

高职院校《大学生职业生涯规划》课程教学模式实施报告*

黄俏丽

(苏州农业职业技术学院 江苏苏州 215008)

摘要: 大学生职业生涯规划课程是高职院校开设的一门公共必修课程,文章介绍了大学生职业生涯规划课程整体概况,分析了课程教学对象,总结了课程的教学设计与实施分析,提炼了课程教学中教改成效,并从提升师资队伍综合能力,从而将课堂教学做到知识传授、能力训练与行为养成相结合;深入分析学生特征、提高教学信息化使用能力、提高教学信息化使用能力和拓展教学实践内容四个方面提出反思和改进措施。

关键词: 职业生涯规划 教学设计 教改成效

中图分类号: G641; G647.38 **文献标识码:** A

DOI: 10.12218/j.issn.2095-4743.2022.19.187

一、课程整体概况

大学生职业生涯规划课是普通高等学校对各专业学生进行自我认识、职业认识,并引导学生合理进行个体未来职业生涯规划的一门公共必修课程。

该课程主要针对新生入校后面对新环境和新学习方式出现的不适、困惑和迷惘等情况,新生尚未思考未来职业规划,学校应引导学生用生涯规划的理念正确认识自我,对未来职业有初步的认识,指导学生根据自己未来的职业发展需求在学校合理安排自己的学习生活,做到有目标的学习。通过该课程学习,让学生认识职业生涯规划的紧迫性和重要性,帮助其正确认识自我,引导其主动了解职业相关内容,为未来的就业提前做好规划准备^[1]。

顺序	课程章节、主要内容	课时数
1	第一模块 生涯认知 任务一 认识职业生涯规划	2
2	任务二 生涯规划意义与步骤	2
3	第二模块 职业自我探索 任务一 职业兴趣探索	2
4	任务二 职业性格探索	2
5	职业规则测评1	2
6	任务三 职业技能探索	2
7	任务四 职业价值或探索	2
8	职业规则测评2	2
9	第三模块 职业环境探索 任务一 职场信息	2
10	任务二 探索方法	2
11	第四模块 职业决策与行动 任务一 决策方法	2
12	任务二 职业目标与行动计划制定	2
13	第五模块 生涯规划管理任务	2
14	项目展示	2
15	机动或复习	2

图1 课程内容

如图1所示:本课程根据生涯规划理论体系划分为五个模块30课时,即职业生涯认知、职业自我探索(兴趣、性格、技能、价值观)、职业环境探索、职业决策与行动、职

业生涯管理。每个任务以案例或故事引入相关知识点,再配以实践训练和拓展阅读强化知识点,帮助学生树立生涯规划理念。

二、教学对象及分析

本课程授课对象为大一新生,开课时间为入学第一学期。新生中,只有部分学生有高中的职业生涯规划理论基础,所以学生学习基础不同。高职院校学生生源多样,有省内自主招生和对口单招学生以及其他来自各个省市的高考学生,这也导致教学难度加大。本课程是一门公共必修课,对所有新生开设,涉及各类专业,而不同专业对应的就业方向对学生的技能要求也不同,这也加大了教学难度。综上,对于学生学习基础不同、生源不同、专业不同、这些都是教学过程中要面对的问题^[2]。

根据教学经验,课程以理念导入为主,结合课堂互动活动、测评结果、小组讨论和案例教学,加强学生沟通交流,扩大教学影响力,提升教学效果。

三、教学设计与实施

1. 教学过程信息化,丰富课堂教学形式

教学实施中,充分利用信息化手段,尤其是在线教学平台,丰富课堂教学形式。具体做法如下:课前,通过在线教学平台的使用,帮助学生完成课前知识点的预习,提前了解课程内容。在教学过程中,考勤、课堂测试、互动讨论等也依托教学平台完成,既可以留下教学记录,又便于教师后期进行教学总结。同时教师也可以通过数字资源(微课、视频、动画)进行教学,结合在线教学平台实时统计并分析学

*基金项目:本文系2019年江苏省高校哲学社会科学研究思想政治工作专题项目,职业生涯规划视角下高职院校学生思想政治教育创新研究(2019SJB522)。

习任务完成情况。课后，可以通过教学平台布置在线作业，发放拓展学习资料等。

2. 教学评价多元性，全方位考评

教学评价实行多维度、多样化、综合性、信息化。课程建立了评价主体、评价方式、评价内容和评价指标的多元测评体系。评价过程包含了课前测试、课中表现（包括网课理论知识测验、课堂测评和活动讨论）、课后作业。评价主体包含了教师评价、组内互评、组长评价和组间互评。评价方式包含了课前测试、课堂测试、平台测评和课后作业。评价内容涵盖了出勤、课堂活动参与度、平台测评完成度、在线学习完成度、汇报展示成绩和期末考试成绩。评价指标有考试成绩、成果展示成绩和创新性奖励。

3. 增设有关实习与实践的课堂教学内容，树立规划意识

在职业环境探索模块增加了实习和实践内容，对于帮助大学生更好地进行职业定位、职业规划，帮助学生了解相关的行业和目标岗位的详细内容，从而引导学生早接触社会和了解职业信息。同时本课程还讲授了获得实习机会的途径和对实习错误理解的解释，调动学生实习的积极性，帮助学生高效获得实习机会，树立职业规划意识，开启职业探索之旅^[3]。

4. 引入职业测评系统，正确认识自我

教学过程以科学的理论传授为基础，结合测评平台，用系统科学的方法帮助学生甄别真假兴趣、澄清价值观，正确认识自己的性格和了解自己的能力和能力，在此基础上了解自我和接纳自我。学生也可通过获得的测评报告，在充分认识自我的基础上，结合职业生涯规划课程的学习初定职业目标，以此为动力更好地规划大学生活。

5. 课程模块学习，实现职业辅导、学业辅导和心理辅导一体化

教学模块通过生涯认知教学，引导学生树立生涯意识，思考职业发展问题，从而明确学习目标，解决职业迷茫、学业困扰和心理困扰，帮助学生找准自己的兴趣和爱好，更好地理清个人发展方向，规划学业，开启职业生涯探索之旅。

6. 结合价值观和职业技能探索，融入思政教育

教学模块通过自我探索价值观的澄清和职业技能探索的教学中将社会主义核心价值观、职业道德、工匠精神等引入课程教学，在职业探索和职业目标确立部分中融入理想信念教育，帮助学生树立远大的理想，努力提升自己的职业能力，营造劳动光荣的社会风尚和精益求精的敬业风气，将追求个人价值的实现与社会需求相结合，依据个人的专业发展和兴

趣特长顺应时代的发展和建设的需要，投身到平凡的岗位中去。

四、教改成效

1. 注重课程思政，提升职业素养与职业技能

通过课程融入思政要素提升理想信念教育、职业道德素质，树立正确的人生观、价值观和择业观，以及优秀的职业品质。自我探索模块让学生正确认识自己，找准定位，积极悦纳自我，保持良好的正面就业心态。技能探索部分了解未来职业所需技能，探索相关职业在国家发展、乡村建设和人民生活改善中的作用，并形成符合社会主义国家建设和发展相适应的职业价值观，从而规划大学学业。职业环境探索中，引入相关职业典型人物的优秀事迹，通过有目标有榜样的学习和培养，在提升专业学习动力基础上，做到素养和技能同步增长。

2. 激发学习内生力，提高学习效果

生涯认知模块的教学主要任务是生涯唤醒，通过四只毛毛虫的寓言故事明确目标和计划的重要性，从而激发学生主动确立目标并制定计划，明确未来发展方向。而在技能探索和职业探索部分，通过案例教学引入名人和杰出校友代表案例，用榜样教育学生树立远大理想。职业探索部分的探索方法之生涯人物访谈，则通过了解前辈发展经历，用榜样的力量教育学生树立远大理想，激发学生认同感。这些内容都是通过学生意识的唤醒，从而提升学生的学习内动力，最终提升学习效果，化被动学习为主动学习。

3. 引入多种教学模式，注重学生体验

采用讲授和测试相结合、理论与实践相结合，课程中运用问题式、启发式、互动式、专题讨论等形式将课程内容与学生实际情况相结合，通过理论讲授、学生讨论、体验式教学、在线教学、小组讨论的形式，让学生动起来，积极沟通和参与讨论，提升教学效果。多种教学模式的引入，结合社会主义建设中各行各业典型人物案例分享，增加了学生课堂参与度，提高了学生职业认同感，培养了学生的爱岗敬业精神和将个人理想和中国梦相结合，激发学生的学习热情和就业热情。

4. 引入测评系统，加强教学效果

借助科学测评系统了解学生自身在性格、兴趣、价值观和技能上的基本现状，让学生了解自己潜在竞争优势和能充分发挥这个优势的职业，结合测评系统给出的测评报告及职业倾向，确立自己未来的学习目标和初步意向的职业目标。通过职业规划课程内容的系统学习，结合课程考核要求，撰

写出自己的生涯规划书,让学生通过课程学习,真正做到学以致用,激发学生学习内动力,强化课程教学效果。

5. 对接大赛标准,以赛促教

以职业生涯规划大赛为抓手,以赛促学,普及大学生职业规划理念,激励广大青年树立远大理想,助力大学生生涯发展教育。通过在全校范围内组织职业规划大赛,引导大学生树立职业生涯规划意识,把课程教学与大赛进行有机结合,加强了职业测评和比赛指导培训,使学生在参赛过程中得到科学测评和指导老师的一对一指导,真正做到以赛促教、以赛促学,把大赛平台做成学生设计职业生涯规划的“加油站”和“维修站”,提高学生学习课程的兴趣,并利用比赛的展示加强学生沟通交流,提升教学效果。

6. 以就业为导向,为就业导航

课程内容吸收了当前国内外职业生涯规划的新理论和新知识,与当前大学生实际情况紧密结合,通过职业探索,力求引导大学生走出常见的求职就业困境,为大学生准确定位、适应社会、走向成功提供经验和指导。

五、反思与改进

1. 提升师资队伍综合能力,从而将课堂教学做到知识传授、能力训练与行为养成相结合

通过教学和培训建立一支“双线”并进的职业规划师资队伍(双线即“教学条线”与“指导条线”)。通过课程教学和比赛指导,以大赛为契机,加强交流和学习,提升指导能力的同时又能反馈到提升课堂教学的能力。同时结合职业生涯规划课程的特殊性,通过将课程理论知识、职业探索能力和自我探索之价值观、技能、兴趣、性格中相关行为养成相结合,可以把知识传授、能力训练同陶冶情操、提高觉悟、行为养成结合起来,做到知行统一。这在以后的课程教学可以多尝试,尤其是将专业相关的职业素养作为教学过程中的一个关注点,这对教师有了更高的要求,需要更多的比赛和培训来提升。

2. 深入分析学生特征,从而做到课程教学面向全体与个别指导相结合

职业生涯规划课程教学是全校的公共基础课,面对全体学生,由于师资的限制和开课时间的同步,所有课程教学都是合班教学,但作为授课对象学生,他们又有各自的特性,来自不同的专业,所以在今后的教学过程中,我们不能忽视个体的特殊性,对于特殊的个体要有个别指导。如在课堂教

学中多增加讨论环节和交流环节,即有共性的讨论又有个性的点评,让更多学生受益于职业规划课程的学习。面对不同专业的学生,教师需要结合所授课程学生的专业,将职业所需传输给学生,进而引导学生正确面对就业问题并进行合理规划。

3. 提高教学信息化使用能力,真正做到线上和线下融合

在教学过程中,学习通App和泛雅平台等线上平台的使用,丰富了教学内容和教学手段,但是也发现真正提升教学效果的作用各不相同。多数教师用得比较多的是考勤、发放讨论、布置作业和发布教学内容,没有突破传统的教授为主的教学模式,没有发挥好在线平台的优势,引导学生自主自主地参与到教学中来。如何使线上平台的使用效果得到真正发挥,实现线上线下教学资源优化配置,这就要求我们结合学校的学情和学校的专业特色录制属于自己的网课,让教师能将更好的网络资源运用到教学实践中,激发学生学习兴趣并主动参与到学习中,发挥线上线下教学融合的优势,达到教学改革的目的。

4. 拓展教学实践内容,将课堂教学和第二课堂相结合

职业生涯规划课程教学涉及学生学习目标的确立,涉及大学学习的规划,与学生的专业学习和各类实践活动密切相关,而除了教学的第一课堂外的第二课堂也就成了职业规划后学生提升技能的实践平台。这就要求我们更好地利用学校的社团和学生会组织、暑期三下乡、各院系的校友走访和校友论坛活动、企业走访和参观等,丰富教学素材和实践内容,让学生更多地接触与职业相关的各类信息,并养成多途径获取职业信息的习惯,将所闻、所见运用于课程学习的生涯决策和职业规划制定中。

参考文献

- [1]吴红.基于生涯建构理论的职业生涯规划发展课程设计及效果[J].中国大学生就业,2021(24):50-54.
- [2]邱钰晖,戴少锋,何飞英.课程思政下的大学生职业生涯规划教学模式改革探索[J].中国多媒体与网络教学学报(上旬刊),2020(02):117-118.
- [3]柳杰.线上线下混合式教学模式实施报告——以中职进出口贸易实务课程为例[J].中国多媒体与网络教学学报(中旬刊),2019(12):167-168.