

职规赛驱动下辅导员谈心谈话工作的创新 ——基于教练技术的高职生生涯指导模式构建

陈力成

广东省外语艺术职业学院, 广东 广州 510640

DOI: 10.61369/SDME.2025300019

摘 要 : 职业规划大赛(以下简称“职规赛”)作为高职院校推进生涯教育、提升学生职业发展能力的重要载体,为辅导员谈心谈话工作提供了全新的实践场景与创新契机。教练技术以其“以学生为中心”的核心理念,与职规赛的赛事目标高度契合。鉴于此,本文将从职规赛驱动下辅导员谈心谈话工作出发,分析当前工作中存在的问题,结合教练技术的核心工具与方法,构建一个新的高职生生涯指导谈心谈话模式,以此不断提升辅导员生涯指导能力,并提出一些策略。

关 键 词 : 职规赛; 辅导员; 谈心谈话; 教练技术; 生涯指导

Innovation of Counselors' Heart-to-Heart Communication Driven by Career Planning Competition — Construction of a Career Guidance Model for Higher Vocational Students Based on Coaching Technology

Chen Licheng

Guangdong Teachers College of Foreign Language and Arts, Guangzhou, Guangdong 510640

Abstract : As an important carrier for higher vocational colleges to advance career education and enhance students' career development competence, the Career Planning Competition (hereafter referred to as the "Competition") offers a brand-new practical scenario and innovative opportunity for counselors' heart-to-heart communication work. Coaching technology, with its core philosophy of "student-centeredness", is highly aligned with the objectives of the Career Planning Competition. In light of this, starting from the counselors' heart-to-heart communication work driven by the Competition, this paper analyzes the existing problems in the current practice, combines the core tools and methods of coaching technology, and constructs a new heart-to-heart communication model for career guidance of higher vocational students. This model is designed to continuously improve counselors' career guidance capability, and relevant implementation strategies are also proposed in the paper.

Keywords : career planning competition; counselor; heart-to-heart communication; coaching technology; career guidance

一、职规赛驱动下辅导员谈心谈话工作创新的意义

(一) 契合高职教育人才培养目标,助力学生全面发展

高职教育通常是以培养高素质技术技能人才为核心目标,不仅要求学生掌握更为扎实的专业技能,还需要他们形成较强的职业适应能力、可持续发展能力^[1]。职规赛作为生涯教育的重要载体,可以通过赛事筹备、作品打磨等环节倒逼学生主动探索职业方向、梳理职业路径。传统的辅导员谈心谈话多以问题导向为主,而基于教练技术的谈心谈话则是以赋能为核心,通过启发式提问激发学生的自我认知能力,这样可以更好的帮助学生在备赛过程中明确职业定位,有利于学生实现专业能力与职业素养的全面提升。

(二) 破解辅导员生涯指导困境,提升工作专业化水平

现阶段,辅导员队伍在生涯指导方面普遍存在专业化程度不足的问题,很多辅导员缺乏系统的生涯指导知识与技能培训,谈

心谈话等工作开展也多是采用说教式的沟通方式,难以有效激发学生的主观能动性^[2]。通过展开职规赛,可以让辅导员的生涯指导能力进一步提升,教练技术作为一种成熟的赋能工具,更关注不评判、不灌输,其核心工具如 GROW 模型等,这样可以为辅导员谈心谈话提供一个新的标准化操作框架,有利于辅导员摆脱传统说教式指导的困境。通过将教练技术融入职规赛备赛谈心谈话,辅导员可以在实践中积累更多生涯指导经验,有利于提升他们的沟通能力、启发能力等。

(三) 深化职规赛育人价值,构建生涯教育长效机制

职规赛的育人价值不仅体现在赛事本身,更在于推动生涯教育融入人才培养全过程,基于教练技术的辅导员谈心谈话能够将职规赛指导与日常生涯教育有机结合,教师可以通过常态化、个性化的谈心谈话持续跟踪学生的职业规划进展,从而帮助学生更为有效的解决在职业探索中遇到的问题^[3]。在备赛阶段,辅导员可以通过谈心谈话为学生提供个性化的指导,帮助他们更好的打磨

职业规划作品，这种“赛前指导—赛中跟进—赛后反馈”的闭环式指导模式能够进一步深化职规赛的育人价值，有利于实现生涯教育的个性化发展。

二、职规赛驱动下辅导员谈心谈话工作存在的突出问题

（一）工作定位模糊，核心目标偏离

部分辅导员对职规赛驱动下谈心谈话工作的定位认识不清，将其简单等同于“备赛辅导”，核心目标局限于帮助学生修改职业规划作品、应对赛事答辩，忽视了谈心谈话在激发学生生涯意识、提升自主规划能力方面的核心价值。这种功利化的定位，导致谈心谈话工作陷入“重赛事成绩、轻能力培养”“重作品修改、轻思想引导”的误区^[4]。

具体来看，部分辅导员在谈心谈话中，直接为学生确定职业方向、修改规划方案，甚至代替学生撰写职业规划作品，完全忽视了学生的主观意愿与自我探索过程。这种“包办式”的指导方式，不仅无法激发学生的自主规划意识，反而会让学生产生依赖心理，难以在备赛过程中提升自身的职业规划能力^[5]。同时，由于过度关注赛事成绩，辅导员在谈心谈话中往往只关注少数有竞争力的学生，对大部分普通学生的备赛需求与生涯困惑关注不足，导致谈心谈话工作的覆盖面不足，难以实现全员育人的目标。

（二）指导方法单一，沟通效果不佳

现阶段，很多辅导员在职规赛备赛谈心谈话中仍以传统的说教式方法为主，缺乏一个更为科学的沟通技巧与指导工具。在谈心谈话过程中，辅导员通常是占据主导地位，他们会过多地向学生灌输职业规划知识，忽视了学生的表达与反馈，这样就导致其很难准确把握学生的真实需求与困惑^[6]。此外，这种单一的指导方法难以有效激发学生的主观能动性，从而极大影响谈心谈话效果，很多学生往往会出现“左耳进、右耳出”的情况，他们无法真正理解职业规划的内涵。部分辅导员缺乏积极倾听、共情等沟通技巧，这样会导致其在谈心谈话中不能与学生建立良好的信任关系，很多学生都不愿主动倾诉自己的困惑，这样也会影响谈心谈话的效果^[7]。

（三）内容设计片面，针对性不强

职规赛备赛涉及职业认知、自我评估等多个方面，不同学生的专业背景、性格特点有很大的差异，他们的备赛需求与生涯困惑也各不相同。但是，当前很多辅导员在展开谈心谈话内容设计时往往缺乏针对性，通常是多采用“一刀切”的模式，这样就很难满足不同学生的个性化需求。很多辅导员的谈心谈话内容多集中在职业规划作品的修改上，对学生的自我认知、职业探索等问题关注不足^[8]。还有一些辅导员在谈心谈话中只围绕职业规划书的结构、内容等方面进行指导，忽视了引导学生梳理自身的兴趣、性格的关注，这样会导致学生的职业规划作品缺乏个性与可行性。不仅如此，部分辅导员的谈心谈话内容没有充分结合学生的专业特点与发展阶段，他们采用的统一的指导内容，这样会很容易导致指导缺乏针对性，难以有效解决学生的实际问题^[9]。

三、职规赛驱动下基于教练技术的辅导员谈心谈话工作创新策略

（一）明确工作定位，坚守“育人为本、赛事为辅”的核心目标

职规赛驱动下辅导员谈心谈话工作的核心定位可以从“以赛育人、以谈赋能”的方向入手分析，我们应坚守“育人为本、赛事为辅”的核心目标，这样可以更好的将谈心谈话与学生生涯发展全过程结合，我们除了要帮助学生提升职规赛备赛水平，还需培养他们的自主规划能力与职业素养^[10]。为此，辅导员要转变自身功利化的指导理念，摒弃“重成绩、轻育人”的错误认知，主动将谈心谈话的核心目标放在引导学生自我探索、明确职业定位等方面。在开展谈心谈话工作时，我们要充分尊重学生的主观意愿，鼓励他们主动探索自身的职业发展方向，不能直接代替学生做决定。不仅如此，我们还需进一步扩大谈心谈话的覆盖面，坚持全员育人、全程育人，除了要关注职规赛参赛学生，还需将生涯指导谈心谈话融入日常学生管理工作中，这样可以针对不同年级、不同专业的学生开展常态化的谈心谈话，从而有效帮助每一位学生树立正确的职业价值观，提升他们的职业规划能力^[11]。

（二）创新指导方法，运用教练技术构建赋能式沟通框架

教练技术的核心是通过赋能式沟通，这样可以更好的激发学生的潜能与自主意识。为此，辅导员应系统性学习教练技术的核心工具与方法，这样可以更好的将其融入职规赛备赛谈心谈话全过程，逐渐构建一个赋能式沟通框架，这样可以有效替代传统的说教式指导方法，从而大幅提升谈心谈话的沟通效果。积极倾听是教练技术的核心基础，也是开展有效谈心谈话的前提。辅导员在谈心谈话过程中要放下自己的预设与评判，全身心投入倾听学生的表达，除了要关注学生的语言内容，还要观察学生的语气、表情等非语言信息，这样才能更好的把握学生的真实需求与困惑^[12]。GROW 模型是教练技术中最常用的指导工具，这一工具主要包括目标（Goal）、现状（Reality）、方案（Options）、行动（Will）四个阶段，在明确目标（Goal）阶段，我们可以引导学生明确职规赛备赛目标，在分析现状（Reality）阶段，我们可以帮助学生梳理自身的优势、挑战，在探索方案（Options）阶段，我们可以引导学生思考解决问题的多种方法与路径，在确定行动（Will）阶段，则可以引导学生制定具体的行动计划并落实。

（三）优化内容设计，构建个性化、全覆盖的谈心谈话内容体系

结合职规赛备赛需求与学生生涯发展特点，我们可以遵循个性化、全覆盖的原则优化谈心谈话内容设计，构建一个涵盖自我认知、职业探索等多个方面的内容体系，这样可以更好的满足不同学生的个性化需求。针对不同年级的学生，我们可以分年级设计谈心谈话核心内容。针对大二的学生我们可以主要以职业认知启蒙为主，谈心谈话内容重点围绕专业认知、职业兴趣探索等方面，以此帮助他们更好的了解专业内涵与职业发展方向^[13]。对于大二的学生，我们可以将重点放在职业规划方面，谈心谈话内容可以重点围绕职业目标定位、职业路径规划等方面入手分析，以

此引导学生结合自身特点与行业需求，这样可以帮助他们制定一个更为科学合理的职业规划方案。对于大三的学生，我们可以将谈心谈话内容重点放在职规赛答辩指导、实习实训安排等方面，这样可以更好的帮助学生优化职业规划方案，提升他们的就业竞争力^[14]。此外，对于不同专业的学生来说，他们的职业发展方向、岗位需求有很大的差异，辅导员可以结合不同专业的特点精准设计谈心谈话内容。针对不同备赛水平、不同职业诉求的学生，我们可以展开分层次设计，保证谈心谈话内容的合理性、科

学性，这样可以实现更精准的赋能。对于职规赛核心参赛学生，我们可以将谈心谈话内容的重点放在作品打磨、答辩技巧提升等方面，辅导员可以通过一对一深度谈话、模拟答辩等方式帮助学生进一步优化自身的作品质量，这样可以大幅提升他们的赛事竞争力。对于普通备赛学生，辅导员可以将谈心谈话内容放在职业规划基础认知、作品框架梳理等方面，以此帮助他们掌握更多职业规划的基本方法，使其能够完成合格的职业规划作品^[15]。

参考文献

[1] 初云峰. 高校辅导员谈心谈话工作的理论框架与实践研究 [J]. 辽宁师专学报 (社会科学版), 2024, (06): 122-124.

[2] 欧阳丁. 焦点解决模式融入高职院校辅导员谈心谈话工作的实践应用 [J]. 福建轻纺, 2024, (12): 88-91.

[3] 王晓宁, 李厚仪. 焦点解决技术在辅导员谈心谈话中的应用 [J]. 吉林化工学院学报, 2024, 41(12): 34-38.

[4] 王新维. 运用心理咨询技巧增强辅导员与学生谈心谈话实效性研究 [J]. 大学, 2024, (34): 177-180.

[5] 李佳宁. 焦点解决模式在高校辅导员谈心谈话工作中的应用探究 [J]. 教育观察, 2024, 13(34): 116-119.

[6] 赵文俊. 叙事疗法视域下高校辅导员谈心谈话路径探析 [J]. 科教导刊, 2024, (33): 140-142.

[7] 德赛次姆. 辅导员谈心谈话中对学生情绪识别和引导研究——以心理咨询为视角 [C]// 北京大学出版社有限公司. 2024年新时代高校思政教育建设研讨会论文集. 西南民族大学; , 2024: 153-156.

[8] 郭瑾萧, 伏晓, 吴子傲, 等. 人工智能背景下高校辅导员与拔尖学生谈心谈话工作的创新研究 [J]. 宁夏师范学院学报, 2024, 45(11): 12-17.

[9] 罗海芸. 高校辅导员与学生谈心谈话中优化“语言运用”的研究 [C]// 河南省民办教育协会. 河南省民办教育协会2024年学术年会论文集 (上册). 西安培华学院; , 2024: 125-126.

[10] 娄婧璇. 高校辅导员谈心谈话工作的道与术——心理咨询技巧在谈心谈话中的运用探索与模型探究 [J]. 科学咨询, 2024, (21): 253-256.

[11] 高艺鑫. 个案工作视角下辅导员谈心谈话工作实效性提升研究 [J]. 科教导刊, 2024, (30): 93-96.

[12] 王坤, 莫清亭. 高校辅导员谈心谈话满意度及影响因素探析 [J]. 河南教育 (高教), 2024, (10): 45-47.

[13] 杨红丽, 杨立琴, 韩峰. 时代新人视域下高校辅导员谈心谈话工作探析 [J]. 山西大同大学学报 (社会科学版), 2024, 38(05): 122-126.

[14] 焦慧洁. 高职院校辅导员谈心谈话模式重构与实施路径——基于大思政视角 [J]. 淮北职业技术学院学报, 2024, 23(05): 73-75.

[15] 张菁. 非暴力沟通视域下增强辅导员谈心谈话实效性的三维度 [J]. 产业与科技论坛, 2024, 23(20): 246-248.