

Областное государственное автономное учреждение социального обслуживания
"Центр социально-психологической помощи семье и детям"

Приказ №



Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа
социально-гуманитарной направленности
"SOFT SKILLS — НАВЫКИ УСПЕХА"

Утверждено методическим советом

№ 1 от 27.03. 2024г.

Обучающиеся: от 18 до 23 лет

Срок реализации: 8 недель

Кузовенкова Мария Владиславовна
педагог-психолог ОГАУСО ЦСПП СиД

Савкина Марина Владимировна
социальный педагог ОГАУСО ЦСПП СиД

г. Ульяновск, 2024г.

СОДЕРЖАНИЕ

Раздел № 1. «Комплекс основных характеристик программы»

- 1.1. Пояснительная записка
- 1.2. Цель и задачи программы
- 1.3. Содержание программы
- 1.4. Планируемые результаты

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

- 2.1. Календарный учебный график
- 2.2. Условия реализации программы
- 2.3. Формы аттестации
- 2.4. Оценочные материалы
- 2.5. Методические материалы
- 2.6. Список литературы

Раздел 1. «Комплекс основных характеристик программы»

1.1. Пояснительная записка

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа социально-гуманитарной направленности «Soft skills — навыки успеха» разработана на основании следующих нормативно-правовых актов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи" (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28);
- приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».

«Сегодня все мы живем в турбулентном мире, в котором масса неопределенностей. Такой мир принято называть VUCA-мир, по аббревиатуре его характеристик: нестабильность (Volatility), неопределенность (Uncertainty), сложность (Complexity), неясность, двусмысленность (Ambiguity). Такая реальность влияет на все сферы нашей жизни, и особенно на наш выбор карьерного пути, принятие решений, о развитии тех или иных навыков, которые позволят нам быть успешными.

Что же такое soft skills и в чем их отличие от hard skills? Hard skills — это технические навыки, связанные с выполняемой деятельностью или конкретной профессией. Soft skills — это гибкие навыки, которые позволяют быть успешным независимо от специфики деятельности и направления, в котором работает человек. Soft skills — это то, что может «взять с собой» профессионал, меняя отрасль или вид деятельности, это важные для карьеры сквозные навыки, которые повышают эффективность работы и взаимодействия с другими людьми.

Программа обусловлена необходимостью формирования и развития надпрофессиональных навыков и умений («Soft skills»), составляющих фундамент для обновления компетентностной системы личности. Мягкие навыки позволяют воспитать всесторонне развитую, конкурентноспособную, социально-активную личность, обладающую стратегическим мышлением, неординарным видением ситуации, уверенностью в успехе.

Данная программа помогает:

- сформировать и развивать культуру общения и взаимодействия в коллективе, в команде на основе «Soft skills» компетенций;
- совершенствовать навыки командной работы (брать на себя как лидерские, так и исполнительские функции, создавать коллаборативную среду; распределять роли для работы в команде, коллективе, контролировать выполнение задач в команде), критическое и творческое мышление, воображение, креативность;
- способствовать развитию коммуникативных умений (умений вести конструктивный диалог с собеседником; доносить свою мысль, слышать и слушать собеседника, договариваться, вести деловую переписку, презентовать себя и свою работу);
- сформировать уважительное отношение к себе и своей деятельности, к другим

- членам коллектива;
- сформировать осознанное отношение к необходимости развития и применения «Soft skills» компетенций;
 - воспитывать собственную позицию по отношению к деятельности и умение сопоставлять её с другими позициями в конструктивном диалоге.

Адресат программы: допускаются лица, в возрасте от 18 до 23 лет.

Срок освоения программы - 32 часа.

Форма обучения – очная форма обучения с применением дистанционных образовательных технологий (с использованием дистанционной образовательной программы Сферум/Яндекс - телемост).

Количество обучающихся в группе: до 15 человек.

Образовательная деятельность обучающихся предусматривает следующие виды учебных занятий и учебных работ: лекции, практические и семинарские занятия, круглые столы, деловые игры, ролевые игры, тренинги, семинары по обмену опытом, консультации, другие виды учебных занятий и учебных работ, определенные учебным планом.

Для всех видов аудиторных занятий академический час устанавливается продолжительностью 45 минут.

Занятия проводят 2 педагога дополнительного образования, имеющие высшее профессиональное образование по направлению подготовки «Образование и педагогика» или высшее профессиональное образование и переподготовку по направлению «Педагогика», «Педагогика и психология», стаж работы не менее 3 лет.

Согласно профстандарта (Приказ Минтруда России от 22.09.2021г. №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых») устанавливаются следующие квалификационные требования к педагогическим работникам:

- Высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп специальностей и направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования "Образование и педагогические науки" или
- Высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иных укрупненных групп специальностей и направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, дополнительным предпрофессиональным программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования педагогической направленности или
- Успешное прохождение обучающимися промежуточной аттестации не менее чем за два года обучения по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки, соответствующим направленности дополнительных общеобразовательных программ.

Слушатели будут получать домашние задания, если это предусмотрено планом занятия, с последующим контролем полученных результатов. Контроль осуществляется в форме опроса или «круглого стола».

Лицам, успешно освоившим соответствующую программу и прошедшим итоговую аттестацию, выдаётся сертификат о прохождении курса по дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программе социально-гуманитарной направленности.

1.2. Цель и задачи программы

Цель программы – формирование и развитие компетенций: критическое и креативное мышление, коммуникация и кооперация у обучающихся.

Задачи программы:

- сформировать понимание тенденций современного рынка труда и его требований, предъявляемые к уровню развития софт компетенций;
- развить способности, обучающихся к анализу, оценке и обоснованию явлений, фактов, событий, людей;
- развить у обучающихся коммуникативные навыки и умения работать в команде;
- развить способности обучающихся к поиску новой информации, разработке новых идей и составления плана по их реализации;
- сформировать представление о методах системной и целенаправленной работы над изменениями в своей жизни.

Перечень компетенций, приобретенных в результате освоения программы:

- ЛК7 - правила культуры общения в коллективе, команде; основы работы в команде;
- ЛК2 - (техники развития) навыки креативности и критического мышления;
- ЛК3 - основы лидерских качеств, организаторской деятельности;
- ЛК4 - методы тайм-менеджмента;
- ЛК5 - понимание индивидуальных особенностей личности, характера, своих способностей;
- ЛК6 - навыки конструктивных переговоров; способность доносить свою мысль, слышать и слушать собеседника, договариваться;
- ЛК7 - умение презентовать себя и свою работу;
- ЛК8 - способность брать на себя как лидерские, так и исполнительские функции;
- ЛК9 - распределять роли для работы в команде, коллективе, контролировать выполнение задач в команде.

1.3. Содержание образовательной программы

Учебный план

№п/п	Наименование основных тем	Всего часов, из них: групповые занятия/ самостоятельная работа
1.	Самопрезентация "Кто я?" Входящая аттестация (тестирование).	4:2/2ак.ч.
2.	Психологические ловушки. Манипуляции. Управление слухами. Ценности личности.	4:2/2ак.ч.
3.	Управление конфликтом. Типы стадий. Участники. Функции. Ассертивность. Типы и приемы коммуникаций, снижающих напряженность конфликта. Социальная терпимость.	4:2/2ак.ч.
4.	Стресс-менеджмент. Освоение методов саморегуляции.	4:2/2ак.ч.
5.	Тайм-менеджмент. Планирование. Инструментарий. Окно Эйзенхауэра.	4:2/2ак.ч.
6.	Организационное поведение и эффективная коммуникация. Стандарты. Инструкции. Формальные и неформальные правила.	4:2/2ак.ч.
7.	Делегирование как элемент доверия.	4:2/2ак.ч.
8.	Переговоры. Подведение итогов. Итоговая аттестация (тестирование)	4:2/2ак.ч.
	ИТОГО	32ак.ч.:16/16 ак.ч.

Содержание учебного плана

1.Тема: «Самопрезентация "Кто я?"»

Входящая аттестация (тестирование).

Теория: Знакомство с планом работы. Правила поведения на занятиях. Введение правил группы. Ценности, зачем они нужны, как их определить. Ценности и традиции, которые приняты в обществе. Что делать, если возник конфликт ценностей.

Практика: упражнения на знакомство: «Презентация себя», «Факты обо мне». Методы и средства, позволяющие человеку познать самого себя. Самопознание с помощью самокритики – важный инструмент на пути к личностному росту. Методы и техники самокритики могут помочь лучше понять себя, выявить проблемные. Упражнение «Кто я» на ценности. С целью профессиональной ориентации.

Домашнее задание: изучение литературы по теме, анализ профессий с позиции необходимых компетенций, изучение литературы по теме, отработка техник на самопознание.

2.Тема: «Психологические ловушки. Манипуляции. Управление слухами»

Теория: Разновидности психологических ловушек. Методы, приемы и способы манипулирования. Виды и цели манипуляции. Скрытое управление и манипулирование в коллективе.

Промежуточная аттестация – устный опрос.

Практика: занятие с элементами тренинга: «Изломанный телефон», эффекты коммуникаций «свой парень», «предубеждения» и др. Обсуждение результатов.

Домашнее задание: изучение литературы по теме, обработка способов и приемов манипулирования.

3.Тема: «Управление конфликтом. Типы стадий. Участники. Функции. Ассертивность. Типы и приемы коммуникаций, снижающих напряженность конфликта. Социальная терпимость»

Теория: Суть конфликтной ситуации. Основные стадии протекания конфликта. Этапы управления конфликтом. Ассертивное поведение в конфликте. Предупреждение и разрешение конфликтов. Участники конфликтной ситуации. Психологическое ай-ки-до.

Промежуточная аттестация – устный опрос.

Практика: упражнения по управлению конфликтом. упражнения на управление, конфликтом, стрессом: «3 правила НЕТ», «я-высказывания», «анализ конфликта», активные упражнения и др. Обсуждение результатов.

Домашнее задание: изучение литературы по теме, обработка техник на примере реальных кейсов.

4.Тема: «Стресс-менеджмент. Освоение методов саморегуляции»

Теория: Управление стрессом. Стадии стресса. Распознавание признаков стресса. Естественные приемы саморегуляции (мечтание, наблюдение за прекрасным, позитивное мышление, улыбку и смех, рассматривание фотографий, картин, контакты с животными, наблюдение за цветами.). Библиотерапия. Фильмотерапия. Роль социума.

Практика: упражнения по управлению стрессом, техники саморегуляции: методы саморегуляции и сохранения жизненного тонуса:

- нервно-мышечная (прогрессивная) релаксация по Джекобсону;
- аутогенная тренировка;
- идеомоторная тренировка;
- чувственное воссоздание образов;
- Обсуждение результатов.

Домашнее задание: изучение литературы по теме, обработка техник стресс-менеджмента, подготовка выступления о предпочитаемом способе планирования времени.

5.Тема: «Тайм-менеджмент. Планирование. Инструментарий. Окно Эйзенхауэра»

Теория: Техники и методы для управления временем. Принципы тайм-менеджмента. Мифы об управлении временем. Как достигать своих целей с помощью тайм-менеджмента. Подходы к планированию. Виды планировщиков.

Промежуточная аттестация – устный опрос.

Практика: упражнения по тайм-менеджменту. Групповая работа по методу «Круглый

стол»: обсуждение с элементами демонстрации: «Мой планировщик». Индивидуальное выполнение с последующим обсуждением: «Окно Эйзенхауэра», «Распоряжение руководителя перед отъездом». Работа в двойках с последующим групповым обсуждением: «Съесть слона». Работа в тройках с последующим групповым обсуждением: «Поглотители времени». Инсайты и выводы. Обсуждение.

Домашнее задание: изучение литературы по теме, отработка техник и методов по управлению временем.

6.Тема: «Организационное поведение и эффективная коммуникация. Стандарты. Инструкции. Формальные и неформальные правила»

Теория: Понятие и виды коммуникаций. Процесс коммуникации. Коммуникативные барьеры и способы их преодоления. Деловое общение как основа коммуникативного поведения. Основные типы стандартов. Руководящие принципы или правила поведения, которые говорят нам, как действовать и как не действовать, в каких областях. Формальные и неформальные правила. Варианты взаимодействия между ними.

Промежуточная аттестация – устный опрос.

Практика: упражнения с элементами тренинга. «Формальные и неформальные правила нашей группы. Различия и сходство. Причины. Организационные роли – игра «Друг уют». Игра «Завяжи узел» с целью разграничения понятий руководство-лидерство. Обсуждение результатов.

Домашнее задание: изучение литературы по теме, отработка техник на примере реальных кейсов.

7.Тема: «Делегирование как элемент доверия»

Теория: Что такое делегирование и как он связано с доверием. Делегирование как ключевой инструмент эффективного управления. Каким образом строить доверие и поддерживать лояльность в команде. Управление доверием в современных организациях.

Практика: упражнения по делегированию «Слепой и поводырь», «Плюсы и минусы. Риски», «Выполни задачу в группе». Обсуждение результатов.

Домашнее задание: изучение литературы по теме, упражнения для повышения доверия.

8.Тема: «Переговоры». Подведение итогов.

Теория: Функции переговоров. Деловые переговоры и их виды. Как правильно вести переговоры. Этапы ведения переговоров. Правила ведения деловых переговоров.

Практика: упражнения для тренинга переговоров: на слушание и управление мотивацией участников. Упражнения «Фигастеры», «Спаси принцессу», «Ковер-самолет». Обсуждение результатов. Подведение итогов курса, выстраивание траектории саморазвития, анкетирование.

Домашнее задание: изучение литературы по теме, отработка техник на примере реальных кейсов.

Итоговая аттестация (тестирование).

1.4. Планируемые результаты обучения

- формирование понимания тенденций современного рынка труда и его требований, предъявляемые к уровню развития софт компетенций;

- развитие способностей к анализу, оценке и обоснованию явлений, фактов, событий, людей;
- развитие коммуникативных навыков и умений работать в команде;
- развитие способностей к поиску новой информации, разработке новых идей и составлению плана по их реализации.

Раздел № 2. «Комплекс организационно-педагогических условий»

2.1. Календарный учебный график

№п/п	Время проведения	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия	Место проведения	Форма контроля
1 нед	17.00-19.00	Лекция, практическое и семинарское занятие, работа в малых группах, тренинговое упражнение	2 ак.ч.	Самопрезентация "Кто я?"	ОГАУСО ЦСППСиД, учебный кабинет №14	Входящая аттестация (тестирование)
		самостоятельная подготовка	2 ак.ч.	Самопрезентация "Кто я?"		
2 нед	17.00-19.00	Лекция, практическое и семинарское занятие, работа в малых группах, тренинговое упражнение,	2 ак.ч.	Психологические ловушки. Манипуляции. Управление слухами. Ценности личности	ОГАУСО ЦСППСиД, учебный кабинет №14	Промежуточная аттестация – устный опрос.
		самостоятельная подготовка	2 ак.ч.	Психологические ловушки. Манипуляции. Управление слухами. Ценности личности		
3 нед	17.00-19.00	Лекция, практическое и семинарское занятие, работа в малых группах,	2 ак.ч.	Управление конфликтом. Типы стадий. Участники. Функции. Ассертивность.	ОГАУСО ЦСППСиД, учебный кабинет №14	Промежуточная аттестация – устный опрос.

		тренинговое упражнение,		Типы и приемы коммуникаций, снижающих напряженность конфликта. Социальная терпимость		
		самостоятельная подготовка	2ак.ч	Управление конфликтом. Типы стадий. Участники. Функции. Ассертивность. Типы и приемы коммуникаций, снижающих напряженность конфликта. Социальная терпимость		
4 нед	17.00-19.00	Лекция, практическое и семинарское занятие, работа в малых группах, тренинговое упражнение,	2 ак.ч.	Стресс-менеджмент. Освоение методов саморегуляции	ОГАУСО ЦСППСид, учебный кабинет №14	Промеж уточная аттестация – устный опрос.
		самостоятельная подготовка	2ак.ч	Стресс-менеджмент. Освоение методов саморегуляции		
5 нед	17.00-19.00	Лекция, практическое и семинарское занятие, работа в малых группах, тренинговое упражнение,	2 ак.ч.	Тайм-менеджмент. Планирование. Инструментарий . Окно Эйзенхауэра	ОГАУСО ЦСППСид, учебный кабинет №14	Промеж уточная аттестация – устный опрос.
		самостоятельная подготовка	2ак.ч	Тайм-менеджмент. Планирование. Инструментарий . Окно		

				Эйзенхауэра		
6 нед	17.00-19.00	Лекция, практическое и семинарское занятие, работа в малых группах, тренинговое упражнение,	2 ак.ч.	Организационное поведение и эффективная коммуникация. Стандарты. Инструкции. Формальные и неформальные правила.	ОГАУСО ЦСППСИД, учебный кабинет №14	Промежуточная аттестация – устный опрос.
		самостоятельная подготовка	2ак.ч	Организационное поведение и эффективная коммуникация. Стандарты. Инструкции. Формальные и неформальные правила.		
7 нед	17.00-19.00	Лекция, практическое и семинарское занятие, работа в малых группах, тренинговое упражнение,	2 ак.ч.	Делегирование как элемент доверия	ОГАУСО ЦСППСИД, учебный кабинет №14	
		самостоятельная подготовка	2ак.ч	Делегирование как элемент доверия		
8нед	17.00-19.00	Лекция, практическое и семинарское занятие, работа в малых группах, тренинговое упражнение,	2 ак.ч.	Переговоры. Подведение итогов.	ОГАУСО ЦСППСИД, учебный кабинет №14	Итоговая аттестация (тестирование)
		самостоятельная подготовка	2ак.ч	Переговоры. Подведение итогов.		

График и режим работы: 1 раз в неделю, с 17.00 до 19.00
Продолжительность учебного занятия – 45 минут.

Занятия проводятся парами – 1 пара - 2 академических часа.

Количество занятий – 8.

Перерыв между занятиями – 15 минут.

2.2. Условия реализации программы

Материально-техническое обеспечение:

Просторное, хорошо проветриваемое и освещенное помещение, оборудованное: столами и стульями, демонстрационный экран, шкафом для хранения пособий, стендами.

Дидактические материалы, техническая оснащённость: в арсенале кабинета необходимы:

- для прослушивания аудиозаписей и просмотра видеоматериалов - ноутбук или компьютер, колонки, демонстрационный экран;
- раздаточные материалы к тренингам;
- психодиагностический материал (тексты психодиагностических методик на определение ролей в команде, темперамента, акцентов характера, самооценки, лидерских и организаторских качеств, на выявление основных ценностей, поведения в конфликтах);
- приложение с использованием дистанционной образовательной программы Сферум/Яндекс - телемост).

Кадровое обеспечение:

Педагоги дополнительного образования Кузовенкова Мария Владиславовна (педагог-психолог), Савкина Марина Владимировна (социальный педагог) осуществляют дополнительное образование обучающихся в соответствии с образовательной программой, комплектуют состав обучающихся. Обеспечивают педагогически обоснованный выбор форм, средств и методов работы (обучения) исходя из психофизиологической и педагогической целесообразности, используя современные образовательные технологии, включая информационные, а также цифровые образовательные ресурсы. Обеспечивают соблюдение правил свобод обучающихся. Составляют планы и программы занятий, обеспечивают их выполнение. Оценивают эффективность обучения, учитывая овладение умениями, развитие опыта творческой деятельности.

Должны знать: приоритетные направления развития образовательной системы Российской Федерации; законы и иные нормативные правовые акты, регламентирующие образовательную деятельность; возрастную и специальную педагогику и психологию; физиологию, гигиену; специфику развития интересов и потребностей обучающихся; содержание учебной программы, методiku и организацию дополнительного образования; современные педагогические технологии продуктивного, дифференцированного, развивающего обучения, реализации компетентностного подхода; методы убеждения, аргументации своей позиции, установления контакта с обучающимися, коллегами по работе; технологии диагностики причин конфликтных ситуаций, их профилактики и разрешения; технологии педагогической диагностики; основы работы с персональным компьютером (текстовыми редакторами, электронными таблицами), электронной почтой и браузерами, мультимедийным оборудованием; правила внутреннего трудового распорядка образовательного учреждения; правила по охране труда и пожарной безопасности.

Требования к квалификации: высшее профессиональное образование по направлению

подготовки «Образование и педагогика» или высшее профессиональное образование и переподготовка по направлению «Педагогика», «Педагогика и психология», стаж работы не менее 3 лет. Согласно профстандарта (Приказ Минтруда России от 22.09.2021 №652н «Об утверждении профессионального стандарта «Педагог дополнительного образования детей и взрослых») устанавливаются следующие квалификационные требования к педагогическим работникам: Высшее образование или среднее профессиональное образование в рамках укрупненных групп специальностей и направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования "Образование и педагогические науки" или Высшее образование либо среднее профессиональное образование в рамках иных укрупненных групп специальностей и направлений подготовки высшего образования и специальностей среднего профессионального образования при условии его соответствия дополнительным общеразвивающим программам, дополнительным предпрофессиональным программам, реализуемым организацией, осуществляющей образовательную деятельность, и получение при необходимости после трудоустройства дополнительного профессионального образования педагогической направленности или Успешное прохождение обучающимися промежуточной аттестации не менее чем за два года обучения по образовательным программам высшего образования по специальностям и направлениям подготовки, соответствующим направленности дополнительных общеобразовательных программ.

2.3. Формы аттестации

Промежуточная аттестация в ходе реализации образовательной программы осуществляется в форме тестирования.

Материалы итоговой и промежуточной аттестации (тестирование) разрабатывают Кузовенкова Мария Владиславовна, Савкина Марина Владимировна; содержание теста утверждается Методическим советом учреждения.

Подтверждением реализации дополнительной образовательной программы является Журнал посещаемости обучающихся.

Журнал посещаемости обучающихся

№	Дата	Раздел и темы (согласно программы)	Текущий контроль (+/-)	Список обучающихся
1.				

2.4. Оценочные материалы

Преобладающей формой итоговой и промежуточной аттестации является тестирование. Текущий контроль осуществляется на каждом занятии и проводится в виде устного опроса/письменных заданий.

2.5. Методические материалы

Особенности организации образовательного процесса – очное обучение. Методы обучения - словесный, наглядный практический; объяснительно- иллюстративный, репродуктивный, частично-поисковый; дискуссионный; методы убеждения, поощрения, упражнения, стимулирование, мотивация.

Форма организации образовательного процесса – групповая. Формы организации учебного занятия – лекция, мастер-класс, практическое занятие, презентация.

Педагогические технологии - технология группового обучения, коммуникативная технология обучения, здоровьесберегающая технология.

Алгоритм учебного занятия:

- Вводная часть.
- Постановка цели.
- Разогрев.
- Основная часть: теоретическая часть, упражнения в микрогруппах.
- Подведение итогов, рефлексия.
- Анонс следующего занятия.

Дидактические материалы – задания и упражнения, направленные на активизацию/закрепление изученных тем, раздаточные материалы к тренингам; художественные и научные тексты (по темам «Конфликт», «Ценности» и др., описание изучаемых тем из научной литературы, примеры из художественных произведений изучаемых феноменов, моделей поведения); игры на определение ролей в команде, акцентуаций характера, самооценки, лидерских и организаторских качеств, на выявление основных ценностей, поведения в конфликтах); восковые мелки, маркеры, бумага белая и цветная, планшет.

2.6. Список литературы

1. Альтшуллер Г., Верткин И. Как стать гением: Жизненная стратегия творческой личности. – Минск: Изд. дом «Беларусь», 1994.
2. Борг Дж. Сила убеждения. Искусство оказывать влияние на людей. – Издательство «Претекст», 2010.
3. Вайсман Дж. Мастера слова. Секреты публичных выступлений. – М.: Изд. «Манн, Иванов и Фербер», 2014.
4. Дэвид Аллен «Как привести дела в порядок» . – Издательство: «Манн, Иванов и Фербер», 2014.
5. Ермаков Д. Персонализированная модель образования: развитие гибких навыков // Образовательная политика. 2020. № 1(81). С. 104–112
6. Лукьянов А. Как создать «пробивное» резюме. – Издательство: «Copyright», 2010.
7. Намаконов И. Кроссфит мозга. – Издательство: Альпина паблишер, 2018.
8. Непряхин Н.Ю. Анатомия заблуждений. – Издательство: Альпина паблишер, 2022.
9. Миллер Дуглас. Великолепная команда. Что нужно знать, делать и говорить для создания великолепной команды. – Издательство: Литагент «Весь», 2011.
10. Представление себя другим в повседневной жизни. – М.: «Кучково поле», 2000.

Входное тестирование		
		Оцените, требуемые в ситуации навыки, по 10 бальной шкале, где «0»-отсутствие навыка или интереса, «10»-максимально выраженный результат.
	За день вы успеваете выполнить все намеченные дела?	
	Умеете ли вы выступать перед широкой аудиторией?	
	Вы умеете вести деловую переписку?	
	Вам нравится работать в команде?	
	Умеете ли вы рассказывать о своих достоинствах?	
	Сможете ли вы самостоятельно принять решение при возникновении срочного рабочего вопроса?	
	Можете ли вы работать в стрессовой ситуации?	

Итоговое тестирование		
		Оцените, требуемые в ситуации навыки, по 10 бальной шкале, где «0»-отсутствие навыка или интереса, «10»-максимально выраженный результат.
	За день Вы успеваете выполнить все намеченные дела?	
	Часто Вы опаздываете?	
	Составляете ли Вы список дел на день?	
	Вы уверенно общаетесь с малознакомым человеком?	
	Умеете ли Вы выступать перед широкой аудиторией?	
	Вы умеете вести деловую переписку?	
	Вам нравится работать в команде?	
	Умеете ли Вы рассказывать о своих достоинствах?	
	Сможете ли Вы самостоятельно принять решение при возникновении срочного рабочего вопроса?	
	Можете ли Вы работать в стрессовой ситуации?	
	Замечаете ли Вы, когда человек вам врет или недоговаривает?	
	Вас можно назвать миротворцем, примирителем спорящих?	
	Вы чувствуете настроение другого человека?	

	Вы можете попросить другого о помощи?	
	Вы быстро привыкаете к новой ситуации (компании людей, учебному коллективу)	
	Используете ли в стрессовых ситуациях навыки саморегуляции	
	Быстро ли, попав в новую группу, понимаете ролевые позиции участников?	

Оценка результатов теста производится путем сложения полученных баллов (в каждом тесте по отдельности) и делении суммы на число, равное количеству вопросов в данном тесте. Оценка результатов обучения производится путем сравнения результатов тестов входного и итогового тестирования.

Вопросы для промежуточной аттестации

Работа в команде

1. Что вы предпочитаете и почему: работа в команде или работа в одиночку?
2. Насколько важны для вас командные мероприятия?
3. Скажите мне, как бы вы преодолели ситуацию, когда команда плохо работает, потому что члены не ладят.
4. Как бы вы справились с товарищем по команде, который не выполнял свою долю работы?

Навыки межличностного общения

1. Как вы справляетесь с ситуациями, когда между вами и вашим приятелем существует напряженность?
2. Расскажите о случае, когда вы построили хорошие отношения с кем-то, кто был вам не по душе

Навыки коммуникации

1. Объясните явление гравитации 6-летнему ребенку.
2. Вы предпочитаете письменное или устное общение?
3. Что важнее для вас и почему: быть хорошим слушателем или хорошим коммуникатором?

Тайм-менеджмент

1. Есть ли у вас навыки многозадачности?
2. Как вы расставляете приоритеты в своей деятельности, если у вас есть несколько надвигающихся дедлайнов?

Деловая этика

1. Какие составляющие этики делового поведения Вы можете назвать?
2. Что бы вы сделали, если бы обнаружили, что одноклассник нарушает правила учебного заведения?

Ведение переговоров

1. Опишите сложную переговорную ситуацию, в которой вы были. Каков был результат?
2. Как бы вы договорились о чем-то с одноклассником или учителем?
3. Какова ваша самая эффективная техника убеждения во время переговоров?

Решение конфликтов

1. Приведите пример, когда вы успешно разрешили конфликт.
2. Какие шаги вы бы предприняли для разрешения острого конфликта, вспыхнувшего между двумя членами вашей команды?
3. Как бы вы успокоили коллегу, если бы увидели, что его гнев может вызвать проблемы?