（二）、中学生生涯教育的目标研究

发达国家生涯规划教育实施目标中所反映出的“生涯规划素养”，在实际经验上为我国生涯规划教育核心素养框架的厘定提供了借鉴，我们有必要对世界范围内的生涯规划教育实施目标进行分析，对其经验加以本土化利用，从而确立我国普通初中的生涯规划素养。因此，本研究以生涯规划教育实施目标维度中的具体内容为基础，从中提炼出相应的“生涯规划素养”。 本研究初步将我国初中生的“生涯规划素养”归纳为以下几类：

1. 终身发展能力

学生能够认识到终身发展的意义和价值。在复杂多元的社会中，培养个体终身发展、生涯发展的意识，使个体具备终身发展能力。个体随着社会的发展，将不断地进行自我发展与自我完善，从而实现持续性发展。

2. 沟通能力

学生能够运用口头或者书面的交流技能准确地表达自己的所感所想，掌握人际交往的技巧，运用适当的语言与不同的人群进行有效沟通与互动，建立并维持良好的人际关系。此外，在不同的团体中也需要个体有效地进行交流和工作，知道如何寻求帮助解决人际关系等问题。

3. 信息与技术能力

信息时代的各种信息呈指数式增长，需要学生掌握获取信息的途径和方法， 合理、高效运用各种各样的信息检索工具，根据自己的需要搜集、筛选、分析、使用生涯信息。

4. 自主规划能力

学生能够凭借对自我的认知，使自己专注于教育、职业和生活上的目标，制定符合实际的计划。学生还应该了解影响决策的有利因素，并将其应用到生涯计划的制定、应用和评价中，并且根据计划的执行情况进行修改。在此基础上，培养有助于学生实现工作、学习和生活成功的自我规划和管理能力。

5. 适应能力

学生需要理解学习、生活和工作会随着经济、社会以及个人决策等的变化而发生改变，在复杂的社会环境中适应不断变化的各种角色，平衡各角色之间的关系，及时适应不同的工作职责、环境等。培养学生的问题解决策略，让学生能够正确面对和处理生涯发展中的挫折与失败等问题。

* + - 1. 改进生涯规划教育校本课程

生涯规划教育校本课程，主要以课堂教学中的理论知识培养为主，协助学生自我认知、生涯探索，拟做出生涯决策和拟定生涯规划，促进学生初步形成生涯规划素养。生涯规划教育校本课程，侧重于向学生讲解个人与职业、社会等多方面的生涯基础知识和基本理念，帮助学生全面、完整的了解和认识生涯规划，进而为学生生涯规划素养的形成奠定基础。

调查看来，现阶段普通高中的生涯规划教育校本课程缺乏统一的规划，碎片式的出现在学校教育中。为此，普通高中结合现有条件，基于本校区域特征及学情，充分挖掘学校课程中丰富的生涯规划教育资源，对生涯规划教育校本课程进行统一设计与规划。

首先，生涯规划教育校本课程应是连贯而有序的，即贯穿于普通高中的每一个阶段，系统地为学生普及生涯规划教育的基础知识。在新高考背景下，生涯规划教育校本课程应从学校的选修课逐渐发展为学校的必修课，赋予其独立性，使其不再依附于班会课或选修课。

其次，该课程是对生涯规划教育知识体系的总结与提炼，应谨遵循序渐进的原则，依据学生生涯发展和生涯成熟的顺序，为不同阶段的学生提供适当的生涯规划教育，以满足不同年级学生的需要，切不可“凌节而施”。

* + - 1. 丰富生涯发展选修课程群

生涯发展选修课程群，即职业类的选修课。这些选修课是依据社会上的职业类别来设置的，共同构成选修课程群，旨在有针对性地培养学生某一类专业或者职业的技能。目前我国普通高中开设了种类繁多的选修课，但这些选修课中涉及学生职业技能发展的选修课相对较少，又缺乏成熟的体系。笔者在调查中也发现， 学生对于发展其专业技能有渴望，普遍希望学校能够开设相关课程。因此，丰富生涯规划教育选修课程是学生的呼求，是有必要的。

普通高中以职业领域为前提，依据各校的区域特色、师资状况及学生的特点等实际情况，对学校生涯规划教育职业技能类课程进行整体设计，规划本校生涯发展选修课程的职业类别，由此丰富生涯发展选修课。我们可参考英国对生涯群集的分类，包括语言；信息与通信技术；工程；健康与社会关怀；零售业；创意与媒体；建筑与环境；土地与环保；制造；美容与美发；经济管理与金融；家政与护理；运动与休闲；旅游业；科学；人文学共 17 个领域。[[1](#_bookmark256)]在此基础之上， 合理借鉴其生涯规划教育课程群的设置，依据学校师资等实际情况，因校制宜， 选择合适的职业领域，在该领域下开设种类丰富的生涯规划教育选修课，拓宽学生的生涯发展路径，以满足学生掌握职业技能的需求。

通过开展活动，模拟情境或创设真实环境，让学生进行直接或者间接的生涯体验式学习，在生涯规划教育的实施中具有非常重要的意义。普通高中要为学生的体验创造更多的机会，从多方面、多维度增加学生的生涯体验。一方面，间接体验活动需增加，例如种类丰富的生涯主题讲座；举办“职业体验日”活动，进行角色扮演；或者与生涯相关的系列活动，如演讲比赛、辩论赛、才艺汇报等。另一方面，尤其需要加强学生直接体验的获得，组织学生到工厂、企业等实地参观，让学生到事业单位、行政机关、公司等进行职业体验活动，或者到高校体验， 获得鲜活的直接体验。具体而言，主要包括以下几类体验活动：

1. 主题讲座

通过邀请各行业的专业人士到校开展讲座，如律士，警察、医生、工程师、教师等，让学生了解各种各样职业素养要求、工作环境以及发展趋势等，帮助学生更加清晰地认识各个职业领域的特征，明确从现在起还需要做哪些努力才能符合该职业的要求，有利于学生建立生涯目标并为之努力。

讲座主题的设计，可依据前述自我认知、生活领域、职业领域、学习领域四个方面的生涯规划教育实施内容，结合本校实际与学生的发展情况，设置不同类别的主题讲座，彰显学校特色。

例如，在自主发展领域以“跟我一起认识自己”、“发现你的魅力”等这类主题讲座激发学生探索自己的好奇心，引导学生正确认识自己。在生活领域中， 以“神奇的生命”为主题，让学生了解生命的起源、发展等，学会珍惜生命。通

过“生活中的角色”主题讲座中让学生了解生活角色等。

在职业领域，可依据不同职业设置不同的主题讲座，如温州中学在组织职业讲座时，依据学生的需求反馈来设计讲座主题。学校会事先调查学生对该领域的认知及最感兴趣的内容，由主讲人员对这些信息汇总，并整理成相应的课件资料， 经生涯规划教师和主讲人员共同调整后最终确立讲座的主题与内容。[[1](#_bookmark259)]宁波市的李惠利中学，在生涯趣味活动中设置“生涯主题沙龙”模块分别由不同职业的八个讲座组成，分别为公安技术、金融证券、新闻媒体、城市交通、医疗服务、对外贸易、文化传媒和房地产网络。这些主题讲座均由该中学的毕业生主讲，这些毕业生已经在相应行业取得了卓越成就。学生根据兴趣爱好进行选择，通过学长学姐们分享职场生活，建立起对职业的初步认识。[[2](#_bookmark260)]

在学习领域，大致设置以下主题，如“学霸是怎么炼成的”，帮助学生了解学习方法与技巧；以“谁的青春不迷茫”为主题，指导学生缓解学习压力；以“大学面面观”的主题讲座，增进学生对大学学习与生活认识与了解等。例如，河北石家庄市二中寒假前举办了“学长领我逛专业”生涯规划讲座，邀请了约 100 位就读于清华、北大、复旦等名校的毕业生，就航空航天、电子工程、人文社科、生物医学在内的共 27 个类别的专业知识展开介绍，增进了学生对高校专业设置和未来就业前景的认识。[[3](#_bookmark261)]

1. 角色扮演

角色扮演，学生需模拟生涯中的各种角色，运用表演的形式体验相应的行为特点和内心感受，进而促进学生对生涯角色的认知。例如，“跳蚤市场”活动， 进行义卖；在课堂中教师假设教室变成了机场，让学生选择与机场相关的职业进行表演，可以是保安、空姐、飞行员等，让学生模拟各个角色工作时的语言和行为特点。另外，在学校设置“一日职业体验日”，让学生选择自己喜欢的职业， 穿上这种职业具有代表性的服饰，以个人或者小组为单位进行职业特长的展示， 如音乐达人、绘画能手、业发动家长、社区等校外力量，在职业日当天协助教师开展“职业体验游园活动”， 以闯关的形式让学生体验不同的职业。

杭州求是高级中学的运动会入场式就是典型的角色扮演，各班代表不同职业的人物走进运动场，如高一（1）班的空乘组，高一（2）班是记者采访小短剧， 高一（3）班高举各种美容美发工具代表了理发师们，还有厨师、邮递员、保姆、矿工、交警、环卫工人、导游、摄影师、宇航员 通过这种方式深化学生对不

同职业特点的认识。[[1](#_bookmark262)]

1. 职场观摩与实习

职场观摩，即学校创造机会，组织学生以小组或者班级为单位，到企业进行观察，直观了解与感受各职业分工及工作环境等。通过一段时间内连续观察某一职工的工作，学生能够全面、细致地了解某一工作的职责和工作环境。学生应做好观察记录，及时反思，将经验与同学分享、交流。例如，杭州市绿城育华学校高一年级的“家长工作体验日”活动，让学生从身边最亲的人开始认识职业。学校抽出一天的上课时间，让学生去父母或者亲戚的工作单位，从早上到晚上感受他们一天的职业。

职场实习就是让学生走出学校，利用业余时间走进工厂、企业、酒店、社区等机构实习，学生需自主探索职业和理解工作性质，并且在真实的环境中增进自我认识，真正知道自己的兴趣在哪里，适合做什么，逐渐明晰自己的生涯发展方向。例如杭州求是高级中学，在暑假组织学生到自己感兴趣的行业进行体验余厨神、金牌律师、工程设计师等丰富多彩的职业。

1. 高校走访

生涯规划教育的实施也应注重与高等教育的衔接，让学生到大学去参观，提前感受大学的学习氛围，了解大学生的生活，走进大学课堂去听几节课，这都有利于学生形成对大学生活与学习的认识，让学生在填报志愿、选择专业时不再感到迷茫与困惑。例如，杭州的杭州师范大学附属中学，组织学生以小组为单位， 到浙江大学、上海交通大学、中国农业大学等高校进行走访活动。[[1](#_bookmark263)]杭州绿城育华学校的高校体验日活动也是以小组为单位，并且要求去之前对大学要有初步的了解，学生需要自主规划路线。学生到了大学后，也是带着任务去的，比如，走进第一幢楼的第一间教室听一节课，通过向大学生借饭卡到大学食堂吃一顿午餐，采访某一专业的老师等任务，促进高中生与大学生之间的交流，让学生对大学生活具备更理性的认识。

1. 社会调研

社会调研，即学生围绕某一现象，针对某一社会事件，进行深入细致地调查

（二）**基于高校导师制的“领行教师”教学能力提升策略研究**

（1）提高教师的课堂教学能力、提升教学质量是教师专业发展的最终目标之一。为此本课题采取的第一种尝试就是发挥高校导师的理论特长，引领课题组成员系统学习当代教学改革的相关理论，撰写读书报告，开设读书沙龙研讨交流，提高理论素养。例如学习理查德•阿伦兹的《学会教学》，潘教授带领每一位学员认真解读重要章节，比如关于主动学习与小组合作等重要章节，在导读的基础上让每一位学员自读并撰写了读书心得，开展读书沙龙，进行交流，并把交流的经验在自己的教学实践中去大胆尝试、探索教学改革的良策。

（2）系统开展教学观摩和研讨，反思教学中的问题和不足，不断改进和提高教学实效。每一学期，领行成员定期开设班会研究课，全组成员展开讨论，课堂研究主要围绕如何激发学生学习的主动性，这是生涯规划研究的主要方向。

（3）依托学校课堂教学改革工程，指导成长营营员进行课程开发和教学设计，鼓励全体成员开展“生涯规划教育的”实践尝试。在尝试过程中中，我们不断探索，初步提出了理念。

**（三）基于高校导师制的“领行教师”教科研能力提升策略研究**

（1）依托高校导师制的资源，对“领行教师”进行全面的教科研素养和系统的科学研究方法培训。潘教授专门为学员们开设了文献检索、论文写作的一般要求等系列讲座，对学员们进行了论文写作的理论指导，并提供了大量的优秀论文供学员们学习。

（2）通过微型讲座等方式，指导“领行教师”开展课题设计。各位“领行成员”均已在潘教授的指导下完成了各自小课题的主题的确立和提纲的撰写与修改。

（3）通过“一对一”辅导等形式，指导“领行教师”撰写研究报告和学术论文。并通过小组汇报交流等方式，定期组织“领行教师”进行研究反思和成果交流。

成员们在潘教授的指导下围绕各自的课题确立了第一篇论文写作的篇目、提纲，初稿，围绕初稿又开展了学习沙龙，每位学员阐述自己的论文，教授当面指导，其他学员相互学习借鉴。在不断地讨论、修改过程中，论文写作的技巧、理论分析的水平，实践探究的能力均得到了锻炼和提升。

（四）