附件：

**上海电力学院2016级新生职业生涯发展教育系列活动安排**

为提高我校大学生职业生涯规划能力，帮助他们尽早树立职业规划意识和竞争意识，引导他们充分了解自己，认识环境，挖掘自身潜力，以科学的态度规划自己的职业生涯，提升职业素质，强化就业能力和竞争力，我校职业启航工作室在校学生工作部（处）的指导下，将举办“规划决定人生 行动成就梦想”2016级新生职业生涯发展教育系列活动，具体方案如下：

**一、活动主题**

规划决定人生 行动成就梦想

**二、活动目的：**

在职业教育的引领下，通过举办职业生涯规划系列活动，让每名新生都能充分考虑大学四年应该怎样度过，培养自我管理、自我教育、自我服务的意识，在大学就读期间就能明确未来若干年内职业生涯发展方向，制定行动步骤并付诸实施，让大学生职业生涯规划观念深入人心。

**三、活动时间**

2016年10月-2017年6月

**四、系列活动内容方案**

**（一）职业生涯体验日暨新生团体训练营活动**

时间：2016年10月

内容： 开展职业生涯体验日活动，通过自我探索区、职业体验区、决策咨询区和未想畅想区等四个体验区域让学生在游戏活动中了解自己的兴趣、性格、技能和价值观，同时通过新生团体训练激发大学生生涯规划意识。

**（二）生涯咨询——职业发展咨询“面对面”—职业指导咨询活动日**

时间：2016年10月

内容：学校生涯咨询顾问团开展“面对面”生涯问诊日，帮助前来咨询的学生解答发展咨询问题。

**（三）生涯讲坛——专家进校话职场**

时间：2016年10月-11月

内容：邀请就业指导及职业生涯规划专家为学生们进行有针对性的培训讲座（成功面试、职场礼仪、时间管理），以满足不同阶段学生的职业发展需求。

**（四）生涯行动——校企访问日**

时间：2016年10月-2017年6月

内容：结合学校和企业的优势资源，带领学生定期参观访问相关用人单位，同时与企业合作开展团体辅导活动，为在校大学生提供一个与用人单位面对面的平台，不断提升学生职业能力，促进我校大学生更好地择业、就业。

**（五）生涯实现——大学生职业生涯规划大赛**

时间：2016年10月、2017年4月

内容：为了在全校范围内选拔个人参加上海市大学生职业规划大赛等活动，并增强职业生涯规划理念在广大同学中的影响，将举办职业生涯规划系列大赛之校级决赛，选拔出优秀选手参加上海市比赛。

**（六）生涯工作坊——新生班级工作坊和“快乐学习”工作坊**

时间：2016年9月-11月

内容：面对全校新生招募两个工作坊的学生成员，以“走进新生活：大学生初步规划”为主题，通过以游戏和体验为主的团体辅导，让大一新生们更好的了解职业规划，建立职业规划意识，形成对未来愿景的规划和策略；同时在团队中更好的建立人际交往意识，提升自信，形成主动、积极的心态。

上海电力学院

2016年9月26日