

Пам'ятка класному керівнику

Як сформувати здоровий психологічний клімат у класному колективі

1. Атмосфера безпеки та довіри

- Створіть правило класу: **кожен має право на власну думку без страху осуду.**
- Будьте послідовними та справедливими у вимогах.
- Реагуйте на конфлікти одразу, не ігноруйте навіть «дрібні» образи.

2. Розвиток взаємоповаги

- Регулярно обговорюйте поняття поваги, толерантності, емпатії.
- Заохочуйте учнів **слухати одне одного**, не перебиваючи.
- Подавайте особистий приклад коректної комунікації.

3. Відкрите спілкування

- Проводьте класні години у форматі діалогу, а не монологу.
- Давайте можливість висловитись кожному (усно, письмово, анонімно).
- Використовуйте «коло спілкування» або рефлексивні вправи.

4. Підтримка індивідуальності

- Визнавайте сильні сторони кожної дитини, а не лише успіхи в навчанні.
- Уникайте порівнянь між учнями.
- Підтримуйте дітей з різним емоційним досвідом (ВПО, діти військових тощо).

5. Розвиток емоційного інтелекту

- Навчайте дітей **розпізнавати та називати свої емоції.**
- Практикуйте вправи на саморегуляцію (дихальні, релаксаційні паузи).
- Обговорюйте, як конструктивно висловлювати злість чи образи.

6. Спільні правила та відповідальність

- Формуйте правила класу **разом з учнями** — тоді вони краще їх дотримуються.
- Обговорюйте наслідки порушень без приниження.
- Заохочуйте колективну відповідальність та взаємодопомогу.

7. Спільна діяльність і командний дух

- Залучайте учнів до спільних проєктів, волонтерства, творчих заходів.
- Використовуйте групову роботу, де кожен має свою роль.
- Відзначайте не лише результат, а й процес співпраці.

8. Співпраця з батьками та психологом

- Підтримуйте регулярний контакт з батьками.
- Залучайте практичного психолога до профілактики булінгу.
- Працюйте командно: класний керівник – психолог – батьки.

9. Підтримка в умовах стресу та війни

- Будьте уважні до змін у поведінці дітей.
- Давайте право на емоції та «неідеальні» дні.
- Створюйте стабільність через рутину, теплі традиції класу.