Advances in Education 教育进展, 2026, 16(5), 586-592
Published Online May 2026 in Hans. https://www.hanspub.org/journal/ae
https://doi.org/10.12677/ae.2026.165895

Hans汉斯

面向“自主发展”：小学生涯启蒙教育的培育路径

侯　鲜

宝鸡文理学院教育学院，陕西　宝鸡

收稿日期：2026年4月5日；录用日期：2026年5月4日；发布日期：2026年5月11日

摘　要

核心素养培育与教育改革深度推进的时代背景下，自主发展作为学生核心素养的关键维度，其培育需贯穿教育的全过程。小学阶段作为生涯发展的启蒙关键期，对学生自我认知深化、职业观念塑造及终身发展能力的培养具有奠基性作用。然而，当前小学生涯启蒙教育仍面临教育理念偏差、课程体系不完善、师资力量薄弱及家庭与社会支持不足等问题。为应对这些挑战，提出了从宏观政策引领、中观学校体系构建到微观教学实践的多维培育路径。

关键词

小学生涯启蒙教育，自主发展，培育路径，核心素养

Facing “Independent Development”: The Cultivation Path of Primary School Career Enlightenment Education

Xian Hou

School of Education, Baoji University of Arts and Sciences, Baoji Shaanxi

Received: April 5, 2026; accepted: May 4, 2026; published: May 11, 2026

Abstract

Under the background of the cultivation of core literacy and the deepening of education reform, independent development is the key dimension of students’ core literacy, and its cultivation needs to run through the whole process of education. As a critical period of enlightenment for career

文章引用: 侯鲜. 面向“自主发展”: 小学生涯启蒙教育的培育路径[J]. 教育进展, 2026, 16(5): 586-592.
DOI: 10.12677/ae.2026.165895

development, the primary school stage plays a fundamental role in deepening students' self-awareness, shaping their professional concepts and cultivating their lifelong development ability. However, the current primary school career enlightenment education still faces problems such as deviations in educational concepts, imperfect curriculum systems, weak teachers, and insufficient family and social support. In order to cope with these challenges, a multi-dimensional cultivation path from macro policy guidance, meso school system construction to micro teaching practice is proposed.

Keywords

Primary School Career Enlightenment Education, Independent Development, Cultivation Path, Core Literacy

Copyright © 2026 by author(s) and Hans Publishers Inc.
This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).
http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/
Open Access

1. 引言

自主发展是中国学生发展核心素养的三大维度之一，主要包括认识自我、管理自我、自主学习和主动探索等关键要素，核心在于培养学生的自主探究意识与独立思考能力，使其能够在未来的学习与生活中自主选择、自主决策与自主成长。《国家中长期教育改革与发展规划纲要(2010~2020 年)》和《国家教育事业发展“十三五”规划》等政策指出，要“建立学生发展指导体系”“重视中小学生终身发展能力培养”，自主发展作为核心素养的关键维度，其培育质量的高低直接影响学生的未来职业选择与社会适应能力。尊重人的自主性这一根本属性是顺应时代发展、实现教育目标的综合需要[1]，而小学阶段是学生自主发展能力的关键启蒙期，应通过系统性的教育引导与实践体验在其心中播下职业的种子，为其终身发展奠定良好基础[2]。

生涯是个人一生中经历的一系列职业与角色的总称，是伴随个体终身发展的动态过程。生涯启蒙教育的目标是促进学生终身发展，其核心内容并非指向具体的职业选择，而是注重对学生的兴趣激发和能力培养，促进学生自主能力的发展。自主发展强调个体在面对不确定的环境时能够具备自我调节、目标设定与行动规划能力，这与儿童心理发展阶段理论相契合。小学阶段作为生涯启蒙教育的起点，学生正处于埃里克森(Erikson)心理发展阶段理论中的“勤奋对自卑”阶段，好奇心旺盛的同时自我认知开始萌芽，社会认知能力逐步得到发展[3]，这一阶段的教育引导能够有效地塑造学生的职业认知与生涯态度；而舒伯(Super)的生涯发展理论也指出，小学阶段属于生涯发展的“幻想期”，是学生职业兴趣初步形成、生涯意识开始建立的关键时期[4]，在这一阶段，通过系统的课程教学、实践活动与家校社协同合作等方式，能够帮助学生形成初步认识自我、了解职业世界、建立生涯规划意识[5]。因此，小学阶段成为培养学生自主发展能力的黄金启蒙期。

国外在生涯教育研究方面起步较早，形成了较为成熟的理论与实践模式，如美国构建了 K-12 连贯式体系[6]，日本则强调“生存能力”的培育[7]。相比之下，国内小学生涯启蒙教育的研究近年来虽逐渐受到关注但仍存在以下问题：一方面，部分学者指出当前小学生涯教育存在认知不足、目标不符需求及内容方式单一等困境[8]，由此可见小学生涯启蒙教育的价值未被充分重视；另一方面，现有研究多聚焦于单一地区或维度，缺乏自主发展导向下的系统化路径整合[9]。由此，本文以自主发展为切入点，勾连儿童心理发展阶段理论与生涯探索理论，系统地对自主发展导向下小学生涯启蒙教育面临的现实困境进行

分析，构建出从宏观到中观至微观的三维培育路径。在以下三个方面发挥了一定的贡献：第一，尝试将儿童心理发展理论与生涯发展理论进行勾连，为小学生涯教育以自主发展为核心提供一定的理论支撑；第二，尝试打通宏观政策保障、中观学校实施与微观教学实践三个层级，形成从制度设计到课堂教学的闭环，弥补以往研究在系统性方面的不足；第三，以自主发展为核心，将其贯穿在培养路径的全过程，突出小学阶段生涯教育的能力奠基和意识培育本质，为小学阶段生涯启蒙教育的实施提供一定的具有操作性的实践方案。

2. 自主发展导向下小学生涯启蒙教育的现实困境

2.1. 教育理念偏差：自主发展导向的生涯启蒙价值被忽视

目前，部分学校和家长受传统应试教育观念影响，存在“重学业、轻兴趣”的倾向[10]，过于注重学生学业成绩与升学竞争力，将语文、数学等核心学科成绩作为评价学生的唯一标准。倪平梅等[11]在 2015 年的研究中就指出，我国职业生涯教育在基础教育阶段严重缺失，这一问题至今仍未得到根本改变。从学校层面来看，部分学校将生涯启蒙教育的相关内容视为非核心的部分，认为其占用了主科的教学时间，在实际开展过程中缺乏积极性；在家长层面，部分家长更愿意将时间和精力用于孩子的学科辅导和才艺培训上，对学生的职业兴趣与生涯规划的培育意识较弱。这种功利化的教育理念使生涯启蒙教育的价值被忽视，难以在小学教育中发挥有效的作用。

在对小学生涯启蒙教育的目标解读中，部分教育工作者与家长仍存在误解现象，认为生涯启蒙教育就是职业选择教育，适合在高中阶段开展，小学阶段学生年龄尚小，认知能力不足，开展生涯启蒙教育为时尚早。实际上，小学生涯启蒙教育的核心并非具体的职业定向，而是兴趣激发与职业意识的培育，这恰恰与小学阶段学生好奇心旺盛的年龄特点相适应[12]。

2.2. 课程体系不完善：难以支撑自主发展能力的系统培育

首先，当前我国还未制定全国统一的小学生涯启蒙教育课程标准与实施办法，多数学校的生涯启蒙教育处于自发摸索的状态之中，整体上缺乏较为系统化的课程设计。梁思明[13]等学者在调查中指出，部分学校仅在高年级开设少量的相关课程，或是借助班会、综合实践活动等零散的形式开展生涯启蒙教育的内容，且课程内容缺乏清晰的培养目标，难以形成持续的、良好的教育效果；在课程内容的选择上也具有随意性，多集中于常见职业的一些简单介绍，缺乏对自我探索、生涯规划方法和职业社会价值等重要内容的深入挖掘。同时，不同年级之间的课程内容缺乏衔接和递进，难以适应学生认知能力的发展规律，无法实现循序渐进地培育学生自主发展能力的这一教育目标。

其次，现有小学生涯启蒙教育课程实施形式较为单一，多以课堂讲授、职业介绍为主，缺乏实践性、体验性与互动性。部分学校多以简单的体力劳动形式代替职业启蒙教育，职业体验活动实施途径受限[14]，这种传统的教学方式难以激发小学生的学习兴趣与参与热情，导致学生对职业世界的认识停留在表面，无法形成深刻的体验与认知。虽然有部分学校已经开展了职业体验、家校合作等实践活动，但这些活动在实际开展过程中存在与课程内容相脱节的问题，在设计上也缺乏系统性，不能很好地帮助学生形成清晰的自我和职业认知。除此之外，现有的课程评价体系也不够完善，大多只停留在简单的过程性记录层面，对学生自主发展能力、生涯规划意识形成等核心素养的针对性评价不够，难以很好地发挥评价的引导和激励作用。

最后，当前小学生涯启蒙教育专门性教学资源不足。有研究中指出，小学高年级生涯教育缺乏专门性的教学资源，难以保证课程教学的系统性，市面上适合小学生的生涯启蒙教育教材及活动方案等资源数量有限，质量参差不齐，难以满足学校教学需求[15]。学校内部也缺乏完整的教学资源库，教师

在开展教学活动时，需要自行进行搜集和整理相关资料，增加了教师的教学负担，也影响了教学质量。同时，数字化教学资源的开发和应用也相对薄弱，缺少师生之间和生生之间的互动性，课堂形式也比较单一，缺少教育小游戏等资源，既跟不上教育数字化发展的趋势，也难以贴合小学生的认知特点与学习需求。

2.3. 师资力量薄弱：自主发展导向的教学能力不足

第一，小学缺乏专职的生涯教育教师。有学者调研表明，小学高年级并无专职生涯教育教师，均由其他学科教师兼任[16]，同时，兼任教师承担着其原有的班级管理或学科教学工作，用于生涯启蒙教育的时间与精力有限，因此难以深入开展教学研究与实践创新。而专职教师的空缺也直接导致小学在生涯启蒙教育方面缺乏专业引领，学校难以制定科学的课程规划与实施方案，其教学质量也难以得到有效保障。

第二，小学教师在生涯教育方面的专业素养不足。教师群体对职业启蒙教育了解较少，缺乏相关的职业知识，由此导致实施启蒙教育主观意愿较差[17]，多数教师没有接受过系统的生涯教育专业培训，对生涯发展理论、职业认知方法与生涯规划技巧等专业知识掌握不足，难以有效地引导学生进行自我探索，由此导致小学生涯启蒙教育缺乏针对性和有效性。

第三，面向小学教师的生涯启蒙教育专项培训的机会较少。当前开展的培训活动大多以短期讲座和专题研讨会为主，在培训过程中缺乏针对性和连贯性，在内容上也多侧重于理论知识的讲解，缺乏可落地的教学实践指导和真实的案例分析，教师难以通过此类培训有效地提升自身的教学能力。同时，负责对教师进行培训的指导师存在自身专业化水平有限的问题，缺少兼具生涯教育理论和小学一线教育教学经验的复合型培训指导教师，这使得培训内容与教学实际相脱节，整体培训效果不佳。

2.4. 家庭与社会支持不足：自主发展培育的协同机制缺失

家庭作为小学生涯启蒙教育的重要参与主体，实际参与程度却普遍较低。部分家长自身便缺乏生涯教育的相关理念和知识，往往生涯教育被视作学校单方面的责任，忽略了家庭在孩子兴趣培养和职业观念树立中发挥的重要作用。而有参与意愿的家长，也因缺少科学、可行的指导方法，无法支持孩子有效地开展多样化的生涯探索。同时，家长与学校之间缺乏有效的沟通与合作机制，学校较少向家长传递生涯启蒙教育的理念与方法，家长也并未积极地对孩子所在学校的生涯教育情况进行了解，缺少成熟的家校协同育人模式。

社会资源是小学生涯启蒙教育的重要支撑部分，但在当前社会资源的整合与利用中仍存在不足[18]。企业、职业院校及社区等场所本身具备丰富的职业资源与教育实践场地，但多数学校未能与这类单位和机构建立长期稳定的合作关系，难以将社会资源有效地转化为可实际操作的生涯教育资源。部分学校即便组织过学生进行企业参观、社区实践等活动，但活动的开展也多为零散的一次性体验，系统性和持续性不足，无法帮助学生形成深入和完整的职业认知。此外，社会舆论对小学生涯启蒙教育的重视与支持力度不足，也使得社会层面整体对小学生涯启蒙教育的培育意识较为薄弱。

国家层面虽已出台了相关的教育政策文件，但缺少专门面向小学生涯启蒙教育的专项政策。地方教育主管部门在政策落实、经费安排和资源统筹等环节缺少具体可行的推进措施，使得小学生涯启蒙教育在实际开展过程中缺乏清晰的政策导引和制度支撑。同时，经费投入不足也成为影响着小学生涯启蒙教育开展的质量，多数学校并没有设立开展生涯教育活动的专项经费，相关的教育活动难以很好地推进。此外，缺乏科学的评价与督导机制，教育行政部门对学校生涯启蒙教育的开展情况缺乏有效的评价与督导，难以推动学校重视并加强生涯启蒙教育。

3. 自主发展导向下小学生涯启蒙教育的培育路径

3.1. 宏观层面：构建自主发展导向的政策与资源支撑体系

3.1.1. 强化政策保障：明确自主发展培育的制度导向

首先应制定专项政策文件。借鉴国外的制度建设经验，国家教育行政部门应出台小学生涯启蒙教育相应的政策文件，明确小学生涯启蒙教育的目标、实施途径等核心内容，为学校开展生涯启蒙教育提供统一的政策依据。地方教育行政部门应结合本地区实际情况，制定具体的实施细则与配套政策，明确各级教育部门、学校、家庭在生涯启蒙教育中的职责与分工，确保政策落地见效。其次，要加强经费层面的保障，建立用于小学生涯启蒙教育的专项经费，为学校的课程开发、教学资源建设和教师专业培训等活动的顺利开展提供稳定的支撑。最后，需要建立全面的评价与督导机制，将生涯启蒙教育加入学校教育的质量评估体系，制定科学合理的评价指标，对学校生涯启蒙教育开展情况定期进行督查，以此来推动生涯启蒙教育向规范化发展。

3.2.2. 整合社会资源：搭建自主发展实践的外部平台

第一是完善学校和社会的协同育人机制。教育主管部门应做好统筹规划，积极推动学校与企业和社区组织等建立稳定的合作关系，明确各方的职责与合作内容，形成良好的校社联动模式。鼓励企业为小学生提供真实的职业体验场景，引导职业院校为小学开放实训场地并提供专业的师资支持，促进社区利用自身资源开展生涯教育主题的实践活动。第二是搭建资源共享平台。以区县为单位，将优质的课程资源进行整合，搭建同一的共享平台向区域内的小学开放使用，减少各校重复开发的成本，让优质资源真正地下沉到一线教学。第三是加强社会宣传与观念引导。借助传统媒体与网络平台，向社会各界广泛宣传开展小学生涯启蒙教育的价值和意义，逐步提高社会和家庭对生涯启蒙教育的重视程度，为小学生涯教育的开展营造更加积极的社会氛围。

3.2. 中观层面：打造自主发展导向的学校教育实施体系

3.2.1. 优化课程体系：构建自主发展培育的课程框架

首先，要建立清晰的课程目标，围绕学生自身成长与其长远发展，搭建循序渐进的课程目标体系。小学低年级可以从自我认识入手，引导学生感知自己的兴趣和性格，形成初步的自我认知；小学中年级侧重于带领学生接触各类职业，了解不同职业日常的工作内容及基本特点，激发其对职业世界的好奇心；进入高年级后，着重培养学生的生涯意识，让学生学会结合自身特点，思考其与职业之间的关联，初步形成生涯规划意识和简单的自主选择能力。同时，需要对课程内容进行优化，按照“自我探索、职业认知、生涯规划”三大模块系统地设计课程内容，自我探索模块包括兴趣探索、性格分析及能力认知等内容；职业认知模块包括职业分类、职业要求及职业社会价值等内容；生涯规划模块包括目标设定、计划制定及挫折应对等内容。结合不同年级学生的认知水平与发展需求，设计差异化的课程内容，确保课程内容的科学性、系统性与趣味性。

其次，要丰富课程的实施路径，可以将生涯教育融入日常班会，按照“认识自我、了解职业、生涯探索与规划”的思路，形成阶梯式的课程实施模式。基础课程主要以常规课堂和班会课为主，结合各学科内容的自然渗透，保证生涯启蒙教育能够覆盖全体学生；进阶课程以兴趣小组和学生社团等形式为主，开设职业研究类的特色内容，按照不同学生的发展需求进行；拓展课程则更多地开展实地教育实践与职业体验类活动，让学生在真实情境中加深对自我与职业的理解。最后，需完善课程评价体制，构建多元化的课程评价体系，采用学生自评、互评、教师评价与家长评价相结合的评价方式，全面评价学生的学习过程与发展成果。

3.2.2. 强化师资建设：提升自主发展导向的教学能力

首先，要合理地配备专职教师队伍，根据学校规模，按照一定的比例设置小学生涯教育的教师岗位，优先选择具备心理学、教育学以及社会学等相关专业基础，同时拥有较强教学实践能力的教师承担相关工作。同时，要加强教师专业发展的相关培训，将生涯教育纳入教师继续教育的必修内容，定期组织教师参加分层分类的专项培训，通过理论学习与实践演练相结合的方式，提高教师的专业教学水平。最后，应制定教研交流的相关制度，建立区域性的小学生涯教育教研团队，定期开展组织教师开展教学研讨与典型案例交流活动，推动教师在相互学习中更新教育理念，优化教学方式。

3.2.3. 营造校园文化：创设自主发展培育的文化氛围

首先应打造有利于生涯教育开展的主题环境。在校园环境建设中融入生涯教育元素，打造“生涯教育长廊”主题区域，展示职业信息、学生职业体验成果等，营造浓厚的生涯教育氛围。利用校园广播、宣传栏等阵地，定期宣传职业知识与学生成长故事等内容，让学生在耳濡目染中受到熏陶。其次是开展生涯教育主题活动，定期举办“职业体验周”等主题活动，为学生提供展示自我、探索职业的平台，组织学生开展职业角色扮演、职业访谈、生涯情景剧表演等活动，让学生在趣味化的活动中深化职业认知，同时邀请不同行业的职业人士进校园开展讲座、分享会等活动，为学生提供与其面对面交流的机会，传递职业精神。

3.3. 微观层面：优化自主发展导向的教学实践与体验

3.3.1. 创新教学方法：激发学生自主探索的主动性

第一，采用体验式教学法，让学生在亲身参与和动手实践中，更加真切地认识自己、了解职业。组织学生在课堂上开展角色模拟活动，让学生扮演医生、教师、科学家等常见职业角色，在情境体验中感受不同职业的工作内容与要求；同时，可带领学生走进企业、社区和科研场所等进行实地参观与学习，与从业者进行面对面交流，直观地感受真实职业场景下的工作状态，了解职业的真实面貌。第二，运用项目式学习法，围绕职业探索、生涯规划等主题设计项目式学习任务，让学生以小组为单位开展探究活动，引导学生通过调查研究、资料搜集、访谈交流等方式，了解理想职业的相关信息，制定自己的职业发展初步规划。第三，推行学科渗透教学法，鼓励教师在日常授课过程中自然融入生涯启蒙教育的相关内容。比如在数学课堂上，结合不同职业的实际工作场景设计数学问题，让学生体会数学知识在职业中的具体运用；在科学课中，通过对科学家的研究故事与职业精神进行讲述，引导学生感受科研工作的价值，进而激发学生对相关领域的兴趣与向往。

3.3.2. 开展个性化指导：满足学生自主发展的差异化需求

一方面，应开展一对一的生涯咨询与个别辅导，为学生建立生涯成长档案，记录其兴趣特点和潜在职业倾向等信息，为学生提供针对性的指导，帮助他们更清晰的探索适合自己的发展方向，进一步发挥自身的特长和潜力。另一方面，应在教学中实施分层指导，结合学生的认知能力和兴趣特点等差异，为不用层次的学生设计不同的教学内容，对于兴趣广泛但目标还不够清晰的学生，重点拓展其职业认知范围；对于已有明确职业偏好的学生，侧重引导他们进入更加深入的职业探索，同时，与其一起制定简单的职业规划。最后，制定差异化的评价标准，让每个学生都能感受到自己的价值与成长。面对不善表达的学生采取过程性评价的方式，应注重对他们的鼓励和引导；面对思维比较活泼的学生，应设置更高的评价标准来激发他们的潜能；面对发展欠佳的学生，应给予更多的鼓励与支持来帮助他们建立自信。

3.3.3. 深化家校合作：构建自主发展培育的协同模式

首先，加强家校沟通，建立常态化的家校沟通机制。学校应定期组织家长分享会，向家长传递生涯

启蒙教育的理念、目标与方法，让家长充分了解学校生涯教育工作的开展情况，同时邀请有相关职业背景的家长来分享自己的职业经历与育儿经验，促进家校之间的交流与学习，形成家校之间的教育合力。其次，开展家长培训，定期组织家长参加生涯教育专题培训，帮助家长树立明晰正确的生涯教育观念及方法，让家长成为学校生涯教育的重要合作伙伴。最后，组织家校协同活动，设计并组织开展家校协同的生涯教育活动，让家长与孩子共同参与，引导家长与孩子共同探索生涯发展，提升教育效果。

4. 结论

将促进学生的自主发展作为小学生涯启蒙教育的核心目标，既符合当下核心素养培育的教育方向，也与儿童心理发展阶段理论、生涯探索理论的内在要求相一致。小学阶段是学生自我意识萌芽和职业兴趣初步形成的关键时期，这一时期的生涯启蒙教育不应停留在简单的职业介绍上，而是应该通过系统引导与实践体验，帮助学生认识自我、学会选择，为其长远发展打下坚实的基础。当前我国小学生涯启蒙教育仍存在着一些现实困境，如教育观念偏功利、课程不成体系、师资力量薄弱及家校配合度不够等，使得以自主发展为导向的生涯教育实施效果受限。针对这些问题，从宏观、中观和微观三个层面提出了培育路径：在宏观上完善政策和制度保障，中观上优化课程的整体设计，微观上创新教学方式，从而让生涯启蒙教育真正地服务于学生的自主发展。

本文的研究贡献在于：在理论层面，将自主发展与儿童心理发展阶段理论、生涯探索理论进行勾连，为小学阶段生涯启蒙教育以自主发展为核心目标提供了坚实的理论依据；在路径层面，整合了从宏观到微观的培育框架，突破了以往研究的单一化维度；在导向层面，以自主发展为核心，将其贯穿在小学生涯启蒙培育的全过程中，为小学生涯启蒙教育的系统化发展和高质量实施提供了一定的参考。

参考文献

[1] 许高蕊. 论“核心素养”中的“自主发展” [J]. 才智, 2018(5): 175-176.

[2] 黄建煌. 基于核心素养的学生自主发展能力培养探赜[J]. 成才之路, 2020(17): 60-61.

[3] Wyness, M. (2019) Childhood and Society. Bloomsbury Publishing.

[4] Super, D.E. (1957) The Psychology of Careers; An Introduction to Vocational Development.

[5] 聂黎萍. 小学阶段: 生涯规划指导的起点[J]. 中小学班主任, 2020(9): 8-11.

[6] 王洁. 中小学职业启蒙教育的实施模式: 国际经验与启示[J]. 小学科学(教师版), 2019(6): 71-72.

[7] 金海燕, 石龙潭. 日本中小学职业生涯教育的实施框架及启示[J]. 长春教育学院学报, 2022, 38(4): 22-33.

[8] 张小雁. 小学生涯教育的现状、问题及对策研究[J]. 中小学班主任, 2023(2): 52-56.

[9] 池翠萍. 我国小学生涯启蒙教育研究综述[J]. 青浦实验, 2025(00): 71-76.

[10] 秦斌. 生涯教育须从小学抓起[J]. 教学与管理, 2015(23): 15-17.

[11] 倪平梅, 王玉梅, 宁洁. 武汉市小学生职业生涯启蒙教育研究[J]. 教育教学论坛, 2015(27): 232-233.

[12] 阎立刚. 小学生的生涯启蒙教育[J]. 江苏教育, 2020(79): 23-25.

[13] 梁思明. 小学 5-6 年级生涯教育课程设计研究[D]: [硕士学位论文]. 石家庄: 河北师范大学, 2020.

[14] 禚洪瑶. 小学高年级职业启蒙教育现状及改进策略研究[D]: [硕士学位论文]. 喀什: 喀什大学, 2022.

[15] 刘金喜. 重庆市 S 区小学高年级生涯教育现状调查研究[D]: [硕士学位论文]. 重庆: 重庆师范大学, 2020.

[16] 王楷瑞. 小学高年级生涯教育的现状调查及对策研究[D]: [硕士学位论文]. 大连: 辽宁师范大学, 2020.

[17] 沈秋凤. 你若“3S”, 生涯花自开——小学生涯教育心理辅导活动课实践与思考[J]. 中小学心理健康教育, 2018(18): 44-47.

[18] 黄潇洒, 韩婧. 家校社联动, 助力小学生生涯启蒙[J]. 中小学心理健康教育, 2023(23): 58-61.