



未来派

高考改革催生高中职业生生涯教育

说起来重要 忙起来不要 局面如何破解

中青报 中青网记者 樊未晨 实习生 张含琼

今天,学校组织高二年级进行职业体验活动,我们班来到了中国青年报社。与想象中的不同,报社中年轻人居多,办公室中洋溢着活力与青春的气氛。

5月8日,北京交通大学附属中学近80名高二学生来到中国青年报社,开展职业生生涯体验活动。在活动结束后,高二(2)班的周欣佑写下自己的感受。

曾几何时,很多高中生只有在高考填报志愿时,才激发自己对未来的职业规划。但是因为缺少了解,不少考生在志愿高考填报时全靠蒙,甚至是哪个专业名字好听就选哪个。

这种对未来懵懂懂懂的日子将成为历史。目前已经有14个省份进入高考综合改革试点。这些进行高考综合改革的试点省份倒逼着进行改革的还有学校,它们要承担起对高中生进行职业生生涯规划的相关教育职责。

中青报 中青网记者在采访中了解到,目前,虽然很多学校已经意识到了学生职业生生涯规划的重要性,并已经开展了相关的教育,但是高中生的职业生生涯规划教育还远没有达到理想状态,仍面临着多个困境亟待突破。

职业生生涯规划教育最好能再早些、再实些

我正好赶上了高考改革。北京学生张灿(化名)说。

北京是第二批进入高考改革试点的省份,从2017年新入学的高一年级开始实施,张灿便是那一年升入高一的。

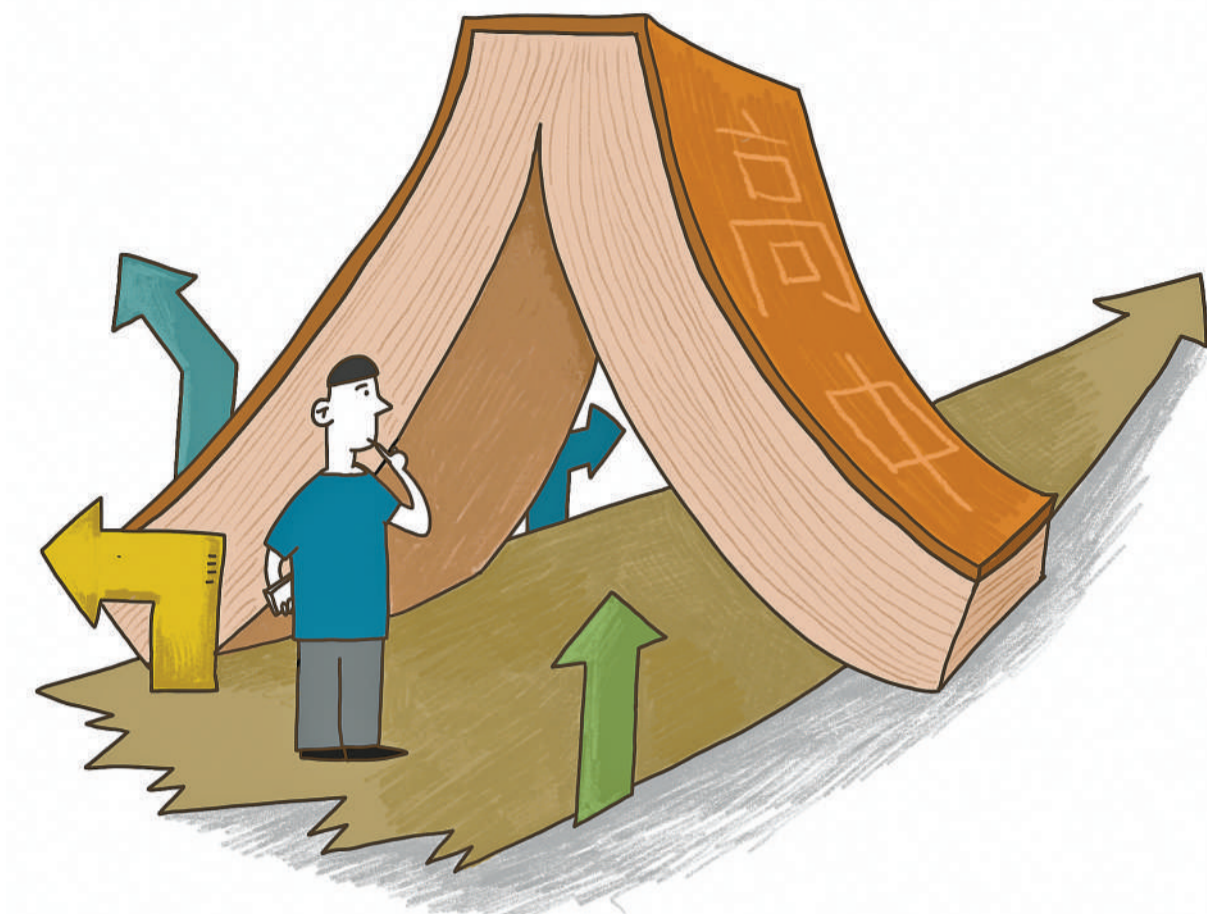
我上高中之后,学校就有职业生生涯规划方面的教育了。我们学校采用的是“一对一谈心”的方式,我觉得在心理上起到了安抚的作用。张灿说。

记者在采访中了解到,不少高中生认为职业生生涯规划教育确实有用。升入高一,新的学段、更难的知识,对孩子们来说本身就具有一定的挑战性,再加上新高考的因素,大家都挺迷茫的,生涯教育让我们有了一种脚踏实地的感觉,让我们对未来的发展想得更清楚一些。一些小的心理问题也一同被疏导了。张灿说。

我觉得生涯教育应该更早进行。江苏高三学生王欣然(化名)说。

跟王欣然有类似观点的学生并不少。我觉得生涯教育不能高中才开始,从小就至少应该给孩子一个“我未来想要做什么”的大方向指导。与张灿一样也赶上北京新高考的李海赫(化名)说,而且李海赫觉得生涯教育不能仅仅针对学生,家长也应该接受这方面的教育。

跟很多同学对未来的懵懂状态不同,李海赫很小就想当医生,因此上了高中之



视觉中国供图

后他便想按照这个方向来选科。但是学校进行的职业生生涯规划测试显示,他的思维特点更适合搞理论研究。

老师劝完家长又劝,李海赫也掂量了一阵子,依然不愿意放弃从小就立下的志向。为了能学医,他跟父母讨论、争论了两年,如果家长也上这个课程,至少会从孩子的兴趣出发去考虑,尊重孩子选择的几率就会更大些。

不过,也有一些学生觉得职业生生涯规划教育对自己帮助不大。

广东学生林健翔(化名)说学校的职业生生涯教育没给自己留下太多印象。学校的职业生生涯规划教育安排在高三,学校组织全年级同学去大礼堂听讲座,讲座的内容很理论、很笼统,再加上我们课业很紧张,所以没有几个人认真听。林健翔说,要想对学生有实际的帮助,授课内容就应该更贴近学生的实际,不能在网上一搜便搜一些测试题或者文章。

职业生生涯教育中的不少内容,很容易变成那种讲成功学或者说大话的,有些形式主义了。张灿说。

师资、实践基地和资金三不足的现实困境

一些高中生们觉得当前的职业生生涯课仍然有些不尽如人意,其实是有原因的。

记者在采访中发现,正在进行高考综合改革试点的地方,不少是教育水平更高、教育资源更丰富的省份,但是,即使在这些地方,学校开展职业生生涯规划教育时依然面临着不少现实的困难。

以北京交通大学附属中学为例,生涯规划课在这所学校是一门很正经的课程,不仅被排入课表,还开发自己的校本课程。

北京交通大学附属中学北校区教学副校长徐新燕介绍,学校从高一一年级起就开设了生涯教育必修课,每周一节,一共上一个半月,高二时,学校还会组织学生走入社会、进入职场,进行职业体验。

北京交通大学附属中学的状况让很多学校羡慕。因为相对不少学校而言,北交附中的生涯规划课师资力量可谓雄

厚,有三位教师任教,包括两名心理老师和一名兼职老师。

即便如此,学校的心理老师既要承担初中的心理健康课,又要承担高中的生涯课,同时还要负担学生日常的心理辅导、咨询等,人手明显不够。徐新燕说。

对多数学校而言,职业生生涯规划课师资缺乏是一个普遍现象。

早在2010年颁布的《国家中长期教育改革和发展规划纲要(2010-2020年)》中就提到,要建立学生发展指导制度,加强对学生的理想、心理、学业等多方面指导,进入还要承担学生改革的14个省份也都制订了本省学生发展指导意见,建立了学生发展指导中心,明确了指导机构。

而2019年国务院办公厅出台的《关于新时代推进普通高中育人方式改革的指导意见》,再次明确各地要制定学生发展指导意见,加强指导教师培训。普通高中学校要明确指导机构,建立专兼结合的指导教师队伍,通过学科教学渗透、开设指导课程、举办专题讲座、开展职业体验等对学

表白墙

鼻尖上的中药味

□ 刘子馨 郑州市第十六高级中学高一(5)班

渐渐地,我的味觉已被浓浓的中药味所麻木,继而而是长久的苦涩,我眉头一酸,默默将中药递给劳累了一天的母亲。

只是听父亲随口一说,母亲早就在我中考前便整日整日的头昏眼花,为了不影响我考试,更为了整个家的经济状况,母亲才默默忍受到我中考后再去看病,吃药。

于是一整个暑假,直到现在,母亲似乎都被泡在了中药里,早晚各一次的中药要熬1个多小时,家中的中药味似乎已渗透于房屋。我们一家人开始面对早晚刺鼻的苦味,我虽口中不说,但心中曾极度厌恶这刺鼻的中药味,甚至独自跑去外面的

公园躲清静,大口大口呼吸没有中药味的空气,可曾想过母亲在如此燥热的天气下独自一人却在厨房里熬中药,回到家,才发现厨房的玻璃门紧紧的闭着,油烟机仿佛也忍受不了这般苦味,发出轰隆隆的抗议的响声。长时间的熬药早已让厨房的玻璃门上细密的小水珠,看着药锅内不断升起的气和早已被汗水冲刷的母亲,我心中有了无限的愧疚。

为了弥补自己的不懂事,那一次我心血来潮,想替母亲熬一次汤药。我算准时间,早早准备,先将中药倒进锅中加入10颗洗净扭开的大红枣,浸泡半小时后便可以开始熬药了。我关上厨房门,打开油烟机,时刻注意着锅内的状况。10分钟左右,汤药开始咕咕响起来,在锅中放一根筷子使得锅盖微开,这时浓烈的中药味伴着不断腾起的白雾扩散包围了整个厨

房。我这才发觉我的头上已有了几滴汗水,面对不断升腾的厨房,我不得不躲出去,冲出厨房的一瞬间,我有一种透心凉的感觉,休息过后,我又进了厨房,这时正是熬药关紧的时刻,我不能放松。

时间在慢慢地流逝,半锅的汤药逐渐浓缩成一碗,我十分激动地关了火,打算把锅中的药倒进碗里冷却一下,一不小心被两旁的锅把烫了一下子,便拿来了毛巾,正当我想休息一下的时候一阵敲门声,让我的小心开始猛烈跳动,母亲回来了。妈妈似乎察觉到了,什么也没有说只是欣慰地看了我一眼,却让我有一种被表扬的激动,心中一阵窃喜过了一会,我感觉药已经没有那么烫了,便想尝一口,我低下头,一股浓烈的中药味冲进我的鼻腔,我屏住呼吸尝了一小口,汤药进入口中流进肚子的时候,我全身仿佛被苦涩温



视觉中国供图

泡,全身不禁颤抖一下。我这才知道母亲每天要面对两碗这般的中药,虽说良药苦口利于病。但要说起来,从泡脚到煎药,再到喝药,哪一个过程不在苦中熬过去?我默默将中药端给母亲,转过身,眉头一酸,悄然落泪,母亲的中药味令我厌烦这个念头已在我心中磨灭。

鼻尖上久久萦绕的中药味,成为了在我心中母亲独特的味道

(指导老师:吕昭晓)

□ 李隼宇 北京市第一七一中学高一(8)班

不知从何时起,我对拍摄夜空中的繁星产生了浓厚的兴趣。它们那般清晰,却又那般神秘,无时无刻不吸引着我拿起手中的相机,驻足停留。为了拍出更好的效果,我翻阅了很多的摄影书,特地去学习了许多拍摄方法,甚至省下零花钱去添置一个个硬件。我常常在心中感叹:我的努力可都是为了你呀!那心目中完美的一张照片,使我不停努力寻找更好的方法。

记得一次外出,在山中安顿下来。夜幕降临,夜空中繁星点点。面对这这般天赐良机,我自然不能放过。加之最近刚买来的相机,我对此次拍摄充满了期待。经过一阵匆忙而有序的准备后,我将镜头对准了深邃的天空,按下了快门。

这种拍摄是一个漫长的过程,需要的只是等待。相机稳稳的立在三脚架上,如同一架天文望远镜对准太空。没有了城市灯光的纷扰,拍摄效果也是格外的好。我喜出望外,起初急切地看着相机中的画面,不停地校正,生怕出现一丝一毫的差错。但随着时间的推移,我渐渐的放松了警惕,坐在一旁昏昏欲睡。

可就在这时,一阵疾风扫过,我猛然惊醒,急忙看向一旁的相机,可为时已晚。矗立的三脚架如同茅草般轻易倒下。我大吃一惊,猛地抓起相机,但映入眼帘的却仅仅是花白的一片。我的心情瞬间跌落谷底。都是为了你,为了这张照片,我彻夜未眠。但到头来,这一夜的付出换来的却是随风而逝的期盼和长久的失落。

回到家中,这件事始终缠绕在我心头,我开始期盼着下一个机会的到来,期盼着那一张为了它而付出良多的照片。

终于,在中秋之夜,又是一个晴朗的夜晚,又是一次郊外的寄宿,又是一个繁星密布的夜空。我鼓起勇气,拿出那台相机,走出了厦门。又是一阵忙碌过后,我怀着紧张而又憧憬的心,按下了快门。

夜空,还是那个夜空,一切的一切都依然如故,而我却已不再是那个松懈的我。为防止意外,我紧紧地扶住支

业、更标准化的学生生涯规划服务。徐新燕说。

要摆脱 把分数放在第一位的观念

不少高中生的生涯教育面临着说起来重要,忙起来不要的尴尬。而尴尬的原因主要在观念。

学校并没有对学生进行真正的指导。江苏省锡山高级中学校长唐江澎在接受中青报 中青网记者采访时说。

虽然高考改革已经进行了几年,但是,用考生分数和升学率来衡量学校的评价体系还在,因此很多学校在给学生做指导时,依然把分数放在第一位,而不是学生的兴趣和志向,哪个组合能够获取高分、哪个组合能够避免强手,就用哪种方式,唐江澎说,用田忌赛马的方式帮助学生选科的学校和老师,远远多于真正遵循学生自身发展规划和喜爱、对学生进行指导的学校和老师。

当生涯规划与高考得高分的愿望相遇时,规划往往就会被抛开。

来自浙江的贾耀宣(化名)上高中时,也接受了生涯规划的相关教育,但是大部分人最后的目标还是上一个好学校,所以选科的时候很难考虑生涯规划的因素,而是什么有助于我考更高的分数、上更好的学校,就会选哪些科目,虽然大学专业会对我们选科有一定的限制,但是我们当时能填报的志愿太多了,不确定因素太多了,最后根本不管什么生涯规划了,就看哪个能得高分。

除此之外,当前不少学校对学生进行的生涯规划教育仍然过于传统。

随着社会的发展,涌现出越来越多的新兴行业。我对自己将来的职业规划是成为一个网红。北京市一位高一学生赵晗(化名)说,但是这个想法她既没有认真跟父母讨论过,也没有跟老师交流过,我知道对于他们来说我这个就是一个不正经的想法,说了也没用。

专家指出,对高中生进行生涯教育时应该强调一点:所有今天的选择都是暂时性的选择,随着将来进一步深造还可以加以调整。

其实,专家的话只对说了一半,对于针对00后的高中生进行的职业生生涯教育,更应该调整和变化的是教育本身,教育既不用迎合高中生的每一个新奇的想法,但是至少应该足够贴近他们,只有这样能更好的引导他们。

不少学校已经进行了很有价值的尝试。

我们开设的是体验式的课程,是给学生呈现各种专业或行业典型的生活方式。唐江澎说,这样做至少让学生进行选择的时候有那么一点儿道理。比如,学校开始了新闻与采访的课程,这个课不是讲知识,就是让学生真的参与编校刊,参与融媒体制作,让学生在真实的实践中体验自己是否喜欢这样的生活。

编者:来一起讨论与青春和成长有关的所有话题吧。这里没有高高在上的说教,没有板起面孔的批评,有的是大朋友与小朋友的坦诚交流。

你们很快就会长大,你们将把青春留在这里,而我们始终与青春同行。zhongxueshengzqb@126.com,我们在这里等你们。

为了



2020年10月27日,河南省平顶山市宝丰县第一高级中学,学生在参加篮球比赛。

连日来,一场青少年运动会在河南省宝丰县举行,来自该县各中小学生的学生在足球、篮球、乒乓球三个项目的比赛中奋力拼搏,展示风采,尽享运动带来的快乐。何五昌摄(新华社发)

□ 徐正嫣 上海市进才实验中学初一(2)班

有人说,体育比赛就像是浓缩的人生,高潮与低谷、顺境与挫折、进而攻退而守,短短几十分钟均能一一体味,简直是最好的老师。

这个比喻我本不太懂,直到我打了篮球。篮球是一项高技巧性的运动,训练伊

真秀

篮球真是最好的老师

始便是无休止的基本功。记得第一次上篮球课,篮球在我手里就像个不懂事的小孩,反复逃离我的手掌,让它往东却偏偏往西,没拍几下又击中了我的鞋跟到球场对面去了,高低变换运球更是高难度项目,低运几下就趴在地面上,一蹶不振。看着和我年龄相仿的队员们娴熟的球技,我只能羡慕之余暗下决心,经常抱着球到小区里默默加练,背后运球、胯下运球、传切上篮。一两年后,我的篮球终于渡过了叛逆期,听话了不少。

球技明显提升后,我被选入了U13球队。第一次训练课,我环顾四周,清一色穿着黑色运动服的男生,我有些惴惴不安:我是唯一的女生啊!会不会成为场上的那个小透明啊?

的跟踪,一个穿插,合理冲撞区内闪出一个空档。我举起手臂,三分线外的队友心领神会地传球,球径直来到了我的手中,我接稳球,快速转身,哈达威变向,把防守队员甩在身后,一个急停跳投,篮球无阻地从我指尖跃出,在空中划出一道完美的弧线,嗖的一声,篮球入网了。进啦!6比6!没想到,追平了比赛的那个人竟然是我,好厉害!我的男生队友们向我投来了赞许的目光。

然而,从来都没有一劳永逸的比赛,下半场,对方使出了必杀技,换上一个一米九的大高个儿。风云变幻,我们的球路瞬间被死死封住,每每抓准时机断球后,进攻却屡屡败北,大高个儿仿佛一座大山那样杵在篮下,完美封住了我方通途,并不时防守反击拉开比分。

回响,也把我们震慑。

嘿!嘿!连连击掌为自己打气,积极盯防堵住对方的跑动线路,看准时机上前抢断,对方一个跟跑,球出界了!最终,落后没有被继续扩大,我方还得到了教练的表扬,颇有否极泰来的感觉。

我们的学习生活就如同这样一场接一场的篮球赛,场景未必相同,却往往异曲同工。赢得比赛,需要身高的天然禀赋,更需要日常的艰苦训练,需要个体的能力突出,更需要团队的协作配合,需要领先时的不骄不躁,更需要落后时的不懈怠不放弃。

卢梭曾说:最好的教育是无所作为的教育:学生看不到教育的发生,却实实在在地影响着他们的心灵,帮助他们发挥了潜能。

是啊,篮球不仅让我强壮了体魄,也潜移默化地让我懂得了很多道理,真是最好的老师!

(指导老师:刘君章)

(指导教师:王蕾)