**Психологический комфорт на уроке как одно из условий его эффективности**

Психологический комфорт – это условия жизни, при которых ребёнок чувствует себя спокойно, нет необходимости защищаться.

Никакие успехи в учёбе не принесут пользы, если они основаны на страхе перед взрослыми, подавлении личности ребёнка.

Каждый ребёнок должен ощущать веру учителя в свои силы. Ситуация успеха (Я могу!) формирует у ребёнка веру в себя, учит преодолевать трудности, помогает осознать своё продвижение вперед.

Главным критерием психологического пространства является безопасная среда, атмосфера психологического комфорта, которая является одновременно и развивающей, и психотерапевтической, и психокоррекционной, поскольку в этой атмосфере исчезают барьеры, снимаются психологические защиты, и энергия расходуется не на тревогу или борьбу, а на учебную деятельность, на продуцирование идей, на творчество.

Принципы психологического комфорта следующие: - учеба должна давать детям радость; протекать на фоне положительных эмоций; исключать психотравмирующие ситуации.

Для подготовки к уроку можно руководствоваться следующими принципами:

* теоретический материал должен даваться на высоком уровне, а спрашиваться по способностям;
* принцип связи теории с практикой: учить применять знания в необычных ситуациях;
* принцип доступности: школьник должен действовать на пределе своих возможностей;
* принцип прочности усвоения знаний: даются основы запоминания;
* принцип наглядности (отработка умения наблюдать);
* принцип оптимизации (выделение главного, учет времени).

Выполнение этих принципов возможно лишь при разнообразном наборе методов и средств обучения, при варьировании структуры урока, его технологии.

«Учение» – индивидуально значимая деятельность отдельного ребенка.

«Индивидуализация» – это организация образовательного процесса для отдельно взятого ученика с учетом его возможностей и потребностей.

Например по темпераменту, если ученик - меланхолик, это значит: нерешительный, неуверенный, у него трудность в выборе, пассивен, обидчив. Значит, не ждите от него активности на уроке, он стесняется выходить к доске, ему трудно излагать учебный материал громко, четко, быстро. Меланхолики подчиняются правилам и авторитетам. Для учителя - это запрет в общении с ним на громкий, приказной тон, на оскорбления, унижения. Достаточно фразы: "У тебя это плохо получается". - Ученик теряется, руки опускаются, ему нужна дополнительная помощь. Но, если создать спокойную, добрую обстановку в классе, - меланхолик прекрасный работник.

Также ученики делятся две категории людей - художники и мыслители. К примеру, ученик относится к "художественному" типу. Для него характерны яркие образы, живое восприятие, излишние эмоции. Он быстро поймет суть темы, последовательность процесса, но ему трудно дается запоминание терминов. Для таких учащихся рассчитано эмоциональное изложение материала, живые красочные примеры, диспуты.

Благоприятная обстановка, психологический комфорт на уроке поможет ученикам в развитии и становлении себя как успешной личности.

- Ориентируйтесь на эмоциональное состояние учеников, развивайте в себе эмпатию к детям. Корректность поведения учителя снижает напряжение в общении.

- Будьте сдержанным в движениях и словах. Любое эмоциональное состояние, включая состояние отрицательной модальности, учитель может выразить в деликатной форме. Объясняйте ученику последствие его поступков.

Созданию психологического комфорта также способствуют игры и упражнения, включенные в урок. Эти упражнения являются соединением обучения и психологического тренинга: помогают развивать способности личности, эффективно взаимодействовать с окружающими людьми, вырабатывать жизненно важные навыки и создавать благоприятный психологический климат на уроке *(перечень упражнений и методика их проведения есть в электронном варианте).*

Немаловажным для создания психологического комфорта является умение учителя правильно выразить своё отношение к ситуации и к ученику.

Психологи выделяют две формы общения с людьми: *«ты» и «я- сообщение».*

«Ты – сообщение» часто нарушает коммуникацию, так как вызывает у учащегося чувство обиды и горечи, создает впечатление, что прав всегда учитель (ты никогда не делаешь домашнее задание, прекрати это делать, ты срываешь мне урок…).

«Я-сообщение» является более эффективным способом влияния на ребенка с целью изменения его поведения. В то же время они сохраняют благоприятные отношения между учеником и учителем (Мне хотелось бы, чтобы мы договорились, я был бы рад, если бы ты начал выполнять домашнее задание).

Очень важным при общении с учащимися является то, какие вербальные и невербальные средства общения использует педагог. От этого будет зависеть эмоциональное состояние ребёнка, его особенности мотивации, продуктивность учебной деятельности (это может быть одобрение, согласие, позитивные телесные контакты (мл. шк. возраст), доброжелательная интонация, негативная оценка личности, сравнение не в лучшую сторону, указание на несоответствие).

С самого начала и на всем протяжении учебного процесса учитель должен демонстрировать детям свое полное к ним доверие; он должен помогать учащимся в формулировании и уточнении целей и задач, стоящих как перед микрогруппами, так и перед каждым учащимся в отдельности; он должен всегда исходить из того, что у учащихся есть внутренняя мотивация к учению.

Таким образом, учитель выступает для учащихся как источник разнообразного опыта, к которому всегда можно обратиться за помощью, столкнувшись с трудностями в решении той или иной задачи.