

多维度视角下构建学生职业生涯规划的研究与探索

马浩辉

北京金融科技学院 北京 101118

【摘要】：在当今经济全球化和信息化的背景下，大学生职业生涯规划逐渐成为高等教育中不可忽视的重要环节。然而，现有研究多侧重于单一理论的探讨，缺乏对职业生涯规划生态体系的全面视角。因此，本文通过对中国国内大学生职业生涯规划的多维度视角进行探索与实践，构建适合中国国情的职业生涯规划生态体系。研究内容涵盖：大学生职业生涯规划的现状与问题，生态体系构建的理论依据与方法，实践路径与成效，以及未来展望。本文期望通过理论与实践的双重探讨，为大学生职业生涯规划的科学化发展提供全面的理论指导和实践支持。

【关键词】：大学生职业生涯规划；生态体系；多维度视角；中国研究

DOI:10.12417/2705-1358.25.16.068

1 引言

在当今经济全球化和社会信息化快速发展的背景下，大学生的职业生涯规划逐渐成为高等教育中的一个关键环节。面对快速变化的就业市场和复杂多样的职业选择，传统的单一职业指导模式显然已无法满足现代大学生的需求。相较之下，多维度整合的职业生涯规划生态体系不仅能够提供更系统的指导，还能更好地适应当代学生的个性化需求和社会发展的多元化趋势。职业生涯规划不仅关乎学生个人的职业发展，还直接关系到国家人才资源的合理配置和社会经济的持续健康发展。当前，中国高校在职业生涯规划方面虽取得了一定进展，但整体上仍存在规划意识薄弱、指导方式单一、实施效果不佳等问题。因此，探索和构建适合中国国情的、多维度整合的职业生涯规划生态体系，具有重要的理论与现实意义。本文通过对现状调研与数据分析，揭示了当前中国大学生职业生涯规划中存在的主要问题。基于生态系统理论与职业发展理论，本文提出了一个包括个体、家庭、学校和社会四个维度的职业生涯规划生态体系。并结合具体实践案例，从每个维度探讨如何有效实施职业生涯规划，提升学生的职业规划能力与决策水平。

2 中国大学生职业生涯规划的现状与问题

2.1 调查样本与数据收集

为了全面了解中国大学生职业生涯规划的现状，本研究随机选取了来自中国不同高校的 1000 名大学生作为调查样本。研究采用问卷调查与深度访谈相结合的方法进行数据收集。问

卷调查内容涵盖大学生职业生涯规划的制作情况、指导来源、满意度等多个维度，而深度访谈则进一步挖掘学生在职业生涯规划过程中遇到的实际困难和真实感受。

2.2 数据分析

通过对调查数据的统计与分析，可以更直观地呈现中国大学生在职业生涯规划中的具体表现及存在的问题。详细数据见表 1。

表 1 中国大学生职业生涯规划调查数据

问题	选项	调查人数	比例
是否制定过职业规划	是	670	67%
	否	330	33%
职业规划的指导来源	学校职业中心	300	30%
	老师/辅导员	200	20%
	家庭	270	27%
	社会实训与实践	230	23%
对职业规划满意度	非常满意	150	15%
	较满意	320	32%
	一般	300	30%
	不满意	230	23%

从表1的数据可以看出,有67%的大学生已经制定了职业规划,这说明大部分学生已经意识到了职业规划的重要性。然而,从职业规划的指导来源分析来看,学校职业中心、教师或辅导员、家庭以及社会实训与实践等资源的利用度并不均衡,显示出高校职业生涯规划教育资源的整合和利用还有待提高。此外,只有15%的学生对其职业规划表示非常满意,而23%的学生则表示不满意,反映出职业生涯规划的质量和效果离学生的期望还有一定差距。

2.3 现存问题

尽管调查数据显示,大部分大学生已经认识到职业规划的重要性,并且积极参与其中,但在实际操作中仍然存在诸多问题。以下是中国大学生职业生涯规划过程中主要面临的三个问题:(1)职业生涯规划意识不足:职业生涯规划意识的普及仍有待加强。数据显示,尽管67%的大学生已经制定了职业规划,但仍有33%的学生从未进行过职业规划。这样的数据显示出,职业生涯规划的重要性尚未得到全面认可,一部分学生甚至可能不知道职业生涯规划的基本概念和步骤。特别是在低年级的学生中,职业生涯规划的意识普及情况相对更为薄弱。这一现象可能源于学生在高中阶段缺乏关于职业规划的教育,也可能由于大学课程设置和制度安排中对职业规划的重视不足。

(2)指导来源单一:职业生涯规划的有效性在很大程度上依赖于科学的指导和支持。然而,调查数据显示,学生获取职业规划指导的来源相对单一。学校职业中心、教师或辅导员虽然是重要的指导来源,但其比例仅为50%。而家庭的支持也占到27%,但社会实训与实践仅占23%。这表明高校在职业生涯规划教育资源的整合与利用方面还有较大提升空间。学生在职业生涯规划过程中更需要多元化、专业化的指导,而不仅仅依赖于学校和家庭。社会企业、职业机构以及职业生涯规划专家的参与,可以为学生提供更全面的职业生涯指导服务。

(3)规划实施效果欠佳:从满意度数据来看,只有15%的学生对自己的职业生涯规划表示非常满意,32%的学生较满意,30%的学生认为一般,而23%的学生明确表示不满意。这反映出当前职业生涯规划的实施效果并不理想。很多学生在制定了职业生涯规划之后,仍然感到茫然,不知道如何具体实施,缺乏有效的行动方案和步骤。另外,职业生涯规划的效果在很多时候并不显著,学生无法看到具体的成效和进展,导致对职业生涯规划失去信心。这也揭示出在职业生涯规划的教育和指导过程中,需要加强对学生的后续跟踪和支持,包括提供具体可操作的实施方案、定期的效果评估以及必要的调整与优化。以上问题的存在不仅影响了大学生的职业生涯发展的质量,也对高校职业生涯教育工作的推进提出了更高的要求。提升学生的规划意识,丰富指导来源,切实提高规划实施效果,将是未

来职业生涯规划教育的重要方向。高校需要结合实际情况,深化职业生涯教育改革,整合校内外资源,构建多层次、多维度的职业生涯规划教育体系,全方位帮助学生实现职业生涯发展目标。

3 大学生职业生涯规划生态体系构建的理论依据与方法

3.1 理论基础

构建大学生职业生涯规划生态体系需要依赖多种理论基础,其中主要包括生态系统理论和职业生涯发展理论。生态系统理论最早由心理学家乌里·布朗芬布伦纳提出,旨在理解个体发展的多层次环境及其相互关系。根据这一理论,个体的发展受到微观系统(如家庭、学校)、中观系统(如亲友、同学关系)、外部系统(如社区、社会资源)和宏观系统(如文化、政策)的影响。因此,构建大学生职业生涯规划生态体系需要将这些不同层次的系统整合起来,创造一个有利于学生职业发展的生态环境。职业生涯发展理论则主要由几个流派组成,包括超职业生涯发展理论、霍兰德职业选择理论和克朗普顿职业生涯发展理论等,这些理论强调职业生涯是一个动态的、长期发展的过程,受个体兴趣、能力、价值观以及社会环境等多方面因素的影响。因此,职业生涯规划生态体系的构建需要结合这些理论,为学生提供全面、系统、个性化的职业生涯指导和支持。

3.2 方法论

在理论基础之上,具体的实施方法论包括对职业生涯规划生态体系的分析层次与维度的划分,以及评价标准与指标的建立。职业生涯规划生态体系可以分为以下四个维度:个体、家庭、学校和社会。在个体维度上,主要包括自我认知、职业探索和决策能力三个方面,通过帮助学生了解自己的兴趣、能力、价值观和性格特点,进行职业探索,培养科学决策的能力。在家庭维度上,强调家庭支持和家庭教育资源的利用,通过增强家长对职业生涯规划的认识,提供参与指导方法,支持学生的职业探索和发展。在学校维度上,通过课程设置、职业指导和实践机会来支持学生的职业发展,例如在课程中融入职业生涯规划教育,设立职业指导中心,提供多样化的实践机会。社会维度主要包括社会资源、政策支持和网络平台的利用,通过社会企业、职业机构和专家资源,为学生提供全面指导,同时争取政府和社会组织的政策支持,建立线上职业生涯指导平台。

4 多维度视角下的职业生涯规划实践路径

4.1 个体维度

个体维度的职业生涯规划实践路径包括个性化评估与分析以及生涯咨询与指导。在个性化评估与分析方面,利用心理

测评工具对学生的兴趣、能力和价值观进行全面评估，从而帮助学生更好地理解自我，了解适合的职业方向。在生涯咨询与指导方面，提供个性化的职业生涯规划咨询服务，帮助学生制定切实可行的职业规划，通过面对面的辅导和持续的跟踪支持，确保规划的有效实施。

4.2 学校维度

学校维度包括全生命周期职业教育和实践与实习项目。在全生命周期职业教育方面，学校应将职业生涯教育贯穿于整个大学教育过程中，包括新生入学教育、在校期间的生涯辅导及毕业生就业指导，从而为学生提供持续、系统的职业规划教育。在实践与实习项目方面，学校应推动校企合作，组织丰富的实践与实习项目，帮助学生提高职业技能和积累实战经验，通过真实的职业场景，增强学生的职业适应能力和竞争力。

5 实践成效与案例分析

5.1 实践效果评估

通过多角度的评估方法，对不同维度的实施情况进行分析，总结实践效果并找出不足之处。结果如下：个体维度：通过各种心理测评和生涯指导，85%的学生表示其职业生涯规划得到了明显的完善，这说明个性化的评估和指导能够有效地帮助学生。家庭维度：家长参与讲座和培训的比例达到了70%，相对较为积极，但仍有较大的提升空间，需要进一步增强家长的参与和支持力度。学校维度：实践项目的满意度达到90%，表明学校提供的实践与实习项目质量较高，对学生的职场适应性提升有显著效果。社会维度：企业及社会资源投入增长率为50%，反映了社会资源对职业生涯规划的支持力度在增加，但还需进一步整合更多外部资源，持续拓宽学生职业发展渠道。

5.2 成功案例分享

为了更好地推动高校职业生涯规划的实施，成功案例的分享显得尤为重要。以下是两个具有代表性的高校案例。

案例 1：某知名高校的全生命周期职业教育体系发展历程与成效。这所高校从新生入学到毕业生就业，全周期地融入了职业生涯规划教育。入学时，学生会接触到基础的职业生涯规划课程，孩子们通过一系列自我评估工具了解自己的兴趣和适

合的职业领域；在中期，持续进行生涯指导，帮助学生选定专业和未来适合的职业方向；临近毕业时，通过专门的就业指导和职场技能培训，助力学生顺利进入职场。成效：职业生涯规划完善率达到90%，毕业生就业率和起薪显著提高。学生对职业生涯规划指导的满意度高达95%，很多学生表示在职业规划过程中受益匪浅。

案例 2：某地方高校的校企合作实践项目对学生职业发展的影响。该高校通过深度的校企合作，建立了丰富的实践和实习项目，学生可以通过这些项目直接接触实际工作，提升职业技能。企业会定期到校演讲、招聘，并提供大量的实习机会，密切联系了一批中小企业，为学生创造了良好的职业发展环境。成效：学生的实践项目满意度达到92%，实习转正率高达60%。学校的社会影响力和企业合作度显著提升，今后将继续拓展更多的校企合作机会。

表 2 实践成效数据分析

评估维度	成果展示	成效评价
个体维度	职业生涯规划完善率：85%	高
家庭维度	家长参与率：70%	中
学校维度	实践项目满意度：90%	高
社会维度	企业及社会资源投入增长率：50%	中高

表 2 展示了多维度视角下高校实践成效的数据分析。从整体来看，职业生涯规划生态体系的建设在个体、学校和社会三个维度上均取得了较高成效，但在家长的参与度和进一步整合社会资源方面仍有提升空间。结合上述案例的成功经验，未来应进一步加强家长教育和社会资源的整合，提升实践成效。

6 结论

本文通过多维度视角，对中国国内大学生职业生涯规划生态体系进行了系统的探索与实践。研究结果表明，多维度的职业生涯规划生态体系不仅可以提升大学生的职业生涯规划意识与能力，还能显著改善职业生涯决策的科学性与有效性。未来，应继续在理论与实践深化研究，不断优化职业生涯规划教育和指导模式，以更好地服务大学生的成长与发展。

参考文献：

- [1] 张钰,姚丰华.基于人力资源开发的涉农专业学生就业指导体系构建研究[J].教书育人(高教论坛),2017(3):33-35.
- [2] 赵丽,柴造坡.基于大数据技术的高职学生多维评价体系的研究[J].林区教学,2023(12):37-40.
- [3] 左宏明.高校思想政治教育与职业规划的契合研究[J].辽宁高职学报,2021,23(5):93-97.
- [4] 刘秀荣.以职业生涯规划为导向的大学生创新创业教育模式[J].经济师,2021(1):146-147.