

作为一名高校职业规划教师，你是否面临着……

知识：缺少系统的生涯理论体系支撑，不知如何运用理论对学生的生涯规划实践做出指导。

操作：传统的授课或指导方式偏单向单一，学生被动接收知识，缺乏参与性和主动性，课堂的氛围沉闷无活力。

反馈：学生对授课老师的讲授方式没有兴趣，对于理论和专业术语呈现理解困难，难于记忆，缺乏实用性和时效性。

不用担心，北森生涯“高校职业规划教学 TTT 认证培训”帮你解决以上问题！

TTT高校职业规划教学认证培训

课程目标

01

理解培训与教学的区别，以培训师的角色呈现和设计课程内容。

02

掌握职业生涯规划六大模块，建立系统职业生涯规划观。

03

运用职业生涯规划的理论，传递内容和辅导学生的生涯个性化问题。

04

转变传统的以老师为主导的课堂，实现学生为生涯主体的翻转课堂。

05

熟练操作大学生全程化职业生涯规划的指导，从意识启发到行动计划的制定。

课程定位

打造体验式的课堂，运用培训师的活动工具和技巧，形成以学生为主导的生涯课堂。

结合小组讨论和个体分享实践的方式，确保满足学生不同层面的需求。

建构生涯知识体系的基础上，熟练操作课程设计开发的技术，以应对不同学校学院的课程长度需要。

课程结构 | 课时

授课
技巧

生涯
知识

课程
设计

培训
案例

3 天

适合对象



高校职业生涯课教师



高校就业指导中心工作人员



学校、院系主管就业工作的领导、老师、毕业班辅导员、班主任及其他学生工作者

课程特色



体验式职业生涯指导，互动启发式课堂

通过职业生涯规划六大模块：觉知与承诺、自我探索、探索外部世界、路径选择与决策、学业规划的学习，科学、系统地设计职业生涯规划课程的模式和内容。



效率高、成效大

在 3 天内形成完整的职业生涯规划体系，建立职业生涯规划师的理念，掌握规划师和培训师的技巧和技能，成为课程讲授与课程开发双重专家。



双角色模式：生涯规划师 + 培训师

鉴于传统的授课与指导理念的单向、单一性，授课者或指导者课程出现责任转移或替代解决的情况。树立生涯规划师引导与推动的角色，以促进学生自我生涯承担的意识，为自己发展而行动；树立培训师的角色，采用专业培训师的培训技巧，通过自我言语和行为打造，以培训师控场、角色扮演、案例分析和培训活动的运用，以提升学生的参与度，给课堂注入活力。

培训方式



课程大纲

时间	主题	内容	收获
第一天 AM	觉知与承诺	- 认识 TTT 课程 - 什么是职业生涯规划 (What) - 职业生涯规划对人生的意义 (Why) - 系统职业生涯规划的方法 (How) - 课程设计	- 澄清生涯规划的基本理念 - 明确学生的生涯规划责任 - 帮助引起学生自我规划意识 - 学习课程设计思路和授课模式
第一天 PM	兴趣探索	- 什么是兴趣 - 兴趣的辨析与澄清 - 职业兴趣的分类 - 职业兴趣与职业匹配 - 兴趣与技能的互动 - 职业兴趣的评估方式 - 课程设计	- 掌握至少一种探索兴趣的方式和方法 - 掌握霍兰德职业兴趣理论的理念思想和职业指导价值 - 帮助学生意识到兴趣探索的价值意义 - 澄清兴趣和技能之间的密切关系
第二天 AM	性格探索	- 什么是性格 - 性格的分类 - 学习性格的意义 - 如何驾驭性格 - 性格与职业的匹配 - 性格的评估方式 - 课程设计	- 掌握 MBTI 的理论背景和知识 - 通过一系列小活动生动形象开展 MBTI 的课程讲授 - 帮助学生明确性格探索和未来职业选择之间的关系 - 正确认识自己的性格及促进对他人的了解沟通
第二天 PM	技能探索	- 什么是技能 - 技能三大分类及彼此之间的关系 - 技能与职业匹配 - 技能的评估方式	- 学习三大技能的概念及大学生技能培养的方式方法 - 能够帮助学生澄清自我技能和未来的技能发展方向 - 知道如何借助价值观交换等活动对价值观进行澄清和排序 - 帮助学生意识到认识到价值观对个人职业选择发展的影响 - 令学生认识价值观与个人需要，人生不同阶段目标之间的关系
	价值观探索	- 什么是价值观 - 价值观与需要 - 价值观的澄清 - 价值观与职业匹配 - 价值观的评估方式 - 课程设计	

课程大纲

时间	主题	内容	收获
第三天 AM	工作世界探索	• 探索工作世界的维度 • 探索工作世界的方法	1. 设计新型课程形式，掌握职业世界前沿发展动态 2. 帮助学生了解宏观世界潮流趋势及微观内在的职业构成 3. 帮助学生掌握探索工作世界的方式方法 4. 帮助学生整合自我探索和职业探索的信息，做出大学毕业后的发展方向选择与评估 5. 理解什么是决策，学会积极面对人生的各种决策
	路径选择与决策	• 大学毕业后的路径选择 • 六顶思考帽评估路径 • 决策 • 影响决策的因素 • 如何面对决策	
第三天 PM	学业规划	• 学业规划的步骤 • 学业规划的参考原则 • SMART 设立目标 • 目标分解 • 计划与复盘 • 职业生涯规划书指导	1. 帮助学生在前期探索的基础上，确立大学期间的学业目标，并做出全面系统的学业规划安排 2. 以月计划的方式执行自己的学业规划，并定期复盘，做出自我监督和调控能够指导学生撰写职业生涯规划书 3. 总括三天培训内容，学以致用，能够做出自己的职业生涯规划课程设计方案

注：授课内容以实际上课为准。