

中国科学技术大学微专业课程开设申请表

(校内已有课程)

微专业名称	科技创业	牵头单位	创新创业学院
课程名称	职业生涯发展与规划	课程英文名称	Career Development and Planning
已有课程编号	INEE1513	微专业课程编号	W5290103
课程负责人	沈克祥	所在单位	中国科学技术大学
联系电话		联系邮箱	
课程类别	☒ 核心课程 ☐ 拓展课程 (二选一)		
面向对象	☒ 本科生 ☒ 研究生 (默认应为全选)		
学分及学时	2 学分 40 学时 (默认为 1 学分对应 20 学时)		
授课语言	☒ 中文 ☐ 英文 ☐ 双语	开课学期	☒ 春 ☐ 夏 ☐ 秋
教学方法	☒讲授法教学 ☒案例教学 ☐网络教学 ☒体验教学 ☐角色扮演实景教学 ☐商业实景游戏 ☒小组学习 ☒影像学习 ☒企业实践课堂 ☐企业参观 ☐自主学习 ☐其他_____		
课程教材与参考书目	(如有教材,请注明书名、出版社及编号,或自备讲义;如有推荐阅读的书目,请注明书名、作者、出版社等相关信息) 职业生涯发展与规划, 9787040160833, 高等教育出版社		

课程定位与必要性	(说明本课程在微专业培养方案中的定位和培养目标、与校内已有课程的差异性与互补性、课程开设必要性等) 课程定位：本课程（INEE1513，2 学分）为科技创业微专业核心课程，面向理工科背景本科生、研究生，属于科创人才综合素养支撑模块。区别于普通就业导向的生涯规划课程，立足科技创业微专业培养定位，兼顾就业发展与科技创业双重发展路径，既覆盖个人自我认知、职业价值观探索、生涯决策规划通用内容，又重点面向科技创业者开展创业心理调适、创业者特质塑造、创业赛道选择、创业风险认知等专题教学。 培养目标：引导学生完成自我特质、兴趣、价值观、能力的系统评估，掌握职业生涯规划的基本理论与工具，能够结合自身科研背景理性研判就业、深造、科技创业多元发展方向；充分认知科技创业者所需要的心理素质、个人特质与现实风险，提升生涯决策能力、环境适应能力与抗挫折能力；帮助学生建立适配理工科科研人员的生涯发展思维，既能理性规划职业道路，也能够客观看待科技创业机遇与挑战，树立科学的择业观与创业观，为个人长远发展以及后续科创项目实践筑牢内在素养基础。 与校内课程差异性与互补性：不同于学校通用就业指导课程以求职就业为主要导向，也区别于其他双创课程侧重商业、技术、财务等外部实操知识，本课程聚焦人的内在层面，解决创业者自我认知、心理建设、生涯抉择问题。与《技术商业化常识》《科创起步 —— 从创意到创业》《商业计划与创业实战》形成能力互补：其他课程解决“怎么做项目、怎么做商业”，本课程解决“适不适合创业、如何选择发展赛道、如何应对创业挫折”的底层个人发展问题。 开设必要性：我校学生具备扎实的理工科科研能力，但不少学生对自我认知不足，对就业、深造、科技创业多种路径缺少系统思考，部分同学盲目参与科创创业，对创业者特质、创业压力与失败风险缺乏心理预判。开设本课程，一方面补齐科技创业人才在自我认知、生涯决策、创业心理层面的知识短板，避免学生仅凭技术热情盲目投身创业；另一方面帮助学生客观评估自身条件，理性选择适合自己的发展道路，不管是选择就业深造还是走科技创业道路，都能够做好思想与能力准备。
-----------------	---

课程内容 与教学安排	（说明本课程教学大纲与教学进度安排，包括课程章节主要教学内容、教学重难点、教学目标和基本要求、教学安排与学时分配等，可另附页） 详见附件 2
课程负责人 简介	（课程负责人现任职务、教学经验及相关荣誉、科研/产业经历及相关荣誉等，可另附页） 沈克祥，中国科大心理健康教育与咨询中心主任，于 2021 年秋季起担任《职业生涯发展与规划》课程主讲教师。 具有国家高级职业指导师资质，安徽省省级大学生职业规划大赛评委专家（首批，2023），中国心理学会注册心理师（X-20-080），注册督导师（D-25-088），国家二级心理咨询师。 兼任安徽省学生心理健康教育专家指导委员会副主任委员，安徽省心理危机干预学会常务副会长、安徽省心理咨询师协会副理事长，安徽省心理卫生协会常务理事，安徽省心理卫生协会心理治疗与咨询专委会副主任委员，合肥市社会心理服务体系建设专家组成员。 从事职业生涯规划及心理健康教育及研究工作 20 余年，参与多项省部级项目，主持安徽省质量工程项目、安徽省高校思政工作创新项目等，公开刊物发表学术论文 20 余篇。 曾获安徽省教学研究成果一等奖（排名 2），国家级精品课程以及首批国家精品资源共享课程《大学生心理学》主讲教师（排名 2），曾获“安徽省教坛新秀”，“安徽省首届十佳心理咨询师”等荣誉，获安徽省心理健康教师基本功大赛优秀论文一等奖（2024）。 多年受训心理学多项理论与技术，个人从事心理咨询及生涯辅导个案时长达 7000 余小时。
教学团队 成员简介	（教学团队成员姓名、所在单位、教学经验及相关荣誉、科研/产业经历及相关荣誉、本课程教学工作分工等，可另附页） 无
教学组织 与保障	（说明教学时段、教学方法、教学场地、实践平台、安全保障等相关安排是否到位、可落地执行，可另附页） 详见附件 3

考核方式	☒过程性考核：__课堂表现、出勤情况等_50%__（课堂表现、出勤情况、课后作业、阶段性任务成果等） ☒实践成果考核：__自我生涯规划方案_50%__（项目报告、产品原型、实验成果、设计方案、案例分析报告等） ☐综合考核：_____（技能测试、综合答辩等） （需另附页详细说明课程考核方式科学性、考核标准可操作性，以及考核方式、考核标准与学生实战能力培养的相关度、体现度） 详见附件4
师德师风 审核意见	经我单位调研审查，本课程负责人及教学团队所有成员皆不存在师德失范、治学不严、违反学术规范等情形，同意其参与本课程教学。 微专业牵头单位负责人(单位盖章)：

课程负责人签字：_____

日 期：

附件清单：

- 1 课程负责人及教学团队成员简介（1份）
- 2 课程内容与教学安排说明（1份）
- 3 教学组织与保障说明（1份）
- 4 考核方式详细说明（1份）
- 5 课程往期开设情况佐证材料（开课证明、教学评价等）（1份）

附件 1:

课程负责人及教学团队成员简介

沈克祥，中国科大心理健康教育与咨询中心主任，于 2021 年秋季起担任《职业生涯发展与规划》课程主讲教师。

具有国家高级职业指导师资质，安徽省省级大学生职业规划大赛评委专家（首批，2023），中国心理学会注册心理师（X-20-080），注册督导师（D-25-088），国家二级心理咨询师。

兼任安徽省学生心理健康教育专家指导委员会副主任委员，安徽省心理危机干预学会常务副会长、安徽省心理咨询师协会副理事长，安徽省心理卫生协会常务理事，安徽省心理卫生协会心理治疗与咨询专委会副主任委员，合肥市社会心理服务体系建设专家组成员。

从事职业生涯规划及心理健康教育及研究工作 20 余年，参与多项省部级项目，主持安徽省质量工程项目、安徽省高校思政工作创新项目等，公开刊物发表学术论文 20 余篇。

曾获安徽省教学研究成果一等奖（排名 2），国家级精品课程以及首批国家精品资源共享课程《大学生心理学》主讲教师（排名 2），曾获“安徽省教坛新秀”，“安徽省首届十佳心理咨询师”等荣誉，获安徽省心理健康教师基本功大赛优秀论文一等奖（2024）。

多年受训心理学多项理论与技术，个人从事心理咨询及生涯辅导个案时长达 7000 余小时。

无其他教学团队成员。

附件 2:

课程内容与教学安排说明

一、教学目标和基本要求

教学目标希望在态度、知识和能力三个层次方面达到以下目标:

1. 意识层面:引导学生树立职业生涯规划自主意识,培养积极的生涯发展观和就业主体观,把个人发展、社会和国家需要紧密结合,提升职业精神和职业素养观念。
2. 知识层面:帮助学生了解基本生涯发展理论,清晰明确自我特性与职业认知,把握相关职业分类知识和创业知识,明晰职业定位与发展。
3. 能力层面:培养学生自我探索技能、信息搜索和管理技能、生涯决策技能、求职技能,并通过多模式互动训练,帮助学生培养领袖能力、沟通表达能力、团队合作能力等,开发潜能,提升自我。

二、重难点

1. 生涯发展理论:生涯型态、Holland、Super 生涯发展理论;
2. 自我探索与生涯规划:职业价值观、职业兴趣、职业能力、职业风格;
3. 职业探索求职行为:简历撰写与面试策略;
4. 成功职业素养训练
5. 职业生涯规划案例精选解析

三、课程章节主要内容及学时分配

第一章:职业生涯规划概述(2 课时)

第一节:职业生涯的历史发展

第二节:生涯及职业生涯规划相关概念

第三节:学生职业生涯规划误区

第二章:原生家庭与生涯规划(4 课时)

第一节:原生家庭的概念

第二节:原生家庭与职业发展

第三节:个体生命线探索

第三章:生涯发展理论(2 课时)

- 第一节：生涯型态
- 第二节：Holland、Super 生涯发展理论
- 第四章：自我探索与生涯规划（8 课时，包括实践 2 课时）**
- 第一节：职业价值观与生涯规划
- 第二节：职业兴趣与生涯规划
- 第三节：MBTI 个性与生涯规划
- 第四节：职业能力与生涯规划
- 第五章：工作世界探索（4 课时，包括实践 2 课时）**
- 第一节：职业分类
- 第二节：社会环境与组织（企业）环境分析
- 第三节：职业探索与调查
- 第六章：职业生涯决策（4 课时）**
- 第一节：职业生涯决策的原则与方法
- 第二节：职业生涯设计精选案例解析
- 第七章：求职行为（6 课时）**
- 第一节：求职路径与信息探索
- 第二节：求职信和简历撰写
- 第三节：面试及求职礼仪
- 第四节：就业政策解读与就业协议签约
- 第八章：自我创业（4 课时）**
- 第一节：创业概述
- 第二节：创业准备与决策
- 第三节：创业途径与步骤
- 第九章：入职适应（2 课时）**
- 第一节：初识职场
- 第二节：入职适应与心理调适
- 第十章：成功职业素养训练（4 课时）**
- 第一节：情绪管理
- 第二节：时间管理
- 第三节：有效沟通

附件 3:

教学组织与保障说明

一、组织管理架构

教学组织管理主要分为三个层次：

1. 教学管理层，主要由微专业负责人、理实学院管理人员组成，负责教师安排、教学大纲和教学方式的审定；
2. 教学团队层，主要由课程负责人和授课教师组成，负责教学大纲、教学方案、实践环节、学生考核组织与实施；
3. 教学辅助层，主要由教学秘书、教务处、研究生院和理实学院管理人员组成，负责课程的排课、教室协调、教学质量监督等。

二、课程教学管理

本课程教学分为多模式教学，包括课堂讲授法教学、案例教学、企业实践课堂等部分。课堂教学明确教学目标、内容和任务分工，注意课后交流与复盘；案例教学邀请高校、行业、企业等专家开设专题讲座，并设置问答环节，充分促进交流；企业实践课堂需要提前联系科创企业等，制定实践交流方案，明确参观地点、交流内容和安全注意事项，参观过程中全程教师陪同，并且购置保险，并制定紧急预案，保障学生出行安全。

三、教学保障措施

教学质量：通过日常巡查、教学会议等方式监控过程教学质量；

教学资源：明确教材和参考书，保证校外专家导师及科创企业参观交流等资源；

经费支持：以微专业为单位，保障课程教学基本支出。

附件 4:

考核方式详细说明

本课程采用过程性考核与实践成果考核相结合的方式，总评成绩满分 100 分，过程性考核占 50%，实践成果考核占 50%，不单设综合考核。期中“寻找职业”作业作为阶段性任务纳入过程性考核；期末“自我生涯规划方案”纳入实践成果考核。上述作业要求保持不变，两类考核分别评价，不重复计分。

一、 期中考核作业：寻找职业

1. 简介。对职业做一个简要、基本描述。
2. 典型生涯路径。描述从新手到最高职位的典型生涯路径。
3. 趋势。描述职业发展趋势，包括技术、经济和社会发展。
4. 薪水。提供在这个职业领域中不同类型职位与薪水状况。
5. 所需要的技能。描述这个职业所需的典型技能。
6. 雇佣机构。说明哪些类型的公司雇佣这个职业的人。
7. 被雇佣的过程。描述这个职业的人如何找到工作。
8. 工作条件。描述物理环境、压力水平。
9. 证书/资格证。明确这个职业所需要的任何证书或资格证。
10. 会员关系。职业所拥有的特定专业或联合组织会员关系。
11. 对生活方式的影响，家庭角色、婚姻、休闲以及假期。

二、 期末考核：设计自我生涯规划方案

1. 引言
2. 自我分析

3. 职业分析
4. 职业定位
5. 计划实施
6. 评估调整
7. 结束语

三、上课出勤、实践课堂、小组讨论

附件 5:

课程往期开设情况佐证材料

一、开课证明

序号	学期	任课教师				课程信息								
		工资号	教师姓名	教师单位	任务类型	课程编号	课程名称	开课单位	教材	课程学历层次	开设组织	总学时	学分	选课人数
1	2021年秋季学期	05739	沈克祥	学生工作部、学生工作处	主讲	INEE1513	职业生涯规划与发展	创新创业学院		本科	本科开设	40	2	60
2	2022年春季学期	05739	沈克祥	学生工作部、学生工作处	主讲	INEE1513	职业生涯规划与发展	创新创业学院		本科	本科开设	40	2	57
3	2022年秋季学期	05739	沈克祥	学生工作部、学生工作处	主讲	INEE1513	职业生涯规划与发展	创新创业学院	职业生涯规划与发展 第1版 侯志瑾、伍新春等 高等教育出版社	本科	本科开设	40	2	14
4	2023年春季学期	05739	沈克祥	学生工作部、学生工作处	主讲	INEE1513	职业生涯规划与发展	创新创业学院	职业生涯规划与发展 第1版 侯志瑾、伍新春等 高等教育出版社	本科	本科开设	40	2	27
5	2024年春季学期	05739	沈克祥	学生工作部、学生工作处	主讲	INEE1513	职业生涯规划与发展	创新创业学院	职业生涯规划与发展 第1版 侯志瑾、伍新春等 高等教育出版社	本科	本科开设	40	2	41
6	2025年春季学期	05739	沈克祥	学生工作部、学生工作处	主讲	INEE1513	职业生涯规划与发展	创新创业学院	职业生涯规划与发展 第1版 侯志瑾、伍新春等 高等教育出版社	本科	本科开设	40	2	48
7	2026年春季学期	05739	沈克祥	学生工作部、学生工作处	主讲	INEE1513	职业生涯规划与发展	创新创业学院	职业生涯规划与发展 第1版 侯志瑾、伍新春等 高等教育出版社	本科	本科开设	40	2	51

二、教学评价

学期	任务名称	课程代码	课程名称	课程院系	授课教师	教师工号	教师职称	教师院系	得分
2021-2022 2022年春季学期	学生期末评教（理论课）	INEE1513	职业生涯规划与发展	创新创业学院	沈克祥	05739	六级职员	人文与社会科学系	90.72
2021-2022 2021年秋季学期	学生期末评教（理论课）	INEE1513	职业生涯规划与发展	创新创业学院	沈克祥	05739	讲师	人文与社会科学系	91.96

附件 3:

中国科学技术大学微专业课程开设专家评审意见

汇 总 表

微专业名称	科技创业
牵头单位	创新创业学院
课程名称	职业生涯发展与规划
微专业课程编号	W5290103
课程开设情况	☒ 校内已有课程 ☐ 新开设课程
综合评审结论	☒ 通过 ☐ 不通过
建议意见	本课程作为科技创业微专业核心课程，定位清晰，聚焦创业者自我认知与心理建设，与微专业偏重技术实操的课程形成素养层面互补。课程负责人生涯辅导与心理咨询专业积淀深厚，教学安排合理，融合讲授、案例、体验等多样教学方法，注重科学择业观与创业观的培养。建议进一步充实创业者特质评估、创业心理调适与风险认知等专题，突出课程的科技创业特色。同意该课程开设。
专家签字	