

Секция «Психология образования: обучение и развитие»

Психологическая готовность обучающихся к сдаче единого государственного экзамена

Граница Валерия Георгиевна

Студент (бакалавр)

Волгоградский государственный социально-педагогический университет, Волгоград,
Россия

E-mail: valeriya.granitsa18@yandex.ru

Подготовка к экзаменам и их сдача вызывают у выпускников сильное эмоциональное напряжение, связанное с переживанием за результаты, напрямую влияющие на возможность реализации дальнейших жизненных планов. Это выражается в чувстве повышенной тревожности; утрате способности видеть положительные результаты своего труда; в отрицательной установке по отношению к результатам экзамена [1]. В структуре психологической готовности обучающихся к ЕГЭ мы выделяем вслед за М.Ю. Чибисовой три компонента. *Познавательный компонент* мы рассматриваем с точки зрения способности обучающегося работать с информацией, что предполагает определенный уровень развития познавательных процессов. *Эмоционально-личностный компонент* представлен саморегуляцией, эмоциональной стабильностью. *Процессуальный компонент* мы рассматриваем с точки зрения знаний ребенка о процедуре предстоящего экзамена [2]. Приступая к исследованию, мы предположили, что эмоционально-личностный компонент готовности к сдаче ЕГЭ является наименее сформированным у обучающихся старших классов, что может оказывать негативное влияние на реализацию других компонентов готовности. Для проверки выдвинутой гипотезы нами была использована система эмпирических методов: Анкета «Готовность к ЕГЭ» (М. Ю. Чибисова), Опросник подверженности экзаменационному стрессу (Ю. Гуревич), Корректирующая проба Бурдона. В исследовании приняли участие обучающиеся 10 класса в количестве 30 человек, из них 16 девочек и 14 мальчиков. Рассмотрим результаты исследования эмоционально-личностного компонента готовности к экзаменам с помощью методики М.Ю. Чибисовой. Выявлено, что высокий уровень тревожности в классе имеют 20% обучающихся: они волнуются, когда думают о предстоящих экзаменах, считают, что не смогут справиться с тревогой на экзамене, что экзамен им не по силам. Кроме того, выявлено, что низкий уровень самоконтроля имеют 7% обучающихся, которые не знают, как успокоить себя в трудной ситуации (во время экзамена). Результаты исследования с помощью опросника Ю. Гуревича показали, что 20% обучающихся имеют высокий уровень подверженности экзаменационному стрессу. У них могут возникать неадекватные эмоциональные всплески, бессонница, мигрени, нарушения пищеварения, общее плохое самочувствие и неспособность расслабиться. Полученные результаты указывают на низкий уровень сформированности эмоционально-личностного компонента готовности к сдаче ЕГЭ. Этим обучающимся может быть рекомендована коррекционно-развивающая работа с по обучению навыкам эмоциональной саморегуляции в стрессовых ситуациях. Проанализируем далее процессуальный компонент готовности к сдаче экзамена. Высокий уровень знания процедуры экзамена в 10 классе имеют 27% обучающихся. Они хорошо представляют, как проходит ЕГЭ. Средний уровень знания процедуры экзамена в 10 классе 70% обучающихся. Они считают, что результаты ЕГЭ важны для их будущего, однако недостаточно представляют, как проходит ЕГЭ. Низкий уровень знания процедуры экзамена в 10 классе имеют 3% обучающихся, которые не представляют, как проходит ЕГЭ. В целом, можно сказать, что у обучающихся средний уровень психологической готовности к сдаче ЕГЭ по данному компоненту. Для анализа познавательного компонента готовности к сдаче ЕГЭ была проведена корректирующая проба Бурдона в связи с тем, что именно концентрация внимания может в значительной степени определить

успешность сдачи экзамена. Из 30 человек только двое имеют низкий уровень концентрации внимания. Говоря о динамике работоспособности, можно выделить такой тип, который может негативно сказаться в процессе экзамена, например, медленная вработываемость, перепады в работоспособности, утомляемость и пр. Так, один из испытуемых имеет медленную вработываемость, эти данные получены на первой и второй минутах корректурной пробы, так же испытуемый имеет утомляемость на протяжении третьей, четвертой и пятой минут. Для выявления взаимосвязей между компонентами готовности обучающихся к ЕГЭ мы использовали метод корреляционного анализа. Между компонентами «Владение навыками самоконтроля» и «Уровень подверженности экзаменационному стрессу» обнаружена значимая обратная связь. Так же была выявлена прямая взаимосвязь между показателями «Уровень тревоги» и «Владение навыками самоконтроля». Таким образом, можно сказать, что чем выше у обучающихся владение навыками самоконтроля, тем ниже уровень подверженности экзаменационному стрессу. Этот факт определяет значимое направление работы с обучающимися по подготовке к сдаче к ЕГЭ - обучение их навыкам эмоциональной саморегуляции. Так же нами выявлена значимая обратная взаимосвязь таких показателей как «Уровень тревоги» и «Уровень подверженности экзаменационному стрессу». Можно предположить, что те обучающиеся, которым свойственна тревожность как личностная черта в силу большого опыта переживания учебной тревоги в разных школьных ситуациях (письменные работы, ответ у доски и пр.) уже имеют спонтанно выработанные способы регуляции эмоционального состояния в этих ситуациях. Значимая прямая взаимосвязь была обнаружена между компонентами «Знакомство с процедурой экзамена» и «Владение навыками самоконтроля». На основе полученных данных, можно сказать, что чем выше уровень знакомства обучающихся с процедурой прохождения экзамена, тем выше уровень владения навыками самоконтроля. Этот факт указывает на значимость целенаправленной подготовки к ЕГЭ, в том числе - информирования обучающихся о самой процедуре ЕГЭ. Однако наряду с этим можно проследить значимую прямую зависимость между показателями «Знакомство с процедурой ЕГЭ» и «Уровень тревоги». Вероятно, частое упоминание о процедуре ЕГЭ приводит к повышению тревоги части обучающихся, а это, в свою очередь, говорит о том, что мероприятия по подготовке к ЕГЭ должны быть выстроены не в ключе запугивания, а в направлении информирования и развития необходимых для успешной сдачи экзамена ресурсов. Проведенное исследование показало, что эмоционально-личностный компонент готовности к сдаче ЕГЭ является наименее сформированным у обучающихся старших классов, что может оказывать негативное влияние на реализацию других компонентов готовности.

Источники и литература

- 1) Астапов В.М. Тревога и тревожность. Питер: СПб, 2001.
- 2) Чибисова М. Методический инструментарий психологической подготовки к ЕГЭ // Народное образование. 2008. № 9. С.197–203.

Слова благодарности

Выражаю особую благодарность кандидату психологических наук, доценту Шубиной Анне Сергеевне за оказанную помощь при работе на всех этапах ее выполнения.