

高职新生制定学生个人全面发展规划的对策与建议

刘嘉妮

宜春职业技术学院, 中国·江西 宜春 336000

【摘要】制定个人全面发展规划是每一位高职新生都要去着手的第一个计划, 高职新生在入校前的学习态度、个人期望或家庭情况都所有不同, 导致他们初入大学校园比较迷茫, 在专业、生活和未来没有计划, 容易出现问題。作为高职院校学生工作, 有义务为他们解开迷惑, 并引导他们如何制定个人发展三年规划, 更好地发挥育人效能, 从而提升高职生的规划能力, 同时最大限度实现自我价值。

【关键词】 高职新生; 学生个人全面发展规划; 自我价值

【课题项目】 宜春市社会科学研究“十四五”(2021年)规划项目一般课题立项成果, 高职新生制定个人全面发展规划的建议及对策研究 课题编号: Ycsk1-067。

引言

计划是实现目标的蓝图, 因此, 制定学生个人全面发展规划是十分有必要的, 合理安排学生阶段性计划, 规划好目标发展是提升学生各方面素质的重要步骤, 及时了解学生心理活动并进行积极引导、端正态度, 让学生更加自信地进入社会。

1 制定学生个人全面发展规划的重要性

“凡事预则立, 不预则废”, 学生个人全面发展规划是学生自我认识和自我了解的体现, 关系到学生在校期间的心理变化和对未来的期望。(一)从学校角度看, 可以进一步加强学生工作管理制度建设, 优化学生教育实施方案, 完善学校各层面的学生发展工作机制, 保证职业院校学生的人才培养质量持续提高。(二)从教师角度看, 了解学生是教育好学生的前提。现如今提倡“三全育人”, 作为学校的老师, 不光是学生的引路人, 同时也是学生三观的树立的关键期。高职院校的学生需要在校园里生活三年, 是步入社会前的一个重要过渡环节, 每一年都是一个成长, 会遇到很多现实中不可预测的因素, 需要提前制定出各种相应对策, 并在必要的时候对新生个人的发展规划进行调整, 有效地减少各种变化带来的负面影响, 也可以减少走弯路的情况, 集中注意力朝着目标继续前进。只有了解学生内心的真实想法, 才能更好地提早帮助学生制定个人全面发展规划, 因材施教。(三)从学生角度看, 学生在校期间所学的道德素养、知识技能是面对社会的重要内容, 充分发现自己的优点, 明确目标。提前规划未来蓝图, 制定目标, 可以有效地减少“弯路”、“错路”, 清晰知道每个时间段该做什么事, 有利于学生学习习惯的养成, 按照计划行事, 能使自己的学习、生活节奏分明。

2 高职新生入校前的心理活动分析

大学阶段是多元化、自主学习阶段, 而高职新生有被动适应的特点, 因为新生进入高职大多成绩不是特别好, 大家来自不同的地区, 个人思想情况、生活经历和性格等方面都有些差异, 所以在校园成长的过程中会发现对发展规划都有自己不同的顾忌, 据数据收集发现新生对自己的个人全面发展规划的认识不完全, 对待其态度差别很大, 一般来说主要有以下三种:

第一种“态度消极型”。高职的学习状态其实比高中还更要紧凑, 但是由于入校前个人的起步水平不同, 导致很多学生产生自暴自弃的想法。高职新生入校前本应该像一张白纸一样可以重新出发, 但通过对班级学生谈心谈话后发现这一类新生对校园生活、学习没有兴趣, 并抱着消极心态, 怀有“反正我以前也这样”、“我

就是来混日子”的态度...他们带着原毕业学校的印象走入新校园, 缺乏自信心, 不爱参与学校和班级的活动, 喜欢把在校园里任何问题归结在过往里, 并把问题无限放大, 提前在心里就进行自我否定, 对校园的同学、老师都有抵触情绪, 没有积极性。

第二种“盲目乐观型”。这一类型的新生对校园生活抱着极大的期望, 认为大学校园就是步入社会前的“天堂”, 脱离父母的管教, 摆脱了高中时期沉重的课作业和精神压力, 自以为是“小大人”可以自由散漫, 完全不去想可能会遇到的问题。这种类型的新生有较强的自由意识, 极差的独立能力, 高职新生多来自于学习氛围相对来说较差的高中, 但现在面对新的校园生活, 这种自由散漫的心理往往遇到问题后打破了心中美好校园的“信念”, 立刻感到极大的失落感和挫败感, 甚至会对校园生活立刻产生排斥情绪, 容易导致心理偏向极端, 最后影响正常的校园生活。

第三种“漫无目的型”。其实这一类的新生是最好及时端正学习态度, 定好目标的类型, 他们大都抱着“混”毕业证的心态, 跟着班级大部队行动, 虽没有加入自己的思考, 缺乏主动性, 但也不消极。他们不知道如何沟通和表达自己, 也不管自己是否被理解, 就算是被排斥也不会放在心中, 这种缺少倾听、支持的处境, 使得他们对内消耗自己的情绪。其次, 许多学生都是正在慢慢适应需要自理的校园生活, 但是对专业的学习和生活都是比较随意态度, 只要是不会挂科就行, 也没有其他特别的要求和想法, 怀着没有什么目的的想法一直到最后毕业。在这三年中没有目标, 不知道自己想要的是什么, 对学习没有兴趣, 喜欢宅在寝室里玩手机、电脑, 拒绝社交。许多班级都有这一类型学生存在, 这个时候急需有人可以开导他们, 帮助他们认识未来毕业的现实情况, 并且引导他们设立目标, 认真规划好在校的时间管理安排, 多学技能。

3 制定发展规划的对策与建议

高职新生入校前会带着原来习惯和思维进入校园, 成绩的一时差异与之前的坏习惯是有关系的, 加上新时代各种网络信息的吸收, 逐渐对自己的目标失去前进的方向, 甚至还没有目标, 处于迷茫状况。为此我们可以采取以下几点措施, 正确引导学生:

3.1 改善消极心理, 避免盲目乐观

新生入学后, 入学教育内容十分的多, 一般会采取集中学习的方式, 例如讲座等等, 播放视频等形式开展教育活动, 但是学生在学习习惯和自觉性上就比较差, 因此很难认真领会入学教育的内容, 这就需要老师们提供创造良好的环境, 一个良好的环境可以影响到学生自我发展的心态和意识, 这也是为学生创造出和

谐的生长环境,同时也可以开展作为治愈性质的心理辅导,比如班级可以组织主题班会、小组讨论,加强新生直接的交流和联系,深入了解学生心理活动。

通过不断的探索和尝试,积极思考心理教育工作的新模式,发挥好心理的内驱动力,助力育人工作,与时俱进更新心理团辅课程,将积极心理的理念从新生入学时就建立起来,形成健全、完善的人格,更有利于构建理性、和平的新生心态。其一,创建积极的校园心理环境,这对于帮助学生形成积极心里品质和提升心理健康水平是很有必要的。开展心理健康教育,从活动体会中让学生养成积极心理品质和积极心理体验,鼓励学生去发现自己潜在的优点,积极引导用用行动实现自己的规划目标,积极引导走上健康心理路程,避免一些不必要的事情或者意外发生,要求班级同学、老师多方位的观察学生的心理情况,让同学们对同学和老师产生一种信赖感。其二,可通过班级设立心理委员,默默关注学生的心理起伏变化,可以通过主题案例活动,学长学姐作为讲座人,分享自己的在校经历,提高自身的认知能力,让同学们直观了解自己未来大学生活可能会遇到的种种问题,积极乐观的应对,提前做好心理准备,避免盲目乐观,走入误区,为自己争取更多的学习机会去提升自我。

3.2 制定学习计划,树立阶段目标

许多高职新生入校选专业都是家长们决定的,对专业课程设置和未来的就业前景并不了解。来到大学后,随着在校期间的互相了解,进一步认识专业和校园,发现与想象中的专业有差距恶化,会容易失去学习兴趣,没有阶段性目标,因此,为避免学生的错误判断,在第一次新生班见面会以及军训期间就可以帮助学生提前定好三年初步规划。每次当前高职院校的新生入学教育作为新生入学的“第一堂课的时候,其实整个入学教育承载的内容很多,一般包括以下几个方面:入学启蒙教育、学校的知识普及课、专业素质教育及心理健康教育等等。而新生最期待的是崭新的大学校园生活,而且入学的大部分时间都留给了军事训练,一般真正进行,而且新生入学教育的时间最多不超过两周,包含的内容又十分丰富,因此,在时间紧、内容多的情况下,为了完成常规的人学教育内容,学校一般将时间安排的很满,致使学生难以深入系统地了解入学教育的内容。

高职新生入学前,可以在新生班级设立一名高一年级的师兄或者师姐作为朋辈辅导,专门配合老师,负责学生在校期间的入学组织者,无论是工作还是生活上,都是需要各方面比较优秀的综合性人才作为榜样出现在新生的入学教育及生活中。建立从职业规划教育为切入点的新生教育,这样让同学们适应自理能力的时候先了解一点专业就业前景,但是不可忽略的是教育高职新生珍惜学习机会的时候,应该培养好学生的心理健康、三观、为人处世。1、第一年“学会做人”,养成一个好习惯并计划如何坚持,这是让学生培养良好习惯的一个开端,快速适应校园生活,无论是坚持早起还是坚持锻炼或是个人兴趣爱好。其中还包括阅读、社会实践和学校组织的活动,这对于学生在做人做事上得到一些锻炼,会加强学生与老师之间的相处,参加活动的过程中有助于增加学生的认知和体验,养成一些好习惯。2、第二年“学好专业”,这一阶段学生已经完全适应校园生活,逐渐将重心放到专业上,可以增加对专业的认识,提高自己的职业素养,了解职场的礼仪知识,去网上自学一些专业相

关课程和讲座,掌握技能增强个人技能,获得奖学金或比赛名次。主动和他人交流,提升自己的语言表达能力,增强自信心,加强锻炼,做到心理健康和身体健康。现在新媒体技术不断发展,对新生教育也会产生影响,使学生在互联网世界里能够更好的开拓学生的思维,可以更加容易的拓展学生的眼界,从而提高了发展规划的效率。3、第三年“学会做事”,在这一阶段提前让学生列出自己对未来3-5年的职业发展目标,引导学生列出职业发展目标实现路径、措施和办法。无论是未来创业还是就职,在毕业前计划好如何提高自己的就业能力。引导学生合理安排三年大目标,在具体到小目标,脚踏实地完成层阶段目标。

3.3 从适应到成长,从容面对未来发展

近年来,社会的发展步伐加快,中国互联网的蓬勃发展,特别是世界经济产业的革新,各个企业、公司对学生的要求都是技术技能型人才,这使得国家对高职教育越来越重视,而在高职教育中,学生的发展是首要任务,那么如何发展,如何找到适合自己的规划以及毕业后的就业情况是我们都应该关心的问题。高职新生的组我一时很强类,侧面反映了这对学生的发展问题,尤其是职业面对的时候是学生在毕业的时候都会遇到的问题。在新生开学之初,先建立以规划教育为切入点的新生入学教育,将就业指导课程前置到第一学期,让学生清楚明白什么是规划,规划对学生未来发展的作用和意义。新生集中进行入学教育的时候,还应该充分利用微博、微信等线上工具,引导学生了解毕业生的优秀事迹、专业讲解、校园环境介绍等等,提前收集新生感兴趣的问题,与家长一起配合,共同促进学生在校的成长。

4 结束语

另外,除了学生工作、辅导员等加强对学生的思想动态的关系,专业课老师也应在课堂上多帮助学生提前了解本专业的就业前景,要有针对性通过院系入学教育、班级主题班会活动等多种线上线下的途径搭建全方位的育人平台,从入学前期就在大学里实践锻炼,充实自我,提高高职学生对的综合素质,并且针对每位同学的个人素质提升提供一些方法,帮助新生及时调整自己的学习状态,更快、更有动力的适应高职校园生活及学习,以良好的心态从容就业。

参考文献:

- [1]论积极心理学在高职心理健康教育中的应用[J].李佳.《科教导刊》.2020.9第25期.
- [2]在高职新生中开展职业生涯规划的一点思考[J].焦重华.《教育教学》.2008年.
- [3]高职新生心理适应问题及应对方式研究[J].压鑫.《科技资讯》.2020年.
- [4]高职新生入学教育研究现状及启示[J].张春霞.《教育教学论坛》.2015年12月第50期.
- [5]贺敏,徐文丽.父母教养方式与大学生职业决策困难:心理资本的中介作用[J].兵团教育学院学报,2018,28(05):29-33.
- [6]李艳梅.团体辅导运用——大学新生入学教育模式创新研究[J].经营管理者,2016(1):383.

作者简介:

刘嘉妮(1993.02-),女,汉族,安徽芜湖,硕士,宜春职业技术学院信息工程学院,助教,主要研究方向为:工业设计与理论研究。