

近十年大学生职业生涯规划影响因素研究 最新进展及启示

——基于2010—2023年23篇文献的系统性文献综述法

梅玲 贺霞 王梦

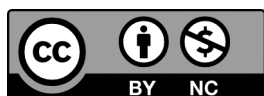
武汉文理学院，武汉

摘要 | 为厘清国内近十年间（2010—2023年）大学生职业生涯规划领域研究的最新进展，该研究采用系统性文献综述法，选取中国知网数据库中的23篇高质量研究论文，从研究对象、研究方法、研究结果三个方面进行统计分析，得出以下结论：（1）从研究对象上看，目前大学生职业生涯规划影响因素的研究对象主要集中于大一至大四的本科生。此外，研究样本中500人左右的样本量占大多数；（2）从研究方法上看，研究工具大多采用自编问卷，少数直接借鉴已有信效度良好的问卷。数据收集方法方面，目前大学生职业生涯规划影响因素的实证研究更多集中采用问卷调查法收集学生的数据；（3）从研究结果上看，多数研究从学生的自我效能感、自我概念、价值取向等自身方面进行研究，也有将学校、家庭和社会等外在因素与内在因素相结合的讨论。最后，探讨了该研究对大学生职业生涯规划影响因素研究带来的启示，以期促进我国职业生涯规划的发展，进而促进大学生健康就业。

关键词 | 大学生；职业生涯规划；影响因素；系统性文献综述

Copyright © 2023 by author (s) and SciScan Publishing Limited

This article is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/). <https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>



1 研究背景

二十大报告提出“实施就业优先战略。就业就是最基本的民生。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”。今年大学毕业生人数是1158万人，再创历史新高。随着大学毕业生的竞争压力越来越大，职业生涯规划显得尤为重要。因为合理的大学生职业生涯规划，使大学生能够正确的自我评估和自我定位，从自身的性格特征、兴趣爱好出发确立职业目标，进而采取行动来达成目标的实现，增强职业竞争力，同时为社会输送更多优秀的人才。

职业生涯规划的影响因素众多，根据梳理文献可以了解到大学生职业生涯规划领域研究的最新进展，

基金项目：本文系2021年度湖北省教育厅哲学社会科学基金项目“团体辅导对民办高校本科实习生职业生涯规划的应用效果研究”（项目编号：21G209）阶段性研究成果。

通讯作者：梅玲，武汉文理学院讲师，研究方向：心理健康教育。

文章引用：梅玲，贺霞，王梦：近十年大学生职业生涯规划影响因素研究最新进展及启示——基于2010—2023年23篇文献的系统性文献综述法[J]. 中国心理学前沿, 2023, 5(8): 907-914.

<https://doi.org/10.35534/pc.0508105>

对大学生职业生涯规划影响因素的研究进行系统地整合与分析将有助于改善目前的研究现状，并为未来大学生职业生涯规划方面的理论与实践研究提供参考。

2 研究方法

本文采用系统性文献综述法开展研究。系统性文献综述法起源于医学领域的元分析方法，从 21 世纪开始，该方法的科学性被教育领域的研究者所认可。系统性文献综述法通过清晰明确的关键词检索技术对文献数据库进行检索，根据研究问题和预先制定的标准进行文献筛选与编码，进而精准掌握该研究主题的研究现状与发展趋势，以解决特定的研究问题。与传统的综述法不同，系统性文献综述需要研究者带着明确的研究问题，基于研究问题确定文献筛选标准，从既定的数据库里详尽搜索有关文献，并根据筛选标准严格地纳入和排除，采用标准化技术从所选文献中抽取数据资料，得出研究结果和结论，所以系统性文献综述法较好地克服了传统文献综述法的主观性和偏见性的问题。系统性文献综述法主要包含以下步骤：确定研究问题、制定文献搜集的标准、检索文献、筛选文献、数据提取、统计分析、撰写综述。本研究在筛选并确定文献之后，通过编码量表对所选文献进行量化编码以系统性地提取数据，并从研究对象、研究方法、研究结果三个维度对所选文献内容做进一步的量化分析和可视化呈现。

2.1 文献筛选方法

由于本研究选取了 2010 至 2023 年的文献为研究范围，统计分析十年多大学生职业生涯规划影响因素研究，涉及多学科研究领域，为提高研究的质量，本文主要以中国知网中的中文社会科学索引文献（CSSCI）和北大核心为检索数据库。

根据研究目的，本文通过严格的筛选流程对初步获取的文献进行精选，文献筛选的要求如下：（1）必须是经过同行评审的期刊论文，排除会议论文、书稿、报告等；（2）以“大学生职业生涯规划”和“影响”为检索词条，以“大学生职业生涯规划”为检索目标，根据以上的筛选方式，最终确定以 23 篇核心文献作为分析对象。

2.2 编码分析方法

通过深度阅读文章内容，本综述设计并使用如表 1 所示的文献编码表对最终选取的 23 篇相关文献进行了量化编码，编码分为研究主题、研究情境、研究方法、研究因变量四个维度。研究情境包括样本类别、样本数量和研究持续时间等分类指标，以便后续对文献进行组织筛选和分类分析。

表 1 文献编码表

Table 1 Document code table

一级维度	二级维度	编码情况
研究对象	样本类别	本科生、专科生、研究生
	样本数量	研究的被试总数量
	研究工具	自编、借鉴
研究方法	数据收集方法	问卷、访谈
	数据分析方式	定量分析、定性分析
研究结果（影响因素）	内因	自我效能感、自我概念、价值取向、学习成绩、专业满意度、职业素养、职业认知、自我认知、沟通能力
	外因	家庭、高校、社会

3 研究结果

本研究通过系统性文献综述法梳理出近10年国内大学生职业生涯规划影响因素研究的论文。首先我们关注整体的发文趋势。如图1所示，自2010年以来，大学生职业生涯规划影响因素研究迎来了两个高峰：2010年迎来的第一个高峰，这时的研究开始出现将价值取向作为职业生涯规划的探索；2013年迎来了第二个高峰，由于“中国梦”指导思想的提出，围绕“中国梦”、大学生职业生涯规划教育，以及二者之间关系三个维度阐述了中国梦背景下的大学生职业生涯规划的重要意义，重点分析大学生职业生涯规划教育存在的问题及影响因素，尝试探索用“中国梦”引领大学生树立科学的职业生涯规划。值得注意的是，没有搜索到2021—2023这三年的相关文献，笔者猜想是由于受到疫情的影响。

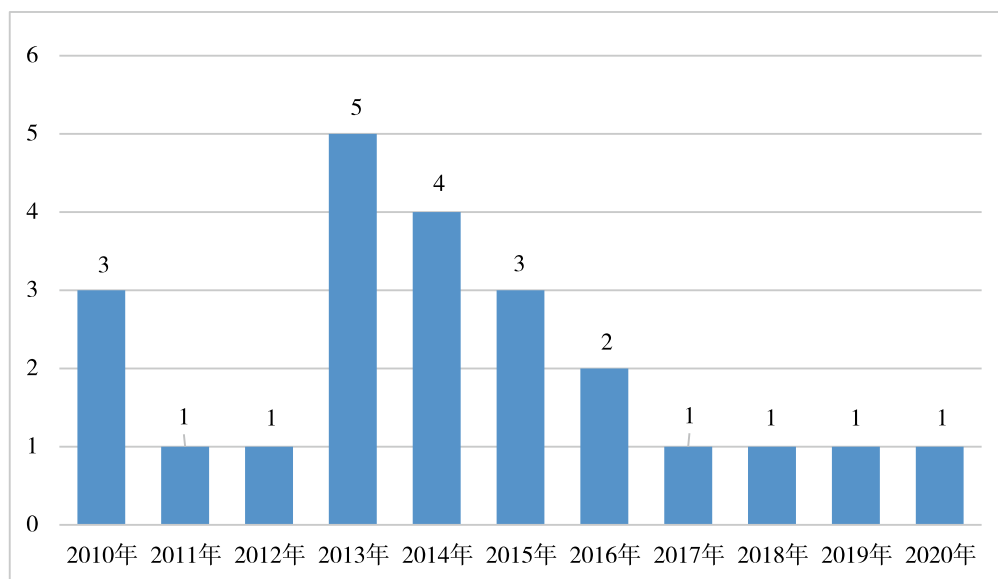


图1 大学生职业生涯规划影响因素研究文献统计

Figure 1 Literature statistics on influencing factors of career planning of college students

为了更清晰系统地回答研究问题，下面将从研究对象、研究方法、研究结果这三个面呈现结果。

3.1 研究对象

3.1.1 样本类别

23篇文献均报告了样本所属类别，其中有4篇文章的研究涉及跨阶段研究，即专科、本科、研究生多个研究阶段。本研究将其划分至K12混合的样本类别。各阶段样本分布如图2所示。统计可知，大学是羽毛球教学研究最多的阶段，23篇文章中有13篇文章的研究是针对全体大学（56.5%）进行，其次是女大学生（2篇或8.7%），最后是听障大学生（1篇或4.35%）、大二学生（1篇或4.35%）、应届生（1篇或4.35%）和艺术设计专业大学生（1篇或4.35%）。

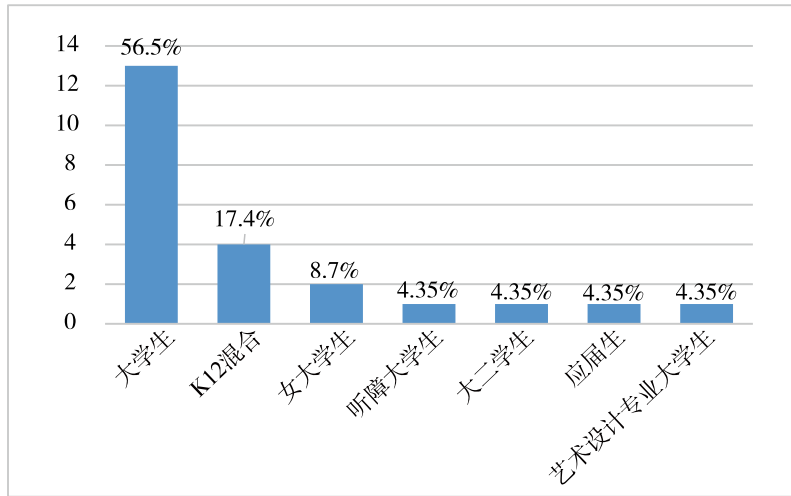


图 2 样本类别

Figure 2 Sample category

3.1.2 样本数量

23 篇文献 11 篇报告了样本数量，对其进行归类统计，分布如图 3 所示。可知，样本数在 500 人左右的研究有 8 篇，占总数的 72.7%，而样本小于 200 人的研究有 1 篇，占总数 9.1%，反映出目前大学生职业生涯规划影响因素的实证研究的样本比较理想。另外，有 2 篇文章的研究样本大于 1000 人，非常理想。

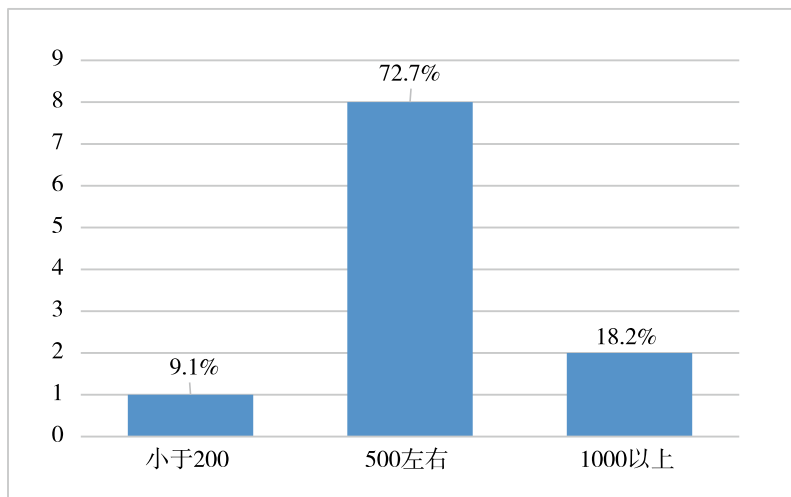


图 3 样本数量

Figure 3 Sample size

3.2 研究方法

3.2.1 研究工具

23 篇文献中有 11 篇文献作实证研究，对其归纳整理如图 4 所示。可知，有 4 篇文章是自编的，占总数的 36.4%，2 篇是直接借鉴已有研究的量表，1 篇是根据已有量表改编了部分内容，剩下 4 篇没有说明。

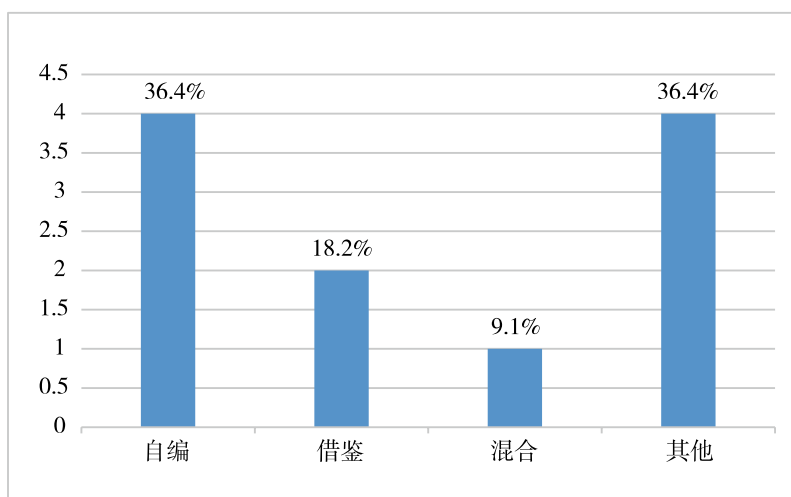


图4 研究工具

Figure 4 Research tool

另外，通过分析发现，调查问卷有5篇明确说明了问卷的维度，分别是声望、地位和发展进程；自我认知、职业认知、职业生涯规划认知和职业规划服务；职业认知、职业定向、自我认知、职业信念、职业探索和职业期待；职业搜寻、自我评估、确立目标、采取行动和实践调整；自我认知、职业认知、战略规划、计划实施。根据以上内容可知，5篇中有3篇都提到了职业认知和自我认知这两项维度。

3.2.2 数据收集方法

对实证研究的11篇文献进行归类统计，如图5所示。可知，有9篇采取问卷调查的方法来收集数据，占总数的72.7%，4篇采取问卷调查和访谈相结合的方法，占总数的27.3%。

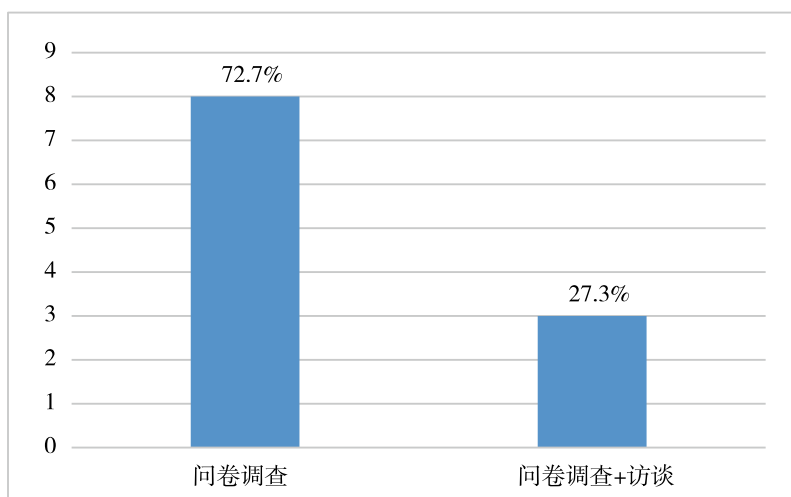


图5 数据收集

Figure 5 Data collection

3.2.3 数据分析方法

对 11 篇实证研究的文献进行归纳发现，分别采用的分析方法有：SPSS、Stata、Logit 模型、AMOS 模型等。

3.3 研究结果

根据 23 篇大学生职业生涯规划影响因素文献进行归纳分析，统计结果如图 6 所示。可知，只描写内因的文献有 11 篇，占总数的 47.8%，其中有 3 篇都提到自我效能感。只涉外因学校、家庭、社会的文献有 4 篇，占总数的 17.4%，既有内因又有外因的文章有 8 篇，占总数的 34.8%。

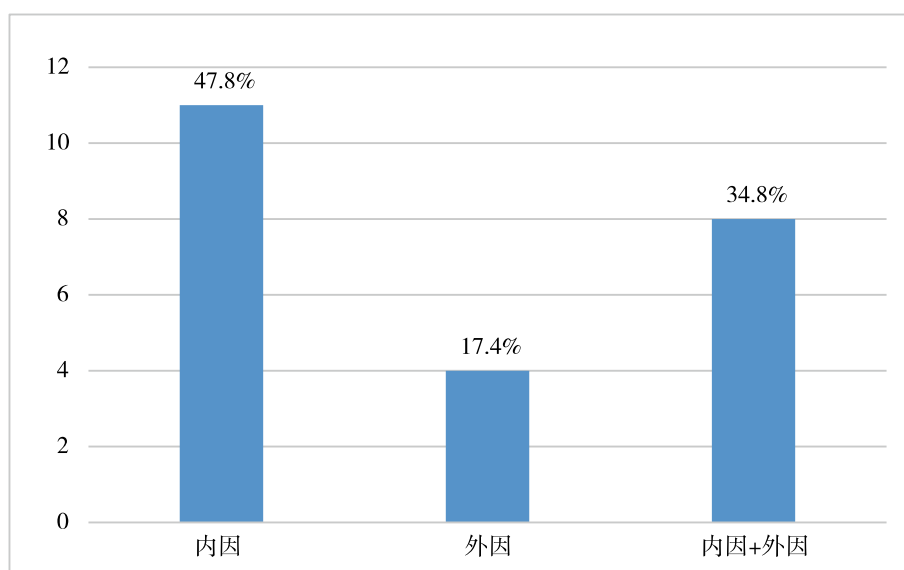


图 6 影响因素

Figure 6 Influencing factor

4 讨论与分析

4.1 目前大学生职业生涯规划影响因素的研究对象是哪些？

从研究结果来看，研究对象主要集中在本科大学生（大一至大四的学生），且占总数 56.5%，也有研究女大学生、听障大学生、大二学生、应届生、艺术专业学生等。本科生、专科生和研究生的跨阶段研究的文献占总数的 17.4%。由于搜索关键词是大学生，所以大多集中在大一至大四的本科大学生情有可原，只是大学四年是哪个年级和群体更加重要，更应该受到关注是值得思考的。

4.2 目前大学生职业生涯规划影响因素的研究方法是什么？

从研究结果来看，23 篇文献中仅有 11 篇是定量研究，占总数的 47.82%，不到一半，其他更多的是采取的定性研究，虽丰富了该领域的理论，但不够精准。且在定量的研究文献中研究方法多数采取问卷

调查法，占总数的72.7%，说明采取的研究方法过于单一，不能准确有效地收集数据。

4.3 大学生职业生涯规划影响因素有哪些？

从研究结果来看，23篇文献中有47.8%的文献仅分析了内部因素，说明内部因素的重要性。此外大学生职业生涯规划除了受大学生个人的因素影响外，还受家庭、学校和社会的影响。这就启示我们可以多角度分析影响大学生职业生涯规划的原因。

5 结论与建议

本文对近10年来国内大学生职业生涯规划影响因素的相关研究进行了梳理分析。研究结果表明：第一，目前大学生职业生涯规划影响因素的研究对象主要集中于大一至大四的本科生。此外，研究样本主要是500人左右的样本量占大多数。第二，在研究方法方面，研究工具大多采用自编问卷，少数直接借鉴已有信效度良好的问卷。数据收集方法方面，目前大学生职业生涯规划影响因素的实证研究更多集中于采用问卷调查法收集学生的数据，也有以采取问卷调查法和访谈法相结合的方式收集研究数据。另外，实证研究采用的分析方法有：SPSS、Stata、Logit模型、AMOS模型等。第三，在影响因素方面，多数研究从学生的自我效能感、自我概念、价值取向、学习成绩、专业满意度、职业素养、职业认知、自我认知、沟通能力等自身方面进行研究，也有将学校、家庭和社会等外在因素与内在因素相结合的讨论。笔者提出以下几点建议，期望能为未来大学生职业生涯规划实证研究提供参考与借鉴。

5.1 扩展研究对象

现有大学生职业生涯规划影响因素研究的研究对象大多集中在大学本科生，可以选取特殊群体作为研究对象，扩展研究对象，丰富研究样本，为未来大学生职业生涯规划的研究提供参考。

5.2 丰富研究方法

目前研究文献主要采用定性的研究方法，有助于丰富大学生职业生涯规划影响因素研究的理论发展，但是随着我国高校学生人数的不断增加，采取定量的研究方法，开展大数据统计分析，精准研究大学生职业生涯规划影响因素更具有可操作性。另外，丰富研究方法，使研究方法更加多元化。除了问卷调查法，还可以采取文献法、访谈法、观察法、个案研究法、实验法等，有助于更加准确地收集数据。

5.3 促进学科融合

通过多学科交叉视角研究促进大学生职业生涯规划影响因素研究问题的理论发展和实践性操作。大学生职业生涯规划的影响因素涉及很多方面，既有家庭、高校、社会等宏观层面的因素，又涉及大学生个体特征因素。因此，开展大学生职业生涯规划影响因素研究既要有教育学、心理学等学科思维，同时又要汲取经济学、管理学等学科理论，综合多学科研究优势，提高大学生职业生涯规划影响因素研究的研究水平。

参考文献

- [1] 徐艾学. 大学生职业生涯规划影响因素的调查与研究 [J]. 教育与职业, 2016 (12): 104-107.
- [2] 班兰美, 黎志健, 张玉. 大学生职业生涯规划现状及其影响因素 [J]. 中国健康心理学杂志, 2013 (3): 146-148.
- [3] 何家庆. 师范院校综合化趋势下大学生职业生涯规划的问题与对策研究——以H师范大学例 [D]. 武汉: 华中师范大学, 2021.
- [4] 陈社育. 大学生职业心理辅导 [M]. 北京: 北京出版社, 2003.

Recent Progress and Implications of the Research on Influencing Factors of College Students' Career Planning in Recent Ten Years —Systematic Literature Review Method based on 23 Literatures from 2010 to 2023

Mei Ling He Xia Wang Meng

Wuhan College of Arts and Sciences, Wuhan

Abstract: In order to clarify the latest research progress in the field of college students' career planning in China in recent ten years (2010-2023), this study adopts the systematic literature review method, selects 23 high-quality research papers from CNKI database, and makes statistical analysis from three aspects: research object, research method and research results. The following conclusions are drawn: (1) From the perspective of research objects, the current research objects on influencing factors of college students' career planning mainly focus on freshmen to seniors. In addition, the sample size is mainly about 500 people, accounting for the majority; (2) From the perspective of research methods, most of the research tools are self-compiled questionnaires, and a few directly learn from existing questionnaires with good reliability and validity. In terms of data collection methods, the current empirical research on the influencing factors of college students' career planning focuses more on the use of questionnaire survey to collect students' data; (3) In terms of research results, most studies focus on students' self-efficacy, self-concept, value orientation and other aspects, and there are also discussions that combine external factors such as school, family and society with internal factors. Finally, this paper discusses the implications of the study on the influencing factors of college students' career planning, in order to promote the development of career planning in China and promote the healthy employment of college students.

Key words: College students; Career planning; Influencing factors; Systematic literature review