



## 2025-2026学年 生涯发展课程

生涯发展初级课程 大一、大二学生	<p><b>导论课</b></p> <p><b>大学生生涯发展</b> ——从职业发展老师视角的剖析</p>	<p>秋季学期（十一月）举办，无需报名</p> <p>共计两场，内容一致，选择任意场次参加</p>	<p>第一场：11月13日 19:00-20:00，知新楼110 第二场：11月20日 19:00-20:00，知新楼110</p> <p>关注CPDO官网、活动邮件及微信公众号推送</p>
	<p><b>职业篇</b></p> <p>初步了解职业兴趣，助力专业选择</p>	<p>春季学期（1月-5月）举办，无需报名</p> <p>课程内容：职业兴趣与专业选择</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 可根据自身时间选择课程参与</li> <li>· 如已参加相关课程，无需重复参加</li> <li>· 关注CPDO邮件通知，获得课程信息</li> </ul>
	<p><b>升学篇</b></p> <p>了解海外升学基础知识，提前做好规划</p>	<p>春季学期（1月-5月）举办，无需报名</p> <p>课程概览：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 海外升学知识科普</li> <li>· 升学要素及时间线规划</li> <li>· 标化考试准备（面向大二开设）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 可根据自身时间选择课程参与</li> <li>· 如已参加相关课程，无需重复参加</li> <li>· 关注CPDO官网升学讲座板块、活动邮件及微信公众号推送，获得课程信息</li> </ul>
生涯发展高级课程 大三 & 研一学生 大四 & 研二学生	<p><b>职业篇</b></p> <p>大三&amp;研一：掌握职业发展核心思维、必备技能与素养，准备暑期实习</p> <p>大四&amp;研二：辅助秋招，查漏补缺</p>	<p>秋季学期：“早起鸟”暑期实习训练营 10月-12月，无需报名</p> <p>课程内容涵盖：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 职业兴趣探索</li> <li>· 求职技能（简历、个人面试、小组面试）</li> <li>· 职场沟通礼仪</li> <li>· 行业技能</li> <li>· 案例面试</li> <li>· 行业探索</li> <li>· Offer沟通与选择（仅面向毕业班学生）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 春秋季学期课程内容一致，参与一次即可</li> <li>· 关注CPDO邮件通知，获得课程信息</li> </ul>
		<p>春季学期：职业发展精选核心课 1月-5月，无需报名</p> <p>课程内容涵盖：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 职业兴趣探索</li> <li>· 求职技能（简历、个人面试）</li> <li>· 职场沟通礼仪</li> <li>· Offer沟通与选择（仅面向毕业班学生）</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 春秋季学期课程内容一致，参与一次即可</li> <li>· 关注CPDO邮件通知，获得课程信息</li> </ul>
	<p><b>升学篇</b></p> <p>大三&amp;研一：了解申请流程，定向申请准备 大四&amp;研二：助力升学申请，优化申请策略</p>	<p>秋季学期：“专家指路”升学系列课程 9月-10月，无需报名</p> <p>课程内容涵盖：</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· 申请季时间线安排</li> <li>· 留学网申流程</li> <li>· 文书写作要点</li> <li>· 升学面试准备</li> <li>· 博士申请要点</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 可根据自身时间选择课程参与</li> <li>· 如已参加相关课程，无需重复参加</li> <li>· 关注CPDO官网升学讲座板块、活动邮件及微信公众号推送，获得课程信息</li> <li>· 本学期讲座安排见： <a href="https://career.cuhk.edu.cn/news/view/tag/kcjs">https://career.cuhk.edu.cn/news/view/tag/kcjs</a></li> </ul>

\* 一年制研究生：请参考研二同学课程安排

\* 博士生：毕业前一年请参考研一课程，应届毕业生请参考研二课程

\* International Students: Please stay tuned to the emails regarding CPDO International Student Career Development Courses (Career Interests, Job-seeking Skills, Further Study Application, Job Opportunities in China).