

未来取向下职校学生自我意识的发展与教育对策

王莉莉

(深圳市携创高级技工学校, 广东 深圳 518100)

摘要: 影响职校学生的自我意识发展的因素主要包括社会环境、认知水平、成败经验三个方面。文章基于未来取向对自我概念、自我控制、自我评价、自我同一性等心理需求发展的正向调节机制, 提出从职业规划、校园氛围、实践经验三个角度来发展学生的自我认知、增强社会意识、提升自我价值感。

关键词: 未来取向; 职校学生; 自我意识

自我意识是指一个人对自己的认识和态度, 他是一个多纬度、多层次的心理系统, 从结构上看, 自我意识表现为具有认知的、情绪的和意志的形式。青少年自我意识主要包含自我认知、自我体验和自我调节三个方面。职校学生正处在青少年阶段, 这个时期是自我意识发展过程中最重要的时期, 在这一阶段自我意识得到飞速发展。但缺乏足够的社会经验, 还未形成固定的逻辑判断和认知体系, 心理独立性较弱, 极有可能导致自我意识偏差。

一、影响职校生自我意识发展的因素

(一) 社会环境

社会环境对职校生的自我意识建立起着重要作用。家庭成长和教育方式、学校的教育环境、朋友的价值观和行为习惯、社会文化价值观, 以及媒体等社会因素会对职校生的价值观、认知方式和自我认同产生影响。通过调查, 职校生对学历及社会认可度的担忧较高, 有研究显示, 职校生虽然经常思考未来, 但缺乏对未来的有效计划和对计划的执行力均不足够, 情绪影响较大。在中国传统的教育观念中, 对“职校生”存在消极评价, 这种社会对职校生的低教育期望往往会内化为职校学生的自我期望, 最终使他们难以看到自己的未来, 难以对自己的未来进行规划和思考, 从而产生较高的辍学率。

(二) 认知水平

通过社会比较形成对自我的认知或评价。职校生可能会将自己的外貌、能力、成就等与他人进行比较, 从而形成对自己的评价和认知。这种社会比较有时会对他们的自我意识产生积极的激励作用, 但也可能导致自卑和自我怀疑。例如, 互联网社交媒体已成为职校生开展信息、社交、娱乐、学习等活动的重要工具。研究显示, 截至2020年3月, 我国19岁以下青少年网民人数占网民总体的23%, 而且呈现出上网时间碎片化, 上网频率和总时长不断增加的趋势。而互联网社交媒体中存在大量的未经证实的信息, 同时诸如财富、食物、娱乐等容易引发职校生对物质、享受等信息的关注, 容易导致上行社会比较, 进而增强职校生的物质主义价值观。

(三) 成败经历

成功和挫折的经历对职校生自我意识的建立也有影响。成功经历可以增强学生的自信心和自尊心, 促使他们对自己产生积极的评价; 而挫折经历则可能导致自卑和自我怀疑。在职校中, 由于没有升学压力, 学生的学习目标不清晰, 学习投入不断降低, 这也导致学习成绩受到明显影响。有研究显示, 职校生的自尊水平随着年级的升高, 呈下降的趋势。学生往往需要通过家长、教师和其他关键人物的积极反馈和鼓励, 去面对困难和挑战, 并从

中学会自我调整和成长, 以此影响自己的认知和评价。

二、未来取向对职校生自我意识发展的作用

未来取向是指个体关于自己未来的思考和规划, 包括动机、计划和评价三个心理过程。未来取向对个体的发展起保护性作用, 使个体更倾向于采用健康的行为方式来维护身体健康, 远离不良环境, 避免或减少参与不良行为。未来取向对职校生的自我意识发展有积极作用。

(一) 自我概念的塑造

未来取向与基本心理需求三个维度(自主需要、能力需要和关系需要)呈正相关。进入青春期, 职校生更渴望对自己进行评价, 希望知道自己是什么样的人。未来取向可以帮助职校生明确自己的价值观和目标, 从而引导其在成长过程中形成积极向上的自我意识。学生通过思考未来自己想要成为的样子, 可以更好地认识自己、了解自己的优点和不足, 并明确自己的价值观和道德观。同时通过观察当下所处环境和未来目标的关系, 积极调整注意力规避消极行为, 或者参与积极行为, 付诸实践和努力。通过这一过程, 他们的自我概念得到不断塑造和发展。

(二) 自我控制的实现

青少年未来取向的发展与自我同一性的发展之间有着密切的联系。未来取向可以引导职校生积极主动地制定计划和行动, 以实现自己的目标, 同时激发内在的动力和自我激励能力。职校生通过设定明确的目标, 并制定相应的计划和行动步骤, 可以更好地发挥自己的潜力, 实现自我价值的最大化。通过未来取向的引导, 职校生可以培养自我控制和自律, 他们可以更好地适应学校生活的变化和挑战, 并培养出坚韧不拔、自信自主、自律守纪的品质。当他们有明确的未来目标时, 会更有动力去努力学习、提高自己的能力, 以实现自己的理想。而且未来取向可以帮助他们建立长远的目标, 从而在面对困难和挫折时保持积极向上的心态。

(三) 自我评价的客观性

积极的未来预期是实现特定生活目标的前提(例如, 拥有幸福的生活), 积极的未来预期为个人的未来提供了一个主题愿景, 并可能作为保护性因素阻碍风险性行为。未来取向可以帮助职校生构建长期的生活目标, 而非仅限于文凭、工作、物资生活等。职校生容易因对学习的不重视、学习投入不足, 导致学业成果不明显, 进而陷入到对自身的社会能力评价低, 对未来的不确定的困扰中, 从而产生焦虑、回避等负面情绪。未来取向可以让他们有一个积极的心理导向, 帮助他们更好地应对挫折和困难, 增强心理韧性, 减少心理问题的发生。

（四）自我同一性的提升

已有的研究发现，未来取向是学生感知环境因素与学业情绪之间的调节变量。通过未来取向，职校生可以建立起积极的自我评价。他们不再仅仅以学习成绩和物质生活作为衡量自身价值的标准，而是形成了更长远、更全面的生活目标。这种心理导向可以改变他们对自己的评价方式，从而减少对自身社会能力的负面评价和对未来不确定性的困扰。凭借积极的未来预期，职校生会产生一种自我鞭策的动力，激励自己更加努力地学习、提升自己的能力，以实现自己的理想生活。未来取向可以帮助职校生感知积极的校园氛围，建立良好的师生、生生关系，同时帮助他们建立良好的社会支持系统，为自己的未来发展提供有力的支持，从而更好地适应社会环境和社会角色的转变。

三、教育干预的方法和策略

职校生自我意识的建立是一个复杂的过程，受到多个因素的综合影响。近年来学校教育对学生自我意识的重视逐渐增加，在学校里开设了心理健康教育课程和个人成长培训活动。在此基础上可以从职业规划、校园氛围、实践经验三个角度来发展学生的自我认知、改善其社交能力、提升其自我价值感，促进学生的自我意识发展。

（一）强化职业规划教育

1. 跨界资源强化职业规划意识

职业规划意识的培养，不应该仅仅受限于就业前的一门课程。在职校生入学时由专业系提供专业、职业规划引导，同时作为班级建设的重要内容，在日常的班会活动、教学活动中，帮助学生了解自己的兴趣、能力和价值观，并结合实际情况，指导他们制定个人职业发展目标和计划。需要重视阶段反馈、正向引导，帮助学生持续向目标进步。

此外，学校可以与企业、行业协会等建立合作关系，邀请专业人士来校进行职业分享和就业指导，为职校生提供实际的职业发展建议和就业机会。这样的跨界资源整合能够帮助职校生拓宽视野，了解不同领域的职业发展机会和要求，提前做好职业规划和选择。

在“互联网+”“数字+”时代背景下，职业规划更需要跨界思维，因此学校需要向学生提供更多元的职业教育资源。如跨专业间课程开放，跨专业项目合作、参观等，使学生能够亲身体验不同职业领域的工作内容 and 环境，增强他们对职业的了解和认知。

2. 多元教法培养学生创新思维意识

多元教法是培养职校生创新思维意识的关键。开设创新创业课程，采用项目教学、团队合作的方式，让学生在实践中培养职校生创意思维、设计思维、问题解决能力、团队合作能力、资源收集、整合能力和创业意识。同时，学校还可以引入新技术、新工艺、新产业、新模式，创造一个积极、多元、开放的创新环境。这样的环境将激发学生的创新潜能，为他们提供挑战和成长的机会。学校还应该提供相关的创业资源，鼓励学生勇于尝试、勇于创新。

（二）建设良好校园氛围

1. 搭建平台促学生服务和参与

校园氛围对学生的投入、自尊水平都有关键作用。在校内创建良好的秩序和纪律环境，建立良好的师生、生生关系。开

设多样的兴趣社团、组织活动，培养个性发展，展示个性特色，同时也提升他们的社交能力和团队合作精神。树立榜样人物和成功案例，激发学生对于身边人的关注和学习动力；组织多样社会服务站，促使学生参与社会服务和社区参与活动，增强社会参与意识、服务意识。

2. 导师制个性化辅导因势利导

在学校，以班级为单位引导学生建立成长档案，根据学生的兴趣爱好、发展目标引导朋辈互助，形成共进小组，鼓励自主学习，定期评估调整。学校还可以通过导师制度的建立，为中职学生配备导师，提供个性化的指导和支持。导师可以与学生进行面对面的交流，了解学生的兴趣、能力和目标，可以帮助学生规划实践计划、提供实践指导，并定期与学生进行交流和反馈，帮助学生积累实践经验。还可以设立心理咨询中心或学业辅导中心，提供个性化的辅导方案和支持服务，帮助他们明确自己的职业目标和就业方向。这样的支持和指导将提高学生的学习积极性和发展潜力，为他们的未来职业发展奠定坚实基础。

（三）促进实践经验累积

1. 家校企社实践经验累积

家校企社是指，家庭、学校、企业、社会四方面。通过生活、学习、劳动、社会意识综合实践，完善学生自我意识，树立正确社会主义核心价值观。通过各类实践活动，职校生可以将课堂所学与实际工作、生活相结合，加深对职业的理解和认知。学校可以与实习基地、社区服务等多方合作，为学生提供实习、实践机会，让他们亲身体验职业工作、社会服务，并了解职业的种种挑战和机遇。通过实习，职校生可以发现自己的兴趣、优势和潜力，为未来的职业发展做好准备。

2. 赛事引领学生综合发展

为了引领中职学生的综合发展，学校可以积极组织学生参加各级各类竞赛，针对不同专业、校园文化特色，设立校内竞赛机制，提供丰富多样的竞赛项目供学生选择。这样的竞赛活动可以适度增加职校生的学习压力同时，鼓励学生多方面展示，培养他们的竞争意识和合作精神，能够增强学生的自信心和专业认同感。

总之，由于中职学生自我意识正处在发展的重要时期，易受到各方面的负面影响，容易导致自尊感低、社会焦虑、社交被动、物质主义价值观等情况，应受到学校和家庭的高度重视。通过对基于未来取向的教育培养，使学生树立正确的价值观、职业观、社会观，从而拥有高度的自我意识，更好的改进自己，提高生活质量。

参考文献：

- [1] 文艺元. 戏剧理论在青少年自我意识建构剧场小组中的运用探究 [J]. 成才之路, 2021, 690 (26): 58-59.
- [2] 公鑫. 校园氛围对中职生学习投入的影响：自尊和未来取向的链式中介作用 [D]. 济南大学, 2022.
- [3] 黄琪枝. 职校生未来取向与学习投入的关系：班级团体依恋与基本心理需求的调节作用 [D]. 喀什大学, 2022.
- [4] 陈奕荣, 吴忠良. 特殊教育师范生感知班级氛围对学习投入的影响：专业认同的中介作用与未来取向的调节作用 [J]. 心理发展与教育, 2022, 38 (02): 94-103.