

高中生各阶段规划教育的策略

杜文华

目前，普通高中的教育目标是：“培养具有强健的体魄、顽强的意志，形成积极健康的生活方式和审美情趣，初步具有独立生活的能力、职业意识、创业精神和人生规划能力”。因此，如何帮助高中学生实行人生规划教育，就是高中班主任面临的新任务。

高中生的人生规划对于高中学生来说，主要作用是帮助他们思考自己的未来，例如：我想成为怎样的人，我想要过怎样的生活，我究竟该往何处去等，让他们有机会想象“未来的我”，让他们通过了解社会上的不同职业，在自我了解和熟悉职业的前提下，探索适合自己的人生道路。此外，高中生人生规划关注的焦点并不仅仅是帮助高中学生科学合理地选择文理科及填报合适的高考志愿，而是更加关注个体对自我的了解，个体的潜能得以最大的开发。

面对着每年全国众多大学生毕业即待业的现实，如今的学习是为了什么？未来将从事什么职业？对于人生观、价值观已初步形成，同时又面临人生第一个分水岭的高中生来说，应该尽早确定自己的人生方向。根据如今的高考制度，高三的学生基本就需要为他的未来选择专业，其实也相当于正式进行人生规划。然而，面对突如其来的专业选择，高三学生们往往无所适从，只能由老师或家长代劳，最终受损的其实是孩子的职业生涯。许多事实都表明，一个人事业的成功，并不一定是他的能力有多高，机遇有多好，而是因为他们对自己的职业有明确的规划，并能按照自己的规划脚踏实地去实现它。因此，及早地把人生规划纳入到中学教育的各个阶段尤其是高中阶段，培养高中学生的职业规划的能力，是满足高中生身心发展特点的需要和实现高中生自我价值的关键。

1、总体目标的确立：

高一阶段目标为了解自我，着眼于发掘学生的自我意识和兴趣；高二阶段目标为了解现实，着眼于让学生面对现实，了解社会需要和自我能力之间的关系；高三阶段目标为自我和现实匹配，着眼于让自我需要和现实需要结合起来。

2、具体策略

(1) 创建氛围，激发学生规划意识

在具体实施过程中，最根本的指导思想是：唤醒并激活学生的自我意识，通过对学生“自我人生规划设计”的引导，帮助学生形成正确的心理导向，尽早确立自己的人生发展方向，从而形成在未来学习中的清晰方向；通过一系列学生自主参与进行的活动设计，使学生自觉地将自己在中学阶段的学习目标与个人的长远人生规划联系起来，最高效率地完成中学阶段的自我培养计划。同时培养学生认识自我，调控自我、评估自我的能力。

(2) 基础调查，分析学生初始情况

为了了解学生的基础情况，可以进行问卷调查，设计个人素质自评表，让班级学生填写，然后请学生根据自评的结果，做自我现状分析与评估。在学生自我分析的基础上，对全体学生情况进行分析，一般从高三学生专业选择中的误区，现实中的失衡心理、迷茫痛苦现象，学生学习、成长的压力，学习动机问题等方面加以分析，这样分析的目的在于以此为依据进行初步的自我评价，使学生认识到自己与理想目标的距离。

(3) 创设情境，提高学生兴趣

面对高三阶段的学生，靠传统的讲授方式，让他们弄清人生规划，也许是困难的。为了提高学生的兴趣，在规划设计、实施的各个环节可以设计一些对他们规划的实施有帮助且趣味性强的活动。例如：

活动类型	生涯规划系列主题班会、人生规划研究性学习及访谈、“我的专业、我的大学”介绍会、进入大学的学长座谈会
活动性质	趣味性、启迪性、灵活性
活动原则	学生心理需要、符合学生心理特质、针对性、实效性

(4) 班内交流，设计规划表格，跟踪管理，

通过班级主题班会，每个同学对自身问题解决情况及效果分析进行相互交流，取长补短，自我检测，对不足的地方进行修正，制定高中三年的规划。要引导学生集体设计一个大家通用的自我发展规划量表，并且实行分阶段定期填写和不断跟踪、自我检测的制度，以确保规划的实施与及时修正。原则上说，规划的内容越具体越好，分步环节越清晰越好，涉及范围越全面越好。目标学

习能力体现为以下四方面要求：一是会自己确立学习的目标体系，具有目标意识；二是善于选择达到目标的途径和方法；三是善于在对目标检测的基础上采取学习上的调控措施；四是善于总结自己达到目标的成功手段。如能根据上述四个方面制订自己学习目标体系，并进行目标管理和达成目标操作，就不仅能激发学习者的主体性，增强目标学习能力，而且能大大提高实现目标的成功

高中三年,正是高中生正处于人生观、世界观、价值观初步形成期的一个关键阶段，对未来的向往、憧憬最丰富，当然，他们的观点也最摇摆，最易调整、变幻，此时，作为班主任如果能够帮助他们指导航向，进行良好的引导,便会让他们对未来的人生不仅有正确的规划，全面地看待自身的优势与不足，更早地养成自我教育、自我设计的理念，一定会使他们更加全面健康地成长。