

# 社会实践活动赋能高中生职业规划教育路径探析

曹梁佩

佛山大学马克思主义学院, 广东湛江, 中国

**【摘要】**在新一轮高考改革的背景下, 职业规划教育逐渐受到人们的重视, 但在职业规划教育实施过程与成果中都存在不可忽视的问题。本文旨在以社会实践活动为基点, 针对职业规划教育中把职业规划等同于升学规划、缺少系统的职业规划教育体系的问题, 发挥社会实践活动的实践性作用, 探析社会实践活动赋能职业规划教育的路径。研究提出, 通过建设“课程—机制—评价”三位一体的实施体系, 以职业体验与社会调查课程为核心、校内外联动机制为支撑、多元动态评价为导向, 可有效提升高中生职业认知与选择能力。

**【关键词】**职业规划教育; 社会实践活动; 职业体验; 新高考改革

## 1. 引言

2014年9月, 一份关于深化考试招生制度改革的实施意见正式印发, 旨在改革考试招生模式, 促进科学选才。2025年, 全国已有29个省份已正式启动新高考改革, 实施新高考选科模式。新的选科模式倒逼着学校重视学生选择能力的培养, 而职业规划教育立足于学生的自我成长与自我实现, 帮助学生探索职业世界, 指引升学与职业历程, 从而解决“我要怎样过一个好的人生”这一问题, 能有效提升高中生选择与规划的能力, 这让职业规划教育逐渐成为备受关注的焦点[1]。因此, 探析如何推进高中生职业规划教育发展具有重要的现实意义, 其中, 如何以社会实践活动赋能职业规划教育成为本研究的主要探析路径。

## 2. 职业规划教育发展的必要性

职业规划即在自我认知与对环境的认知的基础上, 探索职业世界, 深入了解职业背后的需求, 通过自我评估, 建立个人与职业之间的关系, 并不断提升个人能力, 以做出最佳选择。无论从职业规划教育本身的价值出发, 亦或从高中生的阶段需求出发, 职业规划教育的发展都具有重要意义。

### 2.1 职业规划教育的价值

在职业规划教育本身的价值方面, 职业规划教育具有发展性、动态性和终身性的价值。

#### 2.1.1 职业规划教育具有发展性的价值

职业规划包含多方面的层次, 一是建立对自我的认知, 了解自己的兴趣爱好与长处, 二是职业探索, 加深对与社会环境与职业领域的理解, 最后是学业规划, 不断提升自

我以符合职业所需。每一层次都意在促使人向完善自我以收获更佳选择的路径出发, 而非任意、任性地挑选, 职业规划教育的诉求最终指向的是人的提升。

#### 2.1.2 职业规划教育具有动态性的价值

时代是变化着的时代, 职业规划思维不是对人生的机械设计, 而是一种在变化中保持方向的导航能力, 且这种能力不是一时的, 也并非一成不变。职业规划教育赋予学生的是一套持续发展的方法论。当学生会定期审视自己的发展方向, 评估内外环境变化时, 他们就掌握了不断成长的钥匙。这种能力使他们在人生的每个阶段都能做出有意识的调整, 避免陷入依赖同一条路径的困境。有效的职业教育必须避免新的教条主义, 它不用固定的、一时的评价限制学生的发展可能, 而应该开放所有的可能性, 同时培养学生作出选择并承担后果的勇气。这种教育最终指向的是人的自主性培养——在认识约束条件的前提下, 依然保持创造自己人生的自由。

#### 2.2.3 职业规划教育具有终身性的价值

根据舒伯的生涯发展阶段理论, 人的职业生涯划分为五个主要阶段: 成长阶段、探索阶段、确立阶段、维持阶段和衰退阶段, 囊括人漫长的一生。单从进入职场的时间来看, 从准予最低就业年龄到法定退休年龄也有漫漫几十年。简而言之, 职业规划是终身性的规划, 另一方面, 人在职业规划过程中所获得的能力上的发展与对环境与自我的认知是终生受益的, 职业规划教育的效果并不止步于进入职场那一刻[2]。

在生涯发展阶段理论中, 高中正处于探

索阶段,主要任务为综合认识和考虑自己的兴趣、能力与职业社会价值、就业机会,开始进行择业尝试,也就是升学后对专业进行选择。新高考改革后,多样化的选科组合与升学后的专业选择高度绑定,这致使着高中生去提高选择的能力,选择自己擅长的、感兴趣的学科,从而顺利升学,为择业、就业作准备,而非等到就业前才懊恼不及[3]。这样的选择能力不是先天形成的,面对浩瀚的职业世界和未发展完成的自我,高中生需要在职业规划教育的指导下建立个人与职业世界的关联。

## 2.2 高中职业规划教育的问题现状

纵使职业规划教育是高中教育生态中极具价值的一环,然而目前高中职业规划教育仍出现概念混淆、缺少系统的职业规划等问题。

### 2.2.1 把职业规划等同于升学规划

论文升学规划是职业规划中的一部分,在高中阶段,职业规划的主要任务表现为学业规划,即找到属于自己的学习风格、学科兴趣,科学合理地安排和完成学习任务,最后完成升学。而在对某一中学的调查中,班主任对高中生的规划常只限制在哪一门科目的成绩需要提升、该练习哪些题型,等等,意在抓紧时间提高学科成绩,进入门槛更高的大学。这与职业规划所追求的价值有较大的偏移。职业规划的价值是长久、终身的,意在通过学业规划与升学为跨入职业世界作准备,重视个人与升学目标的匹配程度;而单一的升学规划偏移了职业规划的价值追求,只关注学科的成绩与升学率,却忽略了规划应是可持续的、利于发展的。这样的升学规划将导致升学时只追求“热门专业”“高薪资”,把“好出路”限制在固定的某几条路上,对于“冷门专业”和“冷门职业”抱有一定的偏见,造成了升学结构上的失衡,也忽视了学生自身的能力与特点,将“热门”视作“普适”,而没有平衡个人的特质与职业生涯的发展,进而可能导致在升学过程中频繁变更学业规划,提高了退学率和转专业率,增加了生涯风险。

### 2.2.2 缺少系统的职业规划教育体系

在对多位不同高中的在职教师的采访中,可知目前高中的职业规划教育缺乏明确的、专业化的实施主体。换言之,高中阶段缺少系统的职业规划课程,职业规划教育常出现在班主任、心理老师或学科老师的辅

导和渗透中;另一方面,大多数老师并不具备专业的职业规划教育资质。这与我国普通高中职业规划教育起步较晚有关。1971年,美国教育署署长马兰提出“生涯教育”的概念,并由此引发了大规模的教育改革运动,经过多年的发展,形成了一套较为完备的体系。相对而言,国内自新高考改革后,职业规划教育才受到关注,且仍在探索中,未形成系统的职业规划教育体系[4,5]。

基于现状,可知在推动高中生职业规划教育时最为核心的,是搭建明确的、专业化的实施主体,或借用已有的活动形式作为载体,为高中生职业规划教育赋能。在高中生的学习生活中,社会实践活动不失为一个良好的实施载体。

## 3. 社会实践活动赋能高中生职业规划教育的内在逻辑

职业规划教育体系的建设需要载体。高中生职业规划教育与高中生的学习生活息息相关,学生需要在学习生活中挖掘自己的兴趣,因而高中生的职业规划教育不应游离于学生的学习生活之外,而是寻找合适的载体,融入学生的日常活动中,在学习生活与职业世界之间构建一个更接近的通道。而选择社会实践活动作为这个载体,是因为它们有不可分割的联系。

### 3.1 职业规划教育需要在实践中搭建

无论是对自我的认知还是对职业世界的探索,都需要在实践中才能获得更切实、有意义的感知,而在高中生的学习生活中,社会实践活动具有强烈的实践性,可作为职业规划教育的极佳载体[6]。首先,社会实践活动强调在校外实践,这样真实、丰富的活动场景是职业规划教育也在需求的;其次,社会实践活动也是活动性学科课程的重要环节,在活动进行过程中,沉浸式的体验与感受中使学生更容易建构起对“责任”“诚信”等有关的抽象概念的深层理解,能更深刻地思考职业生涯中个体与社会的联系,提高职业规划教育的效果。

### 3.2 社会实践活动与职业规划教育有共同的追求

新高考改革背景下的高中生职业规划教育承担着提高学生选择能力、帮助学生规划学业的责任,这要求职业规划教育正视学生在教学中的主体位置,重视学生能力的成长;而社会实践活动旨在为高中生更广阔的空间、更丰富的资源、更真实的情境,以多

元化的评价帮助学生提升学科核心素养,这种“以学生为本”的价值理念与职业规划教育的诉求是一致的[7]。以社会实践活动赋能高中生职业规划教育,可以整合两者活动资源,减少双方实施的阻力,是一次双赢的碰撞。

#### 4.社会实践活动赋能高中生职业规划教育的现实路径

社会实践活动赋能高中生职业规划教育的底层逻辑在于建设职业探索的捷径,帮助高中生挖掘兴趣与潜力,做适符合自己的选择。在这一现实路径中,提高职业规划教育在高中阶段的重要程度是首要,即要建立起学科化的、联动社会实践活动的职业规划课程体系,并搭建校内外联动的职业规划教育机制为职业规划课程体系服务,最后开发超越活动成果的职业规划评价体系建设。

##### 4.1 基于社会实践活动的职业规划课程建设

为改善职业规划教育目前系统化不足的现状,也为社会实践活动提供发挥的空间,建设学科化的职业规划课程体系是重中之重。基于社会实践活动的职业规划课程以社会实践活动为课程实施的主干,以基础课程为辅助,帮助高中生完成职业探索。

##### 4.1.1 设置强化高中生自我认知的基础课程

职业的规划与决策要建立在高中生这一主体上才能长远而有意义,因而帮助高中生建立和强化自我认知是职业规划教育的第一步。基础课程在职业规划课程体系中承担着帮助高中生探索兴趣特长与承接社会实践活动的职责。基础课程包括兴趣探索、技能培训和成果分享三个环节。

兴趣探索这一环节旨在为高中生介绍多样的职业选项,所展示的内容是动态的,即不止介绍职业本身的职责和工作内容,还要介绍不同职业类型的发展历程,以此使高中生了解其社会定位,同时讲解选择某一职业应学习的技能和准入范围,使高中生对职业产生更有意义的了解,探索何为自身所求[8]。技能培训这一环节则与社会实践活动紧密相连,在外出实践前,提前对学生进行相关的技能培训,如在进行职业体验活动前,通过演示、提醒等方式指导高中生该职业所需的基本技能与注意事项;除了指向活动本身的技能培训,高中生的基础技能,如沟通协商的能力等也应包含在内。技能培训这一环节既是社会实践活动的必要前提,也为高

中生探索自身兴趣特长提供了可实施的空间。成果分享是对前面一系列环节的激励机制,职业规划课程不可避免被高中生定义为变相的“学业任务”,从而出现抵抗、敷衍的心理,成果分享的环节旨在运用奖励法,通过嘉奖来吸引学生的深度投入,同时也能发挥优秀成果的榜样作用,提供更接近高中生自身的参考[9]。

##### 4.1.2 设置帮助建立职业认知的社会实践活动课程

社会实践活动的内容以职业体验与社会调查活动为主。各种职业体验是社会实践活动中与职业规划教育最为契合的一类,学生在体验中了解特定职业的工作日常与运行机制,以“一日解说员”为例,参与活动的学生不仅需要完成基础的展品讲解工作,更要了解展览策划、观众调研等其他板块,以全方位的职业体验帮助学生理解文化传播工作的专业要求和价值内涵。职业体验的关键在于打破单向的传授模式,创造“做中学”的职业认知建构的机会。而社会调查研究则通过挖掘职业背后更深层次的社会现象,帮助学生建构更立体的职业认知。开展社会调查研究时,要以问题和矛盾为基点,设计问题导向的体验活动。以医疗职业调查为例,可以引导学生关注“医患沟通障碍”这一现实问题,通过设计“模拟医患对话”“医疗纠纷案例分析”等活动环节,让学生深入理解医疗行业的职业困境,帮助学生形成“发现问题——分析成因——探索解决”的逻辑。但在问题导向的活动进程中,要注意学生思想的建设性,培养问题终将被解决的良好心态,而不是一味地批判,适得其反使学生形成知难而退、避免失败的心理,无法应对变迁迅速的职业环境[10]。

##### 4.2 基于场地建设的校内外联动机制确立

在当前社会实践活动中,各种场地为职业规划教育提供了重要的实践平台,其直观性和体验性的特征有助于开展社会实践活动。然而现有场地利用存在明显的结构性失衡,主要表现为历史文化类场馆占比过高,而现代职业场景类场地不足;静态展示型场馆占据主导,互动体验型设施明显缺乏,从而导致单次参观活动成为主流,通过开展社会实践活动赋能职业规划教育也就成了无稽之谈。因此要基于职业规划教育场地的建设,确立校内外联动的机制。

##### 4.2.1 建设与学校联动的校外职业规划教

## 育基地

校内外联动机制的核心在于建设与学校联动的校外职业规划教育基地。建设联动基地的目的在于整合社会实践活动，使其在统一管理、有序运转的机制下开展。教育基地需要做到实施与社会实践活动相适配的场地升级和人员配备。从上述场地利用的问题出发，目前场地的利用难以满足职业规划教育对职业认知的多元化需求。因而，场地的升级要突破种类单一的问题，开发更多样的场地，拓展对不同职业的认知；学校与教育基地双方共同设计活动方案，针对场馆资源的现有设施与人员配备，为学生设计互动较强的体验环节，加强学生在实践活动中的切身感受，加强活动的实践性。除此之外，学生的理论基础与实战经验都较为薄弱，真实且深层次的体验易造成操作风险，使社会实践活动的效果适得其反，为此教育基地还应配备能解答学生疑惑的讲解员或安全维护人员，维护活动的顺利开展。

### 4.2.2 开设为学生服务的职规咨询体系

联动多方资源，开设为学生服务的职规咨询体系。系统的课程体系或许能提高高中生的职业规划思维，获得宏观的方向，但关于高中生“我要如何具体地选择”的疑问，需要更细致和个性化的回答，职规咨询体系就是对这一问题的解答。“我要如何具体地选择”看似一个问题，却包含了高中生的多层忧虑，如工作的真实环境是怎样的？我能否达到未来的目标？如今的我需要从哪方面努力？等等。这要求职规咨询体系联动多方的力量，使学校、家庭、社区、各类在职人员共同参与，充分发挥班主任与心理老师的心理辅导作用，家长的支持作用、在职人员的顾问作用，尽可能全方位地解答高中生在职业规划上的疑惑[11]。

## 4.3 专注于潜力挖掘的职业规划评价体系建设

职业规划教育最终指向的是高中生关于生涯的选择，因而职业规划评价体系的建设应专注于挖掘学生的潜力和适合的方向，而非只以活动成果的效果作为唯一评判标准。职业规划评价体系将以成长记录袋对高中生的能力成长进行追踪，收集多元评价主体的反馈以得到更全面的能力评估，并通过职业能力匹配与测试系统为高中生提供个性化的建议。

### 4.3.1 采用多元的评价主体

多元的评价主体是使评价结果更为科学

的有效途径。出于视角的不同，各主体的评价有不同的侧重点，老师作为活动的引导者，能从活动目标出发，观察学生在活动展示出来的问题意识、辩证思维等能力；同伴作为合作小组成员，可以考察学生在活动进程中的秩序体现和活动维护能力等；自我则可以直面自己的情感、态度与价值观方面的变化与进步，从而形成较为全面的评估。因此，在对社会活动进行评价时，应收集来自老师、同伴与自我的评价。此外，出于活动社会性与实践性的特征，其对学生活动的评价反馈也应被采用。因此要建立各主体联动参与的评价机制。各主体的评价会体现出一定的一致性，即对于同一评价维度，各主体的评价应较为接近，当各主体的评价出现相差较大的地方，则关于这一维度尚未能得出较准确的评估结果，需要在接下来的活动要加以关注[12]。

### 4.3.2 建立动态追踪的成长记录袋

学生是未完成的、正在成长的人，对高中生能力的评价也应保持动态的追踪。成长记录袋记录每位学生初始信息，每次活动的具体任务和完成效果，不同评价主体的反馈。在成长记录袋中，高中生的各项技能和评价反馈将可视化具体的数字与图形，以能力多边图形的形式呈现，从而直观地得出自身目前的长处与短板。同时成长记录袋追踪高中生技能的成长，与初始信息和以往活动的信息进行对比，通过观察动态的能力成长过程，及时调整未来规划。

### 4.3.3 开发职业能力匹配与测试系统

职业能力匹配与测试系统是成长记录袋绑定建立的一个供高中生测试与分享的工具。基于成长记录袋收录的信息，系统对高中生的能力进行评估与职业匹配，为高中生在广泛的职业选择中提取适配度较高的种类，并将测试结果收录到成长记录袋中。系统同时提供各类职业测试，帮助高中生迅速了解自我。其次，在职业能力匹配与测试系统搭建学生互动平台，鼓励学生互享、讨论匹配与测试结果，以提供更为直接的参考。值得注意的是，职业能力匹配与测试系统意在提供可参考的结果，而非能力等级评比。成长记录袋中收录的评价反馈与测试结果要注意避免能力歧视，根据多元智能理论，人的智能分为八种，各种智能之间是平等的，只重视其中的几种智能，评价体系也就失去了良好的价值导向。

## 5. 结论

新高考改革背景下，职业规划教育已成为高中教育的“刚需”。本研究以社会实践活动为切入点，探析其赋能职业规划教育的路径，形成以下核心观点。

第一，社会实践活动是破解当前困境的有效载体。针对职业规划教育存在的“把职业规划等同于升学规划”“缺少系统的职业规划教育体系”等问题，社会实践活动以其真实的职业情境和“做中学”理念，搭建了从“知识传授”转向“素养培育”的实践通道。学生在职业体验中打破对职业的印象壁垒，在社会调查中建立与真实世界的联结，这种沉浸式的学习方式既契合新高考对选择能力的培养诉求，也回应了“培养什么人、怎样培养人”的教育问题。

第二，从课程、机制、评价三方面切入，构建出三位一体的实施路径。课程层面，兴趣探索、技能培训与成果分享构成基础课程，职业体验与社会调查组成实践活动课程，形成完整的职业认知链条；机制层面，校内外联动基地整合社会资源，职规咨询体系联动学校、家庭、社区多方力量；评价层面，多元主体、动态追踪的成长记录袋与职业能力匹配系统回归“以学生发展为本”的初心。三者协同，将职业规划教育完善成系统的课程体系。

职业规划教育不是求职前才用来“临时抱佛脚”的“补习班”，也并非老师或学生一个人的努力。新高考改革背景下的职业规划教育仍在接受着挑战，对职业规划教育的重视不仅在促进其本身的发展，也引导着社会各方对它的重视，它将因此不断地革新，持续为高中生的发展注入动力。

## 参考文献

- [1]刘静.高考改革背景下高中生涯规划教育的重新审视[J].教育发展研究, 2015, 35(10): 32-38.
- [2]刘华, 郭兆明.生涯教育: 基础教育课程改革不可或缺的支点[J].教育发展研究, 2013, 33(20): 6-11.
- [3]王爱芬, 雷晓.新高考改革背景下高中生涯规划教育及其实现路径[J].教育理论与实践, 2018, 38(01): 33-37.
- [4]庞春敏.高中生涯教育研究述评[J].教育评论, 2017, (06): 28-33.
- [5]樊丽芳, 乔志宏.新高考改革倒逼高中强化生涯教育[J].中国教育学刊, 2017, (03): 67-71+78.
- [6]刘旭利.关于高中思想政治课开展社会实践活动的探索与思考[J].当代教育论坛(教学版), 2010, (01): 112-113.
- [7]欧健, 邓晓鹏, 罗键等.基于综合实践活动的生涯教育的实践探索—以西南大学附属中学校为例[J].教育理论与实践, 2021, 41(08): 3-9.
- [8]田丽.以核心素养为引领, 探寻普通高中生涯规划教育实施体系[J].课程.教材.教法, 2017, 37(10): 63-69.
- [9]张岁玲, 王晶.高中生涯规划教育校本课程开发研究[J].课程.教材.教法, 2018, 38(05): 128-132.
- [10]叶小娟.高中政治综合实践活动课程体系建构与实施[J].中学政治教学参考, 2022, (23): 81-83.
- [11]顾雪英, 魏善春.新高考背景下普通高中生涯教育: 现实意义、价值诉求与体系建构[J].江苏高教, 2019, (06): 44-50.
- [12]单茹茹, 叶佳晨.基于活动型课程的社会实践设计[J].思想政治课教学, 2021, (08): 33-36.