

**Создание психологического комфорта для слушателей в условиях  
повышения квалификации**

**Земцова Е.А.**  
ИПКиП БГПУ, Минск

**Аннотация:** В статье рассматриваются основные условия психологического комфорта для слушателей повышения квалификации, способствующие продуктивной совместной деятельности и оптимальному углублению и обновлению профессиональных знаний.

**Ключевые слова:** комфорт, психологический комфорт.

**Summary:** The article describes the basic terms of psychological comfort for the students of the Faculty of advanced training, that promote productive collaboration and optimal deepening and updating of professional knowledge.

**Keywords:** comfort, psychological comfort.

Проблема создания психологического комфорта для слушателей остается важной и достаточно сложной в работе преподавателей институтов повышения квалификации. Комфортные условия обучения выступают своеобразным условием, обеспечивающим успешное развитие и продвижение личности педагога в профессиональном и личностном плане. На его фоне слушатель либо, активно взаимодействует с педагогом и коллегами, либо, пассивен, замкнут, тревожен, а порой и агрессивен.

**Комфорт** (от англ. comfort) – комплекс максимально благоприятных для субъекта условий внешней и внутренней среды, включающий и психологические факторы. У С.И. Ожегова, комфорт – условия жизни, пребывания, обстановка, обеспечивающие удобство, спокойствие и уют. Удобство, спокойствие и уют как раз и создают атмосферу психологического комфорта, где бы не находился человек.

Во многих инновационных образовательных системах принцип психологической комфортности является ведущим. Он предполагает снятие (по возможности) всех стрессообразующих факторов образовательного процесса, создание в учреждении образования такой атмосферы, которая раскрепощает обучающихся, в которой они чувствуют себя спокойно и уверенно, готовы принять новую информацию.

**Психологический комфорт** на повышении квалификации (ПК) можно определить, как качественную сторону межличностных отношений, совокупность **психолого-педагогических условий**, способствующих или препятствующих продуктивной совместной деятельности и оптимальному углублению и обновлению профессиональных знаний. Психологический комфорт сопровождается проявлением доброжелательности, взаимного

уважения, толерантности, деликатности по отношению ко всем участникам образовательного процесса.

Выделим основные условия психологического комфорта на ПК:

**1. Эмоциональный климат в группе обучающихся.** Преподаватель должен принимать во внимание, что чувства и установки взрослых играют важную роль в их обучении. Нужно постоянно заботиться о благоприятном эмоциональном климате в группе. Дружеская атмосфера рождает возможность для открытой коммуникации, которая позволяет всем участникам взаимодействия говорить о том, что и почему происходит с ними. Преподавателю важно уметь создавать на занятии атмосферу поддержки, успеха, взаимного уважения и признания. Особое значение имеет отношение преподавателей к взрослым обучающимся как к наивысшей ценности.

**2. Использование интерактивных и активных методов обучения.** Форма на ПК не менее важна, чем содержание. Преподаватель в своей «педагогической копилке» должен иметь достаточный набор методов, владеть техникой их реализации и, в зависимости от ситуации и особенностей группы, уметь делать необходимый выбор для организации продуктивного взаимодействия. Использование методов зависит от самого преподавателя и содержания изучаемой темы. В практике преподавания на ПК, активные методы, выступают как самостоятельно, так и их элементы включены в разных долях в разные формы занятий: лекцию, семинар, практическое занятие, тренинг. Активные методы обучения в преподавании на ПК создают обстановку, в которой взаимоотношения между преподавателем и слушателями не только придают учебным занятиям активный характер в познавательном смысле, но создают возможность обретения нового опыта в непринужденной форме и комфортной психологической обстановке.

**3. Интерпретация и осмысление собственного опыта.** Взрослые обучающиеся постоянно выделяют в происходящем уже знакомые образцы, системы, интерпретируют свой опыт, осмысливают его. Комфортно будут чувствовать себя слушатели ПК тогда, когда содержание занятия профессионально и лично для них значимо, и можно сделать собственные выводы. Поэтому весь материал темы занятия должен быть выстроен таким образом, чтобы слушатели достигали лично значимого понимания. Это возможно только в том случае, если обучающийся может установить взаимосвязь содержания темы занятия с собственными профессиональными интересами, опытом и личными целями.

**4. Получение удовольствия от обучения.** Взрослым обучающимся, так же как и детям и студентам, нужны стимулы в обучении. Для них решающее значение имеет возможность получать от обучения удовольствие и чувствовать себя продуктивными участниками взаимодействия. Поэтому взрослым важно, чтобы принимались во внимание их духовные потребности, составной частью которых является потребность в познании нового (в том числе и самого себя). Любой человек будет испытывать дискомфорт, когда блокирована его потребность в новой информации. Чтобы слушатели получали удовольствие на ПК, преподавателю необходимо разрабатывать такое содержание учебного

занятия, которое бы интеллектуально развивало, расширяло кругозор, давало новые сведения о предмете, а также способствовало самосовершенствованию и самореализации.

**5. Достижение состояния «расслабленного внимания».** Такое состояние обучающихся достигается при условии создания преподавателем на занятии такой образовательной среды, которая характеризуется отсутствием страха и наличием стимулов. Эмоциональное напряжение и даже страх в обучении взрослых неизбежно, так как оно связано с неопределенностью. Но взрослые люди умеют выдерживать такую неопределенность и воспринимать ее как составляющую часть эффективного образовательного процесса, который ведет к личностному росту. Страх становится непродуктивным тогда, когда он выражается в ощущениях беспомощности или крайнего утомления. Преподавателю необходимо структурировать учебное занятие таким образом, чтобы слушатель не чувствовал угрозы для себя, но при этом воспринимал учебную ситуацию как своего рода вызов. При этом возникает состояние психики, которое способствует оптимальной деятельности мозга, и создается среда, позволяющая достичь этого состояния. Всякое задание нужно формулировать таким образом, чтобы слушатель ощущал, что идет обращение лично к нему, и мог рассматривать его как возможность проверить свои знания и свои способности. С одной стороны, оно не должно быть слишком легким, с другой стороны, должно создавать ощущение, что задачей можно справиться. «Расслабленное внимание» означает, что обучающийся расслаблен физически и открыт психически, может сконцентрироваться на осознании цели и достигнуть ее. Результативность выполнения заданий означает для слушателя психологический комфорт.

**6. «Активное оценивание».** Слушатели анализируют свой опыт и проясняют для себя, чему они научились на данном учебном занятии. Какая-то часть анализа происходит у каждого человека автоматически. «Активное оценивание» – интенсификация этого процесса. Речь идет об усвоении обучающимися информации способом, который одновременно является лично значимым и связанным с собственным опытом концептуально. Такое оценивание одновременно дает возможность принять на себя ответственность за собственное обучение и развивать свои способности. Оно помогает обучающимся увидеть то, что сначала было для них незаметным. Психологический комфорт возникает в результате удовлетворения потребности в лично значимой информации.

**7. Комфортное начало и окончание учебного занятия.** Для включения одновременно всех слушателей во взаимодействие, создание благоприятной атмосферы на момент начала учебного занятия, снятия напряжения и тревоги, преподаватель может на занятии ПК использовать различные активные методы «Улыбка», «Заверши фразу», «Букет цветов», «Дружеское рукопожатие», и др. На момент окончания учебного занятия, возможно реализовывать рефлексивные методы, или использовать приемы акцентирования внимания на только что пережитых положительных эмоциях радости, открытий, достижений.

К средствам, создающим психологический комфорт следует также отнести: улыбку преподавателя, вербальные знаки внимания слушателем, интерьер здания и холла, дизайн аудиторий (эстетически оформленную организацию труда в соответствии с принципом Красоты), речевой этикет, спокойное и уверенное звучание голоса (использование средних регистров звучащего голоса, отсутствие речевых агрессий, «командного тона»).

Исходя из научных фактов, педагогической практики и профессионального опыта, можно сделать вывод о том, что психологический комфорт на ПК является одним из приоритетных факторов в деятельности системы повышения квалификации. К задачам преподавателя относятся не только углубление и расширение знаний, совершенствование умений и навыков слушателей, но и организация образовательного процесса с учетом удовлетворения потребности слушателя в безопасности, эмоциональном и интеллектуальном благополучии в период обучения.

#### **Список использованных источников**

1. Ожегов, С.И. Словарь русского языка / С.И. Ожегов. [Электронный ресурс] – <http://www.ozhegov.com>.
2. Фопель, К. Психологические принципы обучения взрослых. / К. Фопель, – М.: Генезис, 2010.