

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

С.И.Ожегов

**«Психологический комфорт  
на уроке как условие  
развития личности»**



# *Цели:*

1. Проанализировать состояние психологического климата на уроках и выявить условия и факторы, стимулирующие создание комфортной среды на уроке и препятствующие этому.
2. Сформировать мотивацию педагогического коллектива на создание комфортной среды на уроках.

# Психологический настрой

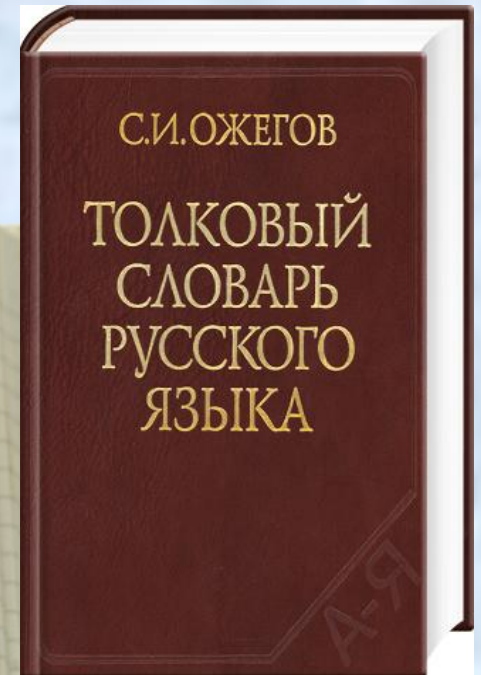
## *Тренинг*



# Теоретический

## Метод «Ассоциации»

*Комфорт – это состояние  
внутреннего  
удовлетворения,  
возникающее под влиянием  
каких-то благоприятных  
условий, обстоятельств и  
т.п.*



К	
О	
М	
Ф	
О	
Р	
Т	

<b>К</b>	<i>Красота</i>
<b>О</b>	<i>Органичность</i>
<b>М</b>	<i>Мама</i>
<b>Ф</b>	<i>Фантазия</i>
<b>О</b>	<i>Отдых</i>
<b>Р</b>	<i>Радость</i>
<b>Т</b>	<i>Тепло</i>

- ✓ *Комфорт – это условия жизни, обеспечивающие удобство, спокойствие, уют*  
(толковый словарь С.И.Ожегова)



- ✓ *Комфорт – «поддержка, укрепление»*  
(этимологический словарь Н.М. Шанского)

Комфортность

Психологическая

Интеллектуальная

Физическая





# Источник психологической комфортности

✓ положительное эмоциональное  
состояние как обучаемого, так и  
преподавателя;

✓ доброжелательное отношение  
между преподавателем и обучаемым,  
так как главной фигурой был и  
остается преподаватель.

«Комфорт – это единственное, что

могла нам дать цивилизация»



О. Уайльд

**«Даже в самые тяжелые времена  
надо хоть немного думать**

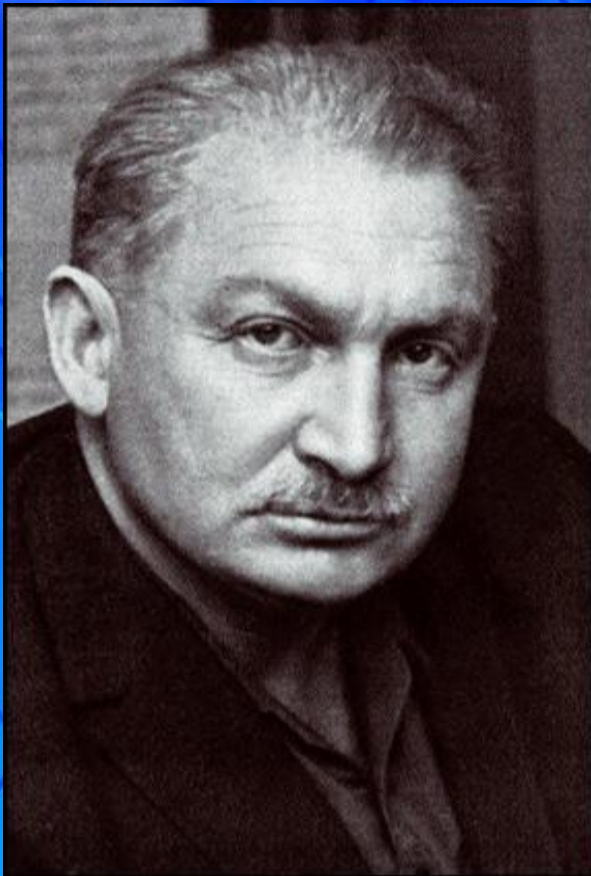
**о комфорте»**

**Э.Ремарк**



Ничему меня не научит  
То, что тычет, талдычит, жучит

Б.Слуцкий





# ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ





Игра-тренинг

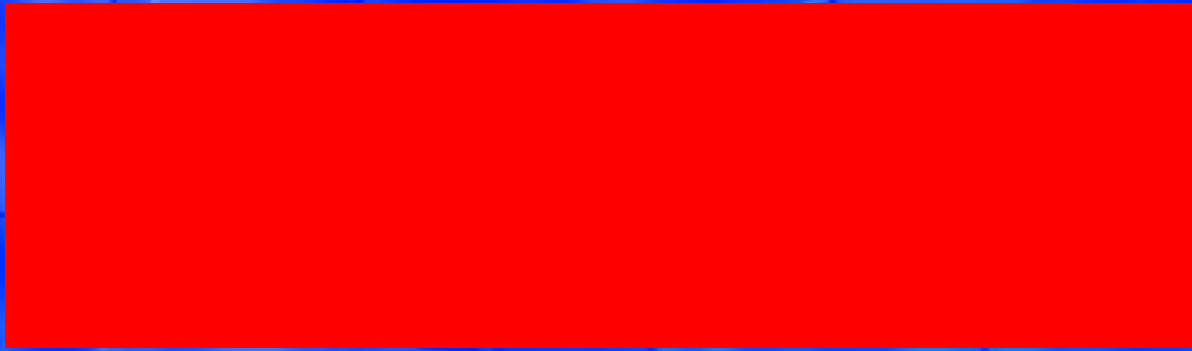
«Оргпсихологический

момент-камертон

урока»







*Вы полны энергии,  
готовы активно  
работать*

*Вы спокойны*

*Вы испытываете чувство  
тревоги*

*«Я не хочу сидеть вместе с ним».*



**А)** «Ну и что?», «Никуда не денешься, все равно придется», «Это глупо с твоей стороны», «Но он тоже не захочет после этого выполнять задание с тобой».

**Б)** не самый конструктивный вариант реагирования без основания «Я все же прошу тебя приступить к выполнению задания!»

**В)** «Почему ты не хочешь сидеть за партой с Сашей? Вместе вы сможете хорошо справиться с предложенным заданием, ты хорошо владеешь..., а Саша... Думаю, у вас все получится». При вескости выясненных причин возможна замена состава мини-групп для совместного выполнения заданий. В этом случае удастся избежать конфликтной ситуации и предупредить возможность ее появления в будущем.

Ты и я в сообщении

«Ты» - сообщение часто нарушает коммуникацию, так как вызывает у обучающегося чувство обиды и горечи, создает впечатление, что прав всегда преподаватель

(Ты всегда оставляешь грязь в тетради, ты никогда не делаешь домашнее задание, прекрати это делать, ты срываешь мне уроки...)

«Я» - сообщение является более эффективным способом влияния на ребенка с целью изменения его поведения. В то же время они сохраняют благоприятные отношения между обучающимся и преподавателем

(Мне хотелось бы, чтобы мы договорились, я был бы рад, если начал выполнять домашнее задание)

# Практическое задание

*Переформулируйте ты-сообщение  
в я-сообщение.*

Ты сегодня опять забыл тетрадь?  
Тебе не надоело весь урок болтать?





«Я огорчена, что ты опять забыл тетрадь»

«Я надеюсь, что понимаешь, что разговорами мешаешь остальным ученикам»

## Так говорить не стоит

## А вот так надо!

Ты какой –то неуравновешенный, нервничаешь вечно!

Ты что кричишь, думаешь, я несправедливо тебя оцениваю?

Только бездельники и дураки списывают на контрольной

Ты никогда не умел объяснять материал, опять никто ничего не понял

Опять ты обзываешься! То на Петю обозвался, то, помнишь на прошлой неделе как со мной разговаривал

Ты должен относиться к урокам серьезнее!

Я тут целых полчаса распинаясь! Ты меня не слушаешь! Как можно разговаривать?!

Да отвлекись ты, я хочу тебе сказать...

Ты, конечно, молодец, но у тебя много ошибок, плохой подчёрк и сложные формулировки

## Так говорить не стоит

## А вот так надо!

Ты какой –то неуравновешенный, нервничаешь вечно!

Мне кажется, ты был взволнован, когда отвечал на уроке.

Ты что кричишь, думаешь, я несправедливо тебя оцениваю?

Ты сейчас громко разговариваешь.

Только бездельники и дураки списывают на контрольной.

Мне неприятно видеть, как ты списываешь.

Ты никогда не умел объяснять материал, опять никто ничего не понял.

Я думаю, что ты объяснял слишком сложными фразами.

Опять ты обзываешься! То на Петю обозвался, то, помнишь на прошлой неделе как со мной разговаривал.

Сейчас ты ведёшь себя не совсем корректно.

Ты должен относиться к урокам серьезнее!

Возможно, в следующий раз стоит больше времени уделить подготовке.

Я тут целых полчаса распинаюсь! Ты меня не слушаешь! Как можно разговаривать?!

Для меня важно, чтобы мы друг друга выслушали.

Да отвлекись ты, я хочу тебе сказать...

Когда закончишь свои дела, дай мне знать. Мне хотелось бы с тобой поговорить.

Ты, конечно, молодец, но у тебя много ошибок, плохой подчёрк и сложные формулировки.

Ты действительно написал интересное сочинение. Однако над грамматикой следует поработать.

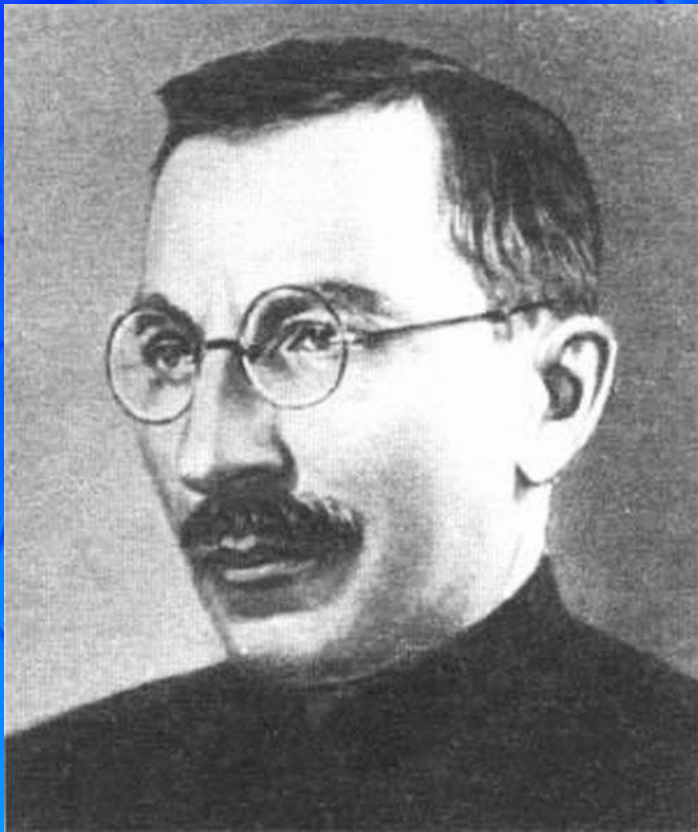
# Заключительная часть урока



«Неумеренное поощрение или наказание приносит вред. Одобрение, поощрение будут по-разному восприняты разными учащимися.

Психологически важно не заставлять хорошо успевающего ученика с высокой самооценкой, важно и для самого ученика, и для учащихся класса».

А.С.Макаренко





"Все в твоих руках"



**Жил мудрец, который знал все. Один человек захотел доказать, что мудрец не такой уж и мудрый и все знать не может. Зажав в ладонях бабочку, он спросил: «Скажи мудрец, как меня в руках: мертвая или живая?». А сам думает: «Скажет живая, я ее умерщвлю, скажет мертвая - выпущу». Мудрец, подумав, ответил: «Все в твоих руках».**



«Этому мне надо научиться, а вот

от этого надо себя отучить.»



А.В.Мудрик