

# 职业生涯规划在大学生职业发展与就业指导中的运用探究

庄万丽

(石河子大学 新疆 石河子 832003)

**[摘要]**大学生是国家未来建设的主力军,是国家宝贵的人才资源。近年来,我国高校毕业生数量都在逐年增长,而社会对人才录用的标准也在不断提高,高校毕业生的就业越来越难,竞争压力越来越大。因此,在高校教育中,对大学生实施职业生涯规划教育,帮助学生认知自己,引导他们为自己职业及未来做出积极、科学、合理的规划是非常必要的。

**[关键词]**大学生;职业生涯规划;职业发展;就业指导;运用

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.06.427

## 前言

在我国高等教育中,大学生的就业问题一直是学校师生及社会普遍关注的重点问题,关系着学生的未来发展、学校的社会影响力及社会的稳定,因此,各高校必须引起高度关注与重视。大学生职业发展和就业指导是抓好大学生就业工作的重要途径,高校通过对大学生进行职业生涯规划,可以帮助学生树立正确的就业观念,加强对自身的客观认知,提升自身的综合素养,与此同时,大学生的职业发展和就业规划关联着学生个体和社会,在大学生就业方面发挥着重要作用,需要高校、广大师生及社会各界共同努力,才能将这项工作落实好,发挥出它的真正价值。

## 一、简述大学生职业生涯规划

在大学教育中,大学生职业生涯规划教育是特别重要的,不仅关乎大学生的个人未来发展,同时也对社会的和谐稳定产生着积极作用。要想真正的理解和掌握大学生职业生涯规划,需要从职业、职业生涯规划及职业生涯规划教育等方面的分析和研究。职业,是大学生从高校毕业以后,进入到社会当中,利用自己在学校学习的专业知识在工作岗位上创造社会价值,获得一定的工资待遇,实现自己的人生价值。职业,除了是一份工作,也体现了人们的人生抱负和人生价值。职业生涯规划,是个人对自己未来从事的工作实施的规划,包含人在未来发展中所选择行业、工作及扮演的角色等。当然,职业生涯规划,一会受到外界条件和自身因素的影响,存在较大变数,所以在实践中,要依照实际情况作出适当的调整。职业生涯规划教育,是促进学生逐渐从学校学生向社会职业人士转变过程的教育活动,伴随着教育者的整个职业生涯过程。大学生职业生涯规划教育,要渗透到大学生的整个教育阶段,高校对大学生实施具有组织性和计划性的职业生涯规划教育,保障每一位大学生都能走好以后的人生路。<sup>1</sup>

## 二、职业生涯规划运用在大学生职业发展与就业指导中存在的问题

### (一)课程的设置缺少规范性

对大学生的职业生涯规划教育是一个长期过程,并不能在短期内一蹴而就。众所周知,我国是一个人口大国,人们都要生存、要生活,就需要有份工作来保障自己的生活。所以,很多高校都开设了职业发展和就业指导课程,从而帮助大学生正确认知自我,树立正确的就业观念。从实践来看,很多高校的大学生职业生涯规划教育尚处于摸索发展阶段,没有统一的规划性,重结果轻过程。缺乏科学的安排,往往将职业生涯规划课程安排在了毕业前夕,没有充分的时间来培养就业观念和进行职业规划,一定程度上影响了职业生涯教育的实效性。

### (二)不能构建起个性化的职业生涯规划体系

在当前大学生职业生涯规划教育中,往往只采取授课的方式,缺少有效的互动,严重挫伤了学生参与的兴趣和积极性。在高校开展大学生职业生涯规划教育过程中,不能依据学生的实际特点因材施教,在个性化教育方面还比较欠缺,无法满足学生的实际需求。

### (三)教师队伍建设和不容忽视

在大学生职业生涯规划教育中,很多教师具有丰富的学生管理知识和经验,但在职业生涯规划专业教育中,明显暴露出专业能力的欠缺,不能给予学生专业性的

职业生涯规划指导和帮助,影响了大学生职业生涯规划教育的效率和质量。

## 三、职业生涯规划在大学生职业发展和就业指导中的有效应用

### (一)积极树立起大学生职业生涯规划教育理念

各高校要高度重视大学生职业生涯规划教育,积极确立大学生职业生涯规划教育理念,并成立专门的部门机构,负责大学生的职业发展和就业指导工作。高校还要制定切实可行的相关政策,科学指导大学生的职业生涯规划教育工作,不断激发广大教育工作者们的工作积极性和主动性,引导大学生积极参与到职业生涯规划教育中来,客观、全面地认知自己,不断探索实现自己人生价值观的方法和途径,寻找自己职业规划的正确方向,增强大学生对外部社会的了解和认知,包括我们的社会环境、就业环境以及竞争环境等,使得大学生的心灵受到触动,促使他们认真思考和规划,引导他们制定科学的规划目标和步骤,为大学生职业规划和未来就业奠定坚实的基础。

### (二)重视大学生职业生涯规划教育

所谓的大学生职业生涯规划,主要是指大学生客观地看待自身情况,对自己未来的职业进行科学规划和安排。高校和社会要高度重视大学生职业生涯规划教育,不断完善职业生涯规划建设项目。而大学生要提高自我认知,不断提升自己综合素质和能力,积极参与到大学生职业生涯规划教育中来,为今后走好自己的人生路创造良好条件。在大学教育过程中,高校要将大学生职业生涯规划教育贯穿始终,从一入学就将职业生涯规划教育渗透到教育当中,培养他们正确的就业观念,科学、合理地制定职业生涯规划。

### (三)加强专职教师队伍建设和

高校要注重大学生职业生涯规划教育的专职教师队伍建设工作,要挑选一批教学经验丰富、专业知识扎实的教师加入大学生职业生涯规划教育教师队伍当中,为学生的就业和职业规划提供高效、全方位的教育和指导。高校还可以聘请校外的职业生涯规划专业人士和成功人士,为学生开展职业规划和就业方面的讲座和培训,让学生接收到更专业、更高效的职业指导教育。

## 结语

总之,职业生涯规划对于大学生职业规划和就业来说,具有重要意义,所以,高校要高度重视大学生职业规划教育,帮助学生根据自身特点进行有效的职业生涯规划,使他们能够提高自身综合能力,适应社会的现实要求,成功就业,走好自己的人生职业发展道路。

## 参考文献

[1]任娟娜.职业生涯规划在大学生职业发展与就业指导中的运用[J].高教学刊,2019(07):184-186.

[2]高朕栋.职业生涯规划在大学生职业发展与就业指导中的应用研究[J].技术与市场,2016,23(07):350-352.

## 作者简介:

庄万丽(1988.10-),女,汉族,四川简阳人,硕士研究生,辅导员,研究方向:学生思想政治教育,心理健康教育。

# 有效提高中职计算机专业实训课课堂效率的探讨

常飞

(山西省榆社县职业中学 山西 榆社 031800)

**[摘要]**近年来,随着我国教育的不断深入以及教学体系的不断发展和完善,中职院校的教育也逐步引起我国教育部门的重视。中职院校是我国教育体系重要的组成部分,对于为国家、社会培养实用性、技能性人才发挥着显著的作用,因此,在教学课堂中重视学生实践能力的培养是中职院校重要的教学形式和教学理念。在此背景下,中职计算机专业教学工作者的任务则是要对中职教育计算机专业实训教学模式进行改革和完善,以此来促进计算机专业实训课课堂效率的有效提高。基于此,文章就如何有效提高中职计算机专业实训课课堂效率进行深入探讨,意在为推动中职计算机专业实训课的有序开展和持续发展提供理论性参考。

**[关键词]**中职计算机专业;实训课;课堂效率

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-627X.2020.06.428

## 引言

中职院校是作为我国培养应用型、技能型人才的重要场所,其教学效率直接关系到中职院校的发展。而针对中职计算机专业实训课的学习来说,需要教师结合实际的教学目标和教学内容,来引导学生去动手实践,以此来提升学生的知识运用能力和动手实践能力,所以计算机专业实训课堂为学生提升计算机操作能力提供有效支持。而高效率的实训课堂能够进一步帮助教师达到教学目标,也能够进一步优化计算机实训课堂的效果,从而为提升中职计算机专业学生的综合能力提供有效的支

持。基于此,对“如何有效提高中职计算机专业实训课课堂效率”展开分析,具有重要的现实意义,同时也是中职院校计算机专业教学工作者的重点面对的课题。

## 1 中职计算机专业实训课堂教学的现状

### 1.1 教师单一的教学模式,导致学生学习的兴趣低

针对中职学校的学生来说,其多是属于初中肄业和毕业的学生,因为其知识体系不够完善,普遍存在着学习兴趣低、不愿意上课等等情况,这也是当下中职学校学生的特点。基于此,在当教师在对中职学生开展教学时,需要不断创新自身的教