

**ФГБОУ ВО
«Смоленский государственный
университет»**

***Психологическая подготовка к
ЕГЭ: чем психолог может
помочь родителю?***

***Психолог, кандидат психологических
наук, доцент кафедры общей психологии
ТЕРЕЩЕНКО ВЛАДИМИР ВАЛЕРЬЕВИЧ***



Сравнительный анализ традиционного экзамена и ЕГЭ

Отличительные особенности	Традиционный экзамен	ЕГЭ
Что оценивается?	Важны не просто фактические знания, а умение их преподнести. Уровень развития устной речи может позволить скрыть пробелы в знаниях	Оцениваются фактические знания и умение рассуждать, решать
Что влияет на оценку?	Большое влияние оказывают субъективные факторы: контакт с экзаменатором, общее впечатление и т.д.	Оценка максимально объективна
Возможность исправить собственную ошибку	На устном экзамене можно исправить ошибку во время рассказа или при ответе на вопрос экзаменатора, на письменном - при проверке собственной работы	Практически отсутствует
Кто оценивает?	Знакомые ученику люди	Незнакомые эксперты
Когда можно узнать результаты экзамена?	На устном экзамене – практически сразу, на письменном – в течение нескольких дней	Через сравнительно более длительное время
Содержание экзамена	Ученик должен продемонстрировать владение определенным фрагментом учебного материала (определенной темой, вопросом и т.д.) Экзамен охватывает практически весь объем учебного материала	Экзамен охватывает практически весь объем учебного материала
Как происходит фиксация результатов?	На письменном экзамене - на том же листе, на котором выполняются задания. На устном - на черновике	Результаты выполнения задания необходимо перенести на специальный бланк регистрации ответов
Стратегия деятельности во время экзамена	Унифицированная	Индивидуальная

«Трудности при подготовке и сдаче ЕГЭ (ОБЩИЕ)»

Познавательные

Личностные

Процессуальные



ЧАСТНЫЕ ПРОБЛЕМЫ

*Сомнение в полноте
и прочности знаний*

*Стресс незнакомой
ситуации*

*Стресс
ответственности
перед родителями и
школой*



*Сомнение в собствен-
ных способностях: в
логическом мышле-
нии, умении анализи-
ровать, concentra-
ции и распределении
внимания*

*Психофизические и
личностные
особенности:
тревожность,
астеничность,
неуверенность в себе*



Познавательные трудности

Конечно, они связаны с тем, как Вы
выучили материал, а может с тем,
насколько Вы хорошо
знаете тот или
иной предмет.



Познавательные трудности

Причины познавательных трудностей:

Недостаточный объем знаний.



Недостаточная сформированность
навыков работы с тестовыми заданиями



Неспособность гибко оперировать
системой учебных понятий

предмета





Познавательные трудности

Необходимые психические функции:

- ❖ Высокая мобильность, переключаемость.
- ❖ Высокий уровень организации деятельности.
- ❖ Высокая и устойчивая работоспособность.
- ❖ Высокий уровень концентрации внимания.
- ❖ Четкость и структурированность мышления.
- ❖ Сформированность внутреннего плана действий.



Личностные трудности

Связаны с тем,

насколько

Вы уверены в своих силах.



Иногда бывает так – Вы действительно хорошо выучили материал, и вдруг на экзамене возникает чувство, что все забыли, в голове мечутся какие-то обрывки мыслей, быстро и сильно бьется сердце.



Личностные трудности

Причины личностных трудностей:

Ощущение нового, «неизвестного».



Неуверенность в себе, заниженная самооценка.

Отсутствие возможности получить поддержку взрослых.



Особенности характера.



Личностные трудности

Проявление личностных трудностей :

- повышенный уровень тревожности
- дезорганизация деятельности
- снижение концентрации внимания
- слабая работоспособность
- подверженность стрессам
- возрастные особенности





Процессуальные трудности

В основном, связаны с незнанием условий и требований при проведении экзамена:

ЧТО?

КАК?

КТО?

ПРАВИЛЬНО ЛИ?

НЕ ИЗМЕНИТСЯ ЛИ, ЧТО-НИБУДЬ?

????????????



Процессуальные трудности

Причины процессуальных трудностей:

Недостаточное знакомство с процедурой экзамена

Отсутствие четкой стратегии деятельности

Отсутствие опыта и навыка подобной работы

Временные рамки



Процессуальные трудности

Виды процессуальных трудностей:

- Трудности, связанные со спецификой фиксирования ответов.
- Трудности, связанные с ролью взрослого.
- Трудности, связанные с критериями оценки.
- Незнакомое место.



Работа по преодолению данных трудностей

- Повторение пройденного материала
- Групповые занятия
- Индивидуальные консультации учеников
- Личные «копилки»
- Пробные репетиции
- Помощь психолога





Уважаемые родители!
Чем Вы можете помочь
своему ребенку в сложный
период подготовки и сдачи
ЕГЭ?



Вам надо владеть
информацией о процессе
проведения экзамена



Откажитесь от упреков, доверяйте
ребенку.

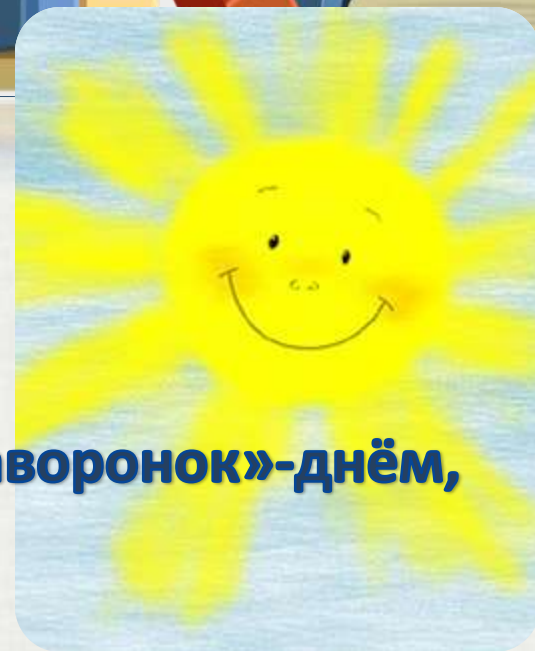


Вместе определите, «жаворонок»
выпускник или «сова».

Основная подготовка проводится



**если «сова» -
вечером.**



если «жаворонок»-днём,



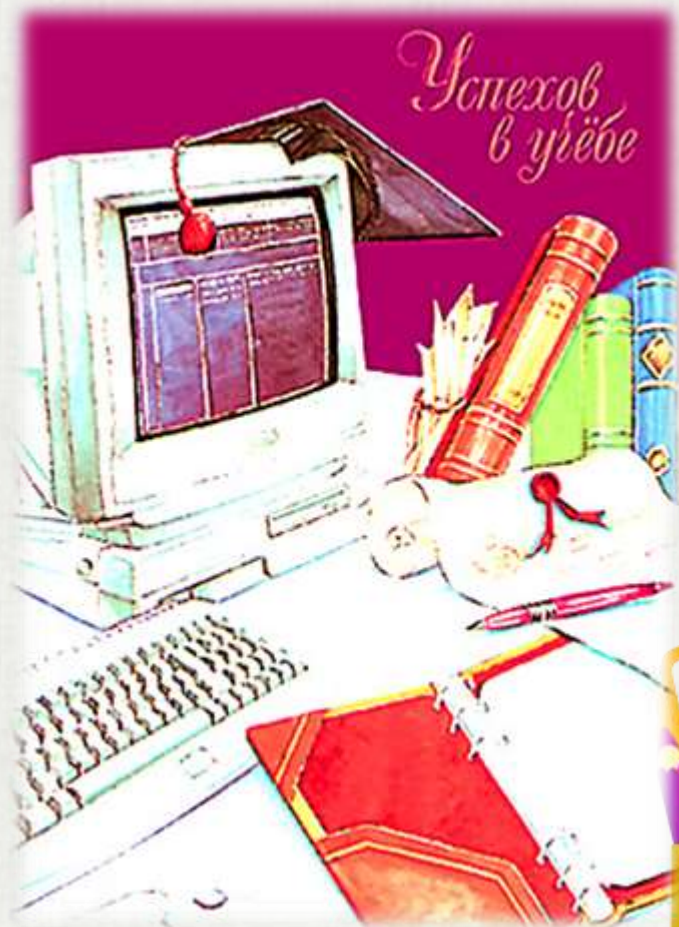
Проведите репетицию письменного экзамена



**Помогите
исправить
ошибки и
обсудите, почему
они возникли.**

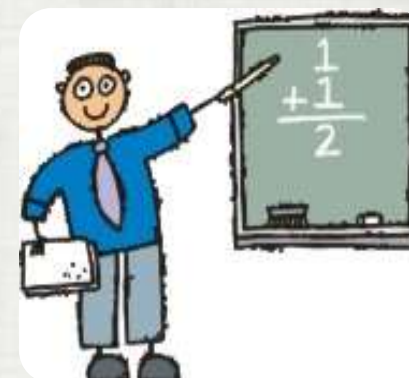


Именно родители могут помочь своему
ребенку наиболее эффективно
распорядиться временем и силами при
подготовке к ЕГЭ





**Во время подготовки
ребенок регулярно
должен делать
короткие перерывы.**





КАК ПЛАНИРОВАТЬ СВОЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

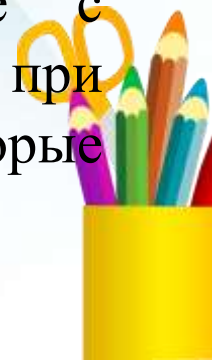
(Вачков И.В. «Приключения во внутреннем мире»)

1. **Взявшись за дело, прежде всего чётко сформулируй, что хочешь сделать (цель предстоящей деятельности).**
2. **Постарайся хорошенько понять, почему ты это будешь делать, что тебя толкает сделать это, для чего это нужно.**
3. **Отыскав один путь к цели, попытайся найти и другие: далеко не всегда самый очевидный вариант оказывается самым лучшим.**
4. **Сравни все варианты и, взвесив достоинства и недостатки каждого из них, выбери наилучший.**
5. **Раздели предстоящую работу на этапы, наметив промежуточные цели, при этом желательно хотя бы примерно определить длительность каждого этапа.**
6. **Старайся действовать строго по плану, постоянно сверяя свои действия с ним. Корректировать нужно с учётом получаемых результатов, то есть используя обратную связь.**
7. **По окончании работы осмысли её результаты, оцени степень их совпадения с поставленной целью. Учти сделанные ошибки, чтобы избежать их впредь.**



Экзамен затрагивает глубокие пласты личности. Возможность провала становится для некоторых обучающихся показателем их жизненной несостоятельности, человеческой неполноценности. При таком восприятии экзамен – уже не просто определенная проверка знаний, а препятствие, которое может лишить человека самоуважения, уважения в глазах окружающих. Неудача для таких людей равносильна личностному поражению, так как затрагивает глубокие пласты самооценки.

Рассмотрим особенности обучающихся, которые с наибольшей вероятностью могут испытывать затруднения при сдаче государственной (итоговой) аттестации, и некоторые возможные пути оказания поддержки этим школьникам.



Правополушарные дети (левши)

Краткая психологическая характеристика:

- богатое воображение;
- хорошо развитое образное мышление;
- прекрасно воспринимают метафоры, образы, сравнения.



Основные трудности, возникающие при прохождении ЕГЭ:

- затруднения при необходимости четко логически мыслить;
- трудно сосредоточиться на фактах и теоретических построениях;
- деятельность прохождения тестирования левополушарна по своей сути.

Стратегии поддержки:

- ✓ необходимо задействовать воображение и образное мышление: использовать сравнения, образы, метафоры, рисунки;
- ✓ возможно, им стоит начинать именно с заданий В и С, там, где требуется развернутый ответ.



Дети-синтетики

Краткая психологическая характеристика:

- опираются в большей степени на общее, а не на частности;
- мало времени уделяют деталям, потому что их интересуют общие взаимосвязи.

Основные трудности, возникающие при прохождении ЕГЭ:

- трудности с анализом, выделением опорных моментов в информации, делением материала на смысловые блоки;
- при сдаче экзаменов могут испытывать затруднения, связанные с необходимостью аналитической деятельности и оперирования конкретными фактами.

Стратегии поддержки:

- ✓ при изучении каждой темы следует ее обобщить, выделить основные блоки и наполнять их конкретным материалом;
- ✓ при работе с тестами синтетиков нужно ориентировать на **выявление** основного в каждом задании: что здесь является главным, на что стоит обращать внимание в первую очередь?
- ✓ в начале работы с тестовым материалом стоит ознакомиться с материалом в целом: просмотреть имеющиеся задания, бегло ознакомиться с их содержанием. Это поможет им

Сложности перехода от традиционной формы контроля знаний к тестовой (ЕГЭ)

6

Личностные особенности учащихся	Сложности	Стратегия поддержки
Инфантильные • отличаются низким уровнем самоконтроля, волевых процессов деятельности; • не могут сосредоточиться; • не обладают сформированной познавательной мотивацией; • для них характерен внешний локус контроля.	• трудно заставить себя готовиться к экзамену.; • свойственна апелляция к «высшим силам» вместо опоры на собственные возможности; • испытывают трудности с выделением главного, планированием и организацией своей деятельности; • отсутствует системность мышления.	• алгоритм подготовки в виде схем; • начинать с трудного, потом переходить к знакомому; • разбить материал на короткие, легко выполнимые шаги; • регламент времени.
Тревожные • учебный процесс сопряжен с определенным эмоциональным напряжением; • склонны воспринимать любую ситуацию, связанную с учебой, как опасную; • тревогу вызывает у них проверка знаний в любом виде; • часто перепроверяют уже сделанное, постоянно исправляют написанное.	• ситуация экзамена вообще сложна для тревожных детей, потому что она по природе своей оценочная; • трудно контролировать свое эмоциональное состояние; • сложности с концентрацией внимания; • отсутствие эмоционального контакта со взрослым.	• создание ситуации эмоционального комфорта на предэкзаменационном этапе; • создание ситуации успеха, поощрение, поддержка; • познакомить их с процедурой ЕГЭ; • беседа с близким человеком, направленная на обеспечение эмоционально благоприятной обстановки.
Неуверенные • не умеют опираться на собственное мнение и склонны прибегать к помощи других людей • не могут самостоятельно проверить качество своей работы; • подолгу не могут приступить к выполнению задания.	• испытывают затруднения во время любого экзамена; • при сдаче ЕГЭ испытывают дополнительные сложности, т.к. имеет место самостоятельный выбор стратегии деятельности.	• положительный опыт принятия другими людьми его личного выбора; • необходимо поддерживать простыми фразами, способствующими созданию ситуации успеха.

Сложности перехода от традиционной формы контроля знаний к тестовой (ЕГЭ)

7

Личностные особенности учащихся	Сложности	Стратегия поддержки
Перфекционисты и «отличники» • высокая ответственность, организованность, исполнительность. • чувствительны к похвале, любой оценке своей деятельности; • характерен очень высокий уровень притязаний и крайне неустойчивая самооценка.	• ЕГЭ для данной категории детей – это тот самый случай, когда верной оказывается поговорка «Лучшее – враг хорошего». Им недостаточно выполнить минимально необходимый объем заданий, им нужно сделать все, причем безошибочно • испытывают сильную тревогу, стремятся получить поддержку; • трудно контролировать свое эмоциональное состояние.	• скорректировать их ожидания и помочь осознать разницу между «достаточным» и «превосходным». • научить их планировать работу по времени; • во время проведения пробного экзамена помочь выбрать стратегию деятельности и реализовать ее.
Дети, испытывающие недостаток произвольности и самоорганизации • низкий уровень произвольности; • общий уровень организации деятельности очень низкий; • неустойчивая работоспособность, им присущи колебания темпа деятельности; • могут часто отвлекаться.	• при общем высоком уровне познавательного развития и вполне достаточном объеме знаний могут нерационально использовать время.	• научить использовать для саморегуляции деятельности различные материальные средства (часы, отмеряющие время, которое требуется для выполнения задания, составление списка необходимых дел); • составить план своей деятельности и зачеркивать пункты или класть линейку на то задание, которое он сейчас выполняет. Важно, чтобы ученик научился использовать эти опоры на предварительном этапе, иначе на экзамене это отнимет у него слишком много сил и времени.

Сложности перехода от традиционной формы контроля знаний к тестовой (ЕГЭ)

8

Личностные особенности учащихся	Сложности	Стратегия поддержки
Астеничные • высокая утомляемость, истощаемость; • быстро устают, у них снижается темп деятельности и резко увеличивается количество ошибок.	• высокая вероятность снижения качества работы, возникновения ощущения усталости.	• оптимальный режим подготовки; • необходимо делать перерывы в занятиях, гулять, достаточно спать; • поддержать ребенка с помощью витаминов или травяных сборов; • требуется несколько перерывов.
Гипертимные • быстрые, энергичные, активные, не склонные к педантизму; • высокий темп деятельности; • склонны пренебрегать точностью и аккуратностью во имя скорости и результативности; • испытывают затруднения в ходе работы, требующей высокой тщательности, собранности и аккуратности.	• процедура ГИА требует высокой собранности, концентрации внимания, тщательности и аккуратности, а эти качества обычно являются слабым местом гипертимных детей.	• необходимо развивать функцию контроля, навыки самопроверки; • самостоятельно проверить результаты выполнения задания. • во время проведения пробного экзамена гипертимным детям нужно мягко и ненавязчиво напоминать о необходимости самоконтроля.
Застревающие • низкая подвижность, лабильность психических функций; • с трудом переключаются с одного задания на другое; • основательны и зачастую медлительны.	• процедура ГИА требует высокой мобильности: необходимо быстро переключаться с одного задания на другое, актуализировать знания из различных разделов школьной программы. Это может представлять трудность для застревающих детей.	• научить использовать для саморегуляции деятельности различные материальные средства (часы, отмеряющие время, которое требуется для выполнения задания, составление списка необходимых дел) • составить план своей деятельности и зачеркивать пункты или класть линейку на то задание, которое он сейчас выполняет.

Желаем успешной сдачи
выпускных экзаменов!

