

## Психологическая поддержка

Педагог может психологически поддержать выпускника, лишь в том случае, если сам будет излучать положительные посылы, будет спокойным и уверенным.

То есть сначала нужно обратить внимание на свой настрой и только потом помогать выпускникам.

### Педагог может использовать слова поддержки:

- ◆ Зная тебя, я уверена, что ты все сделаешь хорошо.
- ◆ У тебя есть некоторые соображения по этому поводу? Готов ли ты начать?
- ◆ Это серьезный вызов, но я уверена, что ты к нему готов..

**Подбадривайте учеников, хвалите их за то, что они делают хорошо, повышайте их уверенность в себе**



«Эмоции—это ветер, который надувает паруса судна. Он может привести корабль в движение, а может и потопить его...»

(Вольтер)



## Педагогу рекомендуется

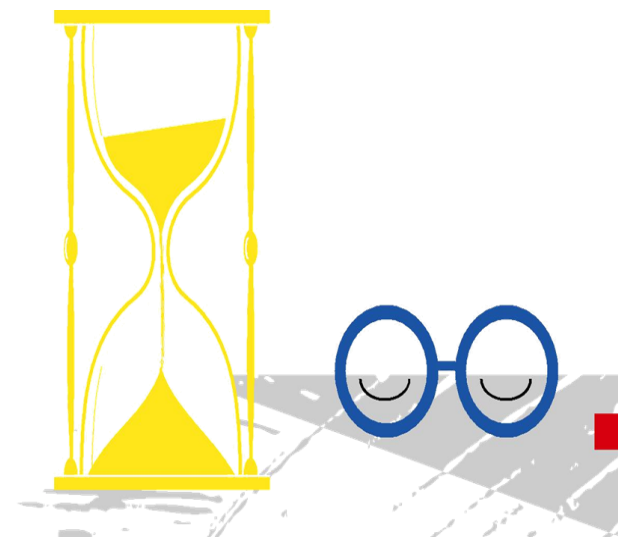
- ◆ Проявлять веру в учащихся, демонстрировать уважение к ним.
- ◆ Поддерживать у учащихся высокую самооценку, что дает способность им принимать самостоятельные решения, совершать обдуманные поступки.
- ◆ Создавать доброжелательную атмосферу на консультациях и во время экзаменов.
- ◆ При слишком сильной заинтересованности выпускника в результатах, он испытывает сильное эмоциональное возбуждение, тревогу, которые могут перерасти в состояние стресса, поэтому иногда полезно рекомендовать ему не ставить перед собой сверхзадач. Состояние тревоги и стресса может возникать даже от недостатка информации. Поэтому необходимо дать наиболее полную информацию, которая учащемуся поможет сориентироваться и организовать себя в подготовке к экзаменам.

**Государственное автономное учреждение Иркутской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»**

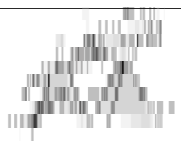
664022, г. Иркутск,  
ул. Пискунова-42  
тел.8(3952)70-00-37,  
т/факс 8(3952)70-09-40  
E-mail: [ogoucpmss@mail.ru](mailto:ogoucpmss@mail.ru)  
[www.cpmss-irk.ru](http://www.cpmss-irk.ru)

**Государственное автономное учреждение Иркутской области «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи»**

**Что необходимо учитывать педагогу при подготовке учащихся к экзаменам?**



г. Иркутск, 2020



## Педагогу надо знать особенности отдельных групп выпускников и стратегии поддержки

### Инфантильные дети

**Основные трудности.** Детям трудно заставить себя готовиться к экзамену. Им свойственна апелляция к «высшим силам», вместо опоры на собственные возможности. Они испытывают трудности с выделением главного.

**Стратегии поддержки.** Оптимальная стратегия подготовки для таких детей – начинать с трудного (пробелов), а потом переходить к знакомому. Важно разбить материал на короткие, легко выполнимые шаги и заканчивать работу на позитиве, не дожидаясь возникновения чувства отвращения. В монотонной деятельности необходимо находить ресурсы (прямая выгода, самоощущение). Помогает также установление регламента времени.

### Тревожные дети

**Основные трудности.** Наиболее трудной стороной экзамена для тревожного ребенка является отсутствие эмоционального контакта с взрослым.

**Стратегии поддержки.** Создание эмоционально комфортной ситуации, поддержка позитивными высказываниями, например, «Я уверен, что ты справишься».

### Неуверенные дети

**Основные трудности.** Неуверенные дети испытывают затруднения во время любого экзамена, поскольку им трудно опираться только на собственные ресурсы и принимать самостоятельные решения.

**Стратегия поддержки.** При работе с детьми необходимо воздерживаться от советов и рекомендаций. Неуверенного ребенка необходимо поддерживать простыми фразами, способствующими созданию успеха: «Я уверен, что у тебя все получится», «Ты обязательно справишься».

### «Перфекционисты и «отличники»

**Основные трудности.** Экзамен 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, при этом безошибочно. Еще один возможный камень преткновения для них – это необходимость пропустить задание, если они не могут с ним справиться. Им также трудно контролировать свое эмоциональное состояние.

**Стратегия поддержки.** Очень важно помочь таким детям скорректировать их ожидания и помочь осознать разницу между «достаточным» и «превосходным». На предэкзаменационном этапе им можно предложить тренировочные упражнения и не нужно будет делать все подряд. Необходимо проинформировать таких детей о необходимом минимуме набранных баллов, помочь им расставить приоритеты и скорректировать ожидания.



### Дети, испытывающие недостаток произвольности и самоорганизации

**Основные трудности.** При достаточном объеме знаний, могут нерационально использовать время.

**Стратегии поддержки.** Психические функции формируются через наличие внешних опор. Поэтому на этапе подготовки к экзаменам важно научить ребенка использовать для саморегуляции деятельности различные материальные средства (составление списка необходимых дел). Бесполезно призывать таких детей «быть внимательнее», поскольку им это недоступно.

Им требуется помощь в самоорганизации, здесь полезно использовать вопросы: «Ты сейчас что делаешь?». Очень важно, чтобы взрослые не брали на себя целиком функцию организации деятельности. Задача взрослого – стимулировать развитие самоконтроля ребенка. Например, лучше не давать инструкций «Теперь пиши это», а задавать вопросы, которые потребуют от ребенка навыков самоорганизации: «Что нужно сделать теперь?».