



This project is funded
by the European Union



WITH FUNDING FROM
AUSTRIAN
DEVELOPMENT
COOPERATION

ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ И ТРУДОУСТРОЙСТВО:
ТРЕНИНГОВАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ МОЛОДЕЖИ

УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА «ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ»



ЕВРОПЕЙСКИЙ СОЮЗ ДЛЯ МОЛОДЕЖИ: ОТ ТРУДОУСТРОЙСТВА К УСТОЙЧИВОСТИ В АРМЕНИИ, БЕЛАРУСИ И УКРАИНЕ

БЛАГОДАРНОСТЬ

Программа разработана Aflatoun и SOS Kinderdorf Österreich – партнерами инициативы «Европейский Союз для молодежи: от трудоустройства к устойчивости в Армении, Беларуси и Украине», при финансовой поддержке Европейской комиссии и Австрийского агентства по развитию.

Цель проекта – развитие основных жизненных навыков и расширение возможностей трудоустройства среди молодежи.

Этот проект способствует созданию лучших перспектив в области занятости и предпринимательства для молодежи, а также расширению возможностей для ее активного участия в рынке труда в Армении, Беларуси и Украине. Учебная программа «*Жизненные навыки и трудоустройство: тренинговая программа для молодежи*» призвана помочь в достижении этой цели в регионе.

Программа построена на основе консультаций с партнерами и заинтересованными сторонами, обладающими опытом в области педагогики и разработки учебных программ, а также тематических технических знаний в рассматриваемых областях.

©2018 Жизненные навыки и трудоустройство: тренинговая программа для молодежи

Учебный план: Michelle Tjeenk Willink, Iwanna Swart

Консультанты: Els van Dam

Редактирование и корректура: Sarah Ebady

Макет и дизайн: Lisbeth van Lintel

Особая благодарность: SOS Kinderdorpen и 1% Club за программу The Next Step, на основании которой была разработана данная программа.

Эта публикация была подготовлена при финансовой поддержке Европейского союза. Ее содержание является ответственностью Aflatoun International и не обязательно отражает взгляды Европейского союза.

Эта программа может быть использована, контекстуализирована, воспроизведена и/или перераспределена полностью или частично без предварительного письменного разрешения исключительно партнерскими организациями для некоммерческих или образовательных целей, при условии, что все копии содержат следующее утверждение: Copyright© 2018, Aflatoun International.

Эта программа воспроизводится и распространяется с разрешения Aflatoun International. Никакое другое использование не допускается без предварительного письменного разрешения Aflatoun International. Для получения разрешения свяжитесь с нами: info@aflatoun.org.



СОДЕРЖАНИЕ

<i>Введение. Добро пожаловать на Программу!</i>	5
СЕССИЯ 1: Что привело нас сюда? Введение и краткий обзор	11
СЕССИЯ 2: Понимание и поиск себя	17
СЕССИЯ 3: Мотивационные спикеры: мой опыт и как он может помочь вам	25
СЕССИЯ 4: Постановка собственных целей	31
СЕССИЯ 5: Критическое мышление и решение проблем	39
СЕССИЯ 6: Навыки общения	45
СЕССИЯ 7: Предпринимательство или работа по найму	53
СЕССИЯ 8: Выйдите на контакт	59
СЕССИЯ 9: Презентация	65
СЕССИЯ 10: Разрешение конфликтов и достойный труд	69
СЕССИЯ 11: Финансовая грамотность	77



ВВЕДЕНИЕ

Основой стабильного экономического роста в современных условиях становится человек с его знаниями и умениями. Формирование модели специалиста с определенным набором конкретных компетенций в зависимости от профиля будущей деятельности является залогом устойчивого социально-экономического развития страны. В контексте современных вызовов система образования призвана обеспечить не только подготовку таких специалистов, но и непрерывное обновление полученных знаний на протяжении всей профессиональной деятельности по всем специальностям.

Одновременное достижение поставленных целей возможно лишь в рамках такой образовательной модели, как система непрерывного образования, главными атрибутами которой являются: преемственность уровней образования, открытость и гибкость образовательной системы, наличие высококвалифицированных педагогических кадров, которые способны расставить акценты не только на приоритетных направлениях развития системы образования, но и современных тенденциях социально-экономического развития региона и страны в целом.

Подготовка учебных программ «Жизненные навыки» и «Трудоустройство» (далее – Программы) является ответом на основные задачи Кодекса об образовании Республики Беларусь, которая заключается в подготовке учащихся к самостоятельной жизни и труду, созданию условий для социализации и саморазвития личности учащегося.

Роль педагогов по реализации основных составляющих воспитания на основе открытого для участия активного и интерактивного обучения бесспорна. Действительно, с появлением новых общественных тенденций, в результате растущей взаимозависимости и изменений в местных сообществах и на глобальном уровне, успех деятельности, направленной на формирование потребности в саморазвитии и социальном взаимодействии, на понимание обучающимся труда как личностной и социальной ценности, осознание профессионального выбора, социальной значимости профессиональной деятельности в значительной степени зависит от педагогов, реализующих процесс обучения и воспитания.

Программы ориентированы на педагогических работников, работающих с обучающимися II и III ступени образования, причем не только на специалистов в области воспитательной работы, но и в области охраны и защиты детства, а также учителей-предметников.

Данные Программы основаны на компетентностях педагога как наставника, способного совмещать наставничество с основной деятельностью и предпочитающего оказаться в тени успеха своих учеников. В функции педагога как ментора включено определенное количество обязанностей, круг которых не имеет четкого обозначения, а определяется ситуативно, но при этом дает ему возможность реализовать в целом потенциал как учреждения образования, так и социума.

В материалах каждой сессии указывается цель, направленная на приобретение участниками определенных знаний и навыков, необходимая и важная информация для ментора, расписание занятий и подробное описание упражнений. Также приводятся соответствующие примеры, на основе которых педагоги смогут определить уровень, которому соответствует их профессиональный опыт, и понять, на чем следует сосредоточиться во время проведения занятий, а также определить пути собственного профессионального роста. Другие участники – спикеры – также смогут поделиться и приобрести знания, важные для практики осуществления воспитания и обучения молодежи. А учащиеся смогут закрепить полученные знания и умения посредством выполнения домашних заданий в специально разработанных практических пособиях.

В представленных Программах собраны материалы, разработанные в рамках инициативы «Европейский Союз для молодежи: от трудоустройства к устойчивости в Армении, Беларуси и Украине», реализуемой Международной общественной организацией «SOS-Детские деревни» при финансовой поддержке Европейского союза и Австрийского агентства по развитию. В контексте нормативно-правового поля Республики Беларусь данные материалы адаптированы под потребности системы образования страны и апробированы в рамках реализации программ дополнительного образования взрослых сотрудниками управления координации повышения квалификации специалистов воспитательной, социально-педагогической и психологической служб государственного учреждения образования «Минский городской институт развития образования» Натальей Карпушевой и Ниной Захожей.

Мы надеемся, что благодаря внедрению данных программ в образовательный процесс учреждений образования страны, педагоги расширят свои возможности по реализации основных направлений воспитания учащихся, а также смогут создать образовательную атмосферу, которая наилучшим

образом будет способствовать приобретению участниками Программ компетенций будущего «4К»: критического мышления, креативности, коммуникации и кооперации.

ДОБРО ПОЖАЛОВАТЬ НА ПРОГРАММУ!

Расширение возможностей имеет много форм. Одна из них — способность видеть доступные возможности и наличие знаний, позволяющих принимать правильные решения и использовать эти возможности. Цель этих руководства и программы — показать молодёжи навыки, которыми они уже владеют, научить их пользоваться своими сильными сторонами и продемонстрировать возможность выбора профессионального пути, в контексте которого лежит работа по достижению финансовой безопасности и стабильности. Первым шагом на этом пути станет учебная программа «Жизненные навыки».

Закройте глаза и вспомните свою молодость. Что вам было интересно? В чем вы принимали участие? Какие потенциальные пути вы видели в своей жизни? Возможно, вы думаете об учебе, работе внутри вашего сообщества, помощи семейному бизнесу или предпринимательстве, основанном на вашей собственной блестящей идее. У вас были юношеские амбиции, и доступные варианты вы смогли увидеть благодаря вовлеченности, мотивации и, возможно, хорошему ментору. Выстраивая самосознание вокруг собственных интересов, мечтаний и навыков, можно создать мост к благополучной жизни во взрослом мире работы и ответственности.

Вашей задачей как лидера в этой программе будет помогать молодым людям понять, кто они такие, и поддерживать их в выборе будущей работы и карьеры. Вы будете направлять их в прохождении того же процесса, через который прошли вы сами, и таким образом успешно поможете им почувствовать свою целеустремленность.

Программа «Жизненные навыки» предназначена для того, чтобы уловить интересы и внутренние мотивации учащихся. Основное внимание в ней уделяется личностному развитию учащихся и признанию ценности их действий, способностей и обязанностей. В рамках представленной программы учащиеся получают возможность лучше понять не только себя, но и друг друга. Реализация программы будет способствовать умению учащихся структурировать надежды, мечты, страхи и цели. С целью получения полноценного практического опыта участников программы, в ней затрагиваются такие темы, как разрешение конфликтов, гендерные права, навыки решения проблем, финансовая грамотность и основы трудовой деятельности.

Мы надеемся, что освоение программы «Жизненные навыки» придаст учащимся уверенности, а также предоставит возможность понять, что имеющиеся и приобретенные навыки можно использовать в своей будущей профессиональной деятельности. Участвуя в программе «Жизненные навыки», учащиеся смогут открыть в себе новые способности и осознать, что может стать основой их карьеры, что откроет перед ними новые образовательные возможности или вдохновит на собственную бизнес-идею.

Представленная программа построена так, чтобы подготовить поэтапный процесс ее усвоения участниками, и предназначена для освоения процесса профессионального самоопределения учащихся и оказания им помощи в прохождении этапов программы и получения практического опыта развития и создания успешной карьеры в будущем.

ОБОСНОВАНИЕ ПРОГРАММЫ «ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ»

ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЕ НАВЫКИ

Участники при поддержке менторов смогут определить свою идентичность и личные цели, применить навыки, которые станут залогом успешного будущего не только учащихся, но и их социального окружения. Выполняя практические упражнения, участники получают возможность решить, что им больше подходит: работа по найму или предпринимательство. Практические упражнения, выполняемые учащимися в учебном пособии «Жизненные навыки», можно будет использовать не только в период реализации представленной программы, но и в решении будущих жизненных задач.

Формат учебной программы дает учащимся возможность достичь личностного развития, установить социальные связи и соотнести практические действия с будущими целями.

КАК РАБОТАЕТ ПРОГРАММА?

Набор сессий, из которых состоит программа, предназначен для последовательного изучения, что позволит развить у учащихся ряд навыков и оказать им поддержку в ситуации выбора профессионального пути.

В сопроводительном учебном пособии участники смогут фиксировать свои ответы, опыт, достижения и ресурсы, которые можно использовать в будущем. Целью является оказание помощи учащимся составить хорошее портфолио для будущего использования на работе и в личной жизни.

Программа «Жизненные навыки» и учебное пособие к ней – уникальный учебный инструмент, который отражает процесс и результат работы каждого учащегося.

Несмотря на то, что во время прохождения программы участники осваивают одинаковые сессии, в деталях они становятся более индивидуальными, приходя к результату, которым можно поделиться с ментором или остальными учащимися в конце программы.

РОЛЬ МЕНТОРА

Данная программа предоставляет возможность участникам изучать материалы и фиксировать результаты. С ее помощью предоставляется возможность выявить новые способности и развить уже существующие. В руководстве к программе приводятся планы работы ментора и вспомогательные материалы для учащихся, которые будут способствовать успешному процессу усвоения программы.

Процессом обучения управляет ментор. В программе «Жизненные навыки» с учебным пособием представлены не только теоретические основы, но и возможность их практического применения. С помощью ментора учащиеся смогут выявить свои личные сильные стороны, составить резюме и бюджет. Процесс обучения завершается итоговой презентацией и оценкой.

В ходе реализации учебной программы ментор призван:

- помогать учащимся определить и уточнить их интересы;
- проводить сессии, сопровождая участников в процессе изучения их интересов;
- повышать самооценку учащихся, отмечая навыки, которыми они уже владеют, и используя их для развития;
- наблюдать за учащимися и обеспечивать постоянную обратную связь;
- показывать техники определения целей и помогать участникам работать над их применением;
- способствовать освоению финансовой грамотности участниками программы;

- оказывать помощь учащимся в фиксировании своего личного опыта;
- помогать в организации образовательной и социальной деятельности, направленной на обмен результатами;
- поддерживать участников в выборе собственного профессионального пути: работы по найму или индивидуального предпринимательства;
- рецензировать итоговые работы участников программы.

Программа «Жизненные навыки» делится на 11 сессий, каждая из которых основана на предыдущих и помогает участникам продвинуться на пути к финансово независимому будущему. В данной программе имеются учебные планы занятий, а также соответствующие им задания, которые учащиеся должны выполнять в учебных пособиях.

РОЛЬ УЧАСТНИКА

Программа «Жизненные навыки» позволяет участникам развивать навыки, которые помогут им как после обучения, так и в будущем. Осваивая эту программу, участники будут проявлять инициативу и определять свои интересы, формулировать цели, которых они хотят достичь на своем жизненном пути, и определять ресурсы, необходимые для достижения этих целей. Этот процесс поможет им стать более успешными в личной, профессиональной и общественной жизни.

Ниже приведены ключевые компетенции, которые будут сформированы у учащихся в процессе реализации программы:

1. Личностное понимание.
2. Определение составляющих успеха.
3. Постановка и достижение целей.
4. Критическое мышление.
5. Гендерные права и право на трудоустройство.
6. Управление конфликтами и решение проблем.
7. Эффективное общение.
8. Финансовая грамотность.

Практические приложения, которые будут использоваться в процессе реализации программы:

1. Определение следующего шага.
2. Составление резюме и мотивационного письма.
3. Подготовка презентации.
4. Презентация (итоговый проект).

Учащиеся будут участвовать в занятиях и обсуждениях вне аудитории и в итоге сделают презентацию своего профессионального выбора: работа по найму или предпринимательство. Все действия, ведущие их к итоговому решению, и само решение будут фиксироваться в учебном пособии «Жизненные навыки», что будет способствовать дальнейшему развитию участников во время прохождения программы.

Кроме выполнения практических упражнений, которые содержатся в учебном пособии «Жизненные навыки», участники инициируют регулярно добавлять другие материалы и заметки и фиксировать личные и академические интересы во время реализации программы. Примеры таких дополнений представляются в конце каждой сессии в упражнении «Установление целей».

ОЦЕНКА

Программа «Жизненные навыки» должна быть вдохновляющим и интересным опытом как для менторов, так и для участников. Одна из составляющих этого опыта — рефлексия. Одним из аспектов рефлексии является оценка прогресса каждого учащегося во время прохождения программы. Формы оценки учащихся и менторов обеспечивают структуру для такой рефлексии.

Учащихся попросят подумать, что было представлено в программе, и определить, что они поняли и какие навыки развили в результате.

Этот опрос дополняется двумя оценками ментора, которые отражают мнение о росте и участии каждого человека в занятиях во время реализации программы. Эти оценки предоставляются каждому учащемуся во время индивидуальной консультации в качестве средства обратной связи в отношении их личностного развития.

Мы надеемся, что предоставление оценок приведет к более активным обсуждениям того, как улучшать навыки и использовать свои личностные интересы. Эти интересы можно использовать во время последующих курсов или в профессиональном будущем. Оценка ментора должна помочь участникам с помощью программы «Жизненные навыки» увидеть перспективы личностного роста и применять их в дальнейшем на практике.

ИТОГОВОЕ ЗАМЕЧАНИЕ

Ментор поможет учащимся понять, как применять свои способности, склонности и интересы и как эти интересы могут быть связаны с их личными, образовательными и профессиональными перспективами. Для учащихся это отличная возможность роста, а для ментора – возможность проявить инициативу в сопровождении учащихся. Этот опыт должен быть полноценным для обеих сторон.

Разработчики надеются, что работа по программе «Жизненные навыки» будет интересна и полезна всем участникам учебного процесса.

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ ЭТИМ РУКОВОДСТВОМ

Данная программа разделена на 11 сессий:

1. Что привело нас сюда? Введение и краткий обзор.
2. Понимание и поиск себя.
3. Мотивационные спикеры.
4. Постановка собственных целей.
5. Критическое мышление и решение проблем.
6. Навыки общения.
7. Предпринимательство или работа по найму.
8. Выйдите на контакт.
9. Презентация.
10. Разрешение конфликтов и достойный труд.
11. Финансовая грамотность.

СОДЕРЖАНИЕ АУДИТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ

Содержание сессии для ментора включает занятия, которые можно выполнять в аудитории со всеми участниками. Эти аудиторские сессии разбиты на расписание занятий, которые составлены так, чтобы учащиеся оставались активными, заинтересованными и все участвовали в учебном процессе.

Общий формат:

- общие цели сессий: общие цели вводной сессии,
- расписание занятий: предполагаемый набор действий с описаниями,
- постановка цели: цель для внеаудиторной работы или подготовки к следующей сессии.

Расписание занятий включает:

- упражнения: название вида деятельности,
- цели: определение основной цели деятельности,
- материалы: подробная информация о необходимых материалах,
- время: предполагаемый объем времени, затрачиваемый на занятие.

Каждое занятие обычно имеет следующий формат:

- презентация и/или разминка,
- повторение или краткий обзор,
- ряд новых упражнений по теме,
- резюме или подведение итогов.

Если приводится ссылка на сопровождающие документ или занятие, их можно найти в соответствующей сессии учебного пособия.

СЕССИЯ 1:

ЧТО ПРИВЕЛО НАС СЮДА? ВВЕДЕНИЕ И КРАТКИЙ ОБЗОР



ОБЩИЙ ИТОГ

Введение в программу и компоненты «Жизненные навыки», знакомство участников друг с другом и с программой, определение ожиданий посредством изучения профессиональных возможностей



ЦЕЛИ ЗАНЯТИЯ

1. Участники должны понять цель программы, компонент «Жизненные навыки», что от них ожидается и как будут проводиться интерактивные занятия
2. Участники должны чувствовать себя комфортно, обмениваться друг с другом личной информацией и учиться друг у друга



НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Мячик или легкий предмет, который можно перебрасывать
- Флипчарт и маркер/ручка



МЕТОДОЛОГИЯ

- Групповое обсуждение
- Упражнения для знакомства
- Установление групповых правил
- Спикеры-гости
- Обсуждение и установление целей в подгруппах и в группе



ДЛИТЕЛЬНОСТЬ

3 часа



КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

Вдохновение, цели, поведение, профессионализм



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ МЕНТОРА

Подготовьте хорошее введение не только для «Жизненных навыков», но и для всей программы обучения. Ресурсы можно найти в Руководстве по подготовке менторов во введении в программу. Участники должны понимать, какие темы они будут и не будут изучать.

Соберите как можно больше информации об участниках, чтобы определить контекст занятий и по мере необходимости вносить изменения в будущие сессии. Этот компонент «Жизненных навыков» более общий и базовый, но может быть полезен и подходит и для молодых специалистов, и для педагогов, имеющих квалификационные категории. Чтобы подготовиться к каждой сессии, необходимо полностью прочитать все ее материалы за несколько дней до начала обучения и выделить время на то, чтобы изменить их под потребности группы. Возможно, придется изменить упражнения, сценарии или примеры. Вы можете усложнить или упростить материал в зависимости от уровня группы. В зависимости от размеров аудитории и группы можно варьировать подвижность во время занятий, хотя во избежание потери интереса рекомендуется сохранять интерактивность упражнений. Стоит учитывать, что некоторых участников проще вовлечь в процесс, а некоторых — сложнее. Чтобы участники больше говорили, можно использовать работу в парах и группах. Чтобы не обойти никого вниманием, назначайте каждому члену группы особые задания или предоставляйте всем достаточно времени, чтобы высказаться и внести свою лепту в процесс.

Для проведения упражнения «Спикеры-гости» нужно найти одного молодого специалиста, имеющего достойное место труда и одного молодого предпринимателя. Пригласите их выступить в середине этой сессии. Четко оговорите с ними дресс-код, место и время проведения занятия. У каждого из них будет 15 минут на презентацию и 5 минут на вопросы и ответы. Они должны рассказать кто они, чем занимаются, какие действия они предприняли, чтобы добиться того, что имеют, что их мотивировало устроиться на работу/начать свое дело, каковы их постоянные цели. Они также могут обсудить с участниками, какие возможности они имели, и немного рассказать о своем опыте поиска и получения работы или открытия бизнеса. Таким образом участники получают представление о современном рынке труда. Предполагается, что гости должны вдохновить участников.



РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЯ

1. Введение в программу	20 мин
2. Разминочная игра	30 мин
3. Знакомство	20 мин
4. Правила поведения	20 мин
5. Спикеры-гости	45 мин
6. Вдохновение и цели	20 мин
7. Подведение итогов	25 мин

УПРАЖНЕНИЕ	1. Введение в программу
ЦЕЛИ	Быстро поприветствовать участников, поблагодарить их, рассказать о том, что занятия основываются на активности, и провести обзор того, что охватывает учебная программа «Жизненные навыки»
МАТЕРИАЛЫ	Отсутствуют
ВРЕМЯ	20 мин

1. Проведите для участников обзор учебной программы, рассказав про три компонента: основные жизненные навыки, трудоустройство и коучинг. Расскажите про большие временные затраты и активный стиль обучения, с которыми они столкнутся.

2. Если нужно, объясните роль менторов и учебного пособия как дополнительных ресурсов.
3. Следуйте примечаниям в разделе «Информация для ментора» и кратко представьте тему каждой сессии, их общее количество, объем времени, который займут тренинги, объем времени, которое учащиеся должны потратить на выполнение заданий вне аудитории. Поясните также цель программы «Жизненные навыки»: провести индивидуальную подготовку учащихся для осуществления ими осознанного профессионального выбора на рынке труда.
4. Напомните ребятам, что все будут работать вместе в течение нескольких недель. За это время участники группы должны подумать о том, кто они, что хотят делать в жизни, какими способностями обладают, какие навыки необходимо приобрести и чему будет способствовать освоение основ финансовой грамотности. Убедите их: несмотря на то, что процесс обучения занимает много времени, он будет полезным и увлекательным для всех участников и позволит приобрести новые ценные навыки.

После этого можно сразу переходить к разминке.

УПРАЖНЕНИЕ	2. Разминка «У меня с собой»
ЦЕЛИ	Снять напряжение среди участников и показать, как будут проходить интерактивные занятия
МАТЕРИАЛЫ	Отсутствуют
ВРЕМЯ	30 мин

1. Дайте участникам несколько минут подумать, что у них есть с собой и что указывало бы на что-то важное о них. Например, лежащая в сумке книга, которая отображает какой-то из интересов участника. Это может быть что угодно. Дайте учащимся проявить креативность.
2. Начните упражнение с представления собственного предмета. Покажите его, объясните, что это, откуда вы его взяли и почему он важен: вы всегда носите его с собой, потому что... Или он представляет собой некоторую моральную или материальную ценность для вас, потому что... Относится к вашему особому навыку или хобби.
3. Затем дайте каждому участнику возможность сделать такую же презентацию перед группой. Учащиеся должны называть себя и затем представлять свой предмет так же, как вы. Дайте им несколько минут. После каждой презентации просите группу задать выступающему два вопроса. Они могут относиться к предмету или быть общими, например, о месте жительства.
4. Если ваша группа очень большая, разделите ее на две маленькие. Проводите упражнение в каждой из них, но по окончании снова объедините всех в одну группу. Продолжайте упражнение до тех пор, пока все кратко не представят себя, а в конце спросите, как учащиеся запомнили имена и предметы других участников.
5. После завершения расскажите, что его целью было напомнить, что для разных людей любые предметы могут иметь особое значение или представлять собой что-то особенное. Учащимся необходимо задуматься о том, как они представляют себя и что их отличает от других участников программы.

УПРАЖНЕНИЕ	3. Знакомство
ЦЕЛИ	Помочь учащимся запомнить имена друг друга и продолжить построение доверительных отношений и сплочение коллектива группы
МАТЕРИАЛЫ	Мячик или легкий предмет, который можно бросать и ловить
ВРЕМЯ	20 мин

Это игра, которая может быть полезна для дальнейшего знакомства участников друг с другом и выяснения рабочего/академического статуса каждого из них.

«Поймай мяч».

1. Попросите участников стать в круг.
2. Один человек бросает мяч другому.
3. Поймав его, второй должен назвать имя участника, который бросал мяч. Если он не помнит имя, можно спросить. Вы должны начать игру и перед тем, как бросить мяч, назвать свою профессию. Когда участник поймал мяч и назвал имя человека, который его бросил, он коротко рассказывает о роде своих занятий: например, у меня малый бизнес, я _____, я ищу работу, я только что закончил учиться, я еще учусь и т.д.
4. Продолжайте бросать мяч по кругу, пока каждый не произнесет имена других участников и не поделится своим нынешним статусом.

УПРАЖНЕНИЕ	4. Правила поведения
ЦЕЛИ	Расширить возможности участников, предоставив им возможность установить правила поведения на занятиях. Сделать акцент на равноправии всех участников в процессе проведения занятий
МАТЕРИАЛЫ	Флипчарт и маркер
ВРЕМЯ	20 мин

1. Поставьте флипчарт с маркером в центр круга из столов.
2. Попросите участников разработать правила, регулирующие поведение и временные рамки на сессиях. Часто они начинают думать о правилах, регулирующих их собственное поведение. Если предложений нет, можно предложить правила в отношении временных рамок, грубости, агрессивности, ругательств и мобильных телефонов. Постарайтесь не говорить за участников.
3. Мотивируйте их на создание правил, которые будут регулировать ваше поведение и поведение других менторов. С самого начала занятий участники должны чувствовать, что мастер-классы будут основаны на диалоге равного с равным. Попросите их поразмышлять, какое поведение они считают профессиональным для себя, для вас, в рамках программы и в целом.
4. Когда участники будут вносить предложения, сначала спрашивайте у группы, согласны ли они с правилом, а потом — согласны ли они с формулировкой.
5. Попросите того, кто внес предложение, выйти в центр и записать правило. Некоторые считают, что позитивные правила помогают создать более комфортную атмосферу, в отличие от негативных. Например, «Мы всегда должны быть вежливыми» вместо «Ругательства запрещены». Ещё один вариант — дать участникам нарисовать правило, а не записать его: например, нарисовать перечеркнутый мобильный телефон или сигарету.

УПРАЖНЕНИЕ	5. Спикеры-гости
ЦЕЛИ	Представить участникам молодых специалистов и предложить поучиться на их историях
МАТЕРИАЛЫ	Отсутствуют
ВРЕМЯ	45 мин

1. Пригласите первого выступающего. Он уже должен знать, сколько выступать и о чем говорить (следуйте инструкциям в разделе «Информация для менторов» в начале этой сессии). Человек, работающий по найму, должен выступать до предпринимателя.
2. Презентация каждого гостя длится только 15 минут. Напомните участникам, что им нужно внимательно слушать и в конце каждой презентации будет 5 минут на вопросы и ответы.
3. После выступления обоих гостей и ответа на вопросы поблагодарите их за участие. После этого они могут уйти. После ухода гостей попросите нескольких желающих поделиться тем, что нового они узнали.

УПРАЖНЕНИЕ	6. Вдохновение и цели
ЦЕЛИ	Дать возможность участникам определить, чего они хотят достичь, и предположить возможные препятствия на пути к их целям
МАТЕРИАЛЫ	Флипчарт
ВРЕМЯ	20 мин

1. Кратко напомните участникам цели обучающих сессий программы «Жизненные навыки»: например, развить уверенность в себе как в личности и научиться обеспечивать себя в настоящем и будущем, приобретая полезные умения и навыки, которые можно использовать в профессиональной жизни, как в начале, так и для улучшения текущего положения.
2. Попросите участников разбиться на группы по пять человек и рассказать друг другу, почему они здесь. Почему решили участвовать в программе? Каков их рабочий статус на сегодня? Чего они хотят достичь? Что мотивирует их на достижение целей? Выделите 10 минут на это обсуждение, чтобы каждый мог рассказывать о себе несколько минут. Затем дайте группам еще 5 минут на обсуждение проблем, с которыми они могут столкнуться в процессе достижения целей этой программы: личные причины, временные рамки, местоположение и т.д.
3. Попросите участников озвучить некоторые проблемы, которые они обсудили. Попросите остальных дать совет и предложить решения. Затем попросите нескольких желающих определить слово «цель». Напишите на флипчарте это слово и высказанные участниками идеи о том, что это такое.
4. Объясните, что целевая установка если еще не стала, то должна стать важной частью их жизни при решении любого нового задания, выборе направления или принятии важного решения. Установление целей будет помогать им концентрировать внимание на перспективах.

УПРАЖНЕНИЕ	7. Подведение итогов
ЦЕЛИ	Резюмировать то, что участники узнали за день, и попросить их применить это к их собственной ситуации
МАТЕРИАЛЫ	Мячик
ВРЕМЯ	25 мин

1. Снова достаньте мяч и начните бросать его участникам.
2. Объясните, что когда кто-то его поймал, он должен рассказать, что он узнал, открыл для себя или посчитал полезным во время сегодняшней сессии.
3. Постарайтесь, чтобы упражнение продолжалось до тех пор, пока каждый участник не выскажется.
4. Резюмируйте ключевые идеи дня, перечисленные ниже, и попросите участников достать учебные пособия.
5. Более подробно объясните участникам смысл использования учебного пособия.
6. Объясните, что пособие нужно, чтобы напоминать им об основных моментах каждой сессии. В нем также есть задания, которые надо выполнить до следующей сессии.
7. Вместе рассмотрите главную страницу и расскажите участникам, что они могут персонализировать ее, вписав свое имя.
8. Попросите участников открыть свои учебные пособия на первой сессии.
9. Прочитайте ниже то, что они должны сделать в этой сессии.
10. Если у вас достаточно времени, дайте им заполнить страницу, в частности, раздел с тремя целями.
11. Перед окончанием сессии некоторые участники могут захотеть поделиться одной из своих целей.

КЛЮЧЕВЫЕ ИДЕИ

Программа «Жизненные навыки» по большей части представляет собой курс по личностной рефлексии и приобретению навыков, который готовит участников к выбору направлений «Работа по найму» или «Предпринимательство» с помощью следующих компонентов:

- умение критически относиться к себе и текущей ситуации — это навык, легко применимый в профессиональной среде;
- постановка, проверка и повторение своих целей — все это должно стать регулярной привычкой.

Участники могут иметь разное прошлое и опыт, но мы увидим, насколько похожи базовые цели каждого отдельного человека.

Задание по учебному пособию

- Заполните информацию о себе в первой сессии вашего учебного пособия.
- Заполните раздел «Что вы хотите получить от этого курса?», записав три цели компонента программы «Жизненные навыки».

СЕССИЯ 2:

ПОНИМАНИЕ И ПОИСК СЕБЯ



ОБЩИЙ ИТОГ

Продолжить изучение своих личных черт, навыков и мотивирующих факторов в жизни



ЦЕЛИ ЗАНЯТИЯ

1. Дать участникам возможность поразмышлять над своей личностью, тем самым сделав шаг к повышению самооценки и способности действовать
2. Помочь им понять ценность качеств, которыми они уже обладают и которые могут помочь им определить свое будущее
3. Помочь им начать размышлять о внутренних и внешних факторах, которые могут повлиять на их решения



НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Листы бумаги, ручки и маркеры
- Флипчарт со списком для разминки «Затерянные в море: предметы на доске»
- Флипчарт с вашим деревом жизни, заранее составленным для демонстрации
- Флипчарт с вопросами и вариантами ответов для теста «Работник по найму или предприниматель»



МЕТОДОЛОГИЯ

- Разминка в виде коллективного решения проблемы
- Работа в парах
- Индивидуальные проекты и презентации
- Индивидуальный тест с групповым обсуждением



ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

3 часа



КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

- Приоритеты, черты и навыки, поддержка, работник, предприниматель



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ МЕНТОРА

Для разминки «Затерянные в море» подготовьте на флипчарте список 10 предметов, из которого участники смогут выбирать предмет во время упражнения. Им нужно будет видеть его во время работы в группах.

Для упражнения «Дерево жизни» сделайте его полную версию с вашей собственной историей. Лучше сделать это на флипчарте, чтобы ее проще было показывать. Будьте готовы рассказать о ней участникам.

Для упражнения «Размышление о личных чертах» заранее напишите или распечатайте тест, который находится в инструкциях к упражнению, чтобы участники могли читать варианты ответов и отмечать свои. Заранее просмотрите раздел, чтобы понимать все вопросы, варианты ответов и интерпретацию результатов. Вся информация находится в инструкциях к упражнению.

Цель этой сессии — продолжить формирование у участников чувства коллективизма и умения рефлексировать. Они должны уметь видеть, как на них влияют другие люди, а общение с ними — на их собственный выбор, поведение и уверенность в себе.



РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЯ

- | | |
|--------------------------------|--------|
| 1. Разминка | 45 мин |
| 2. Дерево жизни | 85 мин |
| 3. Размышление о личных чертах | 35 мин |
| 4. Учимся у других | 15 мин |

УПРАЖНЕНИЕ	1. Разминка «Затерянные в море»
ЦЕЛИ	Оживить атмосферу и поработать над упражнением по развитию критического мышления, сплочению коллектива
МАТЕРИАЛЫ	Лист бумаги и ручки для каждой группы, список предметов на корабле
ВРЕМЯ	45 мин

1. Поприветствуйте участников сессии, если еще не сделали этого, попросите всех/оставшихся участников поделиться одной целью, которую они записали в учебное пособие на предыдущей сессии.
2. Проведите следующее разминочное упражнение по решению проблем/ сплочению коллектива:
3. Разделите участников на группы по 5 или 10 человек в зависимости от размера всей группы.
4. Дайте каждой группе лист бумаги и ручку. Затем покажите или раздайте список из 10 предметов, с которым они будут работать (см. таблицу ниже).
5. Расскажите, что они находятся на корабле, на котором произошел несчастный случай и начался пожар. У них есть возможность взять только 4 несгоревших предмета из 10 перечисленных в списке. Группы могут считать, что после пожара останутся плавающие доски и паруса. Они нигде не видят землю, других людей или другой корабль. Они не знают, где находятся и как долго нужно плыть до берега или до ближайшей спасательной команды.
6. После вашей команды «Начали» каждая группа начинает общаться и строить стратегию о четырех предметах, которые они считают самыми важными из списка и хотят взять. Затем они должны расставить эти четыре предмета в порядке приоритета от самого важного до самого неважного.
7. Дайте группам 15 минут на размышление, выбор, расстановку приоритетов и обоснование

своего выбора. Им нужно будет записать только четыре предмета в порядке их важности, но у участников должно быть четкое объяснение, почему именно эти предметы самые важные. Это упражнение направлено на решение проблем и сплочение коллектива, поэтому пройдите между группами и убедитесь, что все участвуют в обсуждении и мнение каждого было услышано. Обратите внимание на доминирующих членов группы, которые сами принимают решение о выборе предметов и не обращают внимание на мнения остальных. Попросите всех участников высказываться и приводить аргументы в пользу предметов, которые они считают важными.

8. Через 15 минут объедините группы в одну и дайте каждой время на презентацию. Обведите предметы, которые выбрала каждая группа, чтобы увидеть, насколько разные выборы сделали команды. В процессе ответов допускаются дружеские комментарии.
9. Кратко расскажите всей группе об ответах, которые дали эксперты из береговой охраны: 1) спички; 2) банка масла; 3) пресная вода; 4) зеркало. Спички, банка масла и зеркало важны для подачи сигналов о помощи. В то же время спички необходимо сохранять сухими. Вода в данном случае важнее еды. Согласно экспертам радио в целом может быть полезным, однако оно вряд ли будет работать, если вы далеко от земли или других кораблей. Эти экспертные ответы, вероятно, будут сильно отличаться от ответов, которые дали участники.
10. В конце упражнения задайте вопросы для рефлексии:
 - Сколько разных предметов выбрали группы?
 - Какой предмет выбрали чаще остальных?
 - Удивили ли вас ответы экспертов? Почему они так отличаются от ваших ответов? [Возможный ответ: ответы экспертов сосредоточены на немедленной подаче сигналов о помощи и как можно более быстром спасении, в то время как группа выбирала предметы, помогающие выжить, например, еду, воду, удочку и веревку.]
 - Почему, по их мнению, было важно отдать приоритет именно этим четырем предметам?
 - Как, по их мнению, можно применить эту ситуацию к работе? [Возможные ответы: на работе будут возникать проблемы, и для получения лучшего результата вам нужно будет работать в команде, иногда у вас меньше времени, чем вы думаете, поэтому надо расставлять приоритеты. У разных людей разные решения проблем, и полезно выслушать каждого. Важно уметь понимать и аргументировать принятые вами решения.]

ЗАТЕРЯННЫЕ В МОРЕ: 10 ПРЕДМЕТОВ НА БОРТУ, ВЫБЕРИТЕ 4

Одна очень длинная веревка

Спички

Пресная вода

Корзина еды

Банка масла/бензина

Москитная сетка

Радио

Удочка с леской и крючком

Зеркало

Спасательный круг/подушка

УПРАЖНЕНИЕ	2. Дерево жизни
ЦЕЛИ	Предоставить возможность участникам рассказать о своей жизни так, чтобы почувствовать себя увереннее
МАТЕРИАЛЫ	Вам нужно подготовить собственное дерево жизни в качестве образца для группы. Каждому участнику понадобится лист бумаги к флипчарту. Должно быть достаточно цветных маркеров на всю группу.
ВРЕМЯ	85 мин

РАЗМИНОЧНАЯ БЕСЕДА (10 МИН)

1. Соберите участников и представьте им концепцию обучения на историях.
2. Сначала спросите, какие сказки им рассказывали в детстве.
3. Затем спросите, какие истории им нравится слушать сегодня (например, мыльные оперы по радио, радиопрограммы).
4. Спросите участников, рассказывал ли кто-то истории другим. Кому они их рассказывали? О чем они были?
5. Спросите участников, рассказывали ли они когда-нибудь историю о себе? Когда и зачем? Каковы были ощущения? Если не рассказывали, то почему? Что не давало им сделать это?
6. Объясните, что сегодня они будут рассказывать историю про себя и свою жизнь.
7. Соберите участников достаточно близко, чтобы они могли видеть ваше дерево жизни и обсуждать его.

ДЕРЕВО ЖИЗНИ (10 МИН)

Выдайте каждому участнику лист для флипчарта и маркер и попросите их нарисовать силуэт дерева. Тем, кто не уверен в своих художественных способностях, скажите, что это не упражнение по рисованию: дерево будет основой для их истории. Дайте им пять минут.

КОРНИ — ФОРМИРУЮТ ВЛИЯНИЯ (5 МИН)

Объясните, что у корней они должны записать, откуда они, и все то, что помогло им стать теми, кто они есть сегодня. Попросите их подумать о том, что формировало их до сих пор:

- откуда они, район, родной город и т.д.,
- их культура; язык, религия;
- организации, в которых они состоят, например, скауты.

ЗЕМЛЯ — ПРИВЫЧКИ И ПОВЕДЕНИЕ (5 МИНУТ)

Через несколько минут обратите их внимание на землю. На ней нужно написать то, чем они занимаются каждую неделю (не то, что вынуждены делать). Не стоит ограничивать их в ответах, но попросите ребят назвать по крайней мере одно занятие, которое связано с зарабатыванием денег.

СТВОЛ — УМЕНИЯ И НАВЫКИ (5 МИН)

Далее попросите участников перечислить на стволе все их умения и навыки. Пройдитесь между участниками и попросите их быть открытыми. Скажите, что можно записать то, в чем они могли бы быть успешными, если бы имели время на развитие.

ВЕТВИ — ОЖИДАНИЯ (5 МИН)

Попросите участников записать все свои надежды, мечты и желания на ветвях. Это могут

быть личные, социальные или глобальные пожелания. Попросите участников использовать свое воображение и быть позитивными. Желания могут быть как долгосрочными, так и краткосрочными. Попросите их посвятить по крайней мере одну ветвь надеждам, мечтам и желаниям, которые относятся к их будущей профессиональной деятельности: открыть свою компанию или другим образом получать доход и зарабатывать на жизнь.

ЛИСТЬЯ — ПОДДЕРЖКА И СОЮЗНИКИ (5 МИН)

Здесь участники должны записать имена тех, кто имеет для них большое значение в позитивном ключе, например, друзья, члены сообщества, семьи и т.д. Попросите их посвятить по крайней мере один лист кому-то, кто мог бы помочь им открыть свой бизнес или поддержать полезными советами.

ФРУКТЫ — ВНУТРЕННИЕ СИЛЬНЫЕ СТОРОНЫ (5 МИН)

Участники записывают все имеющиеся внутренние сильные стороны, которые могут помочь им стать успешными в социальном или экономическом плане: храбрость, щедрость, доброта, трудолюбие и т.д. Если участникам сложно справиться, приведите примеры.

СОЛНЦЕ И ДОЖДЬ — ИСТОЧНИКИ РОСТА (5 МИН)

Последний шаг — это солнце и дождь. Без этих двух (внешних) факторов дерево не будет расти. Дайте участникам определить (внешние) факторы, которые заставляют их расти в личной и профессиональной жизни.

ОБСУЖДЕНИЕ (30 МИН)

Попросите каждого участника выйти и рассказать свою историю при помощи дерева жизни. Если группа большая и в ней два модератора, можно работать в двух группах. Также можно менять группу между презентациями.

УПРАЖНЕНИЕ	3. Размышление о личных чертах
ЦЕЛИ	Заставить участников критически мыслить о своих предпочтениях по мере того, как они выбирают следующий путь в компоненте
МАТЕРИАЛЫ	Лист бумаги и маркер или учебные пособия, подготовленный флипчарт с вопросами теста
ВРЕМЯ	35 мин

1. В предыдущем упражнении участники размышляли о том, что повлияло на их личность и мышление, а также о том, что их мотивирует/вдохновляет. В зависимости от того, имеет ли каждый участник коуча в рамках программы, они могут выполнять ряд упражнений, которые помогают учитывать свои предпочтения и личные качества перед принятием решения о выборе работы по найму или предпринимательства. Объясните это участникам.
2. Независимо от того, есть у вас коучи или нет, следующее упражнение продолжает личностную рефлексию участников и определяет, где их место на шкале от работника по найму до предпринимателя. Участники могут уже быть уверены в своем пути, но попросите их быть открытыми и серьезно проводить оценку личностной рефлексии. Они должны отвечать честно.
3. Покажите тест, приведенный ниже, и попросите участников записать номера от 1 до 10 и напротив каждого поставить ответ а, б или с. Закончив, они должны посчитать, сколько ответов а, б и с у них получилось, и записать эти числа.

Тест «Работник или предприниматель»

1. Вы инициативный человек?

- a. Если кто-то показывает мне, как делать что-то, я буду усердно работать и закончу дело сам(а).
- b. Я делаю все сам(а). Никто не должен говорить мне, как начинать делать задание/проект.
- c. Я люблю получать четкие инструкции и мотивацию для начала и завершения задания/проекта.

2. Как вы относитесь к другим людям?

- a. Я дружелюбный(ая), но нечасто ищу новые знакомства.
- b. Мне нравятся люди, и я могу найти общий язык почти с любым.
- c. Многие люди раздражают меня.

3. Можете ли вы вести за собой остальных?

- a. Я могу мотивировать некоторых людей.
- b. Я могу заставить людей согласиться с моими идеями/планами без особых усилий.
- c. Мне сложно вести других или я часто позволяю другим взять на себя эту роль.

4. Умеете ли вы принимать на себя ответственность?

- a. Я принимаю ответственность, которую должен(а), но предпочитаю, чтобы ее нес кто-то другой.
- b. Мне нравится брать на себя ответственность и следить за выполнением заданий.
- c. Мне кажется, что всегда есть кто-то, кто берет на себя ответственность и роль лидера до того, как у меня появляется такая возможность, и меня это устраивает.

5. Насколько вы хороший организатор?

- a. Я хорошо справляюсь, пока всё не становится слишком сложным, тогда я теряю мотивацию и нить того, что я делаю.
- b. Мне нравится иметь какой-то план, прежде чем начать. Обычно я тот(а), кто занимается координацией и расставляет приоритеты.
- c. Я занимаюсь делами по мере их поступления без особого планирования.

6. Какой вы работник?

- a. Иногда я работаю усердно, а иногда расслабляюсь.
- b. Я могу работать так усердно, как необходимо, столько времени, сколько нужно для завершения чего-то. Я не возражаю.
- c. Я не всегда вижу преимущества усердной работы. Она не всегда полезна.

7. Умеете ли вы принимать решения?

- a. Я могу это делать, но принятие решений занимает некоторое время. Я не люблю торопиться, потому что жалею о быстрых решениях.
- b. Я умею принимать быстрые решения, и обычно это заканчивается хорошо.
- c. Я не люблю принимать решения.

8. Могут ли люди доверять тому, что вы говорите?

- a. Обычно я честный(ая), но иногда говорю то, что проще сказать, или то, что от меня хотят услышать. Но я выполняю свои обещания.
- b. Люди могут верить тому, что я говорю. Я говорю то, что имею в виду. Я всегда выполняю обещания и делаю то, о чем говорю.
- c. Я думаю, люди должны быть более гибкими, и иногда лучше не договаривать информацию. Мне кажется временами можно не сказать правду или сделать что-то не так, как пообещал(а)

9. Вы можете выполнять задания?

- a. Обычно я заканчиваю то, что начинаю.
- b. Если я решаю сделать что-то, я всегда заканчиваю.
- c. Если задание/проект не идет, для меня нормально закончить или остановить его досрочно. Это слишком большой стресс.

10. Как вы храните информацию?

- a. Действительно важные вещи я записываю и сохраняю, но когда я занят(а), мне кажется, что важнее сделать дело, а не выполнять дополнительную работу, документируя, подсчитывая, записывая и сохраняя события и информацию.
- b. Я знаю, что вести записи очень важно, поэтому отвожу время на то, чтобы фиксировать большую часть происходящего.
- c. Я не считаю ведение записей очень важным. Обычно я знаю, что мне надо сделать или что случилось, и мне не надо это записывать.

4. Результаты: После подсчета очков объясните участникам полученный результат. Если большая часть их ответов а — предпринимательство и карьера бизнес-менеджера могут хорошо им подойти, ведь у них сильное внутреннее чувство мотивации и лидерства. Если большинство ответов В — возможно, работа по найму будет лучшим выбором на сегодня. В то же время при равном соотношении ответов А и В можно рассмотреть вариант работы по найму сейчас с целью стать менеджером компании и затем открыть свой бизнес. Если большинство ответов С, то наилучший вариант получить пользу от курса — улучшать свои общие профессиональные навыки. Путь работы по найму как раз подойдет для накопления опыта.
4. Спросите участников:
- Были ли они удивлены результатами? Почему да или почему нет?
 - Были ли вопросы, которые они не поняли или по поводу которых были не уверены из-за отсутствия опыта?
 - Совпадают ли результаты с тем, что они уже думают о своей будущей деятельности?

УПРАЖНЕНИЕ	4. Учимся у других
ЦЕЛИ	Резюмировать то, что участники узнали за день, и подготовить ко встрече с мотивационными спикерами на следующей сессии
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие, ручка
ВРЕМЯ	15 мин

1. Частично резюмировать упражнения, попросить участников поделиться мыслями о том, как некоторые навыки или характеристики, которые они упоминали в дереве жизни, могут помочь им получать доход или создать свою компанию. Дайте им несколько минут на обдумывание и попросите поделиться размышлениями с паром. Затем выберите 5 или 6 волонтеров из всей группы.
2. Отметьте с участниками то, что в этой сессии они работали со своими коллегами, определили свои личные сильные стороны и навыки и вспомнили о близких людях, которые помогли им стать теми, кто они сейчас, о тех, кто их поддерживает. Спросите участников, куда еще они могли бы обратиться за информацией и помощью по мере продвижения по своей карьерной лестнице. Этот вопрос должен привести к обсуждению поиска и нахождения мест или событий, где участники могли бы общаться с профессионалами, занимающими определенные должности, и которые являются для них авторитетом. Используйте это обсуждение для представления темы следующей сессии, на которой будут выступать несколько мотивационных спикеров с большим опытом работы.
3. Попросите участников открыть учебные пособия на Сессии 2 и в разделе с примечаниями записать три вопроса, которые они хотели бы задать профессионалу, которого они уважают. Эти вопросы они смогут задать на следующей сессии. Если останется время, попросите нескольких участников озвучить свои вопросы, но они не должны быть базовыми. Их следует рассматривать как возможность поучиться у опытного профессионала. Вот пример возможного вопроса: «Какие шаги вы предприняли, чтобы добиться того, что имеете сегодня?»
4. В конце занятия попросите кого-нибудь прочитать ключевые идеи дня и задание из учебного пособия.

Ключевые идеи

- Уверенность и мотивация в первую очередь должны исходить изнутри.
- Даже профессионалы должны уметь работать с другими людьми и решать проблемы с учетом мнения других людей в команде.
- Если вы говорите четко и уверенно, люди будут воспринимать вас более серьезно
- У каждого из нас есть свои умения и навыки, которые помогают достичь целей в жизни, и важно знать о своих сильных сторонах и слабостях, чтобы оценивать себя критически

Задание по учебному пособию

- До следующей сессии выполните следующие задания:
- Подумайте и запишите, как бы вас описали другие люди.
- Опишите свой образовательный опыт
- Добавьте вопросы, которые вы хотели бы задать профессионалам на следующей сессии. Помните, что это успешные в профессиональном плане люди.

СЕССИЯ 3:

МОТИВАЦИОННЫЕ СПИКЕРЫ: МОЙ ОПЫТ И КАК ОН МОЖЕТ ПОМОЧЬ ВАМ



ОБЩИЙ ИТОГ

Получить полезную информацию, вдохновение и новые идеи от профессионалов, которые придут в качестве спикеров-гостей



ЦЕЛИ ЗАНЯТИЯ

1. Определить факторы успеха
2. Предугадать те препятствия, которые могут появиться на пути создания бизнеса или получения работы
3. Больше узнать о шагах, которые следует предпринять, чтобы найти работу или открыть бизнес



НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Учебное пособие
- Флипчарт, ручка/маркер



МЕТОДОЛОГИЯ

- Обзор и резюме
- Обсуждение с партнером
- Спикеры-гости
- Групповое обсуждение, составление списка



ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

2.5-3 часа в зависимости от количества мотивационных спикеров



КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

- Мотивация, вдохновение, качества



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ МЕНТОРА

Подготовьтесь заранее: найдите, по крайней мере, двоих сторонних профессионалов с большим опытом работы и пригласите их в качестве мотивационных спикеров.

Лучше всего связаться с местными компаниями, у которых могут быть свои интересы в отношении поддержки молодежи. Пригласите в равном количестве мужчин и женщин разных специальностей из компаний разных направлений. Можно начать с поиска в вашем собственном центре и продолжить поиск партнеров в НПО или обратиться в кадровые агентства.

Убедитесь заранее, что гости-спикеры готовы: подтвердите дату и точное время.

Расскажите, в каком порядке будут выступать, чего вы ожидаете от встречи. В зависимости от того, сколько у вас спикеров, уточните время их выступления.

Рекомендуется выделять около 20 минут на спикера и еще 5-10 минут на вопросы.

Заранее расскажите гостям о программе, ее участниках и чему ребята пытаются научиться. Попросите их рассказать:

- о собственном опыте и как они пришли к тому, что имеют;
- как планировали достижение своих целей;
- какие шаги предприняли, чтобы получить эту работу или открыть эту компанию;
- какие качества были вам присущи,
- что может делать молодежь для достижения своих целей,
- с какими препятствиями и барьерами можно столкнуться, достигая целей и осуществляя мечты.

Для выполнения упражнения «Карьерные шаги» заранее установите флипчарты, следуя инструкциям в упражнении.



РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЯ

- | | |
|---------------------------------|-----------|
| 1. Проверка по учебному пособию | 10 мин |
| 2. Подготовка к спикерам-гостям | 20 мин |
| 3. Мотивационные спикеры | 75-90 мин |
| 4. Карьерные шаги | 45 мин |
| 5. Ключевые идеи | 15 мин |

УПРАЖНЕНИЕ	1. Повторение последней сессии и проверка упражнения из учебного пособия
ЦЕЛИ	Участники делятся информацией, которую записали в учебном пособии
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие
ВРЕМЯ	10 мин

1. Попросите участников ответить на следующие вопросы:
 - Что они приобрели в ходе прошлой сессии?
 - Как они могут использовать информацию во время оставшейся части программы?
2. Участники делятся информацией, которую они записали в учебном пособии, кроме вопросов спикерам-гостям. Это нужно будет сделать во время следующего упражнения.

УПРАЖНЕНИЕ	2. Подготовка к встрече с мотивационными спикерами и их представление
ЦЕЛИ	Подготовить вопросы для спикеров-гостей
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие
ВРЕМЯ	20 мин

1. Участники в парах зачитывают друг другу вопросы, которые они хотят задать спикерам-гостям. Попросите их помочь друг другу более полно раскрыть вопросы. Цель — получить ценную информацию и идеи от спикеров. Пройдитесь среди участников, чтобы поучаствовать в обсуждении некоторых вопросов и поделиться комментариями.
2. Попросите добровольцев определить, кто такой «мотивационный спикер». Здесь нет неправильных ответов, но участникам будет полезно понять, что этих людей пригласили, чтобы у них учиться и подражать им на пути к работе по найму или предпринимательству.
3. Кратко представьте спикеров и расскажите про формат презентаций. Укажите временные рамки сессии. Если у вас больше двух спикеров, между их выступлениями можно сделать небольшой перерыв. Объясните, чего вы ожидаете от участников: например, стоит ли ждать с вопросами до конца или их можно задавать по ходу презентации. Уточните, что времени задать вопросы от всех участников или задать все вопросы каждому спикеру не хватит. Им следует сосредоточиться на наиболее актуальных, полезных и интересных вопросах. Дайте задание участникам: когда они задают вопрос, следует записать его и ответ спикера (кратко) в сессии 3 учебного пособия.
4. Четко укажите, что это презентации, а не интерактивные упражнения. Посоветуйте участникам делать пометки в учебных пособиях и записывать дополнительные вопросы, которые придут им в голову во время презентаций.

УПРАЖНЕНИЕ	3. Мотивационные спикеры
ЦЕЛИ	Узнать у спикера-гостя о факторах успеха и накопленном опыте
МАТЕРИАЛЫ	Учебные пособия
ВРЕМЯ	75-90 мин

1. поприветствуйте гостей и представьте их повторно, если необходимо. Спросите у спикеров, каким образом им можно задавать вопросы во время их презентаций.
2. Посадите участников полукругом лицом к спикерам-гостям. Это можно сделать в аудитории и вне ее.
3. Пригласите первого гостя к участникам.
4. Предоставьте гостю отведенное ему время и помогите участникам задать вопросы. Участники должны задать следующие вопросы:
 - Менялись ли ваши цели/мечты со временем?
 - Как/почему вы выбрали этот путь?
 - Какой совет вы бы дали молодежи?
5. Продолжайте так же с другими спикерами и их презентациями. Если необходимо, делайте короткие перерывы между выступлениями. После того как все спикеры выступили, попросите участников поблагодарить спикеров за встречу и отпустите их.

6. Предоставьте возможность участникам обсудить в малых группах, какую самую важную информацию они узнали и от какого спикера.
7. Через 10 минут попросите добровольцев рассказать, о чем они говорили в своих группах.

УПРАЖНЕНИЕ	4. Карьерные шаги
ЦЕЛИ	Помочь участникам обозначить шаги, которые надо предпринять, чтобы найти работу или открыть свою компанию
МАТЕРИАЛЫ	Флипчарты и маркеры
ВРЕМЯ	45 мин

1. Продолжайте анализировать советы, полученные от спикеров.
2. Объясните участникам, что они будут резюмировать действия, – их им нужно предпринять, чтобы найти работу или открыть свою компанию – на основании информации, полученной от спикеров.
3. Установите три флипчарта. Один с фразой «Открыть новый бизнес», другой – «Найти работу», третий – «Продвинуться в карьере».
4. Пригласите участников выйти и на основании личного опыта и предпочтений написать на флипчартах разные шаги, которые им надо предпринять, чтобы достичь цели, написанной на листе. Они могут писать в любой части листа, но следите за тем, чтобы надписи были читаемыми и находились не слишком близко друг к другу. Пригласите всех участников выполнить это упражнение, чтобы каждый вписывал по одному шагу по очереди. Лучше всего, если это будет происходить одновременно на каждом листе, но вы также можете попросить участников работать над листами по очереди. Это займет немного больше времени.
5. Примерно через десять минут проанализируйте и скорректируйте перечисленные на флипчартах шаги или попросите участников пояснить свои ответы. Начните групповое обсуждение и добавьте пункты, которых не хватает.
6. После этого пройдитесь по каждому из трех сценариев и попросите участников помочь вам расставить шаги последовательно, проставив 1, 2, 3, ... рядом с надписями. Попросите открыть раздел примечаний учебного пособия и записать шаги в правильном порядке с того флипчарта, который лучше всего отражает их текущие цели.

УПРАЖНЕНИЕ	5. Ключевые идеи
ЦЕЛИ	Резюмировать то, что участники узнали за день, и попросить их применить это к их собственной ситуации
МАТЕРИАЛЫ	Флипчарт, ручка, учебные пособия
ВРЕМЯ	15 мин

1. Объясните участникам, что они будут анализировать шаги, которые назвали сегодня, на следующей сессии во время работы над постановкой целей.
2. К этому моменту участники должны быть уже знакомы с системой ключевых идей, которыми вы заканчиваете каждую сессию. Попросите группу назвать три собственные ключевые идеи.
3. Убедитесь, что все понимают и помнят, что такое ключевые идеи (можете попросить участников еще раз прочитать из Сессии 2). После этого попросите нескольких добровольцев рассказать, какие идеи, по их мнению, можно было извлечь из сегодняшней сессии. Постарайтесь сделать так, чтобы высказалось 6-7 человек. Если вам кажется, что говорят постоянно одни и те же люди, вызывайте не добровольцев, а конкретных участников, которые обычно не делятся своими идеями.
4. Напишите каждую из идей на флипчарте. Теперь попросите участников проголосовать за три лучшие. Скажите, что каждый может проголосовать за три ответа. Читайте идею, а затем просите проголосовать за нее. Запишите число голосов рядом с каждой идеей. Продолжайте до тех пор, пока все не проголосуют, напоминая, что участники могут голосовать только за три ответа. Три победившие в голосовании ответа станут ключевыми идеями этой сессии – пусть участники запишут их в свои учебные пособия.
5. В конце сессии попросите кого-нибудь прочитать задание из учебного пособия.

Ключевые идеи (предлагаются участниками этой сессии)

- 1.
- 2.
- 3.

Задание в учебном пособии (дается участниками этой сессии)

- Опишите свой предыдущий опыт работы
- Запишите три профессиональные качества, которыми вы обладаете



СЕССИЯ 4:

ПОСТАНОВКА СОБСТВЕННЫХ ЦЕЛЕЙ



ОБЩИЙ ИТОГ

Научиться определять шаги достижения реалистичных целей



ЦЕЛИ ЗАНЯТИЯ

1. Определить реалистичные цели, основанные на шагах по карьерной лестнице
2. Продолжать учиться определять шаги по достижению этих целей
3. Оценить возможность достичь их, завершив личностный анализ
4. Подготовиться к социальному проекту



НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Учебное пособие
- Флипчарт, ручка/маркер
- Бумага, ручка



МЕТОДОЛОГИЯ

- Анализ
- Групповое обсуждение
- Индивидуальная работа над письмом/составлением схемы



ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

3 часа



КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

- Цели, угрозы, сильные стороны, слабые стороны



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ МЕНТОРА

Просмотрите упражнения по установлению целей и SWOT-анализу заранее и подготовьте собственные примеры, которыми можно поделиться с группой. Эта сессия посвящается переходу от того, что участники узнали от спикеров, к постановке целей и определению дальнейших шагов. SWOT-анализ — это хороший инструмент, который поможет участникам чувствовать себя комфортно, поскольку его можно повторно использовать в будущем.

Некоторые из этих материалов будут рассматриваться с коучем, если коучинг является частью программы и компонентов работы по найму и предпринимательству. Они используются в качестве введения в стратегическое планирование и помогут участникам в работе над продвижением по выбранному пути.

Важно не пропускать последнее упражнение в этой сессии, потому что участникам нужно начать готовиться к социальному проекту, который будет частью Сессии 5.



РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЯ

- | | |
|--|--------|
| 1. Проверка по учебному пособию | 10 мин |
| 2. Переходы | 25 мин |
| 3. Постановка целей | 60 мин |
| 4. SWOT-анализ | 60 мин |
| 5. Подведение итогов и подготовка к следующей сессии | 25 мин |

УПРАЖНЕНИЕ	1. Проверка упражнения из учебного пособия
ЦЕЛИ	Участники делятся информацией, записанной в учебных пособиях
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие
ВРЕМЯ	10 мин

1. Участники делятся информацией, которую они записали в учебные пособия для предыдущей сессии. Вызовите нескольких участников, которые хотели бы поделиться своими профессиональными качествами.

УПРАЖНЕНИЕ	2. Переходы
ЦЕЛИ	Установить связь между шагами Сессии 3 и упражнениями 4-й сессии по постановке целей
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие
ВРЕМЯ	25 мин

1. Попросите участников поделиться собственным определением слова «переход». Что означает это слово? Какое значение оно имеет для участников лично? Чувствуют ли они, что сейчас в их жизни переходный период? Почему?
2. Отметьте, сколько ответов относятся к карьере, и попросите давать ответы, связанные с работой, если участники больше говорят о личном.

Примечание для ментора

В зависимости от возраста участников можно зачитать утверждения ниже и попросить их высказаться о них.

Юношество или молодость — это период, когда мы переходим от детства к взрослой жизни, переход, который никому не дается легко. Тем не менее это волнующий период, потому что вы ощущаете, что «начинаете жизнь», когда берете на себя больше ответственности и принимаете решения о своем будущем. Хоть и никто не ожидает, что мы спланируем всё в своей жизни, надо делать всё, что в наших силах, чтобы устанавливать цели и определять шаги по их достижению. Нам также надо начинать думать о деньгах, работе и предпринимательстве. Только так мы можем контролировать свою жизнь и пытаться направить ее в то русло, в которое хотим. Никто не сделает это за нас. Нам надо делать это самим и начать уже сегодня.

3. После этого попросите их подумать о будущем. Они могут закрыть глаза и нарисовать следующую картину:
 - как они получают доход через год;
 - что-то личное, чего они хотели бы достичь за год.
4. Быстро разделите учеников на пары и попросите поделиться визуализациями друг с другом. Картинка о том, как получать доход, будет лучшим вариантом. На этом этапе она необязательно должна быть полностью практичной.
5. Снова объедините группу и выслушайте некоторые из идей о получении дохода. Объясните, что сегодня участники будут переходить от шагов, о которых они узнали от спикеров-гостей на прошлой сессии, к достижению целей по реализации своего плана.
6. Попросите участников достать учебные пособия и просмотреть записанные шаги. Им может понадобиться переписать шаги из Сессии 4 (раздел примечаний) на отдельный листок бумаги, чтобы было больше места для записи ассоциируемых целей, полученных в результате мозгового штурма.

УПРАЖНЕНИЕ	3. Постановка целей
ЦЕЛИ	Показать участникам, что целей сложно достичь без тщательного планирования
МАТЕРИАЛЫ	Ваша собственная карта достижения целей с одной полностью заполненной строкой, учебные пособия и/или бумага
ВРЕМЯ	60 мин

1. Теперь попросите участников дать свое определение цели. Попробуйте выделить что-то схожее со следующим определением: *цель — это то, чего мы хотим достичь в отношении работы, образования, здоровья или семьи.*
2. Выделите несколько примеров из группы целей, которые могут быть у участников, следя при этом

за тем, чтобы некоторые ответы относились к бизнесу, а некоторые — к личной или общественной жизни. Попросите участников подумать над некоторыми из картинок, которые они представили во время предыдущего упражнения.

3. Объясните, что для достижения целей необходимо тщательное планирование. Нужно ставить перед собой реалистичные цели и определять шаги, необходимые для их достижения.
4. Объясните, что также надо определить, как финансы влияют на поставленные цели, и начало планирования, как получить деньги, необходимые для достижения этих целей.
5. Попросите участников открыть учебные пособия и просмотреть шаги, которые нужно предпринять на пути к карьерной цели. Им нужно определить достижимую цель или две для каждого шага. Например, если шаг 1 — это получение университетской степени, и он еще не выполнен, следует записать:
 - «Цель 1: Подать документы и зачислиться в соответствующий университет ИЛИ закончить университет в течение трех лет».
6. Убедитесь, что на каждый шаг они написали по крайней мере одну цель. Если какие-то шаги уже выполнены, конечно, для них цели устанавливать не нужно. Дайте 15 минут на выполнение этого задания.
7. Далее помогите участникам заполнить карту достижения целей.

МЕТОД

Покажите группе свою подготовленную карту достижения целей как пример. Иллюстрация приведена ниже в качестве примера.

ЦЕЛЬ ОТКРЫТЬ СОБСТВЕННЫЙ БИЗНЕС ИЛИ УСТРОИТЬСЯ ПО НАЙМУ	ШАГИ, КОТОРЫЕ СЛЕДУЕТ ПРЕДПРИНЯТЬ, ЧТОБЫ ДОСТИЧЬ ЦЕЛИ	СКОЛЬКО ДЛЯ ЭТОГО НЕОБХОДИМО ДЕНЕГ?
1.		
2.		
3.		
4.		

Дайте участникам время на то, чтобы скопировать цели и записать дальнейшие шаги по достижению этих целей. Продолжая предыдущий пример: если они выбрали цель «Закончить университет за три года» – вот шаги, которые они могут перечислить: взять дополнительный курс в семестр, выделить больше времени на учебу для улучшения оценок, найти работу на неполную ставку, чтобы оплачивать больше курсов и т.д.

Им также следует подумать, какие финансовые затраты понадобятся для достижения целей. Это может быть только предположение, но для участников важно просто начать думать об этом.

В таблице выше есть место для записи только двух шагов по реализации одной цели, но если они скопируют ее себе в учебное пособие, можно оставить место для стольких шагов на цель, сколько потребуется.

Во время работы участников над заданием следует оказывать им помощь советом, просить мыслить глубже. После завершения задания вы можете попросить их поделиться некоторыми целями и шагами с партнерами или всей группой.

8. Закончите упражнение групповым обсуждением:

- *Что значит «реалистичная» цель?*
- *Какие шаги, которые помогут вам достичь своей цели, вы можете предпринять прямо сейчас? Какие шаги вы можете предпринять за год? Для каких шагов нужны деньги?*
- *Как вы заработаете или сэкономите достаточно денег для достижения своей цели?*
- *Где вы займете денег или во что инвестируете их, чтобы достичь своей цели?*
- *С какими препятствиями вы можете столкнуться при достижении своей цели? Как вы преодолеете эти препятствия?*
- *Кто может помочь вам в достижении цели? Кто может помешать?*
- *Какие другие ресурсы доступны для достижения вашей цели?*
- *Чем вы можете пожертвовать, чтобы достичь вашей цели?*

УПРАЖНЕНИЕ	4. SWOT-анализ
ЦЕЛИ	Сформировать у участников понимание возможностей и проблем, связанных с их целями
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие как пример вашего SWOT-анализа
ВРЕМЯ	60 мин

1. Попросите участников открыть начало Сессии 4 в учебном пособии.
2. Объясните, что они будут проводить SWOT-анализ для некоторых из целей, которые сейчас определили. Расскажите в общем, что такое SWOT-анализ.

Примечание для ментора

Если в вашу программу включен коучинг, может оказаться, что коучи уже обучали SWOT-анализу участников. В этом случае попросите участников вспомнить и объяснить, что такое SWOT-анализ. В то же время сообщите им, что сейчас они будут проводить еще один анализ, более детальный, для более мелких целей, которые они записали сегодня. С коучами они анализировали общую цель получения работы, смены на более комфортную работу или создания бизнеса – давали гораздо более общую оценку.

3. Выберите нескольких добровольцев, которые зачитают разные разделы анализа из учебного пособия. Они скопированы для вас здесь.

S Сильные стороны

- Каковы навыки, таланты и способности, которыми я обладаю и которые могут помочь мне достичь цели?
- Какие ресурсы у нас есть для достижения моей цели?
- Есть ли у меня какие-то знания или опыт в этой области?

W Слабые стороны

- Какие навыки, таланты и способности мне надо получить или улучшить для достижения своей цели?
- Хватает ли мне знаний и опыта?
- В чем я еще плохо разбираюсь и как я могу улучшить ситуацию?

O Возможности: внешние ресурсы, которые могут помочь вам достичь цели.

- Кого я могу попросить о помощи и поддержке?
- Какие другие ресурсы могут стать доступными для меня?

T Угрозы: риски, которые помешают мне достичь цели.

- Какие препятствия блокируют мою цель?
- Какие другие угрозы могут помешать мне достичь цели?

4. Далее зачитайте свой пример: историю человека, который хочет открыть магазин велосипедов. Вы можете привести и свой личный пример.
5. Убедитесь, что участники все понимают, и напомните им о необходимости использовать вспомогательные вопросы при заполнении собственного анализа. В учебном пособии в собственном примере участникам надо указать только одну или две своих цели (если указано больше одной, они должны быть связаны одинаковыми факторами). Участники заполняют свою таблицу на основании выбранной цели.

УПРАЖНЕНИЕ	8. Подведение итогов и подготовка к следующей сессии
ЦЕЛИ	Резюмировать то, что участники узнали за день, и начать подготовку социального проекта для следующей сессии
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие
ВРЕМЯ	25 мин

1. Сообщите участникам, что сегодняшняя сессия была очередной в продолжительном процессе. Никто не ожидает, что они смогут точно определить все цели за день. Сегодня они выполняли упражнения, которые помогут сосредоточиться на проблеме.
2. Тем не менее в течение следующей недели они должны посвятить как можно больше времени обдумыванию конкретного предприятия или цели, которые приведут к прибыли: того, что они хотели бы изучать и разрабатывать в течение всего оставшегося курса.

- 3. Важный шаг.** Подготовьте участников к следующей сессии, объяснив, что сейчас они обсуждали, где можно получить поддержку и найти возможности, и сосредоточились на собственных целях и слабых/сильных сторонах. К следующей сессии им нужно провести исследование онлайн или среди знакомых, чтобы определить какую-либо проблему в сообществе, где находится учебный центр. Это может быть любая социальная проблема. Много ли людей без работы? Грязные ли улицы или вода? Много ли пробок на дорогах? Много ли детей не заканчивают школу? Знает ли молодежь, где искать работу? Вот лишь некоторые наводящие вопросы, но попросите участников подумать и быть креативными. Они даже могут выбрать проблему, которую лично, по их мнению, не могут решить. Цель упражнения состоит в том, чтобы на следующей неделе все вернулись на сессию с 2-3 конкретными идеями.
4. Объясните, что группа будет обсуждать вопросы в начале следующей сессии и голосовать за них, а затем – работать вне аудитории над постановкой целей для решения проблемы.
5. В конце обратите их внимание на учебные пособия и попросите прочитать ключевые идеи и задание.

Ключевые идеи

- **Цель — это то, чего мы хотим достичь в отношении работы, образования, здоровья или семьи.**
- **Для достижения наших целей необходимо тщательное планирование. Необходимо ставить реалистичные цели и определять шаги, необходимые для их достижения.**
- **Необходимо определить, как деньги влияют на наши цели, и начать планировать, каким образом можно заработать ресурсы, необходимые для достижения наших целей.**

Задание по учебному пособию

- **Используя выполненный SWOT-анализ, участники должны заполнить страницу, перечислив конкретные способы применения своих способностей и возможностей, а также пути преодоления слабых сторон и устранения рисков на пути к цели.**



СЕССИЯ 5:

КРИТИЧЕСКОЕ МЫШЛЕНИЕ И РЕШЕНИЕ ПРОБЛЕМ



ОБЩИЙ ИТОГ

В этой сессии участники знакомятся с методами, которые помогают развить критическое мышление. Это первый шаг в поиске решений через глубокое понимание проблемы вместо необдуманных быстрых действий по поиску ее решения



ЦЕЛИ ЗАНЯТИЯ

1. Участники учатся разным подходам выявления проблем и поиска их решения
2. Участники применяют эти подходы к решению социальной проблемы
3. Участники понимают, как применять новые методы поиска и решения проблем, и работают над презентацией



НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Листы для флипчарта и маркеры
- Бумага и ручки
- Учебные пособия



МЕТОДОЛОГИЯ

- Разминка
- Групповой проект: составление схемы проблемы
- Групповой проект: вне аудитории — наблюдение за окружающим сообществом и общение с его членами
- Аудиторное обсуждение



ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

3 часа



КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

- Проблема, решение, критическое мышление



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ МЕНТОРА

Способность комплексно анализировать проблемы или вопросы важна для нашей личной жизни так же, как для бизнеса или работы по найму. Сначала мы помогаем участникам освоить методы анализа этих проблем и вопросов, затем обучаем их применять. Проект этой сессии посвящен групповой работе, направленной на определение социальной проблемы и выбор её решений.

Для составления схемы выявления и анализа проблемы вам может понадобиться пример, демонстрирующий участникам, что им необходимо делать. Заранее подготовьтесь к социальному проекту и четко определите, чего вы хотите от участников и каковы финальные цели проекта (презентация в Сессии 6). Выражайтесь ясно и несколько раз проверьте, насколько участники понимают поставленные задачи, прежде чем они займутся наблюдением за местным населением и его опросом. Проследите, чтобы ребята следовали правилам поиска и анализа проблем, придерживались соответствующего поведения при его осуществлении, уложились в указанные сроки. Вам также надо мотивировать группу подходить к выполнению задания серьезно и ответственно.



РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЯ

- | | |
|-------------------------------------|--------|
| 1. Кто начал движение | 10 мин |
| 2. Проект «Социальная проблема» | 60 мин |
| 3. Социальные наблюдения и опросы | 90 мин |
| 4. Сценарий решения личной проблемы | 20 мин |

УПРАЖНЕНИЕ	1. Кто начал движение?
ЦЕЛИ	Быстрая разминка, посвященная тому, как интересно быть наблюдательным
МАТЕРИАЛЫ	Отсутствуют
ВРЕМЯ	10 мин

- Соберите участников в круг и попросите одного добровольца выйти из комнаты.
- Выберите участника в комнате и попросите его выполнить какую-нибудь последовательность движений.
- Этот человек начинает двигаться: хлопать, махать руками, топтаться на месте, кивать и т.д. – а все остальные копируют эти действия, стараясь действовать в унисон. Время от времени ведущий меняет движение, и остальные должны немедленно переключиться на новое движение. Скажите группе, что через минуту вы приведете в комнату человека, который вышел. Его задача — наблюдать за группой и определить, кто ведущий и показывает движения. Задача группы — пытаться следовать за движениями ведущего быстро и не глядя на него, чтобы запутать добровольца. Поясните лидеру: он может просто повторять последовательность движений, а не придумывать новые.
- Добровольца приглашают в комнату, он становится в круг и старается определить ведущего. Дайте ему возможность за несколько раз угадать, кто это.
- Повторите то же, попросив еще одного добровольца выйти, и назначьте нового ведущего.
- Все эти действия займут всего несколько минут, даже если провести два круга.

7. Закончив разминку, пригласите всех занять свои места и попросите добровольцев, которые выходили из комнаты, объяснить стратегию, которой они пользовались, чтобы понять, кто ведущий. Это подходящее время, чтобы поговорить о стратегиях наблюдения. Дайте участникам высказать свои идеи и сформулировать список. Это будет связано со следующим упражнением, в котором вы перейдете к решению задач и выбранных социальных проблем.

УПРАЖНЕНИЕ	2. Проект «Социальная проблема»
ЦЕЛИ	Это упражнение идет в связке с домашним заданием участников и помогает им развивать аналитическое мышление в отношении причин и следствий выбранных социальных проблем
МАТЕРИАЛЫ	Флипчарт, маркер, большой лист бумаги, ручки
ВРЕМЯ	60 мин

- Все участники в рамках домашнего задания для прошлой сессии должны были выявить какую-либо проблему в своем сообществе или найти пути ее решения. Проведите круглый стол, выслушайте все идеи и дайте участникам рассказать о них более подробно. Запишите проблемы на флипчарт. Предложите ребятам распределиться по группам с учетом выбранной ими социальной проблемы. Оптимальный результат — не менее 3-4 групп.
 - Если в конце обсуждения кто-то остался один, потому что предпочел идею, которую больше никто не выбрал, есть несколько вариантов. Можно сгруппировать таких участников и попросить их проголосовать за лучшую идею. Или попросить их присоединиться к одной из групп. Или они могут самостоятельно работать над проектом, что будет хорошим упражнением для желающих стать предпринимателем.
- После того как участники разделились на группы, проведите упражнение по построению схемы описания проблемы. Дайте каждой группе большой лист бумаги и ручку.
- Попросите их нарисовать большое дерево и написать проблему в одно предложение на его стволе.
- Следующий шаг — определение причин этой проблемы. Попросите участников ответить на наводящие вопросы. Почему эта проблема существует? Каковы причины этой проблемы? Почему, по вашему мнению, она есть? И записать 5-6 причин на месте корней. Уточните у групп, понимают ли они важность записывать причины на корнях. Корни — это основа, по которой растет дерево проблем.
- Теперь повторите процесс, попросив их определить следствия проблемы. Что происходит в результате существования этой проблемы? Участники должны придумать 4-5 пунктов и записать их на ветвях дерева.
- Когда схема готова, попросите их объяснить всё остальным участникам. Также задайте вопрос: «Какое влияние проблема имеет на вашу возможность открыть малый бизнес или улучшить его?». Попросите другие группы предложить ещё идеи, которые выступающие смогут добавить в схему, если посчитают нужным.
- После презентаций попросите группы вернуться на свои места.
- Объясните, что следующая часть упражнения — выйти из аудитории на улицу для наблюдения за местным населением и его опроса о выбранной проблеме.

УПРАЖНЕНИЕ	4. Социальные наблюдения и опросы
ЦЕЛИ	Подготовьте и выполните урок «вне аудитории», на котором участники смогут больше узнать о выбранной социальной проблеме и поработать над поиском ее решений
МАТЕРИАЛЫ	Схемы проблем из прошлого упражнения, бумага, ручка
ВРЕМЯ	90 мин

1. В тех же группах или самостоятельно, если участники решили работать в одиночку, дайте ребятам задание сформулировать план работы вне аудитории, чтобы понаблюдать за сообществом и узнать больше о выбранной социальной проблеме. Напомните, что они должны критически размышлять о причинах и следствиях проблемы. Это значит работать над стратегией решения и придерживаться ее. Дайте им 10-15 минут на это.
2. Во время составления плана попросите их подумать, куда они пойдут, что будут искать, анализировать и за чем наблюдать. Сколько людей они попытаются опросить, какие вопросы зададут и прочие важные действия. Перед уходом проверьте все вопросы, которые они собираются задать.
3. Дайте четкие инструкции о том, как долго участники могут отсутствовать (максимум 45 минут), куда и как далеко им стоит уходить, убедитесь, что для выполнения упражнения никому не придется тратить деньги, ездить на машине или подвозить кого-то. В зависимости от расположения вашего центра может понадобиться изменить упражнение.
4. Спросите, есть ли у участников вопросы, и при необходимости просмотрите их опросники.
5. Для подготовки участников к опросам и общению с другими людьми попросите их сначала выполнить небольшое ролевое упражнение.
6. Быстро разделите их на группы по 2-3 человека и попросите по очереди обращаться друг к другу с вопросами, которые они включили в свой опросник. Напомните, что им нужно быть наблюдательными и мыслить аналитически.
7. Когда в процессе ролевой игры участники почувствуют себя уверенно и комфортно, отправляйте их на улицу.

Примечание ментору

Самостоятельно определите, насколько это упражнение выполнимо в вашей группе. Если выходить на улицу опасно, можно внести в упражнение изменения и провести его в офисах/компаниях, которые находятся в том же здании. Если опрос людей невозможно провести там, где проводятся сессии, участники могут выполнить это упражнение в качестве домашней работы, опросив соседей.

Когда участники вернутся, выделите каждой группе/человеку по несколько минут, чтобы поделится своим опытом. Это должен быть быстрый обмен мнениями, потому что реальную презентацию они будут делать во время следующей сессии.

Попросите группы и тех, кто работает самостоятельно, снова посмотреть на схемы своих проблем. Дайте им 10 минут, чтобы на основании того, что они узнали, нарисовать большое солнце и добавить 3 решения, которые они нашли для своей проблемы. Напомните, что это нужно, чтобы определить действия, которые люди могут предпринять для её устранения. В конце упражнения группы могут потратить оставшееся время на презентацию, которую они будут делать на следующей сессии. Они должны уметь четко объяснить, в чем состоит проблема, ее причины, следствия (с учетом информации из опросов) и объяснение потенциальных решений с четко описанными шагами. Им необязательно заканчивать подготовку в этот же день. Если участники работают в группах, им нужно разделить между собой задания, чтобы каждый поработал дома. У них также будет время поработать вместе перед презентацией на следующей сессии. Им следует обратить особое внимание на следующее:

Какие изменения должны произойти для реализации решения?

Что нам понадобится сделать, чтобы реализовать решение в реальной жизни?

Кто может помочь Вам реализовать данное решение?

УПРАЖНЕНИЕ	5. Сценарий решения личной проблемы
ЦЕЛИ	Дать участникам возможность лично поразмышлять о проблеме, связанной с жизненным выбором/работой
МАТЕРИАЛЫ	Сценарий Анны
ВРЕМЯ	20 мин

1. Спросите у всей группы: «Почему важно уметь определять причины проблем? Почему важно определять следствия? Почему важно тратить время на анализ проблемы и проводить исследования/спрашивать других людей перед тем, как придумывать решения? Как это можно применить к рабочей ситуации?»
2. Завершите сегодняшнюю сессию составлением сценария личной проблемы, связанной с работой. Прочитайте о ситуации Анны, описанной в таблице ниже. Здесь приводится много информации и больше чем одна проблема. Существует не только одно решение или совет.

Анне 21 год, она живет в Луганске. Через два месяца она выходит замуж и переезжает в Киев жить с семьей своего мужа. Раньше Анна жила на ферме, поэтому сейчас она рада новым возможностям, которые откроются перед ней в городе. Ее муж управляет киоском, и девушка хочет работать с ним первые несколько месяцев. Хотя Анна ушла из школы в раннем возрасте, у нее есть предпринимательские навыки и идеи. Когда она научится вести бизнес, сможет искать и другие рабочие возможности. У нее много идей, как сделать киоск более прибыльным. Девушка знает: чтобы зарабатывать больше денег, лучше найти другую работу не в киоске, но она всегда мечтала иметь собственный бизнес. В то же время ее друзья и семья посоветовали ей быть практичной и не торопиться. Анне стоит быть довольной работой в киоске мужа или искать соответствующую работу?

3. Попросите участников разбиться на небольшие группы по 3-4 человека и определить следующее:
 - две проблемы, которые стоят перед Анной,
 - их причины,
 - следствия этих проблем,
 - 1-2 решения или совета для Анны.
4. Пусть группы поделятся выявленными *проблемами* и *решениями* с остальными. Обсудите одинаковое и разное в том, что они определили.
5. Попросите их подумать о проблеме/решении с точки зрения установления целей.
6. Подчеркните, что в случае Анны некоторых целей можно достичь за короткий период, а некоторые потребуют какого-то времени. Установление цели — это форма решения проблемы. Важно показать, что проблемы имеют не одно решение, и некоторые требуют времени.
7. Спросите участников:
 - какие из ее/ваших проблем можно решить за короткий период времени?
 - какие нужно решать дольше?
8. В конце спросите, был ли у кого-то такой же опыт, как у Анны? Как они решили эти проблемы или работали над их решением?
9. Зачитайте ключевые идеи ниже.

Ключевые идеи

- **Важно наблюдать за собой и своим окружением, чтобы выявить существующие вопросы или потенциальные проблемы.**
- **Следует критически размышлять о причинах и следствиях проблем перед тем, как их решать.**
- **Не стоит торопиться с решениями: часто существует множество решений. Мы находим их благодаря тщательному исследованию и анализу проблемы, опросу других людей.**
- **Зачастую решения могут быть связаны с постановкой цели, а это значит, что многое нельзя решить в одночасье. Следует обращаться к другим людям за помощью и поддержкой.**

Задание в учебном пособии/групповое задание

- **Продолжайте работу в Сессии 4. Участникам следует продолжить заполнять личную информацию в Сессии 5.**
- **Им также нужно выполнить задания, полученные в их группе для подготовки презентации к следующей сессии.**

СЕССИЯ 6:

НАВЫКИ ОБЩЕНИЯ



ОБЩИЙ ИТОГ

Эта сессия посвящена навыкам общения как первичному средству развития ассертивного поведения



ЦЕЛИ ЗАНЯТИЯ

1. Участники различают пассивный, агрессивный и ассертивный стили общения, могут определять собственный доминантный режим общения.
2. Участники демонстрируют способность подробно описывать проблему и предлагать решения посредством такого коммуникационного средства, как презентация.



НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Листы для флипчарта и маркеры
- Бумага и ручки
- Учебные пособия



МЕТОДОЛОГИЯ

- Групповой анализ
- Ролевая игра, опросы
- Презентации
- Групповое обсуждение



ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

3 часа



КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

- Коммуникация пассивная, агрессивная, ассертивная; презентация



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ МЕНТОРА

Эта сессия продолжает готовить участников к профессиональной деятельности, а также к предстоящей презентации. Позже на одной из сессий участникам нужно будет выступить с индивидуальными презентациями, чтобы объяснить группе свой выбор пути: работы по найму или предпринимательства. Рекомендуется заранее просмотреть задания в учебном пособии, чтобы знать, как связаны между собой сессии и их направления.

В этой сессии есть несколько сценариев и вопросов группе, поэтому заранее подготовьте флипчарты, чтобы не зачитывать инструкции несколько раз. Самый лучший вариант – показать слайды или распечатать раздаточные материалы. Экономия времени на обратную связь по презентациям очень важна для процесса обучения. Помните, что важно давать как позитивные (что сделано хорошо), так и конструктивные (над чем надо поработать и что можно сделать лучше) комментарии.



РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЯ

- | | |
|---|---------|
| 1. Проверка задания по учебному пособию | 15 мин |
| 2. Стили общения | 105 мин |
| 3. Презентации о социальных проблемах и их решениях | 50 мин |
| 4. Подведение итогов | 10 мин |

УПРАЖНЕНИЕ	1. Проверка задания по учебному пособию
ЦЕЛИ	Участники делятся личными размышлениями, записанными в учебном пособии в рамках задания из предыдущей сессии
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие
ВРЕМЯ	15 мин

1. Проверка упражнений, которые участникам нужно было сделать в учебном пособии.
2. Задайте следующие вопросы:
 - Смогли ли вы найти кого-то, кто ответил на вопросы?
 - Как для вас прошло задание собрать ответы на вопросы?
 - Можете ли вы рассказать о талантах/аспектах, которые у вас есть/в которых вы разбираетесь?
3. Напомните участникам: сегодня они учатся эффективным стратегиям коммуникации и особое внимание необходимо обращать на выступления с презентацией. У них будет время завершить и показать групповую презентацию по проекту выбранной социальной проблемы. Также они узнают, что позже поможет им сделать презентацию о выборе работы по найму или предпринимательства.
4. Объясните, что на этой сессии вы будете сначала выполнять упражнения на эффективное общение.

УПРАЖНЕНИЕ	2. Стили общения
ЦЕЛИ	Показать разные стили общения и дать участникам возможность подумать над собственным доминирующим стилем общения. Применить ученикам на практике полученные навыки и почувствовать связь с проектом о социальной проблеме
МАТЕРИАЛЫ	Флипчарт, маркер, бумага/ручки или учебные пособия
ВРЕМЯ	105 мин

1. Выберите шесть человек для разыгрывания 3 ситуаций, описанных ниже. Им сообщают только основную информацию, и пары сами интерпретируют и разыгрывают сценарии. У каждой пары будет 1-2 минуты на обыгрывание ситуации. Они могут говорить, передвигаться, предпринимать какие-то действия — всё, что считают нужным. Рекомендуется пригласить двух самых общительных участников вместе и попросить их выступить первыми, чтобы показать хороший пример.

Примечание ментору

Следующие сценарии следует адаптировать, используя актуальные местные имена вместо Сторона А и Сторона В.

- a. Сценарий 1. Сторона А — учитель, а Сторона В — 17-летний ученик в его классе. Они обсуждают будущее Стороны В. Ученик не хочет учиться или искать работу. Они не могут договориться, что нужно делать Стороне В для обеспечения своего будущего.
 - b. Сценарий 2. Сторона А владеет малым бизнесом. Он или она встречают Сторону В на свадьбе. Сторона В только начала поиски своей первой работы. Сторона А не нанимает новых работников, но Стороне В нравится его компания, и он/а хотели бы там работать.
 - c. Сценарий 3. Сторона А и Сторона В встретились полгода назад и стали друзьями. Они оба учатся ведению бизнеса и интересуются кулинарией. Они обсуждают, что могли бы делать после окончания университета. Сторона В не очень хочет работать со Стороной А.
2. После выступления каждой из трех пар попросите всех участников обсудить три сцены и высказать мнение по их поводу. Дайте им обсудить любые аспекты ролевой игры. Возможно, кто-то узнает в ситуации себя. Или у кого-то был подобный опыт. Возможно, какой-то диалог показался им очень неудобным или они могут предложить варианты, при которых разговор мог бы пройти лучше. Поддерживайте разговор в течение десяти минут и затем медленно переведите его в русло обсуждения взаимоотношения между общением и поведением, которое продемонстрировали участники. Ближе к концу обсуждения спросите: *«Какой тип поведения или подход показал каждый человек в каждой из ситуаций?»*
 3. Нарисуйте на флипчарте схему, на которой в каждом сценарии отдельно изображены Сторона А и Сторона В. Рядом с каждой ролью запишите прилагательные, которые участники использовали для описания поведения во время ролевой игры. Например, они могут сказать, что Сторона А из сценария 2 была груба со Стороной В, тогда вы можете записать «грубый», «пренебрежительный» и т.д. Еще один пример: им может понравиться, как Сторона В разобралась с ситуацией в сценарии 3, и тогда вы услышите «вежливый» и «тактичный».
 4. Попросите нескольких добровольцев рассказать, как они реагировали, когда их заставляли делать то, чего они не хотели. Постарайтесь собрать несколько разных ответов, например, спросив, кто поступил бы по-другому в этой ситуации. Попросите участников отвечать честно.
 5. Дайте им лист бумаги и объясните, что сейчас вы зачитаете 5 вопросов, а у них будет по 30 секунд на каждый ответ после каждого. Нужно отметить а, b или c. Укажите, что это не тест и здесь нет правильных и неправильных ответов: это просто опрос, который поможет им определиться с коммуникационными предпочтениями. Участники дают ответы самостоятельно.

1. Три месяца назад ваш сосед сказал, что у него есть работа для вас, но с тех пор вы от него ничего не слышали. Один раз вы позвонили узнать об этом, но он был занят и пообещал перезвонить. Он не перезвонил. Вы:

- a. Решите забыть об этом и не спрашивать больше.
- b. Позвоните ему снова, один или два раза, пока не получите реальный ответ о возможности получить работу.
- c. Позвоните ему снова и скажете, что с его стороны было невежливо не рассказать вам больше о своем предложении.

2. Одноклассник или коллега по работе, который был груб с вами, когда вы работали над предыдущим проектом, попросил вас поработать над новым проектом снова с ним, потому что учитель/начальник публично похвалил вас за хорошую работу в прошлый раз. Вы:

- a. Согласитесь и станете работать над новым проектом вместе. Кто знает, может, он изменился?
- b. Объясните, что вам будет некомфортно работать с ним снова, потому что вам показалось, что в прошлый раз всё прошло не очень хорошо.
- c. Скажете ему «Нет!»

3. Вы решили, что хотите продолжать учебу. Ваша мама говорит, что вам надо найти работу и зарабатывать деньги. Вы:

- a. Откажетесь от учебы и будете искать работу, потому что она сказала, что вы должны.
- b. Поговорите с ней о том, почему важно получить образование.
- c. Будете ругаться с мамой.

4. Вы оба с другом пытаетесь получить работу в одном месте. Он получил работу, а вы нет. Он устраивает небольшую вечеринку, чтобы отпраздновать это, и попросил вас ее организовать. Вы:

- a. Согласитесь и спланируете вечеринку, потому что не хотите разочаровать друга.
- b. Объясните другу, почему вы не хотите планировать эту вечеринку, но скажете, что будете рады присутствовать.
- c. Скажете, как грубо и нетактично с его стороны даже предлагать такое.

5. Ваш одноклассник/коллега всегда опаздывает в конкретный день, когда вы вместе ответственны за выполнение важного задания. Это означает, что вы всегда начинаете в одиночку и долго готовитесь перед его или ее приездом. Об этой проблеме не знает никто, кроме вас. Вы:

- a. Игнорируете этот факт и сами начинаете приходить поздно.
- b. Говорите с ним/ней о проблеме в следующий раз, когда это происходит, и объясняете, почему вам это не нравится.
- c. Звоните и предъявляете претензии, говоря, как это неуважительно по отношению к вам.

6. Убедитесь, что все участники выбрали хотя бы один ответ на вопрос. Используйте примечания ниже, чтобы объяснить, какие типы поведения представляют ответы а, б и с. Для этого участникам надо сначала проверить, какая буква встречается в их ответах чаще всего.

Если вы чаще отвечаете а.

Вы реагируете на ситуации пассивно. Не отстаиваете свои права или нужды. Ставите интересы других перед своими и даете им то, чего они хотят. Также вы молчите о том, что вас беспокоит.

Если вы чаще отвечали б

Вы реагируете на ситуации асертивно. Защищаете свои права, не подавляя других. Уважаете себя и остальных. Уверены в себе, но не агрессивны. Вы говорите о своих чувствах и можете эффективно общаться.

Если вы чаще отвечали с.

Вы реагируете на ситуации агрессивно, защищаете свои права, не думая о другом человеке. Вы обижаете других и часто не говорите о своих чувствах.

ПАССИВНОЕ, АССЕРТИВНОЕ И АГРЕССИВНОЕ ПОВЕДЕНИЕ

Пассивное: неактивное. Пассивный человек редко выражает или демонстрирует свои эмоции и желания.

Ассертивное: сильное и уверенное. Ассертивный человек говорит, чего хочет, и чувствует уважение.

Агрессивное: грубое и напористое. Агрессивный человек кричит и подавляет других. Он склонен к словесной или физической агрессии.

7. Попросите участников поделиться, узнали ли они какую-нибудь из перечисленных выше тенденций во время ролевой игры. Демонстрировал ли кто-то конкретный стиль, описанный выше?
8. Обсудите то, что большинство людей ведет себя агрессивно или пассивно, но редко асертивно. Хотя есть ситуации, в которых мы все реагируем по-разному и потенциально ведем себя одним из этих трех способов. Важно понимать свои коммуникативные поведенческие тенденции и практиковать асертивное поведение, чтобы мы могли обсуждать, что хотим, и не позволять подавлять себя.
9. Далее наступает переход от этого упражнения к проекту по социальной проблеме. Объясните, что сейчас вы разделите их на группы по три человека, чтобы провести еще одну ролевую игру. Эта ролевая игра поможет участникам рассмотреть разные стили общения по мере решения конфликта/социальной проблемы.
10. Разделите участников в группы по трое и назначьте роли.
- Сторона А в конфликте.
 - Сторона В в конфликте.
 - Медиатор.

11. Зачитайте или покажите сценарий, приведенный ниже. Затем дайте участникам 5 минут на подготовку к игре. В ролевой игре Медиатор помогает найти решение или компромисс, который удовлетворит Сторону А и Сторону В, и пытается применять ассертивное поведение.
12. Объясните, что ролевая игра должна быть разговором, где каждый говорит по несколько фраз за реплику. Не должно быть таких ситуаций, где каждый в ролевой игре говорит только один раз, выдвигая сразу все аргументы. Игра должна выглядеть как спокойные, но ассертивные дебаты.
13. В зависимости от размера группы попросите каждую группу разыграть сценарий для остальных участников, сидящих перед ними, а сами пройдитесь между группами, указывая, когда они должны поменяться сценариями. Каждая группа может разыгрывать сценарий 5 минут.

СЦЕНАРИЙ

Сторона А: Вы в аудитории со сверстниками, и ваш рюкзак лежит на парте. Вы отходите от парты на какое-то время, возвращаетесь и видите, что рюкзака больше нет на месте. Есть одноклассник, с которым вы обычно не ладите, и вы подозреваете, что это он украл ваш рюкзак. Вы начинаете обвинять его в том, что он взял ваш рюкзак и спрятал его. Вы начинаете повышать голос, так что теперь все в аудитории слышат вас.

Сторона В: Вас обвиняют в том, что вы украли рюкзак одноклассника. Обычно вы не ладите с ним, но вы знаете, что не брали рюкзак. Вы начинаете защищаться, потому что вас оскорбляет обвинение и вы знаете, что невиновны. Вы начинаете повышать голос, чтобы ваши одноклассники могли услышать вашу точку зрения.

Медиатор: Ваша задача — попытаться прийти к миру между сторонами. Вы можете найти решение проблемы с рюкзаком? Ролевая игра посвящена демонстрации спокойного и в то же время авторитетного языка тела, но в аудитории становится шумно, поэтому говорите громче, чтобы ваш голос тоже был слышен всем.

14. Когда все закончили, попросите нескольких добровольцев поделиться, чему они научились. Как они могут использовать это в своем проекте по социальной проблеме? Помогло ли это понять, каким трудным может быть решение проблем и конфликтов? Помогло ли это понять, как лучше выстраивать аргументы для своего решения?

УПРАЖНЕНИЕ	3. Презентации о социальных проблемах и их решениях
ЦЕЛИ	Завершить подготовку и представить групповые проекты
МАТЕРИАЛЫ	Отсутствуют
ВРЕМЯ	50 мин

1. Попросите участников разбиться на группы, в которых они работали над проектом по социальной проблеме. Дайте им 15 минут на завершение и репетицию презентации. Покажите им следующий шаблон, чтобы у них была четкое понимание, в каком формате должна быть представлена их презентация.

Руководство по презентации

- Презентация может/должна длиться 5-10 минут.
 - Выступить должен каждый член группы (если работа в группах).
 - Во время презентации члены группы должны стараться говорить четко и уверенно. Говорить много не всегда хорошо, говорить о чем-то короче и более простым языком может быть более эффективным. В то же время участники должны предоставить достаточно информации и доказательств, чтобы поддержать свои идеи.
 - В презентации должно быть следующее:
 - A. Четкая формулировка социальной проблемы: в чем ее суть и почему это проблема.
 - B. Четкое объяснение причин проблемы: должно использоваться как можно больше информации из собранных ответов на вопросы.
 - C. Четкое объяснение последствий проблемы: должно использоваться как можно больше информации из собранных ответов на вопросы.
 - D. Почему вам/вашей группе важна эта проблема?
 - E. Одно, два или три потенциальных решения, включая следующую информацию:
 - i. Какие изменения должны произойти для внедрения этого решения?
 - ii. Что нам надо сделать, чтобы внедрить это решение в реальной жизни?
 - iii. Кто может помочь в наших усилиях внедрить этого решение?
 - iv. Как можно конструктивно представить эту проблему людям?
2. Пригласите каждую группу выступить с презентацией. Количество времени, которое вы даете на презентацию, и количество времени на вопросы или обратную связь зависят от временных рамок сессии. Рекомендуется давать каждой группе не менее 5 минут на выступление, а после этого дать время на несколько вопросов. Хороший вариант — делать пометки и давать три комментария о разных аспектах презентации, позитивных и конструктивных. Они могут касаться содержания или того, как участники передают свои идеи, насколько подготовленными кажутся.
 3. Спросите, вдохновил ли кого-то проект? Эти упражнения, которые можно выполнять в свободное время, помогают увидеть открытые для нас возможности и лучше понять собственные интересы и навыки.

УПРАЖНЕНИЕ	4. Подведение итогов
ЦЕЛИ	Связать между собой несколько последних и следующие сессии. Просмотрите задание в учебном пособии и ключевые идеи
МАТЕРИАЛЫ	Учебные пособия
ВРЕМЯ	10 мин

1. Напомните участникам, что позже в рамках программы они будут делать такую же презентацию, чтобы обосновать свой выбор пути. Им нужно будет применить такой же поход: обозначить свой выбор, объяснить его, изучить преимущества и недостатки, определить свои цели и т.д.
2. Попросите участников открыть учебные пособия на Сессии 6. Если время позволяет, зачитайте каждый раздел, который нужно заполнить до перехода к следующей сессии и подготовке к индивидуальной презентации. Четко объясните, что до личной презентации у вас будет еще несколько сессий.
3. Просмотрите ключевые идеи и убедитесь, что участники поняли задание, предложенное в учебном пособии.

Ключевые идеи

- **Рефлексия важна для нас, она помогает определить наши собственные сильные стороны и проблемы.**
- **Ассертивное поведение — это лучший способ, с помощью которого можно заставить относиться к себе с уважением и в то же время быть тактичными. Наш стиль общения многое говорит о том, кто мы есть, и определяет, какие возможности будут нам доступны.**
- **Хорошая презентация должна быть четкой и понятной, определять причины, результаты и возможности.**

Задание по учебному пособию

Заполните все разделы в Сессии 6

СЕССИЯ 7:

ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВО ИЛИ РАБОТА ПО НАЙМУ



ОБЩИЙ ИТОГ

Эта сессия поможет участникам посмотреть за пределы модуля «Жизненные навыки» и подумать о будущих карьерных путях: о предпринимательстве или работе по найму. Участники получат представление о ряде инструментов, которые помогут им прояснить мысли и принять обоснованное решение. Эта сессия направлена на поддержку процесса принятия решений, а не на получение советов. В поиске правильного пути участникам надо будет провести интервью с одним из членов сообщества.



ЦЕЛИ ЗАНЯТИЯ

1. Мы владеем качествами, которые нам нужно усиливать, чтобы быть успешными как предприниматели или работники по найму.
2. У этих двух путей есть сходства и различия. Важно определить, какой из этих путей подходит нам больше.
3. Чтобы принимать хорошие решения, нужно искать информацию и спрашивать совета у людей, которым мы доверяем и которыми восхищаемся.



НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Флипчарты и маркеры
- Стулья
- Учебные пособия



МЕТОДОЛОГИЯ

- Ролевая игра
- Круги Эйлера
- Анализ партнера
- Обсуждение в малых группах, подготовка к опросу



ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

3 часа



КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

- Предпринимательство, работа по найму, решение



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ МЕНТОРА

2. Одна из целей упражнения «Круги Эйлера» — привести участников к пониманию, что предпринимательский склад ума или склад ума работника — это то, что можно использовать, даже если они выбирают другой путь.
3. Во время ролевой игры мы предоставляем учащимся возможность поразмышлять о том, как члены семьи, которые оказывают влияние на нас, могут сформировать наше мнение — это поможет привести значимые аргументы в пользу предпринимательства или работы по найму. Во второй игре у участников будет возможность вмешиваться в процесс, чтобы выразить свое мнение.
4. Для SWOT-анализа понадобится указать, что участники уже делали его в своих учебных пособиях, но теперь анализируют другую идею и с другой точки зрения. Они также получат возможность услышать мнение остальных участников. Участникам нужно найти свой SWOT-анализ в рабочих тетрадях, чтобы сразу начать упражнение.
5. Для итогового упражнения – интервью – может понадобиться дать совет, с кем следует говорить участникам или как найти кого-то для этого.



РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЯ

1. «Вы в трех разных возрастах» 20 мин
2. Предпринимательство против найма 75 мин
3. SWOT-анализ 35 мин
4. Портрет работника или предпринимателя 50 мин

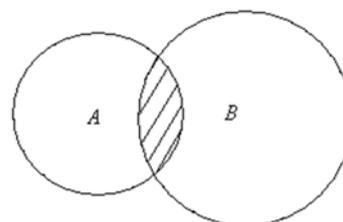
УПРАЖНЕНИЕ	1. Вы в трех разных возрастах
ЦЕЛИ	Помочь участникам оценить свое прошлое и представить свои сильные стороны и навыки, а затем сосредоточиться на том, чего они могут достичь в будущем
МАТЕРИАЛЫ	Стулья
ВРЕМЯ	20 мин

1. Начните день с разговора о том, что цель этой сессии — помочь участникам решить, какой модуль им следует выбрать в дальнейшем: предпринимательство или найм. Скорее всего они примут окончательное решение сегодня, но до презентаций их ждет еще одна сессия на случай, если они передумают. Объясните, что над заданием из Сессии 6 учебного пособия участники будут продолжать работать до презентации в Сессии 9.
2. Чтобы начать упражнение, расскажите участникам, что они будут играть себя в прошлом, настоящем и будущем.
3. Разместите три стула напротив группы и объясните, что каждый из них представляет собой один период их жизни.
4. Скажите, что первый стул представляет вас пять лет назад, второй — вас сегодня, а третий — то, каким вы хотите быть через пять лет. Если стульев нет, просто положите три маркера (как камни) в ряд на полу, чтобы они символизировали каждую фазу.
5. Один участник выходит и садится на стул. Он не больше минуты говорит про свою жизнь на тот момент в целом (пять лет назад), выделяя вещи, которые ему нравилось делать и которые получились. Затем он перемещается на второй стул, рассказывая то же самое о настоящем, и объясняя, что ему нравится делать сегодня и что у него сегодня получается. На третьем стуле он описывает человека, которым он хотел бы быть через пять лет, выделяя навыки и/или достижения, которые он в идеале приобрел за это время.

6. Если вы работаете в большой группе, разделите участников на малые группы для этого упражнения. Старайтесь внимательно наблюдать за ребятами.
7. Быстро рассадите их по кругу и попросите каждого назвать минимум один конкретный шаг, который они хотели бы предпринять для достижения любых целей, о которых они упоминали на третьем стуле в предыдущей игре. Например, если на третьем стуле участник говорил, что через пять лет хочет иметь успешный малый бизнес, сейчас он может сказать «Начать экономить!». Если другой участник на третьем стуле сказал, что хочет получить работу бухгалтера, он может сказать «Вернуться к учебе» или «Поискать специальные курсы».
8. Выслушав всех, попросите участников минуту подумать о своем образе через пять лет. Проведите воображаемую линию посередине комнаты и попросите тех, чей будущий образ подразумевает работу по найму, стать слева от линии, а тех, чей образ связан с владением собственным предприятием, стать справа.
9. Соответствует ли это идее того, какой путь, по их мнению, они хотят избрать?

УПРАЖНЕНИЕ	2. Предпринимательство против найма
ЦЕЛИ	Помочь участникам определить важные сходства и различия двух карьерных путей. Побудить учащихся сформулировать относительные достоинства каждого карьерного пути.
МАТЕРИАЛЫ	Флипчарт и маркеры
ВРЕМЯ	75 мин

Если нужно, можете быстро показать на доске, как работают круги Эйлера. Для этого нарисуйте два больших круга, которые перекрывают друг друга посередине и напишите название вашей страны над одним кругом и название соседней страны над другим. Попросите участников придумать определяющие черты одной страны (например, столица, население, язык, еда, музыка) по сравнению с другой страной. Все конкретные отличия нужно разместить по обеим сторонам, а всё одинаковое записать в общем пространстве.



1. Быстро нарисуйте большие круги Эйлера на доске или флипчарте и напишите «Предпринимательство» над одним кругом и «Найм» над другим. Убедитесь, что круги очень большие, чтобы было много пространства для записей и всё можно было увидеть.
2. Начните вызывать добровольцев к доске, чтобы добавлять идеи в круги.
3. Сначала попросите их подумать и написать черты, общие для двух путей: их следует разместить на пересечении. После внесения нескольких предложений попросите участников определить черты, которые уникальны и не совпадают для двух путей. Эти черты должны находиться в соответствующих кругах Эйлера.
4. Давайте добровольцам записывать только по одной мысли за один раз, чтобы поучаствовало как можно больше человек.
5. Проанализируйте ответы и попросите участников задать вопросы о карьерных путях, пока вы работаете вместе: какие они считают интересными, любопытными, дополнительными, важными и т.д.
6. Далее разделите участников на группы по три. Объясните, что у них есть пять минут на подготовку ролевой игры с участием трех персонажей. Первый персонаж — молодой

человек того же возраста и с таким же прошлым, что и у участников группы. Второй — тетя, которая считает, что ее родственнику нужно подумать над карьерой в своей компании. Третий — дядя, который считает, что его родственнику нужно искать работу.

7. Ролевая игра начинается с того, что дядя/тетя неожиданно и одновременно приезжают в дом семьи и звонят в звонок.
8. Молодой персонаж открывает дверь и приветствует их обоих. И дядя, и тетя пытаются убедить племянника/племянницу последовать своему совету. Задача молодого персонажа — остановить двух перебивающих друг друга человек и отыскать сильные и слабые стороны в их аргументах.
9. Посмотрите несколько вариантов ролевой игры.
10. В конце каждой ролевой игры попросите участника, который играл молодого человека, используя аргументы, которые предоставили его одноклассники во время игры, сказать, какое решение он бы принял? Почему?

УПРАЖНЕНИЕ	3. SWOT-анализ
ЦЕЛИ	Дать участникам возможность оценить выбор карьерного пути.
МАТЕРИАЛЫ	Четыре страницы флипчарта, подготовленные как описано ниже
ВРЕМЯ	35 мин

1. Начните с просьбы 5 минут подумать в индивидуальном порядке о компании, которую участники хотели бы создать, или о работе, которую они хотели бы иметь. Попросите их объяснить, что они помнят о SWOT-анализе. Они могут поискать информацию в учебных пособиях, если необходимо.
2. Поставьте четыре флипчарта, по одному в каждом углу комнаты.

Флипчарт 1: Сильные стороны

- а. Каковы наши навыки, таланты и способности?**
- б. Какие у нас есть ресурсы, помогающие создать такую компанию и успешно ей управлять/найти такую работу?**
- с. Есть ли у нас какие-то знания или опыт в этой области?**

Флипчарт 2: Слабые стороны

- а. Какие нам необходимы навыки, таланты и способности, которых у нас нет сейчас?**
- б. Какие нам необходимы средства, которых сейчас недостаточно?**
- с. Нам не хватает знаний или опыта?**

Флипчарт 3: Возможности

- а. К кому мы можем обратиться за помощью и поддержкой? Знаем ли мы кого-нибудь, обладающего профессиональными знаниями и опытом работы на таком предприятии?**
- б. Какие сильные стороны мы можем превратить в возможности?**
- с. Какие навыки, таланты и способности мы можем развивать?**

Флипчарт 4: Угрозы

- а. Какие три вещи могут пойти не так в нашем плане?**

3. Теперь объясните, что участникам надо будет подумать о выборе своей предполагаемой компании/работы с другой точки зрения. Вы хотите, чтобы они поразмышляли над четырьмя вопросами.
4. Разделите всех участников на пары и отправьте в разные углы к флипчартам. Постарайтесь сделать это равномерно, чтобы в одном углу не было слишком много человек. Дайте им пять минут, чтобы обсудить вопросы, которые они найдут на флипчартах, и поделиться ответами друг с другом.
5. Через пять минут подайте сигнал, чтобы все переместились в другие углы, сменили партнеров и повторили процесс с новыми вопросами. Повторяйте процедуру до тех пор, пока все не пройдут по всем четырем углам и не обсудят каждый вопрос. К концу участники могут встретиться с одним и тем же партнером больше одного раза, но по идее в каждом углу они обсуждают вопросы с разными людьми.
6. Снова посадите участников в круг и спросите следующее:
 - Что они узнали о своих предполагаемых компаниях или планах о трудоустройстве во время этого упражнения?
 - Насколько они уверены в своем плане о компании/трудоустройстве сейчас, после выполнения упражнения?

УПРАЖНЕНИЕ	4. Портрет работника или предпринимателя
ЦЕЛИ	Рассмотреть качества, которые участникам может понадобится воспитать в себе, если они хотят стать успешными предпринимателями или работниками
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие
ВРЕМЯ	50 мин

1. Разделите участников на группы по 5-6 человек.
2. Попросите кого-то в группе привести пример известного предпринимателя (владельца бизнеса). Это может быть кто-то всеобщее известный (на местном, государственном или международном уровне, если все в группе знают этого человека).
3. Когда группа определила кого-то, кого знает, дайте им несколько минут на обсуждение того, почему они считают этого человека успешным.
4. На следующем этапе попросите каждого в группе рассказать о ком-то, кого они знают и кем восхищаются, кто имеет хорошую работу или обладает хорошими умениями. Они должны назвать этого человека, рассказать, откуда они его знают и почему считают его успешным. Этот этап займет немного больше времени, потому что участвовать должны все.
5. Далее пригласите всех на обычные места.
6. Попросите их открыть учебные пособия, чтобы внести исправления в сессии и начать работать над ответами на короткие вопросы, какой работой занимаются люди в жизни, о каких рабочих возможностях они знают, как найти их и т.д. Дайте им немного времени, чтобы записать все ответы, которые они знают. Всё, что они не знают, можно закончить дома в качестве домашнего задания.
7. Объясните, что их заданием будет интервью со старшим профессионалом, отражающее путь, по которому хочет идти участник. Затем в разделе «Примечания» участникам нужно придумать 10 вопросов, которые они зададут этому человеку.

8. Уточните, что им может понадобиться записать основную личную информацию об этом человеке наряду с вопросами и ответами. Попросите их быть креативными и придумать интересные вопросы. Дайте им 15 минут на обдумывание и запись 10 вопросов.
9. Попросите каждого поделиться одним записанным вопросом. Цель состоит в том, чтобы каждый поделился отличающимся от остальных вопросом. Попросите участников отредактировать список и добавить в него вопросы других участников, которые им понравились.
10. Ученикам нужно будет поделиться результатами этих интервью на следующем занятии. Это еще одна часть процесса помощи участникам в выборе правильного для них пути.
11. Поскольку большую часть сессии участники сами предлагали идеи, попросите их сформулировать ключевые.

Ключевые идеи

Попросите участников назвать идеи, которые они считают ключевыми сегодня.

- 1.
- 2.
- 3.

Задание по учебному пособию

Закончите 10 вопросов интервью и проведите его с кем-то успешным, кого вы знаете и кто представляет карьерные пути (работник или предприниматель), обсужденные сегодня. Делайте записи его ответов во время опроса. Будьте готовы поделиться ими на следующей сессии.

СЕССИЯ 8:

ВЫЙДИТЕ НА КОНТАКТ



ОБЩИЙ ИТОГ

Чувствовать себя уверенно во время презентаций и понять важность уверенного представления себя в рабочей среде



ЦЕЛИ ЗАНЯТИЯ

1. Научиться выделять себя
2. Научиться делать хорошую презентацию по содержанию и поведению
3. Уточнить выбор карьерного пути



НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Флипчарты и маркер
- Учебные пособия
- Несколько листов бумаги, ручка
- Ножницы
- Скотч
- Маленький мячик



МЕТОДОЛОГИЯ

- Обсуждение в малых группах
- Интерактивное обсуждение
- Презентации без подготовки
- Письменная практика
- Групповое обсуждение



ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

3 часа



КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

- Выступление, презентация, уверенность



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ МЕНТОРА

Это сессия, во время которой участникам надо будет выбрать свой профессиональный путь: работа по найму или предпринимательство. Первое упражнение направлено на то, чтобы поразмышлять и сделать

выбор. Затем участники сосредоточатся на том, как показать свои сильные стороны письменно и устно, а также на ключевых элементах презентации (для следующей сессии). Некоторым участникам наверняка захочется написать целый сценарий выступления, в то время как у других может быть меньше опыта публичных выступлений. В зависимости от способностей участников вашей группы письменное упражнение может занять больше времени. Внесите в него изменения, если это необходимо. Кроме того, некоторые участники могут уже работать в какой-то области, которой они довольны, но участвуют в программе, чтобы улучшить свои навыки. Уточните, что они всё равно могут презентовать любые цели, которые у них есть.

Для этой сессии при необходимости можно использовать больше материалов, а также вносить изменения в упражнения. Если у вас есть время, попросите участников отрепетировать свои выступления, чтобы вы могли откорректировать их содержание и продолжительность.



РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЯ

- | | |
|---|--------|
| 1. Обмен интервью с профессионалами | 20 мин |
| 2. Представление своего лучшего «Я» | 75 мин |
| 3. Подготовка к составлению презентации | 75 мин |
| 4. Подведение итогов | 10 мин |

УПРАЖНЕНИЕ	1. Обмен интервью с профессионалами
ЦЕЛИ	Участники делятся знаниями, полученными во время выполнения задания, полученные на предыдущем занятии
МАТЕРИАЛЫ	Отсутствуют
ВРЕМЯ	20 мин

- Разделите участников на малые группы по 3-4 человека, чтобы проанализировать, чему участники научились, выполняя домашнее задание, обсудите интервью с профессионалами.
- Напишите или зачитайте эти вопросы:
 - С кем вы говорили и чем они занимаются?
 - Откуда вы их знаете и как вы обратились к ним, чтобы взять интервью?
 - Легко ли было проводить интервью? Почему да или почему нет?
 - Что самое интересное из того, что вы узнали от этого человека?
 - Что самое полезное из того, что вы узнали?
 - Что самое удивительное из того, что вы узнали?
 - Вам было полезно пообщаться с этим человеком? Почему да или почему нет?
- Группы должны провести круглый стол, где каждый по кругу отвечает по очереди на каждый вопрос интервью. Когда каждый участник отвечает на один и тот же вопрос, обсуждение интереснее. У каждого есть время выступить, и меньше вероятность того, что один человек будет доминировать в течение всего обсуждения. Таким образом все участники смогут ответить на все вопросы.
- После завершения обсуждения объедините группу и, при наличии времени, выслушайте нескольких желающих.
- Объясните, что сегодня участники будут рассуждать обо всем, что они сделали и поняли к этому моменту, чтобы принять итоговое решение о том, какой профессиональный путь выбрать. Они узнают, что им надо сделать для презентации, и будут иметь возможность подготовиться к ней. Таким образом, участники научатся правильно «продавать себя» (презентовать).

УПРАЖНЕНИЕ	2. Представление своего лучшего «Я»
ЦЕЛИ	Развивать уверенность участников в себе. Побудить участников к тому, чтобы уверенно говорить о своих решениях, навыках и сильных сторонах. Подготовить к самопрезентации.
МАТЕРИАЛЫ	Бумага, ручка, скотч, учебное пособие, мячик
ВРЕМЯ	75 мин

1. Спросите участников, что, по их мнению, значит «выйти на контакт»? Как они уже делали это во время предыдущих сессий/заданий? [ответы: общались со спикерами-гостями, опрашивали местных жителей на улицах для разработки проекта о социальных проблемах, проводили интервью с профессионалом, который является для них авторитетом, в ходе выполнения предыдущего задания по учебному пособию]

2. Спросите участников о ситуациях, в которых они предполагают в ближайшем будущем контактировать в профессиональном плане? [ответы: подача резюме, собеседования, нетворкинг и поиск работы, поиск делового партнера, объяснение и продвижение своего бизнеса, поиска финансирования или инвесторов, обращение за займом, поступление на специальные курсы]

3. Для подготовки участников к этому упражнению по представлению своих сильных сторон проведите следующую разминку.
 - a. Дайте каждому участнику лист бумаги, ручку и скотч, чтобы они могли повесить листы друг другу на спину.
 - b. Попросите участников прикрепить лист бумаги на спину.
 - c. Попросите их встать и начать ходить по аудитории. Попросите каждого участника написать что-то, что им нравится или что они ценят в человеке с листом на спине, дайте им 5-10 минут для выполнения задания. Можно записывать одну идею на лист, но идей желательно записать как можно больше.
 - d. После завершения участники могут вернуться на места и снять листы, читая, что о них написали другие.
 - e. Спросите, соответствуют ли вещи, написанные другими людьми, их собственному представлению о своих сильных сторонах? Спросите, было ли что-то удивительное на их листке, возможно, сильная сторона или качество, о котором они никогда не думали.

4. Далее принесите мячик и скажите участникам, что вы будете проводить упражнение без предварительной подготовки. Скажите, что одна из самых сложных вещей в презентации, особенно короткой и о себе, — это простота, концентрация и уверенность в себе. Скажите, что через несколько минут вы начнете бросать мячик. Когда один участник ловит мячик, он должен встать и говорить 30 секунд без остановки. Им нужно говорить о своих сильных сторонах, навыках, которые делают их уникальными, и о качествах, которые смогут сделать их хорошими работниками и партнерами.
 - Сначала дайте всем 2 минуты на то, чтобы просмотреть свои записи и учебное пособие и быстро обдумать то, что они будут говорить. Перед началом напомните, что ключ к успеху в сохранении уверенности в себе, простоте и четкости. Они должны говорить о своих сильных сторонах так, как будто это факты: «Я...» вместо «Я думаю, я, может быть,...».

Им также надо стараться говорить без остановки и не повторяться. Это сложнее, чем кажется на первый взгляд.

- Чтобы сделать игру интереснее, вы можете бросать мячик по аудитории и выбирать, того, кто будет делать презентацию (например, до того, как вы скажете «Презентуйте» одному из участников, мячик ловит 3-4 человека).
- Засекайте время для каждого участника и через 30 секунд делайте комментарии. После нескольких выступлений другие участники тоже могут давать обратную связь. Постарайтесь выслушать максимальное количество человек, но это может создать определенные трудности, если у вас большая группа.
- Если упражнение прошло хорошо, после 6 или более участников всех можно разделить на малые группы и дать остальным участникам возможность выступить там.
- После полного завершения упражнения спросите у всех:
 - Было ли вам сложно? Почему?
 - Было ли вам сложно говорить уверенно о своих сильных сторонах и навыках и о том, почему людям вокруг стоит доверять вам и слушать вас?
 - Как вы думаете, насколько это можно сравнить с презентацией? Чем они будут похожи и чем отличаться?
 - Что вы узнали о том, как надо готовиться к презентации? Что это упражнение продемонстрировало в плане того, что надо делать и что нужно помнить во время презентации?
- Сделайте финальный круг упражнения с мячиком. В этот раз каждый, кто ловит мячик, должен быстро сделать только одно утверждение и потом бросить мячик кому-то еще. Каждому, кто поймает мячик, нужно сказать: «Я хорошо разбираюсь в _____!»

5. В заключительной части этого раздела объясните участникам, что один из элементов хорошей презентации — запоминающаяся фраза в одну строку, которая отражает основную идею вашего выступления или информации о том, кто вы есть. Эта концепция аналогична тому, как компании размещают какую-то фразу в качестве заголовка на сайтах или на продуктах. Дайте участникам 5 минут на работу над своим собственным слоганом. Это может быть фраза, которую они скажут в начале и в конце выступления. Например, «Привет, меня зовут __, и я хотела бы стать хорошим учителем, потому что я организованная, терпеливая и хорошо лажу с детьми». Из этого предложения участницы мы узнаем: 1) что это начало выступления, и кто она; 2) она выбрала работу по найму; 3) ее предпочтения по типу работы; 4) почему она мотивирована принять такое решение; 5) ее уверенность в своем выборе, основанной на ее сильных сторонах.
- Пройдитесь по аудитории, пока они думают и делают записи, и помогите советами. Найдя участника с хорошим предложением, попросите его встать и поделиться им. Возможно, этот пример поможет остальным участникам.
 - Через 5 минут попросите других участников поделиться придуманным.
 - Попросите участников не забывать об этом во время следующего задания/пока они готовятся к выступлению.

УПРАЖНЕНИЕ	3. Подготовка к составлению презентации
ЦЕЛИ	Участники размышляют о курсе и своих решениях и пишут выступление к
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие, листы бумаги, ручка, ножницы
ВРЕМЯ	75 мин

1. Попросите участников, сидящих за партами, подтвердить свое решение, какой путь они выбирают.
2. Попросите их просмотреть предыдущие задания в учебных пособиях и придумать две идеи и составить две цели, которые могут подтвердить их решение.
3. Дайте 10 минут на выполнение этого задания. Напомните, что участники должны записать соответствующие шаги, которые способствуют достижению двух целей.
4. Далее разделите участников на пары или группы по трое и попросите рассказать друг другу, что они записали. После выступления каждого участника члены группы дают положительную оценку услышанному и советы по улучшению предпринятых шагов. Участник при необходимости должен изменить свои цели и шаги в соответствии с комментариями и советами членов группы.
5. Попросите участников занять свои места и объясните, что в их выступление входит мотивация принятого решения, рассказ о том, чему они уже научились и каковы их цели. Объясните, что они будут выступать на следующей сессии, и на ней могут присутствовать не только участники, но и другие люди. Каждое выступление должно длиться от 3 до 5 минут.
 - Следующее упражнение поможет участникам начать составлять презентацию. Перед началом упражнения раздайте 4 листа бумаги и ножницы каждому.

ЧТО ДОЛЖНО БЫТЬ В ВЫСТУПЛЕНИИ

Для подготовки презентации участники должны нарисовать четыре большие изображения (одно на каждый лист бумаги) и вырезать их, если это возможно. Им надо нарисовать стрелу, машину, звезду и облако. Ожидается, что каждый участник в своей презентации ответит на вопросы ниже

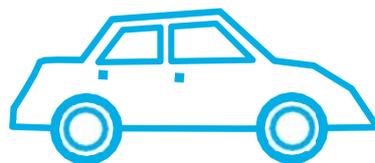
Запишите ответ на стреле

*Какой путь вы собираетесь выбрать:
работу по найму или предпринимательство?*



Запишите эти ответы на машине:

*Представьте три причины, которые
мотивировали вас принять это решение*



Запишите ответ на звезде

*Подробно опишите одну цель, которую вы хотите
достичь, завершая следующий курс, и расскажите про
шаги, которые вы предпримете для ее достижения.*



Запишите ответы на облаке

*Расскажите, что вы считаете своей главной сильной
стороной, которая поможет вам в достижении этой цели, и
расскажите, что, по вашему мнению, будет самым большим
препятствием.*



6. Теперь попросите участников найти в учебных пособиях эту сессию и дайте 30 минут на работу над написанием речи выступления от начала до конца. Опять же, они могут использовать в качестве опоры то, что уже написали в Сессии 6 и сегодня во время упражнений. Напомните участникам, что их цель — показать свое решение, презентуя себя и четко определяя свою мотивацию и план. Также напомните, что им нельзя будет читать по время выступления. Сделать запись важно, чтобы они могли попрактиковаться, но им нельзя будет пользоваться записями или карточками с заметками во время выступления. Их выступления должны быть интереснее простого чтения.

УПРАЖНЕНИЕ	4. Подведение итогов
ЦЕЛИ	Резюмировать то, что участники узнали за день
МАТЕРИАЛЫ	Отсутствуют
ВРЕМЯ	10 мин

1. Скажите участникам, что нервничать перед выступлением нормально. Именно поэтому на занятиях много практики, и на следующих этапах программы у них еще будут возможности развить навыки выступления.
2. Это упражнение позволит им развить умения, которые они смогут использовать по мере необходимости. Спросите участников: как выступление может помочь им в будущей карьере? [Возможные ответы: во время собеседований, презентации информации на работе перед начальником, клиентами или другими коллегами, представления бизнес-идеи для поиска инвесторов или финансирования]
3. Прочитайте ключевые идеи и задание.

Ключевые идеи

- **Уверенность в себе – это не тоже самое, что высокомерие. То, что мы выполнили, побуждает к размышлению и учит показывать свои сильные стороны.**
- **Практика такого вида презентаций дает нам ценные навыки для будущей карьеры.**

Задание по учебному пособию

- **Потренируйте выступление дома с небольшими заметками**

СЕССИЯ 9:

ПРЕЗЕНТАЦИЯ



ОБЩИЙ ИТОГ

Презентовать свои профессиональные цели и решения



ЦЕЛИ ЗАНЯТИЯ

1. Подтвердить правильность выбранных целей и плана на следующий курс и поделиться ими
2. Получить обратную связь о своих презентациях
3. Оценить, чему научились участники и чему еще хотят научиться во время следующего курса



НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Учебные пособия
- Собственные заметки выступления участников



МЕТОДОЛОГИЯ

- Разминка
- Личная подготовка
- Презентации
- Оценка



ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

3 часа



КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

- Выступление, оценка



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ МЕНТОРА

Заранее определите расписание, как будут проходить выступления, особенно если у вас большая группа. Чтобы выступления были успешными, участникам надо внимательно слушать их и после выступления самим участвовать в качестве слушателей. Вопросы и комментарии делают процесс ценным. Кроме того, важно делать паузы, чтобы внимание не рассеивалось. Если у вас больше 25 участников, может понадобиться второй ментор и больше места, чтобы презентации не заняли слишком много времени.

К этому надо начать готовиться за несколько недель, но лучший вариант — пригласить членов

центра, коучей или профессионалов присоединиться к сессии в качестве участников обсуждения, чтобы давать комментарии к выступлениям. Можно даже составить расписание короткой сессии по получению обратной связи участников (фидбека/нетворкингу) в конце занятия.

Помните, что хоть это и большая часть компонента «Жизненные навыки», после этой сессии будет еще две, посвященные тому, что будет происходить с участниками на рабочих местах: конфликты/препятствия (включая гендерные вопросы) и управление финансами.



РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЯ

- | | |
|---------------------------------------|------------|
| 1. Разминка | 10 мин |
| 2. Финальная подготовка к выступлению | 15 мин |
| 3. Выступления | 60-120 мин |
| 4. Оценка и закрытие | 15-30 мин |

УПРАЖНЕНИЕ	1. Разминка
ЦЕЛИ	Оживить атмосферу и избавиться от стеснения
МАТЕРИАЛЫ	Отсутствуют
ВРЕМЯ	10 мин

- Если у вас большая группа (больше 15 человек), разделите их на несколько групп с меньшим количеством.
- Объясните, что вы будете указывать на человека, который начинает, а потом игра будет идти по кругу, пока не дойдет до начинавшего.
- Каждый участник должен придумать название продукта питания, которое начинается на ту же букву, что и его(её) имя. Выступающему нужно запомнить, что сказали участники до него, а им в свою очередь нельзя повторяться. Например, если у трех девушек в круге имена начинаются на «м», каждая из них должна придумать свое название продукта на «м». В свою очередь участник говорит: «Меня зовут Андрей, и я люблю есть ананасы», а потом ему надо вспомнить, что сказали участники перед ним (например, «Её зовут Катя и она пьет кефир, его зовут...»).
- Игра продолжается, пока не закончится круг. Если кто-то совсем забыл, что сказал до него один или больше участников, остальные в группе не должны ему помогать. Вместо этого вспомнить всё должен следующий по кругу человек. Эта игра нужна не для победы, а чтобы высвободить энергию и немного посмеяться над собой, в то же время тренируя память и умение слушать.
- Человек, начавший говорить первым, говорит и последним. Ему придется сложнее всего, потому что ему придется запомнить всё, что сказали участники в круге. Игра должна длиться не более 5 минут.

УПРАЖНЕНИЕ	2. Финальная подготовка к выступлению
ЦЕЛИ	Внести последние изменения в презентации
МАТЕРИАЛЫ	Собственные заметки выступлений участников
ВРЕМЯ	15 мин

1. Дайте участникам 15 минут на финальную подготовку до начала презентаций. Это подходящее время, чтобы сообщить им важную информацию про расписание.
2. Возможно, им понадобится выйти, чтобы прорепетировать выступление вслух.
Будьте готовы ответить на вопросы участников, дать им профессиональный совет, проконсультировать.

УПРАЖНЕНИЕ	3. Выступления
ЦЕЛИ	Презентовать выбор следующего курса: работы по найму или предпринимательства.
МАТЕРИАЛЫ	Рисунки для презентации, сделанные на предыдущей сессии, заметки.
ВРЕМЯ	60-120 минут в зависимости от размера группы и количества перерывов

1. Организуйте пространство так, чтобы все видели и слышали выступающего.
2. Представьте гостей и объясните их роль.
3. Расскажите про расписание и порядок выступлений. Обычно перерыв нужен каждые три-четыре выступления. В ином случае в зале может стать беспокойно. Если у вас группа больше 25 человек, может понадобиться второй ментор и вторая аудитория для выступлений. Разделите их поровну на случай, если у вас будет две аудитории.
4. Объясните, что каждому участнику во время выступления необходимо иметь четыре картинки (стрела, машина, звезда и облако) и заметки. У них будет 3-5 минут на четкую презентацию причины выбора следующего курса. Им следует начинать со стрелы, затем перейти к машине, звезде и в конце к облаку. Попросите их говорить громко, четко, уверенно и стараться не читать с картинок или карточек.
5. Сообщите остальным участникам, что как у слушателей у них тоже будет задание. Каждому надо придумать по вопросу выступающему, а в конце каждого выступления вы будете выбирать двоих участников, которые зададут свои вопросы.
6. Кроме того, после окончания выступления и ответов на два вопроса все слушатели выступления выбирают одну из своих картинок (стрелу, машину, звезду или облако) и поднимают, чтобы показать спикеру, какая часть из выступления им ближе всего. Это даст возможность поддержать всех спикеров и позволит слушателям распознать у других участников цели, мотивацию, сильные и слабые стороны, которые есть у них самих.
7. Продолжайте, пока все не выступят.

Подсказка ментору

Важно, чтобы участники также получили комментарии о своих выступлениях от вас, но, если у вас группа большого размера, может быть сложно делать это перед всеми после каждой презентации. Рекомендуется, чтобы вы и группа экспертов делали заметки во время каждого выступления, и пока учащиеся работают над финальной оценкой и заключением, вы и гости можете пройти по комнате и тихо дать каждому участнику комментарии о его презентации.

УПРАЖНЕНИЕ	4. Оценка и подведение итогов
ЦЕЛИ	Участники оценивают то, что узнали во время курса
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие
ВРЕМЯ	15-30 мин

1. Поздравьте участников с прекрасными выступлениями. Скажите им, что до окончания курса они пройдут еще две темы: разрешение конфликтов/преодоление препятствий и финансовую грамотность.
2. Чтобы закончить эту сессию, предложите участникам написать о своих впечатлениях о пройденном курсе. Это упражнение можно найти в учебном пособии. Пока участники пишут, вы сможете пройти по аудитории, дать комментарии и ответить на возможные вопросы.
Когда участники начнут размышлять о своем выступлении и уже законченных сессиях этого курса, попросите их коротко записать следующую информацию, которая обозначена в практическом пособии.

САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ ОЦЕНКА	
Что я сделал(а) отлично	
Где у меня возникли сложности	
Что я все еще хотел(а) бы выучить	
См. практическое пособие	

3. В зависимости от оставшегося времени и при наличии гостей-профессионалов можно организовать короткую сессию нетворкинга, где участники и гости могли бы познакомиться и обсудить выступления.

Задание по учебному пособию

В разделе примечаний сделайте короткую запись:

«Что бы мне хотелось получить от следующей части программы?»

- Подумайте, что вы надеетесь получить от следующего нового опыта.
- Чему вы надеетесь научиться? Как это поможет вам в дальнейшей жизни?
- Как вы поймете, что достигли успеха?
- Для следующего шага нужны усилия и дисциплина. Вы должны принять решение делать всё, что от вас зависит, для достижения успеха. Можете ли вы дать себе такое обещание? Попробуйте ответить на все эти вопросы и запишите ваши мысли в пособие.

СЕССИЯ 10:

РАЗРЕШЕНИЕ КОНФЛИКТОВ И ДОСТОЙНЫЙ ТРУД



ОБЩИЙ ИТОГ

Способствовать развитию критического и упреждающего мышления, чтобы справиться с будущими препятствиями, разрешать конфликты и продвигать достойные и равные возможности на рабочем месте



ЦЕЛИ ЗАНЯТИЯ

1. Узнать о видах конфликтов и управлении ими и развить свои навыки в этом отношении
2. Проанализировать текущее восприятие и предубеждения в отношении гендера и связанного с ним трудоустройства
3. Понять стандарты достойного труда
4. Осознать важность предупреждения проблемы, чтобы избежать конфликтов и неприятных ситуаций на работе



НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Флипчарт и маркеры
- Бумага и ручки
- Скотч



МЕТОДОЛОГИЯ

- Обзор и резюме
- Работа в парах
- Ролевая игра



ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

3 часа



КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

- Конфликт, гендер, равенство, достойный труд



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ МЕНТОРА

Во время этой сессии будут проводиться обсуждения в парах, малых группах и в большой группе

и выполняться такие упражнения, как ролевая игра и личностная рефлексия, чтобы рассмотреть нескольких областей потенциальных конфликтов на рабочем месте. Гендер и связанное с ним трудоустройство были включены в эту сессию как проблемная тема. Вы можете изменить сессию с учетом местного контекста.

Цель тем, связанных с гендером, — помочь участникам представить, как выглядит равноправное общество, и мотивировать ребят вместе работать над этой переменной. Ниже ключевая информация, которую участники должны извлечь из этой темы.

Ваш пол просто описывает, мужчина вы или женщина. Это биологический термин.

Гендер — это то поведение, которого общество и культура ожидают от людей из-за их пола.

Гендерные роли меняются, хотя и медленно. То, что было нормальным для мужчин и женщин 500 или даже 50 лет назад, сегодня может уже не быть нормой.

Как мужчины, так и женщины могут делать любую работу.

Для достижения гендерного равенства нужно время, но вы можете помочь и сделать свой вклад, обеспечивая равенство для всех гендеров в вашем сообществе.

Оспаривать гендерные роли сложно. Для того чтобы сделать общество лучше, нужны усилия, но это не должно останавливать вас.

Иногда вы можете столкнуться с противостоянием идее гендерного равенства со стороны участников-мужчин. Его могут маскировать под юмор. Не вступайте в конфронтацию и не проявляйте авторитарность, но попросите их воспринимать эту проблему серьезно. В случае необходимости напомните им, что гендерное неравенство — это нарушение основных прав человека и одна из самых больших несправедливостей нашего времени, которая влияет и на мужчин, ограничивая их мышление, чувства и действия, и имеет значительное негативное влияние на экономическое развитие стран.

В заключение можете дать участникам следующий совет.

Женщины не могут поменять гендерные роли в одиночку. Мужчины и мальчики также должны понимать, как неравные гендерные отношения сдерживают девочек.

Гендерные правила также ограничивают поведение мужчин и не дают им быть самими собой. Например, часто мужчин не поощряют выражать эмоции, а это может привести к стрессу и депрессии.

Ограничение женщин в полноценном участии в жизни общества оказывает огромное экономическое влияние на всю страну.

В части занятия, посвященного конфликтам и предупреждению проблем, целью участников будет поразмышлять о конфликте, своем отношении к нему и о том, как можно разрешать конфликты. Ниже важная информация, которую нужно запомнить.

Конфликты влияют на всех нас на микроуровне.

Конфликт часто истощает и является контрпродуктивным.

Люди реагируют на конфликты разными способами в зависимости от типа личности.

Мы можем разрешать конфликты, если будем проявлять понимание, конструктивность и креативность.



РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЯ

1. Приветствие	15 мин
2. Стили ведения конфликтов	70 мин
3. Гендер и трудоустройство	30 мин
4. Достойный труд и стандарты на рабочем месте	55 мин
5. Подведение итогов	10 мин

УПРАЖНЕНИЕ	1. Приветствие
ЦЕЛИ	Участники делятся знаниями, полученными на прошлой сессии, и узнают информацию о текущей и последующих сессиях
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие
ВРЕМЯ	15 мин

1. Для быстрого повторения поделите группу на пары и попросите их прочитать друг другу запись, сделанную в пособии: «Чему мне еще надо научиться и что я надеюсь получить от следующего компонента программы?»
Попросите нескольких желающих поделиться тем, что они написали.
2. Расскажите, что презентации были сделаны на прошлой сессии, поэтому последние две и финальная сессия больше связаны с личными и рабочими конфликтами и способами их разрешения, а также с управлением финансами. Эти сессии подходят для участников, идущих и по пути найма, и по пути предпринимательства.
3. Расскажите по текущие темы, используя примечания ментора.

УПРАЖНЕНИЕ	2. Стили ведения конфликтов
ЦЕЛИ	Начать сессию с воспоминаний о конфликтных моментах из жизни участников. Помочь участникам увидеть, что люди решают конфликты разными способами и для разных ситуаций подходят разные стили решений
МАТЕРИАЛЫ	Скотч
ВРЕМЯ	65 мин

1. Попросите участников разбиться на группы по 5-6 человек.
2. Попросите их в течение пяти минут пообсуждать конфликтные моменты, в которых они сами участвовали в течение последнего года. Конфликт может быть большим или маленьким.
3. После того как каждый что-то рассказал, задайте следующие вопросы, которые им следует обсудить в группах:
 - Как вы чувствовали себя, будучи в конфликтной ситуации с кем-то?
 - Вы чувствуете необходимость проталкивать свои идеи, когда вы конфликтуете с кем-то?
 - Чувствуете ли вы облегчение, когда разрешаете конфликт? Почему?
4. Через пять минут обсуждения объясните, что у каждого есть свой стиль ведения конфликтов: предпочтения, как подходить к конфликту, участвовать в нем и решать его.
5. Объясните участникам, что разные люди разрешают конфликты по-разному в соответствии с типом своей личности. Попросите участников привести примеры, как люди могут по-разному реагировать на ситуации конфликта.
6. Выслушав их идеи, предположите, что некоторые могут попытаться избежать конфликт, игнорируя его. Другие ищут компромисс с тем, с кем конфликтуют. Каждый из нас выбирает, как разрешать конфликты. Некоторые стили ведения конфликтов могут быть более эффективными, чем другие, в зависимости от ситуации.

7. Проанализируйте описанные ниже стили ведения конфликтов с участниками. Ниже приводятся определения каждого стиля. Сначала зачитайте только названия и попросите участников предположить, что они означают. Затем зачитайте предложенные ниже определения.

Стили ведения конфликтов

Избегание: вы притворяетесь, что конфликта нет, игнорируете его и надеетесь, что он исчезнет.

Компромисс: оба человека в какой-то мере отказываются от того, чего хотят, чтобы достичь соглашения или разрешения конфликта.

Приспособление: один человек отказывается от того, что хочет, чтобы дать другому получить то, что он хочет в конфликте.

Сотрудничество: оба человека в конфликте работают вместе, чтобы прийти к хорошему решению и мирно разрешить конфликт.

8. Вы можете связать это с тем, что участники помнят из своих личных предпочтений быть пассивными, ассертивными или агрессивными во время коммуникации, особенно во время такой сложной коммуникации, как конфликт.
9. Проведите скотчем линию через центр аудитории. Если у вас нет скотча, покажите участникам, где находится воображаемая линия.
10. Скажите ребятам, что собираетесь зачитать вслух несколько утверждений. Им нужно будет решить, согласны ли они с каждым из этих утверждений. Здесь нет правильных ответов, только мнения участников. Если они соглашаются с утверждением, им нужно стать справа от линии. Если не соглашаются – слева. Участники могут находиться на выбранной стороне, пока вы читаете следующее утверждение, и затем снова выбрать сторону в зависимости от нового утверждения. Дайте участникам время сделать шаг вправо или влево после каждого вопроса.

УТВЕРЖДЕНИЯ О КОНФЛИКТАХ

- Когда я с друзьями, я иногда вступаю с ними в конфликты.
- Когда я конфликтую с другом, я стараюсь не говорить об этом.
- Я не люблю вступать в конфликт с членами своей семьи.
- Когда я конфликтую с членами семьи, я стараюсь согласиться с ними, чтобы не участвовать в конфликте.
- Для меня конфликт – это весело.
- Я думаю, что иногда конфликты на рабочем месте полезны и необходимы.
- Я думаю, что я могу научиться управлять конфликтами.
- Я люблю разрешать конфликты с другими, потому что это помогает мне лучше ладить с ними.
- Я не люблю конфликтовать.

11. После озвучивания утверждений задайте следующие вопросы:

- Какой стиль ведения конфликта вам удобнее всего использовать?
- Почему, по вашему мнению, вы пользуетесь этим стилем?
- Важно ли для вас разрешать конфликты с друзьями, одногруппниками и членами семьи?
- Вы более склонны, менее склонны или одинаково склонны спорить с кем-то на рабочем

- месте? Например, с начальником, коллегой, бизнес-партнером, работником, клиентом. Насколько будет отличаться ваш ответ для каждого из этих людей?
- Как вы думаете, можете ли вы стать лучше в разрешении конфликтов с другими? Как? Поговорите об этом конкретно в отношении стилей.
12. Если участники еще не разделены на группы, поделите их на группы по четверо. Объясните, что вы хотите, чтобы участники придумали и разыграли короткую ролевую игру, которая будет показывать один из стилей ведения конфликтов в действии, а также попытку разрешить конфликт. Расскажите, что даже в случае избегания конфликта или уступки всё равно остается нерешенная основополагающая проблема. Им нужно постараться показать конфликт от начала до разрешения в течение нескольких минут ролевой игры. Конфликт, который они придумают, должен происходить на рабочем месте, и все члены группы должны что-то сказать во время конфликта.
- а. Назначьте каждой группе один из четырех стилей ведения конфликтов. Это стиль, который они должны показать в ролевой игре о конфликте/разрешении, связанном с работой.
 - б. Дайте группам 15 минут на придумывание и планирование игры.
 - в. Пригласите группы в случайном порядке. После завершения ролевой игры попросите остальных участников назвать стиль ведения конфликтов, который они видели. Затем спросите, был ли разрешен конфликт и как это произошло.
 - г. После выступления всех групп спросите:
 - Почему важно менять свой стиль ведения конфликтов в конфликтной ситуации?
 - С какими конфликтами и проблемами вы ожидаете столкнуться в рабочем окружении?

УПРАЖНЕНИЕ	3. Гендер и трудоустройство
ЦЕЛИ	Показать участникам их гендерные заблуждения и разобраться, откуда они берутся
МАТЕРИАЛЫ	Флипчарт, маркер
ВРЕМЯ	25 мин

1. Чтобы перейти к этому набору упражнений, можно выслушать, что участники хотят сказать о конфликтах, с которыми ожидают столкнуться на работе. Объясните, что причиной одного из них может быть гендер, и что, вероятно, большинство остальных идей связаны со стилями коммуникации (которые вы уже обсудили на предыдущих сессиях и на текущей) и рабочими условиями. Объясните, что вы будете говорить о гендерных ролях, а также о рабочих условиях при найме.
2. Чтобы начать говорить о гендере, проведите следующее упражнение. Расскажите историю, приведенную ниже, проследите за реакцией участников и узнайте, может ли кто-то дать правильный ответ.
 - Если участники не смогут ответить правильно, изучите с ними причины, по которым они не видят очевидного. Спросите: «Почему никто не предположил, что хирург — мать мальчика?»

ИСТОРИЯ ПРО ХИРУРГА

Человек вез своего сына на машине и попал в ужасную аварию. Отец погиб на месте, а сына отвезли в больницу в тяжелом состоянии. Хирург в операционной посмотрел на мальчика и сказал: «Я не могу оперировать его. Он мой сын». Как вы это объясните? Попросите как можно больше участников привести объяснения, прежде чем рассказать правильный ответ.

Ответ заключается в том, что мать мальчика — хирург.

- Начните говорить о различиях между полом и гендером, продолжая обсуждать рабочие возможности, традиционно доступные женщинам, по сравнению с возможностями мужчин. Вы можете начать записывать названия профессий и спросить участников о том, видят ли они различия. Затем проведите групповое обсуждение по таблице ниже.

ВВЕДИТЕ ПОНЯТИЯ ПОЛА И ГЕНДЕРА

ПОЛ	ГЕНДЕР
Биологический	Небиологический
Не может меняться	Может меняться
Рожденный с конкретным полом	Социально сконструированный/ определенный обществом или окружением

- Есть ли вещи, которые мужчина может делать, а женщина нет (и наоборот)? Это происходит из-за пола или из-за гендера?
 - Определите пол. (Мужской или женский — биологические, на основании физических признаков).
 - Определите гендер (маскулинный или фемининный — культурно или социально сконструированные роли, т.е. не определенные биологически, а принятые в обществе).
 - С какими ограничениями женщины сталкиваются из-за своего гендера? С какими сталкиваются мужчины? Что насчет рабочего места?
 - Откуда появились идеи о том, как должны вести себя мужчины и женщины? Это что-то, чему учишься в школе, СМИ, церкви, у правительства, в семье и т.д.?
 - Как можно изменить идеи и отношение, которые ограничивают по гендеру?
- В процессе обсуждения может понадобится показать, что и мужчины, и женщины могут делать любую работу.
 - Попросите участников подумать о профессиях в своих сообществах и о том, какие из них считаются «женскими», а какие — «мужскими».
 - Скажите, что вы зачитаете ряд названий профессий, и если участникам будет казаться, что это «мужская» работа, им надо перейти на левую сторону комнаты, а если работа кажется «женской» — на правую. Зачитайте следующий список:
 - медицинская сестра,
 - секретарь,
 - сварщик,
 - фермер,
 - плотник,
 - парикмахер,
 - учитель,
 - инженер.
 - После каждой профессии спрашивайте, почему участники считают её «мужской» или «женской».
 - После этого узнайте, интересуется ли кого-то в группе работа, которой обычно занимаются люди другого пола?

УПРАЖНЕНИЕ	4. Достойный труд и стандарты на рабочем месте
ЦЕЛИ	Понять, что такое достойный труд, что для участников важнее всего и как проактивно избегать конфликтов.
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие
ВРЕМЯ	55 мин

1. Перед тем, как пойти дальше, возвратитесь к идеям участников по поводу типов конфликтов, которые гендер может создавать на рабочем месте. Спросите, как бы они справились с таким конфликтом?
2. Теперь попросите участников дать определение понятию «достойный труд». Напишите на флипчарте «достойный труд».
 - Пока участники будут приводить примеры и идеи, записывайте их вокруг в краткой форме. Попросите их выйти за рамки обсуждения и перечислить вещи, которые, по их мнению, характеризуют достойный труд.
3. После того как вы сгенерируете набор идей, отметьте, что они создали собственную концепцию стандартов достойного труда и рабочих условий. Вы можете уточнить, что у Международной организации труда есть стандарты достойного труда, которые являются частью целей ООН для устойчивого развития. В них входят, например, нормированный рабочий день, справедливая зарплата, безопасные условия труда, отсутствие дискриминации и право работников иметь право голоса и выбора на работе.
4. Попросите участников открыть учебные пособия на странице со словами и фразами в секции этой сессии. Они должны поработать индивидуально и обвести три слова/фразы, которые для них важнее всего на рабочем месте, и ещё два, которые наименее важны.
5. Когда участники закончат, попросите их разделить на пары и сравнить свои ответы. Попросите их спросить друг у друга почему, особенно, если их ответы отличаются друг от друга.
6. В рамках группового обсуждения спросите у участников:
 - Как можно избежать плохих рабочих условий и других конфликтов из-за вещей, которые вы обвели в пособиях? [Спросить о репутации компании, задать вопросы на собеседовании, спросить кого-то, кто работает там]
 - Если участники предприниматели или менеджеры, спросите их, как они могут избежать подобной ситуации со своими работниками? [Следовать стандартам, следовать законам, устанавливать рабочие правила, с которыми необходимо ознакомиться прежде, чем приступить к работе, применять принципы уважения, равенства и справедливости ко всем работникам]
7. При помощи стульев составьте два полукруга друг напротив друга, как показано ниже. Объясните, что с одной стороны будут сидеть начальники/менеджеры, а с другой — работники.



8. Попросите участников сесть на стулья и назначьте тему конфликта. Например, можно включить в обсуждение конфликта и его разрешения вопросы ненормированного рабочего дня, гендерные вопросы, нежелание менеджера нанимать кого-то из-за того, что у них есть дети. Количество мест для участников будет ограничено, остальные смогут стоять вокруг и наблюдать (см. рисунок ниже). Чтобы присоединиться к обсуждению, им нужно похлопать по плечу сидящего и занять его место в кругу.



9. Через несколько минут дайте новую тему конфликта для группы, используя как темы примеры сегодняшнего дня: гендер, рабочие условия и всё, что еще упомянули участники.
10. Закончив, попросите желающих поучаствовать в обсуждении предложенных ситуаций. Спросите каждого участника, как, по их мнению, прошло обсуждение и было ли сложно или некомфортно говорить. Что бы они сделали по-другому в реальной ситуации?

УПРАЖНЕНИЕ	5. Подведение итогов
ЦЕЛИ	Просмотреть ключевые идеи, задание в учебном пособии и следующую сессию
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие
ВРЕМЯ	10 мин

1. Объясните, что эта сессия в равной мере была посвящена управлению конфликтами, изменению нашей точки зрения и обучению предупреждать и преодолевать препятствия в разрешении конфликтов.
2. Одно из заданий в пособии — записать три препятствия, которые они могут предугадать прежде всего.
3. Объясните, что, начав или продолжив карьеру, они также столкнутся с необходимостью решать финансовые проблемы. Чтобы подготовиться к следующей неделе, им нужно придумать две цели в отношении финансовой экономии и записать их в свои пособия.
4. Резюмируйте то, что участники узнали за день, и проверьте задания в учебных пособиях.

Ключевые идеи

- Конфликты в личной жизни и на рабочем месте происходят в разных формах.
- Как и в общении, всегда лучше брать инициативу, заботиться о другой стороне и предвидеть сложности или проблемы до того, как они перейдут в конфликт.
- Анализ наших собственных предубеждений и предубеждений сообщества может помочь понять, какие изменения должны произойти и чему уделять повышенное внимание на рабочем месте.
- Достойная работа (с равным и честным трудоустройством) ведет к более стабильному обществу.

Задание по учебному пособию

- Запишите три проблемы, с которыми вы ожидаете столкнуться в ближайшем будущем.
- Запишите две цели финансовой экономии, которые вам надо или хочется достичь в рамках работы по найму или предпринимательства.

СЕССИЯ 11:

ФИНАНСОВАЯ ГРАМОТНОСТЬ



ОБЩИЙ ИТОГ

Дать знания и помочь участникам уверенно определять финансовые цели, устанавливать шаги по их достижению и понять, где и как экономить и использовать доход/прибыль.



ЦЕЛИ ЗАНЯТИЯ

1. Предоставить участникам возможность исследовать восприятие ими денежных средств и потенциальной роли денег в их жизни.
2. Участники изучат разные методы экономии и познакомятся с местами хранения денежных средств (например, дома, в сберегательных отделениях, организациях микрофинансирования, банках и других финансовых учреждениях).
3. Участники исследуют связь между зарабатыванием денег и контролем бюджета и определяют права и возможности расширения сфер влияния.



НЕОБХОДИМЫЕ МАТЕРИАЛЫ

- Флипчарт и маркер
- Бумага и ручки
- Маленькие карточки



МЕТОДОЛОГИЯ

- Обсуждение в малых группах
- Групповая ролевая игра
- Схема ЗХУ (знаю-хочу узнать-узнал)
- Установление личных целей
- Групповое обсуждение



ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

3 часа



КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА

- Заработок, расходы, экономия, финансовые цели



ИНФОРМАЦИЯ ДЛЯ МЕНТОРА

Как и в случае других сессий, эту можно менять с учетом местного контекста. Здесь

тоже есть темы о гендере, посвященные тому, кто является главой семьи и ведет финансы. Лучший способ подойти к некоторым темам — дать участникам первым поделиться своим личным опытом и привычками, а также состоянием данного вопроса в их семье.

Это последняя сессия курса «Жизненные навыки», поэтому вы можете заранее продумать, что бы вы хотели сделать с участниками в заключении, на итоговом обсуждении или на итоговой церемонии. Это полноценная сессия, поэтому, возможно, вам захочется разделить ее на две встречи и затем отвести больше времени на закрытие программы.

Для некоторых упражнений понадобится заранее подготовить карточки, знаки и схемы. Вы можете изменить некоторые упражнения или потратить больше времени на определенные элементы в зависимости от уровня и знаний ваших участников.



РАСПИСАНИЕ ЗАНЯТИЯ

- | | |
|----------------------|--------|
| 1. Приветствие | 15 мин |
| 2. Башня власти | 20 мин |
| 3. Деньги и экономия | 70 мин |
| 4. Финансовые цели | 60 мин |
| 5. Подведение итогов | 15 мин |

УПРАЖНЕНИЕ	1. Приветствие
ЦЕЛИ	Участники проверяют задание, выполненное в пособии в рамках прошлой сессии и погружаются в последнюю сессию.
МАТЕРИАЛЫ	Учебное пособие
ВРЕМЯ	15 мин

1. Попросите несколько желающих рассказать о том, какими они представляют проблемы, которые ожидают их в будущем. Попросите остальных дать им совет.
2. Объясните, что эта сессия будет посвящена личным финансам и ведению бюджета для управления новыми источниками дохода. Одним из заданий в пособии было продумать две следующие цели экономии. Запишите «Цели экономии» на листе флипчарта и попросите каждого подойти и написать одну из подготовленных ими.
3. Просмотрите список целей, которыми поделились участники, и определите часто повторяющиеся. Запомните их, чтобы использовать потом в качестве примеров при составлении финансовых сценариев.
4. Вы можете обсудить их цели, но в ходе текущей сессии будут и другие возможности поговорить об этом. В следующем упражнении участники будут дальше развивать свои идеи об экономии.

УПРАЖНЕНИЕ	2. Башня власти
ЦЕЛИ	Проанализировать факторы, которые определяют власть внутри общества, и исследовать, как может меняться динамика власти на основании других факторов
МАТЕРИАЛЫ	Роли для шести человек, записанные на флипчарте
ВРЕМЯ	20 мин

- Быстро опросите участников:
 - Кто самый властный человек, которого вы знаете? Как вы это определили?
 - Каковы признаки власти?
 - Кто самый невластный человек, которого вы знаете? Как вы это определили?
 - Каковы признаки отсутствия власти?
- Снова спросите у участников, каково свидетельство, что у кого-то в обществе есть власть? Если они не ответят на этот вопрос, подскажите, что один из признаков — доступ к ресурсам, а среди других — влияние или авторитет. Иными словами, есть ли в обсуждении кто-то, чье мнение или аргумент имеют больше веса, чем остальные? Объясните: часто чем больше у человека доступа к ресурсам, тем больше влияния он имеет.
- Попросите участников сформировать группы по шестеро и рассчитаться, чтобы у каждого был номер.
- Попросите их прослушать роль для каждого номера. Если возможно, лучше разместить эту информацию на флипчарте до сессии.

Номер 1: Вы — девочка в начальной школе

Номер 2: Вы — менеджер банка в столице

Номер 3: Вы — фермер в деревне, и у вас большой участок земли, скот и техника

Номер 4: Вы — семнадцатилетний парень, который бросил школу и работает в поле

Номер 5: Вам пятнадцать, и вы учитесь в школе. По мнению учителей, вы очень одаренный ребенок

Номер 6: Вы — девятнадцатилетняя девушка, которая работает косметологом

- Убедитесь, что все понимают свои роли. Если необходимо, прочитайте список еще раз.
- Теперь попросите участников каждой группы стать в линию и положить руки на плечи человеку, стоящему перед ним. Самый властный должен стоять в начале линии. Самый невластный — в конце.

- Все люди внутри линии также должны располагаться в порядке их влиятельности.
7. Дайте участникам каждой группы несколько минут, чтобы сформировать свои линии. После этого попросите участников в каждой линии представить себя, начав с человека в начале и закончив тем, кто стоит в конце линии.
 8. Теперь скажите участникам, что вы меняете информацию про номер 6. Теперь его роль такая:

Номер 6: Новая информация

Вам девятнадцать лет, ранее вы бросили школу, чтобы работать косметологом. В прошлом году вы смогли открыть собственный салон красоты и теперь зарабатываете самостоятельно

9. Попросите группу снова сформировать линию. Спросите участников, изменилось ли положение участника 6. Если да, почему? Если нет, почему?

УПРАЖНЕНИЕ	3. Деньги и экономия
ЦЕЛИ	Определите уровень интереса и то, что участники уже знают об экономии. Дайте участникам время и возможность поговорить о своем отношении к деньгам. Помогите им понять возможности экономии.
МАТЕРИАЛЫ	Схема ЗХУ, подготовленная на флипчарте. Три листа бумаги, на одном написано «Согласны», на втором — «Не согласны», на третьем — «Не решили». Экспертные карточки с той же информацией, которая записана на трех флипчартах
ВРЕМЯ	70 мин

1. Объясните, что финансовые темы об экономии применимы ко всем: тем, кто уже работает, предпринимателям и тем, кто только закончил школу и ищет первую работу.
2. Теперь откройте новый флипчарт и нарисуйте схему ЗХУ.
3. Сессия ЗХУ — один из методов активного обучения, которые вы практиковали на тренингах. Она называется по трем вопросам, которые в ней задаются. Спросите участников:
 - *Что мы Знаем об экономии денег и ресурсов?* Запишите ответы в левой колонке схемы. Помните, что это мозговой штурм: на этой стадии принимайте все ответы без поправок или оценки. Попросите сообщать все, по их мнению, возможные идеи.
 - *Что мы Хотим узнать об экономии денег и ресурсов?* Запишите ответы во вторую колонку. Опять же, это мозговой штурм. Попросите ребят сказать, что они не знают об экономии в отношении своего дохода. Возможно, у них есть вопрос о налогах или о том, сколько лучше откладывать, или сколько нужно откладывать, чтобы добиться предпринимательских целей.
 - Убедитесь, что участники понимают, что вы вернетесь к схеме и заполните третью колонку *Что мы Узнали?* в конце сессии.
4. Далее прикрепите карточки «Согласны» и «Не согласны» на стены (или к спинкам стульев) в разных частях комнаты и карточку «Не решили» между ними.

ЧТО МЫ ЗНАЕМ ОБ ЭКОНОМИИ ДЕНЕГ И ДРУГИХ РЕСУРСОВ?	ЧТО БЫ МЫ ХОТИМ ЗНАТЬ ОБ ЭКОНОМИИ ДЕНЕГ И ДРУГИХ РЕСУРСОВ?	ЧТО МЫ УЗНАЛИ ОБ ЭКОНОМИИ ДЕНЕГ И ДРУГИХ РЕСУРСОВ? (В КОНЦЕ СЕССИИ)

5. Скажите, что сейчас вы зачитаете утверждение. Участникам надо будет стать рядом с карточкой, которая лучшим образом передает их отношение к этому утверждению. Подчеркните, что здесь нет правильных или неправильных ответов.
- Зачитайте первое утверждение и дайте возможность участникам собраться под выбранными карточками. Попросите нескольких участников из каждой группы объяснить свой выбор. Спросите у них: «Почему вы так думаете?»
 - Спросите у участников, хотел бы кто-то изменить свой выбор на основании того, что они только что услышали. Вы можете задавать быстрые вопросы после зачитания утверждений и переходить к их ответам, а затем провести более длительное обсуждение, когда они вернуться на свои места.
6. Продолжайте упражнение, пока не изучите все утверждения. Постарайтесь дать каждому человеку возможность высказаться.

-
- **Деньги приносят счастье**
 - **Экономия денег для скупых людей**
 - **Молодые люди иногда делают опасные вещи, чтобы заработать деньги**
 - **Это необычно — иметь достаточно денег, чтобы их экономить**
 - **Деньги вызывают больше проблем, чем решают**
 - **Люди, которые хотят открыть свои компании, жадные**
 - **Экономия денег дает мне больше контроля над будущим**
-

Подсказка ментору

Исследуйте ответы участников на вопрос о том, почему молодые люди иногда делают опасные вещи, чтобы заработать деньги. Это возможность обсудить, подвергают ли участники себя риску

7. Во время этого упражнения участники могут больше узнать о вариантах экономии и принять участие в дебатах о преимуществах и недостатках каждого.
8. Сначала разделите группу на две.
9. Выдайте каждой карточку с историей, содержащую информацию об экономии в доме и на личном счету (на почте, в банке, по кредиту).

Подсказка ментору

На основании возраста и уровня карьеры ваших участников можно вносить изменения в приведенные ниже истории, чтобы лучше отразить их ситуации

10. Попросите одного участника прочитать информацию, размещенную на карточке своей группы, и потом вместе обсудить преимущества и недостатки экономии указанным способом.
11. Участники в команде решают, как они будут представлять информацию остальной группе (это может быть двухминутная ролевая игра, пантомима, выпуск новостей, рэп или урок, демонстрирующие преимущества/недостатки каждого метода).
12. Каждая группа представляет свой вариант экономии остальным участникам. Вместе с участниками аплодируйте каждой презентации.

КАРТОЧКИ С ИСТОРИЯМ

История Кэти

У Кэти есть банковский счет: так она чувствует себя безопаснее. Она пыталась копить деньги дома когда-то, но ее братья постоянно крали деньги. В банке они в безопасности. Кроме того, когда деньги в банке, их сложнее снять, и так она тратит меньше и экономит больше. Кэти получает проценты. Иными словами, каждый месяц банк добавляет небольшой процент к ее сбережениям. Это как небольшая награда. Когда Кэти кладет деньги на счет, ей нужно заполнить платежную квитанцию. Когда она снимает деньги, она также заполняет форму. Женщина в банке также записывает информацию в банковскую книжку Кэти.

История Флавии

Флавия копить деньги дома. Она складывает их в маленькую деревянную коробку и прячет под кроватью. Флавия не доверяет банку и боится открыть свой счет. Она не знает, как это все работает. Она не хотела бы заполнять формы и говорить с работниками банка. Кроме того, ближайший банк находится в десяти километрах. Флавия может складывать деньги в свою коробку и доставать их оттуда, когда захочет. Она всегда знает, сколько там денег, и старается откладывать одинаковое количество денег каждый месяц.

1. Далее выполните упражнение «Молчаливые дебаты», разложив по аудитории по два листа бумаги с флипчарта с написанными названиями вариантов экономии.
2. Скажите участникам, что, используя то, что они только что услышали во время презентаций, они будут делиться своим собственным мнением, объясняя, что им нравится, а что нет в каждом варианте.
3. Переходя с одного варианта на другой, они должны отвечать на комментарии других участников. Например, если на листе «Экономия дома» кто-то пишет «Мне нравится этот метод, потому что он удобный и я могу экономить время», кто-то может написать «Да, но если вам захочется потратить все свои сбережения на что-нибудь вместо вашего предпринимательского проекта?», а кто-то еще может дать обратную связь.

УПРАЖНЕНИЕ	4. Финансовые цели
ЦЕЛИ	Разработать планы экономии для реализации финансовых целей и способствовать пониманию финансовой терминологии на рабочем месте
МАТЕРИАЛЫ	Бумага, ручки, учебное пособие
ВРЕМЯ	30 мин

1. Поделите участников на пары и дайте им лист и ручку.
2. Дайте им пять минут на то, чтобы записать все слова, которые, по их мнению, относятся к работе и финансам (составить список). Вы можете дать один пример: «зарплата». Уточните, что терминология важна и для тех, кто будет работать по найму, и для предпринимателей.
3. Пара с самым длинным списком правильных и неповторяющихся слов выигрывает.
Возможные ответы:
 - a. Оклад
 - b. Жалование
 - c. Зарботки
 - d. Доход
 - e. Зарплата
 - f. Бюджет
 - g. Расходы
4. Попросите участников открыть учебное пособие, найти три вопроса, почему нужно откладывать деньги. Предложите им составить план достижения финансовых целей. В оставшееся время предоставьте возможность участникам поработать над определением шагов, которые позволят достичь этих целей. Попросите нескольких желающих поделиться тем, что они написали. Они должны быть знакомы с процессом установления целей, который рассматривался на предыдущих сессиях.

УПРАЖНЕНИЕ	5. Подведение итогов
ЦЕЛИ	Резюмировать то, что участники узнали во время этой сессии, провести закрытие программы «Жизненные ценности».
МАТЕРИАЛЫ	Схема ЗХУ, учебное пособие
ВРЕМЯ	15 мин

1. Вернитесь к схеме ЗХУ. Заполните третью колонку тем, что они узнали, чтобы резюмировать сессию и определить ключевые идеи.
2. Ответьте на оставшиеся вопросы о программе в учебном пособии.
3. Можно провести опрос, церемонию или любое другое мероприятие в рамках закрытия программы.
4. Поблагодарите всех за участие. Пожелайте участникам удачи в следующей программе. Предусмотрите время для ответа на возникшие вопросы.

ЖИЗНЕННЫЕ НАВЫКИ И ТРУДОУСТРОЙСТВО:
ТРЕНИНГОВАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ МОЛОДЕЖИ

Учебная программа «Жизненные навыки» | 2020