ҚАУІПСІЗ ОҚУ ОРТАСЫН ҚҰРУ: БІЛІМ АЛУШЫЛАРДЫҢ ЭМОЦИОНАЛДЫ ӘЛ-АУҚАТЫН ҚОЛДАУ

 ИИН 830330400797

БАЙТАСОВА Клара Жапбаровна,

 №8 Т.Бегманова атындағы жалпы білім беретін мектебінің педагог- психологы.

Түркістан облысы, Келес ауданы

 Қазіргі мектеп тек академиялық білім беретін орын ғана емес, ол оқушылардың **эмоционалды және психологиялық әл-ауқатын** қалыптастыратын орта болуы тиіс. Бала өзін **қауіпсіз сезінгенде**, оның оқуға деген қызығушылығы артып, шығармашылық қабілеттері дамиды. Ал керісінше, стресс пен қорқыныш жағдайында бала білімді толық меңгере алмайды, өзін қоғамнан шеттетілгендей сезінеді. Сондықтан **мектеп психологының басты міндеті – білім алушыларға қолайлы, сенімді орта құру**. Мұндай ортада әр оқушы өзін **тыңдалатынын, қолдау табатынын, өз эмоцияларын еркін білдіре алатынын** сезінуі керек. Бұл олардың академиялық жетістіктеріне де, тұлғалық дамуына да оң әсер етеді

 Зерттеулер көрсеткендей, өзін қауіпсіз сезінетін және эмоционалды қолдауға ие оқушылар: Жаңа білімді тез меңгереді және есте сақтау қабілеті жоғары болады;
Сыни ойлау дағдыларын жақсы дамытады;Психологиялық тұрақты, күйзеліске төзімді болып қалыптасады; Өзін-өзі бағалауы жоғары, бастамашыл, көшбасшылық қабілеті дамыған тұлғаға айналады.Ал керісінше, эмоционалды қолдаусыз қалған оқушылар оқуға деген ынтасын жоғалтып, күйзеліске түсуі немесе мектеп ортасынан шеттетілуі мүмкін. Сондықтан мектеп психологы үшін оқушылардың эмоциялық әл-ауқатын сақтау – басты міндеттердің бірі.

Қауіпсіз оқу ортасын құру жолдары

1. Эмоционалды қолдау мәдениетін қалыптастыру - мектеп қабырғасында әр бала өзін тыңдалатынын, қабылданатынын, құрметтелетінін сезінуі керек. Бұл үшін: Мұғалімдер мен оқушылар арасында сенімді қарым-қатынас орнату; Эмпатия мен эмоционалды интеллектіні дамыту;Оқушыларға психологиялық қолдау көрсету тетіктерін жетілдіру қажет. Психолог ретінде әр оқушының ішкі күйін түсінуге тырысу, олардың эмоцияларын еркін жеткізуіне мүмкіндік беру маңызды.

2. Буллингтің (әлімжеттік) алдын алу- мектептегі буллинг көптеген оқушылардың эмоционалды әл-ауқатына кері әсер ететін фактор. Сондықтан:

* Буллингтің алдын алу бойынша тренингтер өткізу;
* Оқушылар арасында өзара сыйластық пен толеранттылықты насихаттау;
* Сенім жәшіктері мен анонимді сауалнамалар арқылы оқушылардың мәселелерін анықтау қажет. Әділетті және инклюзивті орта қалыптастыру – баланың өзін қауіпсіз сезінуінің негізгі шарты.

3. Эмоционалды сауаттылықты дамыту - оқушылар эмоцияларын басқара алуы үшін оларға эмоционалды сауаттылық негіздерін үйрету керек. Бұл үшін:

* Өзін-өзі тану және эмоцияларды реттеу сабақтарын ұйымдастыру;
* Стресс пен мазасыздықты жеңуге көмектесетін әдістерді үйрету;
* Оқушыларға ішкі дағдарыстармен күресудің дұрыс жолдарын көрсету қажет.

Оқушы өзінің эмоцияларын түсінген кезде, қиындықтармен күресуге әлдеқайда дайын болады.

4. Психологиялық қолдаудың заманауи әдістерін қолдану- қазіргі психологиялық тәжірибеде оқушылардың эмоционалды әл-ауқатын жақсартуға көмектесетін тиімді әдістер бар: Арт-терапия (сурет салу, шығармашылық жұмыстар арқылы эмоцияларын жеткізу); Медитация және тыныс алу жаттығулары (күйзелісті басқаруға көмектеседі); Коучинг және мотивациялық сессиялар (өзін-өзі дамытуға бағыттайды). Осы әдістерді мектеп өміріне енгізу – балалардың психологиялық денсаулығын нығайтуға көмектеседі.

 Қауіпсіз оқу ортасын құру – бұл жай ғана міндет емес, **баланың болашағына салынған инвестиция**. Біз оқушыларды **ақпаратпен толтыруға емес, олардың жүрегін тыңдап, сезімін түсінуге** ұмтылуымыз керек. Мектеп қабырғасында әр бала өзін **еркін зерттеуші, сенімді жаңашыл, шығармашылық тұлға** ретінде сезінгенде ғана оның әлеуеті толық ашылады.Егер әрбір мектеп **эмоциялық қауіпсіздік аралығына** айналса, онда оқушылар өзін жай ғана оқушы емес, **ертеңгі қоғамның көшбасшысы, заңгері, дәрігері, мұғалімі, өнертапқышы** ретінде сезінер еді. Сондықтан мектеп тек білім беретін орын ғана емес, **жарыққа толы, шабыт сыйлайтын, қолдау көрсететін кеңістік болуы тиіс**. Ең бастысы – **оқушы жүрегінде мектеп туралы жылы естелік қалдыру**. Өйткені **бақытты бала – табысты болашақтың кепілі!**