ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА
НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОЛОГО-НАТУРАЛІСТИЧНИЙ ЦЕНТР
УЧНІВСЬКОЇ МОЛОДІ МОН УКРАЇНИ

МАТЕРІАЛИ

МІЖНАРОДНОГО СИМПОЗІУМУ

ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ

26-28 квітня 2016 р.

ЗБІРНИК НАУКОВИХ ПРАЦЬ

Київ – 2016

УДК 378.22.091.214:[61:304.3](072)
ББК 51.204.0Р3-21

Матеріали Міжнародного симпозіуму «Освіта і здоров'я підростаючого покоління»: Зб. наук. праць. – Київ, 2016. – Вип. 1. – 333 с.

ГОЛОВНИЙ РЕДАКТОР:

Андрущенко Віктор Петрович – ректор Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, академік НАПН України, доктор філософських наук, професор.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Бондар Володимир Іванович – декан факультету педагогіки і психології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, академік НАПН України, доктор педагогічних наук, професор.

Вербицький Володимир Валентинович – директор Національного еколого-натуралістичного центру учнівської молоді МОН України, доктор педагогічних наук, професор.

Страшко Станіслав Васильович – завідувач кафедри медико-біологічних і валеологічних основ охорони життя та здоров'я факультету педагогіки і психології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, кандидат біологічних наук, професор.

Укладачі:

Страшко І.В., Челнокова М.С.

© Міжнародний симпозіум
«ОСВІТА І ЗДОРОВ'Я ПІДРОСТАЮЧОГО ПОКОЛІННЯ»
© НПУ імені М.П. Драгоманова
© НЕНЦ МОН України

Митник О. Я.
Національний педагогічний університет імені М.П.Драгоманова

ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНІ УМОВИ ЗБЕРЕЖЕННЯ ПСИХІЧНОГО ЗДОРОВ'Я УЧНІВ У НАВЧАЛЬНО-ВИХОВНОМУ ПРОЦЕСІ ЗНЗ

ABSTRACT. The article describes the main purpose of education today and features of the educational process as wellness. Psychological and pedagogical conditions to construct such process were presented, namely, creating an atmosphere of psychological comfort in which each students school life is joyful, exciting, emotionally saturated; creating developmental learning environment - space in which student gain new information is in the process of thinking, communicating, when the truth is presented as a debate about it, that is a problem-searching dialogue; the presence of teachers and pedagogical techniques of professional-significant qualities as charm, dynamism of personality, empathy, emotional stability.

The mechanisms for creating an atmosphere of psychological comfort for the teacher were disclosed; the actions aimed at ensuring the effectiveness of problem-searching dialogue with students were described. The characteristic components of educational technology are verbal and nonverbal. Particular attention is paid to non-verbal techniques, namely, body language (static and dynamic expression), interpersonal space (distance between those who communicate) and temporal characteristics of communication. It was proved that eye contact is the most appropriate to the students to feel teacher's friendly attitude, his support, and love. This means that the most important feature is its emotional power. It was emphasized that in order to ensure good, caring and cooperation-oriented relationships with students, the teacher should use in tandem verbal and nonverbal foreign educational technology.

The nature of these professionally significant teacher's qualities as a means of reducing students' internal stresses and anxiety and healthy functioning of mind of every child was shown.

Keywords: psychological comfort, developmental learning environment, teaching technique, charisma, dynamism of personality, empathy, emotional stability.

Зростаючий динамізм економічних і соціальних процесів, відмирання старих і народження нових професій, істотні зміни у змісті тих, що продовжують існувати – все це свідчить про те, що неможливо передбачити, які конкретні знання можуть знадобитися випускнику в його житті, а які – ні. Для випускника навчального закладу вкрай важливо бути фізично і психічно здоровою особистістю.

Збереження здоров'я учня протягом усього навчання у ЗНЗ має забезпечити така освіта, в якій замість адаптивно-дисциплінарної моделі засвоєння суми знань, умінь та навичок у центрі уваги навчально-виховний процес, спрямований, з одного боку, на зміцнення інтересу кожної дитини до пізнання, відкриття нового, а, з іншого, - на формування в неї рис пізнавально активної, реально і творчо мислячої, самокритичної особистості. Шлях до досягнення цієї мети ми бачимо у поважних, турботливих і зорієнтованих на співпрацю взаєминах між учителем та учнями й між самими учнями. Саме такі взаємостосунки між учителем та учнями сприяють зменшенню внутрішньої напруги й тривожності останніх. А це, перш за все, запобігає захворюванням, і, врешті-решт, навчально-виховальний процес стає оздоровчим процесом.

Розкриємо психолого-педагогічні умови, які сприяють забезпеченню психічного здоров'я учнів у навчально-виховному процесі ЗНЗ.

1. Створення атмосфери психологічного комфорту, за якої шкільне життя кожного учня стає радісним, захоплюючим, емоційно насиченим.

Механізмом створення такої атмосфери є наступні дії вчителя:

- організація цілісного контакту з усім класом, подолання стереотипних та ситуативно-негативних поглядів на окремих учнів;
- зменшення заборонних педагогічних вимог та поширення позитивно-орієнтуючих;
- розуміння ситуативного внутрішнього настрою (психічного стану) учнів за зовнішніми ознаками (погляд, вираз обличчя тощо), врахування його, передача учням цього розуміння;
- вміння «транслювати» в клас власну прихильність до дітей, дружнє ставлення;
- формулювання яскравих цілей діяльності та показ шляхів їх досягнення.

2. Створення розвивального освітнього середовища – простору, в якому надбання учнем нової інформації здійснюється у процесі мислення-спілкування, коли істина постає як суперечка про неї, тобто як проблемно-пошуковий діалог.

Ефективність таких діалогів можлива лише тоді, коли вчитель буде дотримуватись таких основних положень: опора на життєвий досвід дитини; постійний взаємозв'язок та взаємозбагачення об'єктивної (зміст навчальних дисциплін) та суб'єктивної інформації (життєвий досвід учня); цілковита повага партнерів, які ведуть діалог, один до одного, визнання ними того, що істина, за винятком банальних випадків (історичних фактів тощо), не дана ззовні готовою і що кожний здатний зробити внесок в її осягнення.

У результаті таких дій вчителя учень не відчуватиме страху перед помилкою, навпаки, у нього виникає бажання мислити, ділитися з вчителем своїми думками, мріями, враженнями, почуттями тощо. І, як наслідок, забезпечується здорове функціонування психіки кожного учня, вони стають відкритими до педагогічного впливу.

3. Наявність у вчителя педагогічної техніки та таких професійно-значущих якостей, як чарівність, динамізм особистості, емпатія, емоційна стійкість.

Педагогічна техніка – це уміння використовувати власний психофізіологічний апарат як інструмент виховного впливу. Вона буває **внутрішньою** (внутрішній психологічний стан особистості) та **зовнішньою:** *вербальною* (вплив за допомогою слова) та невербальною (міміка, жести, постава, пантоміміка, контакт очей, дистанція) [2].

Умовами впливу слова вчителя є:

- відповідність професійного мовлення нормам сучасної літературної мови: акцентологічним, орфоепічним, граматичним, синтаксичним; професійне мовлення має бути точним, логічним, виразним, доцільним;
- спрямованість, зверненість до учнів. Головною метою спрямованості мовлення є спроможність викликати учнів на діалог з учителем, залучити їх до співпраці, створити атмосферу співроздумів і співпереживання;
- володіння технікою мовлення, а саме її компонентами: голосом, дикцією, темпом, інтонацією.

Е.Кузнецова [2] у невербальній техніці виділяє мову тіла, міжособистісний простір та часові характеристики спілкування. Мову тіла вчена поділяє на статичну та динамічну експресію. Статична експресія – це зовнішні особливості і способи вираження свого "Я": успадковані – зріст, комплекція, форма носа, розріз очей тощо; сформовані – прикраси зовнішності: манера одягатися, зачіска, косметика. І в прикрасах, і в косметиці – в усьому учитель має дотримуватися почуття міри і розуміти ситуацію. До динамічної експресії Е.Кузнецова відносить комунікативно значущі рухи, а саме: виражальні рухи (міміка, жести, пантоміміка, постава, хода); контакт очей (частота контакту, тривалість); авербальні дії (дії з предметами, тілесні рухи: почісування, потирання рук). Варто враховувати, що жести, як і інші рухи корпуса, найчастіше попереджають хід висловлюваної думки, а не йдуть за нею, підкреслюють її виразність та емоційність. Виробленню правильної постави допомагають, зокрема, заняття спортом.

На думку К. Росса [2] контакт очей (візуальний контакт) у стосунках з дітьми має виконувати таку важливу функцію, як емоційне живлення. Відкритий, природний доброзичливий погляд прямо в очі дитини важливий не лише для встановлення взаємодії, а й для задоволення її емоційних потреб. Контакт очей найбільше потрібний для того, щоб учні відчували доброзичливе ставлення вчителя, його підтримку, любов.

Важливий і міжособистісний простір – відстань між тими, хто спілкується. Саме дистанція між вчителем та учнями є ознакою характеру взаємодії. Зміна дистанції – прийом привертання уваги під час уроку. Скорочення дистанції збільшує силу впливу.

Виділяючи часові характеристики спілкування окремим блоком у структурі невербальної техніки, Е.Кузнецова наголошує на тому, що час уроку обмежений. Для того щоб досягти мети уроку вчителеві треба використовувати в тандемі вербальну та невербальну зовнішню педагогічну техніку.

Розкриємо зміст професійно-значущих якостей особистості вчителя.

Сучасний вчитель має володіти вмінням приваблювати до себе інших, тобто мати певний ***магнетизм особистості***, бути наділений ***чарівністю*** – здатністю заражати інших людей своїми переживаннями. Складова частина чарівності вчителя – акторські вміння [3]. Вони необхідні педагогові, щоб дійти до кожного учня, заразити його власними почуттями. Вчителеві необхідно володіти такими акторськими уміннями та здібностями: здібність транслювати власний задум через дію; вміння рольової гри; вміння знаходити психологічну сумісність із своїми вихованцями; вміння оперативно керувати власним психічним станом: викликати в собі оптимістичний настрій, творче натхнення; вміння дивитися на світ очима дітей; здібність до продуктивної та довготривалої діяльності в умовах емоційного стресу. Вміння викликати в собі оптимістичний настрій, творче натхнення реалізується вчителем у навчально-виховному процесі через реалізацію методу фізичної дії К. Станіславського [5]. У педагогічній діяльності взаємини з аудиторією залежать від самопочуття вчителя. Вчителя, як і будь-яку людину, наприклад, можуть вивести з рівноваги

побутові умови: хтось випадково наступив на ногу у транспорті, штовхнув; директор зробив зауваження у різкій формі тощо. Вчителеві не потрібно "прокручувати у голові" події, які його схвилювали, треба діяти, натхнення, почуття прийде само у процесі дії. Почуття виникають мимовільно, вони не підкоряються нашій волі, і виникають під час педагогічної дії. В цьому і полягає зміст методу фізичної дії [5]. За допомогою цього методу можна викликати в собі оптимістичний настрій, творче натхнення лише у тому випадку, коли для вчителя любов до дітей є основою і головним засобом навчально-виховного процесу.

На думку Є. Рогова, найважливішим серед вольових аспектів особистості вчителя є динамізм [4]. ***Динамізм особистості вчителя*** являє собою сукупність впливів на учнів, основою яких є тандем логіки переконання та схильності до навіювання; вимогливості та почуття гумору; самостійності у прийнятті педагогічного рішення та комунікативності; винахідництва та організаційних можливостей.

Сучасний вчитель має бути наділений емпатією. ***Педагогічна емпатія*** [3] – це здатність вчителя до емоційної ідентифікації себе з іншою людиною, зокрема з учнями, уміння співпереживати дітям, віддзеркалювати у власній психіці їхні радощі та невдачі, проблеми та інтереси, виявляти можливість поставити себе на місце інших, спроможність до довільного емоційного відгуку на переживання інших, до прийняття таких почуттів як своїх власних. На думку М. Бургіна [1], емпатія, будучи компонентом цілісної структури особистості, має й власну структуру, до якої входять окрім емоційного компоненту також когнітивний і поведінковий. Тому прояв емпатії може мати такі форми:

а) емоційну – здатність збагнути особливості емоційного світу іншої людини (проявляється у формі співпереживання);

б) інтелектуальну (когнітивну) – розумовому уявленні того, що може відчувати інша людина;

в) прогностичну – здатність уявити майбутній емоційний стан іншої людини.

Прояв емпатії у зазначених формах характеризує вчителя як доброзичливу, чуйну, тактовну особистість. Тільки той вчитель, який наділений емпатією, здатний працювати зі своїми вихованцями на рівних, а це означає бачити себе в дітях і дорослішати разом з ними і зрештою – жити життям дітей, щоб завжди відчувати себе гуманним педагогом.

Дещо протилежною до динамізму вольовою якістю вважається ***емоційна стійкість*** [3] – здатність до саморегуляції, володіння собою, яка проявляється у витримці, постійному самоконтролі власних дій.

Висновок. Реалізація презентованих психолого-педагогічних умов допоможе вчителеві зробити навчання ненав'язливим, непомітним для учня: освіта стане переважно самоосвітою, виховання – самовихованням, розвиток – саморозвитком. У процесі такого навчання кожна дитина має можливість найповніше задовольнити свої духовні та інтелектуальні потреби, а також, що дуже важливо, відбуватиметься вільний пошук себе, самопізнання та

самореалізація особистості як у власних очах, так в очах однолітків та вчителів. Такий процес дорослішання особистості здійснюється у тандемі із збереженням її психічного здоров'я.

Список використаних джерел

1. Бургін М.С. Общение в профессиональной деятельности учителя / Марк Семенович Бургин, Л.А. Нейштадт. – Даугавпилс, 1993. – 183 с.
2. Зязюн І.А. Краса педагогічної дії: навч. посіб. для вчителів, аспірантів, студ. серед. та вищ. навч. закладів / І.А. Зязюн, Г.М. Сагач. – К: Укр. – фін. ін.-т менеджменту і бізнесу, 1997. – 302 с.
3. Митник О.Я. Як навчити дитину мистецтва мислення / Олександр Якович Митник. – К.: Початкова школа, 2006. – 104 с.
4. Рогов Е.А. Личность учителя: теория и практика / Евгений Александрович Рогов. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1996. – 226 с.
5. Станиславский К.С. Работа актера над собой / К.С. Станиславский // Собр. соч. в 8 т. – К., 1957. – Т.3. – 256 с.