

## **Тема 1. Основы персональной эффективности**

### **Задание 1. Определение логика личного карьерного пути.**

1. Проанализируйте свою будущую карьеру и планы на будущее.
2. Оцените будущее состояние карьеры с учетом личных потребностей и тенденций рынка труда
3. Помечтайте и сформируете карьерные цели.

### **Задание 2. Моделирование личной карьеры.**

1. Рассмотрите возможные виды карьеры.
2. Изучите карьерные траектории и точки выбора. Ответите на вопрос «Какие варианты развития у меня есть?».
3. Напишите несколько карьерных сценариев и сформируете карьерную карту.

### **Задание 3. Оценка личного потенциала и компетенций.**

1. Проведете подробный анализ своих сильных и слабых сторон.
2. Составите сеть социальных контактов и агентов влияния, которые будут вас продвигать.
3. Научитесь использовать специальные инструменты карьерных консультантов.
4. Сформируете план индивидуального развития.

### **Задание 4. Составление карьерного плана.**

1. Соберете всю важную информацию о себе и своей будущей карьере в свой личный карьерный план.
2. Подготовитесь к реализации плана: первые шаги и сроки.
3. Проработаете методику адаптации и корректировки плана во времени.