

Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
«Ессентукский центр реабилитации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями  
здоровья»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
ГБПОУ «Ессентукский ЦР»  
Е.В.Гогжаева  
«14» 11 2026 г.

Совместный план работы педагога-психолога и педагогического состава, с  
целью сопровождения профессионального развития выпускников центра  
реабилитации

на 2026 календарный год

Педагог-психолог

Карапетян Л.Г.

Ессентуки 2026

### Цель:

- содействовать развитию свойств личности и индивидуальности;
- формировать эффективную стратегию адаптации на рынке труда, профессиональной направленности и самореализации, готовности к выбору профессионального или карьерного пути, умению ставить цели.

### Задачи:

- сформировать базовые понятия о рынке труда и показать возможные пути выхода на рынок труда;
- развивать практические навыки и умения самопрезентации обучающихся;
- формировать активную жизненную позицию, нацеленную на реализацию творческого потенциала личности в процессе самопознания и личностного роста;
- формировать положительное отношение к себе, чувства изначальной ценности как индивидуальности, уверенности в своих способностях применительно к реализации себя в будущей профессии;
- формировать навыки вербального и невербального общения;
- развивать умение определять наиболее эффективные пути, средства и методы достижения успеха в профессиональном и должностном росте;
- формировать мотивации к развитию карьеры.

| № | Тема занятия, период проведения   | Содержание занятия  | Содержание практических занятий | Требования к уровню подготовки  |
|---|---|---|---------------------------------|---|
| 1 | <b>«Рынок труда и возможности трудоустройства»</b><br>Понятие о рынке труда<br>(январь) | Рынок труда; внешний и внутренний рынок, региональный рынок. Российский рынок труда, его динамика и характеристика. |                                 | <b>Объяснить</b> значение понятия: рынок труда.<br><b>Назвать</b> требования, предъявляемые рынком труда. |

|  |   |  |   |
|--|---|--|---|
| <p>Занятость.<br/>Государственная служба занятости<br/><b>(январь)</b></p> | <p>Занятость, виды занятости.<br/>Безработица.<br/>Спрос на рабочую силу.<br/>Государственная служба занятости.<br/>Услуги органов труда и занятости.</p> |  | <p><b>Назвать</b> услуги органов труда и занятости.</p>   |
| <p>Современное трудоустройство молодежи<br/><b>(февраль)</b></p>           | <p>Ухудшение положения на молодежном рынке труда.<br/>Варианты выхода на рынок труда.<br/>Планирование профессиональной карьеры.</p>                      | <p>Построение карьерограммы: «Как я представляю себе свою профессиональную карьеру».</p> | <p><b>Назвать</b> варианты выхода на рынок труда.<br/><b>Уметь</b> планировать профессиональную карьеру.</p>                      |
| <p>Этапы и методы поиска работы.<br/><b>(февраль)</b></p>                  | <p>Препятствия к трудоустройству.<br/>Этапы и методы поиска работы.<br/>Эффективность использования каждого метода.</p>                                   |  | <p><b>Назвать</b> этапы и методы поиска работы.<br/><b>Знать</b>, и уметь пользоваться различными методами при поиске работы.</p> |
| <p>Планирование процесса трудоустройства<br/><b>(март)</b></p>             | <p>Правила для ищущих работу.<br/>Модель планирования работы.<br/>Индивидуальный план поиска работы.</p>  | <p>Составление индивидуального плана поиска работы.</p>                                  | <p><b>Уметь</b> составить индивидуальный план поиска работы.</p>  |
| <p>2 «Я и моя профессия»</p>   |   |  |   |

|  |   |  |  |
|--|---|--|--|
| <p>Профессиональные интересы и склонности<br/>(март)</p>         | <p>Профессия и специальность.<br/>Профессионально-важные качества.<br/>Профпригодность.<br/>Профессиональные интересы и склонности, их отличия.<br/>Классификация интересов, их влияние на выбор профессии.</p> |  | <p><b>Объяснить</b> понятие профессиональный интерес.<br/><br/><b>Назвать</b> профессионально – важные качества необходимые для своей профессии.</p> |
| <p>Способности, условия их появления и развития<br/>(апрель)</p> | <p>Способности общие и специальные.<br/>Задатки, талант, гениальность, одаренность.</p>   | <p>Работа с тестом «Оценка коммуникативных и организаторских способностей».</p>  | <p><b>Назвать</b> виды способностей, знать их различие.</p>  |
| <p>Коммуникативные умения<br/>(апрель)</p>                       | <p>Барьеры непонимания, вербальное и невербальное общение.<br/><br/>Личное и деловое общение.</p>   | <p>Работа с тестом «Общительны ли вы?»</p>   | <p><b>Уметь</b> применять коммуникативные умения в деловом общении.</p>  |
| <p>Конфликты без конфликтов<br/>(май)</p>                        | <p>Конфликты, стили разрешения конфликтов; ошибки конфликтующего человека.</p>  | <p>Работа с тестом «Конфликтны ли вы?», «Стратегия поведения в конфликте».</p>   | <p><b>Уметь</b> выбрать наиболее эффективный способ выхода из конфликтной ситуации.</p>  |
| <p>Личностный рост<br/>(май)</p>                                 | <p>Самооценка, успех, доброта, привычки и личностные качества. Мои сильные и слабые стороны.</p>  | <p>Работа с тестом «Определение уровня самооценки».<br/><br/>Выполнение тренинговых упражнений на выявление сильных и слабых сторон.</p> | <p><b>Уметь</b> «подать себя» потенциальному работодателю, делая акцент на свои навыки и личные качества.</p>  |

|   |  |   |  |   |
|---|--|---|--|---|
|   |  |   | (Прутченков А.С.<br>«Свет мой<br>зеркальце<br>скажи...»)                 |   |
|   | Формирование<br>уверенного поведения<br>(июнь)             | Уверенное<br>поведение, страхи.<br>Как формировать<br>уверенное<br>поведение.   | Упражнение<br>«Круг<br>уверенности».                                     | <b>Знать</b> методы<br>формирования<br>уверенного<br>поведения.       |
|   | Как справиться со<br>стрессом<br>(июнь)                    | Понятие стресса,<br>тревожность.<br>9 способов<br>побороть стресс.  | Упражнения на<br>снятия<br>напряжения.                                   | <b>Знать</b> способы<br>снятия стресса,<br><b>уметь</b> их применять. |
| 3 | «Способы<br>самопрезентации»<br><br>Интервью<br>(сентябрь) | Понятие о<br>самопрезентации.<br>Очная и заочная<br>формы<br>самопрезентации.<br>Интервью.<br>Внешний вид и<br>поведение во<br>время интервью.    | Упражнение<br>«Техника<br>собеседования»<br>(в парах).                   | <b>Уметь</b> вести диалог<br>с работодателем.                         |
|   | Телефонные<br>переговоры<br>(сентябрь)                     | Возможности<br>телефонных<br>переговоров,<br>подготовка к<br>телефонным<br>переговорам.<br>Техника ведения<br>поисковых<br>телефонных<br>звонков. | Ролевая игра»<br>Техника ведения<br>поисковых<br>телефонных<br>звонков». | <b>Уметь</b> вести<br>телефонные<br>переговоры.                       |
|   | Резюме<br>(октябрь)  | Резюме, принципы<br>его составления.  | Составление<br>резюме.   | <b>Уметь</b> составить<br>резюме.                                     |

|   |   |   |  |   |
|---|---|---|--|---|
|   | Портфолио<br>(октябрь)  | Портфолио,<br>правила его<br>составления.   | Составление<br>портфолио.                            | <b>Уметь</b> составить<br>портфолио.  |
| 4 | «Устройство на<br>работу»<br>Собеседование с<br>работодателем<br>(ноябрь) |   | Ролевая игра<br>«Собеседование<br>с работодателем.   | <b>Уметь</b> вести диалог<br>с работодателем,<br>отвечать на<br>типичные вопросы<br>работодателя                        |
|   | Правовые основы<br>поступления на работу<br>(ноябрь)                      | Правовая<br>информированнос<br>ть по вопросам<br>заключения<br>трудового<br>соглашения с<br>работодателем.                                  | Заполнение<br>заявления о<br>приеме на<br>работу.    | <b>Знать</b> правовые<br>основы поступления<br>на работу.<br><b>Уметь</b> заполнить<br>заявление о приеме<br>на работу. |
|   | Начало новой работы.<br>Сохранение работы.<br>(декабрь)                   | Возможность<br>быстрой<br>адаптации на<br>новом рабочем<br>месте. Правила<br>поведения в<br>первый день<br>работы.<br>Сохранение<br>работы. | Составление<br>памятки «Как<br>сохранить<br>работу». | <b>Знать и уметь</b><br>быстро<br>адаптироваться на<br>новом рабочем<br>месте и сохранить<br>работу.                    |

Педагог-психолог

*MS*

Карапетян С.Г.