



детский центр

Способный ребенок

МБУ Центр психолого-педагогической,
медицинской и социальной помощи
№7 "Способный ребенок"

«Благоприятный психологический климат, как залог эмоциональной стабильности обучающихся»

ПЕДАГОГ-ПСИХОЛОГ МБУ ЦППМИСП №7
«СПОСОБНЫЙ РЕБЁНОК»: СМИРНОВА
ЮЛИЯ ВИКТОРОВНА

Психологический климат-

это относительно устойчивый психологический настрой коллектива, который проявляется в отношениях друг к другу, к учебе и к школе в целом.

Три «климатические зоны» по В.М. Шепелю :

- **Социальный климат:**

Осознание общих целей, соблюдение прав и обязанностей.

- **Моральный климат:**

Принятые в коллективе ценности и нормы.

- **Психологический климат:**

Неофициальные, эмоциональные отношения между учениками и учителями.



Характеристики благоприятного психологического климата:

- В коллективе преобладает бодрый, жизнерадостный тон взаимоотношений, оптимизм;
- Отношения строятся на принципах сотрудничества, взаимной помощи, доброжелательности
- Членам коллектива нравится участвовать в совместных делах, вместе проводить свободное время;
- В отношениях преобладают одобрение и поддержка, критика высказывается с добрыми пожеланиями;
- В коллективе существуют нормы справедливого и уважительного отношения ко всем его членам, здесь всегда поддерживают слабых, выступают в их защиту, помогают новичкам;
- Члены коллектива активны, полны энергии, они быстро откликаются, если нужно сделать полезное для всех дело, и добиваются высоких показателей в труде и профессиональной деятельности;
- Успехи или неудачи отдельных членов коллектива вызывают сопереживание и искреннее участие всех членов коллектива;
- В отношениях между группировками внутри коллектива существует взаимное расположение, понимание, сотрудничество.

Эмоциональная стабильность обучающихся-
способность контролировать свои эмоции,
сохранять спокойствие и работоспособность в
различных ситуациях.

Характеристики эмоциональной стабильности:

1. Эмоциональная регуляция и самообладание

- Адекватная реакция на трудности: Ребенок не впадает в истерику из-за плохой оценки или неудачи, а воспринимает это как опыт и возможность исправиться.
- Умение управлять негативными эмоциями: Способен распознать гнев, раздражение, обиду и выразить их социально приемлемым способом (например, словами, а не криком или агрессией).
- Низкий уровень тревожности: Не проявляет постоянного беспокойства по поводу учебных ситуаций, общения с учителями или сверстниками.
- Устойчивость к стрессу: Способен сохранять спокойствие и ясность мышления в условиях контрольной работы, выступления перед классом или конфликтной ситуации.

2. Адаптивность и гибкость

- Быстрая адаптация к изменениям: Легко привыкает к новым учителям, изменениям в расписании, переходам между видами деятельности.
- Психологическая гибкость: Способен переключаться с одной задачи на другую без излишнего эмоционального напряжения.
- Принятие неудач: Воспринимает ошибки как часть процесса обучения, а не как личную трагедию. Обладает так называемым «резилентным» (психологически устойчивым) мышлением.

3. Адекватная самооценка и самовосприятие

- Реалистичная оценка своих возможностей: Знает свои сильные и слабые стороны, не склонен к завышенной или заниженной самооценке.
- Самопринятие: В целом позитивно относится к себе, даже осознавая некоторые недостатки.
- Внутренний локус контроля: Верит, что его успехи и неудачи во многом зависят от его собственных усилий и действий, а не только от внешних обстоятельств или везения.

4. Социальная компетентность и коммуникация

- Умение строить и поддерживать стабильные отношения: Легко находит общий язык с одноклассниками, способен к эмпатии и сотрудничеству.
- Уверенность в себе: Спокойно высказывает свое мнение, задает вопросы, когда что-то непонятно.
- Конструктивное разрешение конфликтов: В спорной ситуации стремится найти компромисс, а не переходит на оскорбления или физическую агрессию.

5. Познавательная активность и работоспособность

- Стабильная учебная мотивация и работоспособность: Не наблюдается резких спадов интереса к учебе и продуктивности из-за сиюминутных настроений.
- Способность к концентрации: Может длительное время удерживать внимание на задаче, не отвлекаясь на мимолетные эмоции.
- Любознательность и открытость новому

Благоприятный психологический климат в классе является "питательной средой" для развития этих характеристик.

Когда ученик чувствует себя в безопасности, принятым и уважаемым, он:

- Не тратит силы на защиту, а направляет их на учебу и саморазвитие.
- Смело пробует новое и ошибается, не боясь насмешек.
- Учится у окружающих конструктивным моделям эмоционального реагирования.

Связь климата и эмоциональной стабильности:

-
- *Благоприятный климат создает у ребенка чувство защищенности, безопасности и комфорта. Это позволяет ему проявлять инициативу, свободно мыслить и раскрывать свой потенциал . Преобладающие эмоции в таком классе — доброжелательность, оптимизм и мобильность .*
 - *Неблагоприятный климат, напротив, порождает незащищенность, агрессивность, пассивность и страх ошибки . Это прямой путь к эмоциональной неустойчивости, повышенной тревожности и психосоматическим заболеваниям .*

*Что же делать, если в школьном коллективе
отсутствует благоприятный
психологический климат?*

Для формирования благоприятного психологического климата в школе необходимо учитывать ряд факторов:

- Отношение учителей к ученикам;
- Условия, созданные администрацией;
- Условия для индивидуальной поддержки и развития учащихся.

Как создать благоприятный климат?

Роль педагога

Стиль общения:

Гуманное и уважительное отношение к каждому ученику. Критика должна быть тактичной и конструктивной .

Личный пример:

Эмоциональная устойчивость самого педагога . Умение владеть собой в напряженных ситуациях — ключевой навык.

Создание ситуаций успеха:

Поддерживайте детей, хвалите за усилия, помогайте им поверить в свои силы .

Совместная деятельность:

Использование игр, тренингов и проектов для сплочения коллектива .

• Практические инструменты и упражнения

- Игры на сплочение: «Клубочек», «Эстафета дружбы», «Башня» , «Слепой и поводырь», «Атомы и молекулы»;
- Проекты для класса: Создание «Символики класса» (герб, девиз, гимн), совместное написание «Законов класса» ;
- Упражнения для эмоциональной разгрузки: «Рисование эмоций», техники глубокого дыхания, релаксации и медитации;
- Проигрывание ситуаций

Темы занятий:

Мониторинг

Правила поведения на занятиях

Какой я? Личные качества

Разговор о чувствах

Мы разные, но мы вместе

Самооценка

Мониторинг

Название	Краткое описание	Что позволяет оценить
Методика Столяренко Л.Д.	Оценка 13 пар противоположных свойств (напр., бодрость/подавленность, доброжелательность/конфликтность) по шкале от 0 до 3.	Общую картину психологического климата: благоприятный, неустойчиво благоприятный или неблагоприятный.
Экспресс-методика Михалюк и Шалыто 8 вопросов	Оценивает эмоциональный, поведенческий и когнитивный компоненты отношений.	Состояние климата (благоприятный, нестабильный, неблагоприятный) и его динамику при регулярном применении.
Социометрия Дж. Морено	Опрос членов группы об их симпатиях и антипатиях в различных ситуациях (напр., для совместной работы или отдыха).	Неформальную структуру группы, наличие лидеров и "отверженных", уровень сплоченности, скрытые конфликты.
Индекс групповой сплоченности Сишора	Краткая анкета из 5 вопросов с несколькими вариантами ответов.	Уровень сплоченности коллектива (высокий, средний, низкий).
Психологический климат А.Н. Лутошкина	Оценка коллектива по ряду положительных и отрицательных качеств.	Уровень развития команды и основные проявления психологического климата.

Благоприятный психологический климат

не возникает сам по себе — это результат целенаправленной и систематической работы всего педагогического коллектива, и в первую очередь, классного руководителя .

Создавая комфортную атмосферу в классе, мы не просто улучшаем успеваемость, мы инвестируем в психологическое здоровье и эмоциональное благополучие будущего поколения.



Муниципальное бюджетное учреждение «Центр
психолого-педагогической, медицинской и
социальной помощи № 7 «Способный ребенок».

г. Красноярск,
ул. Академика Вавилова, 86 Б

тел. 201-24-49

e-mail: zppmcp7@mailkrsk.ru

Сайт Центра: <https://7centr.ru/>

Группа в контакте: https://vk.com/centr7_krasnoyarsk



QR-код сообщества

