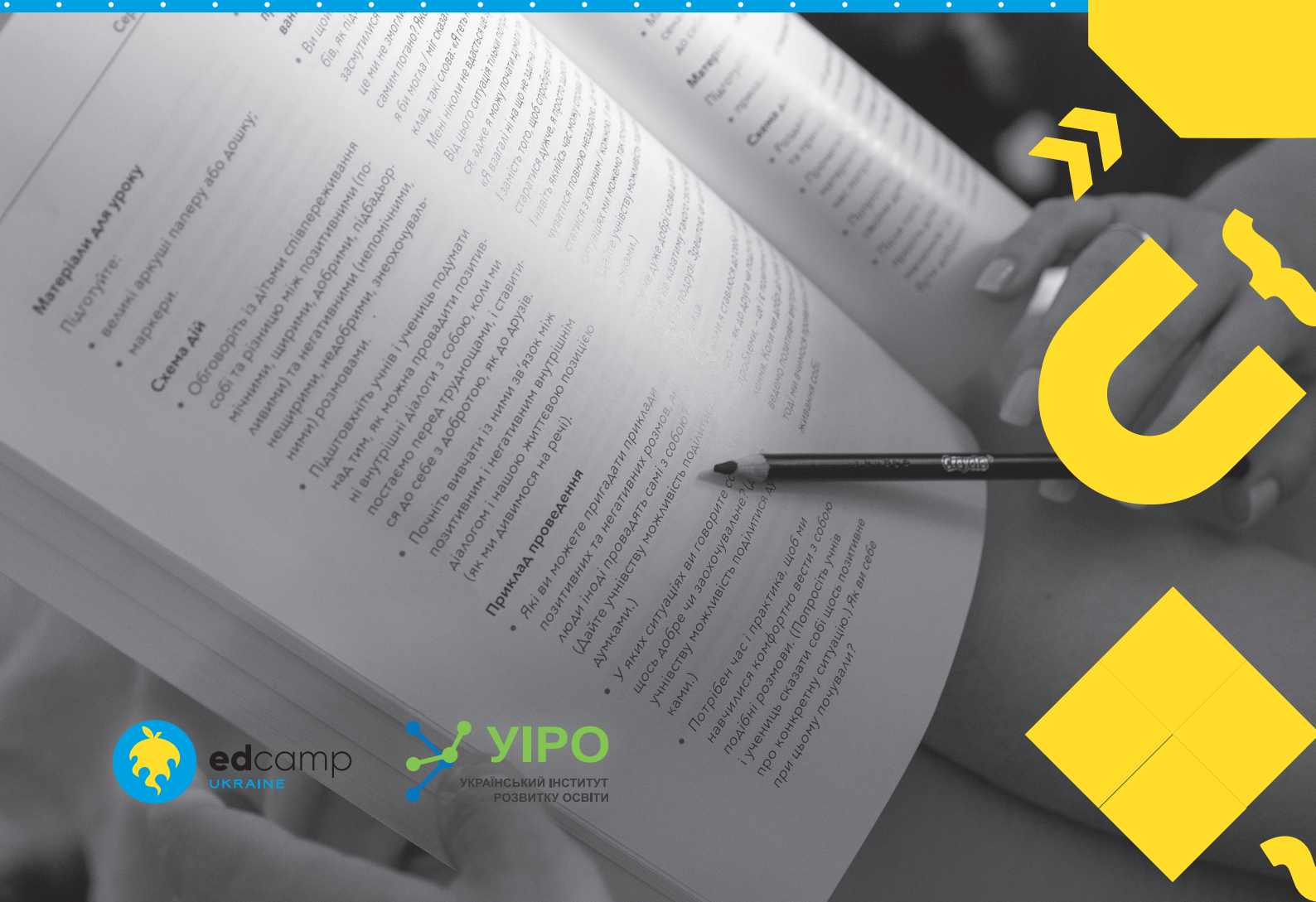


# УПРОВАДЖЕННЯ КОМПОНЕНТІВ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В УЧНІВСТВА:

ПРАКТИЧНИЙ ПОРАДНИК ПЕДАГОГАМ  
ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ



# УПРОВАДЖЕННЯ КОМПОНЕНТІВ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В УЧНІВСТВА:



ПРАКТИЧНИЙ ПОРАДНИК  
ПЕДАГОГАМ ЗАКЛАДІВ  
ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ



Видання здійснене за підтримки Громадської служби миру – GIZ Україна



Укладачі:

**Венгловська О. А.** – доцентка кафедри освітології та психолого-педагогічних наук Київського університету імені Бориса Грінченка, методистка відділу професійного розвитку педагогічних працівників ДУ «Український інститут розвитку освіти», канд. пед. наук.;

**Елькін О. Б.** – голова Ради ГО «ЕдКемп Україна», член Консультативної ради з питань сприяння розвитку системи загальної середньої освіти при Президентові України, докторант Інституту проблем виховання НАПН України, канд. техн. наук;

**Марущенко О. А.** – доцент кафедри філософії Харківського національного медичного університету, віцепредседателю Ради ГО «ЕдКемп Україна», канд. соціол. наук;

**Федоренко О. Ф.** – начальниця відділу професійного розвитку педагогічних працівників ДУ «Український інститут розвитку освіти», канд. пед. наук.

Венгловська О. А., Елькін О. Б., Марущенко О. А., Федоренко О. Ф. Упровадження компонентів розвитку емоційного інтелекту в учнівства: практичний poradnik педагогам закладів загальної середньої освіти. – УІРО, 2023. – 18 с.

У практичному poradniku висвітлено особливості розвитку компонентів емоційного інтелекту здобувачів загальної середньої освіти, зокрема, на прикладі впровадження соціально-емоційного та етичного навчання (СЕЕН). Презентовано змістово-методичне забезпечення, інформаційні ресурси та інструменти викладання СЕЕН. Надано інструкції щодо організації освітнього процесу у закладах загальної середньої освіти з орієнтацією на емоційний інтелект, що забезпечить умови для формування здатності та готовності учнів і учениць діяти відповідно до системи власних цінностей, будувати гармонійні стосунки з собою, оточуючими та навколишнім середовищем.

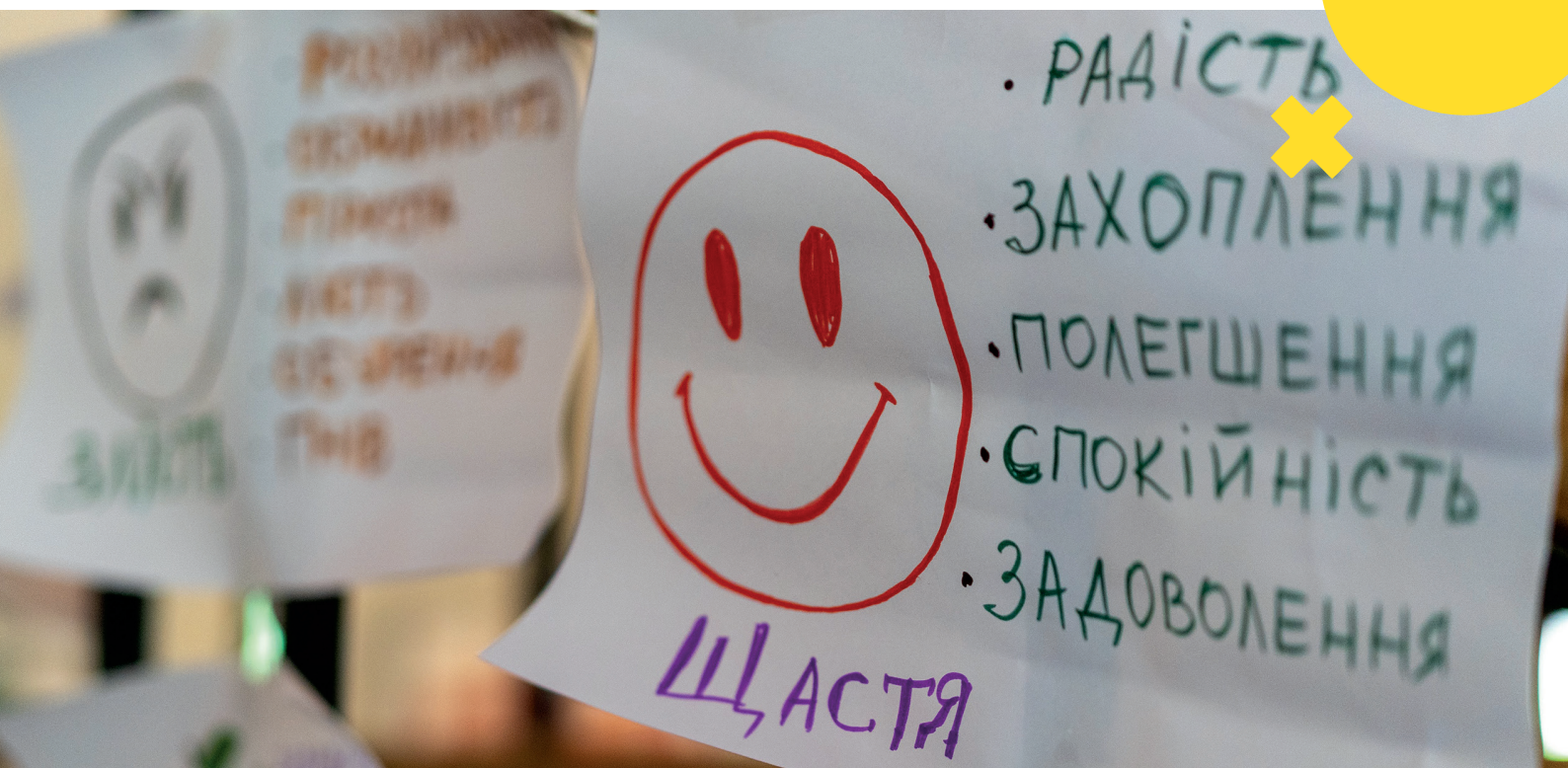
Практичний poradnik може становити інтерес для тих, кого цікавить питання оволодіння навичками стійкості за допомогою відповідних травмоорієнтованих практик.

- © Венгловська О., Елькін О., Марущенко О., Федоренко О., 2023
- © Школьна К., дизайн і верстка, 2023
- © ГО «ЕдКемп Україна», 2023
- © УІРО, 2023

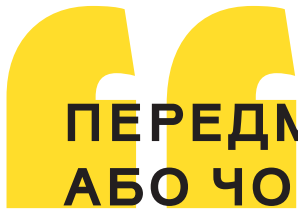


# ЗМІСТ

- 4** Передмова або Чому емоційний інтелект є особливо важливим сьогодні
- 7** Соціально-емоційне та етичне навчання у цифрах і фактах
- 9** Інструменти з упровадження СЕЕН для розвитку компонентів емоційного інтелекту здобувачів і здобувачок освіти
- 12** Особливості викладання СЕЕН
- 14** Рекомендації педагогам щодо розвитку компонентів емоційного інтелекту учнів і учениць закладів загальної середньої освіти







# ПЕРЕДМОВА АБО ЧОМУ ЕМОЦІЙНИЙ ІНТЕЛЕКТ Є ОСОБЛИВО ВАЖЛИВИМ СЬОГОДНІ

Питання розвитку емоційного інтелекту здобувачів і здобувачок освіти з кожним роком стає дедалі актуальнішим. Емоційний інтелект визначається як «здатність сприймати і розуміти емоційні прояви особистості, керувати емоціями на основі інтелектуальних процесів»<sup>1</sup>. Йдеться про певний «перетин» взаємопов'язаних соціально-емоційних навичок, як-от здатність керувати власними емоціями й розуміти емоції інших, будувати соціальні стосунки і поводитися в ситуації конфлікту, демонструвати адаптивність, мати системне і критичне мислення, проявляти толерантність і емпатію, співпереживати собі та іншим, виявляти стійкість. Ці та інші соціально-емоційні навички (їх ще називають м'якими, гнучкими, навичками для життя, навичками XXI століття) можна розвивати впродовж усього життя людини, вони є вкрай важливими для особистісного розвитку дітей і молоді.

Доданої актуальності вони набули у постковідні, воєнні та повоєнні часи, коли під загрозою опинилося ментальне та фізичне здоров'я здобувачок і здобувачів освіти (так само, як і батьківства, освітян). Пережиті психологічні потрясіння негативно впливають на когнітивні здатності, на стан соціально-емоційної складової особистості.

Задля реалізації завдань щодо розвитку компонентів емоційного інтелекту в учнівства закладів загальної середньої освіти важливо дотримуватися таких психолого-педагогічних умов:

- знання та розуміння педагогами та іншими причетними особами мети, завдань розвитку емоційного інтелекту, прагнення до саморозвитку у відповідному напрямку;
- створення у закладах освіти інклюзивного, безпечного середовища, що спрямоване на емоційну підтримку учасників і учасниць освітнього процесу;
- вибудовування освітнього процесу з дотриманням принципів дитиноцентризму, партнерства, відкритості, рівності, діяльного та аксіологічного підходів;
- налагодження партнерської взаємодії з психологічною службою закладу освіти та батьківством щодо вивчення наявного емоційного стану учасниць і учасників освітнього процесу, розроблення практичних кейсів із упровадження різних практик з розвитку компонентів емоційного інтелекту разом з інструментами для зворотного зв'язку щодо дієвості пропонувананих кейсів.

<sup>1</sup> Приходько, Ю., Юрченко, В. (2012). Психологічний словник-довідник. Київ: Каравела. – С. 62.

Розвинений емоційний інтелект комплексно формує благополуччя дитини у сьогоднішній та в майбуттї, допомагає побудові соціальних відносин, виявляється помічним у навчанні, сприяє конкурентоспроможності в професії та у роботі. Так, наприклад, в умовах сьогоднішніх надшвидких соціальних змін, коли вкрай складно (якщо взагалі можливо) достовірно спрогнозувати, які професійні компетентності будуть затребувані за 5–10 років, саме розвинений емоційний інтелект, вочевидь, стає пріоритетним для ринку праці<sup>2</sup>. Мінімум 27–45 % успіхів у роботі ми досягаємо завдяки соціально-емоційним навичкам<sup>3</sup>.

Не дивно, що як відповідь на такий сформований суспільний запит, в західній освіті якраз в останні десятиліття здобуло суттєвий розвиток соціально-емоційне навчання як рамковий підхід до розвитку соціально-емоційних навичок. І це не дивно, адже, згідно дослідження Університету штату Пенсильванія та Фонду Роберта Вуда, за кожен один долар, інвестований у соціально-емоційне навчання, у перспективі повертається одинадцять доларів<sup>4</sup>. За даними метадослідження, у тих закладах освіти, де соціально-емоційні навички розвивали комплексно та інтенсивно, на 11 % покращилась академічна успішність, на 10 % знизився рівень антисоціальної поведінки й булінгу, на 10 % зріс рівень просоціальної поведінки<sup>5</sup>. Соціально-емоційне навчання на сьогодні є самостійним розгалуженим напрямом освіти, що націлений на розвиток емоційного інтелекту за допомогою відповідних освітніх інструментів і технологій<sup>6</sup>.

В останні роки українська освіта так само демонструє розуміння важливості розвитку соціально-емоційних навичок. Зокрема, це наскрізно враховано в концепції Нової української школи, а Закон України «Про освіту» серед спільних для всіх компетентностей ключових вмінь визначає здатність співпрацювати з іншими, уміння конструктивно керувати емоціями, критичне та системне мислення та інші вміння. Соціально-емоційний компонент був також інтегрований до Державного стандарту базової середньої освіти (2020), а емоційно-етична компетентність – до оновленого професійного вчительського стандарту (2020).

Чимало їжі для роздумів щодо затребуваності соціально-емоційного навчання дало загальнонаціональне репрезентативне соціологічне дослідження «Соціально-емоційне навчання в Україні: щодення та перспективи»<sup>7</sup> (2021), що було проведено ГО «Інститут лідерства, інновацій та розвитку» у партнерстві з ГО «ЕдКемп Україна», ГО «Ре: Освіта» і Українським центром оцінювання якості освіти (у ньому взяли участь 3237 педагогічних працівників/-ниць і 420 керівників/-ниць з 455 закладів загальної середньої освіти). Дослідження продемонструвало, з одного боку, позитивне ставлення до соціально-емоційного навчання та затребуваність соціально-емоційних навичок, а з іншого – дефіцит відповідних можливостей для розвитку.

<sup>2</sup> Дослідження Всесвітнього економічного форуму – The Future of Jobs Report, 2020. – <http://surl.li/hngww>.

<sup>3</sup> Stein S, Book H. The EQ Edge: Emotional Intelligence And Your Success. 3rd ed. Jossey-Bass; 2011.

<sup>4</sup> Jones D , Crowley D, Greenberg M. Improving Social Emotional Skills In Childhood Enhances Long-Term Well-Being and Economic Outcomes, 2017. – <http://surl.li/hmict>.

<sup>5</sup> Joseph A. Durlak, Allison B. Dymnicki, Rebecca D. Taylor, Roger P. Weissberg, Kriston B. Shellinger The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta-Analysis of School-Based Universal Interventions, 2011. – <https://bit.ly/3wrl86c>.

<sup>6</sup> Більше про соціально-емоційне навчання – <https://casel.org>.

<sup>7</sup> Аналітичний огляд «Можливості для реалізації соціально-емоційного навчання у рамках реформи «Нова українська школа» / Гриневич Л., Дрожжина Т., Глоба О. та інші; за заг. ред. Л. Гриневич, С. Калашнікової. – Київ, «Видавнична група «Шкільний світ», 2021. – 312 с. – <http://surl.li/ecbcc>.



Так, 90,1 % опитаних педагогів вважають, що розвивати соціально-емоційні навички учнів і учениць школи є важливим і затребуваним. На їхню думку, найменш розвиненими в учнівства є такі навички, як виконання складних багатокрокових завдань, розуміння взаємозалежної природи нашого світу, емоційна емпатія, використання технік самоконтролю в складних ситуаціях, продуктивна поведінка в конфліктах.

Лише 11,7 % опитаних педагогів однозначно впевнені у своїй компетентності щодо соціально-емоційного навчання. 91,5 % респонденток/-ів готові опанувати цю тематику, але 55 % опитаних у той же час зазначають, що за останній рік не мали можливість підвищувати кваліфікацію в цьому напрямку.

44 % керівників/-ниць шкіл однозначно хотіли б системного впровадження соціально-емоційного навчання (ще 44,3 % обрали варіант відповіді «Радше так, аніж ні»).





# СОЦІАЛЬНО-ЕМОЦІЙНЕ ТА ЕТИЧНЕ НАВЧАННЯ У ЦИФРАХ І ФАКТАХ

Серед широкого розмаїття практик й інструментів розвитку компонентів емоційного інтелекту та програм соціально-емоційного навчання, які вже набули вжитку в українській освіті (як-от «Ненасильницьке спілкування», «Майндфулнес для вчителів та школи», «Lions Quest» та ін.) варто, перш за все, акцентувати увагу на програмі «Соціально-емоційне та етичне навчання» (СЕЕН). Вона є сучасною і, мабуть, на сьогодні найбільш відомою в світі програмою з розвитку соціально-емоційних навичок.

Деніел Гоулман, автор однієї з найбільш відомих концепцій емоційного інтелекту (1995), називає програму соціально-емоційного та етичного навчання «СЕН 2.0», натякаючи на більш просунутий рівень СЕЕН (порівняно з соціально-емоційним напрямом як таким).

Дійсно, СЕЕН має відчутну, порівняно з СЕН, додану цінність, оскільки розвиває в здобувачках і здобувачів освіти, зокрема, співпереживання і турботу, увагу і системне мислення, використовує проактивний підхід, а також травмо- й стійкісно-орієнтовані практики.

Унікальність самої програми полягає в тому, що вона побудована на загальнолюдських цінностях, а отже є легко адаптованою до будь-яких культурних та освітніх особливостей.

Програма є науково-обґрунтованою, впродовж 20 (!) років розроблялася в стінах відомого дослідницького Університету Еморі (Атланта, США) із залученням кращого міжнародного експертного кола з нейробіології, психології, педагогіки, соціальної роботи та інших наук.

СЕЕН впроваджується у роботі з дітьми та молоддю на різних рівнях освіти, має відповідне навчально-методичне забезпечення, зокрема, й українською мовою.

Програма є безоплатною для будь-кого, хто її впроваджує.

СЕЕН наразі імплементується в 144 країнах світу (з них у 24 країнах – на системному рівні, зокрема, і в Україні). Викладання СЕЕН ведеться 22 мовами (у тому числі українською) із залученням 250 тисяч освітян і 6 млн. учнів та учениць.

З 2019 року СЕЕН пілотується у закладах загальної середньої освіти України: п'ятирічний експеримент всеукраїнського рівня<sup>8</sup> із впровадження цієї програми здійснює громадська організація «ЕдКемп Україна» за участі Інституту модернізації змісту освіти МОН України, Інституту проблем виховання Національної академії педагогічних наук України та за підтримки GIZ Civil Peace Service Ukraine (Громадська служба миру – GIZ Україна). У експерименті беруть участь близько 425 педагогів та понад 5000 учениць / учнів із 26 закладів освіти.

<sup>8</sup> Детальніше: Соціально-емоційне та етичне навчання: впроваджуємо в Україні. – <https://youtu.be/P65VX0Ln5Ds>.





# ІНСТРУМЕНТИ З УПРОВАДЖЕННЯ СЕЕН ДЛЯ РОЗВИТКУ КОМПОНЕНТІВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ ЗДОБУВАЧІВ І ЗДОБУВАЧОК ОСВІТИ

Усе інформаційно-методичне забезпечення програми представлено на офіційній сторінці СЕЕН в Україні:

<https://www.edcamp.ua/seelukraine/>.

Там само в майбутньому з'являтимуться додаткові матеріали та оновлення.

Інформаційно-методичне забезпечення СЕЕН складають, передусім, навчальні програми (для 1–2 класів, 3–4 класів, 5–6 класів) і навчальна модельна програма (для 7–9 класів), розроблені українським експертним колом та схвалені для використання в освітньому процесі (гриф надано рішенням експертної комісії з психології та педагогіки ДНУ «Інститут модернізації змісту освіти» від 23.11.2022 року, протокол № 2):

1. «Соціально-емоційне та етичне навчання: формування й розвиток м'яких навичок, стійкості, уваги та подолання травми, 1–2 класи (курс за вибором)» для закладів загальної середньої освіти (авторський колектив: Елькін О., Марущенко О., Масалітіна О., Дрожжина Т., Журба К.)<sup>9</sup>;
2. «Соціально-емоційне та етичне навчання: формування й розвиток м'яких навичок, стійкості, уваги та подолання травми, 3–4 класи (курс за вибором)» для закладів загальної середньої освіти (авторський колектив: Елькін О., Марущенко О., Масалітіна О., Дрожжина Т., Журба К.)<sup>10</sup>;
3. «Соціально-емоційне та етичне навчання: формування й розвиток м'яких навичок, стійкості, уваги та подолання травми, 5–6 класи (курс за вибором)» для закладів загальної середньої освіти (авторський колектив: Елькін О., Марущенко О., Масалітіна О., Дрожжина Т., Журба К.)<sup>11</sup>;
4. «Соціально-емоційне та етичне навчання: формування й розвиток м'яких навичок, стійкості, уваги та подолання травми, 7–9 класи (курс за вибором)» для закладів загальної середньої освіти (авторський колектив: Елькін О., Марущенко О., Масалітіна О., Дрожжина Т., Журба К.)<sup>12</sup>.

<sup>9</sup> [https://bit.ly/program1-2\\_seelukraine](https://bit.ly/program1-2_seelukraine)

<sup>10</sup> [https://bit.ly/program3-4\\_seelukraine](https://bit.ly/program3-4_seelukraine)

<sup>11</sup> [https://bit.ly/program5-6\\_seelukraine](https://bit.ly/program5-6_seelukraine)

<sup>12</sup> [https://bit.ly/program7-9\\_seelukraine](https://bit.ly/program7-9_seelukraine)



Зміст програм спрямований на формування компетентностей учнів і учениць загальної середньої освіти, що визначені у Державному стандарті початкової освіти, а також у Державному стандарті базової середньої освіти.

Програми тісно корелюють та передбачають широке використання системи уроків, створених та представлених у спеціальних виданнях окремо для ранньої початкової школи (1–2 кл.)<sup>13</sup>, початкової школи (3–4 кл.)<sup>14</sup>, середньої школи<sup>15</sup> (уроки для старшої школи наразі перекладаються).

Ці видання були створені Університетом Еморі для широкого міжнародного використання, після чого перекладені та адаптовані фаховим колом ГО «ЕдКемп Україна».

Особливістю пропонованих матеріалів є те, що від класу до класу учнівство вивчає, фактично, ті самі ключові теми і концепти програми СЕЕН (зокрема, розвиток доброти та співпереживання собі й іншим, виховання стійкості, підсилення уваги та самоусвідомленості, керування емоціями, поцінування розмаїтості, спільності між людьми і взаємозалежності), проте на кожному наступному освітньому ступені це відбувається на новому рівні, із ускладненням навчального матеріалу та заглибленням у проблематику, яка, своєю чергою, укладається в три ключові виміри СЕЕН: усвідомленість (її асоціативний образ – голова), співпереживання (серце), залученість (руки).

Зміст уроків побудовано з урахуванням вікових особливостей учнів і учениць, з опорою на їхній індивідуальний досвід. Контент уроків передбачає наступність у формуванні емоційної та етичної компетентності учнівства, оволодіння уміннями, які вони осмислюють та розвивають на трьох рівнях – особистісному (уміння та навички турбуватися про себе; саморегуляція; вміння конструктивно давати раду в складних ситуаціях, не шкодячи іншим; емоційна і тілесна грамотність та ін.), соціальному (уміння спілкуватися; навички соціалізації; співпереживання іншим; уміння трансформувати конфлікти та ін.) та системному (усвідомлення світу як складної системи; розуміння взаємозв'язків, взаємозалежності; активна участь у житті місцевої громади та глобального суспільства).

Три виміри і три рівні програми разом складають матрицю СЕЕН (Рис. 1).

Зауважимо, що пропоновані видання з уроками можуть використовуватися педагогами як під час викладання предметів варіативного циклу, так і дають можливість розширювати зміст соціальної та здоров'язбережувальних освітніх галузей, або використовуватися під час організації щоденних активностей учнів і учениць.




<sup>13</sup> Соціально-емоційне та етичне навчання: навчальна програма для ранньої початкової школи / Голов. ред. О.Елькін. – Харків: Дім реклами, 2021. – 320 с. – Спеціально для EdCamp Ukraine <http://surl.li/hryii>

<sup>14</sup> Соціально-емоційне та етичне навчання: навчальна програма для початкової школи / голов. ред. О.Елькін. – Харків: Дім реклами, 2021. – 339 с. – Спеціально для EdCamp Ukraine <http://surl.li/hrykx>

<sup>15</sup> Соціально-емоційне та етичне навчання: навчальна програма для середньої школи / Голов. ред. О.Елькін. – Харків: Дім реклами, 2021. – 416 с. – Спеціально для EdCamp Ukraine <http://surl.li/hrylr>

МАТРИЦЯ СЕЕН

Рис. 1. Матриця СЕЕН

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

Адаптивність програми СЕЕН виявляється у формах, у яких вона може імплементуватися – окремий урок СЕЕН, інтеграція компонентів програми до будь-якого іншого предмету, використання на годинах спілкування, гурткові заняття.

Родзинкою СЕЕН є рефлексійні практики<sup>16</sup>, тобто практики, які націлені на дослухання до себе, звертання уваги на тіло, дихання, думки, емоції та розроблені з урахуванням особливостей учнівства різного віку.

Особлива увага приділяється практикам стійкості («Заземлення», «Ресурсність», Стратегії «Миттєва допомога!» та ін.), які свого часу були розроблені для програми СЕЕН Інститутом травмостійкості (США) і які виявилися дуже помічними та показали свою виключну ефективність в умовах повномасштабної війни<sup>17</sup>.

Базовою і ключовою з огляду на використання усіх практик є зчитування. Зчитати означає вміти дослухатися до свого тіла на рівні самовідчуттів, виявляти, розрізнати та називати те, що відчуваєш в певний момент часу, відслідковувати зміни, що відбуваються. Освоєння цієї навички лежить в основі тілесної грамотності, якої навчає СЕЕН і якій до того не приділялося суттєвої уваги в українській освіті.

<sup>16</sup> Доступні у форматі аудіопрактик – <http://bit.ly/seelukraineaudiocovid>, письмових практик – <http://surl.li/hnhbg>, Стратегій «Миттєва допомога!» – <http://surl.li/hotdv>.

<sup>17</sup> Ми зрозуміли, для чого вчили СЕЕН. Соціально-емоційне та етичне навчання під час війни / Олександр Елькін, Олег Марущенко, Оксана Кондратенко, Тетяна Дрожжина / «Накипіло». – <http://surl.li/hnnku>.

# ОСОБЛИВОСТІ ВИКЛАДАННЯ СЕЕН

Шлях до викладання програми рекомендовано розпочинати із проходження ознайомчого онлайн-курсу (SEE 101) від розробників програми – Університету Еморі. Курс потребує реєстрації, доступний українською мовою на сайті розробників:

[101.seelearning.emory.edu/user/register](http://101.seelearning.emory.edu/user/register).

Після успішного завершення курсу (навчання займає до 8 годин) надається доступ до україномовних повнотекстових версій видань з уроками, видається іменний сертифікат про підвищення кваліфікації.

Рекомендовано також проходження більш поглибленого навчання за програмами підвищення кваліфікації від ГО «ЕдКемп Україна»: «Знайомство з СЕЕН» (дистанційно, 12 годин) і «Занурення в СЕЕН» (змішаний формат, 36 годин). Проходження такого навчання можливо за попереднім записом і лише під час здійснення набору (див. інформацію на офіційних ресурсах організації<sup>18</sup>).

Формуванню готовності вчительства реалізовувати на практиці програму СЕЕН сприяють методичні рекомендації, що є у вільному доступі та представлені у формі СЕЕН-путівника<sup>19</sup>, у якому описано філософію соціально-емоційного та етичного навчання, презентовано педагогічну модель та ключові навчальні траєкторії, надано інструкції для педагогів щодо імплементації програми, зокрема, на кожному віковому етапі.

Чимало методичних питань впровадження програми СЕЕН обговорюються у спеціальних публікаціях, що регулярно виходять у рамках блогу «5 хвилин на СЕЕН» на порталі Нової української школи<sup>20</sup>.

Заслуговує на увагу педагогічна модель, яка в СЕЕН є трирівневою, де здобуті знання та їх практичне використання є лише першим кроком. Наступний – критичне та поглиблене осмислення здобутих знань, зокрема, із залученням особистого досвіду. Третій рівень – так зване утілене розуміння, коли глибоко та критично осмислене знання повністю засвоюється, інкорпорується і надалі використовується вже «спонтанно».

Подібно до педагогічної моделі структуровано і стандартний урок СЕЕН, який передбачає так званий «розігрів», основну презентацію (представлення нової теми, що відповідає першому рівню педагогічної моделі), вправу на критичне осмислення (другий рівень педагогічної моделі), виконання рефлексійної практики (третій рівень педагогічної моделі), а також обговорення і підсумок.

<sup>18</sup> Сторінка ГО «ЕдКемп Україна» в соціальній мережі: [www.facebook.com/edcampukraine](http://www.facebook.com/edcampukraine).


<sup>19</sup> СЕЕН-путівник. Соціально-емоційне та етичне навчання: освітня програма для навчання серця й розуму / Голов. ред. О. Елькін. Харків: Дім реклами, 2021. – 144 с. – <http://bit.ly/companionseelukraine>.

<sup>20</sup> Блог «5 хвилин на СЕЕН» / Портал «Нова українська школа». – <http://bit.ly/blogseelua>.



Відповідно у СЕЕН є роль вчительства: педагог, по суті, фасилітує процес навчання, а не інструктує і, тим більше, не передає готові знання. Для продуктивного навчання вкрай важливо створити в класі атмосферу співпереживання, чому сприяють, зокрема, групові домовленості, які створюються спільно на самому початку навчання, працюють на постійній основі, періодично аналізуються з точки зору їх виконання, за потреби переглядаються.





# РЕКОМЕНДАЦІЇ ПЕДАГОГАМ ЩОДО РОЗВИТКУ КОМПОНЕНТІВ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ УЧНІВ І УЧЕНИЦЬ ЗАКЛАДІВ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

## ПОЧАТКОВА ШКОЛА

Організація роботи з учнями і ученицями початкової школи щодо розвитку компонентів емоційного інтелекту вимагає врахування їхніх вікових та індивідуальних особливостей, специфіки психічних процесів дітей цього віку, їхнього особистісного досвіду. Робота щодо розвитку емоційної сфери дітей має здійснюватися у процесі практичної діяльності. Важливо, щоб педагоги правильно акцентували увагу на тих моментах, які учнівству варто усвідомити та осмислити. Під час формування емоційної грамотності учнівства необхідно апелювати до особистого досвіду дитини, створювати сприятливі умови для оволодіння навичками співпереживання собі та іншим, саморегуляції, побудови взаємин з іншими людьми.

Отож, враховуючи те, що соціально-емоційне та етичне навчання ґрунтується, зокрема, на співпереживанні (собі та іншим), важливо формувати в учнівства необхідні для цього навички, що лежать у площині особистісної й міжособистісної взаємодії, соціальних взаємин. Тому для цієї вікової категорії важливими є розвиток умінь, що допомагають їм описувати та розповідати про власні емоції, розуміти причини, що призводять до покращення чи погіршення емоційних станів, співчувати іншим, проявляти емпатію, застосовувати практики стійкості для стабілізації нервової системи, налагоджувати комунікацію з близькими людьми, спільнотою класу (школи), іншими людьми.

Помічними для вчительства у реалізації визначених завдань можуть бути ігри, вправи, заняття, що представлені у виданнях із уроками для ранньої початкової та початкової школи, зокрема ті, що дозволяють дітям заспокоїтися, відновити контроль над власними емоціями; рольові ігри, що сприяють встановленню міжособистісній взаємодії; участь у виконанні доручень, що є важливими для спільноти класу. Пропоновані форми активності забезпечують усвідомлення учнівством власної цінності та цінності кожного і кожної, хто знаходиться поруч, дотичності до прийняття рішень, вироблення домовленостей на рівні класу тощо.



Таким чином, формування компонентів емоційного інтелекту в учениць і учнів початкової школи сприятиме залученню їх до виконання групових проєктів, де вони можуть взаємодіяти з однолітками та розвивати соціальні навички; застосуванню ігрових ситуацій, під час яких учнівство набуватиме умінь розпізнавати та називати свої тілесні самовідчуття й емоційні стани, а також контролювати свої реакції на них; розв'язанню проблемних ситуацій та завдань, які вимагають співпраці та емоційного інтелекту, наприклад, розв'язання конфліктів або спільне прийняття рішень.

## БАЗОВА ШКОЛА

Розвиток компонентів емоційного інтелекту особливо значущим є для учнівства 5–6 класів, яке навчається у базовій школі, оскільки це період, коли вони досить часто відчують зміну власних емоційних станів, перебувають у стані невизначеності, що пов'язано, насамперед, із перехідним віком. Тому важливо, щоб педагоги фокусувалися на завданнях з розвитку емоційного інтелекту не лише під час урочної діяльності, проведення інтегрованих уроків, а й в позаурочній діяльності також. Враховуючи вікові особливості учнів і учениць, рівень сформованості їхньої особистісної й міжособистісної взаємодії, соціальних стосунків, учительство може урізноманітнити роботу з розвитку компонентів емоційного інтелекту, зокрема здатностей учнівства розпізнавати власні емоції й емоції співрозмовників/-ниць. Ця здатність потребує глибокого і точного розуміння своїх реакцій на певні ситуації і прогнозування впливу різних чинників. Для формування здатності розпізнавати й називати свої емоції рекомендується використовувати такі стратегії як: озвучення власних емоцій, розпізнавання емоцій загалом (співрозмовника, персонажа), обговорення емоцій.



Наприклад, учитель/-ка озвучує свої емоції, чітко формулює: «Я радію, бо сьогодні повертаються з подорожі мої друзі, ми нарешті зустрінемося». Вчитель/-ка допомагає учениці / учневі зрозуміти власні емоції, і спершу це можуть бути запитання-підказки, на кшталт: «Тобі сумно, бо твій друг захворів і не прийшов до школи?». Поступово в учнівства збільшуватиметься відповідний словниковий запас, що допоможе точніше називати і характеризувати власні емоції, емоційні стани. Успішному досягненню цього результату сприятиме попередня словникова робота на позначення емоцій і настрою (радість, сум, страх, злість та ін.). Ефективною технологією є використання емоджі для розпізнавання і позначення емоцій, вона допомагає в ігровій формі подолати складності у вираженні емоцій. Також емоджі можуть використовуватися для визначення настрою груп дітей, ставлення до певного моменту шкільного життя. Наприклад, якщо попросити учнів і учениць після завершення свята причепити на спільну дошку емоджі, яке відображає їхні емоції на даний момент, можна визначити, наскільки вдалося свято.

Варто розділяти вправи, що допомагають визначати емоцію учня / учениці в конкретний момент часу, і вправи, які спрямовані на розуміння емоції загалом. Останні використовуються для формування уміння визначати емоції інших. Гра є одним з провідних видів діяльності, через неї варто формувати соціально-емоційні навички, а рольові ігри взагалі будуть актуальними для будь-якого віку. Рекомендуємо використовувати загальновідомі вправи на дослідження емоцій, наприклад: «Кубик Емо», «Покажи емоцію», «Передай далі»<sup>21</sup>. Також відпрацювання емоцій відбувається через змістову лінію «Театралізуємо» (для початкової освіти), через інтегрований курс «Драматургія і театр. 5–6 клас».

<sup>21</sup> Програма мовних таборів. — <http://surl.li/hnpdi>.

Для обговорення емоцій добре підходить робота з текстом: художнім, медійним. Вербалізації емоцій можуть допомогти спрямовуючі запитання: «Який фрагмент твору викликав у тебе найсильніші емоції? Що ти відчув/-ла? Як гадаєш, чому?»; «Як почував себе головний герой твору, коли зрозумів, що його обхитрували?»; «Які слова з твору допомагають нам зрозуміти емоції / почуття персонажа?»; «Які художні засоби використав автор, щоб викликати у нас певні емоції? Знайди їх в тексті.»; «Чи виникали в тебе колись схожі емоції?». Під час роботи з текстом на уроках читання добре реалізувати такі результати навчання, як розпізнавання, називання власних емоцій, готовність розповідати про самовідчуття та емоції від почутого / побаченого.

Апелюючи до власного досвіду дитини, педагогу не можна залишати учнівство розхвильованим, а варто запропонувати допомогу, з'ясувавши, яка саме допомога буде найбільш адекватною ситуації.



Зауважимо, що для різних рівнів освіти ускладнюється діяльність, нарощується словниковий запас і складність визначених емоцій, взаємодія різних емоцій, складність аналізованих текстів, виконуваних вправ, а перелік художніх засобів визначається навчальними (модельними навчальними) програмами відповідних класів. Реалізації поставлених завдань сприятиме також залучення підлітків до обговорення етичних питань та складних емоційних ситуацій, що виникають у цьому віці.

Звертаємо увагу на те, що помічниками і помічницями для педагогів щодо реалізації завдань з формування компонентів емоційного інтелекту здобувачок і здобувачів освіти є батьки або особи, що їх замінюють. З метою проведення просвітницької роботи серед батьківства рекомендуємо використовувати алгоритми, які визначені у відповідному посібнику серії «Я (практикую) СЕЕН»<sup>22</sup> (розроблена ГО «Едкемп України» в поміч упровадження програми СЕЕН), а також практикум й інструментарій, що були спеціально створені для самого батьківства для використання вдома разом з дітьми (сприяють формуванню стійкості у батьківства, дітей, родини загалом у подоланні стресових станів, допоможуть оволодіти емоційною рівновагою та навчитися емоційної рефлексії)<sup>23</sup>.

Досягти успіху у розв'язанні завдань щодо формування компонентів емоційного розвитку у здобувачів і здобувачок освіти можна за умови вдосконалення педагогами власних загальних та професійних компетентностей, формування здатності та готовності налагоджувати комунікацію, гуртувати колег навколо розв'язання питань, що пов'язані з емоційним інтелектом<sup>24</sup>, фасилітувати роботу, надавати підтримку собі, учнівству та батьківству з питань емоційного поступу<sup>25</sup>. З цією метою педагогу необхідно розвивати власну стійкість, оволодівати відповідними тілесними практиками, інвестувати зусилля у покращення свого емоційного стану, здійснювати пошук джерел для відновлення особистісного ресурсу.

<sup>22</sup> Я (практикую) СЕЕН. Посібник для роботи з батьківством: навч.-метод. посібник / О. Дегтярєва, Т. Дрожжина, Г. Калужна та ін.; за заг. ред. О. Елькіна, О. Марущенко, О. Масалітіної. Київ: Видавничий дім «Перше вересня», 2021. – 64 с. – <http://surl.li/gorbi>.

<sup>23</sup> Я (практикую) СЕЕН. Посібник для батьківства: навч.-метод. посібник / Е. Міллер-Керес, О. Дегтярєва, Т. Дрожжина та ін.; за заг. ред. О. Елькіна, О. Марущенко, О. Масалітіної. Київ: Видавничий дім «Перше вересня», 2021. – 60 с. – <http://surl.li/gorcc>.

<sup>24</sup> Я (практикую) СЕЕН. Посібник для створення професійної спільноти: навч.-метод. посібник / О. Дегтярєва, Т. Дрожжина, Г. Калужна та ін.; за заг. ред. О. Елькіна, О. Марущенко, О. Масалітіної. – Київ: Видавничий дім «Перше вересня», 2021. – 48 с. – <http://surl.li/gordc>.

<sup>25</sup> Даємо собі раду: запитання і відповіді з досвіду психологічних консультацій педагогів. Посібник. – ГО «ЕдКемп Україна», 2023. – 50 с. – <http://surl.li/hnpxm>.

# УПРОВАДЖЕННЯ КОМПОНЕНТІВ РОЗВИТКУ ЕМОЦІЙНОГО ІНТЕЛЕКТУ В УЧНІВСТВА:

ПРАКТИЧНИЙ ПОРАДНИК  
ПЕДАГОГАМ ЗАКЛАДІВ  
ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ



