

## **СОЗДАНИЕ БЛАГОПРИЯТНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА В СЕМЬЕ И СРЕДИ СВЕРСТНИКОВ**

### **Создание благоприятного психологического климата в семье**

#### **РОЛЬ РОДИТЕЛЕЙ В СОЗДАНИИ БЛАГОПРИЯТНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА, В ФОРМИРОВАНИИ ЖИЗНЕУТВЕРЖДАЮЩЕЙ ПОЗИЦИИ, В ПРИОБРЕТЕНИИ ПОЗИТИВНОГО ЖИЗНЕННОГО ОПЫТА ДЕТЬМИ**

Психологический климат семьи можно определить как совокупность психологических установок, настроения, отношений между родителями и детьми.

В качестве показателей состояния психологического климата семьи выделяются следующие:

- степень эмоционального комфорта;
- уровень тревожности;
- степень взаимного понимания, уважения, поддержки, помощи, сопереживания и взаимовлияния;
- место проведения досуга (в семье или вне ее), открытость семьи во взаимоотношениях с ближайшим окружением.

Благоприятный психологический климат в семье определяется следующими особенностями внутрисемейных отношений: взаимопонимание и устойчивость, сплоченность, положительное эмоциональное состояние, нравственные семейные ценности.

Важное влияние на психологический климат семьи оказывает культура общения супругов между собой и с детьми, совместное семейно-бытовое самообслуживание семьи, создание семейной субкультуры.

Как создать благоприятный психологический климат в семье?

1. Глубокий постоянный психологический контакт с ребенком – это универсальное требование к воспитанию, которое в одинаковой степени может быть рекомендовано всем родителям, контакт необходим в воспитании каждого ребенка в любом возрасте. Именно ощущение и переживание контакта с родителями дают детям возможность почувствовать и осознать родительскую любовь, привязанность и заботу. Основа для сохранения контакта – искренняя заинтересованность во всем, что происходит в жизни ребенка, искреннее любопытство к его детским, пусть самым пустяковым и наивным, проблемам, желание понимать, желание наблюдать за всеми изменениями, которые происходят в душе и сознании растущего человека. Родители должны с пониманием относиться к различным и разнообразным проявлениям личности ребенка, должны обладать способностью, воспринимать, и любить своих детей такими, какие они есть. Это дает шанс детям найти приемлемые неконкурентные позиции по отношению друг к другу, сохраняет эмоциональный контакт между родителями и детьми.

2. Умение владеть собой (помните, что вы сами творите свое состояние и источником всех ваших эмоций, хороших или отрицательных, являетесь именно вы). Вопрос лишь в том, как вы реагируете на окружающую действительность, как ее воспринимаете. От вашего восприятия зависит, добры ли Вы в данный момент, грустите, разочарованы или озлоблены. Попробуйте понять причину того или иного поведения ваших домочадцев и окружающих вас людей, постарайтесь понять их, будьте объективны. Посмотрите на себя со стороны, поставьте себя на место значимого для вас человека и только после этого реагируйте.

3. Уважение друг к другу (уважайте интересы, мнение и уникальные особенности ваших родных). Помните, что все люди разные, поэтому каждый человек особенный. Нельзя допускать обзывательств, жестокого обращения друг другу и особенно к детям. Спрашивайте друг у друга мнение, согласие, советуйтесь между собой и с детьми, принимайте общие семейные решения, с которыми все будут согласны. Учитывайте мнение друг друга.

4. Внимание друг к другу. Проводите время вместе всей семьей. Приходя домой, интересуйтесь настроением близких людей, положением дел. Делитесь сами своими чувствами, внимательно выслушивайте друг друга. Приготовьте ужин вместе, поужинайте за одним столом. Чтобы чувствовать себя любимыми, чаще обнимайте, окружайте своих детей совместной заботой, лаской, любовью.

5. Совместные игры с детьми. Каждый день уделяйте время для игр с ребенком, для общения с ним, старайтесь научить его чему-то новому или показать что-то такое, с чем он еще не знаком. Выстраивайте общение с ребенком так, чтобы ваше общение с ним приносило ему радость, удовольствие. Улыбка, звонкий смех и добрые слова из уст вашего ребенка – самое дорогое и важное для любящего родителя. Устраивайте прогулки всей семьей на свежем воздухе.

6. Поддержка. Каждый день мы сталкиваемся с трудностями, неудачами, препятствиями. И очень важно поддерживать друг друга, помогать, придавать уверенности в завтрашнем дне и вместе идти к намеченной цели. В случае неудач не ругайте своих любимых, поймите их чувства, не оставайтесь равнодушными и безразличными к переживаниям друг друга и ваших детей.

Таким образом, мы приходим к заключению, что на формирование благоприятного климата в семье влияют следующие факторы: позиция родителей, выражающаяся в стиле воспитания; возраст самих детей; личностные качества детей.

## Создание благоприятного психологического климата в среде сверстников

### СОЗДАНИЕ БЛАГОПРИЯТНОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО КЛИМАТА В СРЕДЕ СВЕРСТНИКОВ

Психологический климат является одной из целостных характеристик школьного коллектива. Он отражает сложившийся характер отношений, характер учебного сотрудничества, отношение членов группы к общим целям и явлениям в жизни школы и класса. Кроме того, психологический климат можно рассматривать как диагностический показатель сформированности коллектива.

Основа психологического климата – это, прежде всего благожелательные, уважительные отношения между учащимися и работниками образовательного учреждения, стремление помочь каждому, а не подавить и унижить человеческое достоинство. Все это необходимо знать и понимать не только классному руководителю, но и каждому члену коллектива.

Способы формирования и поддержания благоприятного психологического климата в классе

Наиболее эффективные способы формирования и поддержания социально-психологического климата в классе:

- находить общие интересы, которые объединили бы детей класса и на их основе организовывать общие дела;
- формировать традиции класса, участвовать в общешкольных традиционных делах;
- если есть свободное время - привлекать ребят проводить его вместе;
- создавать ситуации коллективного сопереживания значимых событий, стремление к эмоциональному включению в жизнь класса каждого ребенка;
- создавать условия для повышения комфортности самочувствия детей в школе и сохранению стабильно - положительных отношений между учителями и обучающимися;
- развивать коммуникативную культуру, навыки общения и сотрудничества;
- развивать эмпатичные способности членов группы, умение и потребность в познании других людей, толерантное к ним отношение.

Примеры игр и упражнений, направленных на формирование и укрепление благоприятного социально-психологического климата в классе:

1. Игра-тест «Альпинист». В ней происходит наглядное определение степени сплоченности или разобщенности класса.

На доске делается рисунок (рис.1) и поясняется: «Итак, представьте себе, что каждый из вас альпинист. Альпинист - это человек, покоряющий горные вершины. Да, кстати, а какая самая высокая в мире (ответы детей) - Эверест! Его высота почти 10 тысяч метров - 10 километров! Теперь представьте, что пик - это вершина горы - это по-настоящему дружный класс, это коллектив, где все помогают друг другу, не сплетничают и не обзываются... Какой высоты достигли вы? Группа альпинистов - это твои одноклассники... (от 1 до 10), подумайте и ответьте». Учитель подходит к ребятам, узнает их мнение и суммирует баллы. После этого сумма делится на количество опрошенных. Получаем средний балл. Этот балл озвучивается и на доске делается соответствующая отметка. Как правило, это 6-7 баллов.

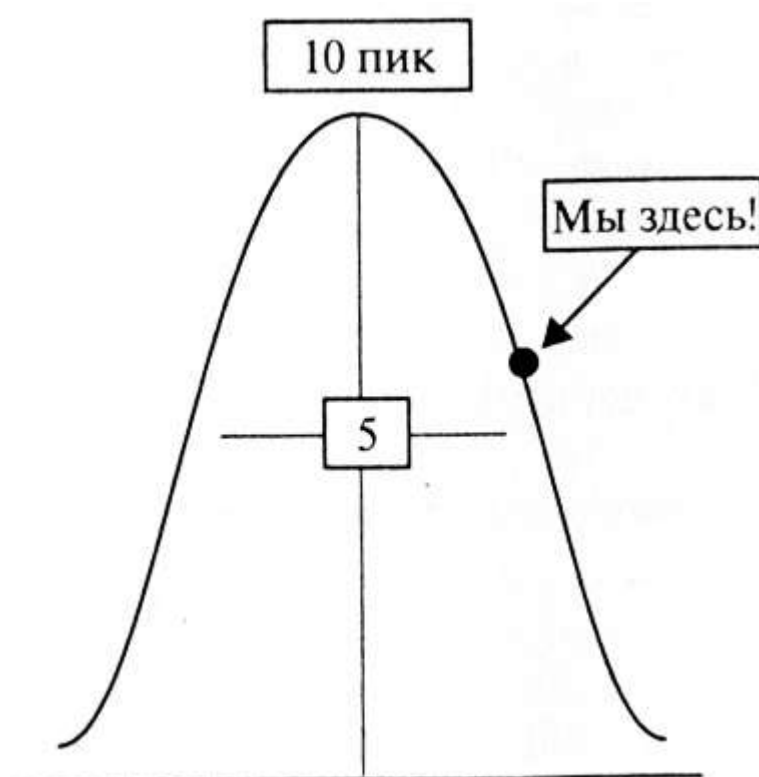


Рисунок 1.

2. Упражнение «Создание правил и законов нашего класса». Необходимым условием для ощущения защищенности, безопасности и комфорта является наличие правил, по которым функционирует класс. Эти правила должны быть понятны детям, приниматься ими. Кроме того, известными должны быть и последствия, к которым приводят нарушения этих правил. Дети должны иметь возможность принять участие в создании правил своего класса.

Учитель напоминает ребятам, что такое правила, что только тогда они становятся законами, когда они записаны на бумаге, принимаются и понимаются людьми.

Творческое задание ребятам: методом «мозгового штурма» разработать правила класса, обсудить их и принять голосованием. После голосования - записать на листе ватмана и поставить подписи.

## ПАМЯТКИ ДЛЯ КЛАССНЫХ РУКОВОДИТЕЛЕЙ

*Делай, что исповедуешь!*

*Дэвид Мейстер*

1. Действия руководителя должны свидетельствовать о его заинтересованности в личном успехе каждого члена коллектива.
2. Активно помогайте ребятам подняться на качественно новую ступень.
3. Предоставляйте детям возможность испытать себя в различных видах деятельности.
4. Будьте последовательны, никогда не нарушайте своего слова.
5. Поддерживайте в себе твердую веру в собственное предназначение.
6. Забудьте о покровительственном тоне.
7. Создавайте условия, а не диктуйте их.
8. Верьте людям, с которыми работаете.
9. Являйте собой пример, будьте таким, каким хотели бы видеть своего коллегу.
10. Найдите индивидуальный подход к каждому ребенку, не управляйте людьми так, как вам это удобно. Для этого требуется обычная человеческая чуткость.
11. Будьте полны энтузиазма, помните: энтузиазм заражает.

В заключение можно привести несколько правил, благодаря которым будет обеспечен психологический комфорт на занятии:

- заходя в кабинет, необходимо «оставить за дверью» все отрицательное;
- имя – вот что самое приятное для человека;
- тщательно подготовьте свое занятие, продумав все до мелочей;
- не забывайте, что «плохой ученик» не значит «плохой человек»;
- нельзя сравнивать успехи отдельных учеников;
- не повышайте голос, а тем более не унижайте достоинства детей в любой ситуации;
- в любое время создавайте ситуацию успеха;
- корректность поведения педагога снижает напряжение в общении;

Не зря говорил Н. А. Добролюбов: справедливый учитель – это такой учитель, поступки которого оправданы в глазах учеников.



Среди наиболее эффективных способов формирования классным руководителем психологического климата в ученическом коллективе следует выделить следующие:

- стремление педагога вкладывать силы и средства в благополучие класса;
- формирование традиций группы и обязательное их соблюдение;
- создание коллективной творческой деятельности, значимой для класса;
- привнесение общечеловеческих ценностей в жизнь коллектива;
- использование коллективных игр;
- разработка системы морального и материального поощрения обучающихся;
- умение видеть и решать конфликтные ситуации среди обучающихся;
- знание и учет индивидуальных особенностей, обучающихся (соматические, интеллектуальные, психологические);
- знание и уважение ко всему спектру мнений в классе;
- умение наделять ученика чувством выбора.

Можно выделить четыре уровня оценки психологического климата школьного коллектива:

1) Оптимальный (благоприятный). В классе царит оптимистическая и доброжелательная атмосфера, гуманистический характер отношений (каждый ученик представляет ценность для класса); дружеские отношения основаны на принципах ассертивного поведения; общественное мнение хорошо сформировано и носит регулятивный характер; во внутренних и внешних отношениях класса отсутствует соперничество и конфликты;

коллектив сплочен, организован и самодисциплинирован, каждый ученик активно участвует в самоуправлении класса; ученики бескорыстны и испытывают чувство гордости за свой класс; в классе есть общая значимая для всех цель, сформированы рутины и традиции, взаимоуважительные нормы поведения, общие ценности. Коллектив становится инструментом воспитания каждого ребенка с учётом его индивидуальности.

2) Средний (условно благоприятный). Прослеживаются общественно значимые цели и мотивы, однако порой ученики испытывают трудности с организацией совместной деятельности (найти общий язык, проявить настойчивость в преодолении трудностей и достижении поставленной цели). Сформирован работоспособный актив класса, однако отдельные ученики имеют трудности в организации самоуправления в связи с несовпадением личностных ориентаций и способов поведения с целями коллектива, на фоне этого возникают конфликты, однако класс способен разрешить их самостоятельно. Наблюдаются дружеские микрогруппы, контактирующие между собой, иногда объединяющиеся. Ученики осознают себя членами единого коллектива, стараются относиться друг к другу справедливо, помогать, достижения и неудачи переживаются всеми. Вырабатываются взаимоприемлемые нормы поведения.

3) Низкий (неудовлетворительный). Наблюдаются отдельные микрогруппы и «изолированные» ученики. Ученики пассивны, мало участвуют в совместной работе, планированием общей деятельности занимается педагог. Совместная деятельность пошагово контролируется классным руководителем, инициативность не развита. Интерес к общеколлективным делам нестойкий, отсутствует у некоторых учеников. Межличностные отношения изменчивы (доброжелательные и конфликтные). Общественное мнение сильно зависит от обстоятельств. Ученики руководствуются собственными нормами и правилами поведения, не намереваясь согласовывать их с другими, пытаются «себя показать». Неудовлетворительный психологический климат нередко наблюдается на начальном этапе формирования коллектива.

4) Очень низкий (критический). Каждый ученик руководствуется только своими интересами. Микрогруппы формируются вокруг ученика с субъективным «превосходством» (интересный гаджет, агрессивное поведение и т.п.). Отсутствует инициативность, учащиеся тяжело идут на контакт. Коллектив существует формально, внутри школы,



общеколлективная значимая деятельность отсутствует. В классе наблюдаются конфликтные, порой враждебные, отношения, возможны «травля», высмеивание изолированных учеников. В трудных ситуациях в классе возникают ссоры и взаимные обвинения.

Детальнее рассмотрим отдельные факторы, которые помогают сформировать благоприятный психологический климат в школьном коллективе: