

# 试析大学生职业成熟度的培育\*

郑江锋

(西昌学院,四川 西昌 615013)

**【摘要】**我国大学生职业成熟度不高,这对他们今后的职业生涯相当不利,如何提高大学生的职业成熟度是社会、学校、家庭需要高度关注的一个重要课题。除了大学生要努力提高自身素质外,还要加强政府和社会的宏观调控作用,对大学生进行职业心理指导和培训,发挥家庭的导向作用。

**【关键词】**大学生;恋爱;压力调适

**【中图分类号】**G647.38 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1673-1883(2013)03-0132-03

研究表明,我国大学生职业成熟度不高,这对他们今后的职业生涯相当不利。如何提高大学生的职业成熟度是社会、学校、家庭需要高度关注的一个重要课题。

大学生职业成熟度不高的原因:对想从事的职业所需专业知识掌握较少是其成熟度不高的首要原因;其次是职业世界知识和人际交往的策略性知识缺乏,职业规划实施技巧欠缺。另外,大学生职业成熟度因年级、性别、专业及父母的文化程度、城乡来源、是否独生子女、是否兼职、是否参加社团等因素而有差异。

总之,大学生职业成熟度除了受个体因素影响以外,还受社会环境因素的影响。因此,要提高他们的职业成熟度就要从这两方面以及二者的交互作用来考虑对策和措施。

## 一、分析现实,尽早确立自己的职业理想,主动提高自身综合素质

### (一)认真学习想从事职业的专业知识

第一,要明确学习目的,树立为职业生涯而学习的观念。从某种意义上讲,大学的学习目标是择业。对于绝大多数学生而言,大学是就业前的最后一站,学习是为今后的职业生涯做准备。要严格要求自己,因为学习是学生的首要任务,要处理好学习与其他事项的关系,一定不能误了学业。

第二,大学生要按照市场需求设计学习内容,使知识结构、能力结构与市场需要对接。目前市场对单一的知识结构需求较少,特别是对工具性的学科需求更少,市场所缺的是“一专多能”的复合型人才。因此,大学生一定要在学好专业知识的同时,积极主动地去学习有关以后所从事职业的专业知识,并与同学多进行交流讨论,这有利于扩大自己的视野,增强自身专业水平,从而为将来找到自

己理想的工作打下坚实的基础。

### (二)尽早确立职业理想和职业观念,增强职业意识

大学生要尽可能早地结合自己的实际情况,积极规划想要从事的职业。对于大学一二年级的学生来说,由于他们的职业成熟度发展缓慢,所以更要多思考自己适合从事什么样的工作,要早动手,经常向师兄师姐咨询就业方面的情况和问题;大三职业成熟度发展的关键期,因此这一时期既要加强专业知识的学习,又要多搜集招聘信息,积极、主动地多与招聘单位接触;对于大四学生来说,面试之后要及时总结,不断吸取经验教训,了解求职技巧,进而提高面试的成功率。

### (三)结合个体实际,根据社会需要塑造自我

职业成熟度高的学生,应该具有清晰的自我意识和独特的自我发展系统。通过学习、思考和丰富的社会实践,真正了解和把握自身的志趣、性格、气质、能力、素质等基本状况。脚踏实地从基层和小事做起,这对改善我国目前大学生职业心理健康状况有十分重要的意义。大学生一方面需要在长期的学习和生活实践中逐渐积累经验,完善自我;另一方面还要在解剖自我、反思自我的前提下,不断获取认识生活和学习的新视角。要有一种不断进取、接受挑战的精神,不断寻找机遇,寻求“高峰体验”,要善于寻求催化自我成功的刺激物,善于变化行为方式,使学习和生活丰富多彩。

### (四)建立良好的人际关系

大学生要养成尊重别人、真诚待人的好习惯。树立正确的自我意识,能正确认识和评价自己,既不自卑也不自负,从而保持与人交往的良好态度。除了要完善自己的个性品质外,还要加强交际语言的学习,提高语言素养,善于表达。交往中人们的举手投足、抬眼、扬眉都在传情达意,不论是口语还

收稿日期:2013-04-18

\*基金项目:四川省教育厅资助项目(12SA111);西昌学院科研课题(135QS39)。

作者简介:郑江锋(1968-),男,硕士,助理研究员,长期从事思想政治教育研究工作。

是体态语都在传递信息。

大学生说话应特别注意忌夹枪带棒、尖酸刻薄、挖苦讽刺、言不由衷、故弄玄虚,并且千万别拉长着脸说话。同时要善于运用准确、恰当的语言来表达自己的观点和看法。言行举止得体就会使人产生美感,就会受人欢迎。

## 二、高校要重视对大学生进行职业心理指导和培训

### (一)强化大学生的职业规划意识

首先,高校领导要转变将学科建设、师资队伍建设、引进人才作为工作的重中之重的观念,对大学生职业规划,在涉及大学生职业规划的经费投入、关注程度和宣传力度等方面要给予足够的重视。要彻底改变把职业规划纯粹理解为找工作的观念,要改变大学就是大学,尤其是大一、大二是不用考虑职业问题的,考虑职业问题理所当然的时间为大四的观念。要在学校设立职业规划课程,通过系统化、长期化的职业规划课程,使职业规划意识深深扎根于每一位学生的脑中,使其落实在行动上。学校也要善于妥善安排学生的课程,尽量做到课程反应社会发展的需求,在传授知识的同时更要注重培养学生的能力和综合素质。

其次,利用专门的职业能力测评试题对大学生进行实际测试,例如霍兰德职业性向测验量表,使学生了解自己的特点以及所匹配的职业类型,让他们对自己的职业规划早日做好充足的准备。

再次,要为学生提供个性职业规划指导。不同的大学生有不同的专业,不同的智力基础,不同的性格特点,不同的家庭背景,不同的文化水平,这些都使大学生的个性有所不同。不同的个性适应于不同的职业,因此必须对大学生提供个性化职业规划指导。

### (二)推广职业指导和职业心理咨询,并不断创新

在学校,就业指导工作应该从毕业班向低年级辐射,把就业指导贯穿于大学学习,为毕业生和社会提供一流的服务和一流的就业平台,帮助大学生认识自己、认识社会、做好职业生涯发展规划。通过就业指导和服务,帮助毕业生掌握一定的择业技巧,使其学会善于利用市场信息,善于在就业市场中“推销自己”,通过市场落实就业单位。实现从单纯追求就业率到追求就业竞争能力的转变,培养学生可持续发展的就业竞争能力。

### (三)引导学生积极参与社会实践和兼职活动

首先,学校可以通过各种渠道向学生传授选择

兼职的方法,以及选择从事与自己专业相关的兼职工作的益处;帮助学生搜集职业发展信息,具体到每个行业、每个地区,每学年提供职业发展信息报告。

其次,学校应该尽量为学生落实相关实习单位,当然这种实习不仅仅局限在大学四年级,在低年级中亦可以开展适当的活动。在重视发展学生能力的同时,要鼓励学生掌握好坚实的职业决策知识和专业知识,同时要经常开展不同专业不同性别学生之间的针对职业问题的交流,以利取长补短,相互帮助。

## 三、加强政府和社会的宏观调控作用

政府要加大扶持力度,把扶持毕业生自主创业作为开拓就业渠道、促进经济发展的重要措施,引导和帮助更多的大学毕业生实现自主创业。如果政府能够有效地进行引导与调控,通过制度设计或制度变更,让市场来实现人才资源的最优配置与利用,大学生就业问题是能够得到解决的。

## 四、家庭的导向作用

### (一)积极转变就业观念

积极转变就业观念,是增强大学生职业心理健康的有效途径。广大家长应清醒认识到,如今高等教育已进入“大众化”时期,就业难并非无业可就,而是必须转变自己的传统观念,从而调整孩子价值实现的理念。家长应主动降低对孩子的过高期望,用丰富的社会生活经验,教育鼓励子女到社会真正需要他们的地方去工作。

(二)积极主动地给子女提供有关职业选择的信息、途径和方法,引导其自由择业,父母要多关注当今学生的就业形势、就业渠道,这利于给孩子指引正确的就业方向。

父母和学生一起了解职业发展信息,一起参与职业指导活动,这样既可以降低父母的过高期望,又可以鼓励父母的过低期望。此外,家长不应该干涉子女的择业自由,给子女提供职业抉择的机会、自由和权利。

(三)家长要密切关注孩子的择业心理,并及时进行疏导

家长要主动关心毕业生择业期间的心理变化,给子女提供心理上的帮助和支持,缓解他们的心理压力,使他们有积极、健康的择业心态。对于来自城市和农村的学生,因为家庭所处的环境不同,很可能造成他们职业成熟度的很大差异,因此对于父母而言,要培养城市孩子和独生子女的职业决策态

度,特别是独立性,减少其依赖性;对于农村孩子来说,要打破其消息闭塞的弱点,多鼓励孩子了解职业世界的知识,使他们能够在找工作的过程中对各行各业有所了解。此外,学校、家庭和社会合作,加强三方面经常性的沟通和交流也具有非常重要的意义。

总之,大学生职业成熟度的提高是一个系统工程,不仅需要大学生自身的努力,而且需要家庭、学校和社会的积极参与,给予大学生积极正确的指导和辅助,使大学生能够树立正确的职业观念,尽早做好职业规划,积极主动自信地去应聘社会工作岗位,进而发挥自己的聪明才智。

**注释及参考文献:**

- [1]孟续铎.2006年北京地区大学应届毕业生职业价值观调查研究[J].人口与经济,2007.1.
- [2]凌文铨等.我国大学生的职业价值观研究[J].心理学报,1999.3.
- [3]张智勇等.中国大学生职业成熟度量表的信度与效度[J].西南师范大学学报(人文社会科学版),2006.5.

## Analysis on the Cultivation of Undergraduates' Vocational Maturity

ZHENG Jiang-feng

(Xichang College, Xichang, Sichuan 615013)

**Abstract:** The low vocational maturity of Chinese undergraduates is not good for their future career. It is a significant issue for our society, colleges, and families to concern how to improve the undergraduates' vocational maturity. College students should improve their own quality. Meanwhile, our government and society should enhance the effect of macro-controlling; our college students should receive professional psychological training; and our families should play their leading role.

**Key words:** College Students; Love; Pressure Adjustment

(责任编辑:周锦鹤)

(上接 126 页)

## Review of the Research on the Problem of College Students' Socialization

WANG Guang-guang<sup>1</sup>, ZHAO Peng-cheng<sup>2</sup>

(1.College of Education, China West Normal University, Nanchong, Sichuan 637009; 2.College of Management, China West Normal University, Nanchong, Sichuan 637009)

**Abstract:** Social adaptability of college students is a great concern to the state and society in China. By launching a number of valuable studies on the college students' socialization, scholars propose to optimize the college students' planning by using campus culture as the carrier, turn knowledge and skills socialized by making the best use of the teaching channels of classroom and realize the college students' self-socialization through strengthening media-oriented guidance as well as participating in social practice activities and community activities. All of the research results provide a value reference to the later research scholars.

**Key words:** Man's Socialization; College Students' Socialization; School Education; the Research Review

(责任编辑:周锦鹤)