

# 教育强国战略下基于生涯建构理论的大学生 生涯教育创新实践探究

陈卫群

(湖南生物机电职业技术学院,湖南长沙 410127)

**[摘要]**在教育强国战略稳步推进的时代背景下,大学生生涯教育对国家人才培养和个体发展意义重大。本文立足当前高校生涯教育实践现状,以生涯建构理论为核心分析框架,系统探讨该理论的核心要义在大学生自我认知深化、职业目标锚定、发展路径规划等教育环节中的具体应用逻辑,同时深入剖析当前部分高校生涯教育存在的突出问题。其进一步从课程体系创新、实践平台搭建、师资队伍建设和个性化指导机制完善等维度提出可操作的创新实践策略。且结合具体高校的实证研究验证策略的实际成效,最终为新时代高校优化大学生生涯教育体系、提升教育实效提供兼具理论价值与实践参考的思路。

**[关键词]**教育强国战略;生涯建构理论;大学生生涯教育;创新实践

**[中图分类号]** G642.0; D64; G647.38 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 2096-711X(2026)07-0010-03

**doi:**10.3969/j.issn.2096-711X.2026.07.004

**[本刊网址]** <http://www.hbxb.net>

在当今社会,教育强国战略已成为推动国家发展的核心动力。培养具有创新能力、实践能力和国际竞争力的高素质人才,成为了教育领域的重要使命。在这一背景下,大学生生涯教育的重要性愈发凸显。通过深入理解和应用生涯建构理论,高校可以更好地满足学生的生涯发展需求,提升生涯教育的质量和效果。

## 一、教育强国战略与大学生生涯教育的时代交响

### (一)教育强国战略的深远内涵与目标

2024年,中共中央、国务院印发的《教育强国建设规划纲要(2024—2035年)》,为教育强国建设描绘了宏伟蓝图。教育强国战略的核心目标在于培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人,强调培养学生的创新思维和创新能,鼓励学生敢于突破传统,勇于探索未知,在科技创新、文化创新等领域取得突破性成果。随着经济全球化的深入发展,国际竞争日益激烈,教育强国战略要求培养具有国际视野的人才。这些人能够在国际舞台上发挥积极作用,参与全球治理,提升我国在国际事务中的影响力。

### (二)大学生生涯教育的关键地位与时代诉求

大学生生涯教育是帮助大学生认识自我、探索职业世界、规划职业生涯的重要教育活动。在大学阶段,学生面临着众多的选择和挑战。通过生涯教育,学生可以更好地了解自己的兴趣、爱好、能力和价值观,从而选择适合自己的职业道路,实现个人与职业的良好匹配。同时,生涯教育可以引导学生将个人的职业发展与国家的战略需求相结合,鼓励学生投身于国家重点发展的领域,为国家的经济社会发展贡献力量。

## 二、生涯建构理论:解锁生涯教育的新密码

### (一)生涯建构理论的溯源与核心架构

最初的生涯建构理论主要聚焦于个人的职业选择和职业

业发展,后期的生涯建构理论呈现出动态化、复杂化的特征,涉及个人、社会和环境等多个层面的因素。

生涯建构理论的核心架构包括自我认知、生涯决策、生涯行动和生涯适应四个部分。自我认知是个体对自己的兴趣、能力、价值观等方面的认识和理解,它是生涯构建的基石。生涯决策是个体综合考虑各种因素,如个人兴趣、职业前景、社会需求等,运用理性思维和批判性思维,权衡利弊进行的生涯选择决策过程。生涯行动是个体为实现生涯目标所采取的行动,个体需要制定具体的行动计划,如学习相关知识和技能、参加实习和实践活动等,逐步实现自己的职业目标。生涯适应是个体在面对生涯变化和挑战时的应对策略,个体需要灵活调整自己的职业规划,以适应不断变化的职业环境。

### (二)生涯建构理论在大学生生涯教育中的独特价值

从观念维度上看,生涯建构理论改变了传统职业观念中将职业视为一种获取物质回报的手段的看法,帮助学生认识到职业不仅是为了满足物质需求,更是实现个人价值和自我成长的途径。在能力维度方面,生涯建构理论不仅能为学生提供了一套系统的生涯规划方法,帮助他们明确自己的职业目标,制定可行的行动计划,并在实践中不断调整和完善,还能帮助学生培养适应能力和应变能力。

## 三、现状剖析:大学生生涯教育的困境与挑战

### (一)高校生涯教育的现实图景

在教育体系方面,一些高校将生涯教育课程简单地划分为职业生涯规划、就业指导等几个模块,各模块之间缺乏有效的衔接和整合,导致学生在学习过程中难以形成全面的生涯发展观念。教学方法单一也是一个普遍存在的问题。大多数高校仍采用传统的课堂讲授方式,这种教学方法难以激发学生的学习兴趣和积极性。此外,实践环节的缺乏和师资

收稿日期:2025-10-31

基金项目:本文系湖南教育科学工作者协会“十四五”规划2025年度课题“教育强国战略背景下基于生涯建构理论的大学生生涯教育创新实践研究”(项目编号:XJKX25B255)和湖南生物机电职业技术学院院级重点科研项目“产教融合背景下生成式AI技术赋能高职思政教育创新研究”(项目编号:25YZD16)的研究成果。

作者简介:陈卫群(1974—),女,湖南长沙人,副教授,研究方向:大学生思想政治教育、大学生生涯教育及就业创业教育。

队伍的匮乏也是高校生涯教育的一大短板。调查数据显示,在高校生涯教育教师中,超过60%的教师是通过短期培训或自学来从事生涯教育教学工作的。且许多教师缺乏企业实践经验,无法为学生提供有针对性的指导。

#### (二)大学生生涯发展的迷茫与困惑

大学生生涯发展的首要问题是自我认知模糊。一项调查显示,超过70%的大学生表示对自己的兴趣、能力和价值观认识不够清晰。在选择专业时,盲目跟风选择热门专业,导致入学后对专业学习缺乏热情和动力。自我认知模糊也使得学生难以确定明确的职业目标,容易受到外界因素的干扰。职业规划的盲目现象在大学生中也较为普遍。许多大学生在职业选择时缺乏针对性和长远规划,容易在就业后出现职业不适应和频繁跳槽的情况。部分大学生在面临职业变化和挑战时,缺乏应对职业变化的能力和策略,不能及时调整自己的职业规划和发展方向,从而导致职业发展受阻。

### 四、创新实践:基于生涯构建理论的变革之路

#### (一)理念革新:从就业指导到生涯发展

在教育强国战略的大背景下,大学生生涯教育正经历着从传统就业指导向全面生涯发展理念的深刻转变。这种转变的核心在于将培养学生的生涯适应力置于关键地位,以学生的全面发展和幸福感为终极目标。

在快速变化的现代社会,学生需要具备强大的学习新知识、适应新环境的能力,才能在职业生涯中取得成功。这种适应力不仅包括对职业技能的掌握,更涵盖了对新观念、新思维方式的接纳和应用。

关注学生的全面发展与幸福感是生涯教育的终极目标。生涯建构理论强调以学生的就业满意度和未来发展幸福感为导向,引导学生在规划职业生涯时,充分考虑自身的兴趣、能力和价值观,选择符合自己内心需求的职业道路。实现个人与职业的高度契合。这样不仅能够提高学生的就业满意度,还能增强他们在职业生涯中的幸福感和成就感,促进他们的全面发展。

#### (二)课程创新:打造立体多元的生涯教育课程体系

个性化课程设计是满足不同学生需求的重要举措。不同专业、年级的学生在生涯发展需求上存在差异,因此,高校应根据学生的特点设计针对性的课程。对于低年级新生,可以开设生涯启蒙课程,帮助他们了解大学的学习生活和职业发展的基本概念,引导他们初步探索自己的兴趣和职业方向;对于中年级的学生,可以开设专业相关的生涯规划课程,结合专业特点和行业发展趋势,帮助他们明确职业目标,制定具体的职业发展计划;对于高年级的学生,则应开设就业指导课程,提供求职技巧、面试策略等方面的培训,帮助他们顺利就业。课程内容也应针对不同专业而有所侧重。对于理工科专业的学生,可以增加科技创新、工程实践等方面的课程;对于文科专业的学生,则可以加强文化创意、市场营销等方面的课程设置。

#### (三)师资建设:锻造专业精湛的生涯教育师资队伍

专业培训与认证是提升教师专业素养的重要途径。高校应定期组织教师参加专业培训,学习最新的生涯教育理论和方法,了解职业市场的动态和发展趋势。鼓励教师参加相关的认证考试,如国家职业指导师认证、全球职业生涯规划师认证等,提高教师的专业水平和职业认可度,为学生提供更专业、有效的指导。

企业人士具有丰富的实践经验和对职业市场的敏锐洞察力,他们的参与能够为生涯教育带来鲜活的案例和实际的

行业信息。高校通过邀请企业的人力资源经理、职业经理人参与生涯教育课程的设计和教材编写并担任兼职教师,提供更加贴近实际、符合职业市场需要的课程内容,为学生讲授职业发展规划、职场经验分享等课程。

#### (四)平台搭建:构建全方位的生涯教育支持平台

线上线下融合的服务平台为学生提供了多样化的生涯教育资源。利用网络平台,高校为学生提供职业测评、在线咨询、课程学习等服务,方便学生随时随地获取生涯教育信息。职业测评系统可以帮助学生了解自己的兴趣、性格、能力等特点,为职业规划提供科学依据;在线咨询平台则可以让学生与专业的生涯教育教师进行实时沟通,解决他们在生涯发展中遇到的问题。同时,高校还能结合线下的讲座、工作坊、咨询服务等活动,为学生提供面对面的指导和交流机会。

校企合作与社会实践平台是学生了解职业世界、提升实践能力的重要渠道。高校积极与企业建立合作关系,建立实习基地,开展校企合作和创新创业项目,为学生提供更多的实践机会。学生也能将自己的创意和想法转化为实际产品或服务,提高自己的实践能力和职业素养。

### 五、实证研究:创新实践的成效与启示

#### (一)学院在生涯教育改革中的实践举措和实证

湖南生物机电职业技术学院在生涯教育改革中进行了一系列创新举措。在课程方面,整合了多学科资源,打造了一门融合生涯发展学、心理学、社会学、管理学等多学科知识的《大学生职业生涯规划与就业指导》核心课程。这门课程不仅涵盖了传统的职业生涯规划内容,还融入了最新的行业发展趋势和职业技能要求,使学生能够获得全面而前沿的生涯知识。同时,采用线上线下混合式教学模式,线上提供丰富的学习资源,包括视频讲座、案例分析、在线测试等,方便学生自主学习;线下则通过自我探索、环境探索、职业决策、职业适应、小组讨论、模拟面试、职场体验等活动,增强学生的实践能力和互动交流。据统计,参与该课程学习的学生对生涯教育的满意度达到了90%以上,认为课程内容丰富实用,教学方法新颖有趣。

在师资方面,学院加大了师资培训力度,选派教师参加国内外的专业培训和学术交流活动,提升教师的专业素养和教学水平。同时,积极引入企业界的专家和成功人士担任兼职教师,为学生带来真实的职场经验和行业动态。目前,该校生涯教育教师团队中,具有专业认证资格的教师比例达到了60%以上,兼职教师占比达到了30%,形成了一支结构合理、素质优良的师资队伍。

为了给学生提供更好的生涯教育支持,各二级学院搭建了一站式生涯教育服务平台。该平台整合了职业测评、就业信息发布、实习岗位推荐、在线咨询等多种功能,为学生提供全方位的生涯教育服务。学生可以通过平台查看最新的就业信息和实习岗位,提前做好求职准备;还可以咨询生涯教育教师和企业专家,解决自己在生涯发展中遇到的问题。有效提升了生涯教育的服务效率和质量。

通过这些创新举措,我院学生的生涯发展能力得到了显著提升。毕业生的就业竞争能力明显增强,初次就业率连续三年保持在95%以上,高于同类高校平均水平;就业质量也得到了提高,毕业生就业行业与专业的匹配度达到了80%以上,学生对就业的满意度达到了90%以上。

#### (二)实践效果的量化评估与分析

1. 评估指标与方法:为了全面评估基于生涯构建理论的

大学生生涯教育创新实践的效果,确定了以下评估指标。

(1)学生自我认知水平,通过职业兴趣测评、能力评估、价值观问卷等工具来衡量学生对自己的兴趣、能力和价值观的了解程度;(2)职业规划能力,包括职业目标明确性、职业发展路径的合理性、行动计划的可行性等方面,通过学生的职业生涯规划书和实际行动来评估;(3)就业满意度,通过问卷调查的方式,了解学生对就业单位、职业发展前景、薪资待遇等方面的满意程度;(4)职业发展潜力,通过跟踪学生毕业后的职业晋升情况、薪资增长情况等指标来评估。

2. 数据分析与结果呈现:通过对数据的分析,发现参与生涯教育创新实践的学生在自我认知、职业规划能力、就业满意度和职业发展潜力等方面均有显著提升。在自我认知方面,参与创新实践的学生自我认知得分平均提高了15分(满分100分),对自己的兴趣、能力和价值观的了解程度明显高于未参与的学生,能够更准确地认识自己的优势和不足,为职业规划提供更坚实的基础。在职业规划能力方面,参与创新实践的学生职业规划能力得分平均提高了20分(满分100分),制定的职业规划更加明确、合理,具有更强的可操作性。他们能够根据自己的兴趣和能力,结合市场需求和行业发展趋势,制定出符合自己实际情况的职业发展路径和行动计划。在就业满意度方面,参与创新实践的学生就业满意度达到了90%,比未参与的学生高出20个百分点;他们在就业过程中能够更好地实现个人与职业的匹配,获得更高的职业成就感和幸福感。在职业发展潜力方面,跟踪调查结果显示,毕业后三年内,参与创新实践的学生平均晋升次数为1.5次,薪资增长幅度达到了30%,而未参与的学生平均晋升次数为0.8次,薪资增长幅度为15%。这些数据充分表明,基于生涯

建构理论的大学生生涯教育创新实践对学生的生涯发展具有显著的促进作用,能够有效提升学生的生涯发展能力和就业竞争力,为学生的未来发展奠定坚实的基础。

#### 结束语

据麦肯锡全球研究所的研究报告预测,到2030年全球将有30%的工作任务可能被自动化技术替代,同时,人工智能相关岗位的需求将大幅增长。生涯教育应加强对学生数字技能和创新能力的培养。在课程设置上,增加与人工智能、大数据等技术相关的课程,如编程基础、数据分析、人工智能原理与应用等,使学生掌握基本的数字技能,具备运用新技术解决问题的能力。

生涯教育还应注重培养学生的终身学习能力和适应能力,引导学生树立终身学习的理念,不断学习新知识、新技能,以应对职业发展中的各种变化。

#### 参考文献:

- [1]赵蒙成,郭建如.教育强国战略的内涵、目标与实施路径[J].教育研究,2021,42(6):4-15.
- [2]刘新庚,陈果.生涯建构理论视角下大学生职业生涯规划教育路径优化[J].学校党建与思想教育,2020(17):80-82.
- [3]方美华,刘乐,李辉.退役复学大学生士兵适应期教育对策研究[J].教育教学论坛,2021(28):173-176.
- [4]张慧婧,王羽.新时代背景下大学生生涯建构现状与对策分析[J].教学研究,2020(2):6-12.
- [5]蒋海青,孔丽丽,陈典红.面向新质生产力的地方高校课程群建设研究[J].黑龙江教育(理论与实践),2025(8):8-10.

## Research on the Innovative Practices in College Students' Career Education Based on the Theory of Career Construction under the Strategy of Building China into a Leading Country in Education

CHEN Wei-qun

(Hunan Biological and Electromechanical Polytechnic, Changsha Hunan 410127, China)

**Abstract:** Against the backdrop of the steady advancement of the strategy of building China into a leading country in education, career education for university students is of significant importance for national talent cultivation and individual development. Based on the current state of career education practices in higher education institutions, this paper employs career construction theory as the core analytical framework to systematically explore the application logic of its key principles in educational processes such as deepening students' self-awareness, anchoring career goals, and planning development paths. It also delves into the prominent issues existing in career education in some universities. Furthermore, actionable innovative strategies are proposed from dimensions including curriculum system innovation, practical platform development, faculty team building, and the refinement of personalized guidance mechanisms. Empirical studies from specific universities are incorporated to validate the effectiveness of these strategies. Ultimately, this paper aims to provide theoretically valuable and practically referential insights for optimizing the career education system for university students in the new era and enhancing educational outcomes.

**Key words:** national strategy of building China into a leading country in education; career construction theory; career education for college students; innovative practice

(责任编辑:桂彬彬)