**Уважаемые студенты!**

**Приглашаем вас пройти тренинг**

 **«Ориентация и планирование карьерного роста»**

**в Центре развития личности ФГБОУ ВО ЧГМА**

 Сегодня успешное построение карьеры – это одна из основных составляющих жизни почти каждого, кто хочет добиться успехов в своей профессиональной деятельности. **Тренинг карьерного роста** ориентирован на студентов, стоящих перед выбором и имеющих затруднения с дальнейшим выбором специализации, студентов и молодых специалистов, планирующих построить карьеру и найти способы осуществить задуманное.

 **Тренинг карьерного роста** учит теории и практике построения карьеры. Секретные способы помогут вам добиться желаемых успехов в учебе и дальнейшей работе быстро и легко.

Итак, кому, в первую очередь, следует посетить тренинг карьерного роста:

* студентам, стоящим перед выбором и имеющим затруднения с дальнейшим выбором специализации в академии;
* студентам, планирующим развитие своей будущей карьеры;
* студентам, планирующим в ближайшее будущее устраиваться на работу;
* молодым специалистам, для которых важна самореализация.

**Тренинг позволит:**

- Определить и выбрать правильное направление в процессе выбора;
- Сканировать возможную реальность;
- Оценить «кто я?»;
- Выработать стратегический план;
- Улучшить маркетинг себя.

 В современном постоянно развивающемся мире найти свое место сложно, но можно. Важно самому захотеть это, сделать первый шаг в верном направлении. Посетите тренинг построения карьеры, а остальные шаги вы самостоятельно проделаете вверх по карьерной лестнице.

**Тренинг будет проходить в Центре развития личности студента**

 **18 апреля в 17.30 ч.**

**Запись ведется по тел. +79143588386.**

**Уважаемые студенты!**

**В Центре развития личности студента будет проходить тренинг**

 **«Школа лидерства».**

Лидерство — инструмент, который позволяет воплотить в жизнь смелые планы и умения организации и управления группой.

Тренинг на развитие и формирование лидерских знаний, умений и навыков позволит сформировать в себе позицию лидерства.

Тренинг поможет студентам – старостам групп:

1. Увидеть, сформировать и развить свои лидерские качества;
2. Увидеть свои лидерские перспективы;
3. Развить уверенность в себе как в лидере;
4. Сформировать настрой на преодоление препятствий;
5. Развить умения эффективного влияния на людей;
6. Обучиться навыкам командообразования;
7. Освоить навыки эффективного принятия решений в группе.

**На тренинг приглашаются старосты групп 1-2 курсов всех факультетов.**

До встречи на тренинге!

**Уважаемые студенты!**

**В Центре развития личности студента планируется проведение**

**тренинга «Сплоченность студенческой группы»**

 Групповая сплоченность является необходимым условием для создания комфортного микроклимата в коллективе. Груп­повой сплоченности способствуют: положительное эмоциональное состояние студентов, дружеская располага­ющая атмосфера в группе; позитивные взаимоотношения и сим­патии между участниками, взаимопонимание. Таким образом, когда в группе создан комфортный микроклимат, ее участники обретают уверенность в дальнейшей студенческой жизни и стремятся добиваться успехов в учебе. Тренинг на сплочение коллектива – один из эффективных способов создания такой атмосферы.

Данный тренинг поможет вашей группе:

1.    Сформировать благоприятный психологический климат в группе;

2.    Научиться  находить сходства у участников группы для улучшения взаимодействия между вами;

3.     Определить и изменить психологическую атмосферу в группе;

4.     Осознать каждому студенту  свою роль, функции в группе;

5.     Развить умение работать в команде;

6.     Сплотить вашу группу.

**Заявки на участие в тренинге вы можете подать своему куратору или позвонить по тел. +79143588386.**

До встречи на тренинге!

**Уважаемые студенты!**

**В Центре развития личности студента проводится тренинг для молодых студенческих семей**

 **«Мы - вместе. Мы – счастливы».**

**Программа тренинга включает следующие темы и вопросы:**

* Семья – крепость, семья – санаторий, семья – театр, семья – дурдом и какие еще есть семьи……
* Для чего мы решили быть вместе;
* Семейные роли, которые мы играем;
* Семейные мифы и иллюзии;
* Влияние родителей, или откуда берутся анекдоты о теще и свекрови;
* Тонкость супружеской сексуальной жизни;
* Психосоматика или откуда появляется головная боль;
* Недостаток внимания, или как трансформируются романтические отношения;
* Семейные конфликты, или как рождаются скандалы и истерики;
* "Волшебные слова", или как донести то, что ощущаешь;
* Противоречивые вопросы семейной жизни и как их еще можно решать;
* Общий досуг и как сохранить свое свободное пространство;
* С милым рай в шалаше, или как материальное состояние влияет на семейное счастье.

И многие другие семейные вопросы…….

**Участники:** супружеские студенческие пары, супружеские пары, где один из членов молодой семьи является студентом.

**Тренинг будет проходить в Центре развития личности студента**

**25 апреля в 17.30 ч.**

**Запись на тренинг ведется по тел. +79143588386**

****

**Уважаемые студенты!**

**В Центре развития личности студента будет проходить**

**Тренинг «Тайм-менеджмент. Формирование навыков планирования и распределения своего времени».**

**На тренинге вы:**

1. Получите интересную информацию о важности планирования времени своей жизни.
2. Овладеете и закрепите метод АТ.
3. Получите конкретные инструменты, помогающие грамотно планировать время.
4. Научитесь составлять список жизненных целей и наметите их план реализации.
5. Получите информацию о способах структурирования времени.
6. Увидите и оцените важность изменения установок «долженствования» на установки сознательного выбора.
7. Получите практические навыки по планированию времени.

**Тренинг будет проходить в Центре развития личности студента**

 **27 апреля в 17.30 ч.**

**Запись на тренинг ведется по тел. +79143588386**