

Як вчителі можуть сприяти дружній атмосфері у класі

Кожен клас можна порівняти із оркестром, який грає власну музику. Вчитель як диригент може допомогти кожному учневі та учениці віднайти свій інструмент і стиль, налаштуватися, вивчити партію. І тоді музика цього класу зазвучить нотами співпраці, дружби і підтримки.

Платформа Resilience.help разом із психологинєю Ольгою Савиченко розповідає про те, чому вчителям важливо сформувати дружню атмосферу у класі, як допомогати дітям формувати безпечне та доброзичливе середовище у класі.

Яка атмосфера в класі може вважатися дружньою?

Дружньою є атмосфера в класі, в якому учні почуваються комфортно, коли:

- ставлять питання;
- діляться своїми думками;
- експериментують і беруться за щось нове;
- зіштовхуються з труднощами під час навчання.

Учні у дружніх класах:

- почуваються причетними;
- відчують власну соціальну значущість;
- поважають інших та відчують повагу інших до себе.

Діти у класах із дружньою атмосферою хочуть та можуть:

- спілкуватися з однолітками в школі та за її межами;
- підтримувати інших учнів класу;
- цінувати досягнення інших.

Чому дружня атмосфера важлива у класі?

У навчанні дитина почувається залученою: позитивне середовище заохочує учнів до спільних дій. Коли учні почуваються у безпеці та комфортно, вони частіше висловлюють свої думки та ставлять питання.

Дружня атмосфера мотивує навчатися та зростати, поліпшувати свої навчальні досягнення, підтримувати інших у їхньому вдосконаленні.

Позитивні стосунки з класом сприяють розвитку комунікативних навичок, вербальних та невербальних, ефективного спілкування.

Учні вчаться взаємодіяти та спільно вирішувати завдання. Групова робота потрібна для розвитку навичок командної роботи та побудови стосунків.

Стосунки у класі впливають й на поведінку дітей:

- доброзичливе середовище може зменшити викличну та руйнівну поведінку. Чіткі правила та очікування допомагають учням зрозуміти межі, а підтримка друзів – слідувати правилам;

- дружній клас стає гарним прикладом для наслідування, заохочує позитивну поведінку, терпимо ставиться до складнощів. Позитивне середовище сприяє здоровим стратегіям вирішення конфліктів та конструктивному подоланню перешкод.

А ще позитивне середовище розвиває креативність та сприяє психологічному добробуту:

- дає простір для творчості: коли клас є безпечною зоною, де помилки сприймаються як частина навчального процесу, це стимулює учнів до експериментів та роздумів. У такій атмосфері учні не бояться висловлювати незвичні або непопулярні думки, що розвиває їхню креативність;

- сприяє різноманітності думок і поглядів: якщо у класі кожен має можливість висловитися, то це сприяє розвитку критичного мислення. Учні вчаться аналізувати інформацію, ставити під сумнів загальноприйняті ідеї та пропонувати альтернативні рішення;

- сприяє зменшенню стресу: спокійне та доброзичливе середовище може зменшити рівень тривоги та стресу. Це дозволяє учням краще зосередитися на навчанні, а вчителю емоційно не вигорати;

- забезпечує емоційну підтримку та взаєморозуміння: у класі, де панує взаємопідтримка, емпатія, повага, комфортно і вчителю, й учням. Учні, зусилля й досягнення яких визнають й поцінують вчителі, почувуються більш впевнено та поважають авторитет дорослих. У класі, де учні поважають учителя і підтримують позитивний контакт, сам педагог відчуває менший стрес і більше задоволення від роботи.

Яка роль міжособистісних стосунків у класі

Роль стосунків у класі змінюється на різних вікових етапах. Діти в різному віці потребують різного типу соціальних взаємодій.

У молодшому шкільному віці стосунки з учителем відіграють ключову роль – діти дуже орієнтуються на вчителя, який є для них авторитетом і емоційною підтримкою. На цьому етапі сам вчитель задає тон для стосунків у класі. У стосунках з однолітками на цьому етапі діти вчаться співпрацювати, ділитися та підтримувати один одного. Соціальних навичок молодшим школярам ще бракує, тому надзвичайно важливо, щоб стосунки в класі були доброзичливими.

У віці 10-12 років фокус уваги в стосунках зміщується на однолітків. Діти активно вивчають соціальні норми через взаємодію з іншими учнями. Вони все більшу увагу звертають на те, як їх сприймають однолітки, а соціальне схвалення та визнання формують позитивну самооцінку і впевненість. У цьому віці діти часто утворюють малі групи за інтересами або загальними цінностями, що може провокувати конфлікти та потребувати втручання вчителя для розвитку здорових стосунків.

Підлітки (13-15 років) прагнуть до більшої незалежності, тому в стосунках з учителем важливо мати баланс між повагою та довірою. У стосунках з однолітками підлітки часто прагнуть до соціального визнання, підлаштовуючись під групові норми та правила. Водночас підлітки є досить емоційно вразливими, через що конфлікти або проблеми в стосунках можуть серйозно вплинути на їхню самооцінку та психологічний добробут.

Старшокласники часто мають більш складні та глибокі стосунки з однолітками. Вони більше усвідомлюють свої потреби у взаємодії і формують дружні зв'язки, засновані на спільних інтересах та цінностях. Стосунки з учителем часто переходять на рівень наставництва. Учні цінують поради щодо майбутньої кар'єри, вибору професії або подальшого навчання, а також потребують підтримки у власній самостійності. Старшокласники вже мають більш розвинуті соціальні навички і можуть самостійно вирішувати конфлікти або складні ситуації в стосунках з однолітками. Вчителі ж можуть стати посередниками або радниками в складних ситуаціях.

А якщо про клас кажуть, що він «недружний»?

Якщо клас є "недружним", то це може стати серйозною проблемою для навчального процесу. Недружня атмосфера впливає на психологічний комфорт учнів, їхню мотивацію та здатність ефективно вчитися.

Недружнє середовище:

- знижує мотивацію до навчання: діти, які почуваються ізольованими чи не прийнятими у колективі, часто втрачають інтерес до навчання, зосереджуються більше на міжособистісних конфліктах, ніж на навчальних завданнях;

- провокує погіршення поведінки: у «недружних» класах часто трапляються конфлікти та булінг. Це потребує постійного залучення вчителя, що руйнує навчальний процес;

- спричиняє стрес та тривожність: негативна атмосфера може викликати постійний стрес і тривожність у дітей та завадити сконцентруватися на навчанні. Соціальна напруга і втрата безпеки в стосунках можуть негативно негативно позначатися на когнітивних здібностях, погіршувати пам'ять та увагу;

- знижує самооцінку: в учнів, які зіштовхуються з неприйняттям, знижується впевненість у власних силах не лише в стосунках, але й в навчанні, оскільки такі учні можуть перестати вірити у власні здібності. У недружному класі деякі учні можуть відчувати тиск з боку однолітків, що призводить до страху робити помилки або висловлювати власні думки через загрозу критики чи насмішок;

- погіршує емоційний стан вчителя: конфлікти в класі вимагають постійних втручань вчителя, що створює внутрішню напругу, знижує продуктивність, погіршує якість викладання та провокує емоційне вигорання.

Яка роль освітян у формуванні дружньої атмосфери у класі?

Вчитель чи вчителька відіграють ключову роль у формуванні дружньої атмосфери у класі. Вміння освітян підтримувати дружню атмосферу у класі відкриває учням можливості для творчості.

Схвалення й заохочення вчителя створює безпечний простір, який сприяє творчості, дає можливість ризикувати, висловлювати нестандартні ідеї.

Інтерактивні методи навчання, які використовує вчитель чи вчителька заохочують взаємодію між учнями, обмін ідеями та співпрацю.

Творчість освітян у ставленні до навчання, побудові стосунків, вирішенні складнощів, підтримує пристрась до пізнання та креативність учнів.

5 кроків до створення дружньої атмосфери в класі:

Доброзичливість. Зустрічайте учнів з посмішкою і намагайтеся сказати щось позитивне настільки, наскільки вистачає часу й сил. Називайте кожного учня на ім'я (зазвичай люди люблять чути своє ім'я та тих, хто їх так називає).

Можливість поділитися. Цікавтеся тим, що відбувається в житті кожної дитини і просіть ділитися з вами тим, що відбулося на вихідних, під час уроків, на гуртку. Інколи діліться також чимось важливим для вас (цікавий фільм, відпочинок на вихідних, сімейна історія), щоб учні бачили в вас людину, а не лише вчителя (звісно, це не варто робити щодня, а лише час від часу). Обговорюйте з учнями шкільні події – це дає їм відчуття, що ви один із них.

Різноманітність. Говоріть з учнями про відмінності – про різні етнічні походження, форми тіла, здібності, складнощі зі здоров'ям, сильні та слабкі сторони. Такі розмови мають бути максимально доброзичливими, нормалізувати відмінності, відкривати шлях до усвідомлення відмінностей не як недоліків, а як особливостей кожної людини.

Повага. Практикуйте нульову толерантність до будь-яких форм дискримінації та залякувань. Назагал зосереджуйте увагу на сильних сторонах кожної дитини, а про складнощі та невдачі намагайтеся говорити наодинці.

Навчання у спілкуванні. Робота в мікрогрупах і командні завдання з чіткими інструкціями та правилами допоможуть створити згуртований клас.

Як зберігати позитивне середовище у класі під час змішаного чи дистанційного навчання

Під час дистанційного чи змішаного навчання викликів для згуртованості класу стає більше. Однак у вчителя є достатньо ресурсів, щоб подбати про атмосферу в класі навіть через монітор комп'ютера.

Попри те, що під час дистанційного навчання учні не у класі, варто бути винахідливим, щоб організувати спілкування. Тут допоможуть різні варіанти:

- онлайн-проекти для мікрогруп. Виконуючи такі завдання, учні та учениці мусять співпрацювати та спілкуватися;

- віртуальні зустрічі. Віртуальна піжамна вечірка або онлайн екскурсія музеєм не лише допоможуть підтримувати зв'язок на відстані, а й стануть спільним приємним спогадом;

- онлайн-чат класу може стати гарним простором для спілкування, якщо там з'явиться не лише інформація щодо уроків, а й, приміром, фото домашніх улюбленців;

- онлайн-ігри, квести, опитування допоможуть створити неформальну атмосферу навіть під час уроку, сприятимуть спілкуванню та стимулюватимуть дружні стосунки;

- індивідуальні зустрічі з учнями допоможуть підтримати тих, хто відчувається ізольованим або через соціальну тривожність не завжди долучається до спільних проєктів;

- інтерактивні платформи слід використовувати не лише для опрацювання матеріалу, а й для спілкування – запрошуйте учнів створювати спільні онлайн дошки, ділитися новими інструментами, давати зворотній зв'язок один одному;

- комунікація з батьками не має страждати через дистанційний формат. Батьківські збори онлайн, чат класу, індивідуальні розмови телефоном варто доповнити інформуванням батьків про виклики дистанційного навчання, психічне здоров'я дітей, підтримку в родині.

Використовуючи сучасні інтерактивні засоби слід пам'ятати, що учні можуть мати технічні труднощі. Тому варто вчителю тут бути максимально гнучким та підтримувати дітей.

Які активності можна використовувати, аби сприяти доброзичливості у класі

Під час уроку

- командна робота над вирішенням навчальних завдань;
- групові проєкти;
- спільні дослідження;
- дискусії;

- мозковий штурм;
- рольова взаємодія (ролі вчителя, координатора проекту, хронометриста).

На перерві

- комадні ігри;
- рухливі ігри;
- челенджі та мініквести;
- настільні та карткові ігри;
- щоденники та плакати емоцій;
- дошки для вираження емоцій, ділення думками, творчості;
- «таємний друг»;
- скринька побажань.

Поза школою

- екскурсії та спільні поїздки;
- участь у благодійних акціях та волонтерських ініціативах;
- шкільні фестивалі;
- вечірки;
- гуртки;
- тематичні клуби;
- класна газета чи сторінка класу в соцмережах;
- мобільні застосунки для психічного здоров'я;
- спільні проєкти з батьками.