Мармышова Е.В.

учитель начальных классов

МАОУ «Гимназия № 12 имени Г.Р.Державина»

**СОЗДАНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КОМФОРТА В ДЕТСКОМ КОЛЛЕКТИВЕ**

« Вопрос: как учить? Какой наилучший метод? - есть вопрос

о том, какое отношение между учащим и учащимся будет

наилучшим» Л. Н. Толстой.

Дети, растущие в современном мире, во многом отличаются от своих сверстников предыдущих поколений. Большинство детей, переступающих школьный порог, уже умеют читать и писать, владеют азами компьютерной техники, имеют большой информационный доступ, но при этом испытывают неустойчивые, дискомфортные состояния, затрудняющие выполнение школьных требований, испытывают трудности в общении со старшими и сверстниками, постоянно находятся в стрессовых ситуациях.

Современный ребёнок - это не тот Малыш из сказки А. Линдгрен «Малыш и Карлсон», который мечтал получить на свой день рождения собаку для того, чтобы с ней играть. Это ребёнок – «Один дома», который растёт на сериалах «Счастливы вместе», «Универ» «Симпсоны», которого окружают бездушные сотовые телефоны, жестокие персонажи компьютерных игр, односложные ответы загруженных родителей на многотысячное «Почему?». Дома заботу о ребенке понимают весьма своеобразно: накормить-напоить, обуть-одеть. А вот как быть с другой потребностью ребенка - потребностью в общении?

Общение – обязательное условие полноценного развития ребёнка. Оно способствует установлению соматического и психического равновесия, снижению остроты возникающих конфликтов, снятию стрессовых состояний, повышению оценки собственной социальной значимости. Общение в детстве обязательно должно включать в себя элементы положительного эмоционального отношения – приветливость, признание, любовь.

Следует помнить, что стиль отношения взрослых к ребенку влияет не только на детское поведение, но и на психическое здоровье детей; так, неуверенность ребенка в положительном отношении к себе взрослого или, наоборот, уверенность в неактивной оценке его как личности провоцирует подавленную агрессивность. Если ребенок воспринимает отношение взрослого к себе как негативное, то попытки взрослого побудить ребенка к общению вызывают у него состояния смущения и тревоги. Длительный дефицит эмоционального общения между взрослым и ребенком порождает неуверенность последнего в положительном отношении к нему взрослых , вызывает чувство тревоги и ощущения эмоционального неблагополучия .

Решение этой проблемы видится в создании психологического комфорта среди школьников. Положительные эмоции, характерные для психологического комфорта – это движущая сила в поведении человека, в способах взаимодействия с окружающей средой.

Источниками психологического комфорта выступает организация межличностных взаимодействий “учитель – ученик”. Это отношения в процессе совместной деятельности , которые характеризуются положительным эмоциональным состоянием, доброжелательными взаимоотношениями. Это выражается в активном слушании, доверии. Доверие – обязательное условие при взаимодействии учителя и ученика. ”Оказанное доверие обычно вызывает ответную верность” - говорили древние.

Действия педагога по созданию комфортной среды заключаются в обеспечении благоприятных условий в том, чтобы дать возможность ребёнку проявиться в полной мере как личности. Конкретными способами могут выступать просьба вместо требования или приказа, убеждение вместо физического или агрессивного словесного воздействия, чёткая организация вместо жёсткой дисциплины. В младшем школьном возрасте особое значение имеет тактильный контакт. Доброжелательное прикосновение – это знак эмоциональной безопасности. К непосредственным способам осуществления индивидуальной поддержки можно отнести подбадривание, услугу, снятие напряженного состояния, защиту, обращение по имени, доброжелательный визуальный контакт, постоянное проявление интереса к ученику, сопереживание ему и т. д.

Не следует забывать и о создании ситуации успеха, но ситуации достижимой. Выбирать такие задания, давать такие поручения, при выполнении которых ученики чаще добиваются успехов, чем неудач. Нужно помочь снять чувство страха, оказать скрытую помощь, дать совет. Не нужно бояться авансировать ученика, называя его достоинства: авансирование в присутствии коллектива мобилизует активность ребёнка, и он прикладывает максимум усилий, чтобы оправдать данную ему характеристику. “Похвала полезна хотя бы потому, что укрепляет нас в добродетельных намерениях”, - писал Ф.Ларошфуко.

Может быть, это главное право ребенка – доброта, защита, душевный комфорт в школе. Ощущение гарантированной неприкосновенности. Даже если из-за этого может пострадать успеваемость. Сохранить душевное равновесие ребенка – вот что становится в сегодняшней жизни главной задачей педагога.

Хороший эффект в создании психологической комфортности дает проведение тренингов, направленных на развитие эмоционального контакта. Ребята учатся управлять своими чувствами, сбрасывать эмоциональное напряжение, устанавливать доброжелательные отношения в коллективе сверстников и в общении со взрослыми (см. Приложение).

Сегодня педагогический подход к воспитанию требует нового осмысления. Педагогам важно быть гибкими, научиться перестраивать свои действия в зависимости от ситуации, соблюдая при этом п**равила профессиональной деятельности:**

Правило 1.Будьте профессионалом, умейте так преподавать свой предмет, как будто он самый важный.

Правило 2.Принимайте ученика таким, какой он есть, независимо от его внешних данных, уровня развития интеллекта, способностей. Не оценивайте личность ученика лишь через призму получаемых отметок, а его знания – в зависимости от поведения.

Правило 3. Обеспечьте эмоциональный комфорт ребёнку в школе. Для этого:

* будьте ему старшим другом и опорой;
* стремитесь понять индивидуальные особенности ученика;
* проявляйте терпимость к его недостаткам;
* не навязывайте своего мнения;
* будьте тактичны;
* доверяйте детям;
* не допускайте расхождений между словом и делом;
* не сравнивайте ребёнка с другими детьми.

Правило 4. Не устраивайте ребёнку “прилюдных разборок”. Скажите ему обо всём наедине.

Правило 5. Найдите в себе мужество признать свою неправоту и при необходимости – извинитесь.

Правило 6. Никогда не критикуйте личность, а давайте оценку только негативного поступка (не “ ты – плохой”, а “ ты плохо поступил”).

Правило 7. Никогда не “воюйте “с детьми: если вам и удастся настоять на своём, то дети отплатят вам своим упрямством и бездействием.

**Законы этики учителя:**

1. Относитесь к ученику с уважением, любовью, добротой.
2. Не позволяйте себе резкие, безапелляционные суждения.
3. Будьте тактичны, никогда не подчёркивайте своего превосходства как в общении с учеником, так и со своими коллегами.
4. В любой конфликтной ситуации учитесь находить разумное оптимальное решение.
5. Будьте терпимы к человеческим недостаткам и слабостям.
6. Умейте щадить самолюбие и достоинство других людей.
7. Стремитесь к тому, чтобы родители учеников были вашими единомышленниками.
8. Никогда не выясняйте ни с кем отношений в присутствии посторонних.
9. Ничего не начинайте в гневе.
10. В любой жизненной ситуации помните: вы – педагог, с вас строже спрос за поведение и образ мыслей.
11. Помните золотое правило этики: относитесь к людям так, как вы бы хотели, чтобы они относились к вам.

Результат доброжелательных, доверительных отношений в условиях психологической комфортности: для ребёнка – это выравнивание личности, сохранение психического здоровья; для педагога – удовлетворённость, видимый результат в лице счастливых и благодарных воспитанников.

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Положительный настрой “Заряд доброты”**

Это специальный методический приём: начиная день, высказать детям свою уверенность, что они будут доброжелательны, внимательны и уступчивы, постараются не обижать друг друга, чтобы в классе не возникло конфликтных ситуаций. В таком плане и заканчивается день. Перед тем, как отпустить детей домой, организуется минутка подведения итогов, посвященная анализу прожитого дня. Дети с помощью учителя пытаются разобраться, как можно было бы избежать возможного конфликта, а если он уже произошёл, как помирить конфликтующие стороны, чтобы никто не ушёл обиженным. Таким образом, в детском коллективе формируется привычка оценки поступков с позиции доброжелательности и уважения друг к другу, накапливается опыт нравственного решения конфликта, формируются задатки самоконтроля в поведении детей, устанавливается доброжелательная атмосфера в их взаимоотношениях

**Тренинг “Улыбнись другому”**

Дети сидят в кругу. Они выбирают одного участника, который начнёт упражнение. Задача очень проста: он должен улыбнуться своему соседу справа. Тот “передаёт” улыбку следующему участнику, и так далее до тех пор, пока улыбка не вернётся к первому ребёнку. После выполнения упражнения проводится обсуждение, в ходе которого дети сообщают о том, что они чувствовали, когда “ получали” и “передавали” свои улыбки.

*Результатом является установление тёплого эмоционального контакта, повышение доверия друг к другу.*

**Тренинг “Солнышко”**

Детям предлагается нарисовать на листе солнце, от которого отходят лучи. На трёх лучах нужно написать свои положительные качества. Затем листы с нарисованным солнцем закрепить на спине. Дети подходят друг к другу и дописывают на лучах те положительные качества, которые, по их мнению, присущи этому ученику. По окончании дети снимают со спины свои солнышки и читают, что там написано. Обсуждаем:

Что нового о себе я узнал?

Что нового я узнал о других?

*Результатом тренинга является позитивное восприятие своего одноклассника.*

**Тренинг “Связующая нить”**

Ребята сидят в кругу, передавая друг другу клубок с нитками так, чтобы у тех, кто уже держал клубок, в руках осталась нить. Передавая клубок, дети рассказывают о том, что они сейчас чувствуют, что хотят для себя и что могут пожелать другим. Игру начинает учитель, показывая пример того, как можно рассказать об этом. Затем учитель обращается к играющим, спрашивая, хотят ли они что - нибудь сказать. Когда клубок вернется к ведущему, дети натягивают общую нить, и закрывают глаза, представляя по просьбе учителя, что все они составляют единое целое и что каждый из них важная и значимая часть этого целого.

*Результатом тренинга является осознание собственной ценности и ценности других людей.*