附件1

培训内容及课程安排

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **时间** | **主题** | **重点** |
| 第一天 | 8:30-11:30 | 认识职业规划 | 1.职业规划的定义2.职业规划的意义3.职业规划相关理论及方法 |
| 14:30-17:30 | 兴趣与职业 | 1.兴趣的定义2.Holland兴趣理论3.兴趣测评4.兴趣代码分析5.兴趣与职业发展的关系 |
| 第二天 | 8:30-11:30 | 性格与职业 | 1.性格的定义2.MBTI性格理论3.性格测评4.性格代码分析5.性格与职业发展的关系 |
| 14:30-17:30 | 技能与职业价值观与职业 | 1.技能的定义2.技能的三分法3.技能测试4.技能与职业发展的关系5.价值观的定义6.价值观分类7.价值观测试8.价值观与职业发展的关系 |
| 第三天 | 8:30-11:30 | 工作世界探索 | 1.认识工作世界2.工作世界分类方法3.工作探索方式：生涯人物访谈 |
| 14:00-18:00 | 生涯决策目标与行动 | 1.生涯决策的定义2.理性的决策模型3.寻找目标4.促进行动5.开始你的生涯计划 |

附件2

授课教师简介

薛艺，现任北京明光教育科技有限公司职业生涯规划师，创业导师，心理咨询师；中国心理学会成员；南开大学、中国海洋大学、北京印刷学院等高校创业导师；全球职业规划师（GCDF）认证培训师；国际生涯教练（BCC）认证培训师；国家二级心理咨询师，华夏心理（北京）咨询师督导；高校创新创业教育首席讲师。

曾师从于朱建军、徐凯文（精神分析、意象对话）、吴熙娟（叙事治疗）、杨凤池（团体咨询）、李子勋（家庭治疗）、玛丽莲·阿特金森（教练技术）、苏珊（舞动治疗）、达显（家庭系统排列）等，目前正在接受中德舞动治疗连续培训、中美“发展转化法”戏剧治疗连续项目、萨提亚家庭系统治疗连续培训的学习。结合各流派所长，进行多元化、有效的生涯辅导和咨询。

咨询辅导方面：

（1）自2007年至今，薛艺老师以个体咨询与团体辅导相结合的方式，为北京师范大学、安徽师范大学、北京交通大学、华北电力大学、北京印刷学院、北京建筑大学等多所学校的在校生，提供生涯心理辅导，累积咨询个案1800多例，尤其是在生涯决策、生涯发展、人际关系、情感关系等方面积累了丰富的经验。

（2）自2010年至今，薛艺老师以面对面咨询和网络咨询相结合的方式，累积职业咨询个案500多例，共计咨询时间2000小时以上。

培训方面：

（1）自2010年至今，薛艺老师受邀在全国各地进行高校职业生涯规划教师认证培训、全球职业规划师（GCDF）认证培训、国际生涯教练（BCC）认证培训、高校创新创业培训等相关培训累积近300期，完成相关讲座与主题工作坊近200场。

服务单位有：广东省教育厅，山东省教育厅，湖南省教育厅，江西省教育厅，云南省教育厅，河南省教育厅，河北省教育厅，浙江省教育厅、内蒙古自治区教育厅等。

培训过的高校有：浙江大学、复旦大学、清华大学、厦门大学、南开大学、华侨大学、中国海洋大学、山东大学、华东政法大学、东华大学、天津外国语大学、天津理工大学、天津师范大学、西南政法大学、华南师范大学、华中师范大学、华中农业大学、中国计量学院等近200所学校。

（2）薛艺老师受邀为IBM公司下属百硕同兴科技有限公司、中国联通、建设银行、兴业银行等单位进行员工职业生涯规划系列培训。