

# 中学生生涯规划与发展指导探索

杜笑雪

(珠海市斗门区第一中学 广东 珠海 519100)

**摘要:**学生的成长和今后的发展离不开生涯规划。做好生涯规划的主要目的就是为了让学生树立一个正确的生涯规划意识,学会规划工作。将学生生涯发展指导作为实现一个人人生价值的重要过程,能够令学生充分的进行自我认识和规划,而生涯规划的主要宗旨则是促进人的全面发展,对学生的身心、智力和品德等各方面内容的发展。高中阶段是学生身心成长的一大重要时期,在这一时期下,学生自身智力、心理的发展十分重要。所以,开展中学生生涯规划与发展指导之间的探索十分重要。本文对此进行了简要的分析,并且针对当前中学生生涯规划提出了相关建议。

**关键词:**中学生;生涯规划;发展指导;课程探索;分析

生涯规划是学生发展指导的一大主线内容,通过开展生涯规划,可以使学生树立一个良好的生涯规划,学会如何规划,校方需要以建立一个具备班主任、心理教师、学科教师、社会人士和教育专家的专业团队。但是在开展中学生生涯规划的时候,有一个较困难的工作,就是学生职业体验工作。对中学生进行生涯教育,使学生能够逐渐从迷茫中走出来,使其能够通过教育来明确自己有哪些的长处、对哪些事物有兴趣,联系教师所讲授的知识和今后进入社会职业生涯之间的联系。及时的确立目标,让学生能够对自身的生涯规划有一个更加简洁清晰的认知。

## 一、中学生生涯规划与发展的现状

生涯规划与发展指导是一门课程,目前在我国的港澳台等地区有较长的一段发展历史,且经过这么多年的发酵、探索,其已经具备了一个较为成熟的理论体系了,被教师充分的运用到了教学中去。而在大陆开展生涯规划教育的时候,也主要是在大学和职业学校中开展。随着近年来教育事业的不断发展,生涯规划课程在各大普通中学中也得到了广泛的使用。在当前的中学生生涯规划与发展的理论上主张“以生为本”,不再只强调一味的进行知识灌输,更应该培养学生自主学习的能力。在进行教育教学的时候,教师应该注意将自身所具备的引导作用进行充分的发挥,但也仅仅是表现在调动学生学习兴趣之上,强调为学生营造一个主动发展的空间,教师尤为注意指导学生如何做人。在进行教学的时候,教师需要注意观察每个学生的知识水平,尊重差异化和个体的特殊性,依靠科学合理的教学方法来进行知识教学,引导学生自身的个性发展,不能以强硬的态度来强迫学生学。通过合理的教学方法培养学生的个性和特长,能够令学生自身的精神层次、眼界思维和解决问题等能力得到良好的锻炼和提高,使学生在步入社会之后,能够很快的适应社会的节奏。在终身教育的教学理念之下,教师必须对学生自身的终生发展要求来进行,并且在开展教育规划的时候,一定要始终坚持连续性、整体性眼光。

在中学阶段的生涯规划与发展指导教学中,主要分为了两大类,其一,整体为学校的课题研究教学,其二则是开设课程指导。因为当前的社会现状和高考的改革制度等不断变化,作为一门课程开设在中学中的运用率较少,更多的是以研究性学习来开展课程实施,简而言之就是课题研究。

## 二、中学生生涯规划与发展的意义

### (一) 帮助学生科学的设计自己的未来发展

在当前的教育行业中,学生生涯指导规划受到了有关人士的广泛关注,世界各个国家都开设了生涯发展指导课程。中学阶段的学生自身年纪较低,且所处的学习阶段也十分重要,在这期间,学生可能会对接下来的发展和学习产生迷茫,对未来的发展充满思考,这就需要学生做好自我未来规划、自我认知,这对培养学生学习知识的积极性而言有着巨大的帮助。对此,教师开展生涯规划指导就十分有必要。

通过教师进行指导,能够让每一个学生针对自身的实际发展情况来进行发展目标的建立,对于学生的学习生活也能够给予一定的

推动作用,令学生改善缺乏主动性的缺点,自主的进行学习。

### (二) 落实学生终身发展的教育理念

一个人的终生发展主要就是看其的职业生涯,所以在中学阶段开展学生职业生涯的指导十分重要。在当前的时代发展中,每时每刻都需要大量的优秀人才,而我国若是想要在国际化的一大浪潮中遥遥领先,就必须做好教育工作。在当前的现状下,教师通过开展学生生涯规划与发展指导教学,将各个职业的基本内容传授给学生,让学生能够对这些职业产生一定的理解,培养了学生的学习兴趣。而通过教师反复的实践教学,积极收集资料来进行课题的研究,能够使生涯指导工作逐渐向着良性发展,加快了教育界的发展步伐,使我国素质教育的提升获得更多的有效帮助。而也是经过漫长的实践和研究,我国当前的学生生涯指导工作基本上已经从传统的粗放式教学逐渐转向了精细化、全面化了,这为实现每一个学生终生发展提供了巨大基础帮助。

## 三、中学生生涯规划与发展的探究

### (一) 目标的精细化

生涯规划和发展辅导主要是围绕着培养学生自我学习能力而进行的,使学生能够具备较高的社会道德价值观,建立一个完善的人格。生涯规划发展指导不仅仅需要进行知识的教学,更加注重实用性,学生在学习了相关的知识内容之后,需要将其运用到实际的学习和生活中去,所以就可以通过学生的生动活泼性与自身相关的活动等来激发学生对生涯规划的重视和兴趣,主动配合教师进行生涯规划,从而提高自身的学习能力和生涯态度。

对此,教师需要注意的内容就是,提高学生在人文精神、艺术能力和科技民生等方面的生活素养,在学生个人发展之上开展培养工作。培养学生站在生命的角度上进行思考,明白自己所肩负着的各种责任和生命的意义与价值等,让学生能够具备更加丰富的学习热情 and 责任感。这样一来,学生能够在进行知识学习的时候,具备一定的实践能力和学习能力,树立一个新的、科学的价值观。

### (二) 内容的精细化

中学生所处的年龄段偏低,但是却一直在发展,站在他们的角度上而言,教育教学是即将就业学生的一种“终极教育”,但是同样也能够为学生开展升学提供更多的“预备教育”。中学阶段开展的生涯规划框架教学能够遵循这学生生命成长的轨迹,结合学校的教育,将学生自身所具备的内在潜能和各种差异进行深度的挖掘,帮助学生构建一个进行挥洒的舞台,使其自身能够在这一舞台上尽情的放松身心,获得个性相宜的发展。

随着经济社会的不断发展,社会所展示出的一种发展脚步越来越快,职业竞争也越发激烈,在这一环境下,高质量的人才炙手可热。为学生进行职业知识的科普,帮助学生制定一个职业生涯规划,这已经成为了中学生所必须考虑的一大重要内容了。对此,通过教师开展学生生涯规划与发展指导,为学生养成正确的三观和道德体系提供更多有效帮助,提高学生自身的竞争力,让学生能够在当前竞争激烈的环境下站稳脚步,迎合社会的发展节奏,获得更加长远

(下转第 28 页)

自信,为学生树立高尚的职业道德和职业情操打下基础,使学生能以饱满的热情和博爱的情怀进入工作岗位,以独特的人格魅力影响幼儿,从而实现双育育人的目标。

### 四、课程考核评价的方法的创新

创新课程考核评价方式,同时注重融入思政元素的考核评价。在课程学习效果检验时,不能仅考查学生知识和技能的掌握程度,还需要进一步考量学生的情感、价值观等内容,构建知识、能力和价值情感多元化评价体系。结合结果评价、过程评价、动态评价等方式,逐步建立学生的发展性考核与评价体系,知识考察中充分融合思政元素的分析,价值情感评价需掌握学生自身成长成才情况,以科学评价提升教学效果。如过程评价风的依据是参考学生在学习通参与小组讨论和完成学习任务的数据来评定成绩;结果评价有如下两种形式:

(1)小组探究的理论成果:以研究报告、论文、读书笔记的形式提交;

(2)小组实践成果:以视频、摄影作品等多种形式提交,高分作品,将通过网络平台进行展示,推动学生之间的相互启发与学习。

(3)课程结合不同的课程思政专题内容举办各种教学技能大赛(“歌颂师德的朗诵大赛”,凸显社会主义核心价值观的“儿童剧或讲故事大赛”,“争当四有好老师的教学技能大赛”等,达到以赛促进,知行合一的目标。

### (二)校内外同行和学生评价

学生的实践成果(视频或各项技能比赛)都会邀请校内外同行一起检阅,均得到一致好评,每年本课程学生评教的成绩均在95分以上。学生评价中认为将课程思政教育融入本课程中,在无形中对他们世界观和价值观正确形成起到潜移默化的作用。

综上,将“课程思政”的教育理念融入教学。学生通过学习,

树立正确的教育观和儿童观。掌握朗读、幼儿教师教学口语、教育口语、交际口语、面试和答辩技巧;树立小组合作意识和自主学习的意识;能热爱幼儿教育事业,热爱幼儿,能积极参与小组讨论,主动完成线上和线下的学习任务,争当“四有”好老师,做好幼儿健康成长道路上的引路人;能在幼儿教育教学中运用朗读、儿童故事讲述、教学口语、教育口语和交际口语的技巧,能灵活运用面试和答辩技巧;能在团队协作中发表自己的见解;能反思自己的不足;能做到知行合一。目前,虽然课程取得了一些成效,但在今后的教学中继续改革和创新,为建立高质量教学体系添砖加瓦。

### 参考文献:

[1]张焯琳,余义兵.大学英语课程思政建设的思考[J].池州学院学报,2021(2):143-146.

[2]全国高校思想政治工作会议12月7日至8日在北京召开[EB/OL](2016-12-08)[2020-08-26].[http://www.gov.cn/xinwen/2016-12/08/content\\_5145253.html](http://www.gov.cn/xinwen/2016-12/08/content_5145253.html).

[3]陆道坤.课程思政推行中若干核心问题及解决思路[J].思想理论教育,2018(3):64-69.

[4]左勇超.课程思政对思政教师的新挑战、新要求与新定位[J].西南科技大学学报(哲学社会科学版),2019,36(6):91-97.

[5]李益龙,王国庆,王超,等.新时代高等教育中“立德树人”理念的贯彻路径[J].中国地质教育,2020(4):5-10.

注:本文系云南省2021年省级课程思政示范课程(含课程思政教学名师和团队)的研究阶段性成果。

### (上接第25页)

的发展。

### (三)生涯规划的主要项目

首先,在进行学生生涯规划的时候,教师要引导学生学会自我认识,对自己有一个正确的认识,对待自我发展有哪些看法,帮助学生掌握自我调节和总结。对学生展开社会生存能力的培养,令学生在步入社会之后能够获得一个更好的发展。

其次,要帮助学生养成一个良好的学习习惯,学会有效的进行学习。善于利用合作来进行知识问题的交流和解决,勇于展开探索,对各种事物都能够保持一个好奇心,主动的进行研究和手动实验。开展生命教育,让学生能够学会爱惜自己、爱惜别人,爱惜动物。

最后,培养学生在社会上的交流能力和人际交往能力,将平等和宽容等各种理念进行阐述,正确对待学生的异性交往,让学生能够通过团队来进行问题的合作解决。引导学生树立一个科学正确的职业理想,对升学和就业等问题以正确的眼光看待,使学生能够明确当前社会上所流行的职业发展趋势,积极从各行各业汲取从业经验,积极参观信息展览或者博览会,使学生能够养成一个正确的职业观。

如此一来,就能够保障学生在今后的社会发展中获得更多的有力帮助。

结束语:纵观全文,学生生涯指导工作在中学生的整个中学时期占据着一个重要的地位,生涯指导工作的不断深入探索,能够让

每一个学生在今后的发展中一步一个脚印的走下去,发挥生涯指导的意义。对中学生而言,教师所开展的职业生涯指导工会拓展学生的视野和见识,使其能够在拓宽视野的时候,做好自身自我规划的认识,使自己能够养成主动学习的习惯,为了理想而努力拼搏。学生能够具备这样的品质,勇于追求,才能够保持积极向上的动力来进行知识的学习,每一个学生所发生的转变,都体现着对生涯规划指导工作的一种肯定,而这些学生所迈出的步伐,也标志着教师们的辛勤付出。科学的落实课程规划工作,为学生自身的发展提供更多的指导帮助是每个教师义不容辞的责任。

### 参考文献

[1]孙登祥.中学生生涯规划与发展指导探索[J].教育教学论坛,2019,(24):180-181.

[2]蔡雯婷.中学生生涯发展与规划课程的实践探究[J].中小学心理健康教育,2019

[3]李金凤.新时期高中学生职业生涯规划指导探索[J].各界,2019:100-100.

[4]张洪波,黄娟,刘彦平.普通高中学生发展指导的实践与探索[J].教育,2018:3-6.

[5]张忠宝,石秀清.初中生生涯规划指导教育实践探索[J].教育,2018:43-46.