

Фетискина О

**Фетискина О.В.**

**(Из опыта работы педагога-психолога)**

В статье рассмотрены возможности психологического сопровождения ЕГЭ (Единый государственный экзамен) и ГИА (Государственная итоговая аттестация) с помощью соционических методик. Даны конкретные рекомендации по выбору предметов для успешной подготовки и сдачи ЕГЭ и ГИА с учетом индивидуально-личностных особенностей, а также дальнейшему профессиональному самоопределению. Представленный в статье практический опыт будет полезен и интересен для педагогов-психологов, классных руководителей, школьной администрации и родителей будущих выпускников.

*Ключевые слова: соционические клубы, функции, единый государственный экзамен, мотивация к обучению, профессиональная самореализация, самоактуализация, Я-концепция.*

**В** последние годы экзамены в школе стали обычным делом, они начинаются чуть ли не с начальных классов и заканчиваются эпопеей выпускных, а теперь еще и единых государственных экзаменов. И тем не менее, на сегодняшний день, ситуация ЕГЭ остается стрессовой для всех участников образовательного процесса, и особенно для самих выпускников.

Несмотря на постоянные заверения педагогов о приверженности идее формирования гармоничной и всесторонне развитой личности, традиционная система школьного обучения и воспитания по-прежнему остается формальной и заорганизованной. Вследствие этого нивелируются способности, у школьников вырабатываются стандартные знания и умения. Это касается практически всех предметов, включая гуманитарные, когда знание грамматических правил и хронологических дат ценится

больше, чем умение сочинять стихи или фантазировать, придерживаться своего стиля в живописи или по-своему интерпретировать различные исторические события и процессы.

Организация школьной жизни основывается на принципе поощрения лишь учебных успехов, проблема самопознания игнорируется. Успеваемость делается предметом конкурентной борьбы, при этом страх детей потерпеть поражение используется как основное средство учебной мотивации. Все это ведет к возникновению у детей комплекса неполноценности, низкой мотивации к обучению и развитию, формированию отрицательного отношения к предмету и переносу этого отношения на учителя.

Усугубляется это еще и тем, что большинство выпускников школы не имеют ни малейшего представления о своем профессиональном самоопределении и самоактуализации в юности. Профорientационные тесты не дают конкретных рекомендаций по выбору профессии, а если и дают, то не учитывают индивидуально-личностных особенностей учащихся. Я уже не говорю про традиционное компьютерное тестирование, когда ученикам 10-го класса московской школы ЭВМ выдает перечень «подходящих» профессий: «газосварщик, газонокосильщик, оператор машинного доения и т.п.»

Подобные рекомендации не только не помогают психологически подготовить будущих выпускников к сдаче ЕГЭ, но и вообще разрушают столь зыбкое представление юношей и девушек о себе и о своем месте в жизни.

**Все эти факторы способствуют тому, что наши дети подходят к выпускным экзаменам с низкой самооценкой, высокой экзаменационной тревожностью, психологически не подготовленные и не способные адекватно проходить экзаменационные испытания.**

*Чем же может помочь школьный психолог?*

Конечно, психолог – не волшебник и он не может восстановить те упущенные учебные навыки, которые по разным причинам имеются у выпускников. Школьный психолог

может помочь созданию позитивного эмоционального настроения школьников, снизить экзаменационный стресс, обучить эмоциональной саморегуляции при сдаче экзаменов, повысить самооценку и показать пути дальнейшего профессионального и личностного развития.

И в решении большинства из этих задач школьному психологу может прийти на помощь сравнительно молодая наука соционика.

- Куда пойти учиться?
- Как выбрать профессию по душе?
- Какие предметы выбрать для успешной сдачи ЕГЭ и дальнейшего обучения?
- Как добиться в жизни удачи и успеха?
- Как найти себе спутника жизни?
- Как понять своих родителей, учителей и людей, с которыми я общаюсь?

На эти и другие вопросы, которые задают старшеклассники, также поможет ответить соционика.

*Соционика* – это наука, изучающая психологию общения и личности человека.

Соционика рассматривает человека, как носителя определенного психотипа. Она дает реальную возможность разобраться в себе, понимать людей и предвидеть (в общих чертах) их поведение.

Соционика не разделяет типы на «хорошие» и «плохие», у каждого есть слабые и сильные стороны. Не нужно воспринимать какие-то свои качества как недостатки, это просто особенности личности. Нужно быть собой и тогда наилучшим образом можно проявить то, что заложено в нас самой природой.

Подробно разобравшись в структуре собственной психики, каждый будет иметь возможность построить собственную, индивидуальную стратегию развития. Одним из важных результатов является то, что старшеклассник, освоив соционическую теорию, получает инструмент, с помощью которого в дальнейшем он может сам оценить какие свои качества ему необходимо развивать, а какие... лучше оставить в покое (с учетом его врожденного психотипа).

А ведь развивая именно свои сильные функции, человек становится способным на серьезные достижения. Он получает заслуженное уважение окружающих, у него не возникает сомнений в собственной состоятельности. И такой путь к самореализации соционическая грамотность открывает каждому человеку, который не поленился её освоить.

Кроме познания себя и развития толерантности, способности к принятию непохожих на тебя людей, эти знания дают человеку в руки ключи от собственной судьбы.

Соционика основана на теории психологических типов К.Г. Юнга и изучает психологические типы личности с точки зрения информационного обмена человека с миром.

Она выделяет у каждого человека такие признаки: экстраверсия – интроверсия; рациональность – иррациональность; логика – этика; интуиция – сенсорика.

Зная особенности восприятия разных психологических типов, можно говорить о некоторых закономерностях.

*Интровертированные люди с преобладанием функции сенсорики*, ориентированы на повышение благосостояния и качества жизни. Значит, стимулом к деятельности для представителей этих типов может стать создание комфортных условий и хороший заработок. Для таких людей очень важно, чтобы работа приносила надежный кусок хлеба, давала возможность кормить семью.

*Экстравертированные люди с преобладанием функций сенсорики* предпочитают повышение по службе. В противоположность комфорту они ценят престиж. Такого работника следует стимулировать различными отличиями за хорошую работу, подчеркивать его высокий статус. Такой человек может быть руководителем, организатором.

*Представители интровертных типов с преобладанием функции интуиции* превыше всего ставят личный интерес к работе или учебе. Наилучших результатов можно добиться, если поощрять такого учащегося интересной для него работой. Он сможет рассказать о ней много занимательных подробностей, которые были неизвестны.

В отличие от интровертных, *экстравертные типы с преобладанием интуиции* настроены на уникальность. Их заинтересованность в деятельности растет пропорционально чувству исключительности того дела, которым они занимаются: «Никто такого еще не делал!», или собственной исключительности: «Никто больше так не умеет, как я!». «Заниматься необычным, быть непохожим на других» – главный девиз их деятельности. Представители этих типов переполнены всевозможными идеями. Они могут дать разумный совет о нововведениях. Лучшим стимулом к деятельности для них является похвала за нестандартное принятое решение.

Одно из основных направлений работы со старшеклассниками в ГОУ СОШ № 728 – это индивидуально-групповая психолого-соционическая работа, которая сочетает в себе диагностику профессионального самоопределения, определение типа информационного метаболизма или соционического клуба и психологическую поддержку в период прохождения ЕГЭ с учетом индивидуальных особенностей учащихся.

После успешного прохождения диагностики классный руководитель получает информационно-аналитическую справку с особенностями личностного развития каждого учащегося и рекомендации по профориентации, а учащиеся подробный «Психологический портрет» с рекомендациями по подготовке к ЕГЭ, дальнейшей профориентации и развитию личности.

Соционика определяет 16 типов личности, которые делятся на 4 группы, которые принято называть соционическими клубами. В каждой из таких групп типы имеют общую *ориентацию на определенный вид деятельности*, им нравится определенный класс профессий, их таланты раскрываются в близких областях

Общими у таких типов являются и «слабости», т.е. области жизни, в которых они разбираются меньше.

Именно в области сильных функций старшекласснику стоит выбирать дисциплины для

успешной сдачи ЕГЭ, а также профессию, поскольку там успех наиболее вероятен и ощутим. *Выносливость человека к информации по сильным функциям очень велика, интерес к жизни проявляется тем больше, чем больше знаний по этим аспектам к нему поступает. И в то же время, слабые функции чрезвычайно легко перегрузить слишком сложной подачей материала.*

Используя сильные стороны своего психотипа, старшеклассники смогут гораздо успешнее учиться и проходить экзаменационные испытания.

Немного подробнее об этих клубах.

*Сенсорные логики.* Чувствуют свойства материалов, адекватно оценивают качество конкретных продуктов, понимают, какие процессы и инструменты помогут получить желаемый результат. Сенсорные логики хорошо оценивают имеющийся ресурс, легко улавливают смысл чертежей и технологий, любят возиться с материалами. Именно в производственной деятельности раскрываются их таланты и творческие способности.

Этим учащимся не так легко будет удаваться работа, связанная с выслушиванием и уговорами клиентов, требующая психологической тонкости, политических способностей, работа, где решения нужно принимать быстро, «по наитию», не обладая полным набором данных.

Всегда найдутся люди, у которых это получится быстрее и успешнее, и человек будет испытывать чувство неполноценности.

Сенсорные дети не обладают большой скоростью переработки информации и логические задачи - преимущественно задания на скорость установления смысловых связей у них могут вызывать затруднения.

Сенсорные логики, как правило, успешны в дисциплинах практического характера: ИЗО, черчение, физическая культура, технология, ОБЖ, география, а также практическая физика и химия, математика. Кроме основных предметов, им

рекомендуется выбирать для сдачи ЕГЭ дисциплины из этого списка.

*Клуб сенсорных этиков называют социальным.* Театр, медицина, обучение и воспитание детей, туристические услуги, политическая деятельность и многое другое, что связано с общением и влиянием на людей – вот те сферы, где раскрываются таланты сенсорно-этических типов.

*Для сенсорно-этических детей интерес к вопросам физиологии и отношений так же естественен, как интерес к математике у логиков или интерес к истории у интуитов. Для них это базовый комплекс знаний, обеспечивающий развитие личности.*

Последовательное логическое мышление не является сильной стороной этих детей. У этиков мышление гуманитарное, поэтому им трудно, увлекшись драматургией ситуации, следить еще за смыслом или планом. У некоторых типов этой группы интерес к математике есть, у некоторых совсем нет. Но все они ждут поддержки и помощи в сложном для них деле, особенно, в старших классах, перегруженных предметами естественнонаучного цикла.

Обратная сторона сильной сенсорики – слабая интуиция. Таким детям сложно следить за временем, у них не очень четко работает внутренний «метроном». Им надо тактично помогать организовывать свое время.

Сенсорно-этические учащиеся успешны в таких дисциплинах как литература, МХК, ИЗО, биология, химия, обществознание, русский и иностранный языки, ОБЖ, физическая культура, технология. Выбор в пользу этих предметов будет наиболее правильным.

*Интуитивные логики* хорошо проявят себя в исследовательской работе.

Оригинальность, нестандартные решения – вот то, что дает им пищу для развития. Причем, в их головках все самопроизвольно увязывается в системы, классифицируется и дополняет друг друга. Понятное и рутинное их мало привлекает. Это дает себя знать

их миссия – они исследователи нового, выводящие человечество на новые пути развития. В связи с такой направленностью интересов, клуб интуито-логиков принято называть *исследовательским*.

Но, несмотря на их ярко выраженные таланты, таким людям тоже подходят не все виды деятельности. Не рекомендуется им работа, требующая внимания к состоянию человека и его настроению, психологические и политические игры, силовые методы.

Обратной стороной сильной логики является узкий нетворческий подход к этическим проявлениям. У этих учащихся нет трудностей в понимании материала, зато есть сложности в вопросах человеческих отношений. Эти чрезвычайно быстро усваивающие логические и абстрактные дисциплины дети не так легко ориентируются в причудливом мире человеческих отношений. Здесь им нужны образцы поведения, утешение и доброжелательные советы.

Логика пытаются заместить чувства рассуждениями, со слабой этикой подбирать художественное изложение услышанного текста задача довольно трудная. Такой ребенок не очень уверен, что может раскрыть своими словами суть переживаний героев или их затейливых отношений. Ему проще дать свое понимание событий.

Его конек – это математика, информатика, иностранные языки, физика, астрономия, химия, экономика. Именно в таких дисциплинах они чувствуют себя успешными.

Призвание *интуитивных этиков* – связывать людей, поставлять им информацию о других людях, о важных для них событиях и намерениях окружающих. Интуитивного этика интересуют тайные глубины человеческой психики и загадки исторических событий, движущие силы политики и способы управления энтузиазмом масс.

Эти дети любознательны и отважны, но там, где нужны упорство и дисциплина логического ума, их энергия быстро иссякает.

Такой человек может стать прекрасным психологом, идеологом, актером, журналистом.

Его способности реализуются там, где нужно восстановить целостную картину человеческих отношений и мотиваций, а потом скорректировать ее в желаемом ключе.

У интуитивных этиков прослеживаются проблемы с математикой особенно в старших классах. Этим учащимся приходится прикладывать серьезные усилия, чтобы освоить формальную логику предметов естественного цикла. Необходимо развивать гуманитарные таланты такого ребенка, чтобы он смог поверить в себя, несмотря на трудности с математикой.

Интуитивные этики обладают гуманитарным интеллектом. Требование излагать свои мысли логически безупречно тормозит реакцию этих учащихся.

Эти обаятельные, контактные и мечтательные дети уже сейчас имеют полную картину взаимоотношений всего класса (а может и шире), они чувствуют, кому нужна поддержка, с кем надо поговорить, кого утешить. У них «нюх» на новости, которые вот-вот случатся. Они искренне интересуются людьми. С каждым могут говорить на его языке, видят возможности и перспективы отношений. Они уже маленькие психотерапевты, и это свойство будет только развиваться, если получит соответствующую поддержку.

История, обществознание, литература, МХК, русский и иностранный языки – вот те дисциплины, в которых интуитивные этики наиболее успешны. На эти предметы стоит обратить внимание при выборе предметов для успешной сдачи ЕГЭ.

После прохождения комплексной профильной диагностики учащиеся получают профессиональную консультацию и проходят развивающие занятия малыми группами.

При получении своего «Психологического портрета» у старшеклассников повышается мотивация к обучению, снижается тревожность, повышается самооценка, приходит понимание сильных и слабых сторон своей личности, при этом они становятся более уравновешенными и уверенными в себе и способными противостоять трудностям при прохождении ЕГЭ.

Результаты мониторингов «Трудности ЕГЭ» (Чибисова М.Ю.) и «Я-концепция», проводившейся в рамках ГЭП «Экология устойчивого развития» (см. Приложение) свидетельствуют, что на конец учебного года 18 учащихся 11 класса имеют высокий и очень высокий уровень самоотношения (общая удовлетворенность собой, позитивность отношения к себе), а также повысились показатели самоконтроля, самоорганизации. Юноши и девушки оценивают свое поведение как соответствующее нормативным требованиям, обладают реалистичной самооценкой, уверенностью в себе и низким (адаптивным) уровнем тревожности.

Безусловно, включение соционической диагностики и соционических знаний на последнем этапе обучения и воспитания школьников способствовало бы формированию психологически зрелой личности, способной к успешному прохождению экзаменационных испытаний и дальнейшей самоактуализации.

## **Литература**

1. Т.Н. Прокофьева «Психологические типы и способности к профессии». АБИТУРИЕНТ, №11, 2003г.
2. Слинько О. «Ключ к сердцу - соционика», Киев, фирма «Доверие», 1991 г.
3. Удалова Е.А. Соционика в школе. /<http://socionics.spb.ru/>.
4. Мегедь В.В. «Соционика и воспитание детей», СПИМО, март 2005.
5. Фетискина О.В. «Годовой статико-аналитический отчет педагога-психолога ГОУ СОШ №728 за 2009-2010 учебный год».

**Приложение**

**Методика изучения особенностей Я-концепции**

Уровень самооотношения - 12.2009 (начало учебного года)

| Количество учащихся   | I уровень | II уровень | III уровень |
|-----------------------|-----------|------------|-------------|
| 20                    | 12        | 5          | 3           |
| Процентный показатель | 60        | 25         | 15          |

Уровень самооотношения - 04.2010 (конец учебного года)

Количество учащихся

|                       |    |
|-----------------------|----|
| 20                    |    |
| 9                     |    |
| 9                     |    |
| 2                     |    |
| 0                     |    |
| 0                     |    |
| Процентный показатель | 45 |
| 45                    |    |
| 10                    |    |
| 0                     |    |

0

*Методика изучения особенностей Я-концепции* позволяет выявить общую удовлетворенность собой, позитивность самоотношения, определить уровень самоотношения и оценить динамику развития личности выпускника.

I уровень - очень высокий уровень самоотношения

II уровень - высокий уровень, соответствующий социальному нормативу

III уровень - средний уровень самоотношения

IV уровень - низкий уровень, неблагоприятный вариант самоотношения

V уровень - предельно высокий уровень (может свидетельствовать о защитно-высоком отношении к себе) или предельно низкий уровень самоотношения. Группа риска.

**Результаты мониторинга учащихся 11 класса  
по методике «Трудности ЕГЭ» (Чибисова М.Ю.)**

Октябрь 2009 года

Количество опрошенных учащихся 11 класса – 23 человека.

*Высокий уровень тревоги – 47,8% учащихся.*

*Недостаточное владение навыками самоконтроля, самоорганизации и высокий уровень тревожности испытывали – 4,4%.*

На вопрос: «*Думаю, что у ГИА есть свои преимущества*» отрицательно ответили 30,4% учащихся.

Апрель 2010 года

Количество опрошенных учащихся 11 класса – 25 человек.

*Высокий уровень тревоги – 22,7% учащихся.*

*Недостаточное владение навыками самоконтроля, самоорганизации – 0%.*

На вопрос: «*Думаю, что у ГИА есть свои преимущества*» отрицательно ответили 22,6% учащихся.