



我市大学生就业
系列报道⑤

做好职业生涯规划 迎接充满挑战的未来

本报记者 管淑颖

就业是最大的民生。

又到了一年一度的毕业季,据教育部统计数据,2023 届全国普通高校毕业生规模再创新高,预计达 1158 万人,同比增加 82 万人。

调研数据显示,有相当数量的大学生没有规划好自己的大学生活,在价值观选择、就业方向、各种矛盾处理等方面出现偏差,部分大学生在进入大学尤其是实习后会陷入就业迷茫。

通过科学的职业生涯规划,指导大学生在大学期间提升个人核心竞争能力,引导大学生树立正确的择业观和就业观,对缓解大学生就业压力、优化就业结构性矛盾有着重要意义。

做好职业生涯规划 让学生不再迷茫

精准、适切的职业生涯规划对提升职业院校毕业生的就业竞争力和综合技能素养、实现人生理想具有重要作用。市医学高等专科学校的药学专业,在新生入学第一课上,教师特地邀请企业专家前来授课,帮助学生明晰所专业就业方向,明确自己的职业目标。

现就职于新乡海滨药业有限公司的 2022 届药学专业毕业生冷艳文,正是该校为学生制订职业生涯规划的受益者之一。

“当初选药学,认为以后就业就是在药房给人家拿药,其他的就业方向不知道了。”冷艳文说,“新生开学第一课,老师邀

请了学校合作的企业专家,给我们讲了该专业就业方向,我才知道原来药学专业还可以有这么多的选择。”

明晰就业方向后,学校“以生为本”,针对学生个人职业生涯进行规划指导,通过“对症指导,一生一策”的方式,提高学生职业生涯规划精准度和有效性。“结合学生实际情况,老师给我们制订了详细的规划。为帮我们达成目标,老师还制订了属于学生自己的学习‘台账’,并对学习进行阶段性督导。”冷艳文说。

在辅导员及系部教师的关注下,冷艳文在校期间积极参加班级系部学校的活动,丰富自己的在校生活。在校期间,冷艳文综合测评成绩名列专业第一,注重理论知识与实践技能相结合,积极参加学校人体生命科学馆讲解工作,让课堂上所学的知识与社会实践不脱节。因此,她先后获得国家奖学金、国家励志奖学金。“就这样,在老师的指导督促下,我毕业后顺利找到了心仪的就业岗位。”冷艳文高兴地说。

优化职业教育课程 让学生就业不慌张

为帮助学生好就业、就好业,学校深刻认识经济社会发展的实际情况和就业形势,通过走访调研企业,深入了解行业企业对人才技能的需求,及时反馈到人才培养方案上,保障毕业生的知识技能结构与企业需求有效对接。

在医疗技术学院任教口腔数字化技术的教师苏瑞娜说,利用暑假期间,到学校的实践教学基地——濮阳现代陶瓷义齿有限公司进行学习。

“来这里学习是想把最新的理念带入教学。”苏瑞娜说,“在校园里学生能接触到社会需要的理念技术,进入工作岗位后上手更快。”除了利用寒暑假到基地学习外,苏瑞娜备课前,总是先到基地向技工学习,然后在课堂上教学生。

“我们数字化课本的编写人员包含技工,这个课程最大的特色就是实操性强。”苏瑞娜说,“每次上课前,我结合课本所讲,再到基地看看技工师傅具体是怎么操作、有没有特别需要注意的地方,这样课本和实操更好融合,能让学生更好地学透知识点,使其所学和社会需求不脱钩。”

学校强化“能力本位”,重视高水平高技能培养,积极引导学参加技能大赛。在构建职业教育课程体系过程中,职业学校在课程形式、教学内容、教学方法、教学手段等不同层面,推进“岗课赛证”综合育人,使职业教育教学内容紧密对接生产实际和社会实践,将新技术、新工艺、新规范等产业前沿元素及时纳入课程实训环节。同时,根据市场需求,与区域内的行业企业开展合作交流,邀请企业参与共建专业,制订课程体系,开发专业课程、特色教材,共建实习实训基地,实施考核评价,共享专业教学资源,让企业精神、企业技能切实融入职业教育教学体系,提高职业院校毕业生的实践技能和核心素质。

现代师徒制 打通学生就业“最后一公里”

为落实《职业教育提质培优行动计划(2020—2023 年)》,推进市医学教学改革工作,提升学校学生的就业竞争力,学校康复医学系率先开展现代学徒制教学模式改革。

康复医学院先后与 14 家医院签署现代学徒制校企合作协议,这些医院包括郑州大学第二附属医院、郑州大学第三附属医院、濮阳市中医医院、濮阳市第三人民医院、濮阳市职工医院、安阳地区医院、洛阳市中心医院、南阳市中心医院、开封市人民医院、三门峡市中心医院等。

进入实习单位后,学生与导师签订师徒带徒协议,确定师徒职责、考核办法和奖励办法等。学校与医院明确师徒遴选要求、实施步骤、时间安排、考核指标、奖励机制等,从制度上规范院内“师徒带徒”管理办法,使各项工作有章可循。良好的管理是成功的一半,学校、医院对带教情况进行双考核,对徒弟的跟师临证情况进行考勤,督促徒弟学习,保证跟师质量。

“像我们专业的学生进入实习医院后,需要进行轮岗实习。导师负责学生实习期间的学习,针对学生的情况,为学生制订实习计划,确定学生轮岗情况。”康复医学系教师介绍说,“这样的好处是,学生知道自己的就业规划,在实习时能着重学习,为以后就业打好基础。”

濮阳有个读书人茶座

7 月 7 日下午 5 时,市新华书店 1 楼北侧,濮阳读书人茶座如期开讲。对国学颇有研究的张自福,作了题为《学习孟子的修身智慧,做一个大写的人》分享。近百名读书人围坐在一起,一边听讲座,一边品茶话人生,忘记了夏日的炎热。

从 2017 年 9 月到现在,濮阳读书人茶座已成功举办了 109 期活动,拥有固定书友粉丝 1000 余名,成为众多濮阳读书人的心灵家园和濮阳推广全民阅读的文化前沿。

濮阳读书人茶座,由市社科联、市新华书店、市全民阅读促进会主办,发起人是我市两位读书人李中坤和高献本。市社科联普及部部长李中坤介绍,2017 年 8 月,他到市新华书店买书,恰好遇到相识多年的书友、在新华书店工作的高献本。两人聊读书时,产生了举办读书人茶座的想法。

他们的想法,得到了市社科联、市新华书店的支持。市全民阅读促进会会长魏胜先得知后,也觉得这事很不错。于是,由三家单位主办的濮阳读书人茶座就这样在新华书店落地生根。茶座的定位,就是倡导全民阅读,建设书香濮阳,引导广大市民多读书、读好书,服务每名读者,服务每个家庭。

2017 年 9 月 14 日,濮阳读书人茶座正式“开张”了。大家热情交流读书心得,收获满满。随着时间的推移,濮阳读书人茶座

慢慢摸索出了自己的阅读方式:每期先由一名读书人作主题分享,然后其他书友就此主题展开发言交流。

濮阳读书人茶座开办的好消息在书友之间慢慢传开,在市民中慢慢扩散。通过微信相传、呼朋唤友,结伴来参加读书人茶座活动的书友迅速多了起来。凳子不够,他们就想办法买一些简易凳子。有些书友来晚了,就站在旁边听。书友们常常风趣地说,要吃好壮馍排队也值得,要听好讲座站着也值得。

寒来暑往,不知不觉间,濮阳读书人茶座已经坚持了 6 年,拥有固定粉丝 1000 余名。每次茶座将要结束时,主题分享人都被如饥似渴的书友层层围住,答疑解惑,久久不散。市委常委、宣传部部长张锦印也曾于 2018 年亲自到现场调研濮阳读书人茶座活动情况,并对濮阳读书人茶座给予充分肯定,寄予殷切希望。2023 年 7 月 7 日,张锦印又带着市委宣传部有关领导,现场参与濮阳读书人茶座的阅读分享。

李中坤表示,今后,濮阳读书人茶座力争继续坚持做到“有正气、接地气、聚人气”,起到发挥传递正能量、引导正思维的社会效果,为濮阳全民阅读和书香濮阳的建设作出读书人应有的贡献。

本报记者 袁冰洁 实习生 高佳琪

濮阳市民文化大讲堂第 30 场——最美读书人阅读分享会举行

本报讯 (记者 管淑颖) 7 月 8 日,由市委宣传部、市文化广电旅游体育局、市教育局、市社会科学界联合会主办,市全民阅读促进会、市新华书店、市图书馆承办的濮阳市民文化大讲堂第 30 场——最美读书人阅读分享会在市图书馆举行。

我市第一届最美读书人、河南省作家协会会员肖保全,我市最美读书人提名奖获得者鲁清菊、傅双军,《濮阳日报》记者、中国作家协会会员刘文华,

市第三届最美读书人胡新会,市第五届最美读书人翟俊霞通过朗诵、快板、演讲等方式,分享了自己平时读书的心得体会。阅读分享会不仅激发了大家的读书热情,也使大家在阅读中获益,在交流中成长。

据了解,濮阳市民文化大讲堂是 2016 年由市委宣传部下文牵头成立的公益讲堂。截至目前,市民文化大讲堂已举行 30 场公益活动,为我市创建全国文明城市作出积极贡献。



暑假到来,图书馆成为孩子充电消暑的好去处。澶州书房是濮阳县精心打造的新型公共文化服务空间,为市民群众提供了阅读的心灵驿站。图为 7 月 6 日,孩子在澶州书房静坐阅读。

本报记者 段利梅 摄



培育和践行社会主义核心价值观

为积极引领广大少先队员培育和践行社会主义核心价值观,7 月 7 日,经开区昆吾办卫南社区联合市昆吾小学开展“红领中向社区报到”活动。此次活动以知识讲座、参与社区志愿服务等方式开展,鼓励少先队员利用暑期开展志愿服务、敬老爱老、劳动锻炼等活动,以实际行动助力全国文明城市建设。

本报记者 高崑人 摄



7 月 9 日,在位于濮上路的一家篮球场,孩子们在进行篮球训练。暑假期间,我市不少青少年儿童参加篮球、足球等暑期训练营,磨炼意志,强健体魄,感受运动带来的快乐。

本报记者 僧少琴 摄



为增强未成年人假期安全意识,筑牢安全防线,7 月 5 日,华龙区黄河路街道联合黄河路街道派出所到辖区内幼儿园为幼儿上了一堂生动的假期安全教育知识讲座。

本报记者 高崑人 摄

持续深化文明城市创建

7 月 7 日,在华龙区朝阳路,长庆路街道办事处工作人员正组织施工人员给新修的路面标化停车线。朝阳路位于华龙区商贸聚集区域,周边有商贸综合体、大型商超、建材商店 100 余家,是助力商业高质量发展的“动脉”,也是一条牵动民心的“神经末梢”。

为方便市民出行,提升城市商圈环境,长庆路街道办事处投入资金 30 万元,组织专业施工队伍,历时 15 天完成朝阳路路面的全面修缮,新增雨污水管道 2 处,按照“保障通行、方便市民”的原则,施划标准停车位 20 个,朝阳路整体环境焕然一新。

除此之外,长庆路街道办事处通过柔性管理,多部门联动,探索商圈“自治共管”的新路子。由综合行政执法大队、市场监管所、共建单位、商户志愿者共同组建的联合行动队伍,常态化开展“牛皮癣”小广告治理、劝导沿街商铺履行“门前三包”公约、维护街道市容秩序、督促做好垃圾分类等行动,规范市场秩序的同时,加强宣传动员,倡导经营者、商户增强文明意识,以主人翁身份参与融入创建中来,实现商圈综合治理、诚信守法与创建全国文明城市同频共振,营造“诚信守法、文明经营、健康有序、发展共赢”的文明商圈良好氛围,不断提升商圈服务品质。“明显感觉街道变得更畅通,各种车辆摆放整齐,作为商户,我们会将门店的卫生打扫得越来越好,为全国文明城市创建出一份力。”安居街商户张豪杰说。

“执法+服务”模式,让长庆路街道办事处商圈创建合力在严管、常管中进一步凝聚。通过多项举措,精准发力,长庆路街道办事处全国文明城市创建工作形成了上下联动、协同推进的“共融共治”局面。整治后的道路旧貌换新颜,实现“靓、平、通”,商圈整体环境品质得到显著提升,人民群众的获得感、幸福感、安全感得到进一步增强。“服务+美化”,让更优的营商环境、更高的商圈形象品位逐步形成。

“让创建成为常态,让文明成为时尚。华龙区长庆路街道办事处将坚持创建为民、创建惠民的理念,下足‘绣花功夫’,提升工作标准,补齐短板弱项,扎实开展志愿服务活动、培养文明素质,对商圈周边环境提升,做到管理常态化、规范化,打造文明示范商圈,让城市更具活力、更有魅力。”华龙区长庆路街道办事处主任宗永刚说。

聚力打造文明商圈 擦亮城市文明底色

长庆路街道办事处

不用跑远路！ 老年人公交卡家门口就能办

本报讯 (记者 吴丹) “在家门口就能办理老年公交卡,谢谢你们细心周到的服务。”7 月 6 日,家住华龙区长庆路街道景观城社区的张女士花了不到 10 分钟时间,就完成了老年公交卡办理,拉着社区工作人员的手连连感谢。

记者了解到,往年我市办理老年人免费乘车 IC 卡只能在市交通局或阳光大厦,办理人员较多,常常出现扎堆办理的情况。为方便老年人就近办理公交老年卡年检业务,市公交公司在华龙区政务服务和大数据管理局的大力配合下,在华龙区增设两处老年公交卡办理点。华龙区行政服务中心,地址:中原路与新东路交叉口豫北大厦 1 楼 1 号窗口,电话:8679780、8679706;华龙区长庆路街道景观城社区便民服务站,地址:长庆路与江汉路交叉口向东 100 米路北,电话:4490005。



党员突击队冒高温除杂草

7 月 7 日,中原油田物业服务中心组织党员突击队,冒着高温酷暑,手持高压剪、镰刀、铲子,操作草坪机、割灌机,对油气加工技术服务中心厂区内 1780 平方米荒地带的杂草进行修剪、清除,努力创造优美的生产环境。图为突击队员把清除的杂草运送到指定地点。

本报记者 贺德敬 通讯员 徐卫东 刘玲 摄