

Как успешно сдать ЕГЭ:

технология психологического сопровождения старшеклассников

Важнейшими задачами, стоящими перед выпускниками, являются самоопределение, принятие решения, от которого зависит будущее, соотнесение жизненных целей, планов и желаний со своими особенностями, раскрытие в себе качеств, позволяющих получить максимально хороший результат на экзаменах с целью последующего профессионального обучения.

Их жизнь насыщена стрессами и психологическими перегрузками. Наиболее эмоционально учащиеся реагируют в школе на ситуации, связанные с контролем знаний, сдачей экзаменов. В этом ряду следует особенно выделить государственную итоговую аттестацию, когда от полученного результата зависит поступление в профессиональное учебное заведение, овладение избранной профессией.

Все мы неоднократно сдавали экзамены: когда заканчивали школы, поступали в институты, сдавали сессии, и все мы в целом представляем себе, что это такое. Но в настоящее время, когда система российского образования претерпевает значительные изменения, изменились форма и содержание выпускных и вступительных экзаменов. 16 лет назад (с 2001 года) в Российской Федерации начался эксперимент по введению Единого государственного экзамена. Спустя 5 лет (в 2006 году) в сдаче ЕГЭ уже принимало участие свыше девятисот пятидесяти тысяч школьников из 79 регионов нашей страны.

В нашей школе поэтапное введение ЕГЭ началось в 2007 году (2 выпускницы сдавали экзамены по выбору в форме ЕГЭ). До 2009 года Единый государственный экзамен являлся экспериментом, он не был обязателен для сдачи всеми выпускниками. Сегодня, когда уже на протяжении 10 лет наши выпускники сдают ГИА в форме ЕГЭ, а теперь еще и ОГЭ, мы не будем высказываться ни «за», ни «против», поскольку ЕГЭ, как любой другой педагогический метод, имеет как сильные стороны, так и недостатки. Реальность такова, что ЕГЭ с каждым годом принимает все более широкий размах, а значит, важно не столько оценивать его целесообразность, сколько искать возможные пути поддержки выпускников.

Мы рассматриваем Единый государственный экзамен прежде всего как некую реальность в нашем образовательном пространстве, как радикально

отличную от ранее привычной формы экзамена, что ставит перед школой новые педагогические задачи.

Проблемы и перспективы, связанные с ЕГЭ, активно обсуждаются с тех самых пор, когда он впервые вошел в школьную жизнь. Вопросы подготовки школьников и педагогов к ЕГЭ рассматривались уже неоднократно.

Над этой проблемой активно работают методисты. Так, сформулированы рекомендации для учителей, разработаны нормативные материалы по ЕГЭ, проводятся методологические семинары, совещания и «круглые столы» для сотрудников образовательных учреждений, предлагаются материалы для проведения семинаров и курсов, готовятся рекомендации по организации и проведению обобщающего повторения, по использованию опубликованного материала тестовых заданий ЕГЭ в текущем учебном процессе. На официальном сайте Министерства образования, посвященном ЕГЭ (<http://www.ege.edu.ru>), представлено огромное количество различных материалов по Единому государственному экзамену для различных категорий читателей: самих выпускников, учителей выпускных классов, организаторов экзамена и т.д.

Но эти документы носят общий дидактический характер. Вместе с тем остается практически неосвещенной психологическая составляющая Единого государственного экзамена, связанные с ним проблемы психологического характера и возможности психологической поддержки учеников. При рассмотрении проблемы подготовки к ЕГЭ велика важность психологического тренинга и психологической поддержки как выпускников, так и их родителей и учителей выпускных классов.

Принято считать, что необходимость и важность психологической подготовки старшеклассников к ЕГЭ обусловлена следующими причинами:

— наличие ряда особенностей самого ЕГЭ, требующих от выпускника, кроме предметных знаний, еще и личностной, психологической готовности к его выполнению;

— необходимость сохранения здоровья выпускников, как физического, так и психологического;

— нереалистичность установок, необъективность представлений о ЕГЭ у старшеклассников, педагогов и родителей.

Минимизировать существующие причины и добиться высоких результатов помогает технология психологического сопровождения обучающихся, которая рассчитана на одновременную работу со старшеклассниками из одного классного коллектива.

Системообразующим ориентиром в процессе данной работы является понятие психологической готовности выпускника, которую следует понимать как сформированность психических процессов и функций, личностных характеристик, поведенческих навыков, обеспечивающих успешность выпускника при сдаче ЕГЭ, что, в свою очередь, является интегральным результатом работы школы.

В докладе завуча школы прозвучала мысль о структурных компонентах готовности выпускников к сдаче ГИА. Хочу добавить, что эту проблему активно и широко рассматривает Чибисова Марина Юрьевна - кандидат психологических наук, доцент кафедры этнопсихологии и психологических проблем поликультурного образования Московского городского психолого - педагогического университета. Она вместе с группой практикующих педагогов - психологов рассматривает личностную готовность к ЕГЭ в свете построения выпускниками целостного смысла жизни, самоопределения, считает ее итогом профильного обучения старшеклассников, основываясь на мнении многих исследователей (Л.И.Божович, И.С.Кона, Д.И.Фельдштейна, Д.Б.Эльконина, Э.Эриксона, И.В.Дубровиной и др.), которые сходятся во мнении относительно задач развития в ранней юности. Одной из приоритетных задач в юношеском возрасте действительно можно считать профессиональное самоопределение, самостоятельное и свободное определение жизненных целей и выбор будущей профессии, которое, по сути, есть часть личностного самоопределения.

Определение предметов для профильного изучения и сдачи их в форме ЕГЭ является, по сути, этапом на пути решения задачи профессионального самоопределения, причем в плане реального выбора.

В то же время подготовка к экзаменам и их сдача вызывает у выпускников сильное эмоциональное напряжение, связанное с переживанием за результаты, напрямую влияющие на возможность реализации дальнейших жизненных планов. Это выражается в чувстве повышенной тревожности; неустойчивой самооценке; утрате способности видеть положительные результаты своего труда, ресурсы организма, личностные достоинства; в отрицательной установке по отношению к результатам экзамена.

Эффективным средством в ситуации стресса, по мнению Г. Селье, является использование способов саморегуляции и мобилизации ресурсов организма.

В этой связи необходимым становится использование психологического тренинга, который является многофункциональным методом

преднамеренных изменений психологических феноменов человека, группы с целью гармонизации профессионального и личностного бытия человека (Н.Ю. Хрящева, С.И. Макшанова).

К. Рудестам считает тренинговую форму "ядром обучающего опыта, а в некоторых случаях — единственным успешным методом обучения и изменения человека".

Опираясь на вышеупомянутые теории, учеными была сконструирована собственная система работы со старшеклассниками в период подготовки к государственной итоговой аттестации. Психологическая поддержка выпускников, сдающих ГИА в форме ЕГЭ, ОГЭ, необходима. С этой целью разработан данный проект на основе работы М. Ю. Чибисовой "Психологическая подготовка к ЕГЭ. Работа с учащимися, педагогами, родителями".

Психологический проект на тему **"Психологическая подготовка к ГИА (ЕГЭ, ОГЭ)".**

Разработка проблемы психологической подготовки к ЕГЭ должна опираться на общее представление о его месте в системе образовательной работы школы. ЕГЭ как выпускной экзамен выступает своего рода интегральным показателем продуктивности ее работы. Для нас системообразующим ориентиром в процессе психологической подготовки к ЕГЭ является понятие психологической готовности выпускника, которую мы понимаем как сформированность психических процессов и функций, личностных характеристик и поведенческих навыков, обеспечивающих успешность выпускника при сдаче ЕГЭ, и рассматриваем как интегральный результат работы школы.