

大学生职业生涯规划实践模式研究

李新, 张晓蕊

(河北工程大学 科信学院, 河北 邯郸 056038)

[摘要]大学生职业生涯规划是辅导员工作的重要课题, 如何以正确的思路、正确的态度对待这项工作至关重要。以我院优秀毕业生朱勇同学为例, 介绍辅导员在对其进行充分了解的基础上, 通过心理测验技术和心理咨询方法的运用, 使学生增进自我认识、增强自信心, 确定适合于自己的心理特点和能力范围的职业领域, 对大学生职业生涯规划实践模式进行了一定探索。

[关键词]大学生职业生涯规划; 辅导员; 实践; 模式

doi: 10.3969/j.issn.1673-9477.2013.02.029

[中图分类号] G64 [文献标识码] A [文章编号] 1673-9477(2013)02-0094-03

一、理论依据

大学生职业生涯规划, 是指大学生在对成长背景、资源条件和未来路径的主客观条件等认真进行自我分析和职业分析等综合分析的基础上, 根据自身的性格特征、兴趣爱好及职业性质, 结合专业特长, 合理拟定自己的职业生涯目标, 为开发和获得与职业相关因素而制订相应的教育、培训、工作计划, 并按照一定时间安排, 采取适时的行动以实现职业生涯目标的一个有机联系、逐步开展的过程。

职业生涯规划辅导的核心理念是“以人为本”, 强调大学生的兴趣、能力等全面的开发和培养, 引导大学生体验、探索、创造生命的意义, 追求大学生的自由、全面发展, 旨在帮助大学生认识自我、认识环境、认识社会、认识职业, 帮助大学生进行准确生涯定位, 并制定出详细的学习、生活、工作计划, 引导大学生度过一个充实、精彩的大学生涯, 收获一份精彩的人生。

高校辅导员做好职业生涯规划辅导具有重要的意义: (1) 有利于引导大学生树立人生的奋斗目标; (2) 有利于引导大学生更好地了解个人的实力和专业技能; (3) 有利于帮助大学生科学制定学习计划和生活计划, 提高大学生自我控制能力; (4) 有利于大学生收获一份精彩的人生。

二、案例概述

朱勇同学, 是我院2010届机械设计制造及其自动化专业毕业生, 担任班级学习委员, 并曾被聘为科信学院学生工作办公室助理, 品学兼优、德才兼备, 通过辅导员老师与该生共同制定职业生涯规划, 以及不折不扣的落实, 尤其是经过河北省首届大学生职业规划大赛的历练, 该生在课程学习、社会实践、科技创新等各方面获得了多项国家、省、

校级荣誉, 2010年顺利毕业, 并以优异成绩考取了燕山大学研究生。

该生在校期间获得的主要奖项有: 2008-2009年度国家奖学金; 连续两年国家励志奖学金; 2008年度“中国大学生自强之星”提名奖, “中国大学生新东方自强奖学金”; 河北省首届大学生职业规划大赛总决赛二等奖(优胜奖); 2008-2009年度河北省省级优秀学生干部; 2010届河北省普通高等学校优秀毕业生。

三、案例分析

在大学生职业生涯规划的过程中主要采用个体化辅导的方法。个体化辅导主要是针对在职业选择方面个人心理准备不足的学生进行一对一的互动的辅导。以朱勇同学为例, 辅导员在进行个别辅导时, 充分了解了学生基本情况, 并在此基础上, 通过心理测验技术和心理咨询方法的运用, 使学生增进自我认识、增强自信心, 确定适合于自己的心理特点和能力范围的职业领域。

四、过程方法

总体来说, 一年级阶段注重树立规划意识, 开展生涯规划讲座以及生涯规划书的设计大赛, 主要目的是实现新生自我评估与自我探索; 二、三年级阶段注重科学引领、实践指导, 结合自己的计划, 在校园内有序开展活动, 比如创新课题、寒暑假的社会实践以及专业实践基地去践行自己规划书的内容, 主要目的是在实践中检验自己规划内容的客观性与可行性, 必要时要进行微调甚至整改; 四年级阶段注重定位, 岗前实习、考研(公务员)、找工作应有条不紊开展。此外, 还邀请职业指导领域的专家以及杰出校友对学生知识讲授与经验交流。

[投稿日期] 2012-10-20

[作者简介] 李新(1982-), 男, 河北邯郸人, 讲师, 研究方向: 职业生涯规划教育。

（一）兴趣引导，培养规划意识

2006 年新生入学初，大力开展大学生涯规划系列教育活动，旨在唤醒学生职业规划的意识，激发学生职业生涯规划的热情，帮助新生及早完成角色转变，树立目标。主要方法有：讲座授课法、生涯规划设计大赛、生涯规划演讲比赛等。让学生能对自己有个科学理性的分析，通过指导正确认识自己，从而对大学生活有个正确的定位。朱勇同学正是在这一阶段教育过程中，树立了正确的职业规划意识和态度，制定了一份详尽的大学四年学业规划书，为其个人的发展奠定了坚实的基础。

（二）单独辅导，提高职业规划的针对性

在对学生进行单独辅导时，充分了解学生基本情况，并在此基础上，通过心理测验和心理咨询，针对在职业选择方面个人心理准备不足的学生进行一对一的互动的辅导，做到了量体裁衣、有的放矢，使学生增进自我认识、增强自信心，确定适合于学生的心理特点和能力范围的职业领域。2007 年，河北省首届大学生职业生涯规划大赛举行，学院以此为契机，进一步加强对大学生的职业生涯教育与引导，号召广大学生踊跃参赛，并进行科学指导。朱勇同学在学校初赛中脱颖而出，作为学校的代表参加省里的比赛。期间，他的职业生涯规划书得到了老师悉心指导，适合其个人特质和能力，确立了其人生目标及职业发展路径。

（三）科学规划，帮助学生提升综合素质

首届职业生涯规划大赛，科信学院取得优异成绩，参赛的学生也受益颇多。于是学院进一步加大力度，积极探索更加适合各年级学生的生涯规划辅导方式，科学指导、落实规划内容。辅导员依据朱勇同学自身的优势和劣势，有针对性地对其进行指导和培养，帮助制定学习计划，为其能力、综合素质的提高，提供必要的帮助和支持，并为其联系相关老师，指导他参加“挑战杯”、“机械制图”等一系列科技创新大赛，经过这样的引导和帮助，朱勇同学的综合实力得到极大的提高，为其实现人生目标打下了坚实的基础。

（四）队伍建设，提高专业性

学院按照比例培养专职专任教师，以提高生涯规划的专业性和规范性。根据学生不同阶段的发展特点，开展生涯规划活动，构建科学的课程体系，帮助学生系统掌握职业生涯规划 and 生涯决策的理论和方法，培养其职业发展的意识和能力。对于像朱勇同学这样已经进行了职业生涯规划设计的同学，

则根据其自身的特点，为其提供评估调整的指导，定期指导帮助其检查生涯规划执行过程中出现的问题，提出改进意见，修订其职业生涯发展规划。

（五）完善设置，建立长效机制

学院设立专门的职业指导中心，为学生服务。自 2007 年至今，学院连年组织职业生涯规划大赛，并积极参加省大学生职业规划大赛。值得一提的是，以朱勇同学为代表，涌现了一批优秀学生，在比赛中得到锻炼，并取得了非常优异的成绩，在全省独立学院中的名列前茅，我们的职业生涯教育已做得有声有色，成绩斐然。

五、结果评价

本案例说明，在新形势下，高校辅导员应该转变观念，创新工作内容，高度重视大学生的职业生涯规划辅导，充分扮演好辅导员在大学生职业生涯规划辅导中的角色，利用自身的优势，积极配合有关部门，在大学生职业规划、社会实践和就业服务等方面发挥独特的作用，以实现当代大学生的成人、成才、成功。

自入学起，辅导员通过对朱勇同学日常的观察，发现该生的家庭经济比较困难，父母的辛苦操劳，造就了他极强的上进心，学习非常刻苦。针对这一现象，辅导员通过各种形式不断鼓励和帮助该生结合自身情况制定职业生涯规划，帮他联系专业教师，向他传授正确的方法，学习之余在社会实践、科技创新等方面，表现也十分突出。

六、经验与启示

四年大学，百年人生。大学生职业生涯规划是辅导员工作的重要课题，如何以正确的思路、正确的态度对待这项工作至关重要。当今的大学生，生在网络与各种传媒高度发达的时代，视野相对比较开阔，社会实践的参与程度也比较高。这些学生头脑灵活，有创新意识，可塑性也很强，对于辅导员来说，这是一个非常可喜的现象，也是开展大学生职业生涯规划辅导工作的良好基础和氛围。但是，不是所有的学生都能像朱勇同学一样，怎样将一味地“输血”转变成学生自身的“造血”能力，这是一项有计划性的长期工程。因此，今后需继续开展丰富多彩的主题活动，在宣传管理、经验交流、科技创新活动中争取优异成绩，加强学生的学业生涯指导和优良学风建设的工作，为学校建设奠定坚实的基础。

参考文献:

- [1]国办发[2002]19号文件[Z].
- [2]罗元.谈大学生职业生涯规划教育[J].教育与职业, 2006(5).
- [3]教育部考试中心.升学与就业指导测验(升学版)开始向全国推广[N].中国青年报,2002-05-06.
- [4]Luzzo D. A. & McWhirter E. H. Sex and ethnic differences in

the perception of educational and career-related barriers and levels of coping efficacy[J]. Journal of Counseling and Development, 2001, 79, 61 - 67.

- [5] Stead G. B., Els C. & Fouad N. A. Perceived Career barriers among South African high school learners [J]. South African Journal of Psychology, 2004, 34 (2), 206 - 221.

[责任编辑 王云江]

Research on the practice mode of University students' career planning

LI Xin, ZHANG Xiao-rui

(College of Kexin, Hebei University of Engineering, Handan 056038, China)

Abstract: The university students' career planning is an important subject for instructors. It is important for instructors to have a right thought and correct attitude towards this work. This paper takes a good example, whose name is Zhu Yong that is an outstanding graduate from our college, to explain how to explore University students' career planning mode. Based on understanding their students very well, instructors, by applying psychological test skills and psychological counseling method, promote students' self-knowing awareness, strengthen the confidence and define the career fields suitable for individual psychological features and abilities.

Key words: university students' career planning; Instructors; practice mode

(上接第 74 页)

设计活动对于发明的需求不存在必然性,发明给予的“技术方案”通常仅构成整个设计活动的一个要素而已。比如,广告招贴设计、CI设计等以人文因素为主导的设计作品;同时,发明对于设计的“诉求”也不是确定性的,一些具有基本原理、机理性质的发明本身就是构成“成果”的全部或大部,其“实施”就不需要或仅需少“份额”的设计工作的“参与”。比如,青霉素的发明用于医学、勾股定理的发明解决基本的几何问题等。换言之,设计与发明不是“异曲同工”或“殊途同归”的两个“同义词”,设计中不全然存在着“发明”,而发明也并不意味着就是“设计”。

参考文献:

- [1]刘春田.知识产权法教程[M].北京:中国人民大学出版社, 1995:176.
- [2]左铁峰.产品设计进阶[M].北京:海洋出版社,2008:17.
- [3]彭泽立.设计概论[M].长沙:中南大学出版社,2005:21.
- [4]彭新武.人文社会科学概论[M].北京:首都经济贸易大学出版社,2009:91.
- [5]左铁峰.论产品造型设计的架构[J].齐鲁艺苑, 2010(2):76-78.
- [6]左铁峰.“创意与设计”之关系剖析[J].长春理工大学学报, 2011(4):76-78.
- [7]柳冠中.事理学论纲[M].长沙:中南大学出版社,2007:22.

[责任编辑 王云江]

On the connotation and relations of invention and design

ZUO Tie-feng, Sun Fu-liang

(Art School, Huangshan University, Huangshan 245041, China)

Abstract: Science and technology are the primary productive forces and are the source and engine of a nation's prosperity. The development of science and technology is inseparable from human invention and design. Cognition of invention and design is an issue which is easily misunderstood and neglected. There is some correlation between them in the connotative classification, theoretical basis, the working mode and the evaluation criteria. At the same time, there are a lot of differences between them. Even they take each other as the driving force, and there is interdependence and interpromotion between them, there exist “independency” and “individuality” between them, and they are not indispensable from each other.

Key words: invention; design; relationship