

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КОМФОРТ В
ШКОЛЕ, КАК УСЛОВИЕ СОХРАНЕНИЯ
ЗДОРОВЬЯ**



...Из всех показателей оценки школы главным следует считать самочувствие в ней человека.

Школа хороша, если в ней хорошо каждому ребенку и взрослому

Комфорт – условия жизни, пребывания, обстановка, обеспечивающие удобство, спокойствие и уют.

**(“Толковый словарь русского языка”,
С. И. Ожегов).**



« Психологический комфорт» – условия жизни, при которых человек чувствует себя спокойно, нет необходимости защищаться.



Принцип психологической комфортности включает:

- Создание среды, где обязательно обеспечивается ситуация успеха для каждого;
- Постоянное ощущение эмоциональной поддержки, веры в собственные силы.



Принцип психологической комфортности предполагает:

- снятие всех стрессообразующих факторов учебного процесса;
- создание в коллективе такой атмосферы, которая расковывает учителей ;
- учитель не боится ошибаться;
- учитель вместе с коллегами ищет причины своих трудностей и обязательно преодолевает затруднение.



Так же как у счастливых родителей –
счастливые дети,
так же у успешных учителей – успешные
ученики.

**ПЕДАГОГИ, КАК ПРАВИЛО, ЛЮДИ
ЧУВСТВИТЕЛЬНЫЕ,
ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ.**

Поэтому психологическая комфортность
необходима каждому учителю для того,
чтобы он мог обеспечить психологическую
комфортность своим ученикам.



Цель деятельности социально-психологической службы школы

- СОЗДАНИЕ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОСТРАНСТВА,

СПС решает следующие задачи :

- создание здорового психологического климата;
- сохранение здоровья всех субъектов образования;
- повышение профессиональной компетентности педагогов.



Психологический комфорт

в школе -

важнейшее условие эффективности обучения и воспитания, саморазвития и самореализации каждого, кто переступает порог образовательного учреждения, будь то взрослый или ребенок.



Факторы влияющие на дискомфорт учителя:

- Физическая и психологическая напряжённость труда,
- Постоянное оценивание со стороны людей,
- Высокий уровень ответственности,
- Тенденция агрессивного отношения со стороны родителей и учащихся.



Факторы, способствующие благоприятному климату:

- Учитель должен приходить на работу с хорошим бодрым настроением и уметь настроить себя на позитив.
- Учителю вообще должно быть присуще желание и стремление общаться с окружающими в доброжелательной форме.
- Учитель должен развивать в себе педагогическую наблюдательность, чтобы гибко и адекватно реагировать на ту или иную ситуацию.



Золотые правила комфорта в коллективе

- Ø Не пытайтесь за каждым отрицательным поступком окружающих видеть только отрицательные мотивы.
- Ø Совместная деятельность сближает людей и повышает их авторитет (если она хорошо организована).
- Ø Предусмотрительность и корректность поведения каждого снижают напряжение в общении.

«Любой человек может избавиться от своих недугов».



4 принципа здоровья:

1. Избавьтесь от разрушительных эмоций - злости, зависти, обиды.
2. Не делайте ничего, что способно вызвать у вас чувство вины.
3. Будьте честны и не бойтесь выразить свои чувства, если они не травмируют других людей.
4. Сделайте каждый свой день прекрасным, наслаждайтесь каждой минутой своей жизни



Главная причина человеческих страданий – в наших потребностях, привязанностях к каким-то сторонам жизни.

ЧЕЛОВЕК МОЖЕТ РУКОВОДИТЬ СОБОЙ И ПОБЕЖДАТЬ ЛЮБЫЕ ОБСТОЯТЕЛЬСТВА.

Мы сами себе программируем жизнь, поэтому старайтесь мыслить позитивно и представляйте себя счастливой, здоровой, красивой.



БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ !

