

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ НАСТРОЙ

Беспокойство и тревога в ситуации проверки знаний могут быть едва ли не большими врагами, чем нетвердые знания.

Уверенность в себе — это серьезная вещь, которую при всем желании уже невозможно сформировать в оставшееся время. Но в ваших возможностях научить ученика справиться с излишним волнением при подготовке и проведении проверочных работ.

Как это можно сделать?

1. Если ученик постоянно думает и говорит о провале, посоветуйте ему постараться не думать о плохом. Расскажите учащимся, в чем опасность такого подхода — это не только мешает готовиться к работе, создавая постоянное напряжение и блокируя скорость мысли, но и «разрешает» ученику готовиться спустя рукава, ведь все равно впереди ждет неудача. Поэтому нужно научиться моделировать образ будущего успеха - ведь это в его же интересах! Конечно, это трудно. В первую очередь, стоит самостоятельно дать описание образа будущего успеха, тем самым задав образец. А потом пусть он и сам почаще воображает себе образ «желаемого будущего» во всех подробностях. И тут страх пропадает, все мысли ясные, правильные ответы смело приходят в голову уверенного в себе человеку.

2. Вспомните свой собственный положительный опыт, как готовились к контрольным и проверочным работам, а также спросите у коллег и знакомых. Наверняка, были разработаны собственные методы. Обязательно поделитесь ими со своими учениками. Возможно, удастся создать своеобразную копилку мудрости.

3. Проведите беседу с родителями на тему психологической поддержки детей. Напомните им, что в этот момент чрезвычайно важен постоянный контакт с ребенком, совместные семейные дела, приготовление его любимых блюд. Едва ли не самое главное - поддержка его позитивной самооценки, вплоть до временного исключения критики со стороны взрослых в семье! Пусть не стесняются выражать ребенку свои родительские чувства, за исключением чувства справедливого гнева.... Пусть непрерывно поощряют ребенка за любые успехи в учебе и других делах (домашних, в кружках и секциях, в хобби). Это сделает ситуацию успеха достижимой.

4. Чаше дискутируйте с учениками по различным вопросам - учите их уверенно формулировать мысли, не стесняться отвечать.

Используйте все их идеи и соображения: поощряйте догадки, вопросы и критику; позволяйте им доказывать и проверять даже явно ложные идеи; учите аргументировать и отстаивать свою точку зрения, а также понимать и принимать точку зрения другого.