**Школа компетенций**

Название курса: **Самоорганизация, самореализация, карьера**

В основе курса лежит понимание того, что важным компонентом счастливой жизни здорового человека является удовольствие от собственной деятельности, от вклада в развитие и совершенствование мира в настоящий момент и в будущем. Именно поэтому конкретные инструменты создания индивидуальной траектории развития, построения карьерного плана и оценки эффективности карьеры рассматриваются в контексте современных представлений о гуманизме, устойчивом развитии, навыков формирования образов будущего.

Особое внимание уделяется зависимости успешной самореализации человека от его мотивации к деятельности в определенной сфере и умения организовывать свою жизнь.

Знания, полученные в процессе прохождения курса, помогут структурировать свои потребности и намерения для разработки карьерного плана, а также индивидуального плана развития.

Курс практикоориентированный: в процессе обучения студентам и слушателям курса будет предложено написать написать эссе о будущем, создать планы реализации своих целей, распределения времени, базовые резюме и портфолио.

Основным результатом обучения станут навыки создания проектов личного карьерного плана, индивидуальной траектории развития, инструменты составления и наполнения карьерного и личностного планов развития.

Курс будет полезен для магистрантов, бакалавров и специалистов старших курсов, а также слушателей, уже имеющих профессиональное или высшее образование и желающих получить дополнительные знания и навыки для развития карьеры.

Для обучения на курсе необходимо владение элементарными знаниями из сфер социологии, философии, экономики, менеджмента в частности, пригодятся знания о социальных институтах, теориях личности, гуманистических концепциях, экономических отношениях между работником и работодателем.

Курс состоит из пяти модулей, каждый из них содержит по 3-4 темы.

Программа занятий

| **Название модуля (темы)**  | **Кол-во часов** |
| --- | --- |
| Модуль 1. Место человека в современном мире и мире будущегоТема 1.1. Тенденции развития мираТема 1.2. Формирование образов будущегоТема 1.3. В поисках себя.Тема 1.4. Типы личности – типы карьеры | **8**2222 |
| Модуль 2. Инструменты самоорганизации: целеполагание, приоритизация, тайм-менеджментТема 2.1. Мастерство постановки целиТема 2.2. Управление временем как искусство житьТема 2.3. Приоретизация: как успеть сделать важное | **6**222 |
| Модуль 3. Индивидуализация обучения, механизм личного и профессионального развитияТема 3.1. Индивидуальный образовательный маршрутТема 3.2. Жесткие навыки и профессиональная карьера Тема 3.3. Развитие мягких навыков и эмоционального интеллектаТема 3.4. Индивидуальная карта ресурсов | **8**2222 |
| Модуль 4. СамопрезентацияТема 4.1. Резюме: как представить себя в выгодном светеТема 4.2. Содержимое портфолио: как расставить акцентыТема 4.3. Проект как самопрезентация | **6**222 |
| Модуль 5. Карьерные траекторииТема 5.1. Критерии эффективности карьерыТема 5.2. Построение карьерного планаТема 5.3. Самореализация в “свободном полете”: предпринимательство, творчество и прочее | **6**222 |
| Заключительное занятие | **2** |
| **Всего:** | **36** |