

Психологическая подготовка к ЕГЭ: чем учитель может помочь выпускнику и родителю?

Все мы неоднократно сдавали экзамены: когда заканчивали школу, поступали в институт, во время сессий. И все мы в целом представляем себе, что это такое. Но в настоящее время система российского образования претерпевает значительные изменения, меняются форма и содержание выпускных и вступительных экзаменов. Единый государственный экзамен — это новая реальность в нашем образовательном пространстве. И он радикально отличается от привычной формы экзамена. В педагогических кругах 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 рассматриваются на методологических семинарах, совещаниях и «круглых столах» для сотрудников образовательных учреждений, предлагаются материалы для проведения семинаров и курсов. В большинстве случаев считается, что специальной подготовки к ЕГЭ не требуется, выпускникам достаточно пробного экзамена и инструкции по правилам поведения. Но, видимо, этого мало, поскольку ЕГЭ принципиально отличается от привычной формы традиционных выпускных экзаменов.

На официальном [*сайте Министерства образования, посвященном ЕГЭ*](#), представлено огромное количество различных материалов по Единому государственному экзамену для различных категорий читателей: самих выпускников, учителей выпускных классов, организаторов экзамена и т.д. Все эти документы носят общий инструктивный 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 исследователи упоминают важность психологического тренинга и психологической поддержки выпускников, их родителей и учителей выпускных классов, но дальнейшего развития и методического обеспечения эта тема не получает.

Для того чтобы лучше понять, что представляет собой ЕГЭ с психологической точки зрения, сравним его с традиционным экзаменом. Даже на первый взгляд очевидно, что ЕГЭ кардинально отличается как от устного экзамена, так и от традиционного письменного, поскольку последний не проводится в форме тестирования. Психологически период завершения обучения в школе представляет особую трудность для учеников еще и потому, что это время первого взрослого испытания: оно показывает, насколько выпускники годятся для взрослой жизни, насколько их уровень притязаний адекватен их возможностям.

Рекомендации учителям по психологической подготовке к ЕГЭ выпускников и их родителей

ЕГЭ (единый государственный экзамен) основан на тестовых технологиях. Тестирование как новая форма экзамена накапливает свой опыт и требует предварительной подготовки всех участников образовательного процесса.

Учителям следует активнее вводить тестовые технологии в систему обучения, ведь не зря говорят, что "нельзя научиться плавать, стоя на берегу". Особый интерес в этом плане представляют впервые издаваемые Центром тестирования РФ сборники тематических тестов. Эти тесты разработаны для учащихся с 5 по 11 класс, с их помощью можно оценивать уровень усвоения материала и отработать навык их выполнения. Такие тренировки в выполнении тестовых заданий позволят реально повысить тестовый балл. Зная типовые конструкции тестовых заданий, ученик практически не будет тратить время на понимание инструкции. Во время таких тренировок формируются соответствующие психотехнические навыки саморегуляции и самоконтроля.

При этом основную часть работы желательно проводить заранее, отработывая отдельные детали при сдаче каких-нибудь зачетов и пр., т.е. в случаях не столь эмоционально напряженных. Ученые считают, что психотехнические навыки сдачи экзаменов не только повышают эффективность подготовки к экзаменам, позволяет более успешно вести себя во время экзамена, но и вообще способствуют развитию навыков мыслительной работы, умению мобилизовать себя в решающей ситуации, овладевать собственными эмоциями.

Центром аттестации и контроля качества образования и Службой практической психологии Республиканского диагностико-реабилитационного и методического центра МО РС(Я) подготовлены методические рекомендации для учителей по материалам ученых-психологов И.В.Дубровиной, А.М.Прихожан, А.Г. Шмелева. Взяв их за основу, учителя могут провести консультации по подготовке к сдаче ЕГЭ не только для выпускников, но и их родителей. Ведь не секрет, что успешность сдачи экзамена во многом зависит от настроения и отношения родителей.