

中学生人生规划

中学生的人生规划，就是同学们根据自己的兴趣、爱好、个性特长和社会发展的需要，精心绘制自己的人生蓝图，挖掘自己的潜能，培育自己的核心竞争力，从而获得人生的幸福和快乐。

第一篇、人生需要规划

材料一：

诺贝尔奖得主，德国小说家赫曼·赫塞在《流浪者之歌》一书中写道：“大多数的人就像落叶一样，在空中随风飘游、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，人他们的内心中有自己的引导者和方面。”

材料二：

《艾丽斯漫游奇境记》中有一段艾丽斯与猫的对话。艾丽斯问：“能否请你告诉我，我应该走这里的哪条路？”猫回答：“这要看你想去哪儿。”艾丽斯说：“我去哪儿都是一样的。”猫说：“那么，走哪条路都是一样的”。

材料三：

唐太宗贞观年间，长安城西的一家磨坊里，有一匹马和一头驴子。它们是好朋友，马在外面拉东西，驴子在屋里推磨。贞观三年，这匹马被玄奘大师选中，出发经西域前往印度取经。

17年后，这匹马驮着佛经回到长安。它重到磨坊会见驴子朋友。老马谈起这次旅途的经历：浩瀚无边的沙漠，高入云霄的山峰，凌峰的冰雪，热海的波澜……那些神话般的境界，使驴子听了大为惊异。驴子惊叹道：“你有多么丰富的见闻呀！那么遥远的道路，我连想都不敢想。”“其实，”老马说，“我们跨过的距离是大体相等的，当我向西域前进的时候，你一步也没停止。不同的是，我同玄奘大师有一个遥远的目标，按照始终如一的方向前进，所以我们打开了一个广阔的世界。而你被蒙住了眼睛，一生就围着磨盘打转，所以永远也走不出这个狭隘的天地。”

材料四：

哈佛大学有一个非常著名的关于目标对人生影响的跟踪调查。对象是一群智力、学历、环境等条件差不多的年轻人，调查结果发现：

27%的人没有目标；

60%的人目标模糊；

10%的人有清晰但比较短期的目标；

3%的人有清晰且长期的目标。

25年的跟踪研究结果，他们的生活状况及分布现象十分有意思：

那些占3%者，25年来几乎不曾改过自己的人生目标。25年来他们都向着同一个方面不懈努力，25年后，他们几乎都成了社会各界的顶尖成功人士，他们中不乏创业者、行业领袖、社会精英。

那些占10%有清晰短期目标者，大都生活在社会的中上层。他们的共同特点是，那些短期目标不断被达成，生活状态稳步上升，成为各行各业的专业人士，如医生、律师、工程师、高级主管，等等。

其中60%的目标模糊者，几乎都生活在社会的中下层面，他们能安稳地生活与工作，但都没有什么

特别的成绩。

剩下 27%的是那些 25 年来都没有目标的人群，他们几乎都生活在社会的最底层。他们的生活都过得不如意，并且常常都在抱怨社会、抱怨世界。

材料五：

卡耐基曾对世界上万个不同种族、年龄与性别的人进行过一次关于人生目标的调查。他发现，只有 3%的人能够明确目标，并知道怎样把目标落实；而另外 97%的人，要么根本没有目标，要么目标不明确，要么不知道怎样去实现目标……10 年之后，他对上述对象再一次进行调查，结果令他吃惊：调查样本总量的 5%找不到了，95%的人还在；属于原来 97%范围内的人，除了年龄增长 10 岁以外，在生活、工作、个人成就上几乎没有太大的起色，还是那么普通与平庸；而原来与众不同的 3%，却在各自的领域里都取得了相当的成功，他们 10 年前提出的目标，都不同程度得以实现！并正在按原定的人生目标走下去。

卡耐基的结论同样令我们震惊。原来，杰出人士与平庸之辈最根本的差别，并不在于天赋，也不在于机遇，而在于有无人生的目标！

阅读以上五段材料，用《生活与哲学》知识分析为什么进行人生规划设定自己明确目标如此重要？

世界观	方法论	相关材料
意识活动具有计划性、目的性。 意识对人们的实践活动具有指导作用，正确的意识能够推动客观事物的发展。	我们要树立正确的意识。	有无人生规划和目标对我们的人生影响重大。
实践活动具有主观能动性。真理和科学理论能够指导我们的实践活动。	我们要有正确认识的指导。	
社会存在决定社会意识，社会意识对社会存在有反作用。先进的社会意识可以正确预见社会发展的方向和趋势，对社会发展起积极推动作用。	要树立正确的社会意识。	
价值观作为一种社会意识，对社会存在具有重大的反作用，对人们的行为具有重要的驱动、制约和导向作用。价值观对人们认识世界和改造世界具有重要的导向作用，对人生道路的选择具有重要的导向作用。	要树立正确的价值观。	
人生的价值在于对社会的奉献	实现人生价值必须发挥主观能动性、必须全面提高个人素质、必须有坚定的理想信念和正确的价值观的指引。	

第二篇、规划需要合理

材料六：

多元智能理论是由美国哈佛大学教育研究院的心理发展学家加德纳在 1983 年提出。加德纳从研究脑部受创伤的病人发觉到他们在学习能力上的差异，从而提出本理论。他认为，人类的智能至少可以分成七个范畴(1996 年增加至八个)：分别是语言智能；逻辑数学智能；空间智能；肢体运作智能；音乐智能；人际关系智能；内省智能；自然探索智能。而不同的人会有不同的智能组合，例如：建筑师及雕塑家的空间感(空间智能)比较强、运动员和芭蕾舞演员的体力(肢体运作智能)较强、数学家的逻辑智能较强、作家的内省智能较强等。

材料七：

就业指导专家：中国已经进入文化、经济、个人多元化发展的时代，青少年越早全面认识自己，越早全面解剖自己，在客观认识自身条件与相关环境的基础上对自己的性格、特长、兴趣、智商、情商、思维方式等进行全面的自我分析，就能及早设计自己未来的职业生涯，实现自我的价值，使自己有一个精彩的人生。

专家还指出：一个人在进行人生规划时，不仅要考虑自己的性格、兴趣、个性特长等，也还要考虑社会发展的趋势和社会发展的需要，如果只从自我出发，那这样的人生规划一定是有缺陷的。

讨论：

结合以上材料，用哲学观点分析什么样的人生规划才是合理的。

世界观	方法论	材料
物质决定意识	一切从实际出发	了解自己的性格、兴趣、个性特长等。要从自己的客观条件出发进行人生规划
规律具有客观性	尊重规律，按规律办事	
矛盾的特殊性	具体问题具体分析，反对一刀切	根据自己的特点进行人生规划
联系具有普遍性和客观性	坚持用联系的观点看问题	要将自己的人生规划和社会发展相结合。如果只从自我出发，这样的人生规划一定是有缺陷的
人生的价值在于奉献	在个人与社会的统一中实现价值	
价值观对人们的行为具有重要的驱动、制约和导向作用	要树立正确的价值观，尊重自身发展的规律，自觉站在最广大人民群众群众的立场上	

第三篇、规划需要奋斗

材料八：

1984年，有东京国际马拉松邀请赛上，夺得冠军的是一位日本选手，名叫山田本一。此前他名不见经传，于是有人问他：你凭什么取胜？山田本一属于哪种性格木讷的人，他只说了一句话：“凭智慧战胜对手”。

两年后，在意大利国际马拉松比赛上，山田本一再次夺冠，又有记者问：“你凭什么夺冠？”他还是那句简单的回答：“凭智慧战胜对手”。

到底什么是智慧？10年后，山田本一在自传中说：“每次比赛前，我都要乘车把比赛的线路仔细看一遍，并画下沿途醒目的标志。比如，第一个标志是银行，第二个标志是红房子-----这样一直画到比赛的终点。比赛开始后，我以百米的速度奋力向第一个目标冲去，等到达到第一个目标后，我又以同样的速度向第二个目标冲去。四十多公里的赛程，就被我分成这么几个小目标一个一个地完成了。但是在此之前，我不懂这个道理，我把目标定在40公里外的终点上，结果我跑了十几公里就疲惫不堪，我被前面那段遥远的路程给吓倒了。”

材料九：

《心灵鸡汤》一书记载了这样一则故事，早在四十四年前，十五岁的约翰·戈达德，就把自己的一生所做的事情开列了一个清单。“生命清单”每个条目都编了号，共一百二十七条。四十四年过去了，如今五十九岁的戈达德已经实现了一百零六个目标。他做了无数的远行和探险，成为电影制片人、作家和演说家，得到了许多荣誉，并被接纳为英国皇家地理学会的成员和纽约探险者俱乐部的成员。他说，在有生之年，他一定要完成自己“生命清单”中的每一个目标。

材料十：

杨培东博士，1971年出生于苏州，2004年获得美国材料学会(MRS)青年科学家大奖，2007年，美

国科学基金会(NSF)授予艾伦·沃特曼奖（这项研究奖每年仅授予一位杰出青年科学家，在业内被称为青年诺贝尔奖）。在谈到他为什么能够取得如此巨大成绩时，他说：在确定你的奋斗目标后，最重要的是行动，而在行动中首先是明确每一个时间段做什么，其次是克服一切困难将每一个时间段的事情做发好。记者采访了杨培东高中时的 10 位同学，当问到这位当年同班同学获得成功的最大因素时，10 个人全部首选“勤奋”，其次才是天分等等。“印象最深的是，这家伙当时为提高语文成绩，找到一本读物《古诗一日一首》，每天宿舍熄灯后，他都要打着手电背古诗，真的是一天一首，从来不落。为了提高英语成绩，他找来《新概念英语》，每天早上起来第一件事就是背其中的课文，一个学期下来第二册和第三册全部背完。”一位目前从事热工研究的同学回忆道。

材料十一：

“犯其至难，图其至远”这是宋代词人苏轼的词中的。它的意思是：向至高至难的地方冲击，才能达到至臻至美的境界；向至高至难的地方发起挑战，才能够达到最远的目标。它告诉我们，一个人敢于挖掘潜力，挑战极限，就能超越自我，实现人生的理想。

材料十二：

古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。——苏轼

人与人之间、强者与弱者之间、大人物与小人物之间最大的差异，就在于意志的力量，即所向无敌的决心。一旦确立了一个目标，就要坚持到底，不在奋斗中成功，便在奋斗中死亡。具有这样的品质，你就能在这个世界上做成任何事。——伯克顿

讨论：

结合以上材料，用有关哲学道理分析：如何才能实现自己的人生规划？为什么？

世界观	方法论	材料
量变和质量的辩证关系	重视量的积累	人生目标需要分解
意识对人体生理机制具有调节和控制作用	要有坚强的意志	战胜人生道路上的困难和挫折
人生在真正价值在于对社会的奉献	要在砥砺自我中走向成功	必须要有坚强的意志

结束语

讨论：

在现实生活中，有的人没有自己的人生规划和目标，这样的人往往虚度一生；有的人有自己的人生规划和目标，便实际情况也不一样，有的人能够实现，有的人部分实现，有的人不能实现，请用有关哲学观点分析各自的原因。

提示：

人生规划能够实现的原因分析：符合实际（自身和社会）、符合规律（自身和社会）、注重量的积累（分步实施）、坚信前途光明，准备走曲折的路（坚持前进性和曲折性的统一）、有实现人生价值的客观社会条件、有实现人生价值的客观主观条件。

讨论：

结合人生规划的制定和实现分析，怎样的人生才是有意义有价值的幸福人生？