

СОЦІАЛЬНО-ЕМОЦІЙНЕ ТА ЕТИЧНЕ НАВЧАННЯ ЯК ПЛАТФОРМА ДЛЯ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ УЧНІВ ПОЧАТКОВИХ КЛАСІВ НА УРОКАХ ЧИТАННЯ В УМОВАХ НУШ

Кравченко Ірина Миколаївна, магістрантка
факультету дошкільної, початкової освіти і мистецтв
Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т.Г. Шевченка

Анотація. Статтю присвячено сутності соціально-емоційного та етичного навчання (СЕЕН) у контексті розвитку емоційного інтелекту молодших школярів у НУШ. Схарактеризовано виміри та рівні СЕЕН. Обґрунтовано значення впровадження елементів соціально-емоційного та етичного навчання на уроках читання. Стаття містить вправи та практики, які спрямовані на розвиток емоційного інтелекту та компетентностей і навичок СЕЕН.

Ключові слова: соціально-емоційне навчання, етичне навчання, емоційний інтелект, Нова українська школа, уроки читання, початкова школа.

Вступ. В умовах соціально-етичних та духовних зрушень, які наразі відбуваються в Україні формула Нової української школи передбачає наскрізне застосування в освітньому процесі таких технологій, що є спрямованими на формування та розвиток емоційного інтелекту учнів початкових класів.

Превалювання форм, методів і прийомів, які здатні до розвитку емоційної складової, дозволить учителю виховати емпатійну, соціально активну, морально відповідальну особистість. Це так чи інакше залежить від рівня сформованості емоційного інтелекту учнів та може існувати лише тоді, коли школяр здатний перебувати у стійкому діалозі з власними емоціями та «Я», прагне виявляти уважне ставлення до емоційного світу інших людей та успішно вдаватися до комунікації у спілкуванні, а також розуміти важливість і сутність гуманного ставлення, моральних норм та етичних принципів життя.

З цією метою в Україні відбувається пілотування програми СЕЕН на базі 26 шкіл у рамках загальнонаціонального шкільного експерименту за участі Інституту модернізації змісту освіти, Інституту проблем виховання Національної академії педагогічних наук (наказ МОН від 18.11.2019 р. № 1431) [4]. Це стало можливим за допомоги громадської організації «EdCamp Ukraine».

СЕЕН є досить гнучкою програмою, тож органічно вплітається у структуру окремих предметів варіативної складової, вправно виконує свої функції у рамках позакласних і позашкільних занять, а також може бути наскрізно інтегрованою у будь-який предмет. Попри це ми хочемо зупинитися на особливостях застосування СЕЕН на уроках читання у початковій школі.

Мета дослідження. На основі вищевикладеного метою статті є уточнення змісту поняття «соціально-емоційне та етичне навчання» як платформи для розвитку емоційного інтелекту молодших школярів та розкриття способів практичного застосування СЕЕН на уроках читання у початковій школі.

Матеріали і методи дослідження. У процесі написання статті ми використали такі методи дослідження, як аналіз наукових джерел, систематизація та узагальнення даних з метою виявлення стану досліджуваної проблеми. СЕЕН стало об'єктом досліджень нещодавно, однак багато учених та дослідників приділили увагу питанню його актуальності, зокрема Д. Гоулмен, Далай-лама XIV, О. Елькін, Тсондю Самфел, Б. Озава-де Сільва, К. Тінарі.

Результати дослідження. Початок навчання у школі — визначний момент у житті дитини. Він кардинально змінює весь спосіб її буття: поява нових вимог, обов'язків і обмежень — жорсткий режим відвідування школи, систематична праця, нові норми і правила поведінки, виконання вказівок учителя; новий статус школяра; нові соціальні відносини «учень-учень», «учень-учитель». Усе це є для дітей сильним стресом: їх переповнюють почуття радості, захвату або здивування, і водночас вони відчують тривогу, розгубленість, напруження [1, 33]. СЕЕН допоможе скерувати емоції у правильне русло, пом'якшити протікання цього непростого періоду в житті першокласників через формування соціально-емоційної та етичної сфери та

продовжувати розвивати складові емоційного інтелекту в 2-4 класах. Адже саме молодший шкільний вік є сенситивним періодом для його розвитку.










Соціально-емоційне та етичне навчання (СЕЕН) / Social, Emotional and Ethical Learning (SEEL) — це програма для дошкільної та шкільної освіти, розроблена спеціалістами Університету Еморі (Атланта, США) з метою підсилення соціального, емоційного та етичного розвитку дітей і молоді. Програма доповнює наявні програми з соціально-емоційного навчання тим, що додатково тренує увагу дітей, співчуття й турботу, етичну залученість, а також усвідомленість великих спільнот і систем, у яких ми живемо [2, 26]. До створення програми доклали зусиль спеціалісти з Еморі, міжнародні експерти, а також Далай-лама XIV, який є духовним лідером тибетського народу та лауреатом Нобелівської премії миру. Співзасновником Спільного проекту на підтримку академічного, соціального та емоційного навчання та науковим референтом програми став американський психолог Деніел Гоулмен. Його праці з емоційного інтелекту та кращі світові освітні практики стали підґрунтям програми, а натхненням — заклики Далай-лами XIV до миру, порозуміння, співпереживання та усвідомлення того, що для усіх домом є Земля [2, 6-8].

Проаналізувавши ключові компетентності НУШ, можемо зробити висновок про те, що емоційна компетентність не займає лідерської позиції, оскільки не є окремою та самостійною. На жаль, вона лише частково виявляє себе у рамках громадянських та соціальних компетентностей. Однак соціально-емоційне та етичне навчання має можливість згладити цей гострий кут.

В основі СЕЕН лежить прагнення навчити учнів турбуватися про себе та інших, особливо в плані емоційного й соціального здоров'я. Воно побудоване на співпереживанні: до себе та інших. Співпереживання не виховується через примушування, а лише за допомогою плекання конкретних навичок: вміння регулювати нервову систему й давати собі раду зі стресом, розуміння емоцій інших та вміння конструктивно з ними працювати, навичок соціалізації та побудови взаємин, ширшого погляду на спільноти, в яких ми живемо [2, 26].

Нова українська школа заперечує твердження, якого дотримувалися школи до введення реформи у дію: успіх школярів прямо пропорційний оцінкам, які діти одержують протягом навчання. Сьогодні частково ця тенденція зберігається, позаяк закладам освіти необхідно зберігати репутацію, маючи бажання бути престижною школою. Це виявляється у складаннях учнями ДПА, ЗНО, отриманні високих місць на олімпіадах тощо. Сучасна школа розуміє, що це є лише частиною учнівської діяльності, тому насамперед слід закласти міцний фундамент навчання та застосування критичних неакадемічних навичок, таких як: розвиток стійких та здорових стосунків з людьми; виявлення та ідентифікація причин появи емоцій; передбачення наслідків бурхливих виявів емоцій та власного емоційного реагування на ситуації; керування емоційним станом, уміння стримувати емоції за потреби тощо. Ці навички знаходяться в одній площині з емоційним інтелектом учнів, їхнє ефективне здійснення можливе за умови впровадження СЕЕН.

Соціально-емоційне й етичне навчання побудовано на трьох вимірах (усвідомленість, співпереживання та залученість), кожен із яких можна розглядати на трьох рівнях (особистісний, соціальний та системний). Ця структура базується на доказових результатах роботи СЕН (соціально-емоційного навчання) і перегукується з моделлю, запропонованою авторами Д. Гоулменом і П. Сенге в книжці «Потрійний фокус»: увага до себе, увага до інших і увага до взаємозалежності та систем [2, 11].

		ВИМІРИ		
		УСВІДОМЛЕНІСТЬ	СПІВПЕРЕЖИВАННЯ	ЗАЛУЧЕНІСТЬ
РІВНІ	ОСОБИСТІСНИЙ	 Увага і само- усвідомленість	 Співпереживання собі	 Саморегуляція
	СОЦІАЛЬНИЙ	 Міжособистісна усвідомленість	 Співпереживання іншим	 Навички побудови взаємин
	СИСТЕМНИЙ	 Поцінування взаємозалежності	 Визнання спільності з людством	 Залученість до локальної й світової спільнот

Кожний вимір містить певний набір компетенцій, яких можливо навчати окремо, але найкраще розглядати в спільному контексті. Щоб діяти конструктивно (як особистість, колектив), треба спершу осмислити проблему (усвідомлення). Другий крок — включитися в неї емоційно: це мотивує до дії (співпереживання). Третій крок — діяти вміло (залученість) [2, 12].

Коли співпереживання стає фундаментом соціально-емоційного й етичного навчання, це відкриває можливості учнівству краще усвідомлювати власні вчинки й слова, а також відмовитися від дій, які шкодять їм та оточенню. Це — особистісний рівень, який стосується турботи про себе. Другий рівень, соціальний, розширює цю турботу також на інших — стимулює розвиток емпатії й співпереживання, а також ефективних навичок міжособистісних взаємин і спілкування. І третій рівень — системний, орієнтований на те, щоб допомагати учнівству розвивати усвідомленість, цінності та навички, скеровані на ширші громади, завдяки чому вони виростають відповідальними та ефективними громадянами й громадянками світу [2, 15].

Роль учительства зводиться до фасилітації — керівництво процесом і підтримка учнів у втіленні запланованого. Керівництво не означає давати готові

відповіді, вказівки, а радше підказки, пов'язані з їхніми запитами і попередньо засвоєними знаннями й навичками, отриманими з СЕЕН [2, 29].

Під час пандемії програма СЕЕН пропонує використовувати практики з метою заспокоєння нервової системи, сприяння більшій рівновазі в душі та тілі, виховання співпереживання до себе та інших. Виділяють такі види практик:

1. Письмові практики та постери. Їх можна роздрукувати, повісити в класі або виводити на екран чи використовувати в соціальних мережах у разі дистанційного навчання (тоді те, що потрібно вписувати, діти можуть писати в чат). Перший постер відображає суть — про що вправа, наступні — її етапи. До практик розроблені робочі аркуші (див.: 4). Зараз є 7 практик (список поповнюватиметься): «Що не скасовано?», «Співпереживання собі», «Пригадуємо доброту», «Змістити і зафіксувати», «Вправи на вдумливість», «Давати раду ризикованим емоціям», «Ми всі пов'язані між собою».

Наведемо приклад письмової практики «Що не скасовано?». Її мета — подумати про те, що досі, навіть в умовах карантину, залишається доступним і незмінним. Що потрібно зробити: узяти робочий аркуш із друкованою основою і скласти список того, що залишається незмінним у зв'язку з коронавірусом (наприклад, читання перед сном, ранкове чаювання); запропонувати дітям намалювати один із власних варіантів того, що не скасовується через коронавірус; запитати: «Коли ви дивитеся на малюнок, що відчуваєте в тілі?», «Це приємні чи нейтральні відчуття?», «У якій частині тіла?» (це можна позначити на малюнку); описати свої відчуття (наприклад, потепління чи мурахи шкірою, прохолода чи розслабленість, напруженість м'язів), адже первинні сигнали відчуттів можуть допомогти зокрема в контролюванні емоцій.

2. Аудіопрактики. Це однохвилинні записи для відточування м'яких навичок. Їх можна використовувати вдома чи будь-де. Практики дублюються: з музикою чи тільки з голосом. Ви можете бути як із заплющеними, так і з розплющеними очима — як зручніше. Є 8 аудіопрактик: «Ресурсність», «Заземлення», «Миттєва допомога», «Вдумливе дихання», «Стеження за

розумом», «Співпереживання собі», «Співпереживання», «Вирішення конфліктів» (див.: 4).

Наведемо приклад аудіопрактики «Заземлення». Оберіть зручне положення тіла або візьміть у руки чи торкніться до предмету (поверхні), від яких (біля яких) ви відчуваєтеся максимально заземленими; зверніть увагу на те, що ви відчуваєте всередині; якщо переживаєте в тілі приємне або нейтральне відчуття, зосередьтеся на ньому або на тій частині тіла, у якій воно відчувається, ще секунд 10-15; подумайте, що ще ви помічаєте [4].

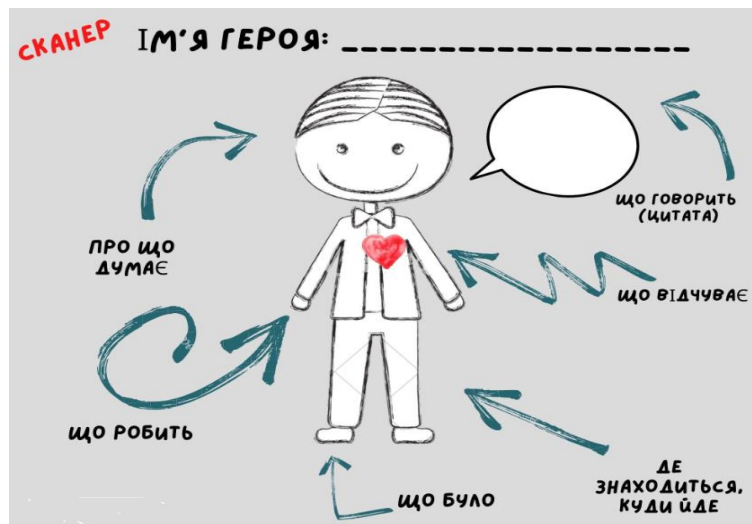
Урок СЕЕН у школі передбачає використання практик, які адаптовані для кожного віку, але однакові за змістом. Кожен урок займає від 20 до 40 хвилин і має 5 частин: «розігрів», презентація / обговорення, вправа на осмислення, рефлексивна практика, підсумки [2, 10]. Існує спеціальний методичний посібник «Вибрані матеріали міжнародної програми з формування м'яких навичок СЕЕ-навчання», який наразі перекладається та постійно оновлюється, додаючи адаптовані для українських учнів плани-конспекти уроків.

Упроваджувати елементи СЕЕН на уроках читання можна і потрібно, оскільки саме уроки читання мають найбільший потенціал для розвитку емоційного інтелекту, дозволяючи зануритися у казкову історію та переживати різноманітні емоції за героїв твору.

Як показує практика, більшість дітей молодшого шкільного віку, розглядаючи ілюстрації, можуть визначити на якій зображено сумну людину, а на якій веселу. Однак підібрати синоніми (наприклад: сумний — журливий, тривожний, тужливий, мінорний, печальний; веселий — щасливий, сонячний, жартівливий, життєрадісний, кумедний тощо), розрізнити відтінки емоцій, віднайти причини появи конкретних емоцій та наслідки для них є важким завданням. Молодші школярі вразливі та емоційно чутливі, тому монотонний урок є причиною появи емоційного відторгнення до навчання. Аби запобігти цьому, варто використовувати вправи та практики, які допоможуть розвинути компетентності та навички СЕЕН, а також емоційний інтелект:

1. *Сканер героя.* Цю вправу розробила талановита учителька Херсонської гімназії № 1 Вікторія Концева. Вона звертає увагу на те, що часто вчителі випереджають учнів, називають емоції та почуття героїв твору замість дітей. Це не правильно, адже усвідомлення емоцій інших — це перший крок до розвитку емпатії. А другий крок — це розуміння вчинків персонажа. Лекторка зазначає, що існує кліше, за яким учні засуджують героїв, однак не потрібно цього робити. Слід виявити емпатію: «Чому герой так вчинив?», «Що його спонукало до такого вчинку?», «Чого бракувало герою?», «Як він переживав цю подію?».

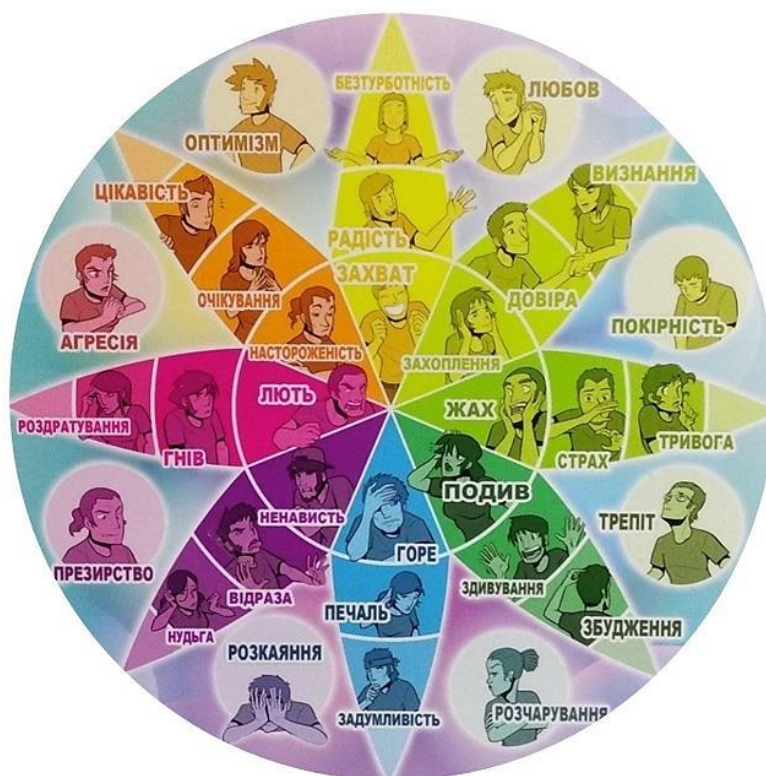
Вправа має на меті дати характеристику літературному герою шляхом заповнення схеми-шаблону: голова — «Про що думає герой?», «Які у нього думки?»; мовленнєве віконце (цитата описова фраза) — «Що говорить герой?»; руки — «Що робить герой?», «Якими є його вчинки?», «Чим займається?»; ноги — «Куди герой йде?», «Де він знаходиться?», «Де його місце?»; серце — «Що герой відчуває?»; місце під ногами — важливі факти, події, які вплинули на подальші вчинки («Що сталося з героєм, що він став таким зараз?») та фундамент світогляду героя («На чому тримаються погляди героя?», «Чому він думає так, а не інакше?»).



Отже, відсканувавши героя і побачивши, що за ним криється, діти краще розуміють його емоції, дії, спосіб життя [3]. Відсканувавши двох героїв твору, можна їх порівняти: чим схожі, а чим відрізняються. Сканування героя використовується на етапі сприймання й усвідомлення нового навчального

матеріалу та на етапі творчого застосування знань, умінь і способів діяльності. Просканувати самого себе корисно на етапі рефлексії.

2. *Колесо емоцій Роберта Плутчика.* За педагогічним досвідом Вікторії Концевої колесо використовують на етапі мотивації навчальної діяльності або рефлексії. Часто вчителі зіштовхуються з проблемою: діти не розуміють власних емоцій, не вміють їх розпізнавати та виражати. Аби розвинути цю компетентність використовують різні схеми емоцій, до яких учні звертаються протягом уроку. Одна з них — колесо емоцій Р. Плутчика. На початку уроку або після прочитання твору корисно запитати: «Діти, що ви зараз відчуваєте?». Таким чином учитель може дізнатися, яка палітра настрою переважає у класі. Початківці часто не можуть відповісти на це запитання не тому, що вони не знають, а тому, що вони не можуть дібрати правильну назву тієї чи іншої емоції. Тому краще покласти колесо кожному на парту. Важливо не просити дітей пояснити емоцію, оскільки часто ми й самі не знаємо, чому ми відчуваємо саме її. Під час читання твору важливо періодично запитувати у дітей: «Які емоції зараз переживає герой?», «Що відчував герой, коли...?», «Які емоції у вас викликає твір?» тощо. Таким чином учні прослідковують, як змінювалися емоції героя протягом твору [3].



3. *Складання афірмацій.* Афірмація (лат. affirmatio — підтвердження) — це коротке твердження-установка, формула самонавіювання, яке підсвідомо налаштовує дитину на позитив. Оскільки думки — матеріальні, і якщо ми будемо думати про щось, воно обов'язково здійсниться. Афірмації можуть звучати так: «Я вірю у свої сили», «Мої ідеї неперевершені», «Я наполегливий і працьовитий» тощо. Афірмації слід гарно записати, для молодших школярів буде цікавим завдання створити паперовий браслет з афірмацією. На уроках читання такі мотиваційні афірмації корисно створювати для героїв, щоб підтримати їх або чогось побажати. Це дозволяє учням глибше зануритись у внутрішній світ героїв та перейнятися їхніми життєвими ситуаціями та проблемами, краще відчуті їхні мотиви.

4. *Крива емоцій.* Використовується з метою прослідковування динаміки змін емоційного стану героя. Учням варто розказати про орієнтовні зони виявлення емоцій: зелена зона — стан, коли людина почуває себе добре, здатна виконувати щоденні справи, радіє життю; червона зона — зона збудження, коли людина тривожна, зла, сердита, напружена, не може зосередитися; чорна зона — зона пригнічення, за якої людина відчуває знесилля, втому, байдужість до усього. Для позначення сильних стресових чинників, які дуже вплинули на літературного героя, введіть особливу позначку, наприклад знак оклику.

Після інструктажу, читаючи твір, одночасно малюйте різнокольорові лінії (зелені, червоні чи чорні), коли настрій та емоційний стан героя змінюється. Коригувати тривалість певної емоції можна за допомогою довжини лінії. Таким чином у кінці отримуємо криву емоцій, яка наочно показує наскільки інтенсивно вони змінюються протягом твору. Це дозволяє визначити події, які вплинули на героя найсильніше та найслабше; дає змогу порівняти початковий та кінцевий емоційний стан; визначити на око колір якої зони домінує, які емоції переважали у героя. Краще зображувати криву разом на дошці, адже у такому разі можливе колективне обговорення. Однак такий вид роботи буде цікавим для початківців і у якості домашнього завдання.

Наводимо приклад кривої емоцій тата Мерле до оповідання М. Вітлера «Кошеня пропало», з яким учні ознайомлюються у 3 класі.



5.Письмо-рефлексія. Воно передбачає запис думок, емоцій, які виникли у школярів під час читання твору. Проводиться під тиху музику чи у тиші. Також можна запропонувати учням записати емоції головного героя. Наприклад, під час вивчення у 3 класі оповідання «Співуча пір'їнка» В. Сухомлинського учні пишуть, які емоції відчував птах Стрепет, коли загубив пір'їнку, і коли знайшов. Більш точно описати емоції допоможе уже знайоме колесо Плутчика.

Висновки. Концепція НУШ одним із головних завдань вбачає формування в учнів навичок XXI століття — м'яких навичок, зокрема уміння ідентифікувати та керувати емоціями, виявляти співчуття та емпатію, проєктувати позитивну емоційну взаємодію, розвивати соціальні навички та емоційне сприйняття світу. СЕЕН оптимально вирішує не тільки це завдання, а й змінює ставлення учнів до школи, учителів, однокласників та до самих себе.

Програма теоретично обґрунтовує структуру СЕЕН, яка виокремлює три рівні та виміри, що є основою для успішної самореалізації. Вона дає можливість учням бути соціально, емоційно та етично залученими до світової спільноти, а також дозволяє глибше зануритися у надрі власного внутрішнього емоційно-почуттєвого світу. Оскільки використання вправ та практик програми передбачають обговорення проблемних ситуацій, висловлення власної думки, проговорювання емоцій, які виникли, прислухання до мови свого тіла.

З огляду на це можемо відзначити, що програма соціально-емоційного й етичного навчання є актуальною та пріоритетною у вирішенні головних завдань розвитку емоційного інтелекту молодших школярів на уроках читання. Однак специфіка взаємозв'язку СЕЕН та розвитку емоційної сфери молодших школярів на уроках читання досліджена ще недостатньою мірою. Це відкриває нові горизонти для подальшого вивчення зазначеної проблеми.

Abstract. The article is devoted to the essence of socio-emotional and ethical learning (SEEL) in the context of the development of primary school students emotional intelligence in NUS. Measurements and levels of SEEL are characterized. The importance of introducing elements of socio-emotional and ethical learning on reading lessons is substantiated. The article contains exercises and practices aimed at developing emotional intelligence and SEEL competencies and skills.

Keywords. Socio-emotional learning, ethical learning, emotional intelligence, New Ukrainian School, reading lessons, primary school.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Бібік НМ, редактор. Нова українська школа: порадник для вчителя. Київ: Літера ЛТД; 2018: 160.
2. Елькін О, Масалітіна О, Фюрст Я, редактори. Вибрані матеріали міжнародної програми з формування м'яких навичок СЕЕ-навчання. Харків: Дім реклами; 2019: 60.
3. Редакція журналу «На Урок». Вправи на урок літератури: розвиток EQ і не тільки. Ключові тези виступу Вікторії Концевої. 2020. URL: <https://naurok.com.ua/post/vpravi-na-urok-literaturi-rozvitok-eq-i-ne-tilki> (дата звернення: 21.11.2020).
4. Швадчак Н. Навчання в умовах COVID-19: які практики пропонує програма соціально-емоційного та етичного навчання. Сайт НУШ. 2020. URL: <https://nus.org.ua/articles/navchannya-v-umovah-covid-19-yaki-praktyku-proponuye-programa-sotsialno-emotsijnogo-ta-etychnogo-navchannya/> (дата звернення: 21.11.2020).