

⑤ 心理素质教育



新世纪

接班人素质培养

青少年出版社

新世纪接班人素质培养

(5)

心理素质教育

青少年出版社

目 录

第一章 就业指导

一	(1)
二	(18)

第二章 学生心理障碍与治疗

一	(56)
二	(70)
三	(94)
四	(99)
五	(102)
六	(104)
七	(110)
八	(113)
九	(115)
十	(127)

第一章 就业指导

原则是人们处理问题时所依据的准绳。从某种意义上说,原则具有明确的规范性。就业指导的原则是职业指导活动应遵循的规范。我们认为职业指导应遵守以下四个基本原则。

一、教育性原则

教育性原则要求职业指导活动必须从培养德智体全面发展的社会主义合格建设者的方针,帮助人们树立正确的职业意识和求职动机,培养优良的个性心理品质,打下知识与能力基础。教育性原则是学校职业指导的首要原则。特别是在以下三个方面发挥起着重要的作用。

(一)职业理想教育

理想和信念是人生的精神支柱,崇高的理想可以点燃人们的激情,激发人们的才智,唤起人们奋发向上的热情。职业理想是人们对未来的职业生活的向往与追求,它反映人们的生活目的和为之奋斗的目标,在人们的社会生活中占有重要位置。实践证明,职业理想是成就事业、推动社会进步的一种

精神力量,一个人一旦树立了正确的职业理想,就会正确地选择职业,并激励自己去克服职业活动中的困难,勇往直前地去实现自己的奋斗目标。但是许多青年在职业选择上带有较大的盲目性和随意性,这除了客观条件的制约和社会舆论的影响外,主要是缺乏正确的职业理想。不少人只顾眼前利益,讲究一时的“实惠”,我们在对三、四年级 222 名大学生的择业意向调查时发现,只有 26.3% 的大学生愿意选择与自己所学专业相符合的职业。73.3% 的大学生热衷于“三资”企业、经商以及行政管理等所谓热门职业。对毕业生的跟踪调查发现,有些大学毕业生虽然选择了“实惠”、“热门”的职业(或毕业后改行从事“热门”职业),一旦发现与自己所学专业毫无相关或与自己个性不相符合就会陷入无限的烦恼,不仅给个人带来痛苦,也给事业带来损失。针对这种现象,帮助人们特别是青年学生树立正确的职业理想是十分必要的。职业理想教育就是要使青年在选择职业时有一个正确的思想,即把个人愿望同社会需要相结合的思想。树立较高的奋斗目标。面对纷繁的职业种类,能够保持较高的理想境界和清醒的头脑,以正确的态度选择职业和对待职业。开展职业理想教育,要系统、全面地介绍社会生活中各种职业类别的作用与地位,引导学生把职业理想同现实结合起来。避免空洞的说教。

(二) 职业观教育

职业观是人们对职业范畴的认识和态度。包括人们选择职业的标准和对各种职业的评价,是人生价值观在职业选择问题上的具体体现。目前,大学生在职业观问题上存在的偏差是极普遍的。我们对 222 名大学生的调查发现有 86% 的人认为职业有高低贵贱之分,把择业意愿指向高(高级机关),大

(大城市,大企业),全(全民企业、事业单位)的占 86.8%,愿意去基层的只占 13.2%,主张自己创业的不足 10%,这与改革开放的要求是极不适合的。因此,帮助人们树立正确的职业价值观是职业指导的一项迫切任务。

职业教育的内容主要包括帮助人们了解各种职业的社会地位和实际价值,了解国家经济与社会现状及趋势,使学生懂得人生的价值在于创造,在于对社会的贡献。懂得现有价值和应有价值的关系,认识个人与社会、人才与文凭的关系。激发学生为实现自己的应有价值而努力学习的热情。选择职业时能自觉地选择最能发挥自己特长,最符合社会需要和最能为社会做贡献的职业。

时代要求当代青年在选择职业时应具有创业精神、进取精神和开拓精神,这也是现阶段职业观教育的重要内容。科学的职业观认为职业选择首先应以创造为动机。现代化建设需要全体人民在各个岗位上共同努力,这种努力对于个人来说,不是随意配置的填空,而是主体能动的选择。把创业作为职业选择的动机,人们的职业活动就超越了谋生手段本身,达到了社会利益和个人尊严的高度统一。这样,只要有选择的可能,他们就会选择一种最引以为自豪的职业,选择自己深信其伟大并具有最大效益的职业,选择最能给自己提供广阔场所为人民谋利益的职业。其次,职业选择应以进取精神为动力。唯有进取,才能把职业选择作为自我发展的契机,积极地分析自己的选择,不被困难所吓倒,也不被一时的冲动所欺骗。也唯有进取,才能从错误的选择中摆脱出来,相信自己的力量,去开辟新的天地。再次,职业选择要以充分发挥自身的才干为出发点。选择并不是为我们提供一个享受的机会,而

是为我们提供了将知识转化为物质财富的广阔天地。

(三)职业道德教育

职业道德作为人们从事职业活动过程中在思想行为上必须遵守的准则和规范。是社会主义道德在职业活动中的具体体现,它直接影响人们的工作态度、工作热情和行为方式。培养良好的职业道德是抵制各种不正之风,转变社会风气,建立良好的人际关系,建设高度的社会主义精神文明的有效途径之一。

职业道德教育首先要抓择业动机教育。由于社会不良风气的影响加之思想教育的失误,不少青年学生的择业动机是错误的,如有人把“升官快”作为自己的择业动机,有的人的择业动机则是“易发财”,甚至有的人把行业不正之风所带来的“实惠”作为自己择业的目标。因此,我们必须向人们灌输职业道德理论,特别要注意引导广大青年进行科学的职业道德的评价活动。使他们充分认识自己所从事工作的道德价值。通过职业指导教育培养纯正的职业道德观念,高尚的思想境界,并能自觉地表现在职业行为过程中。其次,要进行责任心和事业心的教育。培养学生热爱劳动,尊重劳动人民,珍惜劳动成果的优良品质。它要求人们自觉地意识到自己所从事的职业对社会所承担的责任和应履行的义务,并在工作中保持高度的责任心和事业心。有严谨的作风和求实精神。在工作岗位上能以主人翁的精神和认真负责的态度对待自己的工作。反对粗心大意、弄虚作假、消极怠工、玩忽职守等行为。同时还要求必须具备勇于探索的献身精神。再次,职业道德教育还包括敬业教育、乐业教育和勤业教育。帮助人们认识自己未来所从事的工作在社会分工体系中的地位和作用,认

识其社会意义和道德价值,把对自己事业的热爱变成自觉履行职业道德规范的行为。要努力学习,不断进取,为将来的职业活动打下坚实的知识与能力基础,并能够在未来的职业活动中不断地得到充实和发展。

教育性原则不仅仅体现在思想教育方面,而应贯穿在职业指导整个过程的一切方面。只有遵循教育性原则,职业指导才能健康发展,才能在人才培养和使用的领域中合理开发人力资源,充分发挥人的潜能,以满足社会各行各业对人才的需要。一切脱离教育性原则的职业指导都是片面的和错误的,其结果不仅达不到职业指导应有的作用,还会把人们引向歧途。

二、整体性原则

影响人们职业观念形成和职业能力提高的因素是极为复杂的,因此必须把职业指导作为一项系统工程,要从整体和普遍联系中把握影响这一工程的因素和条件,充分发挥各个要素的作用,保证职业指导的顺利进行。整体性原则,包括职业指导内容的完整性、组织领导的协调性、内容和目标的一致性。

(一)内容的完整性

职业指导内容的完整性是由职业指导的目的所决定的。职业指导的根本目的是造就出符合社会需要的适合各类职业要求的合格人才,对劳动者的教育与培养应是德育、智育、体育、美育和职业技能等诸多因素相互协调、彼此促进的完整的作用整体。因此,职业指导包括了从观念的形成到品德的培养,从知识的掌握到能力的运用等一系列内容。既有对劳动者个人的指导,又包括对社会发展的指导,如预测职业发展文

化趋势,为职业结构的改造、专业结构的调整及新职业的创立提供理论依据。作为职业指导实践活动,由于对象和目的不同,其内容可以有所侧重,但作为职业指导科学,缺少任何一个方面的内容都不是完整的。

(二)组织领导的协调性

就业指导不仅仅是少数职业指导人员的事情,也不仅仅是学校的任务。要发挥职业指导的应用作用,必须协调社会各方面的力量形成齐抓共管局面。首先,职业指导要同劳动管理相结合,特别是要同就业制度和劳动人事制度的改革相结合。我国传统的劳动制度是一种高度集中管理的国家劳动制度,由于只有国家才是唯一的用工主体和就业主体,结果严重影响了企业用工竞争和劳动者就业竞争局面的形成。劳动人事制度改革的目的,就是要形成劳动力资源合理配置的机制和最大限度地调动劳动者的积极性,而这也正是职业指导的任务。随着劳动市场和就业竞争机制的形成,职业指导担负着帮助劳动者转变就业观念,提高职业劳动力素质和适应市场竞争能力的任务,同时,职业指导还起着广开就业门路、调节劳动力供给规模的作用。所以职业指导是劳动人事制度改革的重要配套措施之一,是劳动人事制度改革顺利发展的重要保证。因此,职业指导应成为劳动、人事部门的重要工作内容之一。

其次,职业指导需要社会、学校、家庭的密切结合,相互协作。职业指导活动是一项协作性很强的社会服务事业,它涉及到社会、家庭等各种因素对人们求职择业的影响,涉及到人才来源和人才去处两方面的合作。因此,职业指导需要社会各方面的协作和全面支持。

家长对其子女职业意向的影响是明显的。据有人调查,中学生的择业志愿有44%是由家长决定的,因此家庭在职业指导活动中起着重要作用,职业指导机构特别是学校的职业指导部门要和学生家长联系,使家长了解学校职业指导计划、内容和要求,了解社会发展对人才需要趋势,了解自己孩子在学校各种情况。同时学校可以从学生家长那里进一步了解该学生的性格、兴趣和能力倾向。不少中学通过开家长会、举办家庭教育讲座等形式,对家长进行宣传教育,帮助他们端正对社会职业的认识,并向他们介绍有关职业的特点,提供招工、招生信息,并听取家长对学校职业指导的意见和建议,取得家长与学校的配合,使职业指导得以顺利进行。

劳动人事部门及企事业单位对职业指导的作用是至关重要的,它们不仅承担着录用人、推荐人和帮助在职人员进行职业转换等直接的职业指导活动,同时还肩负着向学校及社会介绍职业,提供职业信息及人才需求信息的任务。特别是向人才输送部门提供人才预测、规格与要求,对人才培养规划的制定,专业调整等有重要的指导作用。没有劳动人事部门和企事业单位的支持与配合,学校的职业指导就失去了基础。

(三)目的的一致性

所谓职业指导目的的一致性,是指各个阶段各种形式的职业指导活动都要始终遵守职业指导的根本目的,即为社会培养输送各类合格的人才。这有赖于职业指导的综合效应,是职业指导系统中各渠道、各种因素和各种教育影响共同作用、相互配合、相互渗透的结果。职业指导目标的一致性,体现在时间上要从小抓起,小学、中学、直至大学毕业后走上工作岗位,都要从职业指导的根本目的出发来关心教育他们,使

他们在实践中早日成才。因此要把职业指导的目的以一贯之。职业指导目的的一致性体现在空间上,就是要动员社会各种力量关心职业指导工作,把职业指导渗透到各种工作的各个环节。特别要重视控制、改革和净化社会环境的信息源,用正确的职业价值观来影响和教育人们。教育影响的一致性职业指导一致性的保证。要取得整体的职业指导效果,就需要各种教育因素在方向上保持一致。它包括学校内部的教育与教学的统一,教育与管理的统一,以及教育的阶段性与连续性的统一,还包括学校教育与社会教育的统一,学校教育与社会教育的统一等。只有使各种影响因素协调一致才能形成一个从时间到空间的完整的作用整体。当然,各种影响的一致性相对的,职业指导必须积极地去适应社会,充分利用社会的积极影响,努力控制社会中的消极影响,才能在主导方向上保持影响的一致性。

三、发展性原则

发展的观点是唯物辩证法的一个基本原则,同样也是职业指导的基本原则。这是由两个方面所决定的。其一是社会的发展引起的职业活动内容的变化和职业结构的变革。我们正处在一个大变革的时代,特别是新技术的广泛应用,新兴职业不断产生,从电子工业、光学、通讯、信息到遗传工程、生物工程、海洋科学、空间技术、替代性能源等一系列新的职业类型的产生,不仅要求人们具有现代的科学技术知识,而且还要求人们具有现代的思想观念。社会及其职业的这种变化与发展每时每刻都在发生,并且是永无止境的,因此职业指导也必须随着社会的发展而发展。

其二,人的生理、心理、精神也处在不断的发展变化过程

中。现代生理学研究证明,生理、心理和精神同时发生,又相互影响。生理世界直接与心理世界相联系,人们直接从生理发展中体验到本能的冲动和欲望,由此转化为人们的思想和感情。精神世界又直接同心理世界相联系,通过自我意识,赋予生活以意义,选择生活道路,使人的思想和感情升华到理想的高度。个体就是在生理、心理和精神三者之间相互作用的过程中不断走向成熟的。人生的每一阶段都有它自己的意义和目的,职业指导就在于发现并掌握它,在不同的阶段施加不同的影响。

由此可见,职业指导的发展性原则包含了两方面的意思。一方面,要用发展的眼光来分析社会和职业对人才需求的变化趋势,包括质的变化和量的变化,为社会需要准备合格的人才。另一方面职业指导要有利于个人的发展,用发展眼光看待个人,掌握他们的心理规律和思想活动特点,引导他们正常健康地成长,使其成为对社会有用的人才。从对个体的教育与影响来讲,职业指导必须注意以下两个问题。

第一,职业指导不是把个体固定在某一职业上。

心理学的研究告诉我们,人们的职业意识的形成、发展和成熟,往往需要经过很长的时间。儿童、少年、青年一直处于一个生长、发展的过程中,这种发展既是连续的,又是分阶段的。每个阶段有着质的差别,又有着密切的联系。用这个观点去考察个体,就会发现人们的职业意识、职业观念、职业兴趣、职业能力无不处在发展变化过程中,甚至要延续到30岁以后才逐渐稳定。因此,职业指导不能用固定的眼光看人,而应该把握各个阶段发展的不同特点,有针对性地发展他们职业意识、职业兴趣和职业能力。

青年学生在毕业时所做出的职业或专业的选择也不是最终的。还会由于年龄的增长,文化水平的提高以及性格、兴趣和能力的变化而发生变化。每一个正常水平的人,都有程度不同的可塑性,往往能适应许多职业或专业。职业指导是要帮助他们确定一个与其自身个性特点相适应的职业范围,而绝不是形而上学地要求他们必须从适应的职业范围中选择某一个“最佳”的职业或专业。过早地把人固定在某个专业或职业上,会使其在众多职业方向上发展的可能性受到限制,也是不符合教育规律的。

即使是成年人,在职业选择上也并不一定必然是正确的。随着整个社会环境和经济活动的变化,人们自然要在不断地选择中适应不断变化的环境。这种发展变化是合乎客观规律的。职业指导要尊重和承认个体在职业选择上的发展和变化,抛弃过去那种一次选择定终身的旧观念,帮助他们适时地转变自己的职业,并把职业转换变成一种发展与探索新事物的机会。只有这样,才有助于人的才能的培养与发挥。

第二,职业指导的发展性原则在于培养个体的创造能力。

创造能力是个体独立地以新的模式程序去掌握和运用知识技能,善于发现新原理、形成新技能、发明新方法、获得新成果的能力。个体的创造能力是个体发展的前提,也是社会发展对教育提出的迫切要求。没有大批勇于探索、具有创新精神和创造能力的人才,社会就不会发展,职业就不能进步,新的生活道路就不能被源源不断的开拓出来。具有创造能力的人包括哪些特征呢?我们认为:在思想素质上,要有远大的志向和明确的奋斗目标,有对社会主义事业的满腔热忱和献身精神,思想观念不囿于成见,不因袭传统,敢于向旧的习惯势

力挑战,敢于走前人没有走过的路,乐于接受新的观念和新的行为方式;思维素质上,具有流畅性、变通性、有独创性和批判性,有丰富的想象力、敏锐的观察力、果断的判断力和应变能力;在性格特征上,具有强烈的好奇心;在意志品质上有坚持不懈、不折不挠、不达目的不罢休的胆识与魄力。创造能力和创新精神是职业活动特点所要求的,也是职业指导发展性原则在个体身上的具体体现。

职业指导对个体创造能力的作用,首先表现在职业指导引导人们正确分析职业发展变化的规律及其现代职业对人才的要求趋势,以及目前社会职业结构、人的职业素质等方面存在的问题。关心社会问题是创造性人才的一个特点。脱离问题,离开现实创造无从谈起。

其次,职业指导促进观念更新,帮助个体树立现代观念。特别是有利于培养创新观念、竞争观念和冒险观念。创新就是创造性的劳动,表现在职业活动中就是敢于引进新技术,设计新产品,开辟新市场,发现新资源和创造新的生产组织形式。竞争观念也是创造能力不可缺少的品质。竞争可以使人们产生巨大的动力,也为个人获得发展提供了更多的机会。敢于冒险才能开拓新的职业领域,掌握发展的契机。

再次,职业指导对人的创造力的影响还表现在指导人们组织合理的知识结构和掌握获得知识、技能及选择职业、适应职业、创造职业的科学方法。创业是一个永无止境的发展过程。人们对职业活动的开拓,既造就了自己的生活,发展自己的个性,也造福于人类,促进了社会的发展。人们对职业的开拓,往往是同社会的进步相一致的,当人们在职业活动中充分显示出其价值时,社会同时也获得了珍贵的财富。

四、实践性原则

实践的观点是认识论之第一的和基本的观点。辩证唯物主义认识论的实践观包含相互联系的两个方面:其一,实践是认识的基础,是认识的源泉和动力。其二,实践是认识目的和归宿。认识的过程是从感性认识到理性认识,再由理性认识回到实践中去检验的过程。实践、认识、再实践、再认识,这种形式循环往复以致无穷,而实践认识的每一循环内容,都比较地进到了高级程度。这就是辩证唯物论的全部认识论。职业指导正是遵循这一认识论的过程。职业指导的理论、方法是从实践中产生在实践中发展并逐渐完善,反过来又指导职业指导的实践。

实践性是职业指导的最突出特点之一。它以激励、引导、测验、训练为手段,指导个体树立明确的奋斗目标,正确地认识社会 and 了解自己。在社会实践中检验自己和锻炼自己,培养新观念开拓新视野。并自觉地调整自己的行为以适应不断变化的社会要求。因此,职业指导要与职业活动结合起来。强调职业指导对职业内容的改进作用和对人的职业能力的提高作用。一个人只有在职业活动中才能发现和发展自己的长处,只有在职业活动的实践中才能提高自己的认识水平和能力水平。在学校,职业指导则要紧密地同教育实践活动相结合,除了把职业指导的思想渗透到教学及学校工作的各个环节外,还要做到以下三个方面的结合。

第一,把职业指导与课外活动相结合。如中小学可以通过组织各种课外活动小组,大学可以组织各种社团,让学生根据自己的兴趣爱好有选择地参加各种兴趣活动、社会活动和科技活动,不仅可以发展和培养学生的职业兴趣,还会大大提

高职业能力和科学研究能力。不少人在课外科技活动中,初步掌握了科学研究的方法,掌握了劳动工具和科学仪器的性能及使用技巧,使自己的知识与能力得到检验,激发了求知欲望。同时也在组织管理、独立工作和社会活动能力上得到了锻炼。

此外,课外活动还是培养职业兴趣、发展职业特长的重要途径。职业兴趣是在实践活动中逐渐形成的,学生的兴趣有一个从不稳定到稳定的发展过程。课外活动在诱导和稳定兴趣方面有其特殊作用。职业兴趣一旦形成,就对人的行为产生一定的方向性,人的早期兴趣对其未来的职业活动起着准备的作用。不少有成就的人就是在课外活动中发现自己的真正兴趣和特长而走向成功的。

第二,职业指导与了解社会相结合,是职业指导实践性的重要方面。学校职业指导在帮助学生了解社会方面,除了理论讲授以外,还包括了开展社会调查和组织社会实践。

社会调查是指为了认识某种社会现象或解决某些工作中的实际问题而对某些社会现象有目的、有计划、有组织的研究,并以此来揭示社会生活的本质及其发展规律的一种活动。它不仅是职业指导研究的重要方法,同时也是职业指导的重要措施。组织学生开展与职业有关的社会调查,如开展职业结构、劳动力供求矛盾、人员素质、择业意愿、社会适应能力等方面的调查,有助于帮助学生深入地了解社会各种职业现象的矛盾及问题的历史和现状,探讨其本质和变化规律,对于转变观念、提高对择业的科学认识、正确处理好个人与社会的关系有重要意义,也为自己的择业决策提供了可靠依据。

社会实践是指运用所学理论解决生产和科学研究中问题

的一种实践活动。它是实现人的全面发展的必由之路,是加速青年学生社会化的一项重要措施。也是青年学生了解社会的又一重要途径。广义的社会实践还包括各种形式的职业考察、参观访问等活动。通过社会实践可以具体了解职业特点,体验职业生活还可以综合运用自己的知识,锻炼自己的动手能力,因此,职业指导必须充分利用和创造实践的机会,并提高社会实践的目的性和有效性。此外,职业指导还必须重视同劳动教育相结合。通过组织学生参加各种劳动,培养学生的劳动习惯和劳动能力,使学生进一步熟悉职业,自觉提高适应职业的基本素质。

第三,职业指导要同解决具体问题相结合。在职业意识形成,职业知识和技能的学习与掌握以及选择职业和适应职业的过程中,会出现各种各样的矛盾和冲突,引起人们的心理失衡。如理想与现实的矛盾引起的困惑,所学专业与兴趣不符带来的烦恼,文凭与水平、学历与能力的脱节所产生的迷惘,个人利益与社会利益的冲突所造成的不安,以及面对浩瀚的知识不知所措、无从下手等等问题,都需要职业指导具体细致地给予回答和解决。仅以知识的掌握为例,职业指导要使学生了解现代社会对人的知识结构的要求,指出目前教育中专业范围狭窄的弊病。自然科学和社会科学一体化、文理互相交叉、相互渗透已成为现代学科的一个普遍特点。对自然科学一窍不通的社会科学工作者和对现代社会科学一无所知的自然科学工作者,在现代社会都很难做出突出的贡献。但随着学科的不断分化和科学技术的迅速发展,要求人们无所不通是不现实的,也是不可能的。所谓拓宽知识面,是指在精通自己专业范围内的知识,并能在实践中的有效地应用基础