

## Η επίδραση της Θετικής Ψυχολογίας στην Εκπαίδευση

Η Θετική Ψυχολογία, είναι ένας πολλά υποσχόμενος κλάδος της Ψυχολογίας. Εστιάζεται στην προαγωγή της ευζωίας, της ευημερίας και της ικανοποίησης από την ζωή μελετώντας τον ρόλο των θετικών συναισθημάτων, χαρακτηριστικών, κινήτρων και ικανοτήτων των ανθρώπων. Βασικές της έννοιες είναι η ψυχική ανθεκτικότητα, η ελπίδα, η αισιοδοξία. Πώς μπορεί όμως να εφαρμοστεί στην εκπαίδευση;

Η Θετική Ψυχολογία στον χώρο της Εκπαίδευσης στοχεύει στην υποστήριξη μαθητών κι εκπαιδευτικών και στη δημιουργία θετικού κλίματος δημιουργικότητας, έμπνευσης και ψυχικής ανθεκτικότητας.

Όσον αφορά στους μαθητές εστιάζει στην ψυχοσυναισθηματική τους ανάπτυξη μέσω της βελτίωσης της λειτουργικότητάς τους και της ψυχικής – πνευματικής τους υγείας . Για τον λόγο αυτό δίνεται σημασία στην έγκαιρη πρόληψη, στην αξία της ελπίδας, της αισιοδοξίας και της ποιότητας ζωής των παιδιών.

Όσον αφορά στους εκπαιδευτικούς μπορεί να τους βοηθήσει να γίνουν πιο ανθεκτικοί απέναντι στο στρες και στην επαγγελματική εξουθένωση., να διατηρούν θετική αυτοεικόνα, να είναι ικανοί να αντιμετωπίσουν συνθήκες στις οποίες ενδέχεται να βάλονται κι έτσι να μπορούν να αποδώσουν ουσιαστικά στην εργασία τους

Η Θετική Ψυχολογία έχει κυρίως προληπτικό ρόλο στον χώρο της Εκπαίδευσης . Συντελεί στην δημιουργία μιας διαφορετικής οπτικής σχετικά με τις ανάγκες και τα προβλήματα της εκπαιδευτικής διαδικασίας. Αυτό επιτυγχάνεται ως ακολούθως: α) τα θετικά συναισθήματα ως εφόδιο στην επίλυση προβλημάτων (θετικό κλίμα στην τάξη, ανακάλυψη εναλλακτικών νοημάτων και τρόπων προσέγγισης προβλημάτων), β) τα θετικά συναισθήματα ως εναλλακτική διαδρομή δημιουργικότητας (καλλιέργεια ενδιαφέροντος του μαθητή, περιέργειας, εμπλοκή στη διαδικασία μάθησης), γ) διαφοροποίηση διδακτικών παρεμβάσεων με άξονα τη δυνατότητα βίωσης θετικών συναισθημάτων (παιχνίδια ρόλων, ανακάλυψη νέων μεθόδων μάθησης).

Ας μην λησμονούμε ότι η κινητήριος δύναμη στη ζωή μας είναι τα συναισθήματα. Η μάθηση είναι μια συναισθηματική διαδικασία, αφού, προκειμένου να μπορούμε να μάθουμε, πρέπει να είμαστε συναισθηματικά καλά. Αλλά και οι εκπαιδευτικοί για να μπορούν να αποδώσουν τα μέγιστα στο έργο τους πρέπει να είναι συναισθηματικά καλά. Αυτές τις όψεις έρχεται να φωτίσει η Θετική Ψυχολογία στην Εκπαίδευση και να βοηθήσει, ώστε να παραχθεί το βέλτιστο αποτέλεσμα.

Με εκτίμηση

Καστόρη Μαρία

Ψυχολόγος

- Το άρθρο είναι βασισμένο στο άρθρο «Η Θετική Ψυχολογία στην Εκπαίδευση» της Ελληνικής Εταιρίας Θετικής Ψυχολογίας