

МАТРИЦА КАРЬЕРЫ

МОДУЛЬ «ДРАЙВ»

для учеников 9-х классов

Одни из самых важных вопросов, которые задают себе подростки на пороге «взрослой» жизни:

Какое мое будущее?

В какой профессии я добьюсь большего?

Как воплощать задуманное и быть успешным?

Как правильно готовиться и сдавать экзамены?

Как сохранять уверенность в сложных и конфликтных ситуациях?

Задача модуля «ДРАЙВ» - помочь найти ответы на эти вопросы.

Особенностью программы является то, что ведут ее не только профессиональные психологи, но и практики (бизнес-тренеры, специалисты по управлению персоналом, финансисты, специалисты по маркетингу и рекламе), работающие в крупных компаниях города. У студентов будет возможность потренироваться в прохождении собеседования в кадровом агентстве, отработать коммуникативные навыки в настоящих переговорных поединках.

Цели программы:

- помочь с профессиональным самоопределением
- познакомить с современными технологиями проведения собеседований при приеме на работу
- познакомить со спецификой актуальных бизнес-профессий
- сформировать системное представление об эффективных способах самоуправления
- развить лидерский потенциал
- дать основы самоорганизации при подготовке к экзаменам (целеполагание, планирование, контроль за выполнением плана, управление временем)
- вооружить техниками и приемами управления эмоциональным состоянием
- развить навыки уверенного поведения в сложных ситуациях (на экзамене в т.ч.)
- составить личный план развития

Результаты обучения:

- **знание** своих профессиональных предпочтений, технологий планирования, стратегий преодоления стресса, коммуникативных стилей и стратегий
- **умение** уверенно проходить собеседование, планировать личное развитие, ставить профессиональные цели, выделять приоритеты, управлять коммуникацией, эффективно взаимодействовать в команде, планировать подготовку к экзаменам

Форма обучения: тренинги-мастерские (по 4 академических часа 1 раз в неделю)

Продолжительность программы: 128 академических часов.



Учебно-тематический план:

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов
1.	Тренинг командообразования (Вводное занятие) <ul style="list-style-type: none"> • Отличие команды от группы • Правила командной работы • Принципы взаимодействия в команде <i>Актуальная оценка уровня компетенций студентов</i>	4
Управление коммуникацией в команде		
2.	Управление коммуникацией и лидерство <ul style="list-style-type: none"> • Коммуникативные стили и стратегии • Определение интересов и позиций, постановка целей в коммуникациях • Навыки невербальной коммуникации • Навыки вербальной коммуникации: <ul style="list-style-type: none"> - Навыки активного слушания - Навыки получения информации - Навыки формулировки предложений - Навыки аргументации • Навыки обратной связи в коммуникации • Лидерство в команде <ul style="list-style-type: none"> - Роли лидера в команде, командные роли - Стили лидерства - Ответственность лидера в командном достижении результатов 	8
3.	Управление конфликтами в команде <ul style="list-style-type: none"> • Основные понятия конфликта. Стратегии поведения в конфликте • Типы конфликтных личностей • Механизмы возникновения конфликтов (основные конфликтные ситуации со сверстниками) • Прогнозирование конфликтов • Анализ конфликтов • Выявление мотивации оппонентов • Стратегии предотвращения развития и разрешения конфликтов • Регулирование конфликта • Преодоление конфликта 	8
4.	Ведение переговоров <ul style="list-style-type: none"> • Техники эффективных переговоров: психологические ловушки в переговорах, установление контакта, ориентация в партнёре, формулировка позиции, аргументация и контраргументация • Техники жёстких переговоров: имидж, убеждение, внушение • Практикум: переговорные поединки 	8
5.	Переговорные поединки	4
Управление карьерой		
6.	Знакомство с актуальными бизнес-профессиями <ul style="list-style-type: none"> • Обзор рынка труда • Рынок труда, Участники рынка труда, механизмы, управляющие рынком Актуальные профессии, профессии будущего • Временная работа, варианты подработки для несовершеннолетних. 	4
7.	Успешное собеседование <ul style="list-style-type: none"> • Понятие профессиональных компетенций • Виды собеседований • Стратегия и тактика проведения собеседований • Диагностика при проведении собеседования, виды оценки • Резюме, анкета • Уверенное поведение на собеседовании • Инструменты самопродвижения на рынке труда 	8

8.	Профориентационная сессия <ul style="list-style-type: none"> • Понятие карьеры, этапы развития карьеры • Диагностика предпринимательских, управленческих способностей • Диагностика способностей и предпочтения к той или иной профессиональной деятельности, анкетирование, тестирование, личные беседы. • Практикум: выполнение наиболее типичных профессиональных задач 	12
Life - менеджмент: управление личным развитием		
9.	Ориентация на успех <ul style="list-style-type: none"> • Успех и успешность • Стратегии успешных людей • Убеждения, установки, ценности – вектор успеха • Проактивное и позитивное мышление • Имидж успешного человека • Формулирование миссии и видения <i>Промежуточная оценка уровня компетенций</i>	8
10.	Планирование личного развития <ul style="list-style-type: none"> • Целеполагание • Техники постановки целей для достижения успеха • Проработка личных целей • барьеры, помехи и технологии их преодоления на пути к цели • Составление личного плана развития и плана развития карьеры 	8
11.	Управление временем и личная эффективность <ul style="list-style-type: none"> • Параметры анализа тайм-эффективности • Личный временной стиль • Расстановка приоритетов • Соотношение целей и времени • Инструменты управления временем • Ловушки и резервы времени • Практикум: создание плана подготовки к экзамену, конференции, реферату 	8
12.	Принятие решений <ul style="list-style-type: none"> • Поиск вариантов для решения • Прогнозирование последствий, оценка рисков • Технологии принятия решений • Оценка принятых решений • Ответственность за принятые решения 	8
13.	Влияние и противостояние влиянию <ul style="list-style-type: none"> • Установки, стереотипы и приоритеты, влияющие на формирование независимой позиции • Влияние и манипуляции: используемые технологии (внешние источники: реклама, PR), коммуникативные манипуляции • Противостояние влиянию, умение говорить «нет» 	8
14.	Тренинг уверенного поведения в сложных ситуациях (управление стрессом и эмоциями на экзаменах, собеседованиях, конференциях) <ul style="list-style-type: none"> • Составляющие уверенного поведения • Самооценка и уверенность • Симптомы стресса • Технологии управления негативными состояниями (страх, волнение...) • Определение зон успешности и зон роста • Отработка уверенного поведения, • Развитие позитивного мышления • Технологии самомотивации и самоподкрепления • Последний день перед экзаменом: программа действий • Уверенное поведение на экзамене 	12
15.	Публичные выступления <ul style="list-style-type: none"> • Подготовка к публичному выступлению (цели, план, содержание, состояние) • Управление состоянием при публичном выступлении • Техники речи • Словесная импровизация (или что делать, если забыл ответ) 	8
16.	Подготовка личного и профессионального плана развития	8
Ассесмент-Центр (итоговая оценка уровня компетенций)		4
Итого: 128 академических часов		