

# 大学生职业心理辅导体系建设研究

何龙山

(常熟理工学院数学与统计学院, 江苏常熟, 215500)

**[摘要]** 当前就业形势下, 系统地进行大学生职业心理辅导研究, 有助于大学生树立正确的择业心态, 明确职业定位, 缓解心理压力, 做好择业前的心理准备, 增强择业信心。从梳理和介绍职业心理辅导的国内外研究与发展入手, 分析和探讨了大学生职业心理辅导体系建设的培养目标、课程教学、实践活动、师资队伍、测评建设、外部环境和效果评估等七个方面的具体内容, 从学生、规范、时代、实效四个维度进一步阐述了大学生职业心理辅导体系构建的四个基本原则, 最后, 就统一认识、师资队伍、方式方法和特色教材等方面进行了理性思考。

**[关键词]** 大学生; 职业心理; 职业心理辅导; 体系建设

**[中图分类号]** G448 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1674-893X(2012)05-0058-03

随着高校毕业生就业竞争的日趋激烈、用人单位对人才需求标准的不断提高, 毕业生就业的心理压力也越来越大, 不能正确认识自我、缺乏明确的职业生涯规划 and 职业定位, 不能正确表达自我、缺乏择业的自信和勇气等成为当前大学毕业生求职突出的心理问题。因此, 大学生就业指导和服务工作中加强职业心理辅导显得尤为必要。大学生职业心理辅导是运用现代心理辅导技术和手段为大学生介绍职业分类、职业特点、职业要求, 了解职业兴趣、职业能力、职业价值观, 预测职业发展, 协助个人与职业匹配, 提供人才测评, 求职心理调适, 介绍求职技巧, 帮助职业适应以及启发自助的过程<sup>[1]</sup>。

当前就业形势下, 系统地进行大学生职业心理辅导研究, 建立健全大学生职业心理辅导体系, 有利于帮助大学生树立正确的择业心态, 明确职业定位, 有利于大学生确立合理的择业期望值, 做好择业前的心理准备, 有利于大学生增强择业的自信心, 缓解就业心理压力, 促进人职匹配, 促进资源的合理配置, 促进学生的全面发展, 以实现和谐就业。

## 一、职业心理辅导的研究与发展

### 1. 国外的相关研究与发展

国外职业心理辅导的发展以美国最为典型。19世纪末, 美国快速成为主要的工业国家, 促成了职业心理辅导在美国的产生。职业心理辅导主要有以下几个阶段:

第一阶段(1894-1917年), 职业咨询服务产生。职业心理辅导开始服务于城市化和工业化的社会。1894年, 梅内尔在旧金山加利福尼亚工艺学校开始了最早的职业辅导实践。心理测试开始应用于职业辅导中。职业辅导逐渐为人们所接受。第二阶段(1918-1938年), 中小学的教育指导成为焦点。1927年, 斯坦福大学的斯特朗发表了第一个标准化职业兴趣测量表。1928年, 豪尔发布特殊性向测验, 强调个人特质与工作需要相结合。第三阶段(1939-1957年), 系统化理论开始出现, 职业心理辅导工作的焦点转向大学及对咨询人员的培训。1942年, 卡尔·罗杰斯《心理咨询和心理疗法》一书的出版, 标志着职业心理辅导由传统的以指导者为中心向当事人为中心转变。第四阶段(1958-1983年), 职业心理辅导的兴盛时期。不同流派的心理学家为职业科学的发展作出了重大贡献, 推动了职业心理辅导的蓬勃发展。第五阶段(1984年-至今), 职业心理辅导发展的全新时期, 从学校到择业的过渡成为焦点。这一时期, 职业心理辅导逐步国际化, 多元文化背景的职业心理辅导开始出现。人们对现代心理测试技术的应用不断复杂化, 职业心理辅导的理论趋向成熟<sup>[2]</sup>。

### 2. 我国的相关研究与发展

我国的职业心理辅导工作起步比较晚, 却已得到教育和人事劳动部门的普遍关注和重视。1916年, 清华大学校长周寄梅先生首次将心理测试的手段应用于学生选择职业中, 这标志着职业心理辅导

**[收稿日期]** 2012-08-29

**[作者简介]** 何龙山(1978-), 男, 安徽和县人, 常熟理工学院讲师, 基础心理学硕士, 主要研究方向: 大学生思想政治教育, 职业心理辅导。

在我国开始建立。1917年，中华职业教育社成立。黄炎培等老一辈教育家从介绍西方国家职业指导的理论和经验入手，结合当时的经济与社会状况，强调了在我国开展职业指导的必要性。1931年9月21日，成立了全国职业指导机构联合会。新中国成立后，实施了劳动预备制度，从某种意义上说，它带有职业辅导的性质。1994年，劳动部颁发了《职业指导办法》，明确规定职业介绍机构应开展职业指导工作，配备专兼职职业指导员。同时，国家教委颁发了《普通中学职业指导纲要》，正式在普通中学引进职业指导，这样，以就业指导为重点的职业心理辅导成为我国教育的重要组成部分。

进入二十一世纪，国内学者对大学生职业心理辅导从不同的方面进行了相关研究。周详（2001）从我国大学生就业心理特点入手，对大学生就业的心理教育与辅导进行探索。陈社育（2003）主编的《大学生职业心理辅导》教材较为系统地阐述职业心理辅导的概念、任务和意义。卢晓红（2004）针对当代中国大学生的职业心理特点和辅导任务，对大学生职业心理辅导的相关问题进行了探析，并提出了开展职业心理辅导的方法和途径。周仲瑜、彭晓玲（2006）通过问卷调查，分析了学生由于学历、性别等方面的差异所形成的不同职业心理。彭晓玲、周仲瑜、段礼祝（2006）通过抽样调查发现：50%以上大学生缺乏面试技巧、存在攀比心理；28%至39%大学生在专业兴趣、职业价值观、自我意识、社会适应、能力等方面存在一定问题，并存在焦虑和从众心理；20%左右大学生存在挫折耐受力差、依赖、自卑、嫉妒、恐惧等心理问题。不同的研究角度丰富和发展了职业心理辅导在我国的发展。

## 二、大学生职业心理辅导体系建设的具体内容

职业心理辅导不同于传统的就业指导，是对传统就业指导思想的超越，在帮助当事人分析自身职业选择和职业发展的基础上，提高当事人的自我决策能力。因此，大学生职业心理辅导体系建设的基本内容可涉及以下方面。

### 1. 大学生职业心理辅导的培养目标

大学生职业心理辅导的目标是培养大学生积极健康的择业心态，帮助大学生通过运用相关职业心理辅导理论和参与职业心理辅导实践活动，提高就业竞争力，应对就业压力，做好择业前的心理准备，以实现最佳人职匹配。

### 2. 大学生职业心理辅导的课程教学

课程教学是大学生职业心理辅导理论知识传输的主渠道。无论是教师还是学生对这一领域比较

陌生，只有加强大学生职业心理辅导的理论教学，才能做好其他相关工作。职业心理辅导课程教学的主要内容可包含：认识自我、了解自我、发现自我；认识职业世界；寻求最佳人职匹配；促进职业适应与自我塑造；自我完善和自我实现等方面。

### 3. 大学生职业心理辅导的实践活动

大学生对职业的了解大多停留在理性认识上，对职业心理的认识更是如此，加强大学生职业心理辅导的实践活动建设，可以帮助大学生从感性层面上更清楚地了解职业心理辅导的真正内涵。实践活动可结合学校的特点和各方面的资源来开展，比如团体心理辅导、个体心理辅导、职业心理素质拓展训练、求职心态调适等专题讲座或报告、职业心理沙龙、通过深入用人单位或岗位现场来进行实践体验等。

### 4. 大学生职业心理辅导的师资队伍

专业化的师资队伍对大学生职业心理辅导工作的开展起着至关重要的作用。从事大学生职业心理辅导工作的老师不能仅仅等同于从事学生工作的一线人员。他们不仅要有较高的职业素质、具有丰富的实践经验和工作阅历，而且也要具有心理学、教育学等专业背景，能及时、准确发现学生遇到的职业心理困惑，并有效地帮助解决。因此，专业化的师资队伍建设十分必要，对于高校而言，需要专门引进相关人才或重点培养适合从事并能够胜任大学生职业心理辅导工作的师资队伍。

### 5. 大学生职业心理辅导的测评建设

职业心理测评通过对大学生职业发展潜能、职业价值观、职业兴趣等方面的测试，帮助大学生客观和全面地认识自己，进行职业生涯规划设计与咨询，为人生之旅答疑解惑，帮助大学生寻求自己最佳的职业发展之路<sup>[3]</sup>。大学生职业心理辅导的测评内容主要包括职业心理测试和职业生涯规划测评，其中，职业心理测试，通过对大学生职业发展潜能、职业价值观、职业兴趣、职业气质、职业性格、职业兴趣、职业能力、职业定位等方面的测试和分析，帮助大学生客观全面地认识自己。通过职业生涯规划测评，让学生对自己的职业特点和个性特征有所了解，并以此为依据规划自己的职业生涯，进行准确的职业定位，确立合适的职业目标。

### 6. 大学生职业心理辅导的外部环境

大学生职业心理辅导需要紧密结合社会的发展，根据用人单位对人才的需求标准实时进行方式方法和内容等方面的调整。重点探索社会经济环境和用人单位岗位需求对大学生职业心理辅导的影

响, 社会形势变化和发展给大学生带来的就业心理压力, 就业形势与大学生职业心理辅导方式方法之间的关系等。

#### 7. 大学生职业心理辅导的效果评估

大学生职业心理辅导的效果评估可通过问卷调查、座谈会、个别访谈等形式进行, 实施对象可以为在校大学生、毕业生、用人单位等, 多种方式、多个层面、多个角度了解大学生职业心理辅导的实际效果, 探索职业心理辅导的推广程度和适应范围。

### 三、大学生职业心理辅导体系构建的基本原则

#### 1. 以学生为本, 坚持个性化发展

职业心理辅导体系的构建需要以学生为本, 切实符合学生的实际需要, 能够帮助学生树立正确的择业心态, 同时在具体内容和方式的设置上坚持个性化发展, 做到因材施教。职业心理辅导是一个教育和培养的过程, 不仅要让学生对职业心理辅导理论有所掌握, 更重要的是在学校教育的全过程中培养学生良好的职业心理素质和自我调适能力。

#### 2. 以规范为依据, 坚持专业化操作

职业心理辅导是一门专业化较强的工作, 有自己的理论和方法, 需要专门按规范进行操作, 需要按章办事、按程序行动、按实际操作。担任职业心理辅导工作的老师应具有一定的专业背景和经历, 切实能为学生提供心理援助。

#### 3. 以时代为主线, 坚持现实化需求

不同时期, 学生特点不同, 面临的职业环境不一样, 择业过程中遇到的心理问题也表现各异。职业心理辅导工作的开展需要紧密结合社会的发展和时代的需求。最大程度地根据学生的实际情况开展职业心理辅导, 满足学生职业发展的现实需要。脱离时代主题、脱离现实需要、脱离个性差异, 职业心理辅导工作就失去活力和效果。

#### 4. 以实效为目标, 坚持科学化评价

职业心理辅导旨在树立个人的主体意识, 通过辅导使个人在正确认识自我, 全面了解

职业世界的基础上, 形成与发展个人的职业观念, 它既能有效地帮助个体进行合理的生涯规划, 又能弥补和完善个体心理或能力上的不足。<sup>[4]</sup>因此职业心理辅导需要讲究实效, 切实符合学生的需要, 同时应探索科学化的评价手段, 不断丰富和发展评价体系, 充分了解职业心理辅导工作的实际效果和作用。

### 四、大学生职业心理辅导体系构建的途径

#### 1. 形成职业心理辅导的统一认识

目前关于大学生职业心理辅导的研究并不多, 而且也不太具有系统性, 研究成果对于大学生职业心理辅导实际工作的开展具有指导性的价值不是很大, 对于有些理论的探讨还处于研究阶段, 这也阻碍了大学生职业心理辅导的深入开展。目前, 高校基本都开设就业指导课程, 但多数偏重于大学生职业生涯规划教育和求职面试技巧, 而忽视了心理辅导的内容, 即使有也只是泛泛而谈, 简单介绍求职心态及其调适, 缺乏系统性、深度和高度, 对职业心理辅导作为就业指导重要部分的认识不够, 同时, 相关领导的重视程度也不够, 势必会影响职业心理辅导工作的发展和推进。

#### 2. 强化职业心理辅导的队伍建设

开展大学生职业心理辅导工作, 对教师队伍提出了很高的要求。教师既要了解就业政策、就业形势、就业程序有足够的了解, 具有丰富的指导学生求职就业的经验, 又要对心理学、社会学等学科知识有较多的研究, 能经常性地开展毕业生的就业指导、咨询、推荐和服务工作, 并能开设一定的讲座和课程, 帮助学生掌握求职的知识和技能。<sup>[5]</sup>引进心理学、高等教育学、人力资源管理等专业背景的工作人员, 或重点培养一批有意从事职业心理辅导工作的学生管理教师队伍势在必行。应鼓励教师参加职业指导师资格认证考试、心理咨询师资格认证考试, 取得职业指导师、心理咨询师国家资格证书, 确保职业心理辅导师资力量的充足与稳定。逐步建立持证上岗制度, 促进职业心理辅导师资走向专业化、职业化。着力提高队伍的理论水平、政策水平和业务水平, 从而提高从业素质。建设一支素质高、业务精、有爱心、乐于奉献的教师队伍成为职业心理辅导工作成败取得的关键要素。

#### 3. 创新职业心理辅导的方式方法

大学生职业心理辅导体系构建不同于一般的体系建设, 它需要学生本人、高校教师、家长和用人单位或社会来共同完成, 所以在大学生职业心理辅导体系建设的方式方法上需要创新, 需要寻求一种即适应高校人才培养又满足社会需求的理论体系和实践体系, 需要寻求一种学生能够接受的又具有较好效果的职业心理辅导方式和内容, 需要寻求一种学生本人和就业岗位的最佳匹配结合点。职业心理辅导需要始终以积极就业心态或创业心理素质培养为出发点, 帮助学生树立自信心, 养成良好的择业或创业心理素质。

#### 4. 编写职业心理辅导的特色教材

目前, 关于大学生职业心理 (下转第 63 页)