

## 高校职业生涯规划需要解决的问题

- 亟待加强辅导员、就业指导工作人员的专业化、职业化建设。
- 高质量的就业目标达成需要用职业生涯规划理念提前、深度干预。
- 高校线下培训时间不好安排。
- 学校开展生涯咨询与辅导工作缺乏专业性与有效性。
- 建设特色生涯咨询室缺少专业师资力量。

### 产品 价值

1. 线上 + 线下联动，网络“在线课程”与线下“集中面授”相结合，灵活高效学习。
2. 培养专业的生涯咨询师队伍，使学校中的职业规划、就业指导师资，系统、扎实地掌握经典生涯理论和生涯规划整套助人流程，开展个体咨询。
3. 结合学校职业生涯规划教育、就业指导工作的日常工作场景和具体的学生案例情境，指导专业师资灵活运用生涯规划知识，将工具方法落地实操，更好地帮助本校学生应对时代发展的变化与挑战，提升咨询工作有效性。
4. 提升辅导员、就业指导工作人员、学工队伍人员开展一对一深度辅导的专业化工作水平，促进这支队伍的专业成长，提升工作价值感。

# 全球职业生涯规划师双证培训 (GCDF&BCF)

## 课程介绍

全球职业生涯规划师双证培训，即为“全球职业规划师（GCDF）”与“北森生涯规划师（BCF）”结合式双证培训。历经十余年本土化的实践和完善，成为生涯规划领域的风向标。

由北森生涯历经十年倾心打造的职业规划从业人员专业技能认证培训，在整合国际化理论与经验的基础上，取 Global Career Development Facilitator 又名全球职业规划师（GCDF）之精华，针对中国特色及就业背景环境进行了本土化的改善，使该认证更符合中国经济、文化、市场的特点，将生涯规划的理论与实践紧密结合起来。

综上，北森生涯整合全球合作伙伴的优势资源，立足国际化视野和本土化实践，隆重推出 GCDF&BCF 生涯规划师双证培训线上版，期望以北森生涯多年的专业基奠，立足本土、接轨国际，助力各位生涯规划师的专业起步。愿你我怀抱助人成长的良善初心，携手点亮每个中国人的生涯之路！

## 适用场景

<p><b>Scene 1</b></p> <p>大学、中学：学生职业生涯规划 and 就业指导教育</p>	<p><b>Scene 2</b></p> <p>企业员工发展：选人、用人、留人</p>	<p><b>Scene 3</b></p> <p>亲子教育</p> 	<p><b>Scene 4</b></p> <p>出国留学规划</p> 	<p><b>Scene 5</b></p> <p>职场人士：解决个人职业发展过程中遇到的具体问题</p>
--	--	---	--	--

# X + 3 版特性

给您 X 个选择的理由



## 扎实理论学习

▶ 持续 15 次沉浸式学习，理论模块步步为营，充分消化吸收；

## 丰富前沿理论

▶ 增加了更符合面向“95 后”“00 后”开展工作的后现代生涯理论，紧贴国际前沿；

## 落地场景应用

▶ 增加了 3 次，分不同群体应用落地研讨：企业端、高校端、青少年；

## 深入专题研讨

▶ 增加了不同生涯议题的专题解析模块，让学员面对个案时思路更加清晰；

## 同侪互助共学

▶ 不同视角的经验分享，吸取优秀同学作业笔记精华，互相学习共同成长；

## 老师全程陪伴

▶ 每期多位老师全程跟班，每天线上互动，更加关注每位学员的学习效果；

## 提升个人练习效果

▶ 每个模块设置思考练习，巩固阶段性知识！

# 学员评价

线上互动笔记分享



## 这门课程适合谁

### 学校职业生涯教育、就业指导工作者

- 高校职业生涯规划、就业指导老师、党委副书记、辅导员、班主任、专任教师及其他学生工作。收获生涯咨询工作的基本操作方法和工具，基于真实生涯辅导场景的解决方案。能够运用系统咨询技术和方法开展本校生涯咨询中心的一对一生涯咨询工作。

### 留学、K12 教育、英语培训等教育培训机构教学管理人员

- 系统地学习职业生涯规划相关知识掌握本土化落地实操的解决方案。解决青少年学业、成长过程中的发展性问题。收获基于真实生涯辅导场景的解决方案。能够运用系统咨询技术和方法一对一开展助人工作。

### 人力资源相关从业者

- 在组织内帮助新员工快速转换工作角色。提高员工职业适应力，降低员工流失率。
- 挖掘员工的真实需求，将员工的成长与组织的发展相统一。助力员工探索自我，发掘个人优势，提高工作效率。猎头顾问支持职场人士开展生涯规划，明晰职业发展路径，实现快速成长。

### 企业各级管理者

- 掌握自我与职业探索的方法技巧，规划自己未来的发展路径。帮助员工消除倦怠、拖延等负面工作情绪，提高团队工作效率。探求下属的真实需求，合理分配工作，激发下属的工作积极性。发掘下属的优势和短板，规划其职业路径，实现下属的高速成长。

### 有职业生涯发展困惑的职场人

- 探索自己的职业特质，发掘核心竞争力，明确职业目标、定位发展方向。突破职业瓶颈，重拾自我价值，明晰生涯愿景，螺旋式上升发展。技术岗 or 管理岗、大城市 or 回老家、国企 or 外企、薪水 or 发展.....养成自我决策能力，针对不同场景轻松做出决策。

### 想成为职业生涯规划师的专业人士

- 掌握整套生涯规划的流程与方法，具备提供咨询服务的能力。成为市场需求大、工作价值高、时间自由支配的生涯规划师。专业的生涯规划技术与过往的职业工作经验相结合，有钱又有闲，第二职业的最佳选择。

## 课程形式

**15 次 + 3 天**  
现实场景下的理论与应用 咨询技术流程学习及工具应用  
(线上学习 + 线下面授 + 个案实习 + 作业练习)

- 顶尖专家在线教学
- 行业大咖领域分享
- 线下面授模拟实战
- 在线解惑交流答疑

### 社群互助成长

- 专家在线助力学习
- 精选主题互动交流
- 一线辅导经验分享
- 专业助教全程陪伴

**结业证书 + 在线考试 + 专业认证**

- 完成线上学习颁发“线上学习结业证书”
- 完成线上 + 线下全部学习内容并通过考试颁发“BCF 证书”
- 个人实习结束且案例报告审核通过可申请认证证书

## 课程特点

### 王牌课程升级版 打造业内顶尖竞争力

GCDF&BCF 生涯规划师双证培训是历经 15 年打磨的王牌课程，是国内生涯规划师类培训之基石，在此基础上，北森生涯推出升级版线上 + 线下联动课程内容，打造职业生涯领域的顶尖竞争力，实现最具前景的职业发展和个人成长。

### 线上 + 线下联动化，掌握本土化的实践技能

GCDF X+3 版采用目前国际通行的“混合教学法”（Blended Learning），将网络“在线课程”与线下“集中面授”结合进行，根据不同模块内容特点和授课目标，线上线下内容既相互区隔又密切搭配；运用在线教学的即时与效率，使学员迅速学习职业生涯发展相关知识，结合 PBL 任务导向的小组练习，巩固所学；搭配面授课程的现场演练与讨论，将知识落实为切实可行的实操技能，达到最佳的学习效果。

### 在线学习平台，学习体系更灵活

学习平台满足一站式学习管理，记录个性化学习历程并优化学习效率。

### 体验式培训服务，全程深度陪伴

线上教学建立专属社群，学习全程深度陪伴，助教同步收集热点问题，保证老师线上投入学习。线下工作坊有讲师带领真实场景练习，实操练习过程中学习能够有效促进知识吸收和技能掌握。

### 每周主题研讨 思想碰撞经验交流

每个单元设定反思性的线上研讨，提升学习热情，同时拥有更自由、更多维的专家对话及同行交流机会，分享学习经验。

### 专业团队研发，线上导师在线答疑

北森生涯专家基于多年行业积淀，精心打造线上 + 线下联动课程。课程学习期间如有任何疑问或咨询，由线上导师第一时间给出专业解答和悉心指导。

### 一次获取双证证书

完成全部学习任务并通过考试，可获得北森生涯颁发的证书：全球职业规划师（GCDF）和北森生涯规划师（BCF），大陆地区唯一 GCDF 国际认证颁发机构，认证影响力覆盖美国、加拿大、德国、日本、韩国等 20 多个国家，行业高度认可。

## 课程价值



### 掌握生涯规划整套方法及流程，成为专业生涯规划师

学习经典生涯理论、掌握生涯规划全套流程，开始自己人生中的首次生涯咨询，并在专业督导师的帮助下，完成对首次个案咨询的总结与复盘，成为一名专业的生涯规划师。



### 多种咨询场景的本土化应用方案，解决生涯规划问题

学习如何在学校、职场、家庭等多场景下，灵活运用生涯规划知识，开展个体咨询的方式技巧。



### 运用生涯规划知识，重构职业路径成就人生

学习将生涯规划师的经验迁移至来访者身上，解决来访者的问题，并将生涯规划知识运用在指导自身职业发展。

# 课程大纲

课程进度	时间安排	课程内容	学员收获
第一天	19:30-21:00	课程内容前瞻与课程安排详解 GCDF 介绍（历史、认证背景、职业资格） 助人关系与助人角色（规划师、咨询师、教练） 生涯的基本概念及相关术语	
第二天	学习时间 自主安排 答疑时间 19:30-20:00	<b>学习录播课程：</b> 特质与人格取向理论	<ul style="list-style-type: none"> <li>掌握经典生涯理论，分析个人特质，找准职业定位，确定发展方向。</li> <li>掌握不同人群面对职场迷茫、职场倦怠和职场转型问题时的应对策略。</li> <li>理解个人与组织互动的底层逻辑，通过职业规划达到职场适应，实现与组织共赢。</li> </ul>
第三天		<b>学习录播课程：</b> 生涯测评的应用与结果分析、明尼苏达工作适应论	
第四天		<b>作业</b> 应用练习：职业定位类、生涯适应类作业二选一	
第五天	19:30-21:00	<b>直播课程：</b> 本土化应用场景	
第六天	学习时间 自主安排 答疑时间 19:30-20:00	<b>学习录播课程：</b> 发展取向理论	<ul style="list-style-type: none"> <li>拥有从宏观角度看待生涯全貌的视角，理解人生不同阶段的特征，从而全面助力个人的职业发展。</li> <li>理解不同人群在不同生涯发展阶段的关键角色和关键任务，协助个人在多种人生角色之间进行合理的精力分配。</li> </ul>
第七天		<b>学习录播课程：</b> 社会学习理论、后现代生涯理论及其应用	
第八天		<b>作业：</b> 应用练习：生涯发展、角色平衡类应用作业二选一	
第九天	19:30-21:00	<b>直播课程：</b> 本土化应用场景	
第十天	学习时间 自主安排 答疑时间 19:30-20:00	<b>学习录播课程：</b> 职业的宏观趋势、职业探索环节的工作策略	<ul style="list-style-type: none"> <li>理解个人在生涯决策中的纠结与困难，并有针对性地找到决绝路径。</li> <li>掌握获取职业信息的逻辑、框架和方法，了解当下职业变化的趋势。</li> </ul>
第十一天		<b>学习录播课程：</b> 认知信息加工理论	
第十二天		<b>作业：</b> 应用练习：决策类应用作业	
第十三天	19:30-21:00	<b>直播课程：</b> 本土化应用场景	
第十四天	学习时间 自主安排 答疑时间 19:30-20:00	<b>学习录播课程：</b> GCDF 职业道德与工作规范 咨询师的后续成长路径	<ul style="list-style-type: none"> <li>运用职业道德与工作规范为初学者保驾护航，勾画出生涯规划师成长路径，助力个人从合格的生涯从业者向资深的生涯从业者迈进。</li> </ul>
第十五天	19:30-21:00	<b>直播课程：</b> 结营：线上课总复习 + 后续学习安排	

授课方式	日程	课程内容	学员收获
线下3天实操落地 (3天, 18学时)	第一天 (上午)	生涯咨询的技术及流程	<ul style="list-style-type: none"> <li>通过生涯咨询流程和建立助人关系的练习, 学会倾听和沟通的技巧。</li> <li>探索个案问题的核心关键点, 确定咨询目标。</li> <li>通过生涯典型议题的咨询方案设计, 掌握常见的解决方案和思路。</li> </ul>
		生涯问题的探索与界定	
		生涯典型议题的咨询方案设计	
	第一天 (下午)	自我探索 (上)	<ul style="list-style-type: none"> <li>掌握协助来访者增进自我了解的实操技能。</li> <li>练习运用访谈、生涯卡牌等专业工具开展自我探索。</li> </ul>
	第二天 (上午)	自我探索 (下)	
	第二天 (下午)	职业探索	<ul style="list-style-type: none"> <li>了解不同来访者在职业探索方面的实际需求。</li> <li>熟悉面对不同需求应采取的助人方式。</li> <li>掌握职业探索的基本方式方法。</li> </ul>
		决策与行动	<ul style="list-style-type: none"> <li>学会如何整合探索所获的信息, 协助来访者根据现状做出发展决定。</li> <li>能够协助来访者建立职业生涯发展计划, 并能提高其改变动机, 促进其有效执行。</li> </ul>
		个案终止与跟进	<ul style="list-style-type: none"> <li>学会结束阶段的基本方法。</li> <li>掌握个案评估的基本方式。</li> </ul>
	第三天	巩固复盘: 线上 + 线下课程总复习	<ul style="list-style-type: none"> <li>对线上、线下整体学习内容进行复盘、梳理, 帮助把握课程核心脉络, 巩固所学。</li> </ul>
		落地生涯咨询能力: 个案实操演练	<ul style="list-style-type: none"> <li>现场实践一个完整个案: 从收集信息、界定问题、确定咨询思路, 到工具、方法实操演练, 过程中督导现场支持, 在实践中将课程所学落地应用。</li> </ul>

注: 授课内容以实际上课为准。