

小学生生涯规划和心理健康教育融合的策略分析

刘伟

(濮阳市子路小学 河南 濮阳 457099)

[摘要]当代的小学生需要积极开展自己的生涯规划知识培养,生涯规划知识培养教育不仅满足了学生自身健康成长的需求,而且还具备时代性特征。为了我们学生未来的成长和发展,只有在我们的小学阶段做好自己职业生涯的计划,才能够引导学生更好的走向未来。但从目前的实践情况和角度来看,小学生在专业方面的职业人格规划缺乏良好的引领和指导,造成了学生在专业方面缺乏正确的人格规划意识和自主学习能力,对于未来的专业人格发展感到十分困惑。即使一些小学虽然已经开始了职业生涯计划的教育,但在具体实施策略上却相对比较简单。

[关键词]小学阶段;职业生涯规划;心理健康教育;策略研究

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6261.2021.04.1389

引言

小学正处于个性形成的阶段,学生对世界逐渐有了个性化的理解,能够自己独立思考和判断,但由于对社会的理解和自身的定位不够明确,许多学生在人生选择的转折点上会很迷茫。突出的问题是:不喜欢学习、不明白为什么学习、不知道自己的兴趣;学习会比较被动、缺乏个性、实践的经验少、承受能力差。在此背景下,对小学生进行有目的、有计划的职业生涯发展教育,引导学生树立明确的目标和理想,采取有计划的行动,帮助学生培养成功所必需的良好心理素质,已成为当务之急。

一、小学职业生涯规划教育的重要性

(一)素质教育是改革和发展的内在必然性需要。近年来,素质教育的改革不断地深入,对现行的小学体系建设提出了新的标准。为了促使学生未来的事业成长,必须大力支持学生未来人格教育。在小学时期的职业教育中,要充分注重培养学生的兴趣、性格与社会经济特点、思想的价值观念和核心价值观,使得学生能够充分了解并熟悉自己的专长以及职业道路和发展方向,从而确立坚定的目标,不断的努力充实自己,提升文化知识和专业技能水平,全面培养小学时期学生思维、想象力和创新能力,为未来的小学时期职业生涯的发展打下坚实的基础,是我们现代化教育改革的必然要求^[1]。

(二)小学生职业生涯规划教育是促使学生身心健康发展的的重要手段。根据相关研究,小学阶段是学生塑造价值观、形成爱好的时期,因此在小学阶段开展职业生涯规划十分重要,只有重视小学阶段的职业生涯规划教育,才能使学生思考未来的发展,而不是盲目的生活。让学生了解每个行业的特点和类型,自由的选择人生的方向。然后,在老师的指导下,制定自己人生的规划,形成正确的价值观和爱好,促使学生身心健康的发展。

二、基于学科渗透的生涯教育策略

学校的教学是学生接受学习的主要路径,学生的主要时间在学校和课堂的学习中过来的。在很多的学科授课中,有着非常丰富的内容,人名、传记、职业的现状和社会的经济、科技发展的历程,以及自我的发展、自我的规划等内容,是开展职业生涯规划重要的途径。在授课的时候,每个学科的老师可以结合课本中的内容,培育学生的理想和职业生涯规划的意识。

例如,老师在开展本专业学科实践性教学过程中,让学生认识到专业的发展的现状和未来的前景。与语文专业知识密切联系相关的专业有报纸记者、秘书、档案保护员;与数学知识紧密相关的专业主要包括:会计、审计、采购等;与物理化学和生物有关的专业是工程师,电气工程师,医生等。在授课的时候,教师要做到充分利用这些丰富的个性化人生计划和信息,引导学生以所致用、以用促学,让学生自发的去学习。

这些课程的目的是通过加深对自己职业的理解来激发学生规划自己的生活。同时,各学科的老师可以引导学生在一、一周、一学期的课程中进行具体的学习计划,培养学生的学科规划意识和能力。学校可以设置“早思”和“晚省”的时间。

“早思”是指学生在一天的开始就要合理地安排时间,“晚省”是指在晚上自学结束前对一天的时间进行评估、反思和调整。让这种计划性、自觉性逐渐内化为学生的学习习惯^[2]。

在心理健康的课程中融入生涯的教育,主要通过心理老师将生涯的教育融入到心理健康中,树立学生自我的追求,以回答“我是谁”“我去哪里”“我如何到达那里”为主要的目标。职业生涯的教学设计应根据不同的年级学生心理的特点和需要,设计不同的课程和活动。二年级的学生应注重自我探索、认识和接受新知识、努力学习和情绪的调节;小学中段的学生应注重同学之间的关系、自信心的练习、抗挫折培育和生涯规划与指导;小学高段年纪重视考试的指导,根据不同的年级,以人生规划为核心,对情绪的管理、学习等方面进行教育,促使学生的发展。

三、强化学生职业生涯规划认知的策略

(一)开设生涯规划教育课程

为了提升学生对职业生涯规划的认识,有必要根据学生的实际情况和需要开设职业生涯规划教学课程,在课程的内容、职业生涯规划学习模块等方面的设置,帮助学生了解自己的兴趣和特点,提高对现在社会各种职业的认识,在条件允许的情况下,学生可以进行市场的调查,提升职业实践的经验。在自我认识的过程中,允许学生根据自己的特点和兴趣选择合适的职业^[3]。

(二)学校和家庭要加强合作

目前,许多学生在父母和家人的照顾下,没有真正意识到自己对于职业生涯规划的意义和重要性,因此也就不会主动地进行自己对于职业生涯规划的计划。因此,学校和家庭都应该积极地加强交流与合作,改变我们传统的家庭教育理念,让孩子能够独立地成长。鼓励引导孩子了解自己的职业密切相关的社会实践情况,鼓励学生充分利用网络媒体了解当前就业市场压力,激发学生的职业计划意识和工作主动性。此外,学校和家庭在培养子女职业的能力时,要有明确的目标和正确的方向,合理规划自己的人生,为学生未来的发展做出贡献。

结语

小学阶段所开设的职业生涯规划教育课程,可以有效的帮助学生充分认识自己,认识并适应当下的社会。心理健康教学就是对学生进行终身的教育,它贯穿着整个学校教育体制的每一个过程,其中包括各门专业的教学、各类教育的实践。小学的时候是学生人生观、价值观形成的一个重要阶段,在对心理健康教育中进行融入对生涯规划有着是很重要的。

参考文献

- [1]何红霞.小学生生涯规划与心理健康教育融合的策略分析[J].高考,2020(12):110.
- [2]何娟.小学生职业生涯规划教育现状研究及策略[J].中学政史地(教学指导),2020(03):93-94.
- [3]宫艳芳.小学生职业生涯规划认知现状与应对策略分析[J].中国新通信,2019,19(22):131.