

以赛赋能：研究生思政育人实践研究——以华北电力大学沙河院区一年级研究生为例

李宇航

华北电力大学，中国·北京 102206

摘要：新时代研究生思政教育强调就业育人与价值引领协同推进，职业生涯规划大赛作为生涯教育实践载体，可破解研一新生职业认知模糊、就业主动性不足等现实难题。本文以仅覆盖研究生一年级学生的华北电力大学沙河院区为研究样本，结合院区辅导员仅完整陪伴学生研一学年的工作特征，剖析当前研究生群体、研一新生独特思想与发展特质，梳理职业生涯规划大赛的政策育人背景。依托参赛实践数据，从赛前动员、分层指导、赛中价值渗透、赛后长效转化四个维度，构建辅导员依托赛事开展思政育人、激活学生就业内生动力的完整实施路径，总结赛事在提升学生专业认同感、职业清晰度、就业主动性、理想信念层面的育人成效，为工科院校单年级研究生辅导员开展全过程就业思政提供可复制实践范式。

关键词：研究生辅导员；职业生涯规划大赛；研一学生；就业育人；思政教育

Empowering Through Education – Research on the Practice of Ideological and Political Education for Graduate Students – Taking First-Year Graduate Students of Shahe Campus of North China Electric Power University as an Example

Li Yuhang

North China Electric Power University, China Beijing 102206

Abstract: Ideological and political education for postgraduates in the new era emphasizes the coordinated advancement of employment education and value guidance. As a practical carrier of career education, the Career Planning Competition can address practical problems such as vague career cognition and insufficient employment initiative among first-year postgraduate freshmen. Taking the Shahe Campus of North China Electric Power University, which only enrolls first-year postgraduates, as the research sample, this paper considers the working characteristic that counselors accompany students only throughout their first postgraduate year. It analyzes the ideological and developmental characteristics of postgraduates as a whole as well as unique traits of first-year postgraduates, and sorts out the policy and educational background of the Career Planning Competition. Based on practical competition participation data, this paper constructs a complete implementation path for counselors to carry out ideological and political education and stimulate students' endogenous motivation for employment via the competition from four dimensions: pre-competition mobilization, hierarchical guidance, value infiltration during the competition, and long-term transformation after the competition. It summarizes the educational effects of the competition in improving students' professional identity, career clarity, employment initiative and ideals and beliefs, and provides a replicable practical model for counselors working with single-grade postgraduates in engineering universities to implement whole-process employment-oriented ideological and political education.

Keywords: Postgraduate counselor; Career planning competition; First-year postgraduates; Employment education; Ideological and political education

0 引言

在新时代三全育人与就业育人政策导向下，教育部明确将职业生涯规划竞赛纳入高校思政实践载体^[1]，推动研究生生涯教育前置开展，引导青年人才职业发展对接能源电力等国家战略产业需求^[2-3]。当前电力工科研究生就业市场竞争持续加剧，研一新生普遍存在重科研、轻职业规划

的认知误区，而华北电力大学沙河院区仅开展研究生一年级培养工作，辅导员育人周期有限，生涯思政引导窗口期极为宝贵^[4]。现阶段研一思政教育多聚焦学业适应与心理疏导，就业规划育人存在明显滞后性，导致学生职业认知模糊、就业主动性薄弱。基于此，本文依托院区真实赛事育人实践开展研究构建适配研一学生的赛事指导体系，为

同类特色院区思政育人工作提供实践参考。研究采用案例研究法、访谈法与数据分析法,以该院区 2025 级研一研究生为对象,结合赛事参赛、获奖数据及学生访谈结果,对比学生参赛前后成长变化,提炼科学有效的赛事育人实践路径。

1 新时代研究生群体与研一新生核心特征分析

1.1 当代研究生整体群体共性特征

一是思想认知趋于理性,但择业易受功利倾向影响。研究生具备独立思辨能力,部分学生择业追求高薪、一线城市,缺乏扎根基层意识,个人发展难以对接国家战略需求^[5]。二是科研任务繁重,生涯规划滞后。学生重心放在科研,普遍拖延至研三才考虑就业,缺少长期规划,易滋生就业焦虑。三是实践经历不均衡,行业认知有限。工科研究生深耕实验室,实习调研不足,对电力行业岗位了解片面,就业选择较为盲目。

1.2 沙河院区研一学生专属特质

(1) 身份转换适应期,专业归属感尚未建立。学生刚完成本科到研究生的跨越,课程、科研节奏突变,对电力细分研究方向、对应就业岗位缺乏系统认知,难以建立长期职业目标。

(2) 陪伴周期短,思政引导窗口期有限。院区无研二、研三在读学生,辅导员仅能在研一学年完成生涯启蒙,错过赛事引导则后续缺乏线下跟踪育人载体,必须在入学首年完成职业意识唤醒。

(3) 科研目标单一,就业主动性薄弱。多数学生读研初衷聚焦学术深造、发论文,忽视就业能力储备,主动搜集行业招聘、职业发展信息的意愿较低,就业参与积极性不足。

2 职业生涯规划大赛赋能研一思政育人的内在逻辑

2.1 赛事搭建“思政+生涯”融合育人载体

大赛要求参赛作品涵盖自我认知、行业分析、职业目标、实施计划、价值追求五大模块,天然具备价值渗透空间。辅导员可依托备赛全过程,将工匠精神、能源报国、大国电力使命等思政元素嵌入规划撰写,打破思政教育与就业指导“两张皮”困境,实现知识传授、能力培养、价值塑造一体化。

2.2 赛事激活研一学生就业内生动力

区别于课堂单向理论灌输,竞赛为学生提供自主探索、自主调研、自主设计发展路径的实践场景。学生为完

成参赛作品主动开展行业访谈、企业资料查阅、自我测评,从被动接受就业指导转变为主动探索职业方向,有效改善研一群体就业热情低迷、规划惰性等问题。

2.3 适配院区短期育人工作模式

研一学年完整覆盖校赛备赛、参赛、复盘全流程,辅导员可在有限陪伴周期内完成“动员—指导—参赛—复盘”完整育人闭环,赛事产出的规划书、路演素材可作为学生留存式成长档案,弥补院区无高年级接续指导的短板,实现生涯启蒙长效留存。

3 辅导员依托职业生涯规划大赛开展思政育人的实施路径

结合沙河院区 70% 参赛覆盖率、多级赛事获奖实践,立足仅带研一学生的工作实际,构建“四阶段分层指导、全程思政浸润”工作体系:

3.1 赛前:精准动员分层摸排,完成生涯思政启蒙

实施分群体差异化动员,破除参赛畏难情绪。面向深造、求职、规划迷茫三类学生开展针对性宣讲,结合双碳战略、新型电力系统建设政策融入能源报国理念,激发参赛内生动力。

摸排建立生涯台账推进精准育人。通过谈心谈话掌握学生情况,划分不同群体分层引导,为重点培育对象对接各类资源,稳定保持 70% 以上参赛覆盖率。

3.2 备赛:阶梯式分层指导,全程嵌入思政价值引领

作为仅陪伴学生研一学年的辅导员,采用“小组打磨+一对一精修”双轨指导模式,分层次落实育人目标:

基础层(全体参赛学生):规范规划框架,筑牢职业认知根基,重点指导学生完成霍兰德职业测评、电力行业市场调研,纠正“只懂科研不懂行业”认知短板。

提升层(校赛储备选手):打磨逻辑框架,强化责任担当表达,针对进入校赛遴选名单的学生,一对一重点优化路演文稿、PPT,引导结合新型电力系统、乡村电力振兴案例阐述个人职业理想,提升规划的思想高度。

精英层(冲刺市赛种子选手):深度价值升华,塑造行业报国理想一对一全程跟踪打磨作品,邀请电力企业党员技术骨干联合辅导,指导学生扎根电力基层、攻坚“卡脖子”电力技术等选题。

3.3 赛中:路演评审价值引导,营造正向生涯思政氛围

院区内初选设置思政评价权重。院区内部选拔赛评审标准增设“职业理想与国家战略契合度”评分项,倒逼学

生重视价值表达,树立正确职业观、成才观。

组织观摩路演,以榜样实现群体育人。组织未参赛、参赛学生共同观看院内路演,带动全体研一学生直观感知职业价值,扩大赛事育人覆盖面。

3.4 赛后:长效复盘转化,延伸研一学年育人成效

优秀作品汇编存档,打造院区生涯教育资源库。将市、校获奖规划书、路演视频整理成册,留存于院区学生工作办公室。

获奖学生组建生涯宣讲团,朋辈互助思政引领。组织获奖学生开展班级分享会,讲述备赛中专业认知、就业心态的转变,持续提升整体就业热情。

赛后谈心复盘,固化成长成果。赛后对全部参赛学生开展谈心谈话,对比参赛前后自我认知、就业规划清晰度变化,梳理成长收获。

4 沙河院区赛事育人实践成效实证分析

4.1 参赛数据基本情况

华北电力大学沙河院区本届研一全体学生为调研基数,主动报名参与职业生涯规划大赛学生占比 70%;经院内选拔推送校赛 12 人,最终获得校赛一等奖 1 人、校赛三等奖 6 人,1 名选手晋级市级赛事并斩获市赛三等奖,赛事参与度与获奖质量在全校各学院中位居前列。

4.2 学生成长多维育人成效

就业主动性与规划意识有效激活。未参赛学生中仅 21% 主动了解就业信息,参赛学生中超过七成持续关注行业动态,主动咨询发展路径,实现由被动接受指导向主动规划就业转变。

职业价值观得到正向塑造。参赛学生逐步摆脱功利择业倾向,参赛学生中超过 85% 愿意投身基层电网、新能源研发等重点领域,树立能源报国的职业理想。

5 赛事赋能研一思政育人现存不足与优化对策

5.1 现存短板

仍有 30% 学生未参与赛事,部分学生存在“重科研、轻规划”固有思维,内生参赛动力不足;

备赛指导师资单一,仅辅导员单人承担全部辅导工作,缺少专业导师、企业工程师常态化协同指导;

赛后长效转化力度有限,部分学生参赛结束后搁置规划方案,行动落地持续性不足。

5.2 优化改进对策

丰富赛事激励机制,拓宽参赛覆盖面。将赛事参与、

获奖情况纳入研一综合素质测评、评优评先参考指标,联动导师同步引导学生参与竞赛。

构建“辅导员+科研导师+企业行业导师”三方协同指导团队。建立常态化联合辅导机制,形成多元育人合力。

建立赛事规划动态跟踪机制。以研一学年为周期,每季度督促学生更新职业规划实施进度,推动赛事成果落地为长期成长行动。

6 结语

职业生涯规划大赛是面向研一研究生开展就业思政融合育人的优质实践载体。辅导员以赛事为抓手,通过赛前动员启蒙、分层备赛指导、赛中价值浸润、赛后长效转化全流程工作模式,能够有效破解研一新生职业认知模糊、就业主动性不足、价值取向功利化等思政教育痛点。院区 70% 参赛覆盖率与多级赛事获奖实践证明,以赛育人可同步实现三重目标:一是激活研一学生主动就业意识,提升就业热情;二是深化学生电力专业行业认知,夯实就业核心竞争力;三是完成价值引领,引导研究生树立服务国家能源战略的职业理想。对于同类单年级研究生院区、短期陪伴型辅导员而言,需牢牢抓住研一入学首年生涯启蒙窗口期,将职业生涯规划大赛贯穿思政教育全过程,推动就业育人与立德树人深度融合,培养兼具专业能力与家国情怀的新时代工科研究生。

参考文献:

- [1] 蔡铎,冯婧.提升高校辅导员就业育人能力的路径探索——以全国大学生职业规划大赛为视角[J].中国就业,2025(07):61-63.
 - [2] 杨红娜.能源类高校将“能源情怀”融入就业育人全过程的思考[J].就业与保障,2025(09):145-147.
 - [3] 郭宇嘉.“三全育人”理念下课程思政困境与路径研究——以“大学生职业生涯规划与就业指导”课程为例[J].教育教学论坛,2025(53):57-60.
 - [4] 鲜国彦,王思聪.行业特色高校职业生涯规划教育课程思政建设的三重逻辑[J].中国地质教育,2025,34(01):100-104.
 - [5] 王倩.新时代高校研究生就业价值观存在的问题与纠偏策略[J].就业与保障,2024(07):134-136.
- 作者简介:李宇航(1999.08.02),男,汉族,山东聊城,硕士,助教,研究方向:高校思想政治教育。