

合理规划，因材施教

——职业生涯指导之从F同学春考面试失利说开去

周元敏

上海市第四中学，中国·上海 200030

【摘要】F同学上海春考录取失利后，学生和班主任都进行了充分的反思和总结。如何帮助学生做好合理的职业生涯规划。从失败的升学教训中获得启发，是老师进行后续生涯指导工作的素材。

【关键词】上海春考；职业生涯指导

F同学春考面试失利了，无论是孩子，还是我作为他的班主任，心情很是复杂。从高一到高三虽经历了选科分班，却一直都在我任班主任的班级中，我见证了他一系列的成长历程。先简单说说他的基本情况吧：

F同学性格开朗，高中三年里参加过校管乐队比赛与乐厅展演，也组织过小型乐队在校内演出，担任校学生会的纪检部部长。这些工作锻炼了组织领导和团队协作能力。学习上，优势较为明显的还是文科，特别是英语。虽然小三门中选择了化学，但整体理科相对薄弱。F同学的专业方向定位在应用技术大学轻化工程专业（香精香料）。

“春考前，那份拼劲，那份动力，那些凌晨1点还在挑灯夜战的日子，那些敏捷而精确的思维，那些自己也意想不到的操作等，都让现在的我不得不佩服自己。现在想想，也算是‘不虚此行’吧。总之，为了春考，我是拼过的。”以上是整个春考录取工作结束后我让F同学总结春考得失的时候他写下的一段话。当然，其实当初我让他总结的目的是看到他得知未能最终被录取理想高校，而情绪低落不能自拔，我想通过这种方式来转移注意力，在回顾之后能意识到秋考如果能延续之前的学习劲头，学业成绩应该可以有很大进步。眼高手低的孩子很多，我们班在春考中只有F这一位同学获得了面试资格。能让他取得第一入场券的恰恰是他对自己的学业水平的准确定位和最后关头的咬牙拼搏。

2月26日左右，春考校测的资格线陆续出台。短短的一周之后，就是校测时间。F同学拿到的信息所有人都能得到：轻化工程专业的技能测试科目、考察点和技能问答考察点。分值分布为技能测试120分，技能问答30分，总分150分。

技能测试科目：闻香、辨香，测试时间：40分钟

测试方式：现场实验

技能测试考察点：

- ①对日常生活中常见气味的分辨能力
- ②嗅觉的灵敏度
- ③对香气和气味的嗅辨记忆能力
- ④香气和气味进行合理描述的能力

技能问答：开放式问题，测试时间：10分钟

测试方式：面试

技能问答考察点：

- ①语言表达能力
- ②自身创新潜力
- ③专业了解程度
- ④学科综合素质

我通过对贵校历史和专业的研究，了解到此轻化工程专业极具潜力，拥有良好的发展前景。我喜欢大自然界神奇的化学反应，从五颜六色的化学试剂到香远益清的酯类物质，对一些简单的化学实验也做过些细微了解。在今后的学习中想必会遇到各种困顿与问题，我期待用我所学知识来实践并解决，而这也符合贵校以“应用技术”为本的理念与“砥砺前行，厚德精技”的精神。

这说明F同学高中阶段一直坚持对他报考专业的执着追求。

像这样，如果能够充分利用好自我陈述，并且在里面挖好“坑”等待教授提问，那对面试十分有利。在帮他改自我陈述的同时他也在准备高一时参加的食品化工类课题的描述，因为没有奖项，我让他重点陈述在实验过程中学习到的研究方法和成长过程。另外，回到我们刚刚说的分值问题，也就是说其实校测的准备过程中的重中之重应该是四点。

而在我问及F同学有没有侧面了解四点分别考察什么的时候，F给我的回答是，就是闻闻油盐酱醋，很简单的。现在已经是3月2号，离正式考试还有两天。我其实很焦虑，但只能一边启发他，你想想看，40分钟，只闻油盐酱醋合理吗？这应该勉强算是第一点的考察项目，那么第二点的灵敏度怎么判定？是不是稀释到一定浓度后还能闻出来？按常识第三、第四条应该是难度递增，我建议接下来你该去寻找专业人士来指导。一边电话他父亲，帮忙动用家庭成员在这一行业的关系寻求专业帮助。而在电话沟通的过程中，明显感觉到家长对于校测环节不够重视，其实是有资源的但并未加以利用。结果可想而知，校测环节中，技能问答因为有自我陈述和专业背景的充分准备27.8/30而技能测试48/120，未被录取。

在整个过程中，班主任和化学老师都对F同学进行了大量的指导，也见证了他的快速成长。但是因为孩子主观上的轻敌，家长的不重视，最终的结果不尽人意。好在F同学心态还是很积极的，考完后反思中这样写：“有的题给你一瓶什么信息都没有的未知液体，要你分辨出里面有哪些香精香料。也有的题如给你3瓶相同香味但不同浓度的液体，要你根据浓度排序。听起来比前者容易，实际很容易出错，我便栽在了这一项。”在他的总结中，不断流露出后悔考前没把老师的指导当回事，但他并没有沉迷于春考的失利中一蹶不振，而是在全面地总结后继续投入了秋考的积极准备当中。

但我们仍然会叹息，要是早准备该多好！

博观而约取，厚积而薄发。或许今天F同学的教训可以告诫高一高二的同学，早做准备。只有经过长时间的积累才能施展作为。

因此，我总结以下几点作为今后指导学生的思想，无论对春考还是综评都同样适用，请老师们指正：

要有专业方向，再依据专业方向来规划接下来的高中生活。

学生要充分地了解自己，知道自己的长处。比如逻辑思维能力强，那么就适合数学、物理，或者经济学、计算机等专业。

高三前必须完成一个与你专业方向匹配的高质量课题。

对面试范围，也就是高校需要的素质理解并及早准备。

充分合理利用学校、家庭和社会资源。

职业生涯的指导以及面对高校专业面试时的积极准备不仅是学生的事，也是家长和老师共同的任务。

参考文献：

[1] 粟晏. 霍兰德人格类型论在大学生职业辅导中的应用[J]. 科技创新导报. 2009(27).

[2] 黄鸿宇. 中职学生职业生涯规划与就业指导[J]. 青春岁月, 2016, 000(012): 269-269.