Сенсорная комната как зона психологической безопасности в школе.

Как чувствует себя ребенок в школе? Всегда ли ребенку комфортно в школе? Существует ли в школе место, где ребенок может побыть в безопасности, оказавшись в стрессовой ситуации и насколько актуальна эта проблема для современной школы. Под психологической безопасностью (ПБ) понимается положительное самоощущение человека, его эмоциональное, интеллектуальное, личностное и социальное благополучие в конкретных социально-психологических условиях, а также отсутствие ситуаций нанесения психологического ущерба личности и ущемления ее прав. Другими словами, психологическая безопасность это защищенность. Личная безопасность человека является результатом оперативной минимизации негативного воздействия . (becmology.ru /blog/warrior/security intro 01.htm ) Негативно воздействовать на психику в школе может плохая оценка, конфликт с одноклассниками или учителем, неудача, обида, страх, личная проблема ребенка, с которой он пришел в школу….. Опыт работы с детьми в школе показывает, что часто дети испытывают острую необходимость уединиться, побыть в тишине и покое, успокоиться, восстановить свое психологическое состояние. Но школа, как муравейник, полон людей, ненужного внимания в трудной психологической ситуации. Поэтому важно создать в образовательном учреждении пространство психологической безопасности. Это должно быть изолированное от шума и людей место. Часто дети используют для таких целей туалет. Это не совсем правильно и удобно. Психологически безопасным местом в школе может быть сенсорная комната. Когда у ребенка что-то стряслось, он волнуется, плачет, сбивчиво говорит, ему трудно дышать, ему кажется, что из ситуации нет выхода. В сенсорной комнате, где находится только психолог, ученик может дать выход своим чувствам, здесь никто его не контролирует. Ребенок может побыть здесь один, если он хочет. Наполнение сенсорной комнаты отвлекает и успокаивает ребенка, приводит в равновесие. Ребенок успокаивается, когда катает шарики по лабиринту, смотрит на плавающие пузырьки в воздушнопузырьковой трубе, рисует песком на световом столике, качается на качели – лепестке или зарывается в шарики в сухом бассейне. Также успокаивают ребенка приемы арт – терапии: рисование красками, карандашами, восковыми мелками, раскрашивание.

Если у ребенка есть потребность рассказать о своих проблемах, он может поговорить с психологом. Психолог выслушает ребенка безоценочно. Таким образом, исходя из полученного опыта работы в школе с детьми, можно сделать вывод, что у детей в школе существует потребность в зоне психологической безопасности, эта проблема очень актуальна. Это может быть «комната гармонии», «психологическое убежище», «кабинет покоя» и др.









