

СИСТЕМНА ІМПЛЕМЕНТАЦІЯ СОЦІАЛЬНО-ЕМОЦІЙНОГО НАВЧАННЯ В ОСВІТНІЙ ПРОЦЕС: ВІД ПСИХОЛОГІЧНОЇ СТАБІЛІЗАЦІЇ ДО РЕФЛЕКСИВНИХ ПРАКТИК

Актуальність впровадження практик соціально-емоційного навчання (СЕН) зумовлена необхідністю подолання тривалого психологічного стресу, якого зазнають учасники освітнього процесу внаслідок збройної агресії РФ. Згідно із Законом України «Про освіту» (2017) та концепцією «Нова українська школа» (2016), формування емоційного інтелекту та м'яких навичок є обов'язковим складником цілісного розвитку особистості. Особливої ваги це набуває на рівні початкової освіти, де згідно з Державним стандартом початкової освіти (2018), соціальна та здоров'язбережувальна компетентності становлять фундамент для адаптації дитини до навчання та формування її життестійкості. Вимоги Державного стандарту базової середньої освіти (2020) також прямо вказують на важливість розвитку соціальної та громадянської компетентностей, що неможливо без стабільного психоемоційного стану дитини.

У контексті Національної програми психічного здоров'я та психосоціальної підтримки (2022, ініціатива Олени Зеленської «Ти як?»), інтеграція «хвилинок стійкості» у структуру уроку стає дієвим інструментом профілактики посттравматичного стресового розладу (ПТСР) та психологічної дезадаптації учнів. Модернізація виховної роботи відповідно до наказів МОН щодо забезпечення психологічного супроводу вимагає від педагога переходу від суто дидактичних завдань до створення безпечного освітнього середовища. Відтак, рефлексія та практики саморегуляції на уроках є не додатковим навантаженням, а необхідною умовою для відновлення когнітивної спроможності учнів та забезпечення якості освіти в умовах війни.

Питання емоційного розвитку та психологічної підтримки учнів перебувають у центрі уваги таких дослідників, як І. Бех, Д. Гоулман, С. Максименко, В. Панок. Сучасні прикладні аспекти імплементації СЕН у кризових умовах активно розробляє С. Ройз.

Соціально-емоційне навчання (СЕН) – це процес, за допомогою якого діти та дорослі набувають і ефективно застосовують знання,

навички та ставлення, необхідні для розуміння емоцій і керування ними, встановлення та досягнення позитивних цілей, відчуття і виявлення емпатії до інших, встановлення та підтримки позитивних взаємин і прийняття відповідальних рішень [2, с.4; 5].

В освітній практиці існує чимало програм СЕН, що базуються на міжнародних стандартах, зокрема: «СЕН «Зерна» (SEL Kernels) – програма Лабораторії екологічних підходів до соціально-емоційного навчання (EASEL Lab) Гарвардської вищої школи освіти [4], яка пропонує гнучкі, короткотривалі стратегії («зерна») для розвитку конкретних навичок без необхідності виділення окремих уроків; Програми на основі моделі CASEL [5], що фокусуються на п'яти ключових компетенціях: самоусвідомленні, самоконтролі, соціальній свідомості, навичках взаємин та відповідальному прийнятті рішень.

В Україні впроваджено й активно адаптовано до національного контексту такі інноваційні проекти: «Соціально-емоційне та етичне навчання» (CEEH/SEE Learning) – комплексна програма, що реалізується за підтримки EdCamp Ukraine та фокусується на розвитку системного мислення, співпереживання та психологічної стійкості; «Соціально-емоційний розвиток і навчання з «Веселими Друзями» (від The LEGO Foundation) – ігрова програма для початкової школи, яка через метафоричні історії та персонажів допомагає дітям моделювати соціальні взаємодії та безпечно проживати емоційний досвід [1, с. 2]; Проєкт «Ти як?» (у межах Національної програми психічного здоров'я), що інтегрує практики саморегуляції та «хвилинки стійкості» Світлани Ройз [3] безпосередньо у щоденну структуру шкільних занять.

Аналіз вищезазначених освітніх програм, зокрема «СЕН «Зерна» (EASEL Lab) та «Веселі Друзі» (The LEGO Foundation), дає підставу виокремити алгоритм впровадження СЕН у щоденну структуру уроку:

1. Психологічне налаштування та саморегуляція. Використання коротких технік – «зерен» – на початку заняття допомагає учням переключити увагу й опанувати емоції. Наприклад, вправи на розпізнавання емоцій за допомогою міміки та жестів (згідно з методикою «СЕН «Зерна») сприяють розвитку емпатії і здатності розуміти почуття інших без слів. Картки практик С. Ройз «Стійкість для стійких» [3] забезпечують вчителя готовим інструментарієм для швидкої стабілізації дихання та м'язового розслаблення.

2. Діяльнісний підхід через ігрові формати. Програма «Веселі Друзі» [1] демонструє ефективність використання метафоричних

історій та персонажів. Опрацювання проблемних ситуацій (наприклад, через «Компас совісті») вчить дітей конструктивно реагувати на виклики, визнавати провину та знаходити вихід із конфліктів у безпечній ігровій формі. Це створює умови для розвитку «суспільної свідомості» та навичок відповідальної поведінки.

3. Системна рефлексія як фінальний етап. Рефлексія визначається рушійною силою не лише для професійного зростання педагога, але й для глибокого засвоєння навичок учнями. Важливо трансформувати підхід від контролю знань до аналізу досвіду: використання відкритих запитань («Чи потрібно це у реальному житті?», «Які почуття було важко розпізнати?») допомагає дитині усвідомити цінність отриманого соціального досвіду.

Упровадження практик СЕН у структуру кожного уроку – від «хвилинок стійкості» до фінальної рефлексії – дає змогу створити психологічно безпечний простір, де розвиток емоційної стійкості інтегрований в освітній процесу. Це не лише мінімізує негативні наслідки воєнного стресу, але й формує покоління дітей, здатних до емпатії, самоконтролю та відповідальної взаємодії в суспільстві.

ЛІТЕРАТУРА

1. Соціально-емоційний розвиток і навчання з Веселими Друзями: Збірка активностей. The LEGO Foundation. [Б. м.], [Б. р.]. 54 с.
2. Путівник-порадник для педагога. Соціально-емоційний розвиток і навчання разом з Веселими Друзями. The LEGO Foundation. [Б. м.], [Б. р.]. 36 с.
3. Ройз С. Збірка авторських розробок. URL: <https://irc-netushyn.miskrada.org.ua/news/15-08-26-25-07-2024/>
4. СЕН «Зерна»: розвиток соціально-емоційних навичок / EASEL Lab, Harvard Graduate School of Education. URL: <https://selkernels.gse.harvard.edu/uk-UA/getting-started> (дата звернення: 17.05.2024).
5. CASEL. Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning. Framework. URL: <https://casel.org/fundamentals-of-sel/> (дата звернення: 16.05.2024).