

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Бийкинская средняя общеобразовательная школа»

ДОКЛАД

**Психологический комфорт как обязательный компонент
школьного благополучия**

Подготовил:

Елисеев Валерий Николаевич

Педагог-психолог

Бийка 2022

Начать свой доклад мне хочется с эпиграфа, автором которого является доктор педагогических наук, основатель гуманистической воспитательной системы современной массовой школы Владимир Абрамович Караковский.

«... Из всех показателей оценки школы главным следует считать самочувствие в ней человека. Школа хороша, если в ней хорошо каждому ребенку и взрослому» В.А. Караковский

«Школа – второй дом», - как часто мы слышим эти слова. Однако, принимая эти слова за аксиому, мы порой не задумываемся о том, как нужно строить жизнь в школе, чтобы она действительно стала вторым домом для каждого, перешагнувшего её порог.

Школа ...

Для учителя – это храм знаний.

Для ученика – дом общения со сверстниками и взрослыми.

Школа - место, где всегда должно быть интересно и увлекательно.

Школа – очень важный период в жизни каждого человека. Ведь школа – это не только учеба, а мир общения, радостей, переживаний, взлетов; мир красоты, игры, сказки, музыки; мир фантазий, творчества.

Сделать школьные годы золотой порой в жизни каждого ребенка – долг каждого учителя!

Большинство детей приходят в школу с явным желанием учиться. Все ученики непосредственны, любопытны, открыты, доверчивы. Они уверены, что школа их всему научит, ждут от нее новой интересной жизни. Но зачастую ребенок быстро понимает, что учеба – это тяжелый труд, и не всегда он приносит радость. И тут желание ребенка гаснет, а иногда и пропадает совсем. А как важно - интерес к школе, с которым приходят дети, разжечь в неугасимый огонь познания.

Всем нам присуще стремление к комфорту, к тому, чтобы ничто не омрачало наш быт и труд. Предлагаю задуматься о том, как чувствуют себя в школе наши дети. Наличие или отсутствие психологического комфорта оказывает влияние на состояние психики школьника, его желание учиться, а в итоге – на его успеваемость.

Общеобразовательная школа должна формировать целостную систему универсальных знаний, умений, навыков, а также опыт самостоятельной деятельности и личной ответственности обучающихся, инициативности,

самостоятельности, толерантности, способности к успешной социализации в обществе.

Психологический климат – так можно определить важный фактор, отличающий хорошую школу: здесь должно быть комфортно всем, такую школу не захочется ни сравнивать с какой – либо другой, ни стремиться побыстрее сменить место учебы (если говорить об учениках) или работы.

Психологический комфорт в школе – важнейшее условие эффективности обучения и воспитания, саморазвития и самореализации каждого, кто переступает порог образовательного учреждения. Создать в образовательном учреждении атмосферу сотрудничества, сотворчества, выстроить основы, необходимые для содружества взрослых и детей, – непростая задача, посильная лишь команде неравнодушных и творческих педагогов, которые знают законы психологии и хотят научить детей использовать их в своей жизни. От того, насколько комфортно чувствует себя ребенок в школе, зависит успешность его обучения. В создании комфортных условий значительная роль принадлежит личности учителя, стилю его взаимоотношений с учащимися. Этот фактор особенно значим на начальном этапе обучения, когда состояние класса зависит, прежде всего, от учителя.

Как же создать в образовательном учреждении атмосферу комфорта и доброжелательности? Как научить жить в ладу с собой, являясь при этом членом большого коллектива? С чего же начать непростую работу, цель которой – создание психологического комфорта в школе?

Без психологического комфорта в образовательной среде не сможет формироваться творческая личность, способная к самосовершенствованию. Я считаю, что для создания психологического климата необходимы методы, которые отражают уважение человеческого достоинства ребенка, чтобы ученик чувствовал себя спокойно и уверенно. Необходимо в работе с детьми присутствие ситуации успеха, которая формирует у ребенка уверенность в себе.

“Жил мудрец, который знал все. Один человек захотел доказать, что мудрец знает не все. Зажав в ладонях бабочку, он спросил: “Скажи, мудрец, какая бабочка у меня в руках: мертвая или живая?” А сам думает: “Скажет живая – я ее умертвляю, скажет мертвая – выпущу”. Мудрец, подумав, ответил: “Все в твоих руках”.

Эту притчу я взял не случайно. В наших руках возможность создать в школе и в классе такую атмосферу, в которой дети будут чувствовать себя “как дома”, главным критерием которой является безопасная среда, атмосфера психологического комфорта, которая является одновременно и развивающей, и психотерапевтической, и психо коррекционной, ибо в этой атмосфере исчезают барьеры, снимаются психологические защиты, и энергия

расходуется не на тревогу или борьбу, а на учебную деятельность, на продуцирование идей, на творчество.

В сегодняшнем мире ребёнок не чувствует себя безопасно и комфортно, что означает: находится постоянно в защитной позиции.

Усиливаются негативные тенденции в образовательном процессе: падение интереса к знаниям, снижение познавательной активности, пропуски уроков учащимися, что может негативно сказаться на усвоении знаний и формировании умений и навыков обучающихся. Одна из актуальных проблем сегодняшнего дня – проблема психологического комфорта в семье.

Постоянное состояние повышенной тревожности учащихся на уроках, во вне учебной деятельности, дома в семье и, как следствие, их нервные срывы могут негативно сказаться на усвоении знаний и формировании умений и навыков обучающихся, а так же на их поведении.

Что такое комфорт?

Комфорт – условия жизни, пребывания, обстановка, обеспечивающие удобство, спокойствие и уют.

Психологический комфорт – условия жизни, при которых человек чувствует себя спокойно, нет необходимости защищаться.

Психологическая комфортность необходима не только для развития ребенка и усвоения им знаний. От этого зависит физическое состояние детей. Адаптация к конкретным условиям, к конкретной образовательной и социальной среде, создание атмосферы доброжелательности позволяют снять напряженность и неврозы, разрушающие здоровье детей.

В педагогической литературе наиболее полно дана характеристика психологического климата. Под психологическим климатом А.С. Макаренко понимал «стиль» и «тон», подчеркивая мажорность как основную особенность нормального тона классного коллектива. Конкретизируя мажорный тон, он выделял следующие его признаки:

- дружеское единение в системе «учитель-ученик». Проявление внутреннего, уверенного спокойствия, постоянная бодрость детей, их готовность к действию;
- наличие чувства собственного достоинства у каждого обучающегося;
- защищенность всех членов ученического коллектива. Ни один обучающийся не должен чувствовать своей обособленности и незащищенности;
- разумная и полезная деятельность всех на уроке;
- умение быть сдержанным в движениях, словах.

Создание психологического климата в учреждении образования является одной из наиболее важных и наиболее сложных задач в работе педагога с детьми. Климат выступает своеобразным условием, обеспечивающим развитие личности: на его фоне ребенок либо раскрывается, проявляет свои дарования, активно взаимодействует с педагогом и другими членами группы, либо, напротив, становится пассивным, замкнутым, отстраненным.

Для создания благоприятного климата мы должны выполнять три функции.

Первая функция – «открытие» ребенка на общение», которая призвана создать ему комфортные условия на уроке, в классе, школе.

Педагогические операции:

1. Выбор пластической позы.

Поза, которую принимает человек, содержит в себе большое количество информации, не требующей специальной расшифровки, она легко прочитывается даже ребенком. Учеными установлено, что невербальным языком (языком пластики, мимики, жеста) передается от 55% до 80% информации.

Трансляция информации с помощью пластического образа влияет на настроение, самочувствие, поэтому поза учителя на уроке способствует или препятствует их «открытию» на общение.

Допустим, преподаватель находится в так называемой позе льва (широко расставленными руками опирается на край стола). Как это влияет на детей? Они внутренне «сжимаются», опускают глаза, боятся взгляда учителя, и понятно, что доверительного общения между ними не будет.

2. Подача информации с позиции «МЫ»

Реализация этой операции становится возможной при устранении трех барьеров: физического, социального и терминологического.

Физический барьер общения возникает при нарушении границы личного пространства, размеры которого составляют примерно 60 сантиметров. Каждый человек избирательно регулирует присутствие в этом пространстве других людей и осуществляет это на основе личных симпатий и привязанностей (за исключением тех случаев, когда у него нет выбора).

Социальный барьер возникает, когда учитель занимает позицию, выражаемую словами: «на 10 знаю только я» или «не мешайте мне работать», его роль становится непреодолимым барьером в общении с учащимися.

Терминологический барьер его причина кроется в чрезмерном использовании преподавателем всевозможных специальных научных терминов и слов иностранного происхождения. Это создает для детей

препятствие в общении, так как они спонтанно сравнивают свою лексику с лексикой учителя. Устранив эти барьеры, педагог действительно получает возможность выстраивать общение с позиции «МЫ».

3. Установление личного контакта Личный контакт может устанавливаться различными способами: вербально, визуально, тактильно.

Вербальный контакт осуществляется посредством слов. Это может быть обращение к ученику по имени. (Согласитесь, что зачастую мы называем лишь фамилию ученика).

Визуальный – это контакт глаз. Человек взглядом передает свое настроение, свою симпатию и свое требование. Неслучайно в начале урока учитель просит детей подняться для приветствия. В этот момент глаза примерно на одном уровне, что способствует визуальному общению.

Тактильный контакт производится через прикосновение и является наиболее тонким и даже интимным видом коммуникации. К этому виду связи в большей степени тяготеют дети дошкольного и младшего школьного возраста, а также взрослые люди, называемые кинестетиками. Кинестетики выявляются в школе очень рано: со звонком на перемену они стремятся как можно ближе подойти к любимой учительнице, чтобы ощутить близость в результате непосредственного прикосновения к ней, дотронуться до ее стола или вещей.

Вторая функция «соучастия» к ребенку в процессе с ним имеет свои частные операции.

1. Демонстрация расположенности.

Это так называемое зеркальное отражение. Демонстрируя свои чувства искренней радости, благожелательность, расположенность, человек тем самым влияет на улучшение самочувствия окружающих людей, человек в ответ получает ту же реакцию, которая усиливает его положительные эмоциональные переживания. В итоге выигрывают все.

Представим себе на секунду состояние школьника, взвешивающего на разъяренного, кричащего учителя. А ведь ему находиться в классе целых 45 минут, в течение которых у него не будет возможности «разрядиться», снять свое психическое напряжение. Такая возможность появиться только на перемене и то если не будет наблюдать дежурный учитель. И вот перемена заканчивается, и начинается следующий урок. А если все повториться? Тогда ребенок выйдет из школы абсолютно больным, и завтра с ним будет работать не учитель, а психотерапевт.

2. Проявление интереса. Эта операция проявляется в двух умениях – умении слышать и умении задавать вопросы.

Для педагога услышать ребенка – это не только воспринять информацию, сколько расслышать его боль, вникнуть в его переживания, понять причины, его тревоги и отчаяния, а также радости восторга и восхищения.

3. *Оказание помощи* данная операция полностью реализует функцию, к которой относится. Операция считается осуществленной только тогда, когда помощь действительно оказана. В противном случае она подменяется советами и рекомендациями, которые должны присутствовать в работе с детьми, но без реальной, осязаемой помощи школьники будут чувствовать себя обманутыми.

Третья функция «возвышение» ребенка

1. Просьба о помощи

В каждом классе есть непопулярные учащиеся. В целях создания положительной репутации ученику, повышения его самооценки, когда бы ребенок поверил в себя, свои силы, свои способности, преподаватель обращается к нему за помощью и тем самым действительно «возвышает» его. Непременными условиями здесь выступают три положения: во-первых, помощь, о которой просят ребенка, должна быть посильной для него; во-вторых, эта помощь должна реально осуществляться, в-третьих, форма обращения должна быть этически выдержанной. После того, как помощь оказана, следует поблагодарить школьника за участие, которое он принял, за то облегчение, которое доставил своими усилиями.

2. Поддержание оптимистического рубежа

Оптимизм – это радость жизни, это надежда и вера в будущее, вера, основанная на логике, факте.

При отсутствии благоприятного психологического климата школа не сможет решать успешно поставленные задачи и выполнить свою миссию (в частности – формирование ЗУНов).

Отрицательные эмоциональные состояния особенно вредны в нашем общении с детьми: снижая уровень жизнедеятельности, они не только подрывают учебную продуктивность, но и содержат большую аффективную взрывоопасность и конфликтный потенциал большой разрушительной силы.

Факторы, способствующие благоприятному психологическому климату:

- обучение и воспитание должно строиться без наказания и окриков;
- психологический дискомфорт на уроке для учителя, а затем и для обучающихся часто идет от чувства профессионального бессилия, поэтому учителю важно совершенствовать свое профессиональное мастерство;

- всегда заходите в кабинет до звонка;
- убедитесь, все ли готово к уроку. Нужно стремиться к организованному началу урока;
- начинайте урок энергично;
- не задавайте вопросы о том, кто не выполнил домашнего задания;
- урок ведите так, чтобы каждый обучающийся с начала и до конца был занят делом;
- увлекайте обучающихся содержанием материала, контролируйте темп урока, помогайте «слабым» поверить в свои силы;
- держите в поле зрения всю группу. Особенно следите за теми, у кого внимание неустойчиво;
- предотвращайте сразу же попытки нарушить рабочий ритм;
- обращайтесь чаще с вопросами к тем, кто может на уроке отвлечься;
- мотивируйте оценку знаний. Обучающийся должен знать, над чем ему следует поработать еще. Это будет приучать к дисциплинированному труду. Он будет привыкать к тому, что указания учителя надо выполнять обязательно;
- заканчивайте урок общей оценкой работы группы и отдельных ребят. Пусть все испытают чувство удовлетворенности от результатов труда на уроке;
- постарайтесь заметить положительное в работе недисциплинированных ребят, но делайте это не слишком часто;
- удерживайтесь от излишних замечаний;
- не допускайте конфликтов с классом, а если он возник, не затягивайте его, ищите разумные пути его разрешения.

Помните слова Н.А. Добролюбова о том, что справедливый учитель - это такой учитель, поступки которого оправданы в глазах учеников.

Из свода правил учителей

Улыбайтесь! Умудритесь быть счастливыми и красивыми!

Будьте терпеливы!

Внушайте каждому веру в свои силы.

Учитесь создавать ситуацию успеха.

Учите ребят дарить радость людям, отдавать каждому делу частицу сердца.

Учитесь у ребят!

Вместе переживайте радость познания, а неудачи делайте стартом для новой победы.

Цените каждый миг совместного бытия.

Вместе с детьми радуйтесь красоте: восходу и закату, картине художника, голосам птиц, изумляйтесь счастьем подаренной жизни.

Помните и никогда не забывайте!!!

1. Перед тем, как войти в учебное заведение, лучше «оставить за дверью» плохое настроение
2. Самый приятный звук для человека – это его имя.
3. Помните, что «плохой ученик» не означает «плохой человек».
4. Не сравнивайте успехи отдельных учащихся.
5. Если ребенка постоянно критикуют, он учиться ненавидеть.
6. Если ребенка высмеивают, он становится замкнутым.
7. Если ребенка хвалят и поддерживают, он учится быть благодарным и учиться ценить себя.

Ученик – основной объект заботы учителя.

Воспитание и обучение без уважения к ученику – подавление.

Школа хороша, если в ней хорошо каждому ученику