Думолакас Дина Харасаментоновна

педагог-психолог

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 5 г. Алзамай»

Нижнеудинского района Иркутской области

**Занятия по психологии для детей с ОВЗ с элементами профориентации**

Какие профессии Вы можете назвать, где дети с ОВЗ могут реализовать себя? Слова должны начинаться с букв данного слова.

П – портной, переплетчик, пекарь, продавец

Р – ремонтник

О – овощевод, охотник, облицовщик

Ф – фотолаборант, фермер, флорист

Е – егерь

С – слесарь, столяр, скотник

С – сборщик изделий, санитар

И – изготовитель пищевых полуфабрикатов, художественных изделий

И–изготовитель меховых изделий

Несмотря на то, что профессий в современном мире очень много, но ввиду ограничений по здоровью или требований к самой профессии, у детей с ОВЗ выбор ограничен.

С 2014 года в нашей школе идет внедрение и реализация программы работы с детьми с ОВЗ по направлениям социализация и профориентация.

Важнейшим направлением социализации лиц с ОВЗ является подготовка подростков к сознательному выбору профессии. Готовность к сознательному выбору профессии определяется информированностью подростков о наиболее распространенных видах труда, их значении для общества, знанием путей приобретения той или иной профессии и требований, которые предъявляются к личности с точки зрения ее физических и психических возможностей, и, наконец, умением правильно оценить свои данные для овладения избранной специальностью.

При выборе профессий необходимо учитывать типологические и индивидуально-личностные особенности подростка, а также перспективы его развития.

В рамках данной программы мною разработаны занятия по психологии с элементами профориентации.

Важной задачей комплексной профориентации является формирование у подростков с ОВЗ профессионального выбора и мотивации к деятельности, адекватной их возможностям.

Необходимо соблюдать принцип соответствия выбираемой профессии интересам, склонностям, способностям и возможностям подростка, соотнесенных с реальным состоянием его здоровья и имеющимися ограничениями. Кроме того, подросток должен осознавать свои перспективы реализации в будущей профессиональной деятельности.

Рабочая программа учебного курса психологии «Познай себя» составлена на основе авторской программы Г.К. Селевко «Самосовершенствование личности». – М.: Народное образование, 2000г.

*Цель программы обучения:*

* Расширение знаний учащихся о себе, своих возможностях и способностях для дальнейшего профессионального самоопределения;
* Развитие умений ориентироваться в мире взрослых, занимать активную жизненную позицию;
* Преодолевать трудности адаптации в современном обществе.

*Задачи программы обучения:*

* Побуждение учащихся к самопознанию, формирование мотивов самопознания;
* Ознакомление с основными понятиями психологии личности;
* Выявление интересов, склонностей и способностей подростка, соотнесение их с различными видами профессий;
* Формирование правильного, адекватного отношения к себе, самооценки;
* Осознание необходимости самосовершенствования, постановка целей;
* Приобщение учащихся к самонаблюдению, самоанализу, составление индивидуальной карты самодиагностики

В связи с умственными особенностями обучающихся специального коррекционного класса, замедленным процессом мышления, неустойчивой памятью, вниманием, преобладающим конкретным восприятием учебного материала внесены изменения авторской программы. На изучении некоторых тем отводится больше времени.

Содержание программы направлено на изучение знаний о человеке, отношениях между людьми друг с другом и обществом, о нравственных ценностях, культуре поведения. Нацеливает учащихся на переосмысление своего поведения, помогает социализации, самовоспитанию и самосовершенствованию личности, умению соотносить свои способности и возможности с миром профессий. Представление о собственных интересах и возможностях.

Знакомясь с приемами самопознания и самоанализа личности, учащиеся соотносят свои склонности и возможности с требованиями, предъявляемыми к человеку определенной профессии, намечают планы реализации профессиональных намерений. Проводимые практические занятия дают им возможность углубить и закрепить полученные знания и умения.

Процесс самопознания лежит в основе любого акта самосовершенствования. Ребенок должен осознать, кто он есть, как он себя оценивает, что и почему с ним происходит. Поэтому курс начинается с доступного обзора психологических качеств личности, как бы приводя в некоторую систему имеющиеся у них представления о своей личности, помогая детям понять себя, создать осознаваемый образ своего «Я».

1. Знание своих индивидуально-психологических особенностей:

* Характера
* Ведущего восприятия
* Ведущего полушария
* Силы воли
* Потребностей
* Интересов
* Памяти
* Способностей
* Темперамента
* Потребностей
* Самооценки

1. Умение сопоставлять свои способности, возможности с профессиями различных типов.

Личность и профессиональное самоопределение.

Соотнесение качеств личности и различных видов профессий.

Значение эмоций в профессиональной деятельности.

Темперамент и профессия.

Примеры профессий, где необходима хорошая память.

Знания как характеристика личности. Взаимосвязь знаний и профессиональной деятельности.

Необходимость мышления в профессиональной деятельности.

Роль деятельности в развитии способностей. Способности и выбор профессии.

Черты нравственного человека: Профессии и нравственность. доброта, честность, правдивость, совестливость, благородство, порядочность, полезность деяний. Честь и достоинство.

Влияния самооценки на достижение своих целей, на успех в профессиональной деятельности.

Анализ социальных ситуаций-проб.

Данная программа реализуется с помощью различных методов:

* диагностика на основе тестирования;
* проблемные ситуации;
* дискуссии;
* ролевые игры;
* психотренинги;
* коррекционно-развивающие игры;
* практические работы;
* аутотренинги;
* самонаблюдения;
* исследования;
* релаксация;
* беседы за круглым столом

Природные особенности оказывают существенное влияние на профессиональное становление человека. Их игнорирование может привести к потере интереса к работе, различного рода перегрузкам, а то и к нервным заболеваниям.

***Профессии для холерика.*** Холерики добиваются больших успехов в тех профессиях, где значим человеческий фактор, где важно уметь устанавливать контакты и располагать к себе. Холерик легко включается в новую для себя деятельность, быстро приспосабливается к переменам. И, наоборот, с трудом переносит однообразную монотонную деятельность, быстро уставая от нее. Холерику трудно дается необходимость досконального изучения какого-то предмета или оттачивания нужного навыка. Для поддержания работоспособности на высоком уровне ему требуется постоянное эмоциональное подкрепление, поддержание интереса к работе, новые идеи. Высокая устойчивость к стрессам позволяет холерикам быть хорошими руководителями.

Подойдут холерику профессии репортера, ведущего радио и телевидения, режиссера, менеджера по продажам, специалиста по PR, гида-переводчика, дизайнера, рекламного и страхового агента и, безусловно, ряд других. Из холериков часто получаются хорошие предприниматели, бизнесмены. Холерик может быть успешным в широком круге профессий, если его деятельность будет выстроена по проектному типу (специалист берется за определенную задачу, решает ее от начала до конца, и потом берется уже за совершенно новую задачу). Важно выбирать профессии и место работы, где эффективность оценивается не по отработанному времени, а по результатам: холерику проще работать по своему собственному графику.

Образом профессии, категорически не подходящей холерику, может быть работа на конвейере или деятельность архивариуса. Однако подобная монотонность может оказаться характерной и, например, для профессии журналиста, если от него требуется выдавать на-гора по несколько материалов в день в определенном стиле и формате. Потому важен выбор не только непосредственно профессии, но и специализации вкупе с местом работы.

В целом у холерика больше шансов быть успешным в профессиях, связанных, скорее, с общением, нежели с документами и техникой. А также – в профессиях, требующих, скорее, гибкости, нежели въедливости.

***Профессии для меланхолика.***Меланхолики успешны в деятельности, требующей внимания к деталям и наблюдательности, но не связанной с большим количеством общения. Предметом труда меланхолика может стать техника, информация, художественные образы.

Меланхолик может состояться и как писатель, художник или кинокритик, и как программист, бухгалтер или архитектор. Много меланхоликов среди талантливых ученых. Меланхолики нелегко переносят деятельность, где часты форс-мажоры и различные перемены, малейший стресс может сильно повредить их работоспособности.

Меланхолику подойдут профессии аудитора, аналитика, программиста, литературного редактора и, безусловно, ряд других. К примеру, из меланхолика может получиться отличный психолог, если он посвятит себя не групповым тренингам и обучению персонала, а индивидуальным консультациям, исследовательской и диагностической работе. Ему стоит выбирать профессии, эффективность деятельности которых оценивается не по количественным, а прежде всего по качественным показателям. Профессия меланхолика может внешне восприниматься как монотонная, но важно, чтобы она давала постоянную пищу его интеллектуальным и творческим способностям.

Образом профессии, категорически не подходящей меланхолику, может быть, например, профессия рекламного агента. Большое количество общения с незнакомыми людьми, частые ситуации отказа и отвержения, поверхностность представления информации – всё это категорически не подходит людям данного типа. При этом в той же самой сфере меланхолик может вполне состояться как разработчик эффективной рекламной кампании.

***Профессии для сангвиника.*** Стабильная работоспособность, практически не зависящая ни от внешних, ни от внутренних факторов, позволяет сангвиникам успешно реализоваться во многих профессиях, где используется как физический, так и умственный труд. Коммуникативные навыки помогают в профессиях сферы услуг, позволяют стать хорошим руководителем. Сангвиники легко адаптируются к любому графику работы, с готовностью принимают любые нововведения в деятельности.

Подойдут сангвинику профессии педагога, администратора, журналиста, продавца, официанта, экономиста, технолога, адвоката, менеджера по персоналу и, безусловно, ряд других. Работа, требующая повышенного внимания к деталям и постоянной сосредоточенности (диспетчер, ювелир, токарь и т. п.), хоть и доступна для сангвиника, но будет ему, вероятнее всего, неинтересна. Сангвиники обычно становятся хорошими руководителями в самых разных сферах.

Образом профессии, наименее подходящей сангвинику, может быть, например, профессия делопроизводителя или радиомонтажника. Сангвинику будет не так просто работать в ситуации, когда нет четко сформулированных задач и правил деятельности, когда необходима большая доля творчества и инициативы.

В целом этот тип темперамента наиболее универсален с точки зрения выбора профессии – сангвиник может найти себя практически в любой деятельности, в соответствии со своими интересами, способностями, полученными навыками.

***Профессии для флегматика.*** Флегматик – рекордсмен по работоспособности, он как никто другой может долго и качественно выполнять любую монотонную работу, работу, требующую тщательности. Невозмутимость флегматика полезна во всех сферах деятельности, где требуется хладнокровно проанализировать ситуацию и принять решение. Флегматик незаменим в производстве, администрировании и везде, где требуется поддерживать процессы в стабильном состоянии.

Флегматику хорошо подойдут профессии диспетчера, лаборанта, агронома, инженера, ветеринара, системного администратора, ювелира, корректора, оператора баз данных и, безусловно, ряд других занятий. Несмотря на низкую общительность флегматика, ему вовсе не противопоказаны профессии, связанные с общением, лишь бы это не были профессии, где требуется его активная роль (например, менеджер по продажам), – врачом, системным администратором, бухгалтером и т. п. флегматик может быть вполне успешно.

Флегматику хорошо подойдут профессии диспетчера, лаборанта, агронома, инженера, ветеринара, системного администратора, ювелира, корректора, оператора баз данных и, безусловно, ряд других занятий. Несмотря на низкую общительность флегматика, ему вовсе не противопоказаны профессии, связанные с общением, лишь бы это не были профессии, где требуется его активная роль (например, менеджер по продажам), – врачом, системным администратором, бухгалтером и т. п. флегматик может быть вполне успешно.

Образом профессии, противопоказанной флегматику, может быть, например, профессия ведущего шоу или секретаря. То есть – любая деятельность, вынуждающая его часто импровизировать, деятельность в условиях изменяющейся среды, требующая постоянного переключения себя на новых людей и перестройки себя под новые задачи.

Для флегматика важна работа по четкому графику, в соответствии с понятными алгоритмами, ясно поставленными задачами и точными сроками их реализации.

Литература:

1. Свистунова Е.В., Ананьева Е.В. Комплексный подход к профориентации и профконсультированию подростков с ограниченными возможностями здоровья // Системная психология и социология, 2011. №4.