




# **Работа психолога при подготовке к ЕНТ КГУ ОШ №50**

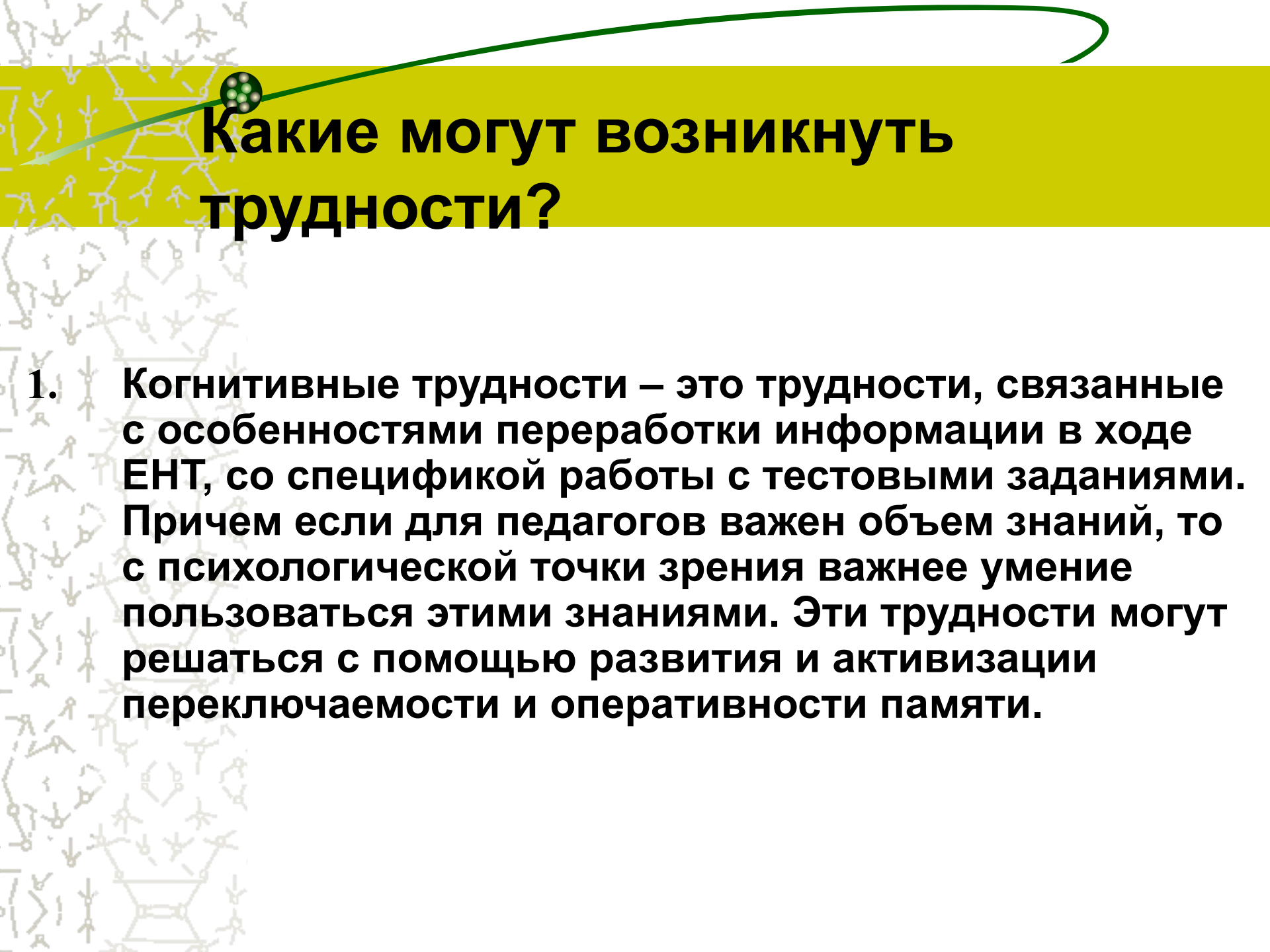
**«Тысяча учителей – тысяча  
методов».**

*Китайская пословица*



**Возможные трудности при сдаче ЕНТ связаны с особенностями восприятия учеником ситуации экзамена, с недостаточным уровнем развития самоконтроля, с низкой стрессоустойчивостью учащихся, с отсутствием навыков саморегуляции**

**Новая форма экзамена требует хороших знаний по предметам, предварительной психологической подготовки всех участников образовательного процесса (учителей, родителей, учащихся)**



# Какие могут возникнуть трудности?


- 1. Когнитивные трудности – это трудности, связанные с особенностями переработки информации в ходе ЕНТ, со спецификой работы с тестовыми заданиями. Причем если для педагогов важен объем знаний, то с психологической точки зрения важнее умение пользоваться этими знаниями. Эти трудности могут решаться с помощью развития и активизации переключаемости и оперативности памяти.**

# Личностные трудности:

- **эти трудности обусловлены особенностями восприятия учеником ситуации экзамена, его субъективными реакциями и состояниями. Это может быть решено с помощью расширения информационного поля о ЕНТ и его процедуре, а так же приемами субъективного снижения значимости экзамена. Помогая выпускнику осознать, что оценка на ЕНТ не имеет фатального значения, мы тем самым способствуем большей уверенности. Это может быть достигнуто с помощью использования приемов и методов снятия напряженности, неуверенности и тревожности.**

# Процессуальные трудности:

- связаны с самой процедурой проведения ЕНТ, с такими как:
  - Специфика фиксирования ответов,
  - Роль взрослого (недостаток сочетания поддержки и оценки, со стороны педагогов),
  - Критерии оценки (нет личного контакта с преподавателем, а значит требуется еще большая волевая мобилизация),



**С чем связаны эти трудности? Как эти трудности разрешить?**

- **С недостаточным знакомством с процедурой ЕНТ и отсутствия четкой стратегии деятельности.**
- **Психологическая помощь здесь может быть оказана с помощью проигрывания подобных ситуаций и в выработке индивидуальной стратегии деятельности для каждого старшеклассника.**



**Оказывать ребенку психологическую поддержку. Она является важнейшим фактором, определяющим успешность ребенка в сдаче экзаменов.**

**Психологическая поддержка – это процесс, при котором взрослый сосредотачивается на позитивных сторонах и преимуществах ребенка с целью укрепления его самооценки, помогает ему поверить в свои способности, избежать ошибок, поддерживает в случаях неудач.**

**Вместо того, чтобы обращать внимание на ошибки, взрослому необходимо сконцентрироваться на позитивной стороне его поступков, научиться понимать его переживания.**

**Родители могут выражать веру в ребенка словами, например, "Зная тебя, я уверен, что ты задания по темам "... на экзамене выполнишь хорошо", "Ты знаешь материал, это очень хорошо". Поддерживать можно с помощью совместных действий, физического соучастия, выражения лица, прикосновений: обнять, положить руку на плечо и т. д.**




**Не стоит забывать, что ученик нуждается в поддержке не только когда ему плохо, но и когда ему хорошо.**

**Существуют ложные способы, т. н. "ловушки поддержки". Так, типичными для родителей и учителей способами поддержки являются гиперопека, создание зависимости ученика от взрослого, навязывание нереальных для ребенка стандартов, стимулирование соперничества со сверстниками.**

**Подлинная помощь должна основываться на поддержке способностей, возможностей ребенка, его положительных сторон. Лучше научить подростка самого справляться с различными задачами, создав у него установку:  
"Ты сможешь это сделать".**





**Центральное место в развитии уверенности ребенка в себе занимает вера в него взрослых. Учителя часто сосредоточены на прошлых неудачах и используют их против подростка. Это может породить у обучающегося ощущение безысходности: "Нет никакой возможности учиться лучше и хорошо сдать экзамен, пусть меня считают плохим, отстающим".**

**Чтобы показать веру в ребенка, учитель должен иметь мужество и желание сделать следующее:**

- **забыть о прошлых неудачах ребенка;**
- **помочь ему обрести уверенность в том, что он справится с данной задачей;**
- **помнить о прошлых удачах и возвращаться именно к ним, а не к ошибкам.**

## **Обучение школьника технике сдачи теста:**

- а) Постоянный жёсткий самоконтроль времени;**
- б) Оценка объективной и субъективной трудности заданий и соответственно разумному выбору этих заданий;**
- в) Прикидка границ результатов и минимальной подстановке как приёму проверки, проводимой сразу после решения задания;**
- г) Приём «спирального движения» по тесту.**

# Профилактика стресса при сдаче ЕНТ:

**Обучение методам регуляции  
психического  
состояния**

*3 столба, на которых строятся здоровье и  
хорошее самочувствие*

**Активная  
мышечная  
деятельность**

**Умеренное,  
разнообразное  
питание**

**Психопрофилактика  
и психотерапия**



## **Стратегии поддержки**

**Для тревожных детей особенно важно создание ситуации эмоционального комфорта на предэкзаменационном этапе. Ни в коем случае нельзя нагнетать обстановку, напоминая о серьезности предстоящего экзамена и значимости его результатов. Чрезмерное повышение тревоги у детей этой категории приводит только к дезорганизации их деятельности.**

**Задача взрослого — создание ситуации успеха, поощрение, поддержка. В этом огромную роль играют поддерживающие высказывания: «Я уверен, что ты справишься», «Ты так хорошо справился с контрольной по физике».**

**УСПЕХ- ПООЩРЕНИЕ- ПОДДЕРЖКА**



# Комплексное исследование ученика:

- Исследование проводилось по трем направлениям:
- Определение Самооценки личностных качеств.
  - Школьный тест умственного развития.
  - Исследование стрессоустойчивости.
  - Уровень тревожности.
  - Тест на определение деструктивного поведения.



# **Вывод**

**Таким образом, психологическая подготовка к экзаменам способствует повышению уровня информированности, психологической готовности учащихся, родителей, педагогов в режиме подготовки и проведения экзамена.**

**Это большая, длительная работа всего педагогического коллектива**