

普通高中职业生涯规划教育的发展路径研究

王祖林 金海燕

桂林理工大学

摘要：新高考制度改革下，普通高中生职业生涯规划教育呈现新需求，为把握目前高中生职业生涯规划教育现状与存在问题，对广西8所普通高中327名学生与214名家长进行问卷抽样调查。研究发现：学生对校园生活基本满意，但社团活动开展不够理想；学生职业体验活动不充分，职业生涯规划方向不明确；学生对“前程”困惑不安，主要倾诉对象是“朋友”。针对调查结果，提升普通高中职业生涯规划教育实效性的发展路径如下：夯实学校社团活动，建立与高校的协作制度；加强职业体验活动，切实提高职业认知；建立相应课程体系，构建职业生涯规划教育共同体。

关键词：高中生；职业生涯规划教育；问卷调查；发展路径

近年来随着我国高考改革的推进，高中生职业生涯规划教育价值凸显，研究文献逐步增多。根据CNKI（中国知网）期刊检索（检索日为2024年7月6日），以篇名“高中”（模糊搜寻）并含“职业生涯规划教育”（精确搜寻）高级检索所获文献为195篇，研究主要聚焦在职业生涯规划教育与课程建设研究、职业生涯规划教育体系建设研究、职业生涯规划教育实施现状研究等主题。首先，职业生涯影响人生幸福。高中生自我评价在职业生涯规划与主观幸福感之间起完全中介作用^[1]，影响职业生涯发展幸福的因素包括职业环境因素、职业人际关系、职业发展机会、个人心理资本等^[2]。其次，改善职业生涯规划教育学段衔接刻不容缓。再次，中国高中生的职业生涯规划教育与美日韩三国相比尚有差距^[3]。最后，职业生涯规划教育国际比较研究方兴未艾。芬兰普通高中实施必修与选修的个性化职业生涯规划教育课程^[4]，韩国在法治保障基础上全面实施职业体验活动^[5]。由此可知，高中职业生涯规划教育在理论与实践层面备受国内外关注，本研究通过调查分析目前高中职业生涯规划教育现状和存在的问题，提出相应的发展路径，有利于普通高中积极开展职业生涯规划教育，有效提高学生职业生涯规划能力和意识，帮助学生精准“选学科”、“选专业”、“选职业”。

一、调查与结果分析

在参考有关职业生涯规划教育调查问卷的基础上，自行设计问卷对广西高中一年级学生和家长开展抽样式问卷调查，重点了解学生对学校生活的满意度

及参加社团情况、影响职业生涯规划的因素、学生的困惑和烦恼以及倾诉对象、家长对学生的学历及职业期待等，以此全面把握高中职业生涯规划教育的现状和存在问题。

（一）调查对象与方法

本研究的调查对象为广西区内8所普通高中一年级的学生及其家长。问卷调查学生回答数327人，家长回答数214人。调查期间为2023年1月26日~2023年6月25日（2022年9月入学者），调查的基本情况如表1所示。本调查中学生的基本情况为女生219人（66.97%），男生108人（33.03%）。

表1 调查对象统计表

地区		学校类型		性别	
南宁	7人	公立	188人	男	108人
柳州	4人	私立	132人	女	219人
桂林	196人	其他	3人		
贺州	106人	不上学	4人		
玉林	8人				
贵港	2人				
河池	3人				
百色	1人				

本调查利用“问卷星”系统设计问卷，问卷内容与维度参考了日本文部科学省「家庭や学校における生活や意識に対する調査」（2015），采取随机抽样方法进行样本抽取，通过微信软件发送给调查对象匿名作答，学生问卷29题，家长问卷6题。

基金项目：中国教育发展战略学会生涯教育专委会课题“普通高中生职业生涯规划教育实施机制研究”（SYN20240016）；2021年广西教育科学规划高考综合改革专项课题“新高考背景下理工类院校综合素质评价考核体系的构建”（2021ZJY1740）

作者简介：王祖林，助理研究员，研究方向为教育基本理论。

通讯作者：金海燕，教授，研究方向为职业生涯规划教育与东亚教育。

(二) 调查结果

根据问卷回收情况，此次调查统计分析时，学生问卷统计使用 327 份（部分统计采用 324 份），家长问卷统计为 214 份，调查结果如下：

1. 学生对学校生活满意度及参加社团情况

根据表 2 统计，学生对学校生活的满意度大都很高。为了更加客观调查学生在学校生活的情况，本调查设计了满意度问题“对现在的学校生活满意吗？”如表所示，对于“满意”的回答中与“班上同学”，“老师”的关系很好占比最大，其次是“认为在校习得的知识在未来会很有用”。这说明在学校生活中比起课程内容与课程兴趣本身，更多的是看重生生与师生关系。高中入学第一年，学生更加倾向于建立良好人际关系，对提升学校生活满意度影响较大。

根据表 3 可知，学生社团活动的参加情况并不乐观。有 49.85% 的学生表示没有参加社团活动，而有参加社团的学生中，运动类为 18.04%，文化类为 32.11%。学生对社团活动抱有积极态度，且不论何种形式均体现较高满意度，不论是对运动类还是文化类社团活动大都表示满意与非常满意，满意度达到 98% 以上，但调查中有近一半学生没有参加社团，其原因不排除学校本身没有建立社团活动制度。

2. 学生职业体验和职业生涯规划的影响因素

调查显示，广西地区高中生的职业体验活动与志愿者服务情况并不乐观。如表 4 所示，女生中有 36.53% 表示“在学校从其他人（不包括老师）那里有了解过就业和工作的事”，33.33% 表示“什么也没做

过”，18.26% 表示“参加过实习活动（就业体验活动）”。男生中有 30.56% 表示“参加过实习活动（就业体验活动）”“在学校从其他人（不包括老师）那里有了解过就业和工作的事”，有 28.70% 表示“什么也没做过”。由此可见，有关未来职业生涯规划“什么也没做过”的学生占比很大，其次“参加过实习活动（就业体验活动）”的学生中，男生比女生多，但整体上参加过实习活动的学生比例仅占 24.41%。

初中毕业后参加志愿者活动或地区的互帮互助活动的学生非常有限。表 5 显示，有 50.68% 的女生与 39.81% 的男生表示没有参加过任何志愿者活动或地区互帮互助活动。其次，只有大约 30% 的学生表示，“半年内会有几次”。由此可见，学生的社会体验及社会服务活动相当匮乏，一定程度上说明应该为学生提供学业之外的社会实践活动，提高学生积极参与社会与服务社会服务意识。

3. 学生困惑和烦恼的事以及主要倾诉对象

随着我国高考改革的不断推进，高中生在规划未来及心理方面存在哪些问题值得探索。据调查，大多数学生表示“关于前程”方面与“在学校和在补习班的成绩”是目前最为困惑的事情。当学生遇到困惑与烦恼事时，“倾诉对象”选择“朋友”的比例相对较大（女生为 69.86%，男生为 35.19%），其次为母亲、父亲。选择“老师”的学生中女生仅 2.28%，男生只有 5.56%。这说明高中生在困惑与烦恼面前需要朋友的关怀。这与由于父母的期望过高一定程度上给学生带来了困惑与烦恼的原因也不无关系。

表 2 关于学校生活的满意度情况 (N=327)

X\Y	1 和班上的同学关系很好	2 和老师的 关系很好	3 认为有价值的课很多	4 认为有趣的 课很多	5 认为在校习得的 知识在未来会很有用	6 可以充分理解 课上的内容	小计
1 女	175(79.91%)	116(52.97%)	98(44.75%)	100(45.66%)	102(46.58%)	89(40.64%)	219
2 男	86(79.63%)	57(52.78%)	43(39.81%)	46(42.59%)	52(48.15%)	46(42.59%)	108

表 3 学生参加社团情况 (N=327)

X\Y	1 参加了运动类社团	2 参加了文化类社团	3 没有参加社团活动	小计
1 女	29(13.24%)	76(34.70%)	114(52.05%)	219
2 男	30(27.78%)	29(26.85%)	49(45.37%)	108

表 4 基于未来职业生涯参加的职业活动情况 (N=327)

X\Y	1 参加过实习活动 (就业体验活动)	2 在学校从其他人 (不包括老师) 那里有了解过 就业和工作的事	3 在学校的课堂上 (包括综合 实践活动课) 学习过就业和 工作的事	4 在学校以外的 日常生活中， 学习过就业和 工作的事	5 其他	6 什么也 没做过	小计
1 女	40(18.26%)	80(36.53%)	58(26.48%)	54(24.66%)	43(19.63%)	73(33.33%)	219
2 男	33(30.56%)	33(30.56%)	28(25.93%)	25(23.15%)	21(19.44%)	31(28.70%)	108

表5 初中毕业后参加志愿者活动或地区互帮互助活动情况 (N=327)

X/Y	1 每周至少一次	2 每个月大约两到三次	3 每个月一次	4 半年中会有几次	5 没有参加过	小计
1 女	8(3.65%)	10(4.57%)	9(4.11%)	81(36.99%)	111(50.68%)	219
2 男	13(12.04%)	7(6.48%)	12(11.11%)	33(30.56%)	43(39.81%)	108

二、主要研究发现

(一) 学生对校园生活基本满意，但社团活动开展不够理想

在涉及“学校生活的满意度”调查中，学生将“与班上同学”、“与老师”关系很好作为满意的重要标尺，可见学生之间、师生之间的良好关系对于学生身心健康发展至关重要。学校社团活动的开展并不理想，调查中有近半数学生没有参加社团活动，这与学生希望建立良好人际关系相悖。社团活动是通过活动与练习建立良好生生与师生关系的有效途径，也是学生有效理解活动意义、增强学习欲望与责任感的重要途径。有研究表明，社团活动所要求的认知能力和社交技能对班级建设也会产生良好的影响 (Darling N, Caldwell L.L, Smith R.2005)^[6]。积极组织社团活动，对学校生活整体会产生正面影响，其中重要的原因之一就是通过社团活动学生能够获得关键能力。

(二) 学生职业体验活动不充分，职业生涯规划方向不明确

调查发现，学生的职业体验活动与地区志愿者服务活动匮乏。职业体验及相关学习对于学生建立职业规划起着重要的影响作用，相比没有参加或体验过职业活动的学生，参加过的学生成在职业规划方面更容易确定方向。我国具有庞大的高考生源，高中阶段学生严重缺乏职业体验活动和职业生涯规划教育，导致我国高考生在职业规划、大学专业选择方面存在严重问题。从职业体验与社会实践的视角看，调查发现学生与社会存在一定脱节现象，有近一半的学生表示初中毕业后没有参加过任何社会服务及实践活动，这就迫切需要普通高中为学生提供职业实践及体验学习的机会。

(三) 学生对“前程”困惑不安，主要倾诉对象是“朋友”

调查结果发现，学生在选择“有关感到困惑和烦恼的事”中，大部分学生选择了“前程问题”，其次是有关“学习成绩”问题。显然这是两大现实问题，而其中比起成绩，学生对前程问题更加感到不安。这说明当代学生的视野具有一定的前瞻性。有研究表明欧美各国的课外活动，可有效降低青年时期的问题行为和退学等问题 (Berkovitz, 1997)^[7]。学校教育应更好地思考“对青少年的身体和心灵的发展做贡献的可能性”，如何提高“身体的自我管理能力和集体中自

主管理和运营的能力”，如何增加“青少年结交朋友、增加朋友、体验连带和合作的机会”的可能性等。高中阶段开展职业规划活动是提高学生学习动机与确立前程方向的重要基础，这不仅有助于学生高考专业的合理选择，同时有助于增强学生学习欲望与生活意识。学生遇到困惑时大都选择“朋友”作为倾诉对象，但在职业规划方面体现很大程度受家人的影响，大部分家长尊重孩子自己喜欢的工作和职业选择。这表明高中阶段的职业生涯规划教育需要学校与家庭、社会联动，构建职业生涯规划教育共同体。

三、普通高中生职业生涯规划教育的发展路径

(一) 夯实学校社团活动，建立与高校的协作制度

高中阶段是夯实职业生涯规划教育发展的关键期，学校应有效利用可利用的资源，积极开展校园社团活动，帮助学生确立正确的适合自身的职业价值观和人生观。社团活动在培养学生同情心、自主性、社会性、构筑健康、丰富的人际关系、奠定终身学习的基础、发挥学生的个性、能力以及提高体力、增进健康等方面具有相当大的教育意义。基于此，高中阶段职业生涯规划教育应充分利用校内社团活动，有效培养学生正确的职业认知及职业素养，积极与高校合作，构建职业生涯规划教育共同体，形成教育合力。高中与大学的有效联结，符合学生心理发展与职业生涯规划的衔接，这方面可以参考别国经验，芬兰中学与多所大学有紧密的合作关系，学生可以访问大学，提前学习大学课程。

(二) 加强职业体验活动，切实提高职业认知能力

高中阶段的职业生涯规划教育应该注重职业认知、自我认知、职业定位以及职业准备 4 个方面^[8]。充分了解职业特点是学生进行职业生涯规划的前提，在职业认知过程中，实现自我认知的基础上，才能发现和确立自己的职业定位，精准做好职业准备。如此，可以弥补现有高中生职业体验不足的局面。这四个方面相互密切关联，需要通过切实的体验活动完成。职业生涯规划教育的课程渗透是其有效方法之一，然而单纯的理论认知不足以满足学生职业生涯规划的内在需求，有必要通过职业体验活动夯实学生职业认知。学生主体的身体经验是完成对客观世界认知的基础，是学校实现素养教育目标的必要条件。如图 1 所示，实习是学生理解社会关联性的重要一环，是有效理解

“学习”、“工作”、“生活”三要素关系的重要手段。如此，可以弥补现有高中生职业生涯规划教育的指导不够的现状。

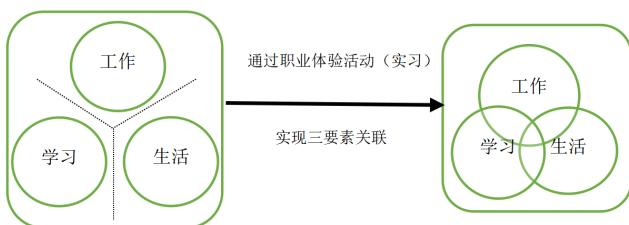


图1 职业体验活动（实习）作用

(三) 建立课程体系，构建职业生涯规划教育共同体

课程实践充分说明，职业生涯规划教育必须植根于学校课程教学中，构建有效的课程体系，且应纳入学校教育全年活动的计划中，按期实施，形成课程渗透与专门活动相结合的教育模式。普通高中教育改革应该在课程改革的同时，为有效实施学生职业体验活动提供必要条件。不仅学校内部需要一整套行之有效的职业生涯规划教育方案，更需要学校、社会、政府三位一体联动的协作机制，构建职业生涯规划教育共同体。有学者认为高中阶段指导学生准确认识和规划自我，开展职业测评，实习体验应该前置到高中阶段，而不是仅仅作为大学毕业季的必修课程^[9]。只有这样，学生才能更好更客观地实现职业认知，从而实现正确的大学专业选择，进而顺利完成大学生到社会人的角色转换。

四、结语

在学生进入大学学习或进入劳动力市场之前将面临各种各样的选择，其中蕴藏着很大的风险和不确定性。目前正处于一个“危机四伏”的时代，新冠疫情尤其让我们懂得了事态不可控，危机频发的恐惧。正是因为这样的时代，我们更加需要回归创新体验学习的原点，通过在普通高中教育中积极实践职业生涯规划教育，使学生掌握基础学习能力、应用能力及

职业适应能力，建立学生发展指导制度，加强对学生的理想、心理、学业等方面的指导。近十年的改革发展，我国职业生涯规划教育已经从学术倡导上升到行政推进，学校试行的发展阶段，期待今后进一步加快改革与建设步伐，为实现“两个一百年”奋斗目标和中华民族伟大复兴的中国梦提供强有力的人才支撑。

参考文献：

- [1] 陈慧慧, 尹翠清. 高中生职业生涯规划、核心自我评价和主观幸福感的关系 [J]. 中小学心理健康教育, 2020(20):8-11.
- [2] 丁燕华, 孙元元, 毛春红. 探析职业生涯发展幸福感 [J]. 绍兴文理学院学报(自然科学), 2012, 32(4): 57-60.
- [3] 孙宏艳. 我国职业生涯规划教育应端口前移——基于中美日韩高中生职业生涯规划教育的研究 [J]. 教育科学研究, 2013(8):52-57.
- [4] 屠莉娅, 吕梦园. 芬兰普通高中职业生涯规划教育的经验及其启示 [J]. 教学与管理, 2021(4):81-84.
- [5] 高瑜, 王振. 中小学职业体验可持续发展的路径选择 [J]. 职业教育研究, 2019(12):11-15.
- [6] Darling N, Caldwell L.L, Smith, R. Participation in school-based extracurricular activities and adolescent adjustment [J]. Journal of Leisure Research, 2005;37,51-76.
- [7] Berkovitz, I.H. Junior high/middle school and high school life. In L.T. Flaherty, R.M. Sarles(Eds.), Handbook of child and adolescent Psychiatry Vol.3 [M]. New York Wiley, 1997.
- [8] 柯翔武, 吴镔镔. 高中职业生涯规划教育应侧重什么 [J]. 人民教育, 2014(23):27-28.
- [9] George Lacoff, Mark Johnson. 李葆嘉等译, 肉身哲学: 亲身心智及其向西方思想的挑战 [M]. 北京: 世界图书出版公司, 1999:316-323.