БИЗНЕС-ШКОЛА B2YOU®

Matrix career® your start in life

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) • Отличие команды от группы • Правила командной работы • Принципы взаимодействия в команде *Актуальная оценка уровня компетенций студентов*	4
	Управление коммуникацией в команде	
2.	**Управление коммуникацией и лидерство** • Коммуникативные стили и стратегии • Определение интересов и позиций, постановка целей в коммуникациях • Навыки невербальной коммуникации • Навыки вербальной коммуникации: - Навыки активного слушания - Навыки получения информации - Навыки формулировки предложений - Навыки аргументации • Навыки обратной связи в коммуникации • Лидерство в команде - Роли лидера в команде, командные роли - Стили лидерства - Ответственность лидера в командном достижении результатов	8
3.	**Управление конфликтами в команде** • 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** • 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** • 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** • 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** • 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** • Успех и успешность • Стратегии успешных людей • Убеждения, установки, ценности – вектор успеха • Проактивное и позитивное мышление • Имидж успешного человека • Формулирование миссии и видения *Промежуточная оценка уровня компетенций*	**8**
10.	**Планирование личного развития** • 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** • 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** • Поиск вариантов для решения • Прогнозирование последствий, оценка рисков • Технологии принятия решений • Оценка принятых решений • Ответственность за принятые решения	**8**
13.	**Влияние и противостояние влиянию** • 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) • 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** • 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**
Ассессмент-Центр (итоговая оценка уровня компетенций)		**4**
		Итого: 128 академических часов