

“Z 世代”大学生职业生涯规划与思想政治教育融合 发展机制研究

朱芸莹

摘要：“Z 世代”大学生成长于信息爆炸、文化多元的时代背景下，他们追求个性、注重体验、善于创新，但同时也面临着职业规划迷茫、价值观冲突等挑战。“Z 世代”大学生独特的成长背景、价值观念及职业期待对高等教育提出了新的机遇与挑战。职业生涯规划作为高等教育的重要组成部分，旨在帮助学生明确职业方向，提升职业素养。而思想政治教育则致力于塑造学生正确的世界观、人生观、价值观。本文深入分析“Z 世代”大学生职业生涯规划 and 思想政治教育融合发展的价值意义，揭示当前融合发展所存在的问题，并提出有效的实践路径。通过两者的融合发展，旨在提升“Z 世代”大学生的综合素质，促进其全面发展，为社会输送德才兼备的优秀人才。

关键词：思想政治教育；职业生涯规划；“Z 世代”；大学生

基金项目：2024 年度巴中市社科规划课题“Z 世代”大学生职业生涯规划与思想政治教育融合发展机制研究（课题编号：BZ24ZC208）

高校毕业生就业事关民生福祉、国家未来，良好的就业形势对于维护国家安定、社会稳定、经济发展起着重要的作用。党的二十大报告中指出，“就业是最基本的民生”。习近平总书记多次就强化就业优先政策，健全就业促进机制，促进高质量充分就业作出重要论述^[1]。2022 年高校毕业生人数突破 1000 万，2023 年高校毕业生人数 1158 万，2024 年高校毕业生规模达到 1179 万人。根据在校人数统计，未来三年预测的高校毕业生人数将呈现逐年递增的趋势。在当前日益严峻的就业形势之下，高校大学生的就业难题已成为社会广泛关注的热点。高校毕业生的就业选择和职业发展受到个人兴趣、能力和职业规划等多种因素的影响，树立正确的职业观念和价值观念，选择适合自己的职业发展方向，早准备、早规划，积极应对竞争激烈的就业环境十分重要。大学生是祖国的未来、民族的希望，肩负着人民的重托、历史的使命。“Z 世代”研究在我国方兴未艾，在出生年代的划分上，我国目前主流的划分方式是将出生于 1995—2009 年的人定义为“Z 世代”^[2]。“Z 世代”是当前社会最聚焦的一代人，他们一出生就与

网络信息时代无缝对接,是数字技术的原住民。2024 年 3 月 22 日,中国互联网络信息中心(CNNIC)在京发布第 53 次《中国互联网络发展状况统计报告》。《报告》显示,截至 2023 年 12 月,我国网民规模达 10.92 亿人,较 2022 年 12 月新增网民 2480 万人,互联网普及率达 77.5%^[3]。网络对当代大学生的影响已深深融入他们的成长之中,不断影响着大学生的求知途径,改变他们的思维方式和行为方式,日益成为大学生成长中不可或缺的环境。然而,随着信息社会的发展,各种社会思潮不断地冲击大学生的思想,纷繁复杂的社会环境影响大学生的价值判断,在这种形式下,“Z 世代”大学生坚定的政治信念和健康的价值观是非常重要的,有必要将大学生的职业生涯规划 and 思想政治教育结合起来,引导学生关注国家大事,理解社会责任,将自己的职业理想融入共同理想。

一、大学生职业生涯规划与思想政治教育融合发展的价值意蕴

(一) 增强教育实效性

职业生涯规划教育具有较强的实践性,能够帮助学生明确职业目标和发展路径,贴近学生的实际需求,激发学生的学习兴趣 and 动力。思想政治教育可以为职业生涯规划提供价值引领 and 道德支撑,使学生在追求职业发展的同时,保持正确的价值观念和道德操守。大学生职业生涯规划与思想政治教育融合发展,不仅可以在学生追求职业发展的过程中,引导其树立正确的价值导向,从而避免单纯追求职业成功而忽视道德和社会责任,还可以使抽象的理论知识具体化、生动化,增强教育的针对性和实效性。例如,通过职业道德、职业精神的教育,引导学生在职业规划中树立正确的价值观,实现个人价值与社会价值的统一。中国人民大学招生就业处副处长、劳动人事学院副教授于坤说,职业生涯规划课程是一门实践导向、育人导向的课程,让大学生在生涯认识等认识论层面上有所裨益固然不可或缺,但更要通过体系化设计、丰富全面的职业与就业指导实践活动,推动大学生职业发展和就业指导理论学习和实践能力互相融合、互相促进^[4]。

(二) 促进学生全面发展

“Z 世代”大学生职业生涯规划与思想政治教育的融合发展,能够使学生提升综合素质、增强自我认知、培养社会责任感,从而全面促进学生的个人发展。第一,职业生涯规划不仅关注职业技能的培养,还强调学生的自我认知、职业适应能力和创新能力等。思想政治教育

注重学生的爱国情怀、道德品质和社会责任感等的培养。两者融合，可以提升其综合竞争力。第二，在职业生涯规划过程中，学生需不断进行自我探索，明确自身的兴趣所在、优势和不足。同时，思想政治教育积极引导学生进行正确价值观的塑造。这种自我认知的过程，有利于学生更深入地了解自己，进而做出更加贴合自身特点和发展需求的选择。第三，思想政治教育不仅强调学生的社会责任感、个人价值，还注重与社会需求的紧密结合，而职业生涯规划促使学生意识到自己的职业选择和发展与社会进步、国家发展是息息相关的。两者的融合发展，能够帮助学生树立正确的就业观念，让学生更加深刻地认识到自己的社会责任和使命，从而更加积极地投身到社会建设中去。

（三）提升就业竞争力

“Z世代”大学生职业生涯规划与思想政治教育的融合发展，能够帮助学生明确职业定位、增强就业心理调适能力并促进理论与实践相结合，从而提升他们的就业竞争力。一方面，职业生涯规划教育借助职业分析、职业训练等手段，使“Z世代”大学生能够洞察自己的兴趣、能力和价值观，进而明晰自己的职业定位和未来发展方向。这有利于他们注重长远规划发展、更加精准地进行匹配岗位，提高求职效率。另一方面，面对求职路上不可避免的各种压力与挑战，职业生涯规划能够帮助学生提前熟悉就业市场和就业形势，从而做好充分的心理准备。思想政治教育则通过提供心理辅导、挫折应对教育等方式，帮助学生增强心理调适能力，以乐观豁达的心态面对求职过程中的困难。除此之外，职业生涯规划还强调实践经验的积累，鼓励学生通过参与实习、兼职等方式积累工作经验。思想政治教育也强调理论与实践相结合，通过社会实践、志愿服务等活动，增强学生的社会责任感和实践能力。这种实践教育的结合有助于学生在求职过程中更加了解社会需求、适应职场环境。

二、大学生职业生涯规划在思想政治教育融合发展的现实困境

本研究选取了3所高校的149名“Z世代”大学生作为研究对象，采用问卷调查和深度访谈的方式收集数据。问卷内容包括个人基本信息、职业生涯规划意识、思想政治教育接受程度、对两者融合发展的看法等。在149名受访大学生中，男生占40.3%，女生占59.7%。84.6%的学生表示对职业生涯规划有一定了解，但仅有38.2%的学生制定了明确的职业规划。通过进一步调查，大学生职业生涯规划与思想政治

教育融合发展过程中目前存在教育内容缺乏针对性、教育过程缺乏整体性、师资队伍建设滞后等困境。

（一）教育内容缺乏针对性

当前，部分高校的职业生涯规划教育和思想政治教育内容较为宏观，未能充分考虑到“Z世代”大学生的个性化需求和时代特点。他们成长于信息爆炸、网络普及的时代，思想观念更加开放和多元化，对传统的教育模式和内容容易产生抵触情绪。教育内容往往侧重于理论知识的传授，缺乏针对性和吸引力，忽视了与学生实际生活和职业发展的紧密联系，导致学生在学习过程中难以产生共鸣。在面对职业选择和就业挑战时，学生往往感到迷茫和无所适从，缺乏有效的指导和支持。

（二）教育过程缺乏整体性

职业生涯规划与思想政治教育两者在融合过程中目前还缺乏整体性规划不足的问题。这导致教育资源难以有效整合，教育效果难以最大化。传统的教育模式容易忽视“Z世代”大学生的主体性和差异性，难以满足他们多样化的学习需求和发展期望。学生在学习过程中缺乏主动性和参与感，导致学习效果不佳。学生的个体差异未得到充分重视和发展，不利于他们的全面发展和个性化成长。随着网络技术的不断进步，学生获取信息的渠道更加多样化和便捷化，他们更加倾向于通过自主学习和互动交流的方式来获取知识和技能。

（三）师资力量不足

职业生涯规划与思想政治教育有效融合的关键在于师资力量。然而，当前部分高校面临师资力量不足或者相对薄弱的问题，尤其是缺乏既懂职业生涯规划又擅长思想政治教育的复合型教师人才，缺乏专丰富的教学资源，这一现状直接制约了教育的质量与成效。学生在接受相关教育时难以获得高质量的教学和指导。教育资源的短缺还限制了教育内容的创新和发展，进而影响了整体教育效果的提升。

三、大学生职业生涯规划与思想政治教育融合发展的实践路径

通过问卷调查，83.2%的学生认为职业生涯规划与思想政治教育应该融合发展，以提高教育的针对性和实效性；79.2%的学生希望通过案例分析、小组讨论等互动式学习方式接受融合教育；68.5%的学生还希望通过社会实践活动增强对两者融合的理解。高校应积极探索大学生职业生涯规划与思想政治教育融合发展的机制，通过教学方法

的创新、课程体系建设、加强实践等措施，实现两者的有机融合，为“Z世代”大学生的全面发展提供有力保障。

（一）创新教学方法和手段

针对“Z世代”大学生的特点，高校应创新教学方法和手段，采用理论与实践相结合、线上线下相结合的教学方式。利用互联网、大数据等现代信息技术手段，开展个性化教学、精准化教学，提高教学效果和学生的学习体验。针对不同学生的兴趣和需求，提供个性化的职业规划指导和思想政治教育，帮助他们找到适合自己的发展方向，并树立正确的职业观。采用多样化的教学方法，如案例教学、模拟演练、社会实践等，激发学生的求知欲和学习动力，提高他们的参与感和主动性。同时，注重培养学生的自主学习能力和创新思维能力，促进他们的全面发展。采用小组讨论、角色扮演、辩论赛等形式，激发学生的思考能力，引导学生围绕职业规划与思想政治教育的融合主题进行深入探讨和交流，使他们在参与中深化对职业规划与思想政治教育的理解。

（二）构建融合课程体系

高校应构建职业生涯规划与思想政治教育相融合的课程体系，将思想政治教育内容融入职业生涯规划课程中，培养“Z世代”大学生具备正确的世界观、人生观和价值观，同时掌握扎实的职业规划技能，实现个人价值与社会价值的统一。引导学生将个人职业规划融入国家发展大局，成为具有社会责任感 and 创新精神的新时代青年。通过模拟演练、引入当前社会热点话题和案例等教学方式，引导学生思考职业规划与社会发展的关系，使学生在实践中感受到思想政治教育的力量和价值，增强他们的社会责任感和使命感。结合职业生涯规划与思想政治教育的内容，开发综合性的课程，如“职业规划与人生哲学”、“就业创业与社会责任”等，将两者有机融合，使学生在过程中既能掌握职业规划技能，又能树立正确的世界观、人生观和价值观。

（三）强化实践和评估环节

《中国教育现代化2035》明确提出培养学生的创新精神与实践能力^[5]。职业生涯规划与思想政治教育的融合发展离不开实践环节的支撑。一方面，高校应加强与企业的合作与交流，整合校内外教育资源，建立实习实训基地和产学研合作平台，为学生提供更多的实践机会。通过实践锻炼，使学生更好地了解职场环境、提升职业素养和综合能力。还可以邀请企业导师进校讲座，分享职场经验，组织学生到

企业参观学习，了解职业环境。另一方面，利用互联网、大数据等现代信息技术手段，建立职业规划与思想政治教育平台，为学生提供在线测评、职业咨询、政策解读等服务。通过平台收集学生的反馈和需求信息，以此作为不断优化教育内容与方式的依据。具体而言，首先需定期对融合课程进行评估，掌握教学效果并听取学生的真实反馈。其次，基于评估结果和学生的反馈意见对融合课程进行优化改进。此外，建立学生发展跟踪机制，持续关注学生在职业规划和思想政治教育方面的发展动态。通过学生反馈、教师评价、社会评价等多渠道收集信息，调整和优化教育方案和教学策略，从而确保教育目标的顺利实现。

参考文献

- [1]习言道 | 就业是民生之本[EB/OL].中国新闻网, <http://www.chinanews.com.cn/gn/2023/02-14/9952961.shtml>,2023-02-14.
- [2]熊艳青,王乐婷等.“Z世代”大学生能成为基层就业的主力军吗?——基于类型分析的视角[J].中国青年研究,2024 (08).
- [3]第 53 次《中国互联网络发展状况统计报告》[EB/OL].中国互联网络信息中心,<https://www.cnnic.cn/n4/2024/0322/c88-10964.html>,2024-03-22.
- [4]李瑞璇,樊未晨.职业规划有没有最优解——来自首届全国大学生职业规划大赛的观察[N].中国青年报,2024-04-22.
- [5]中华人民共和国教育部.中共中央、国务院印发《中国教育现代化2035》[EB/OL].http://www.moe.gov.cn/jyb_xwfb/s6052/moe_838/201902/t20190223_370857.html,2020-05-01.