

文华学院

“一人一规划”助推师生成长成才

“一人一规划”
让我确定了大学的目标

规划首先要确定目标，目标是方向、动力。大学生初入学时往往迷茫，面临“目标的失落与确立”。因此为大学生确定目标极为重要。刘献君曾说：“‘一人一规划’是建立在对潜能的认识、对目标的把握、对志向的确立基础上制定的。”文华学院通过入学时对每名大学生进行立志问卷调查，为每名大学生形成了个人立志档案。档案中除了测评结果、职业价值观分析、成长建议书，还呈现了学生的德育表现、课堂学习……文华的每名大学生都有这样一份不同主题、不同个性特点的立志成长档案。学校还为每名大学生配备了专门的潜能导师，导师们会为每一个对象制定一份成长目标，包括远景目标和远景目标。远景目标是每个月生生涯导师结合学生日常表现和学业情况，为学生做出目标达成反馈并制定下一阶段新目标；远景目标是树立职业理想、修习精神成长课程、技能达到既定水准、培养一门才艺。

周力同学高中时，学习状态始终不能调整好，2015年高考后成为文华学院英语专业专科生。周力在入校初期十分茫然，如何度过大学时光起初没有设想。来校后，在辅导员和教师的指导下，制定了“一人一规划”，慢慢地开始有了动力和约束力，用他自己的话说是“逐渐醒悟过来”。他心里首先萌生的是专升本的想法。周力在教师的帮助下开始了解升本必考，制定了一个自己努力够得着的规划，目标明确了，加之文华学院学风环境的影响，周力开始发力。周力说高中时自己是被别人逼着学，大学时是自己主动要求学。在学习的过程中，周力遇到难题，都会反复询问教师，直到自己理解透彻。专升本后，他不再松懈，又调整制定了更高的目标。在校期间，周力获得大学生英语竞赛二等奖、外研社阅读比赛三等奖、湖北省翻译比赛三等奖、翻译二级资格证，获评优秀学生干部。2020年他考取了华侨大



“文华学院的‘一人一规划’对于我来说好似一座明亮的灯塔指引我。入校之初，我就按照学校的要求制定了‘一人一规划’，每学期、每学年教师也会根据实际情况帮助我们改进学期计划，使之更适合我的未来发展，每学年我主要从学习、生活、职业等方面，依据我的性格和习惯来订立目标并实施，现在回头看这四年，我是踏踏实实不断向着目标发展的。”2022届经济管理学院财务管理专业学生谈梦菲说。

文华学院“一人一规划”源自学校创导实施了十多年的“三九”个性化教育模式。何为个性化教育？学校校长刘献君说：“个性=共性+特性，个性化教育是基于应用型人才培养目标，通过适合每个独特生命的手段，发掘个体潜能，促进自由发展。”学校个性化教育体系的核心为“三

九”个性化教育模式：三种类型学生，即学术型、应用型、潜力型；三个关键点，即潜能、立志、空间；“三个一”工程，即一人一规划、一生一课表、一师一优课。2018年，校长刘献君指出：“‘一人一规划’就是要求从校长到教师，到每一名大学生，都要制定自己的人生规划。首先，规划要自觉、科学、有效。其次，要了解学生的状况，有针对性地加强指导。再其次，要重视规划的实施。”

文华学院的领导和专家学者每年都会随机抽取150名毕业生和部分教师分别进行“制度性访谈”。被访谈的教师和学生谈到在文华学院期间“一人一规划”对自己的影响，受到的教育和帮助，思想上、专业上取得的进步，经历与挫折，各有表述，感慨颇多，事例生动，引人思考：

“一人一规划”
有股力量推着我”

文华学院的“一人一规划”针对两个主体：教师和学生。在教师层面，“一人一规划”可以对教师的工作方向起到一定的导向作用，同时给教师增加适度压力，更好地完成工作；在学生层面，从新生进校即开展立志教育，规划要建立在对自己优劣势、优秀潜能的认识的基础上，加强学生对自身潜质和学习专业知识的理性认识。规划过程是分析自我、认识自我的过程。

人文学院的刘晶是2010年研究生毕业来校任教的中文专业教师，来校后对个性化教育充满好奇，随后多年担任潜能导师，当学校提出制定“一人一规划”时，她一方面指导学生制定规划，同时也给自己制定了发展规划。教学科研，潜能导师，实习指导，忙得不亦乐乎。刘晶在科研方面颇费周折，几次努力都受到挫折，这曾使她找不着方向，在学部的帮助下，她重新制定了规划。在领导和同事们的鼓励下，她逐渐恢复了信心，

申报课题、论文发表越来越顺。

十年寒来暑往，刘晶的目标在她的规划中一个一个实现。她已从一个教学新手成长为一名能立稳讲台、深受学生欢迎的教师。经历了从学校教学竞赛三等奖到一等奖、教学质量二等奖到一等奖的过程，并对个性化教育进行了理论思考，已撰写发表两篇关于个性化教育的理论文章。曾获得“学院个性化教育”创新奖、校优秀潜能导师和“三育人”积极分子称号。刘晶感叹道：“凡事预则立，不预则废”，制定个人规划有利于确定阶段目标，并按照计划努力去达成目标。‘一人一规划’，似乎有一股力量推着我。我不仅一直在实践个性化教育，同时也从个性化教育中受益，成为一个心灵充盈、精神富足的人。”

“一人一规划”
将不断激励我前行”

文华学院的“一人一规划”是学生建立在对潜能的认识、对目标的把握、对志向的确立的基础上制定的。个性培养是从发挥优势潜能开始的，学校要求大学生制定“一人一规划”，就是要挖掘学生潜能，不断成为更好的自己。



刘献君校长与学生交流如何规划大学生生活

现在，文华学院凸显个性化教育特色，构建了“四纵四横”的目标规划育人体系。科学利用“说、学、做、成”四步法，从现状评估、职业兴趣、职业性格、职业技能、价值观、学习风格6个方面帮助学生进行自我探索，设计“一人一规划”。配合开展大学生职业生涯规划课程，指导学生制定规划，引导学生“从自主学习到自主发展”，推动学生规划，指导“课堂与社会”“理论与实践”“学习与实践”三结合。

在收集和了解文华学院毕业生状况的过程中，许多毕业的学生表示，在文华学到许多方式方法对自己影响很大、受益良多，特别是“一人一规划”，使自己养成了善于规划的好习惯。

文华学院2017届土木专业的优秀毕业生陶文冲，在本科期间发现自己对新闻有浓厚兴趣，他不断学习积累新闻专业知识，采写多篇新闻稿件，跨专业发表新闻传播学学术论文。之后，以优异成绩考上华侨大学新闻传播硕士研究生，继续钻研，发表学术论文三篇，获得两项优秀论文奖，参与省级和国家社科项目各一项。2021年6月，他被厦门大学录取为博士研

究生，跟随导师深入开展学术研究。他说：“人要不断规划自己，使自己成为有目标的人。‘一人一规划’，像攀登的路标，不断激励我前行。”

2021届通信工程专业学生赵哲回想起自己在文华的经历，颇为感慨。刚开始自己做规划，不知如何着手，在教师的指导下，他以奋斗为圆心，以提升为半径，为自己的大学四年画了一个成功的圆。大一被评为优秀寝室长，大二获学部演讲一等奖、学校“感悟境界、提升境界”演讲总决赛三等奖，大三获得论文奖、三等奖学金及武汉市科普讲解大赛优秀奖，大四成功考取湖北工业大学计算机学院研究生。“‘一人一规划’引导我不断地攀爬阶梯，到达一个又一个更高的平台。”现在他更加习惯制定自己的“一人一规划”，朝着自己要追寻的目标砥砺前行。

刘献君校长说：“规划是非常重要的事。每一个人都要规划，每一件事都要规划，每一个时段都要规划。文华学院个性化教育已形成特色，实施‘一人一规划’，有效地促进和引导着广大师生积极对待学习和生活，助推着文华师生成长成才。”

(王承新 程栋 董银萍 董玲 刘念)

广西幼儿师范高等专科学校马克思主义学院

友善教育“五措并举·分层递进”模式探索

强调学生为本
坚持“五措并举”

加强中小学社会主义核心价值观教育，传承中华优秀传统文化是每所中小学的必修课。社会主义核心价值观教育需要在落实、落细、落小上下功夫，中华优秀传统文化需要浸润在校园日常活动中。广西幼儿师范高等专科学校马克思主义学院牵头多所中小学共同探索形成中小学友善教育“五措并举·分层递进”模式，在中小学落实、落细、落小社会主义核心价值观教育，继承与弘扬中华优秀传统文化上发挥示范引领作用。

开展友善主题故事会，“书”“画”即每学期举办友善主题书画展。这样充分利用了中小学教育边角余料，实现了友善教育的常态化和持续性。

细化友善内涵
实施“分层递进”

友善是中华优秀传统文化的重要内容，内涵极为丰富，结合国内外学者对友善的研究成果，该模式将友善内涵细化为五个内在联系、循序渐进、有机统

一的层次，即“自我友善”“家人友善”“师生友善”“社会友善”“自然友善”。每个层次在实践中可以进一步细化，比如“自我友善”进一步细化为生理方面的友善、心理方面的友善，然后生理方面和心理方面进一步细化为学生日常相关的行为习惯。又比如“自然友善”，划分为对动物的友善和对植物的友善，围绕这两个方面再进一步细化为学生爱护动植物的道德规范，这样不仅实现了友善教育具体化，而且构建了友善教育的层次性，并且都着眼于实

践，符合维果茨基提出的“最近发展区”理论。该模式对友善内涵的细化及分层，为中小学不同学段、不同年级开展友善教育提供了依据和参考。

注重循序渐进
遵循“知·情·意·行”

学生的思想品德是由道德认知、道德情感、道德意志、道德行为构成，即“知·情·意·行”。中小学友善教育“五措并举·分层递进”模式充分关注学生在友善品德方面的“知、情、意、行”。“知”即注重学生对友善规范及其意义的理解和掌握，让学生对是非、善恶、美丑有正确的认识与判断。“情”即关注学生对社会行为的爱憎、好恶等情感态度，教育过程中注重引发学生对善的爱、对恶的恨的一种内心体验。“意”即为实现友善行为所做的自觉努

力，激励学生从我做起、从点滴做起，积善成德。“行”即使学生在行动上对自我、家人、师生、社会和自然所做出的自觉自主的行为反应，激励学生把内在的友善认识、情感和意志外化为行为，体现在学习生活中的方方面面。根据友善的五个层次，每个层次都经历“知·情·意·行”的过程，顺次展开，循环往复，当第一个层次达到设定的目标后，开始第二个层次的友善教育，第二个层次达到后，开始下一个层次的教育。

突出评价贯通
构建“美德银行”

长期以来，中小学生在德育评价是难点，为解决中小学生在友善教育评价的整体性、阶段性、渐进性和持续性，该模式构建了“美德银行”评价体系。“美

德银行”就是以现实中的银行为参照，在学校、年级、班级建立“美德银行”，学校是“总行”，年级是“分行”，各班就是一个“支行”，各班级划分为若干小组是“储蓄所”。银行将学生成长过程中的点滴美德，以“友善币”的形式储蓄，形成个人美德存款，每月、每学期、每学年都会开展美德币兑换活动，学生以储蓄的美德存款数额来兑换课外书或学习用品，通过“美德银行”既能掌握学生友善教育情况，又能对学生起到激励作用。无论是纵向还是横向，无论是个人还是集体，无论是班级还是年级，都可以通过“美德银行”了解中小学友善教育动态，根据评价结果来调整和完善友善教育策略和侧重点，实现中小学友善教育过程性与结果性评价相统一。

中小学友善教育是一项系统的长期工程，需要持之以恒、久久为功。近年来，许多中小学参考借鉴友善教育“五措并举·分层递进”模式，取得良好成效，涌现一大批新时代美德少年，为促进中小学生在德智体美劳全面发展发挥了示范引领作用。

(广西幼儿师范高等专科学校马克思主义学院副院长 闫冰)

校园防疫 请勿松懈

- 一、加强校门管理
- 二、加强健康教育和活动管理
- 三、加强师生健康监测
- 四、加强重点场所防控
- 五、加强教育教学工作统筹
- 六、加强关心关爱和思想引导
- 七、加强属地联动和风险防范
- 八、加强国庆假期安排的研究部署
- 九、加强督导检查

内容来自“2022年第11次全国教育系统疫情防控工作视频调度会议”