

## **Занятие по профориентации для обучающихся с ОВЗ. «Арт-методики в работе психолога по профориентации»**

### **Введение**

Эффективность профориентации, зависит от работы специалистов, в ходе которой учитывается не только нозология, но и возраст ребенка с ограниченными возможностями и формы взаимодействия с родителями, профессиональные предпочтения которых в отношении к ребенку не всегда сходятся с интересами самого ребенка.

Проблемой профориентации молодых инвалидов в разное время занимались такие ученые, как А.А. Дыскин, А.Г. Литвак, А.М. Щербакова, В.П. Ермаков, Ф.С. Исмагилова и другие.

В силу личностных особенностей, молодым людям с особенностями в развитии, очень сложно сориентироваться в условиях современного рынка труда. Многие испытывают затруднения в последующем трудоустройстве, которые обуславливаются рядом факторов: — психологической неготовностью к моменту перехода от обучения к сфере профессионального труда;

— отсутствием ясной жизненной перспективы, одной из причин которого является чувство социальной незащищенности;

— неадекватной самооценкой и недостаточно сформированной способностью оценки своих возможностей и способностей при определении профиля и содержания профессии;

— неспособностью адекватно учитывать влияние производственного микроклимата на человека и его готовность к преодолению определенных профессиональных трудностей - эмоциональные трудности, страхи - связанные с выбором профессии;

Таким образом, существует ряд серьезных проблем, нерешённость которых препятствует профессиональной интеграции в общество лиц с особенностями в развитии. В решении этой проблемы существенную роль может сыграть система мероприятий по профессиональной ориентации, ставящая целью не только предоставление информации о мире профессий и дающая основу профессиональной ориентации, но и способствующая личностному развитию, формированию способности соотносить свои индивидуально-психологические особенности и возможности с требованиями профессии.

В работе с подростками ОВЗ хорошие результаты даёт применение арт-терапии (от англ. art — «искусство» + терапия). Методы арт –терапии обеспечивают эффективное эмоциональное реагирование, придают ему социально приемлемые, допустимые формы. Облегчает процесс коммуникации для замкнутых, стеснительных или слабоориентированных на общение подростков с ограниченными возможностями. Дает возможность невербального контакта (опосредованного продуктом арт-терапии), способствует преодолению коммуникативных барьеров и психологических защит. Создает благоприятные условия для развития произвольности и способности к саморегуляции. Оказывает дополнительное влияние на осознание ребёнком своих чувств, переживаний и эмоциональных состояний, создаёт предпосылки для регуляции эмоциональных состояний и способствует проработыванию страхов. Существенно повышает личностную ценность, содействует формированию позитивной «Я-концепции» и повышению уверенности в себе за счет социального признания ценности продукта, созданного ребёнком с ОВЗ.

**Цель занятия:** Формирование готовности делать выбор в жизни, для обучающихся с ОВЗ.

**Задачи:**

1. Формирование положительного отношения к выбору профессии.
2. Работа со страхом перед выбором.
3. Развитие готовности к профессиональному самоопределению.

Ход занятия.

Вступление.

- Вы уже взрослые и сейчас очень важно для вас учиться выбирать дорогу, по которой Вы пойдете. На свете есть много дорог, и все они по- своему красивы, но очень важно найти свою дорогу. Искать свою дорогу, ту которая будет удовлетворять именно Вас очень важно и интересно. Давайте сейчас сделаем небольшое упражнение и попробуем по исследовать Ваше представление о Своей дороге.

### **Упражнение: «Кто вы в саду жизни?»**

Представьте, что ваш мир – это красивый и большой ботанический сад. В этом саду очень много всего: деревья, кусты, цветы, садовник, сорняки, бабочки, пчелы, стрекозы. Попробуйте почувствовать, что из всего этого Вам ближе всего, кем бы Вы хотели быть в этом саду? Выберете, то- что из этого больше всего могло бы быть вами: дерево или куст, цветок, сорняк, садовник, бабочка (стрекоза, пчела, птица). А сейчас я скажу, что означает ваш выбор.

#### **Дерево или куст**

Вы прямой и честный человек. Вы всегда знаете, чего хотите от жизни, и, как правило, выбираете самую прямую дорогу к цели. Основательность, рациональность, трезвый расчет – одни из ваших базисных качеств. Вы устойчивы и самостоятельны. Трудолюбие, упорность, реализм, логика и спокойствие – ваши характерные черты, которые приведут вас к достатку и благосостоянию. Вы живете без розовых очков и без излишнего драматизма, знаете свои слабые и сильные стороны, а если хотя бы иногда привлечете к делу свою интуицию, тогда все будет ладиться.

#### **Цветы**

Вы эстетически развитый, тонкий человек, в вашей жизни преобладает чувство прекрасного. Для вас очень важна обустроенность, у вас есть чувство стиля. Во всех делах можно заметить вашу индивидуальность, часто вы подходите к решению вопросов творчески. Работа для вас никогда не станет самоцелью, и наверняка она будет связана с прекрасным. Наверняка вам интересны такие сферы, как искусство, литература, дизайн.

#### **Сорняки**

Жизнелюбие и стойкость к невзгодам жизни – вот ваш жизненный стиль, и тонкое чувство юмора – ваш главный помощник. Вы прекрасно осознаете, кем являетесь в этом мире, и любите посмеяться над собой и другими. Смех помогает вам справиться с трудностями и приспособиться к обстоятельствам. Вам нравится смущать, эпатировать других неожиданными и оригинальными высказываниями, поступками. На вас часто обращают внимание, и вам это нравится. Однако бывает, что вам трудно сблизиться с кем-либо. Вы ограждаетесь от постороннего вмешательства в вашу личную жизнь различными способами: недоверием, скрытностью. Высока вероятность, что эти характеристики будут свойственны вам и в профессиональной деятельности.

#### **Садовник, огородник**

Вы чувствуете себя хозяином и распорядителем своей жизни. Ответственность и забота – ваши сильные качества. На вас можно положиться, вы всегда поможете и никогда не подведете. Порядок, уют, достаток – ваши спутники. Вы сами управляете своей жизнью и вряд ли согласитесь выпустить руль из своих рук. Из вас получится хороший руководитель, вы легко сможете организовать большой коллектив. Вы знаете, когда надо проявить настойчивость, а когда – заботу и понимание.

#### **Бабочка, стрекоза, пчела, птица**

Вы эмоциональный человек, часто ваше настроение меняется несколько раз в день. Вы легко сходитесь с людьми и легко находите общий язык даже с самым скрытным человеком. Вы стремитесь разнообразить свою жизнь общением и новыми впечатлениями. Кажется, что вам подойдет любая неоднобразная работа, чаще всего – командная и связанная с постоянным общением. Но учтите: иногда ваша большая чувствительность и подверженность влияниям может привести к проблемам самоопределения, поэтому не смешивайте личное и общественное.

## **Упражнение 2. Арт-терапия «Цвет моего будущего».**

Педагог-психолог: Скажите, пожалуйста, кто из Вас боится делать выбор? Почему? Чего именно Вы боитесь? Давайте сейчас попробуем сделать Ваш выбор своего будущего на листе бумаги. Возьмите свои листы, у вас на столах краски и кисточки. Посмотрите на палитру красок и выберите цвет своего будущего, он может быть не один. Раскрасьте лист своего будущего красками!!

Обсуждение.

**Игра «Мост в будущее».** «Если человек не знает, к какой пристани он держит путь, для него ни один ветер не будет попутным» (Сенека).

На стене в ряд располагаются чистые листы бумаги. Напротив них на расстоянии нескольких шагов стоят учащиеся.

- Ребята, посмотрите на чистый лист, который находится напротив вас, у каждого свой. Представьте на нем свое будущее, ту профессию, в сфере которой вы будете работать. До этого будущего несколько шагов. Давайте пройдем их вместе.

- Первый и очень важный шаг на вашем пути к будущей профессии это желание и проявление интереса к какой либо профессии!

А сейчас представьте ту профессию, которую бы Вы хотели, попробуйте представить с чем схожа эта профессия и попробуем изобразить это.

Обсуждение.

## **Упражнение «Коллаж «Моя дорога жизни»**

Развитие самоинтереса, повышение самооценки, рефлексия различных «Я-схем», развитие креативности. Необходимые материалы: журналы, газеты, ножницы, фломастеры, клей, бумага.

Ход работы: необходимо вырезать из газет и журналов картинки, лозунги, слова, часть текста и из них составить композицию на заданную тему. Если для завершения композиции не хватает материала (его не нашлось в предлагаемых журналах), тогда разрешается дорисовать ее фломастерами и карандашами.

Обсуждение.

- Я желаю вам светлого и яркого будущего!! Мы способны создавать его таким, каким хотим сами!!!!

## Заключение

Данное занятие было проведено в Красноярском колледже сферы услуг и предпринимательства в группе обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, с целью снижения негативного эмоционального реагирования в ситуации выбора. В группе обучающихся было 15 человек, юноши и девушки, с умственной отсталостью. Сначала обучающиеся испытывали страх перед началом занятия и не проявляли инициативы при выполнении упражнений, но при эмоциональной поддержке индивидуальном подходе к каждому, все включились в работу. По окончании занятия подростки активно работали, с большим желанием выполняли упражнения.

Считаю, что данные занятия необходимо включать в план работы на следующий год и данная тема требует дальнейшей разработки.

## Литература

1. Алексеева М.Ю. "Практическое применение элементов арт-терапии в работе учителя". М., 2003.
2. Аметова Л.А. "Формирование арт-терапевтической культуры младших школьников. Сам себе арт-терапевт". М., 2003.
3. "Арт-терапия: Диалог: Россия-Великобритания" Сборник статей. Островитянин, 2008.
4. "Арт-терапия". ред.-сост. А.И.Копытин. СПб., 2001.
5. Головаха Е.И. Жизненная перспектива и профессиональное самоопределение молодежи. – Киев, 1988.
6. Дыскин А.А., Кривенков С.Г., Старобина Е.М., Стеценко С.А. Компьютерная диагностика и профтестирование в процессе реабилитации инвалидов. – М.: ЦБНТИ, 1997.
7. Ермаков В.П., Якунин Г.А. Развитие, обучение и воспитание детей с нарушениями зрения. М., 1990.
8. Зеер М.Ф. Профориентология: Теория и практика: учебное пособие для вузов. – М.: Академический проект, 2004.
9. Источник: <https://rosuchebnik.ru/material/art-terapiya-dlya-detey-s-ovz-chetyre-effektivnye-tekhniki/>