

Также сильная положительная связь была выявлена между личностной шкалой и страхом ситуации проверки знаний, общей тревожностью в школе. Можно сделать вывод о том, что наличие значимой ситуации, такой как предстоящий ЕГЭ, может повышать личностную тревожность, при которой человек реагирует на определенные социальные ситуации повышением тревожности и беспокойства.

По данным корреляционного анализа исследования выявлена слабая положительная связь между личностной тревожностью и общим уровнем тревожности.

На основе полученных результатов сравнительной статистики и корреляционного анализа можно сделать вывод о том, что выдвинутая нами гипотеза о том, что тревожность имеет характерные особенности в ситуации перед сдачей ЕГЭ, подтвердилась.

Нами была разработана программа профилактики и коррекции экзаменационной тревожности, нацеленная на психолого-педагогическую помощь и поддержку участников в период подготовки, проведения и сдачи единого государственного экзамена.

Программа носит рекомендательный характер, каждый психолог может ее изменить в зависимости от характера тревожности учащихся, с нашей точки зрения она позволит создать психологические условия, способствующие снижению уровня тревожности старшеклассников перед сдачей ЕГЭ. Данная программа разработана для образовательных учреждений.

Н.С. Плотникова

г. Армавир

Учет особенностей темперамента в работе учителя

Одна из заметных тенденций нашего времени – это признание важности человеческой личности. Пристальное внимание и учет «человеческого фактора» наблюдается во всех сферах, так как без этого в настоящее время ничего сделать нельзя. Ребенка можно уподобить цветку, которому для того, чтобы расцвести, необходимы условия, учитывающие особенности этого цветка. Если не учитывать темперамент ребенка в учебно-воспитательном процессе, то ребенку будет сложнее расцвести, труднее раскрыть особенности и таланты своей личности.

Темперамент – это сочетание индивидуально-психологических особенностей личности, характеризующих динамическую и эмоционально-волевыми сторонами ее поведения и деятельности. И не учитывать особенности темперамента в учебно-воспитательном процессе нельзя.

В отношении живых, общительных, энергичных сангвиников – нужно опираться на эти, характерные для них качества, пытаться помочь им самоутвердиться среди сверстников, выработать свой индивидуальный стиль деятельности. Вместе с тем нужно учесть, что такие черты, как собранность, аккуратность, формируются у сангвиников с большим трудом, нежели у детей с другим темпераментом. Частая снисходительность к «мелким», на первый взгляд, нарушениям правил, порядка (не убрал учебники, разбросал карандаши, не повесил пальто на вешалку и т. д.), отсутствие контроля над поведением, действиями способствуют разрушению полезных привычек у сангвиников (затрудняет их формирование). Общительность детей-сангвиников располагает к ним окружающих, однако часто за внешней формой поведения маскируются не очень привлекательные черты характера (прилипчивость, навязчивость). Податливость и пластичность нервной системы, способствующие легкому вхождению в новую обстановку и в новую деятельность, подчас оборачиваются отрицательной стороной: ребенок меняет одну игрушку за другой, имеет много товарищей, но ни одного друга, за все берется, но редко доводит начатое до конца. Поэтому одной из задач воспитания ребенка-сангвиника является формирование у него устойчивых привязанностей, интересов.

Сангвиник склонен к остроумию, быстро схватывает новое, легко переключает внимание. Работа, требующая быстрой реакции, больше всего подходит ему. Они быстро устают от однообразия. Как только деятельность теряет свою привлекательность, ребенок старается ее прекратить, переключиться на другое. Во всех подобных ситуациях следует добиваться, чтобы начатое дело было закончено, обращать внимание на качество, не допускать поверхностного и небрежного выполнения задания. Плохо выполненную работу можно предложить сделать заново. Не следует допускать частой смены деятельности – привычка за все браться и не доводить до конца может стать свойством характера. Очень важно с малых лет учить ребенка внимательно относиться к сверстникам, способствовать установлению прочных, глубоких взаимоотношений сангвиника со сверстниками, тому, чтобы новые его знакомства не вытесняли старые привязан-

ности. Не следует ограничивать живость и активность сангвиника, однако полезно учить его сдерживать при необходимости свои порывы, считаться с притязаниями других.

Холерики легко возбудимы, как правило, очень энергичны. Сложность общения с возбудимым ребенком нередко усугубляется неправильным отношением к нему взрослых, которые любой ценой пытаются препятствовать активности ребенка, сдерживают его подвижность. Не надо запрещать ему быть активным, читать нотации. Гораздо целесообразнее поддержать его полезное увлечение, стремиться так, организовать жизнь, чтобы его активность находила полезное применение. Надо считаться с тем, что ребенок-холерик легко возбуждается, его трудно остановить, успокоить. Ни в коем случае нельзя применять «сильные меры» воздействия. От этого возбуждение только усиливается. С возбудимым ребенком следует говорить спокойно, но требовательно, без уговоров. Так как у этих детей от природы слабый тормозной процесс, их не следует корить за чрезмерное возбуждение. Нужно помочь его обуздать, и здесь будут уместны шутки, юмор. Как это ни кажется странным, «неутомимый» холерик нуждается в особо щадящем режиме. Целесообразно ограничить все, что возбуждает нервную систему. Возбудимым детям полезны все виды занятий, помогающие развитию сообразительности, сосредоточенности: настольные игры, конструирование, выпиливание, рисование – словом, все то, что может увлечь и требует усидчивости. Вместе с тем не нужно усердствовать в ограничении двигательной активности холериков (и сангвиников).

Повышенная эмоциональность, реактивность, напористость холерика могут, в силу ему же присущих импульсивности, несдержанности, привести и к осложнению его взаимоотношений со сверстниками. Ребенку-холерику трудно следовать правилам общения: говорить спокойно, ждать своей очереди, уступать, считаться с чужими желаниями. Этому его следует терпеливо учить, применяя одобрение, напоминания, иногда замечания. От школьников-холериков нужно постоянно, мягко, но настойчиво требовать обдуманных, спокойных ответов, воспитывать у них сдержанность, ровное отношение к товарищам, взрослым. Во время выполнения задания у холериков следует формировать умение последовательно, по определенному плану вести работу, необходимо от них требовать добросовестного отношения к работе в процессе всего выполнения задания. Важно оценить по достоинству и присущие таким детям решительность, смелость, энер-

гичность, устойчивость их интересов, нередко проявляющуюся инициативность.

В процессе учебной работы школьнику-флегматику нередко мешает его медлительность. В тех случаях, когда необходимо быстро сообразить, быстро запомнить, быстро что-либо сделать, флегматик проявляет полную беспомощность. Вместе с тем если уж он запоминает, то надолго и основательно. Педагог должен как можно чаще активизировать деятельность флегматичных учеников, бороться с равнодушием, излишним спокойствием и медлительностью, заставлять их работать в постоянном темпе, вызывать эмоциональное отношение к изучаемому, к процессу деятельности. Частой ошибкой при воспитании флегматиков является предъявление к ребенку требований без учета его природных особенностей, проявление недовольства нерасторопностью, неловкостью. Окрики, угрозы, подталкивания еще ни одному флегматику не помогли стать быстрым. Наоборот, такой сильный раздражитель, как окрик, оказывает тормозящее действие на ребенка, и, вместо того чтобы торопиться, он действует еще медленнее. Бывают случаи, когда ребенок вдруг проявляет нехарактерный для него темп деятельности, но быстрый темп требует от ребенка большого напряжения, а «запасы» этого напряжения невелики. Другой ошибкой учителя является стремление отстранить ребенка от всего, что требует усилий, немедленно прийти к нему на помощь. В таком случае ребенок никогда не станет подвижным, у него может развиться неуверенность в своих силах, стремление избегать всего того, что связано со словом «быстро». Об ускорении темпа обучения можно думать только тогда, когда ребенок овладеет правильными приемами, а в начале, главное – не торопить. Развивать активность, подвижность флегматиков надо постепенно, соблюдая посильность в наращивании темпа. Важно поощрять даже незначительное проявление расторопности, подвижности. Медлительным детям надо создавать такие условия, чтобы вялость, малоподвижность не превратились в лень, а ровность чувств – в их бедность и слабость. Не следует избегать ситуаций, требующих находчивости, расторопности, но важно и похвалить такого ребенка за проявление этих качеств. Можно призвать на помощь игры-соревнования, а иногда будильник или песочные часы – учить закончить дело до звонка.

Дети с малоподвижной нервной системой предпочитают спокойные игры и занятия. Это важно учесть учителю, особенно в оптимизации меж-

личностных отношений флегматика со сверстниками. В дидактических играх, конструктивной деятельности особенно заметными для окружающих становятся такие значимые для успеха качества флегматиков, как уравновешенность, терпимость, способность к длительному сосредоточению, невозмутимость, самообладание, старательность, аккуратность. На эти качества следует опереться и при оказании помощи флегматику в выработке у него индивидуального стиля деятельности.

В целях же преодоления возможных инертности, вялости следует включать флегматика и в такие виды деятельности, которые требуют от ребенка и двигательной активности – занятия гимнастикой, подвижные игры, походы, коллективный труд и др. В этих случаях от темпа, ритма работы ребенка зависит успех общего дела, и если он будет слишком медлительным, то может подвести товарищей. Но нельзя медлительных детей объединять в коллективном труде с теми, чей темп значительно выше. Это важно учитывать и при проведении спортивных игр и упражнений.

В силу высокой ригидности флегматики медленно привыкают к новым условиям жизни. Этим детям трудно привыкать к школе, к учителям, трудно приспосабливаться к новому режиму, новым требованиям, расставаться с родителями, знакомиться с новыми детьми. Флегматикам нужно помочь преодолеть эти трудности. Чтобы развить умение приспосабливаться к новым условиям, полезно давать ребенку поручения, требующие общения с детьми или с взрослыми. Подобного рода деятельность помогает развить и коммуникативные умения у интровертов.

Если ребенок приступил к делу, нельзя оставлять его одного, иначе период «раскачки» может затянуться. Ребенку-флегматику трудно не только начать дело, но и закончить его. Следует заранее предупредить его о необходимости закончить работу, но не прерывать его резко. Очень хорошо, если флегматик будет дружить с подвижным ребенком. Но надо следить, чтобы энергичный товарищ не брал всю инициативу в свои руки. Все это поможет превратить «тихоню» - флегматика в старательного, аккуратного, вдумчивого, трудолюбивого, значимого для сверстников и любимого ими товарища.

Также психолог должен учитывать особенности учащихся-меланхоликов. Меланхолики не способны переносить сильные и длительные напряжения, что объясняется быстрым переходом клеток из мозга в состояние охранительного торможения. У учащихся с меланхолическим

темпераментом следует развивать общительность, чувство коллективизма, воспитывать чувство дружбы и товарищества. Дети со слабой нервной системой требуют бережного отношения: на них нельзя повышать голос, проявлять чрезмерную требовательность и строгость, наказывать – все эти меры вызовут слезы, замкнутость, повышенную тревожность и другие нежелательные реакции. Говорить с такими детьми следует мягко, но уверенно, не скупиться на ласку.

Меланхолики отличаются внушаемостью, поэтому нельзя подчеркивать их недостатки – это лишь закрепит их неуверенность в своих силах. Неоднозначным должно быть отношение к тревожности. После снятия адаптационного стресса тревожность может явиться условием, которое будет стимулировать активность, саморегуляцию деятельности ребенка. Детям-меланхоликам свойственна высокая чувствительность к допущенным ошибкам и в то же время высокий уровень самоконтроля. Это обеспечивает довольно высокую продуктивность и качество работы, высокую обучаемость. Надо учесть, что меланхолики – интроверты. Они чаще планируют свои действия без побуждения со стороны других людей. Очень важно помочь им найти друзей, преодолеть робость, неуверенность в себе, излишнюю тревожность. У меланхоликов необходимо развивать стремление к активности, умение преодолевать трудности. Следует поддерживать положительные эмоции этих детей. Дети со слабой нервной системой требуют относительно частого отдыха.

Успех в работе учителя предполагает опору на индивидуальные качества, особенности личности ребенка. Такие индивидуально-типологические качества как темперамент, способности, характер важно учитывать в процессе воспитательной и коррекционной работы.

А.С. Попова
г. Екатеринбург

Информационное пространство и психолого-педагогическое сопровождение молодёжи в нем*

В условиях экономических и социальных преобразований современного общества, к личности человека предъявляются самые высокие требо-

* Научный руководитель – ст. преподаватель кафедры ПП В.А. Лебедева