

体验式教学方法在大学生职业生涯规划课程中的应用探究

梁木梅

广西民族师范学院, 广西 崇左 532200

DOI: 10.61369/VDE.2025020031

摘 要 : 大学生职业生涯规划的意义不仅在于帮助大学生更好地解决就业问题,更是为大学生今后的整个职业生涯发展打好基础。对于高校而言,利用课堂教学引导大学生合理做好大学生职业生涯规划指导教育,是重要任务之一。然而,在实际教学过程中存在课程教学缺乏实践性与互动性环节、就业育人课程思政融入不够、课程内容设置实用性不够等问题,制约课堂教学的效果。本文基于体验式教学方法,提出提高职业生涯规划主体的主动参与度、引导大学生树立正确的就业观念、调整课程内容设置等对策,应用于大学生职业生涯规划课程教学。

关 键 词 : 体验式教学; 职业生涯规划; 对策

Exploration of the Application of Experiential Teaching Method in College Students' Career Planning Course

Liang Mumei

Guangxi Minzu Normal University, Chongzuo, Guangxi 532200

Abstract : The significance of career planning for college students is not only to help them better solve employment problems, but also to lay a solid foundation for their overall career development in the future. For universities, using classroom teaching to guide college students to do a reasonable job in career planning guidance and education is one of the important tasks. However, in the actual teaching process, there are problems such as a lack of practical and interactive elements in curriculum teaching, insufficient integration of ideological and political education into employment education courses, and insufficient practicality of curriculum content, which constrain the effectiveness of classroom teaching. This article proposes strategies based on experiential teaching methods to improve the active participation of career planning subjects, guide college students to establish correct employment concepts, adjust course content settings, and apply them to the teaching of college students' career planning courses.

Keywords : experiential teaching; career planning; countermeasure

一、问题的提出

随着我国进入新发展阶段,高校毕业生就业压力日益增大,结构性矛盾更加凸显,就业竞争日趋激烈。吴伟、张猛(2022)指出“要解决大学生就业的问题,不仅需要政府和社会的努力,更需要大学生及早树立正确的择业观念,提早做好职业生涯规划”^[1]。卞成林(2024)认为“大学生只有树立远大志向,在实现中国梦的生动实践中放飞青春梦想,才能科学地规划自己的职业生涯和事业目标,有针对性地选择职业,从容不迫地应对日趋严峻的就业形势和不断发展变化的社会需求”^[2]。目前针对大学生职业生涯规划课程的研究主要分为以下三个方面:一是大学生职业生涯规划课程学生的接受程度上,张静、朱玉、党真(2024)发现,通过智慧教育背景之下让学生完成线上慕课学习任务的同

时,通过线下的体验式教学,明显提升了生涯规划课程大学生的接受程度^[3]。二是大学生职业生涯规划课程面临的困难方面,朱天赐、周红坡等(2024)认为,当前大学生职业生涯规划与就业指导课程教学存在“课程普及度不够”“课程理论与实践价值导向融合性不强”“课程思政内容落实不足”^[4]等问题。三是大学生职业生涯规划课程的优化对策方面,王敬(2017)提出“教师通过案例分析调动学生积极思考,分析和探索自身特点和自己的未来,理性地规划职业之路,提高学生观察、分析、解决问题能力”^[5]。

学者们对大学生职业生涯规划课程开展了不同视角的研究,有定性研究也有定量研究,但是基于实际调查的数据来分析课程教学现状的比较少。鉴于此,本文基于问卷调查数据,详细分析当前大学生职业生涯规划课程教学存在的问题,结合体验式教学方法提供相应的解决办法,引导大学生主动参与课程,提高课程

基金项目:2023年度广西民族师范学院校级教学改革研究项目(项目编号:JGYB202328)

作者简介:梁木梅(1992.07-),女,壮族,广西贵港人,广西民族师范学院学生工作部(处),助理研究员,文学硕士,专业:日语语言文学,研究方向:大学生就业创业。

的有效性。

二、大学生职业生涯规划课程的教学现状分析

为了了解主要采用问卷调查的方式开展调查。问卷内容主要包含学生个人基本信息、对职业生涯规划课程的了解情况、对体验式教学方法的参与意愿等，共发放2000份问卷，其中有效回收1979份。

（一）课程教学缺乏实践性与互动性环节

职业生涯规划课程内容主要涵盖职业生涯规划的基本概念和理论、自我探索、职业世界探索、职业目标树立、行动计划制定等多个维度的内容，有利于大学生系统且全面地了解相关理论知识。然而，实际教学过程中发现课程重理论，缺乏实践性和互动性，难以满足学生个性化的需求。问卷调查数据显示（见图1），针对多选题“您认为职业生涯规划课程的教学形式应如何改进”这一问题，有70.94%的大学生认为需要“增加实践活动”，69.11%的大学生认为需要“提供个性化指导”，46.08%的大学生认为需要“增加互动环节”。

第12题 您认为职业生涯规划课程的教学形式应如何改进？ [多选题]

选项	小计	比例
A 增加实践活动	1401	70.94%
B 增加互动环节	910	46.08%
C 引入外部专家	891	45.11%
D 提供个性化指导	1365	69.11%
E 其他	485	24.56%
本题有效填写人次	1975	

图1 您认为职业生涯规划课程的教学形式应如何改进的回答情况

（二）就业育人课程思政融入不够

随着“就业育人”理念的提出，越来越多的高校开始重视职业生涯规划教育的体系建设。这要求教师不仅要传授知识，还要融入思想政治教育元素，帮助学生树立正确的价值观和职业观，引导大学生主动到基层就业。然而，在实际教学中，思想政治教育与大学生职业生涯规划在协同育人方面的融合度还不够。据问卷调查数据显示（见图2），在你“对‘在大学生职业生涯规划课堂上教师引导大学生了解基层就业项目（西部计划、特岗教师、三支一扶等）的情况’这个问题上，有18.39%的大学生表示‘了解’，53.50%的大学生表示‘了解一点’，仍有28.12%的大学生表示‘仅听说过’和‘完全不了解’。由此可见，课程教学融入就业育人思政的效果还不够。

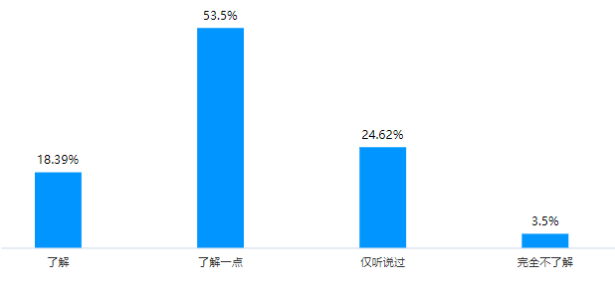


图2 在大学生职业生涯规划课堂上教师引导大学生了解基层就业项目（西部计划、特岗教师、三支一扶等）的情况

（三）课程内容设置实用性不够

大学生职业生涯规划课程主要面向大学一年级新生，其对本专业知识和就业形势等了解还不够全面，对自己的认识还不够清晰，这就要求本课程内容设置要具备较强的实用性，才能引导大学生了解和掌握职业生涯规划的方法与技巧，了解社会行业和职业的发展情况，及时调整自身综合素质，制定合理的职业生涯规划。据问卷调查数据显示（见图3），在“你认为大学生职业生涯规划课程的实用性如何”这一问题上，有81.46%的大学生认为实用，但仍有18.54%的大学生认为“一般”“不太实用”“完全不实用”等。同时，如图4所示，针对“你认为大学生职业生涯规划课程对你的职业发展有帮助吗”的问题上，有81.96%的大学生表示有帮助，仍有18.04%的大学生认为“一般”“不太有帮助”“完全没有帮助”等。

选项	小计	比例
A 非常实用	733	37.04%
B 比较实用	879	44.42%
C 一般	320	16.17%
D 不太实用	34	1.72%
E 完全不实用	13	0.66%
本题有效填写人次	1979	

图3 你认为大学生职业生涯规划课程的实用性如何

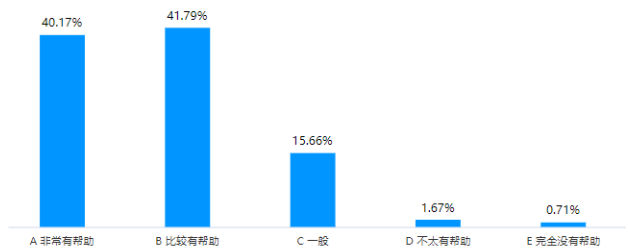


图4 你认为大学生职业生涯规划课程对你的职业发展有帮助吗

三、体验式教学方法在大学生职业生涯规划课程的应用对策

体验式教学是以教师为主导，学生为主体的一种课堂教学模式，通过学生亲身参与实践去感知、理解、感悟、验证教学内容，突出实践性，有利于充分发挥学生的主动性，引导学生主动参与知识探究实践过程^[6]。

（一）模拟真实情境，引导大学生主动参与扮演角色

大学生职业生涯规划课程具有较强的实践性，大学生是职业生涯规划的主体，要发挥他们的主体作用，让他们参与实践环节中，锻炼他们的实操能力。这就要求任课教师在课堂上，提供可模拟的真实情境，引导大学生主动扮演相关角色，如扮演面试官、求职者、在职员工等角色，让大学生在亲身体验过程中感受到真实职场的氛围，获得第一手的感悟和体验，完成课程的教学目标。教师们带领大学生实际参加学校举办的宣讲会、招聘会等活动，主动与用人单位进行沟通交流，了解对接当前市场的岗位需求、招聘条件、面试要求等，加深大学生对求职面试的认知，

通过近距离亲身体验求职活动,激发其提高自身就业能力的紧迫性。针对主动参与度较高的大学生,还可以引导其走出校园、走向实践,主动对接用人单位,搭建用人单位和学生的学习交流平台,带领大学生到实际的职场参观体验,让其更身临其境地认识职场、认识职业,客观清晰地做好个人职业定位,帮助其制定合理的职业目标。

（二）引入项目教学,引导大学生分课题开展交流讨论

纯理论的教学模式已经不适应新时代的教学需要,也无法满足大学生的个性化需求。引入项目式教学,由学生组建团队选择合适的人物访谈项目,如不同专业、不同职业、不同岗位、不同行业的人物访谈,提高大学生的主观能动性,团队内部做好分工合作,针对访谈过程中遇到的问题互相交流讨论,并得出团队内部的合理的解决方案,在这个过程中,大学生自然而然掌握了团队合作能力、解决问题的能力、沟通交流能力、组织协调能力、执行力、创新意识等多种综合能力。教师引导大学生积极参加社会实践,以项目式的方法成立项目组,专题研究讨论关于大学生职业生涯规划的社会实践活动,并将活动内容形成报告,活动结束后形成交流会,互相学习探讨新经验、新做法,提升其主动思考的能力^[7-9]。

（三）增设游戏环节,激发大学生主动参与课堂的兴趣

“游戏是一种有规则、有目标的、有趣味的活动。游戏教学

法就是以游戏的形式、是学生在竞赛中、在兴奋中不知不觉地掌握教材中的内容和知识,并在此过程中享受学习的乐趣”^[10]。大学生职业生涯规划课程教学过程中,可以适当引入游戏环节,如分析个人兴趣、个人性格、职业兴趣、个人职业价值观等环节中,通过引入教学目标,设置相应的游戏环节,如价值感拍卖、降落职业兴趣岛等游戏,让大学生带着教学目标参与游戏互动,激发其对课程的兴趣,引导其主动参与其中,并在游戏的总结阶段,分享交流游戏过程中的感悟,能够有效地提升学生获得感和成就感。

四、结束语

当前高校毕业生就业形势仍然严峻,提升大学生职业生涯规划课程的有效性,对于激发大学生主动做好职业规划的主动性、引导其科学合理地制定职业生涯规划具有重要的现实意义。要解决大学生的就业问题,高校需要进一步提升课程的质量,引导大学生树立正确的成才观、就业观、择业观,提高就业能力,做好职业生涯规划,是大学生顺利就业和获取事业成功的起点。

参考文献

- [1] 吴伟,张猛.美好前程——大学生职业生涯规划[M].同济大学出版社,2022:01-10.
- [2] 卞成林.大学生职业生涯规划与就业指导[M].广西师范大学出版社,2024: 01-20.
- [3] 张静,朱玉,党真.智慧教育背景下大学生职业生涯规划课程教学改革与实践[J].2024: 109-110.
- [4] 朱天赐,周红坡,尹杰,刘远.大学生职业生涯规划与就业指导课程教学改革与探索[J].教育观察,2024(06):123-126.
- [5] 王敬.体验式教学在大学生职业生涯规划课程中的应用[J].湖北函授大学学报,2017(08):132-133.
- [6] 张大伟.体验式教学模式大学生职业生涯规划课程中的应用研究[J].理论观察,2023(01):153-156.
- [7] 张大伟.体验式教学模式大学生职业生涯规划课程中的应用研究[J].理论观察,2023(1):153-156.
- [8] 秦陆玉.大学生职业生涯规划课程体验式教学的探讨[J].青春岁月,2023:76-78.
- [9] 邓艳桃,史孔仕,田旭峰.新时代“双创”背景下大学生职业生涯规划课程教学模式优化研究[J].2023(20):106-110.
- [10] 陈乃嘉.游戏教学法在英国非 MEP 中学孔子课堂中的应用研究——以 Carmel College 孔子课堂为例[D].湖北工业大学,2021.