

# 浅谈高校辅导员如何指导大学生做好职业规划

满 达

(成都文理学院 四川 成都 610401)

**【摘要】**随着我国经济水平的不断提高和社会的不断进步,目前有很多高校的毕业生在就业方面都面临十分严峻的形势,就业的压力也越来越大。大学阶段是一个重要的过渡阶段,即学生从学校向社会过渡的重要阶段。高校的辅导员要帮助学生树立正确职业观念,找到合适的发展道路,帮助学生实现人生的价值,因此职业规划至关重要。

**【关键词】**高校;辅导员;指导;大学生;职业规划

**【DOI】**10.12252/j.issn.2096-6288.2019.11.006

在我国经济飞速发展的同时,世界经济危机也使得我国毕业生的就业形势更加严峻。同时,由于最近这几年我国高校不断地进行扩招,高等教育从之前的精英式教育逐步转型到大众式教育,有越来越多的人可以进入到高校学习,毕业的大学生越来越多,企业对于毕业生的要求也越来越高,导致毕业生就业困难的问题,引发了社会广泛的关注。大学生的就业问题不仅关乎着社会的发展,也反映出高校对于学生职业规划教育的缺乏,因此,高校要重视对学生职业规划的教育。

## 一、大学生的职业困惑

由于我国的职业规划教育起步时间比较晚,在2007年教育部才将职业规划教育正式纳入高校的教学计划当中,高校也是在最近这几年才将职业规划教育当作大学的必修课程。在学生的高中阶段,并没有接触到与职业规划的相关内容,学生上学的主要目标是为了在高考中考取优异的成绩,进入理想的大学。在填报志愿的时候,没有结合自身的意愿甚至是根本不了解自己所填报的专业,更不知道在毕业之后要从事怎样的工作。学生在进入大学之后,经过一段时间的学习之后会发现自己所学的专业和自己的想象有很大的差距,认为这个专业不适合自己。很多大学生都会因为这个原因而感到迷茫和困惑,无法进行适当的自我调节,最终自暴自弃。<sup>[1]</sup>

通过以上的现象可以看出,造成这些的原因主要是因为在大期间没有对今后的发展而做出适当的职业规划,没有学习的目标,也就没有了向前的动力。因此,在大期间对学生做好职业规划是至关重要的。

## 二、职业规划的主要内容

职业规划指的是先分析和总结职业生涯的条件,对自身的兴趣特长等各方面综合的进行考虑,再充分的结合时代发展的特点以及自身的职业向往,最终寻找到最适合自己的职业目标,并通过制定有效地计划并付出行动来实现这个目标。职业规划可以通过以下三个具体的步骤来实现。

1. 对自我的认识。自我认识主要是对自己进行充分的了解和剖析,并不断地健全和完善自己的人格和思想。自我认识主要包括以下四个方面:首先是对生理的认识,也就是对自身外貌形象、身体特点和动作技能等方面的认识。其次是对心理的认识,也就是对自身性格、兴趣、特长、心理承受能力等方面的认识。下一方面是对社会的认识,也就是对他人的看法以及自己在社会中所扮演的角色的认识。最后,是对道德的认识,也就是对自身思想道德、明辨是非的能力以及信仰等方面的认识。<sup>[2]</sup>

2. 对职业的认识。职业指的是每个人根据不同的社会需求,将此当作是获取生活资料的重要途径来从事一定的社会劳动。想要对职业有一定的了解,首先要充分的了解其特征,如目的性、社会性、规范性和群体性等。同时,还要充分的了解职业的具体类别,根据职业不同的性质和国别,可以将职业分为多种类别。另外,还要对职业的能力进行充分的了解,也就是需要具备什么样的能力才能更好地胜任这个职业。最后,是要对职业未来的发展趋势进行充分的了解,分析职业从过去到未来是以什么样的趋势来发展的,这个职业是否能可持续的发展。

3. 进行正确的规划。在充分的对自我进行了认识以及全面的了解了职业的基础之上,接下来要做的就是如何在大学期间为自己未来想要从事的职业做出合理的规划。首先,要根据实际情况来树立一个明确并且通过努力可以完成的小目标,然后要根据所树立的目标来规划执行方案,最后就是要严格的执行制定的方案。在这个过程中,可以根据具体的执行情况来适当地调整方案。

## 三、辅导员指导学生做好职业规划的具体措施

高校的辅导员如果可以将职业规划的教育融入学生日常的教育和管理工作当中,不仅可以加强对学生的管理,还可以更好的推动学生的未来发展。通过对于职业规划主要内涵的分析和探究,我认为高校的辅导员可以重点通过以下的几个方面来对学生的职业规划进行指导。<sup>[3]</sup>

### (一) 引导学生进行自我认识

职业规划的首要任务就是对自我进行充分的认识和分析,也是最为关键的内容。只有在充分认识自我的基础之上才能够结合自身特点、能力以及乐趣来制定出适合自己的职业规划。辅导员作为和学生关系最为密切的教师,也是最了解学生的人。辅导员可以通过日常和学生的交流,来观察学生的性格特点和能力特长,根据学生自身的特点和实际情况给予真实客观的评价,引导学生对自己进行充分的认识,为职业规划的制定奠定良好的基础。

### (二) 提高学生的综合素质

随着我国就业形势的不断严峻,很多企业单位对于大学毕业生各方面的综合能力要求越来越高。因此,大学生不能够只重视专业知识的学习,还要不断培养自身的综合素质和实践能力。<sup>[4]</sup>例如,可以提高语言表达的能力、文学写作的能力、创新发展的能力、组织能力、合作能力等。辅导员可以引导学生积极地参加学校举办的各项活动,竞选班干部或学校的社团干部,积极地参加有意义的实践活动,不断提高自身的综合素质。

### (三) 关注学生的心理健康

拥有一个健康的心理能够让学生无论在什么样的状态和环境下都能始终保持一个积极乐观的心态,不仅有利于学生在毕业的时候能够更好的适应职业的环境,也有利于职业生涯的发展,是想要成功的必备条件。大学生由于心理素质不同、成长环境不同以及受教育的程度不同,在性格方面会出现很大的差异,同时在心理方面也会存在很大的不同。<sup>[5]</sup>心理健康的学生在性格上通常比较积极、乐观、开朗、善于交际,而心理不健康的学生往往比较自卑、胆怯、敏感、不爱说话。因此,辅导员可以适当的进行沟通,对其进行分类指导,帮助心理不健康的学生提高心理素质,让他们在学习以及今后的工作过程中都能始终保持一个乐观健康的心态。

### (四) 加强与学生的交流和沟通

辅导员可以定期和学生进行交流和沟通,经常和学生共处,在这个过程中可以对学生有一个更全面的了解,同时也能够及时的发现学生的问题并帮助他们解决。想要帮学生制定出合适的职业规划,首先要得到学生的信任,建立起深厚的师生情感,让学生能够毫无顾忌的对辅导员说出心里话。<sup>[6]</sup>在辅导员面前可以卸下防备,这样辅导员才能够掌握更加真实的信息,才能帮助学生做好职业规划。

### (五) 在学生不同的成长阶段有针对性的进行指导

在学生刚进入到大学的期间,辅导员可以将重点放在培养学生职业意识的意识上。在学生刚入学时,可以开展一些主题讲座和主题班会,让学生能更好的适应大学的生活,再向学生介绍一下本专业的主要学习内容和对口职业,让学生能够对所学的专业以及专业发展的方向有一个初步的认识。辅导员也可以向学生介绍一些本学院的发展历史以及教学环境,让学生能够更快的融入大学生活中。

对正处于大二和大三阶段的学生,辅导员可以严格管理学生的专业学习,在这两年中,学生要尽可能多的掌握专业知识以及英语和计算机等必备的知识。可以提前通过一定的社会实践来对本专业的就业前景以及就业的要求进行充分的了解,这样可以更加有针对性的进行学习,培养相关的能力。辅导员要有目标的培养学生,引导其做好职业规划,为未来的就业打下坚实的基础。

在大四这关键的一年中,辅导员要时刻的关注就业的信息和动向,时刻关注相关的就业消息和政策,并对学生进行指导。<sup>[7]</sup>另外,辅导员还要密切的关注学生的思想及心理状态,帮助他们进行适当的调节,树立正确的就业观念和择业观念。

## 结束语

总而言之,大学生需要结合自身特点来制定符合实际的职业规划,从刚进入到大学开始就要开始进行这项工作。而高校的辅导员要时刻关注学生的思想动态,对学生进行全面深入的了解,加强对学生的职业规划教育。另外还要不断提高学生职业规划的意识和综合能力,做好职业规划的指导工作。

## 参考文献

- [1] 黄月萍. 高职院校应届毕业生毕业抉择困惑研究——高职大学生职业规划案例[J]. 好家长, 2018(54).
- [2] 张己. 生涯发展: 你的个性化追寻之路——职高生涯规划的内涵和重要性[J]. 职业教育(下旬刊), 2016, 111(01): 60-61.
- [3] 孙斌. 高校辅导员做好学生职业规划和就业指导工作的研究[J]. 青年时代, 2018, 000(032): 234, 241.
- [4] 陈芬, 钟云凤, 李成欣, 等. 基于大学生创新训练项目提高大学生综合素质的实践探索[J]. 教书育人(高教论坛), 2018, 000(007): 48-49.
- [5] 狄娇, 曹文军, 王华光. 高校辅导员视角下的“立体式”大学生心理健康教育体系建设[J]. 科教导刊, 2018, No. 325(01): 173-174.
- [6] 刘铁英. 高校辅导员与大学生沟通交流的原则与技巧[J]. 上海工程技术大学教育研究, 2006(1): 19-21.
- [7] 王勤, 李钰. 高校分阶段多平台实施研究生职业生涯规划教育探析[J]. 学位与研究生教育, 2008(S1): 115-117.