**《职业生涯规划》教学大纲**

**一、课程基本信息**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **课程类别** | 专业课程 | | **课程性质** | 理论 | **课程属性** | 必修 | |
| **课程名称** | 职业生涯规划 | | | **课程英文名称** | Career Planning | | |
| **课程编码** | F01ZB09E | | | **适用专业** | 人力资源管理 | | |
| **考核方式** | 考试 | | | **先修课程** | 管理学原理 | | |
| **总学时** | 48 | **学分** | | **3** | **理论学时** | | 32 |
| **实验学时/实训学时/ 实践学时/上机学时** | | | | 实践学时：16 | | | |
| **开课单位** | | | | 商学院 | | | |

**二、课程简介**

《职业生涯规划》课程是人力资源管理专业的专业必修课之一。本课程的教学目的是使学生掌握职业生涯规划的一般理论和方法，理解职业生涯规划的流程、原则、特点及功能；并能应用人力资源管理中关于职业生涯规划方面的理论和方法进行自我职业生涯规划的设计，培养学生自身职业生涯规划的意识，使学生初步具备职业生涯规划实践的能力。

**三、课程教学目标**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **课程教学目标** | | **支撑人才培养规格指标点** | **支撑人才培养规格** |
| **知**  **识**  **目**  **标** | **目标1：**  学生需掌握职业生涯规划的基本概念和基本理论；自我认知的测量工具；组织职业生涯管理的方法；职业生涯环境分析的方法。 | 5-2：掌握人力资源管理、职业生涯规划、工作分析、人力资源战略与规划方面的基本知识与方法。 | 5.专业性知识 |
| **能**  **力**  **目**  **标** | **目标2：**  在学习基础理论的基础上，根据自我认知和环境分析，具备自我职业生涯规划目标的设计的能力。 | 6-2：具有社会认知和自我认知能力、知识应用与知识创新能力。 | 6.知识应用能力 |
| **素**  **质**  **目**  **标** | **目标3：**  通过本课程的学习，使学生树立职业生涯规划意识，树立正确的职业价值观，合理定位自己的职业生涯目标，进而更好的规划人生。 | 7-2：系统掌握人力资源管理专业基础知识和理论素养。 | 7.专业素质 |

**四、课程主要教学内容、学时安排及教学策略**

**（一）理论教学**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **教学模块** | **学时** | **主要教学内容与策略** | **学习任务安排** | **支撑课程目标** |
| 职业生涯基本概念 | 4 | **重点：**职业；职业生涯；职业生涯规划系统；职业生涯规划意识。  **难点：**职业生涯规划系统。  **教学方法与策略：**线下教学。课堂讲授该学科的目标及相关基本概念，主要运用讲授法和案例法开展教学，辅以启发式提问拓宽学生学习思路。 | 课前预习：课堂：听课及讨论；  课后：复习 | 目标1  目标3 |
| 职业生涯规划的基本理论 | 6 | **重点：**职业选择理论；职业生涯发展阶段理论；依据职业生涯相关理论调整自己的职业生涯规划。  **难点：** 职业选择理论中的人格类型理论；格林豪斯的职业生涯发展阶段理论。  **思政元素：**展开职业选择依据的讨论。引导学生理解进行职业选择的时候，不仅要依据自己的期望、兴趣、能力等，还需要关注国家和民族的需要。培养学生的社会责任感和思考问题的高度。  **教学方法与策略：**线下教学。课堂讲授各职业选择及职业发展阶段的各种代表性理论，主要运用讲授法、案例法和小组讨论法开展教学，辅以启发式提问。 | 课前：预习  课堂：讨论  课后：作业 | 目标1  目标3 |
| 自我与职业生涯 | 6 | **重点：**自我认知的含义及工具；自我认知工具测试结果的解读及应用；个人职业生涯规划；职业生涯规划的误区；个人职业生涯周期管理。  **难点：**自我认知的方法及自我认知的工具；自我认知工具测试结果的解读及应用。  **教学方法与策略：**线下教学。课堂讲授基本概念、方法及误区，主要运用讲授法、案例法和小组讨论法开展教学，辅以启发式提问。对自我认知工具，主要介绍经典的自我测评的工具和量表的设计思路，相关项目的测评放到实践课时展开测评。 | 课前：预习  课堂：理论学习计测试  课后：作业 | 目标1  目标2 |
| 组织与职业生涯 | 6 | **重点：**组织职业生涯管理的内涵与功能；员工组织社会化与职业化；组织内职业通道与管理。  **难点：**组织内职业通道与管理。  **思政元素：**以组织内部提供给个人职业生涯晋升通道为类比，思考国家给青年提供优越的求学、创业和生活机会和政策。  **教学方法与策略：**线下教学。课堂讲授基本概念、方法及误区，主要运用讲授法、案例法和小组讨论法开展教学，辅以启发式提问。 | 课前：预习  课堂：职业生涯研讨会  课后：作业。 | 目标1  目标2 |
| 环境与职业生涯 | 4 | **重点：**就业信息来源；不同类型环境对职业的影响；利用地域环境、家庭环境及其他环境求得更好的职业发展。  **难点：**利用地域环境、家庭环境及其他环境求得更好的职业发展。  **思政元素：**  **教学方法与策略：**线下教学。课堂讲授基本概念、方法及误区，主要运用讲授法、案例法和小组讨论法开展教学，辅以启发式提问。 | 课前：预习  课后：思考如何利用自身环境资源求得更好的职业发展 | 目标1  目标3 |
| 女性职业生涯规划 | 4 | **重点：**女性职业生涯的理论基础和研究现状；女性职业生涯发展的影响因素；应对女性职业生涯障碍的对策。  **难点：**应对女性职业生涯障碍的对策。  **思政元素：**通过了解我国女性职业生涯发展的改进，从国家制度和相关法律保障层面寻求原因，进而强化对我党和国家在改进诸多就业不合理现状及增进人民福祉方面做出的成绩的认识。  **教学方法与策略：**线下教学。课堂讲授基本概念、方法及误区，主要运用讲授法、案例法和小组讨论法开展教学，辅以启发式提问。 | 课前：查找相关资料  课堂：讨论及认真思考  课后：复习 | 目标1  目标3 |
| 职业生涯规划书的撰写 | 2 | **重点：**全国职业生涯规划大赛的介绍及个别作品的举例说明；职业生涯规划书的主要构成内容及规范；职业生涯规划书的撰写步骤；树立自我职业生涯规划的意识。  **难点：**职业生涯规划书的撰写步骤。  **思政元素：**在国家需要、国家政策的背景下撰写职业生涯规划书、设定自己的职业生涯目标。  **教学方法与策略：**线下教学。课堂讲授基本概念、方法及误区，主要运用讲授法、案例法和小组讨论法开展教学，辅以启发式提问。 | 课前：预习  课堂：讲解及认真听讲  课后：形成一份职业生涯规划书。 | 目标1  目标2  目标3 |

**（二）实践教学**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **实践类型** | **项目名称** | **学时** | **主要教学内容** | **项目**  **类型** | **项目**  **要求** | **支撑课程目标** |
| 实训 | 霍兰德职业兴趣测评 | 4 | **重点：**六边形房子及兴趣岛游戏；霍兰德职业兴趣测评量表。  **难点：**霍兰德职业兴趣量表及结果解读。  **思政元素：**通过霍兰德职业兴趣测评测得自己的兴趣倾向，思考如何将自己的兴趣倾向和国家需要结合起来。 | 训练 | 课堂在老师引导下完成测试量表，在老师指导下解读测试结果。 | 目标1  目标2 |
| 实训 | DISC测试 | 4 | **重点：**DISC测试介绍；词语版测试及结果分析；语句版测试结果及分析。  **难点：** 语句版测试结果及分析。 | 训练 | 课堂在老师引导下完成测试量表，在老师指导下解读测试结果。 | 目标1  目标2 |
| 实训 | MBTI测试 | 4 | **重点：**MBTI测试的简介；MBTI测试量表的填写及结果解读。  **难点：**MBTI测试量表的填写及结果解读。 | 训练 | 课堂在老师引导下完成测试量表，在老师指导下解读测试结果。 | 目标1  目标2 |
| 实训 | 职业生涯规划书的撰写 | 4 | **重点：**职业生涯规划书的结构；职业生涯规划书的撰写规范。  **难点：**职业生涯规划书的结构。  **思政元素：**从国家需要设定自己的职业生涯目标。 | 设计 | 课堂在老师引导下形成一份规范的职业规划书。 | 目标1  目标2  目标3 |
|  | 备注： 项目类型填写验证、综合、设计、训练等。 | | | | | |

**五、学生学习成效评估方式及标准**

考核与评价是对课程教学目标中的知识目标、能力目标和素质目标等进行综合评价。在本课程中，学生的最终成绩是由平时成绩和期末考试两个部分组成。

1.平时成绩（占总成绩的30%）：采用百分制。平时成绩分作业（10%）、课堂表现（10%）和考勤（10%）三个部分。评分标准如下表：

|  |  |
| --- | --- |
| **分数** | **评 分 标 准** |
| **1.作业；2.课堂表现；3.考勤** |
| 90～100分 | 1.作业书写工整、书面整洁；90%以上的习题解答正确。  2.课堂表现非常好，积极思考，参与课堂讨论，主动回答问题；回答问题3次及以上，问题回答正确、分析全面。  3.无旷课、迟到、早退及因事请假情况。 |
| 80～89分 | 1.作业书写工整、书面整洁；80%以上的习题解答正确。  2.课堂表现好，积极思考，参与课堂讨论，主动回答问题；回答问题1-2次，问题回答正确、分析全面。  3.无旷课、迟到、早退情况，事假1-2次。 |
| 70～79分 | 1.作业书写较工整、书面较整洁；70%以上的习题解答正确。  2.课堂表现较好，能够积极思考，参与课堂讨论，回答问题；回答问题1次，问题回答较正确、分析较全面。  3.旷课次数1次或迟到、早退次数1-2次或事假3次。 |
| 60～69分 | 1.作业书写一般、书面整洁度一般；60%以上的习题解答正确。  2.课堂表现一般，能够积极思考，参与课堂讨论。  3.旷课次数2次或迟到、早退次数3-4次或事假4-5次。 |
| 60分以下 | 1.字迹模糊、作业书写零乱；超过40%的习题解答不正确。  2.课堂表现不佳，不认真听讲，不参与课堂讨论。  3.旷课次数2次以上或迟到、早退次数4次以上或事假次数5次以上。 |

2.期末考试（占总成绩的70%）：采用百分制。期末考试的考核内容、题型和分值分配情况请见下表：

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **考核**  **模块** | **考核内容** | **主要**  **题型** | **支撑目标** | **分值** |
| 职业生涯基本概念 | 职业；职业生涯；职业生涯规划系统 | 单选题、多选题、名词解释题 | 目标1 | 12 |
| 职业生涯规划意识 | 分析题 | 目标3 |
| 职业生涯规划的基本理论 | 职业选择理论；职业生涯发展阶段理论 | 单选题、多选题、名词解释题、简答题、 | 目标1 | 14 |
| 依据职业生涯相关理论调整自己的职业生涯规划 | 论述题、案例分析 | 目标3 |
| 自我与职业生涯 | 自我认知的含义及工具；职业生涯规划的误区 | 单选题、多选题、名词解释题、简答题、 | 目标1 | 18 |
| 个人职业生涯规划；个人职业生涯周期管理；自我认知工具测试结果的解读及应用 | 论述题、案例题 | 目标2 |
| 组织与职业生涯 | 组织职业生涯管理的内涵与功能；组织内职业通道与管理 | 单选题、多选题、名词解释题、简答题、 | 目标1 | 18 |
| 员工组织社会化与职业化 | 论述题、案例题 | 目标2 |
| 环境与职业生涯 | 就业信息来源；不同类型环境对职业的影响 | 单选题、多选题、名词解释题、简答题、 | 目标1 | 14 |
| 利用地域环境、家庭环境及其他环境求得更好的职业发展 | 论述题 | 目标3 |
| 女性职业生涯规划 | 女性职业生涯的理论基础和研究现状；女性职业生涯发展的影响因素 | 单选题、多选题、名词解释题、简答题、 | 目标1 | 12 |
| 应对女性职业生涯障碍的对策 | 论述题、案例题 | 目标3 |
| 职业生涯规划书的撰写 | 职业生涯规划书的主要构成内容及规范 | 简答题 | 目标1 | 12 |
| 职业生涯规划书的撰写步骤 | 论述题 | 目标2 |
| 树立自我职业生涯规划的意识 | 设计 | 目标3 |

**六、教学安排及要求**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **序号** | **教学安排事项** | **要 求** |
| 1 | 授课教师 | 职称：讲师（或其他中级）及以上 或 学历（位）：硕士及以上  其他：无 |
| 2 | 课程时间 | 周次：1-16周  节次：无 |
| 3 | 授课地点 | ■教室 □实验室 □室外场地  □其他：无 |
| 4 | 学生辅导 | 线上方式及时间安排：企业微信课程群，正常上班时间  线下地点及时间安排：上课前后在授课教室 |

**七、选用教材**

[1]周雯霞，李梦宜，辛讯.职业生涯管理教程[M].北京：中国人民大学出版社，2021年1月.

[2]魏勇，杨祖平等.当代大学生职业生涯规划[M].南京：南京大学出版社,2016年5月.

**八、参考资料**

[1]刘平青，陆云泉.职业生涯与人生规划（第二版）[M]. 北京：北京大学出版社，2021年7月.

[2]戴安.萨克尼克等著.中国就业培训技术指导中心等翻译.职业指导—职业生涯规划教程（第七版）（高等院校职业指导系列教材）[M].北京：中国劳动社会保障出版社，2005年6月.

[3]徐笑君.职业生涯规划与管理[M].成都：四川人民出版社，2012年2月.

**网络资料**

中国职业生涯网，<http://www.zhiyeguihua.com/>

中国人力资源开发网，<http://www.chinahrd.net>

**其他资料**

中国人力资源开发[J].北京：中国人力资源开发研究会.

大纲执笔人：王成军

讨论参与人：李凌洁

系（教研室）主任：贺冬怡

学院（部）审核人：郑阿泰