

大学生职业生涯规划与就业能力提高的联动机制研究

李鑫宇

黑龙江财经学院，黑龙江 哈尔滨 150025

DOI: 10.61369/VDE.2025090045

摘要：本文研究大学生职业生涯规划与就业能力提高的联动机制，通过分析二者的关联明确职业生涯规划能明确职业目标，指导大学生针对性地提高就业能力，而提高就业能力也会促进职业生涯规划的动态调整。本文进一步构建包含目标协同、课程融合、实践联动以及评价反馈的联动机制，并从组织、师资、制度三方面提出保障体系。本文不光丰富大学生就业指导理论，也能够为高校整合职业生涯规划与就业能力培养工作，提高大学生就业竞争力，并提供实践指导以及参考依据。

关键词：大学生；职业生涯规划；就业能力；联动机制

Research on the Linkage Mechanism between College Students' Career Planning and Employment Ability Enhancement

Li Xinyu

Heilongjiang University of Finance and Economic, Harbin, Heilongjiang 150025

Abstract : This paper studies the linkage mechanism between college students' career planning and the improvement of their employability. By analyzing the relationship between the two, it is clarified that career planning can define career goals, guide college students to improve their employability in a targeted manner, and improving employability will also promote the dynamic adjustment of career planning. This paper further constructs a linkage mechanism that includes goal coordination, curriculum integration, practical linkage and evaluation feedback, and proposes a guarantee system from three aspects: organization, teaching staff and system. This article not only enriches the theory of employment guidance for college students, but also provides practical guidance and reference basis for colleges and universities to integrate career planning and employment ability cultivation, enhance the employment competitiveness of college students.

Keywords : college students; career planning; employability; linkage mechanism

前言

在就业市场竞争愈加激烈的形势下，大学生面临较大的就业压力，帮助大学生科学认识自我、合理进行职业定位尤为重要。党的二十大报告提出：实施就业优先战略，强化就业优先政策。这凸显了就业在国家民生中的核心地位。对高校而言，这一政策导向要求在教育过程中加大职业规划和就业指导力度，帮助学生实现从“学业导向”向“职业导向”的观念转变，推动高校教学内容和就业指导模式的创新。本文深入分析职业生涯规划与就业能力提高的内在关联，构建科学有效的联动机制，并提出针对性的保障体系，希望为高校教育改革提供理论支撑，帮助大学生提高就业竞争力，促进高校就业工作迈向新高度。

一、职业生涯规划与就业能力提高的关联分析

(一) 职业生涯规划对就业能力提高的作用机制

1. 引导学生明确职业目标

大学生在开展职业生涯规划时会通过自我评估、职业探索等步骤深入了解自身的兴趣、优势与价值观，同时结合市场需求与

行业发展趋势，确立清晰的职业目标。以想要成为人工智能算法工程师的学生为例，其在职业规划的指引下围绕该目标制定学习计划。其一选修机器学习、深度学习以及数据挖掘等专业核心课程，构建扎实的理论知识体系，其二积极参与相关科研项目在实践中提高算法设计与应用能力。除此之外，学生还会关注行业赛事，积累项目经验，锻炼团队协作与问题解决能力，从而为日后

本文系：“应用型民办高校学生就业竞争力提升路径探究（项目编号:XJQN202552）”课题的研究成果。

作者简介：李鑫宇（1996.02-），女，黑龙江桦南人，大学本科，助教，研究方向：大学生职业规划和思想政治教育。

就业筑牢根基。

2. 助力学生构建职业发展路径

职业生涯规划帮助学生制定阶段性的职业发展目标，并规划达成目标的具体路径。学生依照规划有序安排大学期间的学习与实践活动，逐步实现职业目标。在此过程中，学生不光学会对职业发展进行系统规划，还能够提高时间管理、任务分解与自我监督等能力。例如学生制定从初级算法工程师成长为高级算法专家，再到技术主管的职业发展路径，明确每个阶段所需掌握的技能与知识。

3. 塑造学生职业素养

职业生涯规划教育不光关注学生的职业技能培养，还注重职业道德、职业态度等职业素养的塑造。学生在参与职业探索与实践的过程中了解职场规则与行业文化，逐渐形成良好的职业习惯与价值观。举例来说，学生通过参加企业实习熟悉企业的工作流程与团队协作模式，学会尊重他人的意见，按时完成工作任务，培养责任感与敬业精神。这些职业素养能够帮助学生快速适应职场环境，融入企业文化，实现从学生到职场人的过渡。

（二）就业能力提高对职业生涯规划的影响

1. 拓宽学生职业选择空间

随着就业能力的不断提高，学生拥有更多的职业选择机会，接触到不同行业与岗位，拓宽职业视野。原本局限于某一特定领域的学生因自身能力的增强，可以考虑更多的职业方向，从而丰富职业生涯规划的内容。例如一名计算机专业的学生在掌握编程技能的基础上，通过学习数据分析知识，提高数据挖掘与处理能力，不光能够选择软件开发岗位，还可以考虑数据分析师、数据科学家等职业方向。这种多样化的职业选择使学生的职业生涯规划更加灵活，能够更好地适应市场变化。

2. 增强学生职业决策信心

扎实的就业能力使学生在面对职业选择时更加自信，对自身能力与职业目标的匹配度有更清晰地认识。学生在实践过程中通过不断检验和反思及时调整职业生涯规划。举例来说，学生在实习过程中发现自身对某个行业或岗位有浓厚兴趣，且具备相应的能力，便会将其纳入职业生涯规划中。相反的如果发现原定职业目标与自身能力不符，学生会重新评估，调整规划。这种动态调整过程能够帮助学生优化职业生涯规划方案，使其更符合实际情况。

3. 推动学生职业生涯规划的动态调整

当学生发现所学专业的就业前景不佳或新兴行业崛起带来新的就业机会时，因自身的能力优势可以快速转变职业方向，调整职业生涯规划。例如随着人工智能技术的发展，传统行业面临转型，部分学生敏锐捕捉到这一趋势通过学习相关技术将职业规划转向人工智能领域，从而实现职业生涯的可持续发展^[1]。

二、构建大学生职业生涯规划与就业能力提高的联动机制

（一）目标协同机制

高校在制定人才培养目标时会通过广泛调研行业报告、与

企业开展座谈以及分析教育部门发布的就业数据，全面考量行业趋势与社会需求，将就业能力培养巧妙融入人才培养的全过程。以工科院校为例，举例来说，机械工程专业引入工业互联网与智能制造相关课程，帮助学生毕业后快速适应产业升级。与此同时，高校将职业生涯规划目标与自身人才培养目标深度契合，构建贯穿大学四年的职业生涯教育体系。大一通过开展职业生涯启蒙讲座、组织行业认知参观等活动激发学生对未来职业的思考，大二引导学生参加职业测评，初步确定职业方向，并开设职业生涯规划课程，大三、大四针对学生不同需求提供求职技巧培训、就业政策解读等个性化指导，每个阶段都应设定明确的培养目标。高校通过入学教育、主题班会等多种途径引导学生在入学初期进行自我评估，帮助学生明确自身兴趣、优势以及职业目标。

（二）课程融合机制

高校打破传统课程界限，将职业生涯规划课程与专业课程、实践课程有机结合。在专业课程教学中融入职业规划与就业能力培养的内容，以计算机编程课程为例，教师在讲解编程语言的同时系统介绍程序员的职业发展路径，从初级程序员到高级工程师，再到技术主管或架构师的晋升过程。还会引入行业规范，如代码编写规范、团队协作流程等，使学生在学习专业知识的同时深入了解职业要求。高校精心设计跨学科的项目式课程，例如“智能健康产品设计”课程要求学生综合运用计算机科学、电子工程以及生物医学等多学科知识和技能解决实际问题。学生需要组成团队完成从产品创意构思、设计研发到市场推广的全流程。学生通过团队协作、项目汇报等环节不光能够锻炼沟通能力、团队协作能力和问题解决能力，还能将所学知识融会贯通，从而实现知识传授与能力培养的有机统一^[2]。

（三）实践联动机制

高校鼓励学生参与科研项目，设立大学生创新创业训练计划，支持学生申报课题。同时定期举办学科竞赛，举例来说，每年举办的“互联网+”创新创业大赛吸引众多学生参与，很多优秀项目成功孵化，为学生积累了宝贵的实践经验。高校通过校友资源、行业协会等渠道加强与企业的合作，建立校外实习基地。高校与企业共同制定实习计划，根据学生的专业和职业规划安排合适的实习岗位。

（四）评价反馈机制

高校构建包括学生自评、互评、教师评价以及企业评价在内的多样化评价体系，全面客观地评价学生的职业生涯规划和就业能力提高情况。评价指标包括专业知识、实践能力以及沟通能力等多个方面，确保评价结果的科学性和准确性。学生自评要求学生定期总结自己的学习和实践成果，分析自身的成长与不足，互评则通过课堂讨论等形式使学生相互评价，促进共同进步。教师评价不光关注学生的学习成绩，还会考察学生的创新能力等。企业评价从岗位胜任力、职业素养等方面对学生进行评估。高校将评价结果及时反馈给学生和教师帮助学生发现自身的优势和不足，明确日后的努力方向。教师依据评价结果调整教学内容和方法，优化教学过程。

三、联动机制实施的保障体系

(一) 组织保障

高校成立专门的职业生涯规划与就业能力提高工作领导小组，由分管校领导担任组长，成员包括教务处、学生处、招生就业处以及各学院等相关部门负责人。该领导小组负责统筹规划全校的职业生涯规划与就业能力提高工作，制定工作目标与实施计划，定期召开工作会议协调解决工作中出现的问题。举例来说，领导小组针对校企合作实习基地建设过程中遇到的场地、经费等问题，通过整合各方资源妥善解决。设立职业生涯规划与就业指导中心，配备专业的管理人员和指导教师，该中心负责开展职业测评、职业咨询以及就业指导课程教学和校企合作等日常工作。中心定期举办职业规划大赛、就业经验分享会等活动，为学生提供展示平台，营造良好的职业发展氛围。同时与各学院建立紧密的沟通机制，及时了解学生需求，针对性地开展工作。除此之外，高校鼓励各学院成立针对性的工作小组结合学院专业特点制定具体的实施方案，各学院工作小组负责落实学校的工作部署，组织开展具有专业特色的职业生涯规划与就业能力提高活动，例如专业技能竞赛、行业专家讲座等，确保联动机制在学院层面得到有效实施^[3]。

(二) 师资保障

高校加大对职业生涯规划与就业指导教师的培养力度，定期组织教师参加国内外的专业培训、学术研讨会和实践考察活动。通过培训提高教师的专业素养和业务能力，使其掌握先进的职业生涯规划理论和就业指导方法。建立校内导师与企业导师相结合的双导师制度，校内导师由具有丰富教学经验和专业知识的教师担任，负责学生的日常职业生涯规划指导和课程教学。企业导师

从合作企业中聘请具有丰富实践经验的中高层管理人员和技术骨干担任，定期为学生开展讲座、指导实习和项目实践。同时高校鼓励教师参与企业实践锻炼，定期安排教师到企业挂职锻炼，深入了解企业的运营模式、行业发展动态和人才需求。教师通过实践锻炼将企业实际案例引入课堂教学，丰富教学内容，从而提高教学的针对性与实用性^[4]。

(三) 制度保障

高校制定完善的职业生涯规划与就业能力提高工作管理制度，明确各部门和人员的职责分工、工作流程和考核标准。建立工作考核机制，定期考核各部门和教师的工作，将考核结果与绩效奖励、职称评定等挂钩，激励各部门和教师积极参与工作。出台相关激励政策，对在职业生涯规划与就业能力提高工作中表现突出的学生、教师和部门进行表彰和奖励。举例来说，设立“职业规划之星”“就业工作先进集体”等荣誉称号，对获奖者给予物质和精神奖励。高校对积极参与校企合作的企业给予一定的政策支持和社会宣传，增强企业的参与积极性。

三、结语

本研究系统分析大学生职业生涯规划与就业能力提升的紧密关联，构建起涵盖目标协同、课程融合等维度的联动机制，并提出组织、师资与制度方面的保障体系。虽然研究取得一定成果，但因样本范围和研究方法的限制，对部分小众专业和新兴职业的探索尚有不足。日后，期待更多研究拓宽样本广度与深度，进一步优化联动机制，帮助高校提高学生就业竞争力，促进大学生职业生涯良性发展。

参考文献

- [1] 曾盈,曹丹仪,朱华珍.劳动教育视域下大学生职业生涯规划发展路径分析[J].现代职业教育,2025,(06):41-44.
- [2] 郝菁婧,毛晶.基于职业生涯规划的大学生就业指导工作路径研究[J].成才之路,2025,(05):61-64.
- [3] 林志强.社交媒体对大学生职业生涯规划的影响分析及优化策略探究[J].科教文汇,2025,(03):65-69.
- [4] 杨轶,常冰.大学生职业生涯规划对就业指导的影响及对策研究[J].就业与保障,2025,(01):70-72.