

# 整合资源构建中、小、幼一体生涯教育课程体系的实践研究

白宏宽 林丽 仇光霞 何虹 何旭涛

(北京市京源学校)

## 一、北京市京源学校生涯教育的理念与开展概况

生涯是个体一生各种职业和生活角色的发展过程，其发展顺利与否对个体的生命质量具有关键作用。在当代，个体特质得到越来越多的关注。个体发展离不开社会环境，如何帮助个体了解、适应社会，达到个体特质与社会需求的匹配并和谐发展是对未来教育提出的新命题。生涯教育应运而生，帮助学生在充分了解自我与环境的基础上自主做出发展抉择。

北京市京源学校立足本校学生需求，构建了中、小、幼一体的生涯教育课程体系，将生涯概念统合在个体由幼儿园到高中的学习历程中，包括生涯认识、生涯探索、生涯规划及生涯准备四个模块。

## 二、形成中、小、幼一体生涯教育课程体系

京源学校在参考了国内外大量的生涯教育理论的基础上，基于舒伯生涯理论，依据个体 3-18 岁期间依序经历的生涯幻想期、兴趣期、能力期、试探期特点，构建生涯教育课程体系，包括课程目标、内容框架、评价标准等内容。如图表 1 所示：

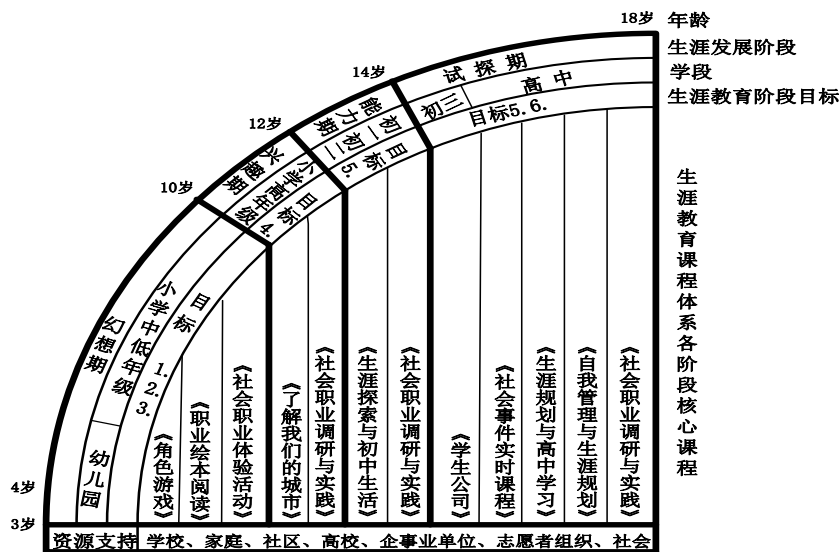


图1 京源学校中小幼生涯教育课程体系

### (一) 京源学校中、小、幼一体生涯教育课程的目标体系

学校根据个体不同的发展阶段特点设置了生涯教育目标，包括总目标及幼儿园、小学低、中、高年级段、初中及高中六级阶段目标，希望为学生 18 岁之后的其余生涯阶段的顺利发展服务。

#### 1. 幻想期的特征与任务

幼儿园与小学中低年级的学生处于生涯发展阶段的幻想期，这一阶段的学生热衷于幻想游戏中的角色扮演，该阶段的发展任务是开始初步感知社会，发展对工作世界的态度，逐步社会化。该阶段的生涯教育属于生涯认知模块。

#### 2. 兴趣期的特征与任务

小学高年级的个体处于生涯发展阶段的兴趣期，这时兴趣逐渐成为其行为方向的主要决定因素，

该阶段的发展任务为继续认知社会，了解社会的运作，了解和体验工作的意义，广泛探索自己的兴趣。该阶段的生涯教育属于生涯认知与生涯探索模块。

### 3. 能力期的特征与任务

初一、初二学段的学生处于生涯发展阶段的能力期，这时能力的重要性逐渐增加，开始考虑未来工作所需要的条件与训练。该阶段的发展任务为开始了解工作的内涵与要求，提高社会参与程度，探索与培养自己的能力。该阶段的生涯教育属于生涯探索模块。

### 4. 探索期的特征与任务

初三与高中的学生处于生涯发展阶段的探索期，学生在学校与社会生活中的经验中，进行自我探索、社会探索、试探性的规划与职业准备，开始综合考虑需要、兴趣、能力与机会。学生在该阶段对于未来发展有了暂时性的决定，并对这些决定不断地进行反思和修正，开始考虑未来可能的职业领域和工作层次，并为之做准备。该阶段的发展任务为职业偏好逐步具体化。该阶段的生涯教育属于生涯规划与生涯准备阶段。

基于此，京源学校设立了六级目标体系，如下表所示：

表 1 学校六级目标体系

学段	生涯规划教育目标
阶段目标 1	初步了解生活中常见的职业； 初步了解常见职业的工作内容，在游戏中体验职业； 培养其对劳动者的热爱和对劳动成果的尊重。
阶段目标 2	认识各种社会角色和职业； 了解现实生活中各种职业角色的工作实录； 具有体验真实情境中各种职业角色的兴趣和热情。
阶段目标 3	认识到各种社会角色和职业的重要性和不可替代性； 能够学习并完成几种职业的简单劳动过程； 建立吃苦耐劳、有毅力和坚持性的优良劳动品质。
阶段目标 4	建立劳动光荣和职业平等的意识； 清楚说出自己的梦想目标； 培养为他人服务的劳动意识和建设祖国的主人翁精神。
阶段目标 5	认识到个人的价值与社会需要的关系； 能够将理想与现实结合起来，初步建立人生规划； 树立人生理想，引领积极的人生规划。
阶段目标 6	明确自我认知，了解自己的性格、潜能、特质等方面的特点； 将个人需要与社会需要相结合； 清楚认识职业工作内容和职业要求； 掌握人生规划的具体技能。

## (二) 京源学校中、小、幼一体生涯教育课程的内容框架

京源学校中、小、幼一体生涯教育课程体系包括核心子课程和外围课程两大内容。核心子课程包括学科课程和活动课程，采用必修课与选修课结合的方式。例如在高中阶段《生涯规划与高中学习》及《社会职业调查与实践》为必修课，《学生公司》等为选修课。除了上图中所列由专职生涯指导教师实施的核心子课程之外，在每个阶段都设置了由学科教师、班主任等兼职生涯指导教师所实施的《学科生涯渗透课程》、《生涯主题班会课程》、《生涯主题隐性课程》、《生涯主题家庭教育课程》四类外围课程。同时还辅以团体、个体生涯咨询作为补充。每类子课程都形成了各自的课程指导大纲和实施说明。

### 1. 生涯教育核心课程之学科课程

生涯教育学科课程是指以培养生涯认知、生涯探索和生涯规划能力为目标的专业课程，具体包括在小学开设的《了解我们的城市》、在初中开设的《生涯探索与初中生活》、在高中开设的《生涯规划与高中学习》。

以《生涯规划与高中学习》来看，该课程在高一上学期开设，每周一课时。该课程经过了三年时间与不断修改已初成体系，形成纲要与校本教材，并根据对学生的调查进行及时修订。

本课程具体安排如下表（节选）：

表 2 生涯教育课程安排

课时	主题	课时目标	评价指标
1	你的决定决定了你	意识到生涯规划的重要性 了解本课程安排与要求	画出生命线 说出课程要求
2	DO YOU KNOW	了解未来社会发展趋势 意识到社会发展与个体的关系	分享自己的感受和见解
3	个人特质 (兴趣、性格)	理解并接纳个体间存在差异 了解自己的特质	客观分析自己的兴趣、性格特质
4	个人特质 (能力、潜能)	理解并接纳个体间存在差异 了解自己的特质	客观分析自己的能力、潜能特质
5	个人特质、社会需求与 未来选择	理解三者的辩证关系 对自己的未来选择有初步意向	对三者的辩证关系有理性的认识 写出自己的简历
6	自我 swot 分析	分析自己的优劣势 认识到自己和目标存在的差距	模拟面试 填写 SWOT 分析表
7	指向未来的高中生活	认同未来与现在的关系 基于 SWOT 分析结果规划自己的高中生活	分年级列出需要在高中完成的事情，包括根据未来发展方向进行高中研学、学校活动、社会实践活动等内容的选择，初步形成指向未来职业的高中学业及休闲规划

## 2. 生涯教育核心课程之活动课程

我校生涯教育紧密实践与自主发展，为培养学生适应未来社会发展而服务。

### (1) 《社会职业体验课程》《社会职业调查与实践课程》

生涯教育在中、小、幼各阶段都开设了“探索社会类”，从“体验”到“调研”到“实践”螺旋上升。丰富的社会实践课程能够帮助学生深入接触社会，了解社会，体验社会，培养公民意识，增强社会参与度。很多学校都开展了丰富多彩的社会实践活动，比如北京市京源学校开展的社区服务、参观职场、体验职业、走访劳动力市场、生涯人物访谈、社会调研、走进大学等多样活动。

### (2) 《学生公司》

《学生公司》是北京市京源学校与“国际青年成就中心”合作开发的课程，属于学校生涯规划教育的重要内容，旨在培养个体成为社会的有责任、有能力、有担当的未来人才。学生在企业志愿者的辅导下自己组建队伍，运营公司，承担风险，解决难题，在这个过程中，学生不仅将学到商业运行的方式，还锻炼了批判性思维、制定决策、团队合作、问题解决等多方面的能力，培养了企业家精神和创新意识，培养了领导力、创造力和执行力，尤其是培养学生对社会的关注和参与。例如，2012年5月京源学校“千飞乾途”学生公司的成员们通过两个月前筹划、联系场地、节目、主持、彩排等自主策划了一台关注自闭症患者的义演义卖会，为北京市石景山区小飞象训练发展中心的自闭症患儿们共募得善款 2468.75 元。

### (3) 《社会热点实时课程》

所谓“即时/实性”课程，是抓住社会当下热点或突发性事件，例如“日本大地震”、“乔布斯逝世”、“天宫神八对接”等把握住其与生涯规划教育的结合点而开发的短期课程，此类课程的突出特点是真实、迅速、鲜活，并且具有极大的感染力和体验感，有助于学生情境融入，有助于引导学生关注社会，提高社会参与感和主人翁意识。

## 3. 生涯教育外围课程

### (1) 《学科生涯渗透课程》

学生的学科学习其实也是在为其未来打基础。个体未来要发展成为某专业领域内的专项人才，学科学习必不可少。因此生涯规划教育还必须包括学科渗透课程，学科学习不仅仅培养学生的学科知识和能力，也应该培养学生学科规划意识和学科规划能力，帮助学生掌握如何成为这个学科领域

内的专业人才的知识 and 能力体系，具体如下表所示。

表 3 生涯教育外围课程

目标	途径	考核指标	资源支撑
1. 学科规划意识 2. 学科规划能力	语文学科	1. 能说出以该学科为基础的大学专业设置情况； 2. 能说出与该学科相关联的职业类型与选择； 3. 能理解该学科与不同职业类型和职业发展相匹配的知识点和能力要素； 4. 掌握该学科的知识点和能力要素； 5. 拥有成为某领域内专业人才的志愿和动机；	1. 本学科教师 2. 职业咨询与辅导教师 3. 班主任 4. 德育教师
	数学学科		
	英语学科		
	物理学科		
	化学学科		
	历史学科		
	政治学科		
	地理学科		
	音乐学科		
	美术学科		
	通用技术学科		
心理学科			

### (2) 《生涯主题班会课程》

主题班会课程由于其生动丰富性和团体动力因素的影响，是生涯教育中不可缺少的一环。京源学校的“人的一生该怎么度过”生涯主题班会系列课程主要包括以下内容：

表 4 生涯教育主题班会课程

班会主题	培养目标	途径	考核指标	资源支撑
12岁 “我和集体”	培养意志力和团队凝聚力	卢沟桥远足	1. 能顺利完成远足 2. 能考虑到集体荣誉，不； 3. 能主动帮助他人。	社会资源
14岁 “人的一辈子要怎么度过”	青年人的使命感	珍藏红领巾	1. 能说出青年和少年的区别，不同的责任； 2. 能承担自己“份内”的事情。	社会资源
17岁 “规划未来”	独立自主、积极探索的生涯发展观	制定未来计划书	1. 能说出未来的目标和实现的计划； 2. 能执行自己的计划。	社会资源 家庭资源
18岁 “成人仪式”	公民意识	成人宣誓	1. 关注社会事件； 2. 主动参与社会事件。	社会资源

### (3) 《生涯主题隐性课程》

校园文化是看不见的隐形课程，但其对学生的影响却是深刻的，《生涯主题隐性课程》是指有意识、有体系的利用学校环境、班级展板开展生涯教育。

### (4) 《生涯主题家庭教育课程》

本课程旨在积极发掘家庭的积极资源，形成教育合力，促进生涯教育效果，为学生成为有能力担当社会责任和创造幸福生活的未来高素质人才而服务。我校形成了中小幼一体的《生涯主题家庭教育课程》大纲。

## 三、构建中、小、幼一体生涯教育课程体系的创新点

### (一) 理念创新

目前北京市各学校开展的生涯教育多定位于生涯“规划”教育并出现了“狭隘化”（对仍在发展的青少年过早定型）和“泛化”（杂糅德育、心理健康教育内容）两种倾向。我校的生涯教育分为生涯认知、生涯探索、生涯规划、生涯准备四个模块，内涵明确、外延清晰，有效避免误区，利于生涯教育的专业开展。

### (二) 制度创新

打破按学段设课程的传统，按每阶段的生涯发展任务设置课程目标和内容。例如幼儿段和小学中低年级都处于生涯幻想期，将其纳为一体，设置适合幻想期的生涯教育1-3级目标与子课程内容。

### (三) 内容创新

着眼全面，既关注学生学业规划也关注其休闲生活规划。积极引进资源，并将其校本化，符合我校学生发展特点和要求。

