****

**江苏城乡建设职业学院**

**《大学生就业与创业指导》教案**

**2023 - 2024 学年第 2 学期**

课程名称： 大学生就业与创业指导

授课教师：

职 称：

开课部门： 招生就业处（双创学院）

2024年 2 月20日

**江苏城乡建设职业学院**

**《大学生就业与创业指导》教案首页**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **课程名称** | 大学生就业与创业指导 | | | **授课专业** | |  | | **班级** | |  |
| **授课教师** |  | | | **职称** | |  | | **部门** | |  |
| **课程类型** | 学位课 | □公共必修课 □专业必修课 □素质拓展必修课  □公共选修课 □专业选修课 ☑素质拓展选修课 | | | | | | | | |
| 非学位课 | □公共必修课 □专业必修课 □素质拓展必修课  □公共选修课 □专业选修课 □素质拓展选修课 | | | | | | | | |
| **课程性质** | □理论 □实践  ☑理论+实践 | | | **考核方式** | | □考试 ☑考查 | | | | |
| **课程教学**  **总学时数** | 16 | | | **学分** | | 1 | | | | |
| **学情分析** | 当代大学初入社会，对国情和社会缺乏深刻的了解和认识，对自己究竟适合什么工作缺乏客观、科学的分析和判断，以致在众多的职业岗位面前眼花缭乱、无所适从、朝三暮四、见异思迁。面临就业的选择，应该使他们学会学会怎样分析主客观条件，怎样看待不同工作岗位的利弊得失。在市场竞争日益加剧的环境下，如何把握机会，找到一个比较满意的工作岗位。 | | | | | | | | | |
| **教学方法** | 启发式、讨论式、案例式、视频分享 | | | | | | | | | |
| **教材名称** | 《大学生就业指导》 | | **作者** | | 张福仁等 | | **出版社及**  **出版时间** | | 人民邮电出版社  2021年 | |
| **参考书目** | 《大学生职业生涯发展与规划》 | | **作者** | | 钟谷兰等 | | **出版社及**  **出版时间** | | 华东师范大学出版社  2016年 | |
| **教研室意见** | 教研室主任签字：  年 月 日 | | | | | | | | | |

注：表中□选项请打“√”。每门课程只需填写一次本表。

**江苏城乡建设职业学院**

**《大学生就业与创业指导》教案**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **授课教师** |  | | **班级** |  | **学时** | 2 | **授课日期** |  |
| **教学任务** | 聚焦你的性格 | | | | **授课方式** | □讲授  □实践 | 授课地点 | □多媒体教室  □实验/实训室□企业 |
| **主要参考资料** | | 1．张福仁等著 《大学生就业指导》 人民邮电出版社  2．钟谷兰等著 《大学生职业生涯发展与规划》 华东师范大学出版社  3．彭贤等著 《大学生职业生涯规划活动教程》 清华大学出版社  4．赵励宁等著 《大学生职业生涯规划》 北京理工大学出版社 | | | | | | |
| **教学目标** | 素质目标：1. 培养学生建立正确的自我认知  2. 培养学生树立性格和职业匹配的意识  知识目标：1. 能够对性格有初步的认识  2. 了解整性格的定义和对择业的作用  能力目标：1. 能够利用性格理论探索自己的性格，了解自己的性格特征；  2.通过对性格的了解，澄清自己理想的工作方式。 | | | | | | | |
| **教学内容** | 1. 性格概述   1. 探索你的性格类型 2. 对性格的理解 3. 性格与职业 | | | | **重点难点** | 1. 掌握探索性格的方法，对自己有一个客观的评价。  2. 如何根据自己的性格选择职业。 | | |
| **教学方法** | 启发式、讨论式、案例式、视频分享 | | | | **素材资源** | ☑文本素材□实物展示☑PPT幻灯片  □音频素材☑视频素材□动画素材  □图形/图像素材☑网络资源□其他 | | |
| **课后作业** | 1. 在纸上写下20个“我是······”，尽量反映个人特点，真正代表自己。将20项内容进行分类，仔细分析，从中能得到哪些启发？  2. 在网上做MBTI性格测试，结合自己课堂上的性格探索，明确自己的性格代码，完成职业生涯规划档案中职业性格分析部分的内容。 | | | | | | | |
| **教学反思** | 自我认知是集知识的传授，技能的培养，态度观念的转变为一体的。本项目在职业生涯规划模块中是非常重要的环节。认识到每个人都有与众不同的特质，性格与职业的最佳匹配使得学生成为更有效的工作者。 | | | | | | | |

注：教案按授课次数填写，每次授课均应填写一份本表。重复班授课可不另填写教案。

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **教学过程及内容** 导入新课【约15分钟】 在大学生职业生涯规划课程中，“自我认知”环节非常重要，处在“生涯意识培养”与“生涯规划”中间的承上启下的位置。  “自我认知”包括“显性自我”和“隐性自我”两部分内容。“显性自我”可以通过橱窗展示、生命线、360度评估等自我盘点的方法来进行，而“隐性自我”则主要探索职业兴趣、职业能力、性格倾向、职业价值观等在生涯规划中重要但不能轻易被察觉的部分。自我认知分四个方面：  性格与职业——我适合干什么？  兴趣与职业——我喜欢干什么？  技能与职业——我最擅长的是什么？  价值观与职业——我最看重的是什么？  在美国，有一本名为《飞向成功》的畅销书。其中有这样一个寓言故事讲的是：为了像人类一样聪明，森林里的动物们开办了一所学校。学生中有小鸡、小鸭、小鸟、小山羊、小松鼠等，学校为它们开设了唱歌、跳舞、跑步、爬树和游泳5门课程。第一天上跑步课，小兔兴奋地在体育场地跑了一个来回，并自豪地说：“我能做好我天生就喜欢的事” ！而看看其它小动物，有噘着嘴的，有沉着脸的。放学后，小兔回到家对妈妈说，这个学校真棒！我太喜欢了。第二天一大早，小兔蹦蹦跳跳来到学校，上课时老师宣布，今天上游泳课。只见小鸭兴奋地一下跳进水里，而天生恐水、不会游泳的小兔傻了眼，其它小动物更没了招。接下来，第三天是唱歌课，第四天是爬树课…… 学校里的每一天课程，小动物们总有喜欢的和不喜欢的。  **这个寓言故事诠释了一个通俗的哲理，那就是“不能让猪去唱歌、兔子学游泳”。要成功、小兔子就应跑步，小鸭子就该游泳，小松鼠就该爬树。** 二、新知识点、技能点讲解【约50分钟】 新课讲解1：【约15分钟】  **一、什么是性格**  人之初，性本善。  ——人在刚出生时，本性都是善良的 。  性相近，习相远。  ——人的性情本来是相近的，因为环境养成的习惯不同，便相距遥远了。  **小结：性格是由40%的先天（即遗传因素），60%的后天(即生活环境、所受的教育、信仰、人生经历等诸多因素)合成的。**  小故事：  曹操的四个儿子：  曹植，才华横溢，文才斐然，为人忠厚，非常温良。“煮豆燃豆萁，豆在釜中泣。本是同根生，相煎何太急。”这首七步诗，是曹植对急于迫害自己的兄长曹丕的质问。  01300000144064121363423415345_s无标题曹丕，也有文才，也有诗歌流传下来，但是跟曹植比恐怕差得太远了。他非常擅长剑术，在中国武术史上，曹丕是有一席之地的。这个人非常地尖刻，非常地好财，占有欲非常强。  曹彰，外号黄须儿，他力大无穷，武艺精湛，他能够射中百米以外的一根头发丝。他的性格勇武彪悍，力大无穷，没什么心机。  01300000020798127303096582777曹操还有个儿子叫曹冲，是中国著名的神童。“曹冲称象”是个很有名的故事。  曹操的四个儿子的性格是不是各不相同呀。  无标题想想我们自己的兄弟姐妹，性格相同吗？  即便是双胞胎，他们的性格也不尽相同。  小结：没有两片完全相同的叶子，世界上没有性格完全相同的人。 ——莱布尼茨  小故事：  德国哲学家莱布尼茨曾经当过“宫廷顾问”。有一次，皇帝让他解释一下哲学问题，莱布尼茨对皇帝说，任何事物都有共性。皇帝不信，叫宫女们去御花园找来一堆树叶，莱布尼茨果然从这些树叶里面找到了它们的共同点，皇帝很佩服。这时，莱布尼茨又说：“凡物莫不相异”，“天地间没有两个彼此完全相同的东西”。宫女们听了这番话后，再次纷纷走入御花园去寻找两片完全没有区别的树叶，想以此推翻这位哲学家的论断。结果大失所望，因为粗粗看来，树上的叶子好像都一样，但仔细一比较，却是形态各异，都有其特殊性。  那么什么是性格呢？  性格有三层含义：  1、性格反映了一个人对现实世界的态度  2、性格反映了一个人的行为方式  3、性格是比较稳定的心理特征  性格是一个人在对待客观事物的态度和行为方式中所表现出来的比较稳定的个性心理特征。  新课讲解2：【约40分钟】  **二、探索自己的性格类型：**  **（一）菲尔性格测试**  　　这个测试是美国的菲尔博士在著名主持人奥普拉的节目里做的，国际上称为“菲尔人格测试”，时下被很多公司的人事部门用来测查员工的性格。  1、你何时感觉最好?  　　A. 早晨  　　B. 下午及傍晚  　　C. 夜里  　　2、你走路时是：  　　A. 大步地快走  　　B. 小步地快走  　　C. 不快，仰着头面对着世界  　　D. 不快，低着头 E. 很慢  　　3、和人说话时，你：  　　A. 站着，手臂交叠且双手紧握  　　B. 一只手或两手放在臀部  　　C. 碰着或推着与你说话的人  　　D. 玩着耳朵、摸着下巴或用手整理头发  　　4、坐着休息时，你：  　　A. 两膝盖并拢  　　B. 两腿交叉  　　C. 两腿伸直  　　D. 一腿蜷在身下  　　5、碰到好笑的事时，你的反应是：  　　A. 欣赏地大笑  　　B. 笑，但不大声  　　C. 轻声地咯咯笑  　　D. 羞怯地微笑  　　6、你进入一个派对或社交场合时，你：  　　A. 很大声地入场以引起注意  　　B. 安静地入场，找你认识的人  　　C. 非常安静地入场，尽力保持不被注意  　　7、当你非常专心地工作时，有人打断你，你会：  　　A. 欢迎他  　　B. 感到非常恼怒  　　C. 在上述两极端之间  　　8、下列颜色中，你最喜欢哪一种颜色?  　　A. 红色或橘红色  　　B. 黑色  　　C. 黄色或浅蓝色  　　D. 绿色  　　E. 深蓝色或紫色  　　F. 白色  　　G. 棕色或灰色  　　9、临入睡的前几分钟，你在床上的姿势是：  　　A. 仰躺，伸直  　　B. 俯躺，伸直  　　C. 侧躺，微蜷  　　D. 头枕在一手臂上  　　E. 被子盖过头  　　10、你经常梦见自己在：  　　A. 落下  　　B. 打架或挣扎  　　C. 找东西或人  　　D. 飞或漂浮  　　E. 你平常不做梦  　　F. 你的梦都是愉快的  　　评分标准   |  |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | |  | A | B | C | D | E | F | G | | 1 | 2 | 4 | 6 |  |  |  |  | | 2 | 6 | 4 | 7 | 2 | 1 |  |  | | 3 | 4 | 2 | 5 | 7 | 6 |  |  | | 4 | 4 | 6 | l | 2 |  |  |  | | 5 | 6 | 4 | 3 | 5 |  |  |  | | 6 | 6 | 4 | 2 |  |  |  |  | | 7 | 6 | 2 | 4 |  |  |  |  | | 8 | 6 | 7 | 5 | 4 | 3 | 2 | 1 | | 9 | 7 | 6 | 4 | 2 | 1 |  |  | | 10 | 4 | 2 | 3 | 5 | 6 | 1 |  |   做完上述测试后，将所有分数相加。  测试结果：  　　低于21分：你是个内向的悲观者。  你是一个害羞的、神经质的、优柔寡断的人，永远要别人为你做决定。你是一个杞人忧天者，有些人认为你令人乏味，只有那些深知你的人才知道你不是这样。  　　21～30分：你是个缺乏信心的挑剔者。  你勤勉、刻苦、挑剔，是一个谨慎小心的人。如果你做出任何冲动或无准备的事，朋友们都会大吃一惊。  　　31～40分：你是个以牙还牙的自我保护者。  你是一个明智、谨慎、注重实效的人，也是一个伶俐、有天赋、有才干且谦虚的人。你不容易很快和人成为朋友，却是一个对朋友非常忠诚，同时要求朋友对你也忠诚的人。要动摇你对朋友的信任很难，同样，一旦这种信任被破坏，也就很难恢复。  　　41～50分：你是个平衡的中道者。  　　你是一个有活力、有魅力、讲究实际，而且永远有趣的人。你经常是群众注意力的焦点，但你是一个足够平衡的人，不至于因此而昏了头。你亲切、和蔼、体贴、宽容，是一个永远会使人高兴且乐于助人的人。  　　51～60分：你是个吸引人的冒险家。  　　你是一个令人兴奋、活泼、易冲动的人，是一个天生的领袖，能够迅速做出决定，虽然你的决定不总是对的。你是一个愿意尝试机会、欣赏冒险的人，周围人都喜欢跟你在一起。  　　60分以上：你是个傲慢的孤独者。  　　你是个自负的自我中心主义者，是个有极端支配欲、统治欲的人。别人可能钦佩你，但不会永远相信你。  **（二）MBTI性格类型**  MBTI是当今世界上应用最广泛的性格测试工具。每年有两百多万人使用它。  嘉芙莲·谷嘉·布里格斯（Katharine Cook Briggs）伊莎贝·碧瑞斯·迈尔斯（Isabel Briggs Myers）在荣格的基础上，增加了行动方式维度：判断-知觉  构建了人格理论的四维八极模型，编制《迈尔斯-布里格斯类型指标》  **MBTI性格理论的四个维度**  能量获得途径： 外倾（E），内倾（I）  注意力的指向： 感觉（S），直觉（N）  决策判断方式： 思考（T），情感（F）  采取行动方式： 判断（J），知觉（P）  **●能量获得途径： E=外倾 I=内倾**  **1、哪一种方式能够让你感到自己充满活力？**  A 与其他人交往互动  B 一个人独处  **2、愿意将能量投向哪里？**  A 外部世界，与人交往，处理各种事物  B 沉醉于内心世界，独自沉思默想  **3、更喜欢哪种消磨时间的方式？**  A 被众人环绕  B 独自一人消遣  **4、下面哪种方式让你感觉更舒服？**  A 先采取行动，再考虑遇到的情况  B 在行动之前先对事物加以通盘考虑  **5、你更喜欢？**  A 成为一个公众人物  B 只想做自己  **外倾 E**  善于表达 ；自由的表达情绪和想法  听、说、想同时进行 ；朋友圈大  主动参与；忘我；广度  内  **内倾 I**  通常保留  情绪和想法不轻易流露 先听，后想，再说 固定的朋友；静静反思；  **●注意力的指向： S=感觉 N=直觉**  **请描述：**   * **你眼中的帅哥？你眼中的美女？**   **感觉S**  明确、可测量；细节、细致；  现实、现在 看到、听到、闻到；  连续的；重复 享受现在  基于事实、经验  **直觉 N**    可发明、改革 风格、方向；革新、将来  第六感 任意的；变化 预测将来 基于想象、灵感  **●策判断方式： T=思考 F=情感**  某所军校规定，学员被发现吸烟三次就要勒令退学。假如你是这所军校主管学生工作的老师，有一名学生已经两次被发现抽烟，你和他认真地谈了一次话，警告他如果再有第三次将被开除。现在，这名学生在即将毕业的时候第三次吸烟被抓。  **你会怎么办？为什么？**   * **请同学们说说自己的决定和想法。**   **思考 T**  客观、公正 批评，不感情用事 清晰；基于分析的 关注事情和联系 理智、冷酷；头脑 原则、规范 情有可原、法不容恕    **情感 F**  主观、仁慈  赏识，也喜欢被表扬 协调  基于体验的 关注人和关系 善良、善解人意 心灵 价值、人情  法不容恕、情有可原  **采取行动方式： J=判断 P=知觉**  假设现在是周五下午，你在本周日上午要参加大学英语四级考试。这是你最后一次机会参加这个考试了，而你感觉自己有不少东西还没准备好，因此打算在今晚和周六好好复习一下。但是，你忽然接到电话，一个好朋友从外地来石家庄了。你们已经很久没见面了，他邀你今晚去看他，他周六早上就要离开。**你会去吗？为什么？**  **判断J**  按部就班 随时控制  明确规则和结构  有计划、有条理  快速判断、决定  确定；最终期限 避免“燃眉之急”的压力  **知觉P**  随遇而安  不断体验 确定基本方向  灵活的、即兴的  喜欢开放、获取  好奇  新的发现 从最后关头压力中得到动力  **通过以上活动得出自己的性格编码，参照书上内容分析自己的性格特征。**  三、教学总结：【约15分钟】   * 每种性格类型本身没有优劣之分 * 了解自己的性格类型，让我们能够更好的扬长避短；了解他人的性格类型，促进我们更好的达成一致 * 重要的在于理解和完善，而非改变和对抗。 * 对你性格类型的最终判定者，就是你自己 * 你可以通过性格类型来理解和原谅自己，但是不能以此做为逃避现实的借口 * 性格中的态度和行为倾向可以发生改变，但那是一个“能量消耗”的过程。   **四、课后作业【约15分钟】**  按性格类型分为SJ 、 SP；NT、NF四个大组，小组合作完成以下内容：  1、总结每组个性特征、适合的工作、代表人物。（10分钟）  2、小组代表发言  **1、SP—天才的艺术家**  有冒险精神，反应灵敏。在任何要求技巧性强的领域中游刃有余，他们常常被认为是喜欢活在危险边缘寻找刺激的人。他们为行动，冲动和享受现在而活着。约有60% 左右SP偏好的人喜欢艺术、娱乐、体育和文学。他们被称赞为天才的艺术家。我们熟息的歌星麦当娜、兰球魔术师约翰逊、音乐大师莫扎特等都是例子。  **2、NF—理想主义者、精神领袖**  NF偏爱的人在精神上有极强的哲理性，他们善于言辩、充满活力、有感染力、能影响他人的价值观并鼓舞其激情。他们帮助别人成长和进步，具有煽动性，被称为传播者和催化剂。约有一半的人在教育界、文学界、宗教界、咨询界以及心理学、文学、美术和音乐等行业显示着他们的非凡成就。  **3、SJ—忠诚的监护人**  共性是有很强的责任心与事业心，他们忠诚、按时完成任务，推崇安全、礼议、规则和服从，他们被一种服务于社会需要的强烈动机所驱使。他们坚定、尊重权威、等级制度，持保守的价值观。他们充当着保护者、管理员、稳压器、监护人的角色。大约有50%左右SJ偏爱的人为政府部门及军事部门的职务所吸引，并且显现出卓越成就。其中在美国执政过的41位总统中有20位是SJ偏爱的人。  **4、NT—科学家、思想家的摇篮**  达尔文 、牛顿、爱迪生、瓦特这些发明家、科学家你一定不陌生吧。NT偏爱的人有着天生好奇心，喜欢梦想，有独创性、创造力、洞察力、有兴趣获得新知识，有极强的分析问题、解决问题的能力。他们是独立的、理性的、有能力的人。人们称NT是思想家、科学家的摇篮。大多数人喜欢物理、研究、管理、电脑、法律、金融、工程等理论性和技术性强的工作。  职业与工作风格：“什么类型的人适合做管理者”？尽管某些职业可能吸引大量的某些性格类型的人，但是没有证据表明16种性格类型中的任何一种不能从事任何一种工作。但是性格类型可以预示一个人的工作和管理风格，为团队建设提供信息。  SJ现实的决策者  SP适应的现实主义者  NT有逻辑性且机敏  NF热心而有洞察力  本节课主要学习了MBTI性格类型，通过课堂探索活动，同学们对自身性格有了较为深入的认识。性格没有对错之分，，在日常生活中多留意，从现在起就开始优化自身性格，使自己更加适合外部环境。 | 注解（应包含注意事项、课程思政点融入等）  **让学生上讲台复述上节课的内容。考察学生的总结能力。**  **小故事，大道理**  **通过和学生互动让学生了解性格的形成。**  **通过小故事说明每个人的性格都是独一无二的。**  **通过这个小故事让学生加深对这句话的理解。**  **性格的概念**  **通过性格测试让学生对自己的性格有一个初步的认识。**  **边讲边分析**  **通过选择判断自己是外倾还是内倾。**  **内倾外倾性格特征分析**  **通过描述判断感觉或直觉**  **感觉、直觉性格特征分析**  **通过选择判断自己是思考还是情感。**  **思考、情感性格特征分析**  **通过选择判断自己是判断还是直觉。**  **判断、知觉性格特征分析**  **小组讨论**  **总结发言**  **课堂小结**  **性格没有好坏之分，增强学生的自信心同时，能够更好理解他人。** |