

# 职业生涯规划:点燃学子心中那团火

株洲日报记者 成建梅  
通讯员/吴海雄 谭思佳

新高考最大的亮点是彰显选择性理念。高校根据自己的办学特色选择学生,学生根据自己的兴趣特长选择学科和专业,但高中生在“选”上面还需要很大的助力。

三年前,市十三中适应新高考选择性理念,开全市先河,正式开设“职业生涯规划”课程。

新课开班伊始,殷慧担任职业生涯规划教师。在他看来,职业规划课程包括发现内心的渴望、认识自我、认识职业、发现身边的机会、寻找职业方向、进行职业探索、为我的未来做准备、谋定而后动、进行职业体验、管理梦想、建立积极的人际关系网络。

“职业规划”项目,市十三中持续推进。

校长蒋凯说,从学生职业生涯规划课程发端,学校打开了“职业生涯规划”的局限,正式将该项目确定为对学生进行“生涯规划”的研究,其中主要是对学生进行学业规划指导、情感指导和专业职业规划指导,并将该项目与学生成长导师制结合,心理团辅室牵头各项工作,使生涯规划课程的实践真正落到了实处。

近日,教育部公布2018年全国中小学德育工作典型案例名单,市十三中学《创新德育课程,护航逐梦之旅——职业生涯规划教育》名列其中,成为全市唯一入围的学校。

12月5日,记者走进市十三中,走进“职业生涯规划”课堂,探索一所市示范高中德育创新教育的足迹。



系列创新德育教育活动,让市十三中校园充满活力。市十三中充满活力的新课堂。株洲日报记者 成建梅 通讯员/谭思佳 摄

## 生涯规划:没有“废材”,只有选错方向、入错行的人才

教育的现状是许多孩子用12年来选分,却只用几天来选专业人生。很多孩子在高考分公布当天才去考虑报什么专业,选什么职业,这导致很多报错专业、入错行的孩子很享受受到职业幸福。

在蒋凯看来,人的生命成长历程,实际上就是“生涯”,生涯发展会经历生长期、探索期、建立期、维持期和衰退期等不同阶段,中学生正处于生涯发展的生长期,这是生涯发展的重要时期。

“目前对孩子的教育,更多的是强化了责任和动机,却忽略了挖掘学生内在的生命能量,而只有激发孩子内在的兴趣和激情,才能引导孩子走向成功。为引导孩子将现实兴趣、需要与其将来的发展结合起来,生涯规划势在必行。”

2015年,市十三中被市教育局确定为“新高考改革研究试点学校”。

新高考全新的考试方式和录取模式,带来了挑战也带来了选择,比如取消文理科,实行“3+X”,比如选课走班……巨大的变数,是给了学生众多“选择”。

如何选择,涉及学生人生规划,将来的你想成为怎样的人,你的兴趣点在哪里,你的兴趣与行

业要求是否契合,如何弥补差距与现实的差距——这就要求高中课程增加选择性,让学生根据自己的兴趣、禀赋、潜能来选择分科分类的课程,同时,学生将能够根据自己的性格、特长、兴趣等特征,自主地选择高考科目,而要实现科学选学,就必须开设生涯规划课程。

适应新高考,市十三中确定,学生生涯规划项目为选课走班研究的配套项目。

蒋凯说,社会的分工、孩子的禀赋千差万别,需要引领不同兴趣和潜能的人,选择不同的大学、专业和职业,使不同的人成为更不同的人,才能避免让所有的孩子都去挤名校、考大学、读名校。

市十三中生涯规划课的评价和其他课程评价有本质的区别,不能用以分数或等级来衡量学生修习课程的结果,也不能像其他课程那样引入多元评价主体对学生的生涯规划作综合性评价。

“在生涯规划的字眼里,没有废材,只有选错方向、入错行的人才,让每一个孩子去他们该去、喜欢去的地方,才是成全每一个孩子的好教育。”蒋凯说。

## 课程点燃激情:走进生涯,遇见未来

蒋凯说,从教这么多年,深深感受到,当下的学生学得被动,学得痛苦。与教育发达国家的中学生相比,中国学生少了一台自主成长的发动机。从幼儿园、小学、中学、大学直至终身教育的长途跋涉中,我们太过关注每个阶段的名次,忽略孩子的终极目标与成长原动力,忽略了他们的责任与动机、兴趣与潜力、情绪与心态。

我们不希望在自己的教育“领地”里,留给学生的只有灰色和沉重,好教育一定要点亮孩子的人生梦想,点燃成长的激情,生涯发展指导就是点亮梦想、点燃激情的最佳途径。

学校成立了一支由校长亲自挂帅、主管校长担任执行组长、优秀德育骨干、学校专职心理教师为项目成员的课程开发核心团队,并多次派出核心成员赴杭州、北京、南京、济南等地学习,先后有6位老师获得了“生涯规划师”资格证书。

学校再安排生涯规划课通过德育校本培训会对班主任进行培训,打造一支有力的生涯规划课师资队伍。根据系统生涯规划法,学校编制印发完善校本课程教材《别梦想出发——高中生生涯规划》校本教材,后期根据实施情况进行两次修订完善。

走进市十三中“生涯规划”课堂,和别的课堂不同的是,你可以感受到被点燃的激情,因为学生们在这里“遇见未来”。

蒋凯发给学生一张量表,让学生在近三百项中“喜欢的打钩”,她告诉学生,兴

趣是最好的老师,“如果我们早有规划,在选择专业的时候,就能将自己的专业和自己的兴趣结合起来。”

“我梦想的职业是打打NBA”“我想当蛋糕店老板,因为我喜欢烤蛋糕”“我长大后,想做一个新型农场”“想做一个药剂师”……

只要学生积极参与,殷慧都给予肯定和认可:“如果必须评价,生涯规划指导课程中对学生的评价应当是发展性评价,以肯定和鼓励为主。”

殷慧说,职业课的评价和其他课程评价有本质的区别,“它不能用以分数或等级来衡量学生修习课程的结果,也不能像其他课程那样引入多元评价主体对学生的生涯规划作综合性评价。”

与此同时,学校聘请外校的专业教师来校上课,设置选修课程,开设职业规划和服装设计课程,邀请国家级省级著名讲师、学生家长代表以及株洲时代电子技术有限公司人力资源邵深HR等来学校为学生进行讲座,让学生能更直观地感受到未来职业对自身的专业要求和职业素养要求,并及时进行自我调整。

“学生的思想品德发生明显的变化,培养了学生的健康人格,通过这节课,同学们初步感受到了生涯规划课程的独特魅力,纷纷表示‘开始认真思考自己的人生’,尤其高三的学生在面临单招选择的时候,他们不再那么迷茫和犹豫,增加了对未来的信心。”蒋凯说,学生们的变化,让他感到非常欣慰。

## 记者手记

### 德育教育,开创校园“积极心理学”

准确地说,市十三中的学生生涯规划课程发端于2013年秋季学期,三年形成正式课堂。中学生生涯规划,重点不在于通过生涯指导帮助学生找一个适当的职业,而是让学生在寻找梦想并且为之奋斗的过程中,激发生命的动力,从而不断充实自己,在奋斗的同时去探索自我、鼓励自己,发现生命中更多的可能性和机会,让自己人生的路越走越宽广。

这样的德育,学生打心眼儿接受,带来的文化便是理所当然。之前学生认为,我的梦想现在实现不了,放弃吧!现在他们想的是:梦想是可以分阶段实现的;学生们以前想的是怎样选专业,现在他们想的是怎样去成长,最大限度地发挥自己的优势,想的是自己的优势,学生明显积极乐观了很多。

殷慧坚守的创新课堂,从另外一个角度来看,开创的是具有株洲特色的“积极心理学”。当然,从专业角度来看,探索中的生涯规划课程还有许多亟待完善的地方,比如,如何将生涯规划教育与学科教育结合,如何根据各年级学生的不同特点和发展需求设计不同的指导方案,如何将生涯规划教育与学业规划指导相结合,最终实现幸福职业人生……

在创新中前行,株洲德育迸发出无限生机与活力。

## 株洲食事药闻

# 散装『三无』香肠谨慎选 颜色太红价格过低

株洲日报记者 马文章

入冬以来,腊制品深受老百姓喜爱。近日,记者走访调查发现,不少农贸市场售卖的散装腊制品没有外包装,商家也不能提供进货销售台账,市食药监部门提醒,市民采购时要擦亮眼睛,好看的腊制品,不一定经得起“考验”。

### 市民爆料:便宜香肠有异味,全家人不敢吃

日前,刘先生在某农贸市场一家腊味干货批发店,看到店门口悬挂的大串香肠色泽鲜艳,只要10元一斤,他一口气买了3斤。当晚,刘先生拿出一些香肠做菜,儿子尝了两块香肠后说:“这个香肠不好吃,有异味。”随后,刘先生又拿出几串香肠尝尝,10余分钟后,他揭开盖子发现,锅里的水蒸气变成了血红色,用筷子轻轻一插,香肠立刻散架,最后只能将其倒掉。

次日,刘先生提着剩下的香肠找老板理论,老板解释称,买的香肠肉质不正一些,便宜货的杂东西会多些,但所卖的香肠都是从正规厂家进货而来。说罢,该老板从袋中拿出一箱5公斤装的“美味香肠”,也就是刘先生所买的那种香肠,包装显示产品配料有:猪肉、白砂糖、白酒、肠衣、淀粉、大豆组织蛋白、食品添加剂(亚硝酸钠、红曲红),产地为广东省江门市。

刘先生质疑这些香肠为劣质香肠,提出要拿去送检,老板见状当即叫住了他,退了他30元。

### 记者调查:散装香肠价格便宜,多“裸奔”销售

其他农贸市场情况如何?记者来到天元区湘江红农贸市场看到,多家商铺的货架上,均挂满了各色腊制品,有些摊位,则直接将货物堆放在水泥地上的纸箱上。

在一家批发店摊位口,老板热情地介绍起自家的腊味。记者拿起一串带白色标签的散装香肠观察后发现:肠衣鲜亮,肉质呈暗红色,每节香肠大小长短不一,肉体外表面以白色肥肉居多。

一箱500克的香肠,只要12元,与超市上销售的30元/斤的香肠相比,价格很有诱惑力。“这些都是外买回来的货。”该老板直言不讳地

告诉记者,这种白色标签的,不建议买,那种带绿色标签的香肠质量好些,可以自己炒着吃。

记者仔细查看这两款香肠,都看不到任何产品标识标签,老板反应强烈,说商家也不能提供进货销售台账,市食药监部门提醒,市民采购时要擦亮眼睛,好看的腊制品,不一定经得起“考验”。

### 部门提醒:购买腊制品别“贪色”无包装的散装货慎买

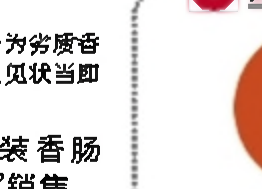
随后,记者将情况反映给市食药监部门,市食药监局石峰分局执法人员立即前往该农贸市场进行检查。

检查发现,市场有多家售卖散装腊制品的店铺不能提供进货销售台账,其产品也没有任何带厂名、厂址、配料的外包装。执法人员当场责令老板下架在售的散装腊制品,要求限期整改到位。

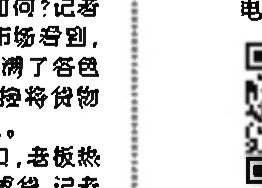
一位执法人员表示,市场上销售的便宜散装香肠,大多不是全肉的,而是猪肉内掺杂了淀粉调制出来的,至于那些色泽比较鲜艳的“红色香肠”多是用色素调出来的。

食药监部门提醒,市民购买香肠这类腊制品,尽量选择在大超市、超市,选择口碑好、质量信得过的品牌,那些包装简陋、无标签标识或标签标识不详、价格明显低于市场价的产品谨慎购买。

### 如何投诉举报



电话:12331



微信:“株洲食事药闻” 微信公众号:ZZSPDA

您可以通过以上两种方式24小时联系我们

## 使用问题鸡蛋被罚5千元,店主喊冤?

株洲日报记者 马文章

株洲日报讯 因使用不合格鸡蛋,酒楼被罚款5千元,店主却称,自己也是受害者,要罚也应当与供货商“连坐”,食药监部门表示,餐饮服务提供者有责任对进货商进行审核,经营不符合食品安全标准的食品处罚有法可依。

日前,市食药监局执法人员对荷塘区株洲大老门酒楼进行食品安全抽检,抽检结果显示,其9月13日购进的鸡蛋中,恩诺沙星项目不符

### 食药监部门:未履行进货查验制度

合要求。

经查,该批次不合格鸡蛋,是从芦淞区湘江红农贸市场购进的,共1件,进货价245元/件,被抽检1kg,其余已使用完毕,该鸡蛋主要用作菜品原料、辅食、员工餐、酒席红蛋,无法计算违法所得。

执法人员当日启动核查处置工作,并下达责令改正通知书,要求商家立即停止销售,更换鸡蛋供货商,并召回不合格产品。

“我又没有检验仪器,怎么知道这批鸡蛋有问题呢?”大老门酒楼总经理傅师傅认为,自己只能凭借肉眼观察鸡蛋是否有问题,至于有没有“兽药”超标,自己没有能力去验证。

执法人员表示,该批次鸡蛋兽药超标主要与供货商环节有关,同使用环节无关。但根据酒楼提供的记录,无法证明其已建立了食用农产品进货查验记录制度和保存相关凭证的行为,经营不符合食品安全标准食品的行为属实,处以5000元行政处罚有法可依。目前,食药监部门正在对供货商进一步调查。

### 老人电话买保健品被忽悠

株洲日报记者 马文章

株洲日报讯 “感谢你们的帮忙,再遇到这事,我和老伴会多留个心眼。”12月4日,芦淞区电厂生活小区的陈奶奶收到药款,被人忽悠买保健品的1420元失而复得。

11月初,陈奶奶收到一个奇怪的包裹,内有一包面粉、一个录音机以及一本杂志,杂志上的内容与糖尿病、高血压保健治疗有关,还有糖尿病的陈奶奶,便抱着试一试的心态与对方取得联系,在对方的“温情攻势”下,花1420元购买了四瓶后脑腺腺苷瓜氨酸叶黄素胶囊保健品。

几天后,陈奶奶收到了对方的包裹,对方又以要寄快递为由,要求陈奶奶将陈奶奶购买的保健品寄回,陈奶奶这才明白自己陷入了保健品骗局,担心自己买的保健品有问题,拒绝继续购买,谁知对方先是打电话“好言”相劝,未果后,竟转为语言威胁,无奈之下,陈奶奶向媒体求助。

市食药监局芦淞分局在获悉媒体相关报道的当天,立即组织人员介入调查。由于包裹的收件人是北京市通州区,无详细地址,对方在株洲并无实体店,无法上门取证,调查人员马上向该保健品生产商及福建省神六保健品有限公司所在地的监管部门发函,请求协助调查。

12月3日,调查人员收到回函称,该保健品已于2018年初在国家食药监局备案注册,经过多次电话交涉,对方同意退还陈奶奶的购货款,并派人上门处理,次日,陈奶奶收到1420元退款。

## 快检车开到农贸市场,20分钟可验“农残”



“这是刚买的红萝卜,听说你们可以检测农药残留有没有超标,请帮忙检测一下。”12月4日上午,在石峰区天福桥农贸市场,市民唐淑芬拎着刚买的蔬菜,朝一辆“食品快速检测车”走去,想寻求工作人员帮助。

“请留下联系方式,结果出来我们会告知你。”工作人员将送来的红萝卜进行检测、取样,20分钟后,通过农药残留检测仪数据反馈,该批次红萝卜“合格”,农药残留未超过国家限量标准。

市食药监局相关负责人介绍,食品快检车具有食品取样、检测检测、数据处理

等多种功能,可开展农药残留、瘦肉精、孔雀石绿、二氧化硫、亚硝酸盐等20多个项目的快速检测,最快20分钟可出结果。

“若发现有抽检产品不合格,将当场联系监管部门组织处理。”该负责人表示,每周还将开往农贸市场、商超、学校和企业食堂,现场免费接受市民快检。

据悉,市食药监局备有两台快检车,自2017年12月以来,全市已完成样品检测2266批次,阳性样品占比0.4%,总合格率为99.6%。

株洲日报记者 马文章 通讯员/刘晓红 供图

## 醴陵查处一问题食品商行冷库

存有745公斤过期冷冻猪肉,150公斤已销售

株洲日报记者 马文章

株洲日报讯 冷冻猪肉囤积仓库,可多至已过期1个多月的产品。近日,醴陵市食药工商质监局接到群众举报,称在船湾镇四方居委会“醴陵市船湾镇某食品商行”冷库,正在销售涉嫌过期的冷冻猪肉。执法人员立即前往该商行冷库进行检查。

现场检查发现,其冷库存放有袋标为“恩佳农、鲜肉专家、健康佳农、品名一级腊”的冷冻猪肉745公斤,其生产日期显示为2017年10月28日,保质期为12个月,距今已超过保质期近1个月,查实该冷库购进冷冻猪肉2吨,已销售过期冷冻猪肉150公斤的违法行为。

目前,执法人员已对上述745公斤过期冷冻猪肉予以扣押,并进行销毁处理。同时,责令商家追回已售出的问题猪肉。

执法人员介绍,市民买回来的猪肉,一般在冰箱冷冻室的保存期限为4-5个月,最多不能超过半年,冷冻温度最好在-15℃左右,随着保存时间增长,猪肉的营养会流失,口感变差,另外还会产生一种名为李斯特菌的“嗜冷菌”,李斯特菌中毒严重者可引起血液和软组织感染。