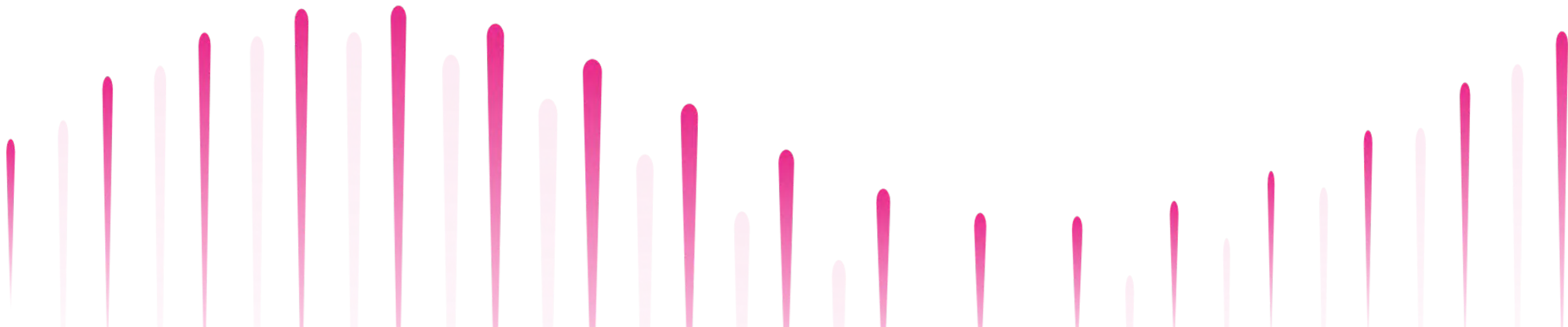


ЖИЗНЕННАЯ СТРАТЕГИЯ: ОТ АМБИЦИЙ К ДЕЙСТВИЮ

31.10.2025



ЗУМЕРЫ (1997 – 2012 ГОДЫ) **лучше всех**



УМЕЮТ

- ▶ организовывать свою работу
- ▶ принимать решения
- ▶ управлять временем
- ▶ быть коммуникативным
- ▶ проявлять адаптивность
- ▶ проявлять готовность к обучению
- ▶ проявлять готовность к рутинной работе
- ▶ находить work-life balance

SELF SKILLS

набор личностных и профессиональных качеств, которые позволяют человеку эффективно функционировать и успешно развиваться



НЕ УМЕЮТ

- ▶ ставить цели и планировать
- ▶ быть стрессоустойчивыми
- ▶ строить межличностные и деловые коммуникации
- ▶ работать в команде
- ▶ критически мыслить
- ▶ быть креативными
- ▶ проявлять лидерство и ответственность
- ▶ проявлять эмоциональный интеллект

SOFT SKILLS

набор личностных и профессиональных качеств человека, которые помогают ему эффективно взаимодействовать с другими людьми и адаптироваться в любой сфере и среде

ПРОЕКТНОЕ МЫШЛЕНИЕ

ПРОБЛЕМА
ИЛИ
ПОТРЕБНОСТЬ

ЦЕЛЬ

ЗАДАЧИ

ОЖИДАЕМЫЙ
РЕЗУЛЬТАТ

ПЛАН ДЕЙСТВИЙ

ДЕДЛАЙН

РЕСУРСНАЯ
КАРТА

БЮДЖЕТ
И РИСКИ

ЖИЗНЕННАЯ СТРАТЕГИЯ

БОЛЬШАЯ ЦЕЛЬ – зачем мы живем и как хотим прожить эту жизнь

ЧТО ВАЖНО:

- ▶ Работа
- ▶ Личная жизнь
- ▶ Друзья и окружение
- ▶ Здоровье
- ▶ Деньги
- ▶ Безопасность

Упражнение
25 ЦЕЛЕЙ



СТРАТЕГИЯ КАРЬЕРЫ: ВОПРОС К СЕБЕ

1

Кто я и про что? Какие у меня таланты?

Упражнение по сильным навыкам и компетенциям

2

Кто и как выбирает образование? Кто принимает решение и несет за него ответственность?

3

Где и как я могу/буду применять полученные знания? Какие у меня навыки и компетенции?

Рекомендация по созданию резюме

4

Как устроен рынок работодателя? Из чего состоит? Какая сфера, работы и карьера вам близка?

5

Как устроены компании и организации: структура, процессы, кто и как принимает решение, корпоративная культура, правила и субординация?

6

Магистратура и аспирантура – зачем? Как на счет gap year?



ВСЕМ НУЖЕН НАСТАВНИК

- ▶ **Как выбрать?** Опытный эксперт в нужной вам области, умеющий и желающий развивать и поддерживать студентов и молодых специалистов
- ▶ **Как найти?** Онлайн-платформы, программы наставничества в университете, через знакомых и преподавателей, по рекомендации
- ▶ **Как работает?** Узнать, как он работает и с кем, на каких условиях
- ▶ **Какой у вас запрос?** Выберите того ментора, который поможет вам с реализацией вашей цели (запрос)

РЕЗУЛЬТАТЫ НАСТАВНИЧЕСТВА

для наставляемого – достижение поставленной цели или хотя бы продвижение к ней

для наставника – рост навыков, компетенций и уверенности в себе наставляемого

КАК ПОЛУЧИТЬ ПРЕИМУЩЕСТВА



- ▶ стажировки и практика
- ▶ хакатоны
- ▶ стипендиальные программы
- ▶ конкурсы
- ▶ акселераторы
- ▶ академические обмены
- ▶ проекты (индивидуальные и групповые)
- ▶ ознакомительные визиты
- ▶ изучение трендов и актуального состояния рынка по вашей специальности
- ▶ понимать и озвучивать, зачем вы учитесь и чего хотите в профессии и карьере
- ▶ чем вы выгодны компании/организации
- ▶ long life learning
- ▶ знать, кто вы и про что

КТО ЗА ЧТО ОТВЕЧАЕТ И ГДЕ ПРОХОДИТ ГРАНИЦА

1 Преподаватель/университет обучает и не несет ответственность за освоение материалов студентом, а студент обучается и применяет эти знания

2 В обучении и после его окончания важны не дипломы, а компетенции (знания и экспертиза, опыт) и компетенции (что вы умеете делать и как применяете компетенции)



**ОСТАЛИСЬ
ВОПРОСЫ?**

