

# 中国高等教育培训中心

---

中培〔2024〕064号

## 关于开展第七期国际职业生涯课程 —《设计人生<sup>®</sup>》线上工作坊的通知

各高等学校、有关单位：

教育部首届全国大学生职业规划大赛正在全国各地热烈开展中，大赛主体赛事分为学生成长赛道、就业赛道和教师教学赛道，以实现“以赛促学，以赛促教、以赛促就”为目标。

透过本次大赛，各高校如何加强生涯教育和就业指导，增强大学生生涯规划意识，指导其及早做好就业准备，促进高校毕业生高质量充分就业，如何创新生涯发展教育课程以应对技术变革、新产业、新业态所带来的变革，如何将成为赛后探索的关键任务。

在“以赛促学、以赛促教”的背景下，高校《职业生涯规划与就业指导》课程教学也需要不断更新和完善：课程目标如何引导学生个体就业观与国家需求导向协调共向，课程内容设计如何包容学生多元化生涯选择，课程效果如何从知识引导落地到学生自主成长实践行动，教学方法如何实现引导反思的体验式教育，如何为教师赋能，提供互动强、反馈好、易上手的课程教学方法。斯坦福大学经过多年实践开发的《设计人生<sup>®</sup>》课程，以其创新的理念、应用性强、指导效果突出的特点受到世界 30 多个国家上千所高校师生

---

的热烈欢迎，能够有效提升生涯教师辅导能力和学校生涯发展教育水平，帮助学生面向未来积极行动主动择业。为此，中国高等教育培训中心决定举办“第七期国际职业生涯课程-《设计人生<sup>®</sup>》线上工作坊”，现将有关事项通知如下：

### 一、举办单位

指导单位：中国高等教育学会

主办单位：中国高等教育培训中心

协办单位：DT.School<sup>®</sup>

北京奥特思鼎国际教育投资有限公司

### 二、时间形式

时间：2024年4月13日-20日

形式：发送培训资料+线上直播授课+成果案例分享+线上分组练习+线上答疑交流+课后实践练习+社群分享学习（具体线上培训流程会提前给学员详细介绍）

### 三、研修内容

- 1.了解设计人生课程的背景与框架；
- 2.了解设计人生与传统职业生涯规划在理论、理念、流程、工具方面的不同；
- 3.了解设计人生在职规赛中的落地应用；
- 4.全面评估当下的现状，打造自己人生前进的罗盘，帮助学生深度认知自我；
- 5.帮助学生识别低效信念，重新定义问题，找到解决生涯发展困惑的思路及脱困的方法；
- 6.帮助学生打开思路，为自己制定3个不同的未来5年计划，看到自己生涯成长路径的多种可能性；

7.深入学习原型制作的方法，将自己的想法落地，小步快跑不断迭代，更快更好地围绕职业目标落地行动成果；

8.高校生涯与就业教学改革创新改革案例分享，邀请已开展《设计人生<sup>®</sup>》课程的高校老师分享经验和成果，助力学员校本课程教学改革落地。

#### 四、研修对象

高校从事大学生生涯发展与就业指导的教师及相关工作者，包括但不限于：学生工作处（部）、就业指导中心、创新创业学院、各二级学院的教师；负责高校职业生涯规划课程建设及授课的教师；高校辅导员教师群体等。

#### 五、拟邀专家

王成：设计人生<sup>®</sup>Master Trainer，斯坦福创新创业导师培养项目中国区负责人；国际继续工程教育协会（IACEE）常务理事；中国人力资源和社会保障部就业促进会常务理事；DT.School联合创始人；北京卓越一生教育科技有限公司CEO；中国创联教育金融集团前COO执行董事。教育背景：长江商学院EMBA、澳大利亚新南威尔士大学-管理学硕士、南开大学-经济学学士、澳洲注册会计师。

杨洋：设计人生<sup>®</sup>课程培训师，应用心理学硕士生导师；国家高级职业指导师、国家企业人力资源管理师、国际认证专业教练、全球职业规划师培训师（GCDF-Trainer）、全球生涯教练（BCC）；中国青年创业就业基金会就业咨询师、天津大学特聘职业发展导师、东南大学生涯咨询督导。拥有12年生涯教育领域教学培训与咨询辅导经验，为广东省教育厅、湖南省教育厅、四川省人社厅等26个省厅机构提供过大学生就业指导师资培训。为北京大学、清华大学、复旦大学、中国科学院研究生院、天津大学、大连理工大学、

上海纽约大学等 670 余所高校提供生涯发展教育系统化服务。

## 六、报名缴费

### (一) 报名时间

2024 年 3 月 12 日—4 月 12 日

### (二) 报名方式

1. 个人报名请微信扫描下图二维码，填写个人信息；



2. 团报报名请咨询刘老师，填写团报回执表进行报名。

### (三) 缴费方式

1. 本期研修班收费标准：

个人报名：2580 元/人

整校团报：9800 元（限 6 人），19800 元（限 15 人）

2. 付款方式

(1) 支付宝或微信扫描报名成功后生成的缴费二维码在线缴费。

(2) 对公转账

账户名称：中国高等教育培训中心

银行账号：110060149018170009965

开户银行：交通银行北京市分行营业部

注：交费时请填写实际参训人员姓名和手机号码，请在备注中注明学校（单位）和电子邮箱。

(3) 培训费电子发票（增值税普通发票）由中国高等教育培训

中心统一开具，交费成功并在培训结束后 10 个工作日内通过邮件发送至订单联系人预留邮箱中，请注意查收。如需提前申请发票进行报销汇款，请提前联系索取发票开具申请表。

## 七、结业证书

学员按照规定完成全部研修内容的学习，颁发中国高等教育培训中心“结业证书”，证书中注明培训课程名称及学时。

## 八、联系方式

刘老师：15001338397（报名事宜）

张小凤：027-87689155；15392950172（证书事宜）

附件：

- 1.日程安排表
- 2.中国高等教育培训中心简介
- 3.报名回执表



## 附件 1

## 日程安排表

日期	时间	内容模块	学习内容及收获
4月13日 (周六)	9:00-12:00	课程介绍	了解 DT. School、设计人生课程的基本情况。
		设计思维	深入了解设计思维及其理念，理解 4 种不同思维的差别和设计人生框架。
		职规赛指导实践	设计人生理念与大赛精神一致性解读，了解设计人生流程和工具在大赛成长赛道与就业赛道中的创新应用。
	13:30-16:30	重新定义问题	通过重力问题和锚定问题的学习，帮助学生识别自身低效信念并重新定义当下问题，找到适合的解决方法。
		现状盘点与评估	能够运用“爱乐学健”仪表盘了解自己的现状，发现问题，并能够制定切实可行的成长行动计划，建立积极主动的就业观。
		创建人生指南	通过人生观、工作观和大学观的练习，及其一致性的反思，帮助学生梳理和挖掘内心最真实的需求。
		教学应用 1	设计人生体验式教学方法论解析。
4月16日 (周二)	19:30-21:00	直播答疑 课程加餐	第一阶段课程内容实践中遇到的问题答疑。 课程加餐：如何在辅导中做到有效聆听？
4月18日 (周四)	19:30-21:00	高校案例分享	拟邀北京大学、复旦大学、浙江大学、南开大学、山东大学等本科及高职院校的 3 位老师进行设计人生课程实践案例分享及设计人生在职规大赛中的应用探索。
4月20日 (周六)	9:00-12:00	管理你的能量	学会制作自己的能量地图，并快速应用到日常工作生活，合理安排自己的能量，提升幸福感。
		脑图	通过脑图进行个人头脑风暴，打开思路，激发创意。
		奥德赛计划	能够制定 3 个未来五年计划，探索自己人生的多种可能性。
	13:30-16:30	制作原型	学习制作原型的两种方式，能够为自己的人生计划创建原型，通过小步快跑，不断迭代的方法，寻找真正适合自己的发展路径，实现人生计划。
		教学应用 2	运用设计人生的框架，开设一门“设计你的大学”选修课。
		总结回顾	课程复盘、收获总结、问题答疑。

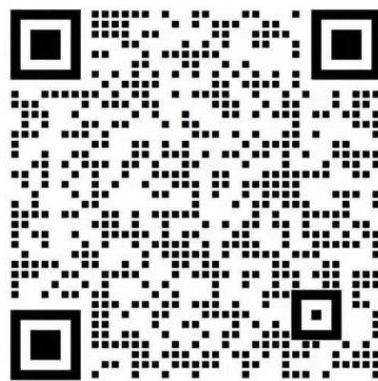
## 附件 2

### 中国高等教育培训中心简介

中国高等教育培训中心是由中国高等教育学会举办的独立事业法人单位，始终坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，聚焦政府工作重点、宏观政策热点、高校发展难点、行业企业发展痛点，整合国内外优质教育资源，面向全国教育系统和行业企业管理干部、骨干教师等，开展专业化、定制化培训和精准化咨询服务。中心一直致力于以服务求支持，以贡献求发展，努力建设成为我国高等教育领域最具公信力、权威性、影响力、引领性的教育培训机构。详情请登录中国高等教育培训中心官网（<https://chetc.cahe.edu.cn/>）或关注培训中心微信公众号了解更多培训动态。



(微信公众号)



(企业微信)

### 附件 3

## 报名回执表

[复印有效]

单位名称						
单位地址					邮 编	
经办人姓名			手机号		邮 箱	
代表姓名	性别	职务	院系	手机号	邮 箱	备注
发票内容	发票单位全称： 纳税识别号： 开票内容：培训费					

注：请将此表填好于开会前一周发送至指定邮箱，电子信箱：409633458@qq.com。