

СОВЕТЫ УЧИТЕЛЮ: «КАК УЛУЧШИТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КЛИМАТ В КЛАССЕ»

Оптимизация психологического климата является важным резервом повышения эффективности учебно-воспитательной работы в классе. Психологический климат в классе зависит не только от классного руководителя, учителя, на него влияют организация учебной деятельности, качество учебников, питание, здоровье учащихся, их обучаемость и способности. Существуют не менее важные стороны жизнедеятельности класса, его психологического климата, которые почти целиком определяются руководителем. Организация общих коллективных дел, совместных переживаний:

- ✓ Коллективные поздравления с днем рождения учащихся; выражение искреннего сочувствия от имени класса в дни печальных событий, болезни, неудачи; совместные поездки-экскурсии по памятным местам, походы; совместное посещение концертов, спектаклей; совместное проведение праздничных дней.
- ✓ Умение учителя правильно строить свои взаимоотношения с учащимися. Верный сигнал вашей доброжелательности - добрая улыбка, приветливость. К доверию располагает, если вы не подчеркиваете разницы в социальном статусе, возрасте между собой и учеником, высказываете свои соображения доброжелательно, в форме совета, умеете внимательно и заинтересованно слушать учащихся.
- ✓ Учитывайте индивидуальные особенности школьника (вспыльчивость, молчаливость, обидчивость, замкнутость), его состояние в данный момент, его отношение к вам.
- ✓ Умейте выслушать учащегося, особенно в минуты напряженного, нервного состояния, возникшего в результате каких-либо неприятностей, недоразумения.
- ✓ Сохраняйте «секреты», доверительная беседа требует осторожности, деликатности.
- ✓ Относитесь уважительно к мнению других людей. Не исключайте возможности того, что вы можете ошибаться, старайтесь убеждать, не спешите использовать административные права.
- ✓ Старайтесь сказать об учащемся доброе слово, если он того заслуживает. Одобрение действует сильнее, чем порицание. Учтите, что захваливание одних и тех же людей, противопоставление их успехов недостаткам других способствует плохому отношению к ним всего класса.
- ✓ Критика по форме и содержанию должна исходить из уважительного отношения к людям. Старайтесь отчитывать наедине, говорите конкретно о случае плохого поведения. К провинившемуся относитесь справедливо, уважая его человеческое достоинство.

ТРЕНИНГОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ СПЛОЧЕНИЮ КОЛЛЕКТИВА:

1. Упражнение «Опасность»

Цель: сплочение коллектива.

Инструкция: Все прогуливаются по комнате, и кто-то выкрикивает фразу, сообщающую об опасности. «Внимание! На нас напали пещерные львы! (или что-либо другое)».

После сигнала опасности участники игры должны немедленно собраться в тесную группу, спрятав слабых в середину, а затем хором произнести фразу: «Дадим отпор пещерным львам (или др.)». Потом группа опять разбредается по комнате, и игра повторяется. Для успешного проведения игры необходимо чтобы фразы произносились именно так, как сказано в инструкции, и при этом с совершенно серьезным видом.

2. Упражнение «Солнце светит для тех, кто...»

Цель: развитие чувства сплоченности.

Инструкция: Группа усаживается в тесный кружок. Один из участников убирает свой стул, ставит его в стороне, а сам становится на середину круга.

Цель стоящего в центре – снова получить стул, на который можно сесть.

Человек в центре круга рассказывает что-нибудь о самом себе. Если сказанное справедливо по отношению к кому-либо из игроков, то он (или они) встает и меняется местами с говорившим.

Речь каждого выступающего начинается одной и той же фразой: «Солнце светит для каждого, кто...». Игра может начинаться с описания внешних атрибутов: «Солнце светит для каждого, кто носит голубые джинсы». Со временем игра может персонифицироваться, и тогда называются индивидуальные пристрастия и антипатии. («Солнце светит для каждого, кто... любит проводить отпуск на море... терпеть не может курильщиков... питается по-вегетариански...») Хорошо, если члены группы вспомнят как о сильных, так и о слабых сторонах человеческого характера, пристрастиях, недостатках, успехах и неудачах, профессиональных интересах, счастье и разочарованиях в любви, даже политических убеждениях.

Играйте до тех пор, пока члены группы сохраняют активность. Эта игра дает возможность получить в сжатые сроки богатейшую информацию.

3. Упражнение «Вавилонская башня»

Цель: используется в тренингах командообразования.

Инструкция: Индивидуальные задания кратко прописаны на отдельных листах, каждый лист является строго конфиденциальным для одного участника. Например, «Башня должна иметь 10 этажей» – листок с такой надписью вручается одному участнику, он не имеет права никому его показывать, обязан сделать так, чтобы нарисованная совместно башня имела именно 10 этажей! Второе задание: «Вся башня имеет коричневый контур» – это задание для следующего участника. «Над башней развивается синий флаг», «В башне всего 6 окон» и т.д. Участникам запрещено разговаривать и вообще как-нибудь использовать голос. Необходимо совместно нарисовать Вавилонскую башню.

4. Упражнение «Молчанка»

Цель: развитие сотрудничества, налаживание психологического климата в группе.

Инструкция: Разбейтесь на пары и сядьте за стол рядом с партнёром. Теперь вы одна команда, которая должна нарисовать картину. Вам даётся один только карандаш. Вы должны по очереди рисовать одну картину, передавая, друг другу карандаш. В этой игре есть такое правило – нельзя разговаривать во время рисования. На рисунок вам отводится 5 минут.

5. Упражнение «Испорченный видеомаягнитофон».

Цель: Создание теплой атмосферы между участниками, снятие барьеров в общении.

Инструкция: Группа сидит в кругу с закрытыми глазами. Кто-то, прикасаясь к соседу (допустим, справа), старается этим прикосновением выразить какое-то чувство. Участник, который получил это чувство старается передать его дальше по кругу. При этом он не обязательно повторяет то, как к нему прикасался предыдущий партнер. Он своим прикосновением к следующему участнику старается, как можно точнее передать именно то чувство, которое он почувствовал. В конце концов, чувство возвращается к его пославшему школьнику. Затем обсуждается, что почувствовал каждый участник, как старался это передать.

6. Упражнение «Передай маску!»

Цель: Помогает настроиться на работу в группе. Каждый может избавиться от тех непродуктивных настроений, с которыми он пришел в класс.

Инструкция: все участники тренинга садятся в круг и смотрят на ведущего, который придает своему лицу особое выражение.

Ведущий медленно поворачивается к своему соседу слева, чтобы он мог получше разглядеть выражение его лица. Он должен в точности повторить это выражение на своем лице. Как только у него это получится, он должен медленно повернуть голову влево, поменяв при этом выражение лица на новое, которое он "передает" своему соседу слева. Так же делают все остальные. Сначала мы в точности повторяем выражение лица соседа справа, затем придумываем собственное выражение лица и "передаем" его соседу слева. Выражение лица может быть комическим или угрожающим, страшным или смешным.

7. Упражнение «Поиск сходства»

Цель: Сплочение группы через нахождение сходств у ее участников.

Инструкция: Каждая команда должна написать на листе черты сходства (первая команда) и черты различия (вторая команда) в своей группе.

Выигрывает та команда, которая больше напишет сходств или различий за определенное время. Учитывается количество названных сходств и их качество.

8. Упражнение «Дом»

Цель: осознание своей роли в группе, стиля поведения.

Инструкция: участники делятся на 2 команды. Ведущий дает инструкцию: «Каждая команда должна стать полноценным домом! Каждый человек должен выбрать, кем он будет в этом доме – дверью, стеной, а может быть обоями или предметом мебели, цветком или телевизором? Выбор за Вами! Но не забывайте,

что Вы должны быть полноценным и функциональным домом! Постройте свой дом! Можно общаться между собой».

ТРЕВОЖНЫЙ РЕБЕНОК

РЕКОМЕНДАЦИИ ПСИХОЛОГА ДЛЯ ПЕДАГОГОВ ПРИ РАБОТЕ С ТРЕВОЖНЫМИ ДЕТЬМИ

- Поручение, которое дается ребенку, должно соответствовать его возможностям. Предлагая выполнить слишком сложные, непосильные занятия, вы заранее обрекаете ребенка на неуспех, а, следовательно, на снижение самооценки, на неудовлетворенность собой.
- Повышать самооценку тревожного ребенка, для чего любая деятельность, предлагаемая ребенку, должна предваряться словами, выражающими уверенность в его успех (“У тебя это получится”, Ты это умеешь хорошо делать”). При выполнении заданий необходим общий положительный эмоциональный фон.
- Недопустимо сравнивать ребенка с кем-либо, особенно, если это сравнение не в его пользу. Сравнение должно быть только с собственными успехами и неудачами ребенка (“Посмотри, сегодня ты меньше постарался, поэтому у тебя получилось хуже, чем в прошлый раз. Но я думаю, завтра ты сможешь сделать лучше”).
- Желательно не ставить тревожного ребенка в ситуации соревнования, публичного выступления. Не рекомендуется давать тревожным детям задания типа “кто первый”. Ситуация публичного выступления также является стрессовой, поэтому не следует настаивать на том, чтобы ребенок отвечал перед всей группой: его ответы можно выслушать индивидуально.
- Детская тревожность часто вызывается неизвестностью. Потому, предлагая ребенку задание, необходимо подробно выстраивать пути его выполнения, составить план: что мы делаем сейчас, что потом и т.д.



МЕРЫ, СПОСОБСТВУЮЩИЕ СНИЖЕНИЮ ТРЕВОЖНОСТИ У ДЕТЕЙ

1. В течение первой недели учебного года можно провести экскурсию по школе, показать детям расположение новых для них кабинетов и других помещений.
2. Классный руководитель должен составить список правил для дежурных и ознакомить с ними всех учеников.
3. Категорически запрещается задерживать детей после звонка на перемену.
4. Необходимо согласовывать требования разных учителей и по возможности выработать единые требования, например:

а) обязательные дисциплинарные требования (правила):

- здороваемся стоя;
- не перебивать ни учителя, ни ученика;
- поднятая рука – сигнал о вопросе или ответе;
- опоздания не допускаются;

б) организация учебного процесса:

- наличие необходимых учебных пособий;
- соблюдение правил оформления тетрадей (наличие полей, запись даты, надписи «Классная работа» и «Домашняя работа» и т.д.);

в) отношения между детьми, между учителем и ребёнком:

- проявлять уважение друг к другу;
- помогать заболевшим ученикам и т.п.

5. Можно провести с детьми беседу о том, для чего нужен дневник – для записи домашнего задания и для выставления оценок? Обязательно нужно рассказать детям о требованиях к ведению дневника, о том, кто ставит оценки в дневник – классный руководитель или учитель-предметник.

Можно подготовить и провести специальные мероприятия, снимающие основные проблемы общения детей в классе и с учителями.