步了解社会的需要、专业的需要与用人单位的需要,同时,帮助学生认识自己,确立学习目标。

**第二阶段:** 大学二年级,努力拼搏,认真学习专业知识,培养实践技能,考取相关证书。

进入大二以后,学生对自己、对学校、对就业已有了充分认识,因而加强学生专业知识的学习指导就成为主要内容。在这个阶段,应注重培养学生的专业技能、创新能力、组织管理与社会活动能力、沟通能力及团队协作精神,尽可能全方位地展示自己的才能。

**第三阶段:** 大学三年级,处理好升学就业与课程学习的关系,鼓励学生积极参与实习、实践,培养就业能力,完成毕业设计与就业。

### 2. 高职学生学业生涯规划的分类指导

根据学生学业规划目标不同,分类指导学生,可将学生分为三类进行规划指导。

**第一类:**“专升本”意愿强烈,突出英语与专业课学习指导,以应试教育为主

首先是“专升本”政策解读,让每一名学生了解北京市“专升本”考试政策及学校推荐“专升本”的相关政策,政策的解读要做到公开、透明、准确。比如,“专升本”推荐比例、报考院校、考试科目。其次是指导学生处理好“专升本”考试课程的学习与在校课程学习的时间。再次,对于“专升本”意愿的学生,还要适时做好心理辅导,毕竟“专升本”考试也是一次竞争性考试,有录取比例要求,自然就有不被录取的可能,学生能否再次承受打击,也是老师和家长及学生自己要考虑的问题。

**第二类:** 顺利毕业为前提,热衷于社会实践锻炼,以提升职业能力为主

对于这类学生,主要通过以赛促学,强化专业技能。学校成立各种专业团队,根据专业特点,组织校内、外各类比赛,组队参加北京市、全国比赛,以赛促学,活动效果突出,成绩显著,拓展大学生的综合素质能力。

**第三类:** 学习目标不明确,存在学习障碍,以督促毕业为主

首先,要指导学生学习学校的学籍管理相关规定,了解毕业的条件;其次,建立学业预警机制。再次,帮扶学困学生,主要从两方面,一是加强思想教育以及心理辅导,使学困学生端正态度,认清自己,树立信心。二是提供补习知识的条件,并对学习方法进行指导。比如,我校就针对学生数学、英语基础不同,采取分层教学,取得一定效果;另外,各班还结合本班学生学习状态,成立学习互助小组,在学生中也比较受欢迎。

### 3. 高职学生学业生涯规划的方式指导

目前我们采用的指导方式主要是两种,一是导师制,主要由辅导员及各系来完成,辅导员针对各班学生特点有针对性的开展精细化指导,各系教学办公室主要结合学业政策解读指导,各专业课教师结合对专业的认知状况,组织专业团队,辅导各种校内外比赛;二是开展“学长制”,充分利用学校现有宝贵人力资源,成立学生宣讲团,让高年级优秀学生结合自己的成长历程为低年级学生宣讲、指导,结成对子,实行以长带幼的机制,让同专业高年级优秀学生的成长历程影响低年级学生,使低年级学生的学业生涯规划更加有指向性和参照性。

### (二) 学生生活规划辅导

基于学生的现状,各高职院校不仅对学生毕业有学业方面的要求还有综合素质学分的要求,为使学生能顺利完成高职阶段的学习,拥有一定的生活能力,因此对学生生活规划指导也是学生管理工作的必修课。

#### 1. 适应性指导,做好新生入学教育工作

为了帮助新生尽快适应大学的学习与生活,顺利平稳有效的实现从中学到大学的转变,学生大学生涯的第一课就是入学教育,这能够帮助新同学尽快了解大学,适应大学学习与生活,树

立新的奋斗目标。

(1) 细化入学教育的内容:对新生进行理想信念教育、诚实守信教育、遵规守纪教育、安全意识教育、心理健康教育、学业规划教育,引导新生制定个人总体目标和阶段目标,用目标导学,不断明确自己的发展方向,不断强化学生学习动力,使生为实现奋斗目标发奋学习。

(2) 丰富入学教育的形式:在新生入学后的第一个月开展集中教育,充分利用学校和身边的典型事例、案例对新生进行引导、示范和启发,提升新生参与积极性。在集中教育结束后,有计划、有步骤地分专题组织教育活动,例如通过主题班会、座谈会、专题研讨、征文等形式开展讨论,加强课堂交流与互动,使教育思想与内容能够入耳、入脑、入心,进一步巩固入学教育的成果。

(3) 强化入学教育的效果:入学教育不仅是过程教育,更要注意结果教育,强调的内容学生是否理解了、消化了,是否产生了触动,是否有行动。因而,对于2015级学生的入学教育,我们进行了学习效果检查,先后组织了《学生手册》学习测试,学生课堂秩序大检查,“军训总结”表彰,“职业生涯规划书”设计比赛,“公寓文化节”,通过系列活动,学生很快融入了集体,展示了自我。

### 2. 经常性指导,促进学生可持续发展

首先,做好学生思想政治教育,引导学生以团组织为平台,以共建和谐社会的大政方针为契机,向党组织靠拢,为成为新时期社会主义建设的可靠接班人夯实基础。其次,安全稳定教育,安全教育必须高度重视,警钟长鸣,时时讲、事事讲、处处讲,掌握控制突发事件的高发期。再次,公寓管理,开展星级寝室、优秀宿舍、优秀住宿生等评优、辅导员进入宿舍、宿舍安全卫生大检查、“公寓文化节”等措施,为学生完成“修身”工程提供坚实平台。

### 3. 针对性指导,凸显教育的实效性

(1) 依据男女生性别不同,分别开展大学生心理健康指导女生在校积极的一面表现为乖巧、乐观、细致、内敛;消极的一面表现为虚荣、敏感、嫉妒、敌对。课题组在工作中曾真切的体会过“女性的竞争虽然静默,却是见缝插针,无处不在”。为缓解这一矛盾可适用多种方法,前提是因人而异、因事而异;原则是施与学生“大爱”,尽可能把工作做“细”,要善于挖掘和发现其身上的闪光点与人格魅力。男生在大学阶段生理机能的成熟与心智的稚嫩形成难以调和的矛盾。首先加强思想意识方面的引导,通过多种途径与手段使其形成较强的责任感。其次,男生日常生活懒散,各方面表现欠佳,因而要做好个别生的转化工作。

### (2) 依据时间进程不同,分别开展专题性指导

以每个学期为例,开学之初,学生精神状态良好,这时只需鼓励,维持良好态势;进入学期中期,学生进入学习的疲劳期,开始有人懈怠,这时需要不断开展丰富多彩的活动,调动学生的积极性,如大型文体比赛、艺术节、技能展示;进入学期末期,各种考试接踵而来,学生又进入了紧张状态,适时指导,调整心情,减少焦虑。

### (三) 学生社会实践规划辅导

#### 1. 鼓励学生积极参加社团活动,提高学生的综合素质

首先,在社团招录前期,先对学校社团进行详细介绍,让学生依据兴趣和需要选择,实行分类指导报名;其次,在社团活动中,适时指导,如当社团活动时间与课堂上课时冲突时,则其权重,主动为学生解决;再次,积极与社团管理部门沟通,加强社团管理,提升社团质量。

#### 2. 强化学生参加社会实践的重要性,提升学生的就业能力

大一一年级在校参加志愿服务和社会考察活动,假期主要完成社会专业调查报告;大二二年级在校参加社会调研活动,依据专业不同,适时安排去企业短期实习和技能培训,假期建议参加学校推荐单位的顶岗实习;大三三年级完成实习与就业的转化,完成毕业设计。

#### 3. 加强校企合作,落实顶岗实习,打造学生的职业能力

学校鼓励学生参加顶岗实习活动,调整学生理论课的学习时间,既保证了学业的要求有提升了学生的职业能力。

### (四) 学生就业创业规划辅导

#### 1. 学生的就业创业规划贯穿于高职学生学习生活的始终。

在大学一年级的第一学期,开设《大学生职业生涯规划课》,

大二第二学期开设《大学生就业指导课》,并且集中对学生进行为期三周的创业培训,通过不断的指导与强化,学生更清楚自己的目标和企业的需要,从而调整自己的规划,使规划更切合实际。

#### 2. 学生的就业创业规划指导内容与与时俱进。

(1) 就业创业政策辅导:通过就业指导课和创业培训,指导毕业生掌握就业政策与自主创业政策和规定,依法就业创业,减少不必要的纠纷与违约现象。

(2) 就业创业心理辅导:加强学生就业心态的教育,特别是针对有需求的准毕业生或者入校的新生,进行职业生涯规划辅导,并采集和整理通过职业生涯规划而成功就业的学生案例,建立毕业生就业成功案例库。

(3) 就业创业技巧辅导:在就业指导课上,学生系统学习了简历制作、商务礼仪、面试技巧等课程,学校双学期安排学生集中进行学生英语、汉语言、计算机、礼仪等实训,还成立学生礼仪实践团队、创业创新团队;举办模拟招聘、创业沙龙、创业论坛等丰富多彩的就业创业活动。

#### 3. 学生就业创业规划指导方法灵活多样

邀请校内外知名专家教授和本校优秀毕业生,结合自己的学习经历和宝贵体验做学业规划相关报告,传授学业规划理念,营造浓厚的学业规划氛围,对学生进行学业规划教育;通过就业政策宣讲及就业工作简介、双选会,开展就业教育,帮助学生了解专业,树立科学的发展观和成才观,确立合理的定位。

### 三、高职学生生涯辅导实效性分析

为及时了解、掌握学生生涯辅导的效果,本着发现问题,改进不足,完善环节,促进学生生涯辅导更加规范化、科学化,更具有针对性、实效性,课题组对2015级学生进行问卷调查与访谈。调查组在3个系部按学生比例随机抽取6个班级作为调查对象,共发放调查表240份,回收228份,回收率为95.0%。问卷调查在课题组成员指导下、采用无记名方式进行,现场填写回收。根据统计,结果如下:

通过测评,90%的学生认为开展学生生涯指导是有必要的,其中44.1%的学生认为非常有必要,45.9%的学生认为有必要,87%的学生认为有必要有专门的学业规划指导,92%的学生认为入学教育有必要。100%的学生认为职业生涯规划有必要,其中64.8%的学生认为应将这门课在前置(开学就上)。通过访谈,40.8%的学生认为理想信念教育对其最有帮助,21.7%的学生认为专业思想教育为对其最有帮助,17.6%的学生认为适应教育对其最有帮助。

### 结语

通过对2015级学生的针对性指导,我们认为,应该在校园中掀起一股生涯规划教育的浪潮,使每一个学生都意识到自己需要提前规划;使每个学生都知道如何规划;我们还要将生涯规划教育地理念融入到学生日常生活的方方面面和每个角落,使学生在活动中受益,在感悟中成长。

### 参考文献:

- [1]“95后”高职学生的特点及对策探索 赵立新《产业与学校论坛》2015年第14卷第14期。
- [2]高职学生自我认知能力提升路径探析 孙昱 程秀娟《机械与职业教育》2015.3
- [3]论高职院校学生教育管理与教学活动深度融合的育人模式 王开淮 聂文俊《职业与教育》2017年第10期。
- [4]高职院校单独招生学生学业指导工作的思考 何静,叶雯《教育教学论坛》2012年第43期
- [5]对高职院校学生学业生涯规划的思考 贾远方 学术论文网 2014.4
- [6]高职学生管理工作实效性探究 云文涛《内蒙古教育 职教版》2013.01
- [7]把握可循性规律,做好高职院校辅导员工作 四川工程职业技术学院 唐鹏
- [8]关于高职院校学生社会实践能力培养的思考 作者:梁洪展 来源:《外语教学法研究》2014年第01期
- [9]肖贻杰.加强顶岗实习,提升高职学生就业能力[J].长春理工大学学报,2010,(8).
- [10]如何提高高职学生的创业能力 李斯《中国论文网》