

Психологический комфорт образовательной среды

**Педагог – психолог
МАОУ СОШ № 48 г.Тюмени
Рычихина А.А.**

Что такое комфорт?

**Comfort -
«поддержка
укрепление»
(Н.М.Шанский)**

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

**Комфорт –
условия жизни,
пребывания,
обстановка,
обеспечивающие
удобство,
спокойствие и уют
(С.И.Ожегов)**

Психологический комфорт необходим для:

Успешного развития

Успешного усвоения знаний

Благоприятного физического состояния

Благоприятного эмоционального состояния

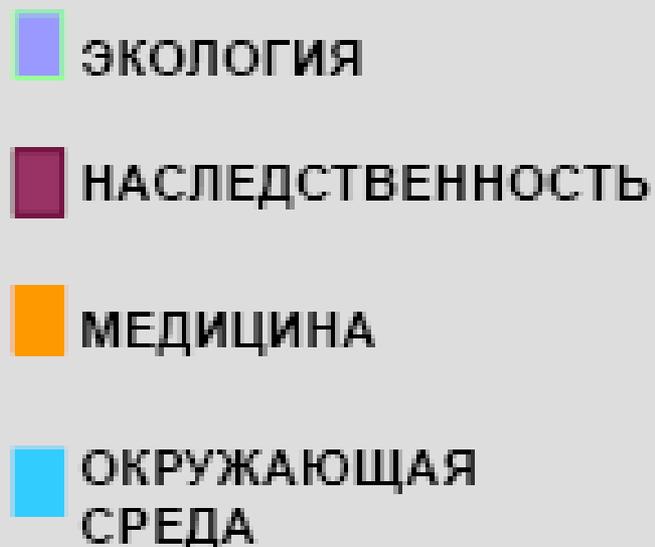
Факторы, формирующие здоровье ребенка

10-15%

15-20%

10-15%

50-55%



Что мешает психологическому комфорту?

Учащимся

- неуверенность в себе
- повышенная утомляемость
- замедленность темпа деятельности
- повышенная потребность во внимании
- повышенная двигательная активность
- трудности в переключении с одной деятельности на другую

Учителям

- физическая и психологическая напряженность труда
- постоянное оценивание со стороны различных людей
- высокий уровень ответственности
- тенденция агрессивного отношения со стороны родителей и учащихся
- разные стили управления педагогами

- Благоприятные психологические условия характеризуется атмосферой раскрепощенности, взаимного уважения, дружелюбия, деликатности, создают комфорт и условия для работы, раскрывают потенциальные возможности личности.
- Неблагоприятные условия препятствует личностному развитию, ввергая человека в состояние незащищенности, нервозности, боязни и отчаяния. **Источником психологической комфортности является положительное эмоциональное состояние, как ребенка, так и педагога.**

Очень важно то, насколько урок как «окружающая среда» обеспечивает ребенку и педагогу комфортное состояние.

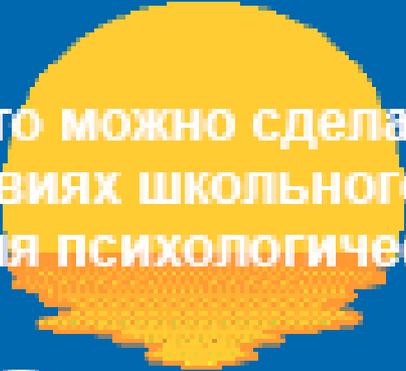
- Нельзя допускать у детей комплексов, неуверенности в себе. В группе не должно быть деления на «хороших» и «плохих», «умных» и «глупых». Каждый ребенок должен ощущать веру педагога в свои силы. Ситуация успеха (Я могу!) формирует у ребенка веру в себя, учит преодолевать трудности, помогает осознать свое продвижение вперед.

Группы факторов, составляющих окружение учащихся:

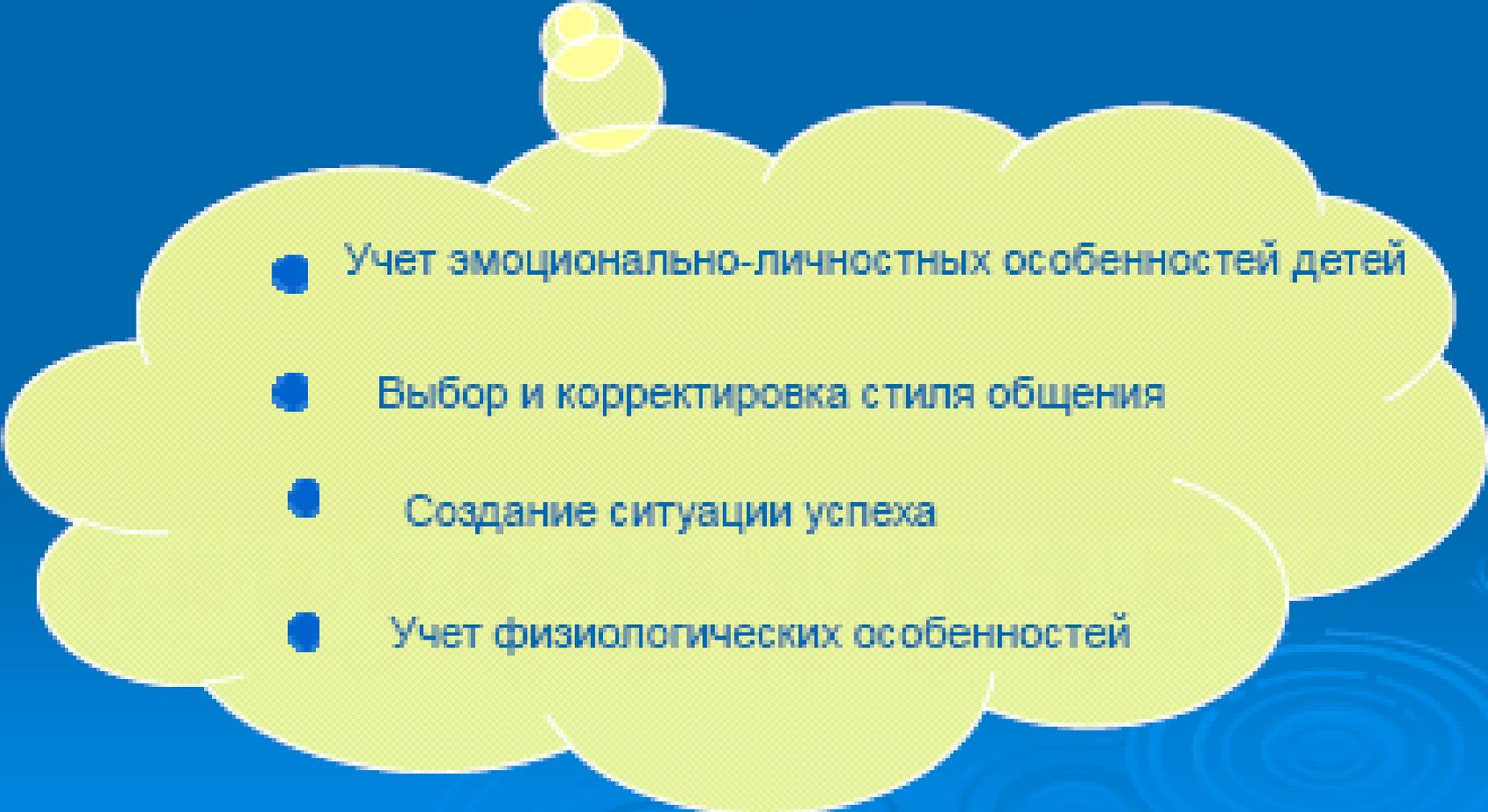
- - психолого-педагогические факторы (личность педагога, возможности ребенка усвоить учебную программу);
- - социальные (статус в классе, отношения с другими учениками вне класса и т.д.);
- - физические (школьное пространство, включая обстановку, освещенность, режим дня, качество питания и т.д.)

Как же педагогу создать психологический комфорт? Можно воспользоваться следующими рекомендациями:

- используйте в своей работе просьбы, а не требования;
- используйте методы словесного убеждения, а не агрессивное словесное воздействие;
- используйте компромиссные решения спорных вопросов, а не открытую либо скрытую конфронтацию;
- добейтесь четкой организации работы, а не жесткую дисциплину;
- используйте методы эмоциональной разрядки (шутка, улыбка, юмористическая картинка, поговорка, афоризм с комментарием, небольшое стихотворение или музыкальная минутка).



Что можно сделать
в условиях школьного урока
для сохранения психологического комфорта

- 
- Учет эмоционально-личностных особенностей детей
 - Выбор и корректировка стиля общения
 - Создание ситуации успеха
 - Учет физиологических особенностей

Эмоциональное благополучие.

- Активную позицию в коллективе может занимать лишь тот, кто переживает эмоциональное благополучие.
- Психологический климат – эмоционально-психологический настрой коллектива, в котором на эмоциональном уровне отражаются личные и деловые взаимоотношения членов коллектива, определяемые их ценностными ориентациями, моральными нормами и интересами.
- Главным условием нормального формирования личности является переживание ею эмоционального благополучия. Именно от него зависит самооценка – стержневая характеристика личности. Эмоциональное благополучие (а, следовательно, и самооценка) определяется положительной оценкой окружающих. Отсутствие таковой может стать источником неврозов. Невроз сопровождается неустойчивой самооценкой, тревожностью личности, поскольку взаимоотношения – это всегда оценочная ситуация.
- Поэтому, психологический климат может как стимулировать, так и предотвращать невротические переживания детей.
- Если личность испытывает эмоциональное благополучие в коллективе, то его ценности и нормы воспринимаются ею как свои собственные, активная позиция становится значимой и привлекательной.

Вывод:

- Работа педагога трудна, но подобно камнетёсу, отсекая лишнее, педагог строит будущее, воспитывая ЧЕЛОВЕКА.
- Только благожелательные отношения могут разбудить активность детей. Вот почему психологический климат коллектива – решающее условие формирования психически здоровой и нравственно-активной личности ребенка.