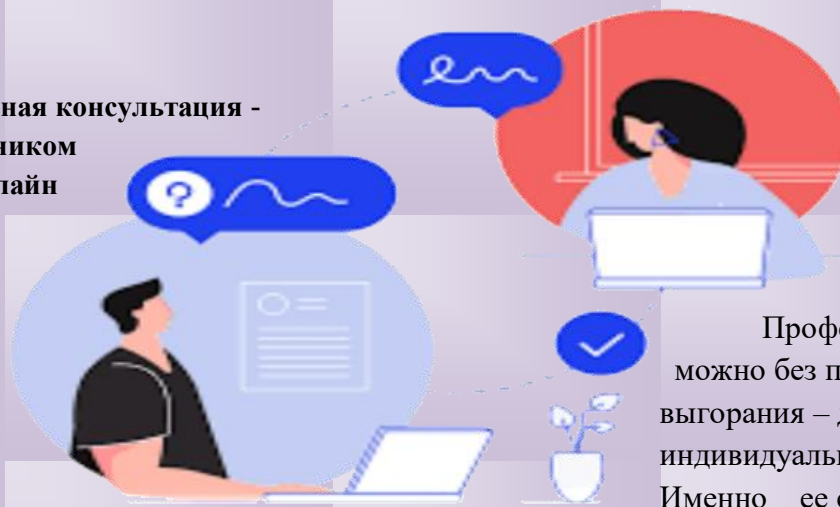


Карьерная консультация. Чем помогает и как записать

Карьерная консультация -
сотрудником
или онлайн



это встреча с
центра карьеры
беседа по вопросам
трудоустройства и
практики.

Профессионально расти
можно без постоянного стресса и
выгорания – для этого нужна
индивидуальная стратегия.
Именно ее специалист «Центра
карьеры» КубГУ строит с вами.

Мы поможем:

- зарегистрироваться и настроить аккаунт в цифровой карьерной среде БГИТ;
- грамотно составить резюме и самопрезентацию;
- подготовиться к собеседованию в выбранную компанию;
- сформировать путь профессионального развития;
- доносить ценность своих услуг;
- разбираться в требованиях рынка и ваших сильных сторонах;
- найти площадки и пути развития перспектив: Российские Студенческие отряды, Студенческое Научное Общество и т.д.

- ◆ Дружественная форма
- ◆ Анонимность
- ◆ Разные форматы: онлайн, офлайн
- ◆ Бесплатно

 В карьерной консультации участвует руководитель Центра карьеры
ГБПОУ РО БГИТ Калабухова Людмила Андреевна

☒ Записаться можно в сообщениях группы ВК

Консультация с психологом для студентов техникума при трудоустройстве



Направлена на помощь молодым специалистам в адаптации к профессиональной среде, преодолении стресса и формировании профессиональных компетенций. Рассмотрим подробнее, почему такая консультация важна и какую пользу она приносит студентам.

Зачем нужна консультация?

При трудоустройстве студенты сталкиваются с рядом трудностей:

- **Страх перед новым коллективом:** боязнь не понравиться коллегам, неуверенность в собственных силах.
- **Проблемы с самооценкой:** сомнения в своей компетентности, сравнение себя с коллегами.
- **Стрессовые ситуации:** адаптация к новому графику работы, выполнение новых обязанностей.
- **Нехватка опыта:** отсутствие практических навыков, необходимых для успешной работы.

Психологическая поддержка помогает справиться с этими проблемами, повысить уверенность в себе и развить необходимые профессиональные качества.

Как проходит консультация?

Консультация включает несколько этапов:

1. **Диагностика:** выявление проблем и потребностей студента.
2. **Обучение:** предоставление информации о методах борьбы со стрессом, способах повышения уверенности в себе.
3. **Практическое применение:** обучение техникам саморегуляции, развитие коммуникативных навыков.
4. **Поддержка:** сопровождение студента в процессе адаптации к работе.

Какие преимущества получает студент?

Регулярная консультация с психологом позволяет:

- 🚩 Повысить уровень самоорганизации и ответственности.
- 🚩 Улучшить взаимоотношения с коллегами и руководством.
- 🚩 Развить лидерские качества и способность принимать решения.
- 🚩 Освоить методы управления временем и ресурсами.
- 🚩 Научиться эффективно справляться со стрессовыми ситуациями.

Таким образом, консультация с психологом является важным элементом подготовки студентов к трудовой деятельности, помогая им успешно адаптироваться к профессиональной среде и достичь высоких результатов в работе.