

# NỘI DUNG CHƯƠNG TRÌNH ĐÀO TẠO THỰC TẬP DÀNH CHO NỮ SINH VIÊN

## Mục tiêu chung:

Chương trình đào tạo trang bị cho sinh viên nữ kiến thức và kỹ năng để nắm bắt cơ hội nghề nghiệp, vượt qua thách thức và thăng tiến trong lĩnh vực cơ sở hạ tầng. Chương trình cũng tăng cường kinh nghiệm thực tập cho sinh viên nữ bằng cách kết nối việc học tập với các tổ chức, tập trung vào các kỹ năng mềm, kỹ năng về giới, hòa nhập xã hội và biến đổi khí hậu.

## Các mục tiêu cụ thể:

- Nâng cao nhận thức những rào cản giới với sinh viên nữ trong ngành hạ tầng và các giải pháp để vượt qua
- Xây dựng năng lực giao tiếp, trình bày và kỹ năng quản lý cho sinh viên nữ như một công cụ để vượt qua rào cản giới và thăng tiến trong sự nghiệp
- Tạo cơ hội cho sinh viên nữ trở nên thành thạo và ủng hộ các vấn đề liên quan đến giới, môi trường, biến đổi khí hậu và cơ sở hạ tầng chất lượng
- Hỗ trợ kết nối với các tổ chức chủ trì và giúp sinh viên nữ tối đa hóa lợi ích của họ từ chương trình thực tập

Thời gian	Nội dung	Thực hiện
<b>NGÀY 1 - SÁNG - NÂNG CAO BÌNH ĐẲNG GIỚI TÍNH TẠI NƠI LÀM VIỆC TRONG LĨNH VỰC CƠ SỞ HẠ TẦNG</b>		
8:00 - 8:30	<b>Đăng ký đại biểu</b>	
8:30 - 8:45	<b>Phát biểu khai mạc</b>	Đại diện ADB/Canada
8:45 - 9:00	<b>Giới thiệu về khóa học</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Phác thảo cấu trúc khóa học: Mục tiêu, kết quả đánh giá nhu cầu đào tạo và chương trình</li><li>• Giới thiệu người tham gia</li></ul>	Từ Thu Hiền, WISE Tất cả người tham dự
9:00 - 9:30	<b>Phiên 1: Học tập trong thực tế công việc</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Giới thiệu chương trình thực tập (bao gồm giới thiệu công ty nhận thực tập sinh và hướng dẫn đăng ký)</li><li>• Công ty nhận thực tập sinh giới thiệu về sứ mệnh, chuyên môn, số lượng nhân viên, cơ cấu và các công trình đang xây dựng</li></ul>	Phạm Thị Bích Hồng, WISE và một trường đại học (dự kiến) Công ty nhận thực tập sinh (dự kiến)

9:30 - 10:15	<b>Phiên 2: Vấn đề giới ở nơi làm việc</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bình đẳng giới (BDG) tại nơi làm việc</li> <li>• Vấn đề giới trong lĩnh vực cơ sở hạ tầng</li> <li>• Các khái niệm và chỉ số chính về BDG</li> <li>• Tầm quan trọng của BDG</li> </ul>	Từ Thu Hiền, WISE Tất cả người tham dự
10:15 – 10:30 <b>Nghỉ giải lao</b>		
10:30 - 11:15	<b>Phiên 3: Những rào cản chính của bình đẳng giới đối với sự phát triển nghề nghiệp của phụ nữ</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Định kiến xã hội</li> <li>• Những hạn chế của gia đình</li> <li>• Những hạn chế và thiên vị của chính phụ nữ</li> </ul>	Từ Thu Hiền, WISE Thảo luận nhóm
11:15 - 12:00	<b>Phiên 4: Những thành kiến vô thức - yếu tố tiềm ẩn của bất bình đẳng giới</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Những thành kiến vô thức là gì?</li> <li>• Biểu hiện chung của định kiến giới vô thức?</li> <li>• Định kiến giới tính vô thức</li> <li>• Những thành kiến vô thức thúc đẩy các quyết định và ảnh hưởng đến chúng</li> <li>• Rào cản đối với phụ nữ khi lãnh đạo</li> <li>• Hậu quả của sự thiên vị vô thức</li> </ul>	Từ Thu Hiền, WISE Tất cả người tham dự
12:00 - 13:30 <b>Nghỉ trưa</b>		
<b>NGÀY 1 - CHIỀU - LÒNG GHÉP TÍNH BỀN VỮNG MÔI TRƯỜNG, KHẢ NĂNG PHỤC HỒI TRƯỚC BIẾN ĐỔI KHÍ HẬU, BÌNH ĐẲNG GIỚI VÀ CÁC NGUYÊN TẮC KHÁC VỀ ĐẦU TƯ CƠ SỞ HẠ TẦNG CÓ CHẤT LƯỢNG</b>		
13:30 - 14:15	<b>Phiên 5: Tọa đàm của những phụ nữ lãnh đạo trong ngành: Giải pháp giảm thiểu định kiến vô thức</b> Bài trình bày của những phụ nữ hàng đầu Việt Nam trong ngành xây dựng - điều gì gây khó khăn và cản trở con đường sự nghiệp thành công <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cơ hội việc làm và lộ trình nghề nghiệp cho nữ giới/thực tập sinh nữ ngành xây dựng</li> <li>• Hướng nghiệp</li> <li>• Giải pháp hạn chế thành kiến vô thức</li> </ul>	Từ Thu Hiền, WISE 2 diễn giả khách mời (dự kiến) Tất cả người tham dự
14:15 - 15:15	<b>Phiên 6: Giới thiệu về đầu tư cơ sở hạ tầng chất lượng</b> Là một chương bao gồm đề cương ngắn gọn về thiết kế phổ quát, khả năng phục hồi khí hậu và cách đánh giá môi trường và xã hội (ESA)	Chuyên gia môi trường của ADB
15:15 - 15:30 <b>Nghỉ giải lao</b>		

15:30 - 16:15	<p><b>Phiên 7: Đề cập đến vấn đề lồng ghép giới trong chu trình dự án</b></p> <p>Phác thảo các vấn đề chính về giới cần giải quyết trong Chương trình từ Hoạt động ưu tiên 2 của ADB về Thúc đẩy Tiến bộ về Bình đẳng Giới, bao gồm các hoạt động chiến lược ưu tiên, các phương pháp tiếp cận hoạt động và triển khai liên quan đến cơ sở hạ tầng. Bao gồm hướng dẫn về ý tưởng và thiết kế dự án gồm các Hạng mục Lồng ghép Giới của Dự án ADB, thực hiện dự án Đánh giá Xã hội và Nghèo đói của ADB cũng như Đánh giá Giới và Kế hoạch Hành động (GAAP) cũng như giám sát và đánh giá. Danh sách kiểm tra sẽ được cung cấp để lồng ghép giới vào từng lĩnh vực cơ sở hạ tầng (bao gồm hướng dẫn về năng lượng và giao thông của ADB)</p>	Từ Thu Hiền, WISE Tất cả người tham dự
16:15 – 17:00	<p><b>Phiên 8: Các tiêu chuẩn Môi trường - Xã hội - Quản trị Doanh nghiệp (ESG)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Các khái niệm cơ bản</li> <li>• Tầm quan trọng của ESG trong lĩnh vực cơ sở hạ tầng</li> <li>• Vấn đề giới trong ESG</li> </ul>	Từ Thu Hiền, WISE Tất cả người tham dự
<b>17:00 Kết thúc ngày 1</b>		

<p><b>Ngày 2:</b>  <b>LỒNG GHÉP TÍNH BỀN VỮNG MÔI TRƯỜNG, KHẢ NĂNG PHỤC HỒI TRƯỚC BIẾN ĐỔI KHÍ HẬU, BÌNH ĐẲNG GIỚI VÀ CÁC NGUYÊN TẮC KHÁC VỀ ĐẦU TƯ CƠ SỞ HẠ TẦNG CÓ CHẤT LƯỢNG (Tiếp)</b>  <b>XÂY DỰNG KỸ NĂNG GIAO TIẾP CHO SINH VIÊN NỮ ĐỂ TẠO CƠ HỘI NGHỀ NGHIỆP TRONG LĨNH VỰC CƠ SỞ HẠ TẦNG</b></p>		
8:30 - 9:00	<p><b>Phiên 9: Tổng kết và ôn tập lại ngày 1</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Thúc đẩy bình đẳng giới tại nơi làm việc trong lĩnh vực cơ sở hạ tầng</li> <li>• Lồng ghép tính bền vững môi trường, khả năng phục hồi trước biến đổi khí hậu, bình đẳng giới và các nguyên tắc khác về đầu tư cơ sở hạ tầng có chất lượng</li> </ul>	Từ Thu Hiền, WISE Tất cả người tham dự
9:00 - 10:30	<p><b>Phiên 10: Kỹ năng lắng nghe, giao tiếp và xây dựng mối quan hệ tại nơi làm việc</b>  (Khai thác thế mạnh của phụ nữ trong việc lắng nghe, tương tác, nuôi dưỡng các mối quan hệ, giao tiếp đồng cảm để góp phần tạo ra giá trị trong công việc)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Năm cấp độ lắng nghe</li> <li>• Lắng nghe người nói - nói với người nghe</li> </ul>	Tạ Minh Tuấn, Giảng viên Tất cả người tham dự
<b>10:30 - 10:45 Nghỉ giải lao</b>		
10:45 - 12:00	<p><b>Phiên 11: Kỹ năng lắng nghe, giao tiếp và xây dựng mối quan hệ tại nơi làm việc (tiếp theo)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• (Khai thác thế mạnh của phụ nữ trong việc lắng nghe, tương tác, nuôi dưỡng các mối quan hệ, giao tiếp đồng cảm để góp phần tạo ra giá trị trong công việc)</li> </ul>	Tạ Minh Tuấn, Giảng viên Tất cả người tham dự

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Làm thế nào để đồng cảm</li> <li>• Chiến lược truyền thông</li> </ul>	
<b>12:00 - 13:30 Bữa trưa</b>		
13:30 - 14:30	<b>Phiên 12: Kỹ năng lắng nghe, giao tiếp và xây dựng mối quan hệ tại nơi làm việc (tiếp theo)</b> (Khai thác thế mạnh của phụ nữ trong việc lắng nghe, tương tác, nuôi dưỡng các mối quan hệ, giao tiếp đồng cảm để góp phần tạo ra giá trị trong công việc) <ul style="list-style-type: none"> <li>• Nuôi dưỡng mối quan hệ - Mạng lưới dành cho phụ nữ</li> </ul>	Tạ Minh Tuấn, Giảng viên Tất cả người tham dự
14:30 - 15:00	<b>Phiên 13: Kỹ năng thuyết trình để thuyết phục ý tưởng, đề xuất kế hoạch, trở nên xuất sắc và thăng tiến trong sự nghiệp</b> (Giải quyết khoảng cách về kỹ năng này để giúp phụ nữ trình bày các đề xuất và ý kiến có giá trị và hấp dẫn, thu hút và huy động các nguồn lực, từ đó dẫn dắt các nhóm trở thành người quản lý và thăng tiến ở các vị trí lãnh đạo)	Tạ Minh Tuấn, Giảng viên Tất cả người tham dự
<b>15:00 - 15:15 Nghỉ giải lao</b>		
15:15 - 17:00	<b>Phiên 14: Kỹ năng thuyết trình (tiếp theo)</b> Bài tập mô phỏng và thuyết trình Nhận xét	Tạ Minh Tuấn, Giảng viên Tất cả người tham dự
<b>17:00 Kết thúc ngày thứ 2</b>		

<b>Ngày 3: XÂY DỰNG KỸ NĂNG QUẢN LÝ VÀ CÂN BẰNG CẢM XÚC CHO SINH VIÊN NỮ ĐỂ NÂNG CAO NGHỀ NGHIỆP TRONG NGÀNH CƠ SỞ HẠ TẦNG</b>		
8:30 - 9:00	<b>Phiên 15:</b> Tổng kết và ôn tập ngày 2	Tạ Minh Tuấn, Giảng viên Tất cả người tham dự
9:00 - 10:00	<b>Phiên 16: Kỹ năng quản lý và cân bằng cảm xúc</b> Buổi học về "Kỹ năng quản lý và cân bằng cảm xúc" được thiết kế nhằm nâng cao khả năng quản lý cảm xúc hiệu quả của sinh viên nữ, đây là một kỹ năng quý giá trong bất kỳ môi trường chuyên môn nào, bao gồm cả lĩnh vực cơ sở hạ tầng. Chương trình đào tạo cũng chuẩn bị cho các sinh viên nữ bước vào giai đoạn chuyển tiếp từ môi trường học tập sang nơi làm việc. Sự thay đổi này có thể đầy thách thức và việc có kỹ năng quản lý cảm xúc mạnh mẽ sẽ giúp họ thích nghi với môi trường mới, xử lý áp lực tại nơi làm việc và duy trì sự cân bằng lành mạnh giữa công việc và cuộc sống. Phiên học sẽ khám phá	Tạ Minh Tuấn, Giảng viên Tất cả người tham dự

	<p>cách tận dụng điểm mạnh này của phụ nữ so với nam giới. Nắm vững kỹ năng này sẽ tạo ra nền tảng tuyệt vời cho sự thành công và hạnh phúc trong công việc.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Thấu hiểu cảm xúc một cách sâu sắc</li> <li>• Cách quan sát, nhận biết và hiểu cảm xúc</li> </ul>	
10:00 - 10:15	<b>Nghỉ giải lao</b>	
10:00 - 12:00	<p><b>Phiên 17: Kỹ năng quản lý và cân bằng cảm xúc (tiếp theo)</b>          Buổi học về "Kỹ năng quản lý và cân bằng cảm xúc" được thiết kế nhằm nâng cao khả năng quản lý cảm xúc hiệu quả cho sinh viên nữ, đây là một kỹ năng cần thiết trong bất kỳ môi trường chuyên môn nào, bao gồm cả lĩnh vực cơ sở hạ tầng. Chương trình đào tạo cũng chuẩn bị cho các sinh viên nữ bước vào giai đoạn chuyển tiếp từ môi trường học tập sang nơi làm việc. Sự thay đổi này có thể có nhiều thách thức và việc có kỹ năng quản lý cảm xúc mạnh mẽ sẽ giúp họ thích nghi với môi trường mới, xử lý áp lực tại nơi làm việc và duy trì sự cân bằng lành mạnh giữa công việc và cuộc sống. Phiên họp sẽ khám phá cách tận dụng điểm mạnh này của phụ nữ so với nam giới. Nắm vững kỹ năng này sẽ tạo nền tảng tuyệt vời cho sự thành công và hạnh phúc trong công việc.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Chánh niệm và nhận thức để chuyển hóa những cảm xúc tiêu cực</li> <li>• Nuôi dưỡng những cảm xúc tích cực và có lợi để hỗ trợ phát triển cá nhân và nghề nghiệp</li> </ul>	<p>Tạ Minh Tuấn, Giảng viên          Tất cả người tham dự</p>
12:00 - 13:30	<b>Bữa trưa</b>	
13:30 - 15:00	<p><b>Phiên 18: Tóm tắt và lập kế hoạch cá nhân</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Bản tóm tắt</li> <li>• Suy ngẫm lại</li> <li>• Lập kế hoạch tương lai (lập kế hoạch cá nhân và chia sẻ nhóm)</li> </ul>	<p>Từ Thu Hiền, Tất cả người tham dự</p>
15:00 - 15:15	<b>Tiệc trà buổi chiều</b>	
15:15 - 16:15	<p><b>Phiên 19: Bế mạc</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Đăng ký thực tập</li> <li>• Khảo sát sau đào tạo</li> <li>• Lễ bế mạc</li> </ul>	<p>WISE          Đại diện ADB/Canada          Tất cả người tham dự</p>
16:30	<b>Kết thúc ngày thứ 3</b>	

(Nội dung chương trình đào tạo có thể điều chỉnh theo tình hình thực tế)