

## **К ПРОБЛЕМЕ СОЦИАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ СТАРШЕКЛАССНИКАМ В ПРОЦЕССЕ ПОДГОТОВКИ К ЕГЭ**

**Голубева А.А.**

**научный руководитель канд. психол.наук Воронина Н.А.**

*Арзамасский филиал Нижегородского государственного университета*

В сложившихся за последние десятилетия социально-экономических условиях в нашей стране, в системе образования происходят большие изменения, касающиеся структуры образования, его содержания, форм, итогового контроля и многих других аспектов. Одним из таких изменений явилось введение в систему образования Единого Государственного Экзамена (ЕГЭ). В этой связи все более актуальным становится изучение возможностей психологической и социально-педагогической помощи старшеклассникам в процессе подготовки к ЕГЭ.

Несмотря на то, что уже довольно давно ЕГЭ стало общепризнанной формой итоговой аттестации выпускников школ, оно до сих пор вызывает множество дискуссий и сомнений у общественности (педагогов, выпускников и их родителей, психологов, преподавателей, администраций учебных заведений), вызванных сложностью и многозначностью процедуры ЕГЭ.

Проблемы и перспективы, связанные с ЕГЭ, активно обсуждаются с тех самых пор, когда он впервые вошел в школьную жизнь. Над этой проблемой активно работают методисты. Так, сформулированы рекомендации для учителей, разработаны нормативные материалы по ЕГЭ, разработаны рекомендации по проведению обобщающего повторения, по использованию опубликованного материала тестовых заданий ЕГЭ.

Вместе с тем остается практически неосвещенной психологическая составляющая ЕГЭ, связанные с ним проблемы психологического характера и возможности психологической поддержки учеников. При рассмотрении проблемы подготовки к ЕГЭ исследователи упоминают о важности психологического тренинга и психологической поддержки выпускников, их родителей и учителей выпускных классов, но дальнейшего развития и методического обеспечения эта тема не получает.

Нижегородская область приняла ЕГЭ одной из последних. В связи с этим, вопросы, связанные с психологической подготовкой старшеклассников, продолжают оставаться актуальными, а помощь соответствующих специалистов, чрезвычайно востребованной. Поэтому представляется необходимым искать возможные пути поддержки выпускников.

Важнейшими задачами, стоящими перед старшеклассниками, 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 аттестацию, когда от полученного результата зависит поступление в профессиональное учебное заведение, овладение избранной профессией.

Своевременная психолого-педагогическая и предметная подготовка к единому государственному экзамену будет способствовать успешному решению заданий, предлагаемых ЕГЭ.

Известные немецкие психологи Х.Зиверт и Р.Зиверт считают, что к любому тестированию не только можно, но и нужно готовиться. Комплексы упражнений, которые выполняет учащийся в процессе подготовки к экзамену и сопровождаемые пояснениями их психологического смысла, создадут условия готовности учащегося к тестированию, укрепят его уверенность в собственных силах, подготовят его к напряженным ситуациям тестирования.

В этой связи актуальным становится вопрос изучения психологических особенностей учеников, способствующих успешности сдачи ЕГЭ в тестовой форме, а также – снижающих их результативность. Изучение личностной специфики выпускников позволит учитывать ее при психологической и предметной подготовке к сдаче итоговых экзаменов.

Успешность и эффективность обучения зависит от индивидуально-психологических особенностей личности, таких как учебная мотивация, уровень притязаний, самооценка.

Зачастую на успешность сдачи ЕГЭ старшеклассниками влияют тревожность, страх, стресс. Психическое состояние тревожности в процессе обучения человека характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями напряжения, беспокойства, тревоги, озабоченности, нервозности, которые сопровождаются различными вегетативными реакциями и возникают в сложных, стрессовых ситуациях, таких, например, как экзамены.

Одной из самых распространенных школьных проблем, связанных с тревожностью, является проблема перегрузки. Переутомление ведёт к неудачам, а опыт неудач, накапливаясь, рождает страх, неуверенность, эмоциональную нестабильность и новые неудачи. К таким проблемам и относится ситуация сдачи ЕГЭ.

Каждый конкретный учащийся по-разному переживает "трудную" ситуацию и проявляет различную степень тревожности, в зависимости от своей заинтересованности в конечном результате. В опытах современных зарубежных и российских психологов накоплено достаточно фактов, убеждающих в том, что поведение индивидов в критических ситуациях зависит от свойственных им типов нервной системы, особенностей темперамента.

Основываясь на современных исследованиях, мы можем сказать, что процессом переживания, можно в какой-то мере управлять - стимулировать его, организовать, направлять, обеспечивать благоприятные для него условия, стремясь к тому, чтобы этот процесс вел к росту и совершенствованию личности.

Анализ психолого-педагогической литературы по проблеме подготовки старшеклассников к ЕГЭ привел нас к необходимости проведения эмпирического исследования по проблеме изучения психологических особенностей личности школьников и их влияния на успешность сдачи итогового школьного экзамена.

Исследование проводилось в пять этапов: на первом этапе определяется объект, предмет, задачи исследования, подбирались методы исследования; на втором этапе осуществлялась психологическая диагностика для изучения особенностей влияния тревожности старшеклассников на успешность сдачи ЕГЭ; на третьем этапе на основе результатов диагностики разрабатывалась программа социально-педагогической помощи старшеклассникам по снижению тревожности при подготовке к сдаче ЕГЭ; на четвертом этапе проводилась программа, направленная на снижение тревожности, снятие эмоционального напряжения старшеклассников; на пятом этапе осуществлялась повторная диагностика, выявляющая эффективность коррекционно-развивающей программы по снижению тревожности старшеклассников при подготовке к сдаче ЕГЭ.

Для проведения констатирующего эксперимента мы подготовили батарею методик, в которую вошли: тест «Самооценка личностной и ситуативной тревожности»

(Ч.Д.Спилбергер, Ю.Л.Ханин), Опросник «Итоги ЕГЭ» (М.Ю.Чибисова), метод «Ассоциации».

Проведя первичное исследование в 11-х классах и проанализировав его результаты, мы увидели, что около 30% испытуемых имеют низкий уровень психологической готовности к ЕГЭ. Данные лонгитюдного исследования уровня тревожности у старшеклассников показывают значительное повышение уровня ситуативной тревожности, которая продолжает сохраняться и после экзамена, что можно объяснить ситуацией неопределенности, в которой оказываются выпускники, ожидая результаты своей экзаменационной работы. Однако даже после объявления результатов ситуационная тревожность у большинства из них остается высокой, поскольку, если результаты не очень высокие, то неизвестным остается, сможет ли выпускник поступить в выбранный вуз, сможет ли пройти по конкурсу.

По результатам нашего исследования около 30% старшеклассников испытывают страх перед ЕГЭ. Это безусловно отрицательно сказывается на результатах экзамена, продуктивная деятельность распадается, сильное эмоциональное напряжение не позволяет этим выпускникам быстро приспособиться к ситуации сдачи ЕГЭ.

На основе полученных результатов была разработана программа социально-педагогической помощи старшеклассникам по снижению тревожности при подготовке к сдаче ЕГЭ. Основными задачами программы стали:

- освоение техник саморегуляции;
- освоение приемов планирования рабочего на экзамене;
- формирование позитивного отношения к процессу сдачи экзаменов;
- повышение сопротивляемости стрессу;
- развитие навыков самоконтроля с опорой на внутренние ресурсы.

Основой для составления программы послужили разработки и методические рекомендации следующих авторов: О.Кузьменковой, Т. Липской, М.Ю.Чибисовой, а также исследования А.М.Прихожан относительно психологической коррекции тревожности у детей и подростков.

Программа, на наш взгляд, должна предусматривать такие формы и методы работы, которые дают возможность старшеклассникам максимально проявлять свою активность в решении поставленных задач. В этом случае лекции не помогут, поскольку можно много говорить о том, что не надо бояться, но страх от этого меньше не станет. Как показала апробация программы, при ее составлении необходимо учитывать следующий момент – специфическое отношение тревожных детей к успеху, неудачам, оценке и результату.

Важным направлением работы в рамках программы стало создание благоприятного психологического климата в классном коллективе, в отношениях между учителями и старшеклассниками.

После того как нами была проведена программа по снижению уровня тревожности со старшеклассниками экспериментальной группы произошли изменения – процент учащихся с высоким уровнем тревожности хоть и не значительно, но стал меньше, уровень информированности о процедуре подготовки к ЕГЭ значительно увеличился, в то время как показатели учащихся контрольной группы практически не изменились. Уменьшилось количество испытуемых, испытывавших такие сильные и разрушающие эмоции как страх.

Совершенно очевидно, что перед психологами, педагогами и родителями встает проблема охраны нервно-психического здоровья старшеклассников в период подготовки к ЕГЭ, для решения которой необходимо разработать комплексные программы, предусматривающие создание стабильной благоприятной атмосферы, повышение функциональных возможностей (стрессоустойчивости) школьников.