附件1：

一、培训大纲

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **编号** | **名称** | **时间** | **内容** |
| 01 | 生涯理论 | 6小时 | * 职业生涯基础
	+ 生涯咨询的定义；
	+ 生涯咨询的意义；
	+ 生涯咨询流程；
* 生涯咨询理论
* 特质-因素论；
* 舒伯的生涯发展论；
* 明尼苏达工作适应论；
* 认知信息加工理论；
* 后现代生涯理论；
* 其他理论；
 |
| 02 | 建立关系 | 2小时 | * 咨询前的准备
* 生涯咨询工作流程
* 生涯咨询室设计
* 生涯咨询室工作人员
* 收纳面谈
* 热线接听与收纳
* 《收纳面谈表》
* 专业伦理
 |
| 03 | 助人技巧 | 4小时 | * 助人技巧
* 倾听技巧
* 重复鼓励；
* 具体化；
* 共情；
* 总结；
* 影响技巧
* 告知；
* 反馈；
* 即时化；
* 沉默；
* 其他技巧
* 提问；
* 咨询中的非言语信息；
* 演练与督导
 |
| 04 | 生涯咨询工具与应用 | 4小时 | * 自我概念探索工具
* 职业认知探索工具
* 生涯设计探索工具
* 目标设定行动计划
* 转化行动指导工具
* 生涯应变指导工具
 |
| 05 | 结束咨询与实战演练 | 2小时 | * 结束咨询
* 综合演练
* 案例督导
* 咨询师的个人成长
 |

二、讲师介绍

**薛艺：**

睿新中科研究院研究员、国家二级心理咨询师职业生涯规划师，创业导师，心理咨询师；中国心理学会成员；著有个案集《创业是一场心理革命》、教材《创行：大学生创新创业实务》。

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、北京交通大学等多所学校的在校生，提供生涯心理辅导，累积咨询个案2000多例；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1000多例，共计咨询时间3000小时以上。曾受邀为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。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500期，完成相关讲座与主题工作坊近200场。