

中国社会科学院大学《成长生涯》课程大纲

课程基本信息 (Course Information)					
课程编号 (Course ID)	1282020069	学时 (Credit Hours)	32	学分 (Credits)	2
课程名称 (Course Name)	成长生涯				
	Career Planning and Growth of Journalism and Communication				
先修课程 (Prerequisite Courses)	《大学生发展与心理健康》				
课程简介 (Description)	<p>本课程的定位是面向新闻传播学院本科二年级学生,针对新闻学和广播电视学专业的学科特色、专业发展历史和现状、产学关系,结合管理类专业中生涯规划相关理论,运用具体案例,帮助学生培养对专业的认同感,建立生涯规划意识,扩展专业视野,启发学生结合自身实际、专业特色和学校人才培养目标,进行适合自身发展和国家社会发展需要的人生规划。</p> <p>教学内容包括三个部分:(1) 掌握生涯规划的基本理论与工具。使学生了解特质因素理论、职业锚理论、生涯彩虹理论、职业兴趣理论,以此为基础进而分析职业环境,建立生涯目标并制定行动计划。(2) 了解新闻传播相关的职业环境:包括新闻传播学专业的历史、学科建设现状、发展前景。使学生把握我国和世界历史上新闻学和广播电视学专业的发展脉络、新闻业的职业变迁、新闻传播学科建设发展,使学生有能力挖掘和剖析社会问题的底层逻辑。(3) 结合具体案例分析。围绕新闻传播专业的主要发展方向,拟邀请五位分别来自不同领域的行业专家进行课内讲座,并组织学生对讲座内容进行深入讨论,激发学生结合自身实际进行思考和转化,使学生具有切身解决问题的能力。</p> <p>本课程为专业规划类课程,课程的立意高远,目标在于助力学生的专业成长和坚定学生的理想信念。基于这一主旨,课程的内容设计紧紧围绕坚定学生理想信念,围绕职业道德理想、政治认同、家国情怀等重点方向,在课程教学中坚持以马克思主义新闻观为指导,着力引导学生将个人的学业职业和事业理想与国家发展紧密结合在一起,立大志,为构建中国特色哲学社会科学体系贡献力量。</p> <p>本课程坚持“以学生为中心”的人才培养理念,注重强化学生的问题意识和能力培养。培养学生发现问题的能力,并能够围绕理论反观自身,建立符合自身专业特色和个人实际的规划体系。课程旨在通过讲授、研讨、小组活动、交流等启发式教学方式,促进学生更好地认识自我,认识专业与社会、国家发展的关系,建立对生涯规划的基本认知,提高解决相关问题的能力,以良好的状态完成大学学业,为未来发展打好底色。本课程的目标是使学生了解专业发展脉络和生涯规划的基本议题,并能够运用生涯规划相关理论工具,在专业认知和个人自我认知的基础上,能做出符合国家社会发展需求和具有个人能动性的学业、职业和生涯规划。</p> <p>本课程也不断创新教学模式,探索更加有效率和效果的学习方法,拟结合学科专业特点,邀请专业内不同发展领域的专家进行课内讲座,通过专家本人的生涯经历的实例,帮助学生更直观地感受专业和职业发展脉络,给学生以启发,而课堂并不止步于讲座分享,课堂上进一步运用这些个案进行讨论和案例分析,激发学生结合自身实际进行思考转化。同时,采用专题的方式,筛选出重要文献,让学生阅读并讲解,使学生能够理解如何将在本课程中学到的理论、方法。</p>				
课程简介	The orientation of this course is for the sophomore students of Journalism & Communication , aiming at the				

(Description)	<p>discipline characteristics, professional development history and status quo, and the relationship between industry and education, based on the relevant theories of career planning in management major, this course uses specific cases to help students cultivate their professional identity, establish their awareness of career planning, and expand their professional horizons, inspire students to combine their own reality, professional characteristics and the goal of talent training, to adapt to their own development and national social development needs of life planning.</p> <p>The teaching content includes three parts: (1) to master the basic theory and tools of career planning. To make students understand trait factor theory, career anchor theory, Career Rainbow Theory and career interest theory, then analyze career environment, establish career goal and make action plan. (2) the analysis of the professional environment related to journalism and communication cannot be separated from the in-depth understanding of the history, the status quo of discipline construction and the development prospects of journalism and communication. To enable students to understand the history of the development of journalism and radio and television, professional changes in journalism, the construction and development of the discipline of journalism and communication, the basic laws, to be able to use these laws to solve social phenomena, enable students to explore and analyze the underlying logic of social issues. (3) combined with specific case analysis. In the light of the major development directions of the journalism and communication major, it is proposed to invite five industry experts from different fields to give in-class lectures, and to organize students to have in-depth discussions on the contents of the lectures, stimulate students to think and transform with their own reality, so that students have the ability to solve problems.</p>		
教材 (Textbooks)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 《生涯规划与管理》，李家华主编，上海交通大学出版社 2012 年 12 月第 3 版，书号 9787313076854； 2. 《职业生涯发展与规划》，罗伯特·里尔登（著），候志瑾（译），中国人民大学出版社 2016 年 4 月第 1 版，书号 9787300227559。 		
参考资料 (Other References)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 《大学生职业发展与就业指导》，李家华、雷玉梅、黄杰主编，高等教育出版社 2022 年 10 月第 1 版，书号 9787040591132； 2. 《大学生职业生涯规划与发展》，苏文平，中国人民大学出版社 2019 年 7 月第 1 版，书号 9787300270791； 3. 《职业锚：变革时代的职业定位与发展》，埃德加·沙因、约翰·曼陀（著），陈德金、冯展（译），电子工业出版社 2016 年 9 月第 4 版，书号 9787121297052； 4. 《以新闻为业：当代中国调查记者的职业意识研究》，白红义，上海交通大学出版社 2013 年 1 月第 1 版，书号 9787313103055； 5. 《如何在大学学习》，沃尔特·鲍克、罗斯·欧文斯（著），清浅（译），天津科技出版社 2020 年 12 月第 1 版，书号 9787557686680； 6. 《学者的术与道》，李连江著，上海交通大学出版社 2022 年 4 月第 1 版，书号 9787313266248； 7. 《日常生活中的自我呈现》，戈夫曼（著），冯钢（译），北京大学出版社 2022 年 5 月第 2 版，书号 9787301329771。 		
课程类别 (Course Category)	<input type="checkbox"/> 公共基础课/全校公共必修课 <input type="checkbox"/> 通识教育课 <input type="checkbox"/> 专业基础课 <input type="checkbox"/> 专业核心课/专业必修课 <input checked="" type="checkbox"/> 专业拓展课/专业选修课 <input type="checkbox"/> 其他_____		
授课对象 (Target Students)	新闻学和广播电视学专业本科生	授课模式 (Mode of Instruction)	<input type="checkbox"/> 线上 <input type="checkbox"/> 教学平台_____ <input checked="" type="checkbox"/> 线下 <input type="checkbox"/> 混合式 <input type="checkbox"/> 融合式 <input type="checkbox"/> 其他 <input type="checkbox"/> 实践类（70%以上学时深入基层）

开课部门 (School)	新闻传播学院		授课语言 (Language of Instruction)	<input checked="" type="checkbox"/> 中文 <input type="checkbox"/> 全外语_____ <input type="checkbox"/> 双语：中文+_____ (外语讲授不低于 50%)		
授课教师信息 (Teacher Information)	课程负责人 姓名及简介	课程负责人：毕琳 中国社会科学院大学新闻传播学院党总支副书记、讲师。长期从事青少年与媒介文化方面的研究。				
	团队成员 姓名及简介	无				
学习目标 (Learning Outcomes)	课程教学在培养学生知识、能力、素质等方面的贡献。 1. 认知领域：帮助学生了解生涯规划和自我认识的基础理论，并学会分析职业环境、建立生涯目标和制定相应的行动计划。使学生掌握新闻传播学科发展的历史脉络、学科发展现状和发展前景，结合专业背景对职业环境进行分析，通过行业领域专家讲座，对职业环境有更形象和直观的认识。 2. 情感领域：紧紧围绕坚定学生理想信念，围绕职业道德理想、政治认同、家国情怀等重点优化课程思政内容供给，在课程教学中坚持以马克思主义为指导，着力引导学生将个人的学业职业和事业理想与国家发展紧密结合在一起，立大志，为构建中国特色哲学社会科学体系贡献力量。 3. 技能领域：训练学生结合本专业特点和运用生涯规划的技能技巧，进行自身的规划提高学生对传播现象的洞察力、理解力，提高他们分析问题与解释问题的能力。开拓知识视野，提升思维能力，提高学生对表象的穿透力和对事物的洞察力，提高他们分析问题与解释问题的能力使学生能够应用生涯规划理论与方法设计。					
考核方式 (Grading)	本课程的考核由过程考核和期末考核两部分构成： 1.过程考核（占 50%）：包含两部分，第一是平时作业：需要同学们找一位自己感兴趣的领域的前辈，至少有三年或以上相关行业的工作经历，完成对这个人的深度采访并形成至少两千字的文字稿（如果有照片和视频作品可酌情加分），平时作业占总成绩的 30%；第二是平时考勤，考勤占总成绩的 20%。 2.期末考核（50%）：根据授课内容，结合自身实际，撰写一份 3000-5000 字的生涯报告，至少应该包含自我认知、职业环境分析和个人学业、职业、事业规划三部分，本报告的成绩占总成绩的 50%。					
课程教学计划 (Teaching Plan) 填写规范化要求见附件						
周次	周学时	其中				教学内容摘要 (必含章节名称、讲述的内容提要、实验的名称、教学方法、课堂讨论的题目、阅读文献参考书目及作业等)
		讲授	实验课	习题课	课程讨论 其他环节	
第一周	2	2				第一讲：导论 第一节：课程总体思路与框架，生涯规划基础理论概述 第二节：新闻传播专业学科背景知识介绍、课程教学安排、要求，课程考核与管理 教学方法：课堂讲授、小组讨论 阅读文献： 1. 《生涯规划与管理》，李家华主编，上海交通大学出版社 2012 年 12 月第 3 版。 讨论题目：在大学学习什么？学习又为了什么？读了大学的你跟身

					<p>边没有读大学的同龄人有什么不一样？</p> <p>作业：入学以来关于专业学习有哪些困惑，可以以邮件方式发送给任课老师，字数不限。</p>
第二周	2	2			<p>第二讲：学业、职业、事业规划三者之间的关系</p> <p>第一节：何为学业、职业和事业</p> <p>第二节：学业和职业规划的关系</p> <p>教学方法：课堂讲授、案例教学、小组讨论</p> <p>阅读文献：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 《生涯规划与管理》，李家华主编，上海交通大学出版社 2012 年 12 月第 3 版； 2. 朱光潜：《学业、职业、事业》，载《中央周刊》5 卷 49 期，1943 年 7 月。 3. 朱光潜：《给青年的十二封信》，人民文学出版社 2018 年 9 月第 1 版。 <p>讨论题目：你更倾向于从事和学业相符的职业还是与学业不相符的职业？</p> <p>作业：阅读《学业、职业、事业》一文并撰写读后感，字数不限，以邮件方式发送。</p>
第三周	2	2			<p>第三讲：学业规划</p> <p>第一节：大学的学习方法和阅读方法</p> <p>第二节：学术研究的基础和方法</p> <p>阅读文献：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 《如何在大学学习》，沃尔特·鲍克、罗斯·欧文斯（著），清浅（译），天津科技出版社 2020 年 12 月第 1 版。 2. 《如何阅读一本书》，[美]莫提默·J·艾德勒、查尔斯·范多伦（著），商务印书馆。 3. 程猛：《“读书的料”及其文化生产》，中国社会科学出版社。 <p>讨论题目：在你过往的求学经历中，最为有效的学习方法？</p> <p>作业：阅读《如何阅读一本书》并撰写读后感，字数不限，请以邮件方式发送。</p>
第四周	2	2			<p>第四讲：生涯规划的学业基础</p> <p>第一节：世界新闻传播专业教育发展的历史</p> <p>第二节：我国新闻传播专业的发展与现状</p> <p>教学方法：课堂讲授、案例教学、小组讨论</p> <p>阅读文献：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 张昆（主编）：《中国新闻传播教育年鉴（2021）》，武汉大学出版社 2021 年 12 月第 1 版。 2. 《如何在大学学习》，沃尔特·鲍克、罗斯·欧文斯（著），清浅（译），天津科技出版社 2020 年 12 月第 1 版。 <p>讨论题目：你为什么会选择新闻学（或广播电视学）这个专业？</p> <p>作业：制定一个本学期的学业计划，字数不限，以邮件方式发送。</p>
第五周	2	2			<p>第五讲：新闻传播专业的学术规划路径</p> <p>第一节和第二节：以具体个案来新闻传播类专业的学术成长之路（拟邀请学界专家课内讲座）</p> <p>教学方法：课堂讲授、案例教学、小组讨论</p> <p>阅读文献：</p>

						<p>1. 《学者的术与道》，李连江著，上海交通大学出版社 2022 年 4 月第 1 版。</p> <p>讨论题目：专家的成长路径中对你有哪些启发？你觉得哪些经验可以借鉴？</p> <p>作业：制定自己本科阶段的学术规划，字数不限，以邮件方式发送。</p>
第六周	2	2				<p>第六讲：生涯理论的学习与实践</p> <p>第一节：生涯规划的基本理论</p> <p>第二节：职业环境和生涯目标</p> <p>教学方法：课堂讲授、案例教学、小组讨论</p> <p>阅读文献：</p> <p>1. 《职业生涯发展与规划》，罗伯特·里尔登（著），候志瑾（译），中国人民大学出版社 2016 年 4 月第 1 版。</p> <p>2. 《职业锚：变革时代的职业定位与发展》，埃德加·沙因、约翰·曼陀（著），陈德金、冯展（译），电子工业出版社 2016 年 9 月第 4 版。</p> <p>讨论题目：你选择一份工作最看重的是什么？</p> <p>作业：绘制一张自己的生涯彩虹图，请以邮件方式发送。</p>
第七周	2	2				<p>第七讲：生涯规划从自我认知开始</p> <p>第一节：社会学的自我认知</p> <p>第二节：职业视角的自我认知（自我认知理论、人格的自我认知、兴趣的自我认知、专业的自我认知）</p> <p>教学方法：课堂讲授、案例教学、小组讨论</p> <p>阅读文献：</p> <p>1. 董晨宇：《当戈夫曼遇到互联网：社交媒体中的自我呈现与表演》，《新闻与写作》2018 年第 1 期。</p> <p>2. 翟学伟：《中国人的日常呈现：面子与人情的社会学研究》，南京大学出版社。</p> <p>3. 郑雅君：《金榜题名之后：大学生出路分化之谜》，上海三联书店。</p> <p>讨论题目：</p> <p>你在自己的社交媒体平台上有人设吗，如果有在不同的平台上的人设有区别吗（微博、微信、QQ、小红书、抖音……）？</p> <p>这个人设和你自己的真实自我有区别吗？</p> <p>作业：你对自己满意吗，满意在哪？不满意之处在哪？</p>
第八周	2	2				<p>第八讲：职业能力与兴趣</p> <p>第一节：职业气质、性格和能力</p> <p>第二节：职业兴趣理论与职业价值观</p> <p>阅读文献：</p> <p>1. 《把自己作为方法》，项飏，上海文艺出版社。</p> <p>2. 《岂不怀归：三和青年调查》，田丰，海豚出版社。</p> <p>3. 《毫无意义的工作》，大卫·格雷伯（著），中信出版集团。</p> <p>讨论题目：职业是如何塑造不同性格的人？</p> <p>作业：结合职业兴趣理论，分析你自己的职业兴趣。字数不限，请以邮件方式发送。</p>

第九周	2			2	五一劳动节法定假期调课，计划择期安排学生外出参观学习（拟定为与专业相关的媒体机构）
第十周	2	2			<p>第十讲：职业角色、职业目标与职业环境</p> <p>第一节：职业角色和职业目标</p> <p>第二节：新闻传播专业相关职业环境分析</p> <p>教学方法：课堂讲授、案例教学、小组讨论</p> <p>阅读文献</p> <p>1. 白红义：《以新闻为业：当代中国调查记者的职业意识研究》，上海交通大学出版社 2013 年 1 月第 1 版。</p> <p>2. 路鹏程：《中国近代公雇访员与专职记者的新陈代谢以 1920—1930 年代上海新闻业为中心的讨论》，《新闻与传播研究》。</p> <p>讨论题目：课堂分组进行职业性格测试（MBTI）并讨论</p> <p>作业：采访你的职业偶像（如果采访到本人有困难，可以通过互联网搜集职业偶像的信息），字数不限，请以邮件发送。</p>
第十一周	2	2			<p>第十一讲 新闻传播专业的职业规划</p> <p>第一节和第二节：以具体个案来新闻传播类专业的专业成长之路（拟邀请业界专家课内讲座）</p> <p>参考书目：</p> <p>1. 何盈：《微光——一个央视记者的采访手记》，红旗出版社。</p> <p>讨论题目：业界专家的成长路径中对你有哪些启发？你觉得哪些经验可以借鉴？</p> <p>作业：制定自己本科阶段的专业实践计划，字数不限，以邮件方式发送。</p>
第十二周	2				<p>第十二讲：事业规划与理想价值</p> <p>第一节：高等教育与社会科学研究理想价值</p> <p>第二节：新闻教育的理想与价值观</p> <p>教学方法：课堂讲授、案例教学、小组讨论</p> <p>阅读文献：</p> <p>1. 龙平平：《觉醒年代》，安徽人民出版社，2021 年 12 月第 1 版。</p> <p>2. 米尔斯（著），陈强、张永强（译）：《社会学的想象力》，三联书店出版社 2016 年 10 月第 4 版。</p> <p>讨论题目：你最理想的职业是？为什么？字数不限，以邮件方式发送。</p>
第十三周	2				<p>第十三讲：就业指导、政策解读、就业形势分析</p> <p>第一节：国家、北京市的就业政策指导</p> <p>第二节：本专业和行业就业形势分析与案例</p> <p>教学方法：课堂讲授、案例教学、小组讨论</p> <p>阅读文献：</p> <p>1. 《大学生职业发展与就业指导》，李家华、雷玉梅、黄杰主编，高等教育出版社 2022 年 10 月第 1 版</p> <p>讨论题目：社科大的本科生是否要做生涯规划，你对未来的规划是学术的道路还是其他道路？</p> <p>作业：整理一份自己的学术简历和求职简历。请以邮件方式发送。</p>

第十四周	2	1		1	<p>第十四讲：就业指导实战</p> <p>第一节：求职信息收集、材料准备、技巧训练</p> <p>第二节：模拟面试</p> <p>教学方法：案例教学、小组讨论</p> <p>阅读文献：</p> <p>1. 《我们如何思维》，杜威（著），新华出版社 2015 年第 2 版。</p> <p>讨论题目：课堂模拟面试环节中每位展示同学各有哪些优缺点？</p> <p>作业：你自己的面试中，有哪些值得改进之处。字数不限，请以邮件发送。</p>
第十五周	2	1		1	<p>第十五讲：创新创业的理论与实践</p> <p>第一节：培育创业精神和创新精神</p> <p>第二节：以具体个案来新闻传播类专业的专业成长之路（拟邀请新闻传播领域创业专家课内讲座）</p> <p>教学方法：课堂讲授、案例教学、小组讨论</p> <p>阅读文献：</p> <p>1. 《我们如何思维》，杜威（著），新华出版社 2015 年第 2 版。</p> <p>讨论题目：到底是什么，决定了一个人一生的职业轨迹？</p> <p>作业：你有创业的计划 and 打算吗？创业专家讲座对你的启发？字数不限，请以邮件发送。</p>
第十六周	2	1		1	<p>第十六讲：总结与分享</p> <p>第一节：对本学期授课内容的回顾与总结</p> <p>第二节：小组展示与答疑</p> <p>教学方法：课堂讲授、案例教学、小组讨论</p> <p>阅读文献：</p> <p>1. 《我们如何思维》，杜威（著），新华出版社 2015 年第 2 版。</p> <p>讨论题目：到底是什么，决定了一个人一生的职业轨迹？</p> <p>作业：你对本学期课程的感受和建议意见。字数不限，请以邮件发送。</p>
总计	3 2	2 7		3	2
备注（Notes）					