**当好人生导师 助力生涯发展**

——探索中学生生涯教育的有效途径

永定一中 廖旺华

2014年9月起，随着新一轮高考改革的大幕拉开，全国范围的生涯教育的浪潮也随之掀起，加强中学生的生涯教育成为各中学迫在眉睫的一项新的任务、新的挑战。那么，什么是生涯教育？其实，生涯教育就是帮助学生树立主动发展的观念、掌握生涯规划的知识与技能、进行生涯决策、确立生涯发展目标、寻求最佳生涯发展途径的有计划、专业性的教育活动。我认为，面对新一轮高中高考改革，当好人生导师，助力生涯发展，是每一个中学教师必须肩负起的历史使命与责任。

**讲好学科特点 启发职业兴趣**

新一轮高考改革，最重要的变化就是高中取消了文理分科，高考科目也随之发生了巨大变化，考生除了语文、数学、外语必选之外，其余三科将从政治、历史、地理、物理、化学、生物等六科中自由选择三科，也就是会有20种不同的选择组合，不同组合对于报考高考志愿都会有不同的限制与影响。那么，怎么选才是最佳方案？这对于每一个高中生来说必将是一个非常艰难的问题，因为这不仅涉及到高中的学科学习，而且涉及到学生未来职业生涯的规划。

根据国家颁布的课程标准，目前在普通高中开设的主要课程有语文、数学、外语、物理、化学、生物、历史、地理、政治、音乐、美术、体育、技术等，此外，不少学校还开设了校本课程，以拓展学生的知识面。这些课程不仅在于传授学科的知识与技能，而且兼顾了学生的能力、素质、兴趣，以及今后职业生计的需要。其实，这些课程的课堂教学、实验、实习等过程已融入了生涯教育领域的内容，成为生涯教育的素材与途径的一部分，因此每个学科教师都有责任结合自身学科教学对所教学生进行生涯教育。若每个教师都讲好本学科的特点及内容，学生的学习兴趣一定能够激发出来，从而职业兴趣也得到启发，对学生科学选择高中和高考学习科目一定能够起到积极的作用。

那么，作为学科老师，我们可以通过哪些途径来实施生涯教育呢？结合本人教学实践，我认为，一可通过学科教学让学生加深对自己的了解。学生通过学科学习，可以了解自己某学科的学习能力是否适合与本学科相关的大学专业的学习；二可通过学科教学让学生获得职业方面的见识与能力。通过学科学习，学生可以了解某学科在职业方面的具体应用以及自己适应的能力；三可通过学科教学让学生启发职业兴趣。通过学科学习，学生可以发现自己的兴趣爱好，这对于职业规划至关重要；四可通过学科教学让学生了解职业或升学的情报。通过学科学习，学生可以了解相关学科在职业方面的应用，很有可能成为学生今后职业动机的契机之一。

新高考背景下，高一学生将面临高中学习科目的选择问题，它关乎将来的高考以及专业的选择和职业的方向，因此如何科学合理选择学习科目，正确规划自己人生的发展方向，对于每一位高一学生来说显得非常重要。那么，学科教师应该如何指导学生学会科学选科呢？我认为，一要指导学生充分了解自己的思维优势。属于抽象思维型的同学而言，选择理科方面的物理、化学、生物等学科比较合适；属于形象思维型的学生来说，显然选择文科方面的政治、历史、地理以及文艺类的学科能够更好地适应；二要指导学生充分了解自己的兴趣爱好。选择了自己感兴趣的方向，就能扬长避短，充分发挥自己的优势；三要指导学生充分了解自己的学习潜能。这是学生学习能够实现可持续发展的关键；四要指导学生充分考虑未来的社会需求。在充分考虑自己特长和兴趣的同时，也应该多考虑一下今后国家经济建设发展的需要，为今后的就业发展奠定基础；五是指导学生借助有关正规测试软件，发现自已的职业兴趣，为自己科学选科提供参考。

**当好人生导师 引领生涯选择**

2009年国家教育部颁布《中小学班主任工作规定》，首次明确提出，“班主任是中小学日常思想道德教育和学生管理工作的主要实施者，是中小学生健康成长的引领者，班主任要努力成为中小学生的人生导师”。今天，在新一轮高中高考改革中，班主任是学校生涯教育工作最直接、最基本、最重要的指导者与实施者。学校生涯教育的成果实质上是通过班主任的辛勤工作而体现的，班主任对担任班级学生的生涯教育等负有重大责任。

那么，作为班主任应该如何当好人生导师，助力学生的生涯发展呢？一要在学校整体布局下，制定好本班生涯教育的工作计划，配合年级组织开展的生涯教育活动，并研究切合本班实际的指导方法；二要正确、深入地了解本班学生的情况，收集、整理并能解释说明每个学生的个人资料，建立和完善本班学生生涯规划档案；三要向本班学生提供妥切的升学或职业方面的情报资料；四要担任本班学生在职业或升学指导方面的咨询工作，包括个别指导与集体指导；五要借助班会课，积极开展生涯教育主题班会；六要在职业或升学指导方面，与学生家长保持密切的联系，并且取得家长的积极支持配合。

对于高中班主任，还有一项非常重要的工作，就是指导考生科学填报高考志愿。其实，指导志愿过程就是帮助学生进行人生规划的重要过程。考生能否调整好心态，找准好位置，规划好未来，选择好志愿，不仅会影响升学与录取的机会，而且还会影响到考生一生的职业选择，甚至密切关系着考生未来的幸福。根据本人多年指导考生填报高考志愿的实践，我认为：一方面，班主任要指导考生充分了解当前的社会需求和专业分类，其中包括专业类型、专业要求和发展趋势，这是选择志愿的前提；另一方面，班主任要指导考生充分了解自己的志趣和条件，以及自己的学业水平、个性特征等方面的因素。这样才能帮助考生作出符合自己实际的正确选择。

**开展综合实践 体验职业价值**

2018年6月，本人参加了“2018年福建省高（完）中德育副校长提高培训班”的培训，前往上海部分名校参观学习，了解了这些学校开展生涯教育的做法与经验，给我最大的感受就是，要提高学生的职业规划意识，提高学生探索职业志向的自觉态度，很关键在于如何因地制宜开展好生涯教育综合实践活动，让学生亲身去体验职业的价值，从而更加明确适合个人发展的职业方向。其实，适合高中学生的综合实践活动可以是丰富多彩的。

一方面，我们可以通过生涯教育主题班会或者生涯教育课程，帮助学生找到真实的自己，发现自己的职业方向。2018年6月，永定一中承办了“龙岩市生涯教育主题研讨活动”，与会人员观摩了心理教师执教的生涯教育课和班主任执教的生涯教育主题班会，共同的感受就是：通过生涯教育主题活动，让学生寻找真实的自己出发，看到自己的内心，探索生涯发展之路；让学生带上优势向前走，引导学生发现自己的性格、能力、兴趣方面独特性，去寻找发挥自己优势的舞台，从而将更多的时间倾注在自己最有潜力的方面继续发展；让学生链接外部的世界，加强对大学专业、社会职业、家庭环境的探索，整合学校、社会和家庭资源，助推自我决策；鼓励学生成为自己的舵手，让学生学会制订自己的成长方案，学习对自己的压力与情绪进行管理，从而像个优秀的舵手一样掌控自己生涯前行的方向。

另一方面，可以充分利用高校与校友资源，邀请大学教授或者优秀校友给学生作生涯教育主题报告。比如，近年来，永定一中邀请了中国科学技术大学、南开大学、同济大学等全国知名大学的教授来校讲学，而且每年都有许多大学招生教师来校推介大学，这些大学的教授介绍大学的专业特点和发展趋势，为学生报考志愿提供参考；邀请美国纽约城市大学终身教授郑志亮博士、在新华社工作的卢德坤高级记者等优秀校友回母校为学弟学妹们分享生涯发展经验；邀请在校大学生校友回母校推介各类大学的特色及专业特点。所有这些活动，都为学生进行生涯规划提供了借鉴与启发。

再次，我们可以开展研学旅行活动，组织学生前往高校参观学习，前往企事业单位考察体验。比如，永定一中近年来组织学生前往北京大学、清华大学、南开大学、天津大学和今日头条总部等地参观考察，组织学生前往华东理工大学参加全国青少年爱科学夏令营，组织学生前往本市福龙马集团等企业参观。通过这些参观访问，让学生亲身体验大学学习和职业价值。此外，我们还可以推荐学生观看生涯教育电影，阅读生涯教育书籍，并组织开展影评或书评活动，分享对于生涯规划的感受与思考；指导学生制订个人的生涯发展计划，学会进行个人职业道路、人生道路等方面的规划，引导学生规划好未来人生。

生涯教育工作是一项方兴未艾的事业，需要每一位教育工作者用心去思考与实践，不断去探索实施生涯教育的有效途径，让新时代学生真正怀揣梦想起飞！

（本文在2018年龙岩市“普通高中教学教研开放活动”教师论文评选中荣获一等奖）