**《大学生职业生涯规划》教学大纲**

**2015年——2016年**

**【教学目的】**

通过本课程的学习，使大学生意识到确立自身发展目标的重要性，了解职业的特性，了解职业生涯规划的基本概念和基本思路，激发大学生关注自身的职业发展，明确大学生活与未来职业生涯的关系，增强大学学习的目的性、积极性；使学生了解自我、了解职业，学习决策方法，确立自我职业理想，形成初步的职业发展规划，确定人生不同阶段的职业目标及其对应的生活模式。

**【教学内容】**

**2015-2016-1**

**第一讲 课程介绍 （2课时）**

一、大学学习与职业发展

（1）、为什么上大学

（2）、大学学习的特点以及现在学习观

（3）、大学阶段的主要任务与学习方式

（4）、大学生活（专业学习、社会活动、课外兼职等）对职业生涯发展的影响

二、为什么要进行职业生涯规划

1、当前大学生就业形势分析及近五年来我校毕业生就业情况

2、……

**第二讲 课程介绍（2课时）**

一、生涯规划与职业发展的基本概念

二、生涯规划与未来生活的关系

三、工作（就业）、职业与事业

四、职业的发展与种类

**第三讲 就业储备——知识构建与技能训练（2课时）**

一、自我探索与职业发展

（1）、自我探索与自我发展

（2）、自我探索与大学生生涯发展

二、专业结构

三、技能——通用技能的培养

**第四讲 就业储备——职业资格证（2课时）**

一、职业资格证的定义

二、作用

三、所学专业应该拥有的职业资格证书有哪些

**第五讲 自我认知——兴趣与职业兴趣（2课时）**

一、兴趣的概念与类型

二、兴趣与职业的关系

三、兴趣的评定方法

**第六讲 自我认知——能力与职业能力（两课时）**

一、能力的概念与类型

二、能力与职业的关系

三、能力的评定方法

**第七讲 自我认知——人格与职业人格（两课时）**

一、人格的概念

二、性格与职业的关系

三、性格的评定方法

**第八讲 如何进行职业规划（2课时）**

一、现代社会的职场概况与职业发展

（1）、高等教育发展与大学生就业

（2）、社会转型背景下的职业发展与职业能力要求

（3）、知识经济与职业发展

二、认识工作世界

（1）、工作与职位分析

（2）、职业社会对人才的要求

三、了解工作世界的纬度、方法和途径

（1）、了解工作世界的纬度

（2）、了解工作世界的途径和方法

**第九讲 如何进行职业规划（2课时）**

一、、职业生涯管理的基本理论介绍

二、决策类型与职业生涯决策的影响因素

（1）、职业生涯决策的内涵、类型

（2）、职业生涯决策的影响因素

三、职业生涯决策的实用方法

**第十讲 创业基础知识——创业与创业能力（2课时）**

一、创业的含义

二、创业意识

三、创业精神

四、创业能力

**第十一讲 创业基础知识——创业项目评估与预测（2课时）**

一、创业资金的来源

二、创业项目评估

三、风险与预测

**第十二讲 创业案例分析**

一、B2B C2C

二、主题餐厅

三、跑腿公司

**第十三讲 创业策划书的撰写**

一、怎样写好创业策划书

二、创业策划书的内容

三、检查

**2015-2016-2**

**第一讲 就业心态准备（2课时）**

一、就业的主要原则

（1）、事实求实原则

（2）、切实可行原则

（3）、循序渐进原则

（4）、因人而异原则

（5）、发展性原则

二、大学生生涯规划的基本步骤

（1）、认识自我

（2）、评估环境

（3）、确定大学生涯发展的目标

（4）、制定行动方案并实施

（5）、评估与反馈

三、积极心态

**第二讲 求职材料准备（2课时）**

一、择业前材料准备的重要性

二、求职简历

三、学校推荐表

**第三讲 面试的技巧（2课时）**

一、面试的种类

1、笔试

2、无领导式

3、压力式面试

4、综合式面试

二、谈工资的技巧

**第四讲 求职与面试（2课时）**

一、求职的原则

二、求职的基本途径

1、市场竞荐

2、学校推荐

3、他人引荐

4、网络求职

**第五讲 就业中的法律常识（2课时）**

一、就业报到证

1、作用

2、改派

二、人事代理

三、就业协议书

四、劳动合同

**第六讲 就业中的礼仪常识**

一、求职着装要求

二、面试礼仪注意事项

三、普通话的基本发音