



**Психологическое сопровождение  
учащихся и педагогов при  
подготовке к ЕНТ**

**Педагог психолог КГУ ОШ № 50**

**Самсонова Н.Ю.**

- **«Когда человек в панике, он не способен сосредоточиться на решении той или иной проблемы, однако, заставив себя мысленно принять самое худшее, мы тем самым сбрасываем груз панического беспокойства и оказываемся в состоянии искать и находить правильный выход». Д. Карнеги**

# *Цели:*

- *снижение уровня тревожности и напряженности;*
- *повышение уровня уверенности в себе;*
- *совместная, партнерская работа по повышению уровня знаний.*

## *Задачи:*

- **Обучение выпускников способам релаксации и снятия эмоционального и физического напряжения, повышение сопротивляемости стрессу;**
- **Обучение учащихся способам волевой мобилизации и способам поддержания рабочего самочувствия в ходе подготовки к экзаменам;**
- **Обучение приемам активного запоминания.**

# *Комплексное исследование учащихся 11 классов*

- Целью исследования выявление причин и затруднений в обучающем процессе, которые влияют на психологическое здоровье учащихся. Исследование проводилось по трем направлениям?
- 1. Определение
- 2. Самооценка своих личностных качеств.
- 3. школьный тест умственного развития.
- 4. Исследование стрессоустойчивости учащихся.

**Соционика** - это наука, изучающая процесс обмена информацией между человеком и внешним миром, т.е. каким образом люди воспринимают, перерабатывают и выдают информацию.

- Соционика поможет вам лучше понимать возможности и способности других людей, что можно требовать от человека и что от него ожидать.

## **Самооценка личностных качеств**

- Учащиеся сами оценивали свои личностные качества 4 направлениям , в каждом направлении по 10 вопросов, оценивались от 1 до 3 баллов, 100% на каждый параметр 3,0

### **Сводные результаты по классу.**

- 1. Интеллектуальные качества развиты на 24%
- 2. Нравственные качества развиты на 25%
- 3. Волевые качества развиты на 24%
- 4. Мировоззренческие качества развиты на 25%

# Школьный тест умственного развития

В основе теста лежит школьная программа, учитывающая 3 учебных цикла: общественно-гуманитарный, естественно-научный, физико-математический. ШТУР состоит из 5 субтестов, каждый из которых включает от 15 до 25 однородных заданий.



# **Интеллектуальные способности, влияющие на обучение**

# Уровень притязаний

Тест измеряющими уровень  
эмоциональной дезадаптации (опросники  
тревожности, нейротизма и др.)

Доминирование эмоций над  
эмоциональным контролем в оценке  
ситуации. Готовность реагировать на  
психотравмирующую ситуацию  
непосредственно, эмоционально.  
Крайний вариант — блокада интеллекта

# *Мероприятия :*

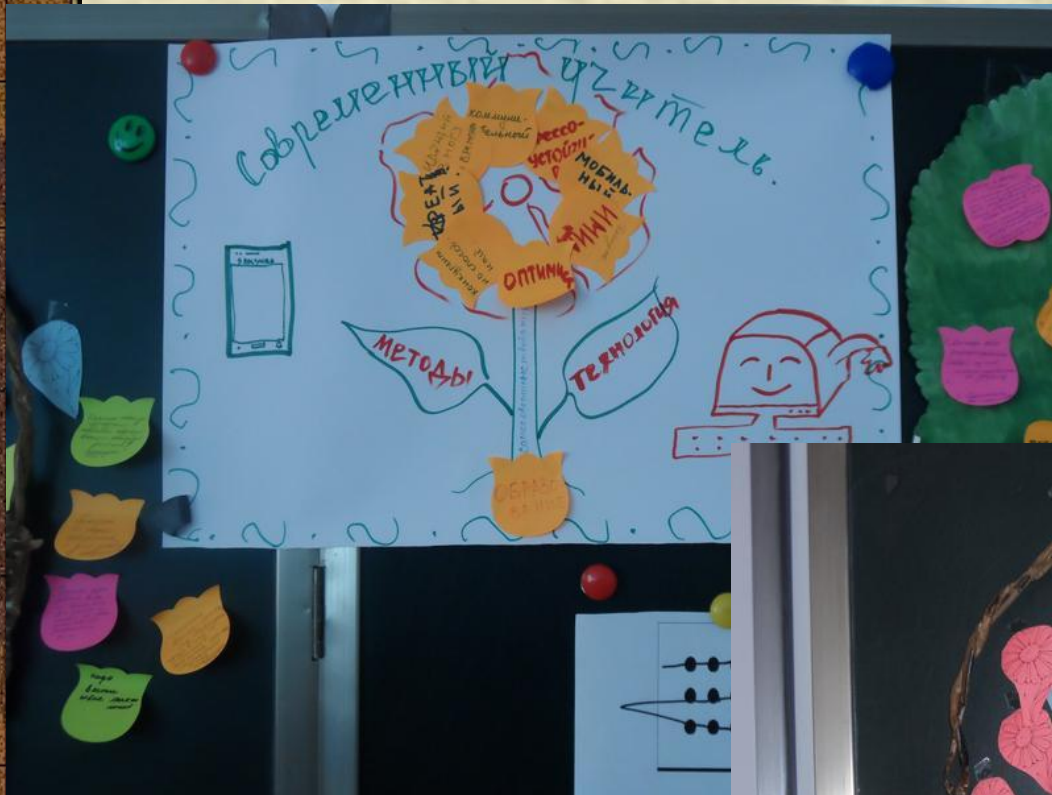
Обучающие семинары по психологии для учителей:

- - "Приемы создания благоприятной психологической атмосферы на уроках";
- "Приемы эмоциональной устойчивости";
- - "Преодоление конфликта

Психологические тренинги для учеников:

- - "Как лучше подготовиться к экзаменам";
- - "Поведение на экзаменах";
- - "Приемы волевой мобилизации";
- - "Способы снятия нервно-психического напряжения";
- - "Память и приемы запоминания";
- - "Эмоции и поведение";
- - "Развиваем уверенность в себе";
- - "Мои способности и таланты
- «Разработка рекомендаций для родителей по вопросам поддержки учащихся к ЕНТ
- Индивидуальная терапия с родителями, учителями и учащимися.

За период с сентября 2015 по март 2016 г. за индивидуальной консультационной помощью обращались: 9 учащихся, было проведено 20 консультаций для педагогов, 16 консультаций для родителей. Была оказана консультационная и коррекционная помощь по следующим вопросам: коррекции поведения, взаимоотношения детей со взрослыми, саморегуляции, повышения самооценки, формирования положительного эмоционального настроения, снижение внутреннего напряжения.



- Фото детей

## *Вывод:*

Внутренний покой – результат  
гармоничного развития личности.  
Истинная природа человека – Покой