

Направления деятельности по психологическому сопровождению выпускников школ

1. Диагностика (индивидуальная и групповая (скрининг)).

Диагностическая деятельность в рамках подготовки к ЕГЭ осуществляется с целью раннего выявления нарушений в сфере интеллекта и личности. Выявление нарушений в интеллектуально-личностной сфере задолго до экзамена помогает скорректировать его образовательный маршрут и определить оптимальные условия обучения.

2. Консультирование (индивидуальное и групповое).

Задача консультативной работы психолога по психологической подготовке к ЕГЭ составляет контроль за возникновением трудностей обучения ребёнка. Указанная задача включает следующие конкретные составляющие:

1) ориентация родителей, учителей и других лиц, участвующих в воспитании в возрастных и индивидуальных особенностях психического развития ребенка;

2) своевременное первичное выявление детей с различными трудностями обучения и их психологическое сопровождение;

3) составление (совместно с педагогами) рекомендаций по психолого-педагогической коррекции трудностей в школьном обучении для учителей, родителей и других лиц;

4) коррекционная работа индивидуально или (и) в специальных группах при консультации с детьми и родителями;

3. Развивающая, коррекционная работа (индивидуальная и групповая).

Развивающая работа должна вестись по трём основным направлениям:

1. Развитие познавательной сферы учащихся: внимания, памяти, мышления, воображения и т.д.;

2. Снятие тревожности, формирование адекватной самооценки;

3. Развития произвольности, навыков самоорганизации и самоконтроля;

Кроме этого, в систему коррекционно-развивающей работы по психологической подготовке к ЕГЭ включаются следующие направления:

1. Обучение способам релаксации и снятия эмоционального и физического напряжения;

2. Повышение сопротивляемости стрессу;

3. Актуализация внутренних ресурсов.

4. Психологическое просвещение и образование: формирование психологической культуры.

Для учащихся выпускных классов во втором полугодии нужно проводить занятия «Как готовиться к экзаменам», «Что делать, если...», «Как справиться с тревогой». На занятиях обсуждать вопросы: как оборудовать рабочее место для подготовки к экзаменам, составить план занятий, разработать индивидуальный режим дня, с чего начать занятие, учитывать особенности запоминания, использовать методы запоминания, методы релаксации и активизации, приемы снижения экзаменационной тревожности, как организовать день накануне экзамена, настроить своих мысли на успех, как вести себя на экзамене, использовать полезные ссылки на Интернет-ресурсы по подготовке к ЕГЭ.

Одним из существенных аспектов психолого-педагогического сопровождения выпускника, является ознакомление родителей со способами правильного общения с ним, оказания ему психологической поддержки, создания в семье благоприятного психологического климата.

Работа с родителями нацелена на повышение осведомленности родителей и формирование реалистичной картины экзамена, снижение родительской тревоги.

На родительских собраниях даются рекомендации по организации режима дня старшеклассников, поддержке и помощи детям в период до, во время и даже после экзаменов

В особую форму психопрофилактической и просветительской работы нужно выделить **проведение факультативных занятий по психологии в старших классах**, так как на занятиях психологии учащиеся не только получают психологические знания, но и учатся познавать себя, закономерности, механизмы, условия развития личности. В процессе накопления научных психологических знаний на уроках психологии осуществляется формирование целостного мировоззрения ребёнка.

Процедура прохождения ЕГЭ – деятельность сложная, отличающаяся от привычного опыта учеников и предъявляющая особые требования к уровню развития психических функций. Эта процедура во многом имеет инновационный для подростков характер, что может явиться причиной значительных трудностей на экзамене.

Наиболее значимыми причинами волнения выпускников являются:

- сомнение в полноте и прочности знаний;
- сомнение в собственных способностях: умении анализировать, концентрировать и распределять внимание;
- психофизические и личностные особенности: быстрая утомляемость, тревожность, неуверенность в себе;
- стресс незнакомой ситуации;

– стресс ответственности перед родителями и школой.

Таким образом, условно можно выделить три группы трудностей ГИА и ЕГЭ для детей:

- **познавательные (когнитивные)** – связанные с особенностями переработки информации в ходе ГИА и ЕГЭ, со спецификой работы с тестовыми заданиями, недостаточным объемом знаний, неспособностью гибко оперировать системой учебных понятий предмета (эти трудности являются результатом всего периода обучения в школе!);

- **процессуальные** – связанные с самой процедурой единого государственного экзамена и отсутствием четкой стратегии деятельности;

- **личностные** – обусловленные особенностями восприятия учеником ситуации экзамена, его субъективными реакциями и состояниями, отсутствием возможности получить поддержку взрослых.