

Психологический комфорт на занятиях как условие развития социализации личности ребёнка

Губайдуллина Алёна Михайловна
педагог дополнительного образования
Лисаковской специальной школы-интерната
для детей с особыми образовательными потребностями

Свое выступление мне хотелось бы начать с психологической разминки.

А разминку проводится только в хорошем настроении. Давайте его себе создадим. Необычным способом поприветствуем друг друга.

Поднимите пожалуйста руки те, кто родился зимой. Зимой ночи темные, темные. А звезды на небе яркие, яркие.

Скажем хором: «Звездные вы наши!».

Поднимите пожалуйста руки те, кто родился весной.

Весной все расцветает, благоухает, красота.

Скажем хором: «Прекрасные вы наши!».

Поднимите пожалуйста руки те, кто родился летом.

Лето — это отпуск, солнце, пляж.

Скажем хором: «Теплые вы наши!».

Поднимите пожалуйста руки те, кто родился осенью.

Осень — время романтиков. Шуршат под ногами опавшие листья, золотой лес манит своей красотой.

Скажем хором: «Романтичные вы наши!»

Как тепло, звёздно, красиво и романтично стало в нашем зале.

Я не зря начала свое выступление с психологической разминки. Ведь создание положительного настроения перед любым видом деятельности — это важная составляющая психологического комфорта при дальнейшей работе.

Поэтому тема моего выступления «Психологический комфорт на занятиях как условие развития социализации личности ребёнка».

Какие ассоциации возникают у вас, когда вы слышите слово «комфорт»?

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

Психологический комфорт — условия жизни, при которых человек чувствует себя спокойно, нет необходимости защищаться.

А с чем ассоциируется у вас каждая буква в этом слове?

К красоте

О органичность

М музыка

Ф фантазия

О отдых

Р радость

Т тепло

Какие хорошие, добрые, ласковые получились у нас слова.

К сожалению, мы часто наблюдаем падение интереса к знаниям у учащихся, снижение познавательной активности, конфликтные ситуации среди детей. Постоянное состояние повышенной тревожности у обучающихся приводит к нервным срывам.

Однако психологическая комфортность необходима не только для развития ребенка и усвоения им знаний, но и для физического состояния детей.

Задача педагога организовать определенную систему мер по созданию психологического комфорта обучающихся.

За основу возьму этапы занятий кружка «Волшебный мир сенсорной комнаты» и рассмотрим их с точки зрения создания психологического комфорта.

Начало занятия — это организационный момент, который позволяет положительно настроить детей на внимание, организовать их.

-Здравствуйте! Этим словом («здравствуйте») принято приветствовать друг друга при встрече. Приветствуя, мы выражаем интерес и уважение к человеку. Мы уже привыкли к подобным приветствиям и отвечаем на них почти автоматически.

Как ещё может педагог поприветствовать своих воспитанников в начале занятий? Приведите примеры.

Свои занятия я начинаю с улыбки, добиваюсь положительного ответа.

К примеру:

Упражнение «Я рада тебя видеть...»

Цель этого упражнения — создание положительного эмоционального фона.

Дети, передавая мяч по кругу проговаривают: «Я рад (рада) тебя видеть...»

Так же использую упражнение «Смайлик настроения», где ребята демонстрируют в каком настроении они пребывают в данный момент. При этом может происходить резкая перемена. Яркие цвета смайликов привлекают детей, и они в свою очередь зачастую выбирают улыбку.

Усталость детей на уроках, тоска по родным и дому наблюдается у детей всё время пребывания в школе-интернате. При этом использую разминки и упражнения на снятие волнения, напряжения:

Упражнение «Комплимент»

Используется в начале занятий как приветствие.

Каждый участник должен сказать своему соседу что-нибудь приятное.

Второй этап основной (во время работы он меняется)

Сенсорная комната позволяет выполнять следующие процедуры психологического и психокоррекционного воздействия: релаксацию, снятие эмоционального и мышечного напряжения; стимулирование чувствительности и двигательной активности; фиксирование внимания и управления им, поддержание интереса и познавательной активности; повышение психической активности за счет стимулирования положительных эмоциональных реакций; развитие воображения и творческих способностей детей; коррекцию психоэмоционального состояния.

Обязательными на занятиях являются упражнения на развитие кожно-кинестической чувствительности, так как они базовые для слухового и зрительного восприятия.

К примеру: сухой бассейн расслабляет и массирует.

Для развития тактильной чувствительности используются тактильно-развивающие панели "Радуга", "Спираль", «Магнитные шарики», «Лабиринт-цветок», «Замочки», сухой душ.

Очень полезно для снятия эмоционального напряжения использование музыки. Музыка позволяет без волевых усилий активизировать работу на уровне непроизвольной регуляции выполняемых движений, облегчает выполнение работы, избавляет от опасных психофизических перенапряжений. Музыка формирует положительные эмоции, воспитывает чувство ритма, музыкальность, оказывает терапевтический эффект.

Использую в своей работе пескотерапию – это один из методов лечения искусством, который строится на теории Юнга о том, что «каждый предмет внешнего мира вызывает какой-либо символ в глубине бессознательного».

Песочница - прекрасный посредник для установления контакта с ребенком. И если он плохо говорит и не может рассказать взрослому о своих переживаниях, то в таких играх с песком все становится возможно. Проигрывая волнуемую ситуацию с помощью маленьких фигурок, создавая картину из песка (я использую крупу), ребенок раскрывается, и взрослый получает возможность увидеть

внутренний мир ребенка в данный момент и в ходе песочной терапии она обязательно «выльется» на песчаную поверхность.

Так же применяю в своей работе Арт-терапию. Это лечение искусством, творчеством. Ее психокоррекционная цель — терапевтическое воздействие при решении внутренних психологических конфликтов, проблем коммуникации и социализации детей с ограниченными возможностями.

Мы с ребятами рисуем, лепим, вяжем, создаём поделки. Хочу отметить, что не все дети желают выполнять эти работы, в таком случае предлагаю им заняться делом по душе (игры в бассейне, игры с настенными модулями, пазлы и др.)

Обязательна на занятиях релаксация- отдых на мягких пуфиках, сухой бассейн.

Это упражнения на расслабление.

Устраивайтесь удобно. Чувствуйте себя совершенно непринужденно.

Представьте, что Вы лежите на мягком, зеленом лугу. Наверху ярко светит солнце. Вокруг Вас растут цветы. Теплый ветерок нежно овеивает Ваше тело. Мы мысленно перенесёмся в волшебный лес. Полюбуемся природой. Остановимся. А так ли тихо в лесу? Послушайте, как весело посвистывают синички. Мы спокойны, добры, приветливы, ласковы. А как пахнет в весеннем лесу? Вдохните глубоко этот свежий аромат! Лесной воздух отличается свежестью и чистотой. Глубоко вдохните и выдохните. Выдохните вчерашнюю обиду, злость, беспокойство, забудьте о них. Вдохните в себя свежесть утра, тепло солнечных лучей.

Я желаю вам крепкого здоровья, хорошего настроения, успехов, доброго отношения к себе и друг другу.

Окружающий вас мир – большое волшебное зеркало. И мы сумеем с вами увидеть и почувствовать всю красоту окружающей природы.

Третий этап заключительный

Подводим итоги общения. Обобщение приобретенного опыта. (Что понравилось? Что не понравилось? Какими впечатлениями вы бы хотели поделиться?)

Рефлексия помогает ребёнку не только осознать пройденный путь, но и выстроить логическую цепочку, систематизировать полученный опыт, сравнить свои успехи с успехами других учеников.

Назовите слово, отражающее ваше отношение к сегодняшнему заседанию.

Я хочу, чтобы все, кто считает, что работал хорошо – улыбнулись, а кто чувствует в себе потенциал работать ещё лучше – поаплодировали себе.