

中学生生涯发展指导设计^{*}

顾培培

〔摘要〕处于人格与能力不断发展重要阶段的中学生,储备生涯发展能力,挖掘学生自我认知、自我管理、自我教育、自我发展的潜能,既需要导航,也需要点燃。通过帮助学生了解真实的自我、研制发展手册、开展精细到“个”的目标,把生涯指导逐步深化,从而为学生个性化发展导航。

〔关键词〕高中生 生涯发展 指导手册

生涯发展是一个漫长的过程,处于人格与能力不断发展重要阶段的中学生,储备生涯发展能力,挖掘学生自我认知、自我管理、自我教育、自我发展的潜能,既需要导航,也需要点燃。学校课题组曾经对本校学生怀抱理想的状况开展调研,发现以下具有代表性的情况:其一,学生认为家长替自己规划了发展方向,自己却对之毫无感觉;其二,学生拥有远大的理想,但离实际水平相去甚远;其三,学生尚未意识到发展兴趣所在,主要由家长和老师来把握方向。当然,也有少数学生得过且过,稀里糊涂混日子。

最初的困难让研究团队进入一个学习的阶段,在一过程中,梭罗在《瓦尔登湖》中著名的主题句让大家有所顿悟:“我步入丛林,因为我希望生活得有意义,我希望活得深刻,并汲取生命中所有的精华。从中学学习,以免让我在生命终结时,却发现自己从来没有活过”。在生涯指导教育工作中,我们首先应该让学生明白:人生是自己的,而步入发展的“丛林”应该是个体自我觉醒的发端,归根结底要靠自己站立并行走。如果一个人从没有主见和追求,没有一颗追求改变与发展的恒心,也不知道努力的方向在哪里,那么,他们就不可能顺利穿过“丛林”走向远方。

只有肯为自己的梦想和抱负买单的人,个体的人生价值才能绽放缤纷的华彩。研究像是理出了一点头绪:帮助学生建立为自己成长负责的意识,让他们带着符合自己愿望和贴近自身状态的追求走向前台。

一、了解真实的自我

生涯发展究竟包含着怎样的意义,这是研究团队着力思考的第二个问题。有一个道理显而易见:如果人生倒置,从80岁活到0岁,任何人都会成为充满睿智的人。那么,生涯发展指导工作的研究是不是就带着这种倒置的意味?在研讨中大家逐渐明白:我们所指的“生涯发展”并非仅仅定位于选择和确定一份工作和职业,而是个体终身学习的发展历程,并扩展至生命的全过程。要推进生命发展的历程,首先要对自己有清醒客观的认识:我具有何种特点?我适合走何种成长之路?怎样才能让我自己更为完善?给学生客观了解自己提供帮助和点拨,让他们能够逐步认识并把握自己,这是生涯指导的重要环节。

课题组选择了标准化心理测验量表,通过针对个体的测量与分析技术帮助教师和学生自己了解学

^{*} 本文为上海市教育科学研究项目《中学生生涯发展指导的精细化设计与实施的研究》成果之一,课题编号为B13090。本文亦是静安区为推进教育部重点课题《走向个性化——发达城区教育内涵提升的实证研究》所举办的实证研修班的成果之一。在研究与写作过程中,得到导师张音老师的指导和帮助,深表感谢。

生个体的人格特质、职业兴趣等信息。先后使用了“职业心理综合测验量表”“大五人格测试量表”“艾森克青少年版测试量表”“霍兰德职业测试量表”,对从不同量表中测得的学生特质进行分类、聚类分析。虽然大家明白,这些测量手段只是开展生涯指导研究的一种参照,心理数据使用的主要目的也仅在于发现学生自身职业倾向、人格特质方面的某些状态,但对学生个性的认识不能完全拘泥于此。测量获得的数据和信息,对我们了解学生个性特质,引发学生合理建立自我发展目标的潜在愿望有很大的帮助,同时也为生涯发展的精细设计与指导的分类提供了辅助依据。

在这一过程中,得到以下认识:其一,在生涯发展的蓝图上,了解自己的位置之后,该驶向何处是接下来需要不断澄清的问题。所以,不能急于求成;其二,真实的自我是定向的重要条件,就像一个通俗的隐喻:“你不能把一个圆球放进一个方形的洞里”。所以,帮助学生了解自己,可以使生涯指导在有的放矢中提高了效益。我们希望能够提供航行的灯塔,指引航船驶向适合自己的码头,让学生带着比较明确的目标和不断与现实相调节的梦想,为自己人生发展的愿望做主,这是研究团队着力探索的第二个问题。

二、发展手册的诞生

研究进入轨道,问题随之而来。对于众多普通学生,梦想是一种对自身价值的期待。但在大多数时间里,存在于“潜意识”层面的梦想需要各种情境的调动才会“浮出水面”,进入意识层面。这就需要增强学生生涯发展的体验,用真实的情景唤醒发展的愿望和热情,强化对生涯发展相关主题的感受与思考成为我们研究的聚焦点。于是,经过精心设计的《生涯发展记录手册》这一研究载体应运而生。自2013年9月课题立项以来,课题组设计并实施了各类中学生生涯发展探寻记录册总计20余种。

1.设计与活动如影随形

《生涯发展探寻手册》最突出的特点是不机械地套用模板,而是根据需求动态生成,增强指导的针对性。如:2013年10月,学校在两个实验年级组织了生涯发展测量,随后,为学生设计并实施了初中

版和高中版的《生涯发展探寻记录册》。11月,结合学农活动,又专门为高二年级学生设计了“学农版”体验活动记录册。为了配合《生涯发展记录手册》的实践和深化生涯发展指导的研究,2014年寒假研究团队又开发了高二和初二版“目标管理记录单”,在2014年4月,特为初二学生设计“14岁,寻访梦想”生涯发展探寻单。2014年5月至7月,学校以发展手册为引导开展了各类丰富的社会实践,在活动中以生涯发展为线索组织了多种探求和体验活动。(参见表1)

表1 学生参与职业体验活动情况

活动	参与年级或班级	人数
“蓝天下的至爱”街头募捐活动	高一5班、高二3班	78人
参观宋庆龄故居	高二1班、2班、4班	103人
参观毛泽东故居、博物馆、静安科技馆	初二全年级	132人
孙克仁老年福利院敬老服务	“婷婷服务队”队员	20人
赴上海市大众工业学校	高二3班	74人
上海市工艺美术学校参加职业体验活动	高二1班	
赴上海建筑工程学校	初二1班	67人
上海市工商外国语学校参加职业体验活动	初二2班	

以“手册”为载体设计与实施的生涯发展体验活动,让学生在实际行动中发现信息、反思自我、调整状态、追求发展。生涯发展探寻手册和探寻单的使用,使学生在职业信息、社会需求、自我发展等诸多方面建立了联系,建构了新的想法。

通过生涯发展探寻单的实践,一些学生自我发展意识逐渐清晰,在活动过程中积极投入。目前,凡是学校组织的各类职业或社会体验活动,都会通过设计并提供系列《中学生生涯发展探寻记录册》与《生涯发展探寻单》帮助学生开展学习与发展的探讨。设计与活动如影随形的探索,使研究跨出了一大步。

2.看得见摸得着的能力培养

在推行“手册”的实践过程中,素质与能力的培养不再是若隐若现的雾里看花,而是看得见,摸得着的一份份清单。比如:在职业兴趣测试结束后,发放了探寻记录册,栏目包括测试数据分析、中学学习自我计划、学习规划自选菜单(包括暑假与寒假)、调研实践小结等。在“倒叙式”生涯发展模版内容板块中,学生设计了自己感兴趣的职业,如:外交官、心理学家、物理动力学研究员、教师、水手、杂志主编等。这

些职业都可以在“工作世界地图”中找到相应的类型特质。

各种体验学习活动不再是空洞乏味的说教,而是与学生发展息息相关的现实体验。如:学生参观上海市第五届中等职业学校职业技能大赛,到上海大众汽车三厂参观体验,到育才中学进行学习体验,到上海市建筑工程学校、上海市工商外国语学校参加职业体验。在高中生开展“寻访大学”生涯发展探索体验活动中,参观华东理工大学、上海师范大学等大学,都强烈地叩响着学生梦想的心扉。

3.正在打开的发展视野

在生涯发展社会体验活动过程中,学生看待生活,看待社会的视野逐步打开,甚至,他们会对随着科技进步与社会变迁,某些职业可能也会发生变化的倾向进行预测,以下是学生在参加社会与职业体验中形成的对未来职业发展的分析。(参见表2)

表2 学生在参加社会与职业体验中形成的对未来职业发展的分析

科技进步与社会变迁	社会需要的职业
绿化需求增加	绿地规划局
近视的低龄化	眼科医生的普及
空气质量的恶化	养生医生的出现,环境工程师
单独二胎政策	更多的家庭教师
重视心理疾病	心理医生

这些分析是有感而发,是学生结合多项社会体验活动,并认真填写活动感受与收获的过程中萌发的认知。我们欣喜地发现:学生开始更加细致地检视自己的兴趣与能力水平,而且对职业信息的掌握与体验更加深刻。

三、精细到“个”的目标

生涯发展指导不仅要做得精,还要做得细。因此,课题组启动了针对学生生涯发展兴趣的分类指导,甚至还开辟了更加细致的,具体到为每位学生提供帮助的特别平台。在精细到“个”的层面,一个个生动的故事泛起了涟漪。

为了提高个性化指导的研究质量,研究团队开展了目标管理的尝试。对某些个体而言,目标管理有着独到的推进作用,因为学生可以设置长远的人生目标,也可以设置初中或高中的阶段学习目标,有时,甚至更需要具体到当下的每节课或者每一个小时的学习目标。在了解学生目标设置基本状况的基础上,各班还配套开展了目标管理班会课与学生的

个别化指导。一些有着特殊发展需求的孩子,在这样的关怀和帮助下进步着,成长着。

案例一:不补学科,学绘画

小丁,喜欢手工创作,曾荣获2013年静安区初中学生劳技竞赛工艺木工一等奖,在相关测试中“尽责性”的分数较低,显示责任心有待加强。果不其然,学校推荐他去参加市级比赛,结果他居然忘记去参加了。班级同学对他的情况也进行了分析,如果他考入一所中专技校,则与他的创意、手工爱好相吻合,能够发挥优势。如果要他考入高中继续学习,他很难获得高学业成就,因此会比较失落。学校指导家长为他请大学老师教授绘画创意等专业知识,学校也推荐小丁参加更具实践操作特点的选修课。

考入大学可能是更多学生、教师、家长的愿望。但人的发展总是有差异的,而且,差异无所谓好坏,差异反而是成就自我、完善个体的资源和条件。我们可以想象,让小丁同学痛苦地去挤对他来说厚重的大学之门,可能会是一个学业竞争的失败者,但如果让他随着自己的兴趣去学习一门特长,那么将来在职场上就有可能如鱼得水。从这个意义而言,他选择了适合自己走的路线,将来的路仍旧在他自己脚下。因此,在生涯发展过程中,对于前途的选择,学校有了胆识,家长有了见识,学生有了认识。

案例二:新目标:做学校的三好学生

小勇,与老师交流时会躲在老师背后,并且与人交流时从来不注视对方,鞋带总是散开,歪歪扭扭地跑步。小勇的目标是各科成绩超过班级一位成绩较优秀的女生,方法是做遍市面上所有的练习卷。老师建立了学生讨论小组,用小勇同伴的观点来影响他的想法和做法。慢慢地,小勇在课后主动与各科老师交流学习方法,校运动会的1500米长跑,他哪怕被其他同学拉下1圈多,仍旧坚持跑到终点。在期末时,成绩尚未公布,小勇已经从各科老师处了解自己的成绩,并且推算出了自己在班级的排名。小勇表示自己新的目标是校三好学生。他开始进行自我评估并进行自我规划。

小勇本不优秀,但可以变得优秀,这就是生涯发展个别指导中目标管理带来的力量。有人说,不怕做不到,就怕想不到。只要敢想,追求就有了目标。以前的小勇被大家忽视,他只能是一个别人眼中,自己心中的失败者。但是,生涯指导让他明白了目标和追求目标的意义,因此,哪怕“做遍市面上所有的卷子”是一种痴心,哪怕赶超班级优秀的女生是一种妄想,但是,只要启动目标追求系统,能带来何种变化,谁都不可能完全想到。生涯发展个别化指导中的目标管

理,为希望发展的学生上足了发条,给了他们前进的希望,也给了他们做梦的权利。

开展目标管理的指导对个体的发展更加有效。学生设定的目标,无论是“雄心壮志”的哈佛大学,还是“近在身边”的市一中学;无论是“每节课上发言一次”的挑战,抑或是“每个月看完一本经典作品”的自我要求,都需要通过努力才能实现。目标管理的指导在调动学生对自己未来发展的设想以及开启个性化学习动力方面,均产生了实际的效果。

四、渐行渐深的过程

1.“做”是个性绽放光彩的重要途径

对中学生而言,生涯发展的道理可以很容易地接受,但是,如果不提供亲身体验的平台,没有不断去“做”的气场,那些道理和意义就无法真正渗透在他们的血液中。更为重要的是,一个人的个性往往也是在“做”的过程中才可以得到淋漓尽致的展现。

无论是怎样的学生,在投入实践亲身去体验的过程中,都会表现出了不一样的精彩。翻开那一本本生涯发展体验手册,学生个性化发展的痕迹随处可见,而生涯发展教育也就是因为搭建了注重体验的平台,才使研究跳出说教的束缚而不断深入推进。

2.学生在实践中加强了自省的意识

在实施生涯发展指导研究过程中,对学生自我认识的启发是我们逐步加强的一种导向。为此,无论是对学生开展个性化心理测量,还是根据不同的需要组织各种各样有针对性的社会实践活动,都不同程度唤醒了学生的自我意识。渐渐的,他们学会了“内归因”,学会了根据自身情况进行自我分析,也学会了自我鼓励。

无论是对梦想的追求,还是对自己学习优劣的分析,都是学生们发自内心的感叹和实实在在的自我解剖。虽然他们的梦想还需要夯实,虽然他们的分析还比较浅显。但是我们有理由相信:自省是认识自我的基础,而正视自己就是个性化发展的良好开端。

3.为了能多一把尺子看学生

为了践行个性化发展和评价的理论,实施生涯发展指导的工作一直秉承要使每个学生变得不同,不断完善着研究的目标。比如:开展心理测量是我们试图了解学生特质的一个尝试;制定并使用生涯发展体验手册是我们为学生开辟个性化发展小平台的一种实践;精细到“个”的目标管理是我们解决个别化发展特殊问题的初步探求。这些不同的研究内容和不断调整的研究策略,都是在开展着多元化评价的具体实践。我们希望:无论是何种特质的学生,都能得到合适的引领,激活别人不可替代的优势;无论处于何种发展水平的学生,都有一块自我的实践领地,展现个性化发展的光彩;无论有什么样的特殊问题,都能得到适时的帮助和支持,积淀自我超越的可能。

实施生涯发展教育指导实践以来,学生们的转变也存乎于点点滴滴之间,从“我有态度,也有决心,但却没有方向”慢慢发展为“我还有潜力未被挖掘,我有毅力与恒心去完成既定的目标”。在成长的路上,他们将在学校的学习生活和未来可能的生涯发展联系起来,发挥了自我优势,增进了能力提升。

指引学生坚实走好每一步,是开展生涯发展指导的意义所在。对学生而言,因为见识带动了规划的完善,因为梦想加强学习体验,追求生涯发展中不断续写新的生命故事。每一种追求都值得珍惜,因为那是学生的进步,每一个梦想都值得灌溉,因为那也是我们的未来。

参考文献:

- [1]熊丙奇.高中生职业生涯规划[M].上海:华东师范大学出版社,2012.
- [2]吴芝仪.我的生涯手册[M].北京:经济日报出版社,2008.
- [3]沈之菲.生涯心理辅导[M].上海:上海教育出版社,2000.
- [4]黄向阳.学生发展指导制度建设刍议[J].教育发展研究,2010.22.

〔顾培培 上海市第一中学 200040〕