

## ПРОГРАММА ОБУЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЕКТА

## «УСПЕШНАЯ КАРЬЕРА»

## Пояснительная записка

Данная рабочая программа рассчитана на студентов и выпускников ВУЗов и СУЗов.

**Цели проекта:** совершенствование и (или) получение новых знаний в области развития личных и профессиональных компетенций, необходимых для успешного трудоустройства на работу и карьерного роста; приобретение практических навыков (умений) применения методов и технологий эффективного трудоустройства.

- Приобретение и развитие профессиональных и личных компетенций молодых специалистов, необходимых для эффективного трудоустройства;
- Формирование банка резюме молодых специалистов;
- Помощь в трудоустройстве выпускников АО.

**Задачи проекта:**

- развитие личностных качеств участников, реализация потенциала личности
- формирование у студентов профессиональных качеств востребованного молодого специалиста;
- создание стратегии личного продвижения на рынке труда каждым из участников проекта.
- содействие в профессиональной адаптации выпускников и студентов ВУЗов и СУЗов.

**Стоимость обучения** – 5 000 рублей (весь курс)

**Срок обучения** – 72 часа (5-6 месяцев - 1 раз в неделю; либо 3 месяца по 2 раза в неделю)

**Форма обучения** – очное (групповое) обучение

**Содержание программы:**

№	Модуль	Краткое описание модуля	Ожидаемые результаты	Кол-во часов
1	Саморазвитие	Личностное развитие участника (способности, навыки лидерского поведения, компетенции взаимодействия и реализация творческого потенциала личности)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Навык планирования своего времени</li> <li>- Навык постановки перед собой конкретный целей и их достижения</li> <li>- Навык успешного совмещения карьеры и личной жизни</li> </ul>	14
2	Эмоциональный интеллект	Эмоциональная саморегуляция (анализ, контроль, управление и профилактика эмоциональных состояний)	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Навык контролирования своих эмоций</li> <li>- Навык постановки перед собой конкретный целей</li> <li>- Навык снятия стресса и синдрома хронической усталости</li> </ul>	10
3	Эффективные коммуникации	Технологии эффективных коммуникаций (структура и средства общения, условия и технологии эффективной коммуникации, барьеры общения, конструктивное взаимодействие).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Навык разрешения межличностных конфликтов</li> <li>- Навык грамотного изложения своих мыслей</li> <li>- Навык ведения переговоров</li> </ul>	16

4	Самомаркетинг	Эффективная самопрезентация (стратегии и техники). Навыки создания резюме, профессионального портфолио. Имиджеология. Практические аспекты формирования имиджа. Стратегии формирования и развития делового имиджа. Личный брендинг.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Навык создания собственного бренда</li> <li>– Навык составления резюме и профессионального портфолио</li> <li>– Навык успешного выступления перед публикой</li> <li>– Правила прохождения собеседования</li> </ul>	16
5	Профессиональные ресурсы	Коллектив и личность (навыки эффективной адаптации и конструктивного взаимодействия в коллективе). Основы конфликтологической компетентности. Адаптация в коллективе.	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Знания о корпоративной культуре</li> <li>– Знания правил приема на работу</li> <li>– Знания о требованиях работодателей к молодым специалистам</li> </ul>	16

### Учебно-тематический план проекта «Успешная карьера»:

№	Тема	Краткая аннотация	Кол-во часов
<b>Модуль №1 «Саморазвитие»</b>			
<i>Встреча с работодателем на тему: «Почему работодателю важно, чтобы работник занимался саморазвитием»</i>			
1	Лекция-тренинг «Как перестать бояться и начать делать? Целеполагание»	Лекция-тренинг, направленная на повышение качества навыков самомотивации и определение методов работы со страхами. Получение участниками навыков постановки целей и методов их достижения.	2
2	Лекция - тренинг «Планирование карьеры»	Лекция-тренинг, направленная на знакомство участников с основными принципами формирования внутренней готовности обучающихся к осознанному и самостоятельному планированию профессионального пути.	2
3	Лекция-тренинг «Управление жизнью. Как совместить успешную карьеру и личную жизнь? Тайм-менеджмент»	Лекция-тренинг, направленная на интересы тех, кто хочет быть успешным, счастливым, любимым. Помощь в поиске решений для начала и развития карьеры, оптимизации работы, налаживания отношений с коллегами, достижения материального благополучия, социальной реализации и пр.	4
4	<b>Итоговое практическое занятие модуля</b>	Практическая работа: «Личностно-профессиональная эффективность при построении карьеры» (практические задания, упражнения, диагностика и кейсы по изученным темам модуля)	2
<b>Модуль №2 «Эмоциональный интеллект»</b>			
<i>Встреча с работодателем на тему: «Какое значение в профессиональной деятельности имеет управление эмоциональным интеллектом»</i>			
5	Лекция-тренинг «Эмоциональная саморегуляция»	Лекция-тренинг, направленная на умение распознавать эмоциональные состояния и чувства свои и собеседника, конструктивно выражать собственные негативные эмоции, адекватно реагировать на критику и негативные эмоции собеседника	2

6	Тренинг «Стресс-менеджмент»	Тренинг, направленный на знакомство с уникальными способами снятия стресса и синдрома хронической усталости. Управление эмоциональными ресурсами с целью повышения собственной эффективности.	2
7	Тренинг «Эмоциональная компетентность в профессиональной деятельности»	Тренинг направлен на осознание и саморегуляцию эмоциональных состояний, профилактику негативных эмоций в профессиональной деятельности. Эмоциональные ресурсные техники (проявление эмпатии, проявление уважения, навыки вовлечения, проявление открытости, проявление поддержки).	2
8	<b>Итоговое практическое занятие модуля</b>	Практическое задание «Эмоциональная зрелость» (упражнения, диагностика и кейсы по изученным темам модуля)	2
<b>Модуль №3 «Эффективные коммуникации»</b>			
<i>Встреча с работодателем на тему: «Как коммуникации помогают достигать целей компании»</i>			
9	Лекция «Личностно-профессиональная коммуникация. Деловой этикет»	Лекция, направленная на приобретение навыков эффективного общения. Оценка уровня общительности. Изучение основных правил деловой культуры, начиная от внешнего вида, заканчивая деловой встречей.	2
10	Лекция-тренинг «Конфликтология. Как стать своим в новом коллективе»	Лекция-тренинг, направленная на изучение технологии разрешения конфликтов. Задача - получение необходимых знаний о межличностных конфликтах и способах их разрешения. Занятие поможет участникам найти подход к новому коллективу и сделать вхождение в коллектив комфортным и продуктивным. Законы эффективной адаптации	4
11	Лекция «Русский язык как инструмент успеха. Письменная коммуникация. Стандарты деловой переписки»	Лекция, направленная на усовершенствование владением русского языка, а в частности делового стиля письма и речи. Цели занятия: познакомить участников с правилами написания деловых писем	4
12	<b>Итоговое практическое занятие модуля</b>	Практическое задание «Коммуникационный самоменеджмент» (упражнения, диагностика и кейсы по изученным темам модуля)	2
<i>Экскурсия к работодателю с целью знакомства с технологическим процессом (ООО ПКФ «Карон»</i>			
<b>Модуль №4 «Самомаркетинг»</b>			
<i>Встреча с работодателем на тему: «Какие приемы и методы работают для успешной презентации потенциальному работодателю»</i>			
13	Лекция-тренинг «Личностный бренд. Инструменты построения бренда для успешной карьеры»	Лекция-тренинг, направленная на знакомство участников с понятием персонального брендинга и его составляющих, включая приемы нетворкинга. Изучение технологий создания собственного бренда и реальных инструментов, способствующих карьерному развитию.	4
14	Лекция - тренинг «Лайфхаки создания резюме. Успешное прохождение	Лекция-тренинг, в ходе которой участникам будут даны основные аспекты и тонкости написания резюме. Изучение практики прохождения собеседования. Технология	2

	собеседования»	общения с рекрутером.	
15	Лекция-тренинг «Публичные выступления и ораторское искусство. Эффективная деловая презентация»	Лекция-тренинг, направленная на изучение технологий, помогающих эффективно организовывать и проводить публичное выступление, разрабатывать качественные презентации и выстраивать долгосрочные взаимоотношения с людьми в деловом и личном общении.	4
16	<b>Итоговое практическое занятие модуля.</b>	Практическое задание «Позиционирование личного бренда» (упражнения, диагностика и кейсы по изученным темам модуля)	2
<i>Экспертная оценка и рекомендации потенциальных работодателей</i>			
<b>Модуль №5. «Профессиональные ресурсы».</b> <i>Встреча с работодателем на тему: «Какие требования предъявляет современный работодатель к соискателю?»</i>			
17	Лекция «Корпоративная культура»	Участникам дано понятие корпоративной культуры, коммерческой тайны, трудовой этики и делового этикета.	2
18	Лекция «Служба занятости: её задачи и функции. Правила приема на работу в соответствии с ТК РФ»	Приглашение работника Центра занятости населения. Лекция, которая знакомит участников образовательной программы таким органом, как служба занятости, его программами и возможностями, которые он дает студентам. В ходе лекции участникам были даны основные положения ТК РФ с целью информирования молодых специалистов о правилах и нюансах приема на работу.	4
19	Лекция «Компетенции современного работника: работа с информацией, анализ, целеполагание, планирование, организация, ресурсы, контроль, мотивация»	Лекция, направленная на получение участниками программы возможности понять, какого работника желает видеть работодатель на заявленном месте. Приглашение реального работодателя или работника HR конкретной компании с целью описания реальных требований для соискателей.	4
20	<b>Итоговое практическое занятие программы</b>	Практическое задание «Презентационное портфолио» (упражнения, диагностика и кейсы по изученным темам модуля)	2
<i>Итоговая оценка работы участников проекта, выбор участников для стажировок на предприятиях работодателей (присутствуют все работодатели и эксперты проекта)</i>			

#### **Ожидаемые результаты:**

1. Подготовлены молодые специалисты конкурентоспособные для дальнейшего трудоустройства в сферу государственного управления, на предприятиях реального сектора экономики и бизнеса
2. Сформирована база молодых специалистов для Астраханской области (отбор лучших участников)
3. Трудоустроены на стажировку перспективные «специалисты» (отбор потенциальными работодателями и службой занятости)
4. Получают возможность консультационного сопровождения на этапе адаптации на новом рабочем месте (все желающие)