

附件1：

广东职业技术学院 “中央专项彩票公益金宏志助航计划” 全国高校毕业生就业能力培训工作方案 (第二批)

一、培训背景

为进一步做好“中央专项彩票公益金宏志助航计划”全国高校毕业生就业能力培训项目，根据《教育部办公厅关于实施宏志助航计划全国低收入家庭高校毕业生就业帮扶项目的通知》（教学厅函〔2021〕33号）文件精神，深圳职业技术学院全国高校毕业生就业能力培训基地通过中央专项彩票公益金支持，现组织开展2022年毕业生线上就业能力培训。

二、培训对象

我校2022届、2023届、2024届毕业生，需满足以下条件之一：

1. 全国低收入家庭毕业生；
2. 其他重点群体和就业困难毕业生；
3. 具有强烈就业意愿毕业生。

三、培训时间

2022年12月14日至12月18日。

上午8:30-11:30；下午14:00-17:00。

四、培训形式

线上培训。

五、培训内容

培训课程围绕大学生职业生涯发展和就业指导等实际问题，从求职分析、心态调节、探索决策、信息搜集、计划制定等环节开展就业能力提升培训，总学时为40课时（具体课程安排以学校为准）。

时间	宏志主题	内容详解
12月14日 8: 30-11: 30	求职分析与优势识别	1、 职业世界的能力清单； 2、 进入职场、实现个人目标对于个人的能力要求 3、 个人优势的分类识别与能力的培养策略
12月14日 14: 00-17: 00	探索求职方向与决策	1、 解析求职目标决策的9种亚类型； 2、 “理智”就业三步曲； 3、 五种决策风格与个人决策风格反思
12月15日 8: 30-11: 30	就业信息搜集与管理	1、 工作分析对简历、面试等求职环节的重要性； 2、 工作分析的四个层次：关键词、用人标准、行业、组织； 3、 信息的搜集和分析的方法和渠道
12月15日 14: 00-17: 00	建立求职网络	1、 就业过程中常见的信息搜集渠道； 2、 组织的招聘信息发布流程与学生常用渠道的对比； 3、 求职过程中营造个人品牌，经营“弱关系”

12月16日 8: 30-11: 30	求职简历撰写	1、HR筛选简历的标准; 2、 求职简历制作的基本步骤与修改
12月16日 14: 00-17: 00	自荐信撰写与书面沟通能力提升	1、 求职自荐信的撰写及注意事项; 2、 书面材料中的金字塔原理与STAR原则的应用
12月17日 8: 30-11: 30	个体面试与表达能力提升	1、 HR视角下的招聘流程、招聘考核方式简介; 2、 面试的基本类型与面试问题类别; 3、 高机率问题与应对思路
12月17日 14: 00-17: 00	群体面试与领导力提升	1、 无领导小组讨论题目类型; 2、 无领导小组讨论的评分机制与打分表; 3、 团体动力与无领导小组讨论的成员角色、表现、评分; 4、 用人单位无领导小组面试的操作流程与工具
12月18日 8: 30-11: 30	求职计划制定与进程管理	1、 求职计划制定的思路与步骤; 2、 学会用WOOP和SMART原则来进行自我管理
12月18日 14: 00-17: 00	心态调节与行动促进	1、 解析常见就业观: “钱多事儿少离家近” “骑驴找马”等; 2、 求职压力应对策略与方法; 3、 行动促进的思路与方法

六、报名方式

各二级学院组织学生填写《高校毕业生就业能力培训报名回执》，并于2022年12月8日17：00前发报名回执电子版到邮箱2521468588@qq.com。

请各二级学院鼓励推荐的参培学员担任学校学生联络员，有意愿的请填报至报名回执下方当中。

七、培训证书

经培训考核合格的学员，将由全国高校毕业生就业能力培训基地和深圳职业技术学院联合颁发“中央彩票公益金宏志助航计划结业证书”。培训结束后将对优秀学员表彰奖励。

八、培训费用

免费。由中央专项彩票公益金支出。

九、培训及考核要求

（一）参培学员需遵守培训纪律，准时参加培训，不迟到、不早退、不旷课，并根据基地要求按时打卡考勤。无特殊情况，不得随意请假。

（二）参培学员需遵守培训的课堂要求，按照培训教师要求，完成相应的培训作业。

（三）完成全部培训课程的学员将获得结业证书。累计缺课时间（含退到、早退时间）超过4个学时，不予发放结业证书。

附：拟聘讲师介绍

拟聘讲师介绍



陈璐

博士，全球职业规划师、生涯教练、智联招聘面试官

全国高校就业创业指导教师培训特聘专家；华南师范大学就业指导中心讲师；讲授就业、生涯课程 16 年，所讲授的职业生涯规划课程获全国示范课，广东省就业创业金课（2021）、广东省就业创业特色示范课（2022）；首届全国高校教师教学创新大赛•就业指导课程教学赛事一等奖（2021），全国首届“安博杯”就业指导课教学比赛一等奖（2011）；国家级、省级职业生涯咨询特色工作室负责人之一。出版专著 1 本，主编生涯规划教材 2 本，主编大学生生涯咨询案例集 1 本；曾在美国俄克拉荷马州立大学生涯发展中心跟岗工作。



刘海滨

东北师范大学就业创业教育研究院副院长

东北师范大学副教授，教育学博士；全国生涯发展教育工作学术委员会副主任委员；全国高校就业创业金课负责人(2021)；全国高校教师教学创新大赛•就业指导课程赛道一等奖(2021)。深耕领域包括大学生就业指导、生涯发展教育体系建设、创新创业等。



郭欣

博士,硕士生导师, 国家二级心理咨询师, 生涯规划师

企业校招服务经历；修改简历 5000+；教育部“全国高校就业创业指导教师培训特聘专家”；吉林省“大学生就业能力拓展培训特聘专家”；深耕领域——一个人求职简历优化，职业发展方向聚焦，学业规划与就业选择，面试准备与复盘，就业指导课程设计与演绎。



阮娟

博士，国家认证生涯规划师，国家三级心理咨询师，高校生涯教练

多年从事大学生职业生涯规划、就业指导课程教学与研发工作，为学生开展讲座、团体辅导与个案咨询，积累个案 500 余例。曾获省级首届高校就业指导课程教学大赛一等奖。多年指导学生参加省级大学生职业生涯规划大赛，获一等奖 7 项，2018 年指导的 3 名选手包揽本科组一等奖前三名，个人获评“优秀指导教师”。



张毅哲

深圳职业技术学院职业技术学院学工办主任

深圳职业技术学院首席辅导员，劳动教育名辅导员工作室主持人。获得北森生涯GCDF生涯指导师培训认证，清华大学积极心理指导师培训认证，安博教育SCPC职业生涯策略指导师培训认证，在高校常年教授大学生就业指导，职业生涯规划等课程，多次获得校级教学优秀，具有丰富的教学经验。

