



Боязнь відповіді біля дошки: долаємо проблему

Серія психологічних занять

Ірина ЛИТВИНЕНКО, канд. психол. наук, доцентка кафедри психології, Миколаївський національний університет імені В. О. Сухомлинського



Трапляється, що учень боїться відповідати біля дошки. породити цю проблему можуть різні причини. Але в кожному випадку необхідно допомогти дитині подолати боязнь, зародити у серці віру в свої сили, бажання перемогти страхи й опанувати себе. Пропонуємо вашій увазі авторську систему занять, у ході яких учень під керівництвом психолога проходить шлях від боязні відповіді до вершин успіху.

Чому дехто з дітей боїться відповідати біля дошки? Причиною цього може бути недостатній рівень підготовки дитини до уроку, невиконане домашнє завдання, недостатній досвід таких відповідей, сором'язливість, завищені вимоги до дитини з боку батьків, невдалий попередній досвід тощо. Але така психологічна проблема може породити низку небезпек для особистості як у юному віці (заважає добре вчитися, викликає напруження у стосунках з близькими, знижує самооцінку, стає поштовхом для розвитку психосоматичних захворювань), так і дорослому (перешкоджає професійному становленню, знижує рівень домагань тощо).

Розглянемо, як у ході серії занять учитель/психолог може допомогти дитині подолати цю проблему.

Зустріч 1 “Мій друг — моє «Я»”

Мета. Формувати вміння бачити свою проблему, зосереджувати увагу на своєму “Я”, називати конкретну емоцію, встановлювати причинно-наслідкові зв'язки, робити логічні висновки. Розширити досвід “спілкування” зі своїм “Я”, особистісні мотиви для виступів перед аудиторією. Розвивати самопізнання, пізнавальну активність, уяву, вміння здійснювати рефлексію. Виховувати працелюбність, цілеспрямованість у досягненні мети, вольові якості.

Попередня робота: знайомство з учнем, бесіда з його батьками, педагогами, спостереження за ним під час уроку (відвідування уроків).

Хід заняття

Психолог обговорює з учнем, що саме заважає впевнено відповідати біля дошки, навіщо долати цю проблему, де в житті знадобляться вміння впевнено говорити перед аудиторією. Психолог має пояснити,

що ці вміння — результат складної, але цікавої роботи над собою. (Міні-бесіда “Ким я хочу бути”).

— Ти готовий потрудитися? Ми пройдемо разом цікавий шлях до твоєї мети і почнемо його вже зараз.

Учень з-поміж сюжетних малюнків обирає спочатку той, який найбільше відповідає реченню “Я боюсь відповідати біля дошки”, потім той, що ілюструє емоційний стан, з яким би дитина хотіла виходити до дошки (фіксуємо мету). Обидва малюнки кладемо поряд.



1.



2.

Як бачимо, малюнки відображають різні емоційні стани. Психолог пропонує показати ходом, поставою, мімікою, як кожен із зображених на картинках учнів йде до класної дошки, а потім — після відповіді, повертається до своєї парті. (Психогімнастика).

— Як ти вважаєш, про що думає сумний школяр? А радісний? (Міні-бесіда “Що таке думка”).

— З яким образом можна порівняти слово “думка”?

Психолог підводить учня до висновку: думки можуть бути різні, як хмарки на небі, вони рухаються, змінюються за формою, кольором. Сумні думки нагадують важкі темні хмари, а веселі схожі на біленькі, легенькі, прозорі хмаринки.

Методом обривання учень з білого і темного паперу створює хмарки і кладе їх біля відповідних малюнків. (Обговорення.)

— Аби перейти від страху до впевненості — а ти саме так хотів почуватися — необхідно подолати

Поспішайте передплатити “Учитель початкової школи” на 2020 рік

Заощадьте до **20%** — оформіть передплату
на сайті upsh.com.ua



Відкрийте дітям світ разом із журналами
“УПШ” та “Джміль”



Індекси для передплати
на пошті:

89869 журнал “УПШ”

68604 комплект “УПШ” + “Джміль”

Якщо маєте запитання,
телефонуйте:
067-504-50-22,
або звертайтеся на e-mail:
books@dvsvit.com.ua

