

基于 OBE 理念和 PBL 教学法的大学生职业生涯规划课程教学探索

黄贤君

(安徽工程大学,安徽芜湖 241000)

[摘要]职业生涯规划课程是大学生掌握职业规划技能,合理规划职业生涯,实现更好就业的重要途径。当前面对新变化、新形势、新要求,以学生为中心,以问题为导向,运用 OBE 理念和 PBL 教学法新型课堂教学模式,运用“反向设计”思路,构筑目标确立—问题(案例)预设—解决问题—交流展示—评价反馈—反思改进的教学实施路径,以注重学生自主学习和实践能力培养,可以更有效地促使大学生理性规划未来,自觉提高生涯管理能力和就业能力,让大学生职业生涯规划课程取得实效。

[关键词] OBE 理念; PBL 教学法; 职业生涯规划; 教学设计

[中图分类号] G712; G61 **[文献标识码]** A
doi:10.3969/j.issn.2096-711X.2026.04.026

[文章编号] 2096-711X(2026)04-0076-03

[本刊网址] <http://www.hbxb.net>

自 2022 年高校毕业生人数首次突破 1000 万,每年高校毕业生人数仍在不断增加。根据相关机构数据,2025 年高校毕业生人数将超过 1200 万,由此带来的就业压力也在逐年增大。面对“就业难”的现实形势,考研考公、慢就业等毕业生群体的比例在逐年攀升。造成高校毕业生复杂就业现状的因素有很多,大学生在校期间的职业生涯规划意识不清和能力不足无疑是一个重要因素。近年来,教育部门、高校乃至社会层面逐渐意识到大学生职业生涯规划的重要性,开始有针对性、有组织地对大学生进行职业生涯规划教育,培养大学生职业生涯规划意识和技能。大学生职业生涯规划课程作为提升大学生职业生涯规划能力的主阵地,如何建设好课程,发挥好课程作用,达到课程目标值得不断深入探讨。

《普通高等学校本科教育教学审核评估实施方案(2021—2025 年)》将坚持推进改革作为一项基本原则,要求强化学生中心、产出导向、持续改进,这与 OBE 理念(Outcome-based Education)以及 PBL 教学法(Problem-based Learning)高度契合,在大学生职业生涯规划课程中引入 OBE 理念和 PBL 教学法,对提升大学生职业生涯规划课程质量,更好实现课程目标起到积极作用。

一、OBE 理念和 PBL 教学法的教学模式

OBE 理念(Outcome-based Education)最早由美国学者 William G. Spady 提出,其核心内涵是以产出(成果)导向,学生为中心的课程建设理念。基于 OBE 理念的课程设计以课程目标的设定为前提,以目标反向设计课程内容、教学方法和教学评估。OBE 理念在高校课程教学中的广泛运用,让高校教师更加以学生为中心,注重学生学习效果和能力的培养,注重运用逆向思维,将课程目标与国家、社会以及学生个人的需求相结合,做好顶层设计,在课程目标的牵引下制订详细的课程教学方案,再评估、改进,不断提升课程质量,实现

设定的课程目标。PBL 教学法,或称问题导向教学法,是一种以问题为导向、以学生为中心,根据课程目标设置拟要解决的实际问题,让学生发挥主动性去思考、分析和讨论,提高学生自主分析问题、解决问题的能力,注重激发学生在解决问题中探索和合作,从而提升教学效果,实现课程目标。由此可见,OBE 理念和 PBL 教学法出发点具有高度一致性,都是以学生为中心,强调发挥学生的主体作用。OBE 理念从宏观上为课程做好顶层设计,预设课程目标,而 PBL 教学法则是达成这些课程目标的具体教学实施方法。在课程中将两者融合使用,既可以用 OBE 理念为 PBL 教学法指明目标方向,让教学实施更加具有针对性,又可以通过 PBL 教学为 OBE 理念提供真实具体的教学实践案例和数据,为进一步优化课程目标提供支持。

二、大学生职业生涯规划课程教学现状与学情分析

(一)课程教学现状

近些年来,“最难就业年”的频频出现以及大学生“慢就业”、不就业和“佛系”“躺平”等现象成为社会热门话题,具有教育引导大学生确立积极的职业目标、树立正确的职业观念、提升职业适应力、竞争力等作用的大学生职业生涯规划课程越发受到高校和社会的关注。目前,大多数高校已将大学生职业生涯规划课程纳入教学体系中,作为通识必修课开设。一些高校制定了系统的理论课程内容,分阶段、分层次地开展新生入学教育、专业认知教育到就业创业指导等。也有些高校注重课程的实践教学,与校外实践基地、企业和政府等单位合作,开展寒暑假实践、实习和志愿服务活动等,让学生在实践中探索职业目标。

整体来看,大学生职业生涯规划课程内容日臻完善,教学方法系统多样,取得了较好教育成效。当然,目前大学生职业生涯规划课程建设仍然存在短板:一是课程建设重视度不

收稿日期:2025-8-11

基金项目: 本文系安徽省社科规划项目“一体化推进大中小学劳动教育的内在机理与实践逻辑研究”(项目编号: AHSKQ2023D074);安徽省高等学校社会科学基金项目“‘后喻文化’时代下高校思想政治教育话语权创新研究——以安徽工程大学‘三全六专’工作为例”(项目编号:2023AH050895);安徽工程大学党建和思想政治工作研究课题“‘后真相’时代高校网络意识形态安全及其应对策略研究”(项目编号:2025ds013);安徽省大学生创新创业训练计划项目“芜湖市大中小学思想政治教育一体化实践研究”阶段性成果。

作者简介: 黄贤君(1989—),男,安徽六安人,安徽工程大学讲师,主要从事思想政治教育、职业规划与就业指导研究。

够。在课程教学管理方面,一些高校将大学生职业生涯规划课程建设和管理交由学工部门负责,学工部门由于不是专门教学单位,缺乏教学管理经验,往往又将课程开设和教学管理委托给文科类二级学院具体负责,导致课程教学编制和管理松懈。在课程师资方面,大学生职业生涯规划课程授课教师一般由学生处、团委和辅导员等学工队伍教师担任,且没有形成教学系部或教研室等实体教学组织,教学队伍力量相对薄弱。在课程设置方面,不能有效解决专业先导(前沿)课程、就业创业课程和职业生涯规划课程的衔接融合问题,同时也存在教学课时少,教学班人数过多,难以开展实践教学等情况。二是课程内容陈旧笼统。大多数高校拘泥于教学资源不足,为了满足面向全体学生开设规划课,课程内容只能试图解决学生共性问题,无法结合学科专业和学生特点,课程内容缺乏针对性和前瞻性,同时教材的使用不够规范,目前尚没有针对高校学生的国家级/省级规划教材,也没有高校师生普遍较为认可和使用的教材,各高校大多自选或者自编教材,教材质量参差不齐,难以掌握。三是课程教学实践性不足。限于教学理念、教学资源和师资力量等主客观因素,目前职业生涯规划课程教学偏理论,教授学生测试兴趣、性格、能力和价值观的常用方法以及职业生涯规划书的撰写等,难以开展诸如模拟职业场景、项目式小组合作、企业参观实习以及以赛促学等形式。四是课程评价方式单一。对于学生的学习评价,多以撰写课程论文或者职业生涯规划书为依据,缺乏过程性评价,同时也缺乏反馈机制,学生难以获得个性化指导。同时对于教师的教学评价,也多以教务系统学生评分和督导组评分为主,少有建设性的意见和建议,对课程教学的改进和提升帮助有限。

(二)学情分析

一是大学生职业认知存在局限性。大学生并未真踏入职场,未能对职业有详细且深入的调研,对于职业的具体认知有限,停留于表面。所以,也难以准确锚定未来职业对从业者知识、能力和技能等要求来发展自身的相关素质,往往出现过高或者过低评估自身综合素质的情况,难以精准定位未来职业方向。二是学习动机和需求急切化。随着就业市场竞争日益激烈,大学生群体也逐渐意识到提前认知职业生涯,确定职业目标并制定计划的重要性,希望能够借助课程探索职业兴趣、职业能力和价值观等,了解不同行业领域的发展前景、能力要求等,期望在大学期间能“对症下药”,少走弯路,合理规划学业,培养能力和技能。同时,也希望职业规划类课程能够多一些实践教育,可以真实体验职场生活,能够与本行业具有代表性的职场人士交流互动,可以进一步确定自己的职业方向,找到真正热爱且适合自己的职业。三是学习风格个性化多样化。新时代大学生是互联网的原住民,互联网的使用是他们早已习惯信息接收方式的多样性,对于传统灌输式的教学课堂兴趣不高,尤其像职业生涯规划等注重实践能力培养的课程,学生们更加希望教学呈现形式多样化,模拟职场、企业参观、小组项目和职场人士讲座等都是大家喜爱的形式,同时也希望借助慕课、雨课堂和超星课堂等线上教育资源,满足自我探索和个性化需求。

三、OBE理念和PBL教学法模式下的课程教学实践探索

大学生职业生涯规划课程教学内容大体上可以分为认识职业生涯、自我探索、职业世界探索、职业生涯规划制定、职业发展与职业能力提升等模块。本文将其中以“自我探索”模块为例,探索课程教学实践。

(一)课程教学设计思路

OBE+PBL教学模式的设计思路是以教学目标为教学设

计的起始点和课程教学实施的终点,构筑目标确立一问题(案例)预设一解决问题一交流展示一评价反馈一反思改进的教学实施路径。OBE理念强调以最终的学习成果为目标,课程设计紧紧围绕课程目标,以终为始,反向设计教学思路,其核心在于从态度、知识和技能等层面对课程目标进行明确,并以此为纲指导教学过程实施。PBL教学法是以问题为导向,以学生为中心,激活学生的主体性意识,引导学生主动参与解决问题的教学方式,其核心在于预设问题,教师启发引导,学生自主解决问题引发思考。

(二)基于OBE理念的课程教学目标设定

教育部在《大学生职业发展与就业指导课程教学要求》中明确大学生通过学习需要在态度、知识和技能等方面达到的课程目标。引入OBE理念“以学生为中心,以成果为导向”,教学目标设定应从教师主体视角转变到学生主体视角,把国家、社会和学校的培养目标转变成学生成长目标,以学生学习成果SLOs(Student Learning Outcomes)衡量教育成效。

在具体的职业生涯规划课程教学中,“自我探索”模块一般包含兴趣、性格、能力和价值观等教学内容,对应态度、知识和技能三个层面建立教学目标,有助于学生建立自我认知系统,提高职业生涯规划的科学性。具体来说,在态度目标层面,要充分激发学生自我探索的主观能动性,认识到职业规划对职业发展的重要作用,能够积极开展兴趣、性格、能力和价值观的探索,正确认识测评工具的测量结果,形成自我探索的能力和毅力。在知识目标层面,学生可以系统掌握自我探索的概念和理论,熟悉霍兰德职业兴趣理论、MBTI性格类型理论、马洛斯需求层次理论、舒伯职业价值观理论、SWOT分析法和职业锚等辅助工具的基本内容和适用场景。深入理解自我探索对职业生涯规划的作用机制和指导意义。在技能目标层面,能够熟练使用各类自我探索的测评工具,掌握认识自我的方法,能够结合具体职业或者行业信息,将职业规划具象化,能将兴趣、性格、能力和价值观整合应用,转化为职业筛选标准,初步确立具有个性化的职业生涯规划框架。

(三)基于PBL模式的课程教学实施设计

PBL教学法意在打破传统课堂教学的教师讲授式教学,学生被动接受的局面。职业生涯规划课程是一门注重实践性的课程,更加在意激发学生的主体性,调动学生的主动性,在不断地分析和解决问题中寻找职业方向。

在职业生涯规划课程的“自我探索”模块教学中,PBL模式的教学实施核心是“问题驱动”,通过贴近学生学情构建真实且富有挑战性、个性化的问题情境,引导学生围绕兴趣、性格、能力和价值观等方面,积极主动探索自我,培养职业生涯规划能力。PBL模式的课程教学可由课前教学准备、教学实施和课后教学评价与评估等阶段组成,核心部分是教学实施阶段。教学实施阶段大体可以分为项目导入、讨论和分析问题、探索解决方案、评估与整合以及调整优化等教学模块组成。

第一,教学准备阶段。教学准备阶段是教学顺利进行并取得成效的重要部分。首先应以课程目标谋划构建具体且真实的问题情境,可以以“如何通过自我探索寻找最适合自己的职业方向”为本模块的核心问题,再围绕兴趣、性格、能力和价值观方面设置驱动性问题,如“如何处理兴趣与现实职业环境的冲突”“请你列举与你性格适应性高的3个职业”“如何提升自己的能力”“如何平衡好社会需要和自我实现”等,通过驱动性问题使课程目标具象化。其次要充分准备教学资源,“自我探索”模块需要使用较多的测试模型,如霍兰

德兴趣类型模型、MBTI 性格测评模型、能力卡片库、价值观澄清工作表(工具价值观、目标价值观、职业价值观等),同时还需要准备问题案例、典型校友资料、职业人物访谈清单等,最后要根据行政班级、专业和性别等背景,对教学班学生进行随机分组,并发布本模块教学成果——项目任务书,可以是“我的职业画像”或者“个人自我探索和职业适配性报告”。

第二,教学实施阶段。基于 PBL 模式的课堂教学,授课教师在课堂教学中多是扮演一个引导者、启发者、资源提供者的角色,控制课堂节奏,做好过程管理,要充分激发学生的主体性意识,引导学生主动去探寻问题的解决方案。首先,教师应确立学生分组并引导他们进行分工,做好该模块课堂教学的破冰工作,让 PBL 课堂项目顺利导入,并明确项目任务书的目标、结构框架、完成时限和评价标准等。其次,教师应做好必要的理论教学和课堂活动顾问工作。教师应围绕自我探索模块的兴趣、性格、能力和价值观四大核心要素,系统讲授四大核心要素与职业发展相关性理论知识,讲解各类测评工具的使用方法、注意事项和局限性,引导学生正确使用测评工具。在学生分组进行 PBL 项目任务时,教师应主动关注任务开展情况,适当予以督导,帮助解决项目开展中学生难以解决的问题,及时纠偏以确保每个项目组能够紧紧围绕核心问题,制定解决方案,从而完成项目任务目标。最后,开展成果整合和路演。PBL 项目小组可以以“我的职业自画像”“我的职业适配性分析报告”等,作为项目成果,以 PPT、微视频或者舞台剧等形式进行公开呈现,授课教师可以邀请大学生生涯规划专家、优秀校友等和班级其他小组成员一起担任评委从内容完整性、分析深度、展示效果等方面对每个小组的成果进行评价,评选出优秀项目成果。

第三,课后教学评价与评估阶段。首先,学生根据项目任务完成情况和课程预定目标,对自己在 PBL 项目的完成情况进行自我评价,评价内容包含课程参与度、知识掌握程度、技能掌握程度和能力提升程度等。同时,小组成员之间也可以进行互评,互评可以是团队协作能力、团队参与度、团队贡献度和人际关系能力等方面,将学生自评和互评的结果作为学生课程综合评价成绩的重要部分。其次,教师作为 PBL 教

学模式的课堂主导者,需要对每个小组的项目成果进行细致的点评,指出优点和不足,提出具体的改进意见和建议。同时,应从小组整体项目任务的完成质量,学生个人的项目参与度、知识技能掌握情况和能力提升情况等多个维度对学生进行评价。最后,教师应对整个教学过程进行总结,分析教学目标达成情况,收集学生关于教学的意见和建议,整理教学过程中的问题和不足,列出清单一一改进,优化教学方案,促进教学质量的提升。最后,教师应该将各个小组项目成果评估情况和学生个人综合评价结果及时反馈给学生,以便学生及时反思和改进自我探索和职业发展计划等。

四、结语

大学生职业生涯规划课程是一门理论和实践教学并重的通识课程,传统的灌输式课堂教学方式难以调动大学生的积极性,难以取得令人满意的教学效果。基于 OBE 理念和 PBL 教学模式的课程教学探索,以学生为中心,充分调动学生的积极性和主动性,使学生在完成项目任务的过程中,提升了职业生涯规划的能力水平。在实际的教学过程中,教师应积极反思和改进教学方案,努力提升课堂教学的质量,更有效地帮助大学生提升职业规划能力。

参考文献:

- [1] 刘国君. 海南省大学生就业能力实例分析[J]. 中国教育技术装备, 2015(10):128-129.
- [2] 王雪鹏, 赵殿武. 内蒙古本科高校网络育人高质量发展瓶颈问题及其破解对策[J]. 内蒙古农业大学学报(哲学社会科学版), 2025, 27(2):33-38.
- [3] 洪娟. OBE 理念下大学生职业生涯规划项目化发展的实践进路[J]. 吉林广播电视大学学报, 2023(4):124-126.
- [4] 张文超. 基于 OBE 理念的大学生职业生涯规划课主题式教学模式探究[J]. 教育观察, 2025, 14(1):81-84.
- [5] 刘明敏, 罗希. 基于 PBL 的“大学生职业发展与就业指导 1”课程教学模式改革[J]. 文教资料, 2019(29):202-203.
- [6] 张娟. 后现代主义课程观下大学生就业指导课程建构[J]. 继续教育研究, 2014(2):100-101.

Exploration on the Teaching of College Students' Career Planning Course Based on the OBE Concept and PBL Teaching Method

HUANG Xian-jun

(Anhui Polytechnic University, Wuhu Anhui 241000, China)

Abstract: The career planning course is an important way for college students to master career planning skills, reasonably plan their careers, and achieve better employment. Facing new changes, new situations and new requirements, a new classroom teaching model centered on students, problem-oriented, and applying the OBE concept and PBL teaching method can more effectively urge college students to rationally plan their future, consciously improve their career management ability and employment ability, and make the college students' career planning course achieve practical results.

Key words: OBE concept; PBL teaching method; career; teaching design

(责任编辑:桂杉杉)