



# Учение без мучения (мнение психолога)

подготовила психолог  
Евтехова Т.М.

# Мучение – страдание, терзание, закление, мытарство

---

**Что значит учение без мучения?**

**\*с интересом**

**\*с соблюдением возрастных норм и задач**

**\*с сохранением здоровья – от физического до  
психического**

# **Два основополагающих вопроса, касающихся развития и воспитания детей:**

- 1. Какие сильные стороны и навыки помогают детям развиваться позитивно, т.е. преумножать телесное, душевное, духовное и социальное здоровье, несмотря на факторы риска?**
- 2. Как можно укрепить стрессоустойчивость ребенка педагогическими мерами?**

# Определенные черты здоровых людей:

- Они способны лучше воспринимать действительность.
- Они способны хорошо относиться к себе, другим и природе.
- Они естественны, спонтанны и просты.
- Они автономны и активны.
- Они с уважением, радостью и удивлением относятся к основополагающим жизненным благам, признавая их ценность.
- Они обладают чувством солидарности.
- Им присущ демократический склад характера.
- У них выраженные этические задатки.
- Их юмор носит не язвительный, а философский характер.
- Все здоровые люди без исключения склонны к творчеству.

## *Фундамент здорового образа жизни:*

- 1. Понятность**, т.е. уверенность в том, что себя самого и мир можно понять и познать;
- 2. Выполнимость**, т.е. вера в собственную дееспособность и в способность строить свою жизнь самостоятельно или с помощью других людей;
- 3. Осмысленность**, т.е. способность постичь смысл в процессе переработки жизненного опыта.

*Возникновение чувства когерентности (согласованности) – основа!!!*

Человек переживает **смысловые взаимосвязи** в себе самом и окружающем мире

## *Какие особенности здоровьесберегающей педагогики должны определять ее превентивно - медицинское действие:*

**1. Компетентность и интерес педагогов к возрастным особенностям учащихся и медико-педагогическим взаимосвязям. Необходимость создать учебный план, распределение программного материала и специфические методы для каждого возраста.**

**2. Забота о позитивном отношении учащегося к учебной деятельности. Душевные неприятности, стрессовые ситуации даже у взрослого человека неизбежно отражаются на физическом самочувствии и через какое-то время приводят к заболеванию.**

## **Неподвижный ребенок не обучается!!!**

**Воспитание без движения - это развитие ребенка в режиме глубокого расслабления и угасания произвольно-волевого тела.**

**В этих условиях от поколения к поколению пространство произвольно-волевой духовной жизни всё больше заполняется инстинктивно-реактивными программами.**

## Первые 7 лет жизни:

- \*формируются физические органы**
- \* подражание и пример!**
- \*работа целенаправленной фантазии формирует мозг ребенка**
- \*радость и интерес оказывают формирующее воздействие на физические органы ребенка**
- \*красивые ритмы: песни и танцевальные движения**



## Вторые 7 лет жизни:

- \*преобразование и развитие склонностей, привычек, совести, характера, памяти, темперамента**
- \* все должно иметь внутренний смысл и внутреннюю ценность**
- \*живые картины и одухотворенные образы и сравнения: духовно-образная наглядность**
- \*способность следовать авторитету**
- \*почитание и благоговение — вот силы, способствующие правильному развитию детей**

## Вторые 7 лет жизни:

- \* Примеры великих исторических деяний, рассказы о выдающихся людях
- \* С тайнами природы, с законами жизни знакомиться не при помощи сухих рассудочных понятий, но посредством символов, метафор, аналогий, мифов, легенд, притч
- \* В распоряжении педагога должны быть иносказания для всех законов природы, для всех тайн мироздания
- \* Занятия гимнастикой и спортивными играми

## Из педагогического сочинения Жана Поля:

**«Не бойтесь непонятных слов, даже целых предложений; выражение вашего лица, интонация, логическое ударение помогут понять половину сказанного, а благодаря этой половине со временем станет понятным и остальное. Для ребенка интонация — так же, как для китайца или для светского человека — половина языка... Подумайте о том, что свой родной язык дети прежде учатся понимать и лишь затем начинают говорить на нем, — как это бывает и с нами при изучении греческого или какого-нибудь другого иностранного языка».**

## Третьи 7 лет жизни:

**\*становится зрелым, чтобы иметь свои собственные суждения**

**\* худшее из зол, которое можно причинить ребенку — слишком рано пробудить в нем рассудок**

**\*вербальный, внечувственный, внеопытный интеллект - это интеллект с отрешенными от жизни абстрактно-виртуальными, операционно-расчетными способностями.**

## 26 вопросов, на которые каждый ученик должен уметь отвечать

---

1. Что мне нужно знать о тебе?
2. В чём ты нуждаешься больше всего?
3. Что для тебя значит успех в классе?
4. Что ты знаешь о том, как люди учатся?
5. Какой твой самый креативный поступок?
6. Как современные технологии могут быть использованы в обучении?
7. Что значит «понять» что-либо?
8. Когда в последний раз ты решал проблемы?
9. Как ты реагируешь на ожидания?
10. Каким поступком ты гордишься больше всего?
11. О чём бы ты хотел узнать?
12. Ты придирчивый читатель? Какие твои самые сильные стороны как читателя?
13. В чём состоит твоя личная философия?
14. Когда ты пишешь лучше?
15. Какие вещи достойны глубокого понимания?
16. Каковы твои особенности как мыслителя?
17. Что для тебя самое важное в жизни?
18. Какая связь у обучения с цифрой «17»?
19. В чём источник твоего внутреннего «драйва»?
20. Кто твои герои или образцы для подражания?
21. Почему стоит изучать...(\*название предмета)?
22. В чём ты хорош, даже если это никому неизвестно?
23. Что учителя иногда неверно понимают о тебе как об ученике?
24. Что значит «учиться»?
25. Как ты реагируешь на комплексные тексты или цифровые медиа?
26. Если я уйду с твоего пути в этом году, что ты сможешь делать самостоятельно?

**1. Хороший учитель часто задаёт вопросы и умеет слушать ответы.**

**2. Все ученики в классе хорошего учителя — люди (он их уважает).**

**3. Хороший учитель использует свойства своего темперамента на пользу дела.**

**4. Хороший учитель — это честный, благородный человек.**

**5. Хороший учитель имеет какую-то жизнь, кроме школьно-предметной.**

**6. Хороший учитель обладает чувством юмора.**

**7. Хороший учитель — взрослый человек.**

**8. Хороший учитель умеет передавать знания вместе с эмоциями.**

**9. Хороший учитель — выживальщик в школьной среде.**

**10. Хороший учитель — не выгоревший.**

**11. Хороший учитель — в каком-то смысле неглуп.**

**12. Хороший учитель не мыслит только школьными категориями**

## **Ш. Амонашвили:**

**Учитель есть мера жизни, науки, всех вещей.**

**Учителя - это спасательный отряд судеб детей.**

**Раздраженный учитель не имеет права  
соприкоснуться с детьми.**

**Раз стал учителем - будь героем. Все равно трудишься.**

**Думайте о себе с позиции детей - как они на вас смотрят,  
что они о вас думают.**

**Учитель! Войди в класс с благоговением. Перед тобой  
посланники в будущее.**

**В каждом ребенке надо видеть явление.**

**Нет ничего важнее, чем святая душа ребенка.**

## Что способствует вашему авторитету и создает благоприятную обстановку:


- обращение по имени отчеству к другим
- способность быстро перерабатывать информацию
- умение видеть и выделять существенное
- умение чувствовать новое, прогнозировать развитие ситуации
- умение проявить сочувствие к сотрудникам и детям, родителям
- применение жестких мер, если того требует ситуация
- уверенность в своих силах
- самообладание
- стрессоустойчивость (выдерживать нагрузки + не допускать раздражения)
- следование сказанному слову, выполнять обещания
- наличие чувства юмора (сохранять дистанцию!)
- внешняя привлекательность (опрятность, элегантность, хорошие манеры, воспитанность)
- четкая, ясная, живая, но не быстрая речь, лишенная панибратских ноток и жаргонной лексики



# Семь шагов технологии

## благоприятного/располагающего образа педагога

- 1. Найти свой одухотворяющий смысл жизни, выстроить планку ценностей, потребностей;**
- 2. Сделать инвентаризацию своих способностей и возможностей, сделать анализ того, что имеешь и что можешь сам изменить к лучшему;**
- 3. Развивать чувство собственного достоинства и при этом избавиться от заниженной или завышенной самооценки; если надо – избавиться от невротического поведения, которое никогда не сделает вас уважаемым, харизматичным человеком;**

- 
- 4. Самовоспитание, самоконтроль, самоорганизация, самообразование: хронический интерес к профессиональному росту, к науке и – обязательно – к психологии;**
  - 5. Найти методы мотивационной готовности к самореализации и самомотивации, радоваться за себя «здесь и теперь», за каждый свой шаг вперед;**
  - 6. Развивать позитивное мышление, способность превращать неудачу в ступени роста;**
  - 7. Работать над своим духовным содержанием, без соблюдения духовных законов путь к самореализации закрыт.**

## Негативные последствия, которые культивируют в себе люди с низким EQ:

- Им неинтересны люди, они не хотят понять, каков их характер, что скрывается за поступками.
- Они испытывают негативные эмоции, но зачастую не могут понять их причину.
- Они сосредоточены на себе, не всегда замечают, что другие нуждаются в помощи.
- Они боятся ошибок и не делают из них выводы, тяжело приходят в себя после неудачи, часто закливаются на промахах, занимаются самобичеванием.
- Они не доверяют интуиции, считают, что это глупо.
- Они плохо адаптируются к новым условиям, не любят перемены.
- Они не умеют слушать и слышать.

## **Эмоциональное воспитание помогает детям развивать способности в пяти сферах:**

**\* осознание самого себя**

**\* самоуправление**

**\* социальная осознанность**

**\* коммуникативные навыки**

**\* умение принимать  
ответственные решения**

## Как проявляется высокий уровень eq

**Выражение лица и тон голоса максимально:**

- \*доброжелательные**
- \*приветливые**
- \*теплые**
- \*нераздраженные**

**В лексике избегать употребление:**

- \*приказных фраз**
- \*повелительного наклонения**
- \*слов: должен, обязан, давай, быстрее**
- \*местоимений я, ты**

**Желательно включать:**

- \*сослагательное наклонение**
- \*местоимение мы**

## Стараться:

- \*не говорить с иронией и насмешкой
- \*не подшучивать
- \*не делать постоянных замечаний, особенно по мелочам
- \*не ругаться, не кричать
- \*быть вежливым, участливым, искренне заинтересованным
- \*не торопить и не подгонять ребенка
- \*чаще высказывать одобрение, похвалу
- \*показывать эмоциональное приятие

## Несмотря ни на что:

- \*подчеркивать усердие и старание ребенка
- \*не говорить ребенку, что вы на него обиделись, не любите его
- \*не давать ребенку чувствовать себя плохим
- \*от нежелательного поведения отвлекать и предлагать не менее 2-3 вариантов деятельности взамен