
Сприяння розвитку соціально-емоційних навичок дітей через початкову освіту

Олена КОВАЛЬ,
старший викладач кафедри методики
дошкільної та початкової освіти
КВНЗ «Харківська академія неперервної освіти»
kovalolena367@gmail.com

У статті висвітлено зростаючу важливість соціально-емоційних навичок у сучасному глобалізованому світі, особливо в контексті викликів, спричинених війною в Україні. Зазначено, що соціально-емоційне навчання (СЕН) є невід'ємною частиною освітнього процесу, формуючи фундамент для засвоєння академічних знань і подолання освітніх втрат. Особливу увагу приділено принципу співпереживання, усвідомленості та залученості як ключовим компонентам СЕН. Автор аргументує, що розвиток соціально-емоційних навичок сприяє покращенню академічної успішності, позитивному ставленню до школи, психічному благополуччю та здатності долати життєві труднощі.

Ключові слова: соціально-емоційні навички, соціально-емоційне навчання (СЕН), освітні втрати, психологічне благополуччя, емпатія, усвідомленість, співпереживання, Нова українська школа, програма «Зерна», початкова освіта.

У сучасному глобалізованому світі особливо важливою є потреба в людях, які володіють розвиненими соціально-емоційними навичками.



Державна служба якості освіти України впродовж 2023/2024 навчального року провела дослідження щодо якості організації освітнього процесу в умовах війни. Результати дослідження оприлюднено. В опитуванні взяли участь директори, учителі, учні/учениці та батьки зі 118 шкіл, розташованих у всіх регіонах нашої країни [1]. Мета дослідження – не лише вивчення змін в освітньому процесі, кадровому складі та матеріально-технічному забезпеченні, але й аналіз освітніх втрат, визначення категорій учнів, які найбільше потребують допомоги, а також з'ясування характеру цієї допомоги.

Одне з ключових запитань, яке ставили учням/ученицям: «Як ти почувався(-лася) у цьому навчальному році?». Відповіді свідчать про високий рівень тривожності та напруги серед дітей, хоча самі вони часто цього не усвідомлювали. Виявилось, що в дітей недостатньо розвинені вміння регулювати, розпізнавати й озвучувати власні емоції, звертатися по допомогу до дорослих, уміння справлятися зі стресом і напругою.

Ці виклики безпосередньо пов'язані з потребою в розвитку соціально-емоційних навичок серед усіх учасників освітнього процесу. Саме тому освітні політики та практики мають оперативно реагувати – упроваджувати дієві програми, навчальні курси, а також інтегрувати соціально-емоційне навчання в усі рівні освіти: від дошкільної до вищої та післядипломної.

Це питання на сьогодні є в центрі уваги не лише науковців і дослідників, а й усієї педагогічної спільноти, адже розвиток соціально-емоційних навичок є фундаментом для засвоєння академічних знань і формування ключових компетентностей. А це сприяє не лише покращенню навчальних результатів учнів/учениць, а й подоланню освітніх утрат.

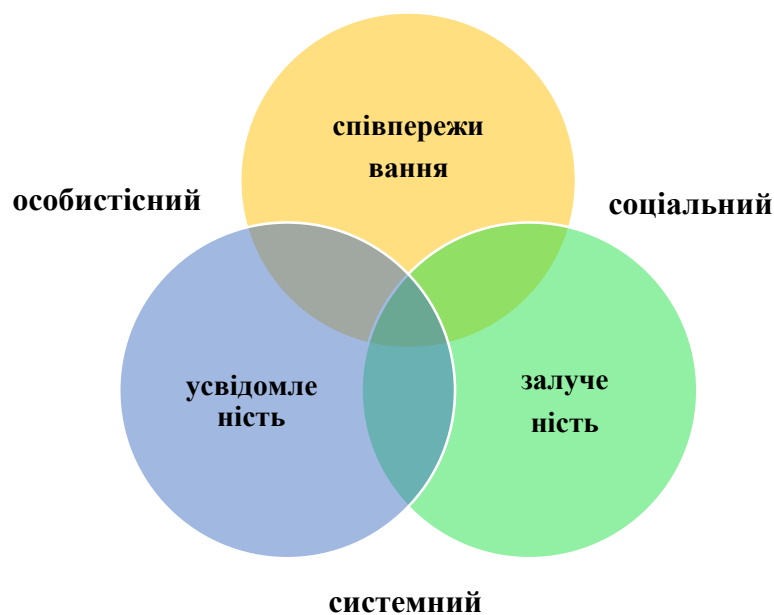
Соціально-емоційне навчання стає невід'ємною частиною освітнього процесу. Виникають питання: чому важливо розвивати соціально-емоційні навички, чи усвідомлюють педагоги значення «соціально-емоційного навчання»?

Незважаючи на різноманітні підходи до трактування цього терміна в психолого-педагогічній науці, соціально-емоційне навчання визнається однією з ключових складових особистісного розвитку. Це тривалий і багатоетапний процес, що розпочинається ще в дитинстві та відбувається впродовж усього життя.

Соціально-емоційне навчання (СЕН) – це знання, навички, переконання, підходи, поведінка та компетентності, що допомагають дітям бути ефективними під час освітнього процесу й упродовж усього життя.

Соціально-емоційне навчання (СЕН) спрямоване на формування широкого спектра навичок, таких як: емпатія, здатність розуміти погляди інших, розпізнавати й усвідомлювати емоції, ефективно взаємодіяти з людьми, критично мислити, долати стресові ситуації, креативно вирішувати проблеми, ставити цілі та досягати їх. Ці навички є фундаментальними як для дітей, так і для дорослих – вони сприяють успішному навчанню та гармонійному розвитку в усіх сферах життя.

СЕН побудовано на трьох вимірах, які відповідають типам знань і компетенцій, що їх СЕН прагне передати учнівству:



Перший рівень СЕН, *особистісний*, стосується турботи про себе.

Другий рівень, *соціальний*, розширює цю турботу також на інших – стимулює розвиток емпатії та співпереживання, а також ефективних навичок міжособистісних взаємин і спілкування.

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.

Соціально-емоційне та етичне навчання (СЕЕН) побудоване на принципі *співпереживання*, який пронизує всі три ключові виміри цього підходу. **Співпереживання** означає здатність ставитися з добротою, емпатією та уважністю до емоцій – як позитивних, так і пов'язаних із хвилюванням.

У СЕЕН цінності не нав'язуються, а формуються через особисте усвідомлення, тому навчити доброти та співчуття неможливо через прості вказівки – це процес внутрішнього зростання. У цьому контексті критичне мислення відіграє ключову роль, але йдеться не про будь-яке його застосування, а про такий його тип, що сприяє глибшому розумінню власних потреб, прагнень і життєвих орієнтирів, а також потреб і благополуччя інших людей [2, с. 30].

Усвідомленість – це процес формування глибокого особистісного розуміння власних думок, емоцій та почуттів. Вона полягає у здатності тонко відчувати як внутрішні переживання, так і зовнішні події, зокрема розуміти себе, бути присутніми «тут і тепер», виявляти співчуття до потреб інших людей, а також усвідомлювати взаємозв'язки між собою, оточенням і ширшими соціальними чи природними системами.

Щоб розвинути цю якість, необхідна регулярна практика та концентрація уваги, адже це вміння, яке можливо розвивати й удосконалювати. Опанувавши здатність прислухатися до себе, відчувати інших і помічати ширші контексти, людина може сформулювати те, що психолог Деніел Гоулмен описує як *«три фокуси уваги»*: на собі, на інших і на зовнішньому світі [2, с. 46].

Третій вимір соціально-емоційного й етичного навчання – це *залученість*. **Залученість** означає здатність утілювати на практиці те, що було усвідомлено й відчуте через співпереживання. Мова йде про формування поведінки, звичок, ставлень і навичок, які підтримують як особисте, так і колективне благополуччя – у родині, громаді та суспільстві загалом.

Освітній процес згідно з реаліями сьогодення повинен відповідати на запит суспільства щодо розвитку соціально-емоційних навичок, оскільки саме цей напрям є ключовим для подолання освітніх втрат і викликів, з якими стикається українська система освіти.

Соціальний та емоційний розвиток передбачає набуття набору ключових навичок, серед яких є здатність:

- розпізнавати й розуміти власні почуття,
- точно читати й розуміти емоційні стани інших,
- керувати сильними емоціями та їх проявами конструктивним способом,
- регулювати власну поведінку,
- розвивати емпатію до інших,
- установлювати та підтримувати стосунки.

Кожна з цих навичок розвивається за власною траєкторією, але навички будуються одна на одній.

У 2025-2026 навчальному році відбувається реалізація Програми СЕН «Зерна» в Україні, яка стала можливою завдяки партнерству між Міністерством освіти і науки України та The LEGO Foundation.

Програма соціально-емоційного навчання «Зерна», створена Лабораторією екологічних підходів до соціально-емоційного навчання (EASEL Lab) Гарвардської вищої школи освіти, пропонує *практичні активності*, які легко адаптувати та інтегрувати в освітній процес початкової школи.

Під час тренінгів педагоги ознайомлюються з ключовими аспектами соціально-емоційного навчання, опановують практичні інструменти для розвитку соціально-емоційних навичок учнів/ учениць і створення позитивного клімату в

класі. *Особлива увага приділяється методам підтримки психологічного благополуччя як дітей, так і самих педагогів.*

Учасники тренінгів мають можливість усвідомити важливість упровадження програми СЕН «Зерна» в освітній процес, оскільки вона сприяє формуванню в учнів навичок ефективної комунікації, емпатії та стресостійкості. Отримані знання та навички допомагають краще розуміти емоційні потреби учнів і створювати сприятливе середовище для їхнього всебічного розвитку.



На цьому вебсайті педагоги знайдуть ресурси Програми СЕН «Зерна», що спрямовані на роботу з дітьми, а також активності та поради для підтримки емоційного благополуччя педагогів і дорослих, дотичних до дітей.

Чому ж розвиток соціальних і емоційних навичок має важливе значення, особливо в реаліях сьогодення?

Діти, у яких розвинені соціально-емоційні навички, як правило, щасливіші, виявляють більшу мотивацію до навчання, мають більш позитивне ставлення до школи, з більшим бажанням беруть участь у класних заходах і демонструють вищу академічну успішність, ніж їх однолітки [3, с. 28]. Учні/учениці, у яких є соціальні та емоційні труднощі, як правило, мають проблеми з виконанням указівок педагога та мотивацією до навчання. Таким чином, соціальний та емоційний розвиток дітей є таким же важливим, як і їхнє фізичне здоров'я, і впливає на здатність розвиватися та потенціал в успішному дорослому житті.

Ключовий акцент у формуванні соціально-емоційних навичок сьогодні робиться на сприянні позитивному розвитку через залучення соціальних і емоційних навичок, які формують основу психічного благополуччя та успіху в житті: розуміння та управління емоціями й поведінкою, вирішення особистих і міжособистісних проблем, побудова дієвих стратегій подолання освітніх утрат, а також розвиток самооцінки та впевненості учнів/ учениць. Розвинені соціально-емоційні навички допомагають дітям долати труднощі, будувати позитивні стосунки з оточуючими та підвищувати свою стійкість, щоб упоратися з життєвими труднощами.

Узагальнюючи, можемо зробити висновок, що співчуття, повага й підтримка цінуються та очікуються в безпечному й турботливому середовищі, яке сприяє благополуччю всіх учасників освітнього процесу. Таким чином, інтеграція соціально-емоційних навичок у практику початкової школи не лише покращить соціальні й емоційні навички кожної окремої дитини, але й допоможе створити безпечне та сприятливе середовище, у якому всі діти відчують свою приналежність, заохотить звертатися по допомогу, коли діти її потребують, сприятиме психічному благополуччю всіх учасників освітнього процесу.

Використана література

1. Державна служба якості освіти. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://sqe.gov.ua/wp-content/uploads/2024/05/Zvit_Osvita_pid_chas_viyni_2023_SQE-22.05.2024/ (дата звернення: 13.04.2025). – Назва з екрана.
2. СЕЕН-путівник. Соціально-емоційне та етичне навчання: освітня програма для навчання серця й розуму. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://drive.google.com/file/d/1VLCDwJVKimaOcyAHryP5NeYKitxKqq1G/view> (дата звернення: 18.04.2025). – Назва з екрана.
3. Сприяння соціальному та емоційному здоров'ю дітей молодшого віку. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://www.naeyc.org/resources/pubs/yc/mar2018/promoting-social-and-emotional-health> (дата звернення: 10.04.2025). – Назва з екрана.