(cc) BY

Чернева Светлана Павловна

педагог-психолог

МБУ «ЦППМСП Металлургического района г. Челябинска»

г. Челябинск, Челябинская область

ВЫХОД ЕСТЬ: ПРИНЯТЬ ОТВЕТСТВЕННОСТЬ ЗА СЕБЯ

Аннотация*: в статье представлены инновационные подходы в формировании психологической готовности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья к прохождению итоговой аттестации. Предложена психотерапевтическая практика выхода из роли «жертвы», позволяющая снизить уровень предэкзаменационной тревожности и повысить уверенность в достижении цели.*

Ключевые слова*: психологическая готовность, ограниченные возможности здоровья, предэкзаменационная тревожность, совладающее поведение.*

На сегодняшний день более чем актуальной проблемой в системе организации и проведения государственной итоговой аттестации по образовательным программам основного общего образования является формирование психологической готовности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья к прохождению основного государственного экзамена.

Кандидат психологических наук, Марина Юрьевна Чибисова [3], определяет психологическую готовность как сформированность психических функций, индивидуальных особенностей, поведенческих навыков, обеспечивающих успешность выпускника при сдаче экзамена.

Поиск путей поддержки и сопровождения обусловлен тем, что в процессе подготовки и непосредственного прохождения итоговых испытаний у обучающихся данной категории возникают определенные психологические трудности, которые влияют на результаты экзаменов, а в последствии, и на успешную реализацию профессиональных планов и намерений.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Недостатки психофизического развития детей с ОВЗ сами по себе дают снижение стрессоустойчивости, ограничение продуктивности совладающего поведения, приводят к неэффективному использованию ресурсов и потенциала личности и среды вокруг нее. Обучающиеся с особыми образовательными потребностями нуждаются в индивидуально-личностном подходе, организации специальных условий подготовки и проведении итоговой аттестации.

В связи с этим возникает необходимость в психолого-педагогическом сопровождении детей с ОВЗ в период подготовки к экзаменам.

Цель психолого-педагогического сопровождения государственной итоговой аттестации – создание психолого-педагогических условий, учитывающих возможности, способности и здоровье ученика, его потенциальные ресурсы, способствующих формированию психологической готовности к успешной сдаче итоговой аттестации.

Задачей психолого-педагогической поддержки выпускников выделенной группы является необходимость сформировать конструктивные стратегии поведения во время подготовки и непосредственно на экзамене.

А.В. Запорожец [2] определяет готовность к стрессовой ситуации как целостную систему взаимосвязанных качеств личности, включающую особенности мотивации, уровень развития познавательной сферы, степени сформированности механизмов регуляции действий. По нашим наблюдениям и исследованиям выявлены трудности, с которыми обучающиеся исследуемой категории сталкиваются при подготовке к экзаменам и на самой процедуре:

– познавательные – способность переработки информации, уровень развития мнемических процессов и логического мышления;

– процессуальные – отсутствие / невосприятие полной и четкой информации о самой процедуре экзаменов;

– личностные – эмоциональная нестабильность, деорганизованность деятельности, высокий уровень тревожности.

Пятилетний опыт работы педагога-психолога по подготовке выпускников 9-х классов с особенностями развития к итоговой аттестации показал, что самым

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

«западающим», влияющим на успешность из трех значимых компонентов психологической готовности, является личностный.

Диагностические исследования по методикам «Откровенно говоря…» и «ОГЭЕГЭноу» Ваврушевой Ксении, созданной на основе социальной психологической игры немецкого психотерапевта Гюнтера Хорна «Семейные психреты» и психологической игры «Поддержка» Станислава Раевского и Аллы Чугуевой, показали, что трудности связаны с недостаточным уровнем развития самоорганизации и самоконтроля, низкой стрессоустойчивостью и отсутствием навыков саморегуляции.

Работа по преодолению и коррекции личностных трудностей заключается в проведении с обучающимися психопрофилактических занятий и тренингов по обучению навыкам саморегуляции. Коррекционно-развивающие мероприятия, ежегодно проводимые в соответствии с методическими рекомендациями И.А. Бобровой [1] и М.Ю. Чибисовой [3], показали результативность лишь отдельных обучающихся, с приближенно нормальным уровнем психологической готовности изначально. Но для учащихся «группы риска» с высоким уровнем тревоги и недостаточным владением навыками самоконтроля данной программы явно недостаточно, так как они выходили к финалу в состоянии тревоги.

Нами была опробована сначала индивидуально, а затем и на группе «риска» психотерапевтической практика «драматический треугольник», основанная на транзактном анализе Стивена Карпмана. Согласно его теории, выбор одной из ролей в «драматическом треугольнике» определяет поведение и алгоритм поиска выхода из трудных ситуаций.

При разборе причин неготовности справляться с трудностями, каждый второй обучающийся «группы риска» обозначал себя в роли «Жертвы» или «Преследователя», поведение которых определялось слезами, жалости к себе или гневом, злостью и недовольством к окружающим. А каждый четвертый заявил, что не живет своей жизнью, а вынужден кому-то помогать и за кого-то отвечать, идти

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

на поводу требований родителя – роль «Спасателя», но спасателя мнимого, с выгодой для себя. Мы проследили, как «Спасатель» легко разочаровывается и переходит в роль «Жертвы» и / или «Преследователя».

Так, подросток с особыми потребностями не может вырваться из «злополучного треугольника», еще более остро ощущая свою беспомощность и растерянность в ситуациях контроля знаний и повышенной ответственности.

На самом деле в психотерапевтической беседе выяснилось, что учащиеся с особенностями развития отказываются от ответственности за самого себя и не умеют самостоятельно принимать решение (низкий уровень социализации).

В дальнейшем при проведении цикла занятий в форме психологических тренингов и психокоррекционных практик, обучающимся было разъяснено, что эти роли объединяет отказ от ответственности за себя и свою жизнь, что в свою очередь приносит путаницу и страдания, а не решение. «Жертва» вообще ни за кого не отвечает, а «Спасатель» и «Преследователь» стремятся взять ответственность за других, но не за себя.

В результате психокоррекционной работы, включающей в том числе блок психотерапевтической практики Стивена Карпмана, у подростков снизился уровень предэкзаменационной тревожности, возрасла уверенность в собственных силах, что, несомненно, обеспечит психологическую и личностную готовность к прохождению государственной итоговой аттестации.

Список литературы

1. Боброва И.А. Психологическая подготовка обучающихся к государственной итоговой аттестации / И.А. Боброва, О.В. Чурсинова. – Ставрополь: СКИРО ПК и ПРО, 2014. – 74 с.

2. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: в 2 т. Т. 1: Психическое развитие ребёнка / А.В. Запорожец. – М.: Педагогика, 1986. – 320 с.

3. Чибисова М.Ю. Психологическая подготовка к ЕГЭ: работа с учащимися, педагогами, родителями / М.Ю. Чибисова. – М.: Генезис, 2009. – 184 с.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)