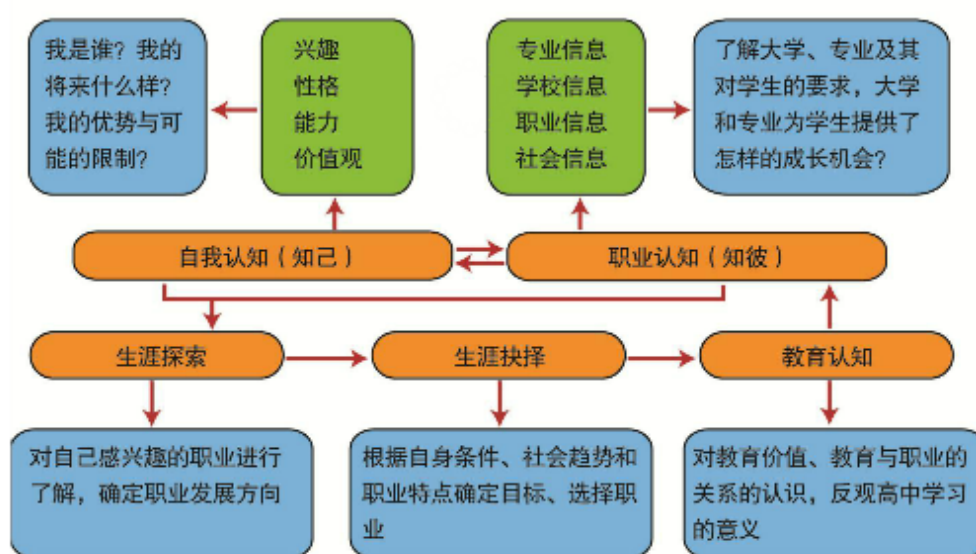


## 高中生做好职业生涯规划的意义

赫尔曼·黑塞在《流浪者之歌》中提到：“大多数的人就像是落叶一样，在空中随风飘荡、翻飞、荡漾，最后落到地上。一小部分的人像是天上的星星，在一定的途径上走，任何风都吹不到他们，在他们的内心中有自己的引导者和方向。”职业生涯规划就是一个人尽自己所能，系统地，有步骤地规划自己未来发展的过程。高中生需要进行生涯规划，高中生做好职业生涯规划有着重要的意义：

生涯发展五因子及流程图



### 1、及早确立人生发展方向

心理学家金树人说：“人为自己设定目标，带出希望，所有之行为将凝聚在这个希望周围，人生才能活出意义来。”想象一下你 10 年后的样子：专业与毕业学校、学历、学位、居住地和住宅、出行方式、职业、职务、社交圈子等。然后再写出你 20 年后的样子：

\*\*\*的未来

|                  |  |
|------------------|--|
| 我学习了什么专业，读了哪所大学？ |  |
| 我的学历、学位是？        |  |
| 我的居住地和房子的样子是？    |  |
| 我乘坐的交通工具是？       |  |
| 我的工作环境是？         |  |
| 我的岗位职责是？         |  |
| 同事们称呼我是？         |  |
| 我工作的内容是？         |  |
| 我下班后的活动是？        |  |
| 和我一起吃晚餐的人是？      |  |
| 对于一天的工作和生活我的感觉是？ |  |

## 2、确保个人凭优势智能去生存、去发展

个性发展不仅是青少年发展的内在需求，也是创新人才培养的重要基础。大教育家苏霍姆林斯基非常重视学生的个性发展，他认为：“最主要的是在每个孩子身上发现他最强的一面，找出他作为人发展的起源的机灵点，做到使孩子能够最充分展示和发展他的天赋素质，达到他的年龄可能达到的最卓越的成绩。”



美国哈佛大学加德纳教授的多元智能理论认为，人类至少有八项智能，语言-言语、数理-逻辑、音乐节奏、身体动觉、自知自省、空间视觉、人际交往、自然观察智能，这八项智能在人身上不是孤立存在的，是以不同的方式、不同的组合存在，由于智能存在这强弱不同，成功的职业生涯规划，就在于扬长避短，最大限度发挥自己的智能优势。

## 3、把高中学业和未来职业发展有机衔接

在高中三年里，我们应该努力探索自我发展的兴趣，发现自己的优势特长，确立自己的职业大方向，选定合适自己的主攻专业大类，这些事我们高中学习的动力之源，我们可以在高中就围绕这个大专业，通过社团，职业体验、综合实践等来培养自己相关的能力，从而实现高中所学和大学所要有机衔接。

#### 4、生涯的成功需要刻苦努力、简直不懈

如果说鬼话是一座灯塔，而我们就是划船的人。一路上，我们可以欣赏两岸的风景，但同时一定要坚持不懈地努力向前划，有了规划的指引，少了左右摇摆，多了一份坚定和执着，才能达到理想的彼岸。

#### 5、关注同学们当下的幸福生活和终生发展

高中职业生涯规划发展的目的是为学生终身发展和幸福服务，那么如何理解学生的终身发展和幸福呢？是把学生关进大学之门，就完成了高中阶段的使命，就是为了学生终身发展和幸福服务了吗？当然不是！根据马斯洛需求层次理论告诉我们：人类需求像阶梯一样从低到高按层次分为五种，分别是：生理需求、安全需求、社交需求、尊重需求和自我实现需求。我们的最终需求是实现自我。



高中生做好职业生涯规划有利于及早确立目标，确保个人凭优势智能去生存、去发展，更好地将高中学业与大学相衔接，更有利于最终的自我实现。