

**СОЦИАЛНО-ЕМОЦИОНАЛНО УЧЕНЕ В УЧИЛИЩЕ – НАГЛАСИ,  
ПЕРСПЕКТИВИ, ПОЛЗИ**

Мирослава Симова Драгославова  
ОУ „Тодор Каблешков“, гр. Пловдив

**SOCIO-EMOTIONAL STUDYING AT SCHOOL – ATTITUDE, PROSPECTS, BENEFITS**

Miroslava Simova Dragoslavova  
OU „Todor Kableshkov“, Plovdiv

**Abstract:** The dynamic changes in all life spheres and their influence on modern society impose the need of a new type of education that can focus not only on students' academic achievements, but also to develop their personal qualities and socialisation. In this case emotional intelligence and social abilities are key skills in the 21st century and their development on students will support their personal growth, well-being, adaptation and realisation of the rapidly changing world. Socio-emotional studies are a part of the educational programs in many countries. In recent years it has also gained wide popularity in Bulgaria, but still the emphasis in our educational system to monitor the educational progress of students and their mastery of their academic knowledge. The present survey's aim is to analyse the attitude of both students and parents towards socio-emotional studies at school, integrated in regular classes through the innovative subject „Me and the others“ in elementary state, to outline the prospects and benefits of socio-emotional teaching. The analysis of the obtained results revealed a positive attitude and a high level of interest of the respondents towards the development of emotional intelligence and social skills at school.

**Keywords:** socio-emotional learning, emotional intelligence, social skills, personal qualities, competences

**Въведение**

Динамичните промени във всяка житейска област изискват от съвременното общество формирането на адаптивни, инициативни, отговорни и ефективни личности. Очакваният тип поведение се свързва с умението на човек да регулира своите емоционални преживявания, да поема отговорност за поведението и изборите си, да разбира и управлява желанията си, да взима осъзнати решения, да създава и поддържа здрави взаимоотношения. В това отношение фокусът на днешното образование е насочен към развитието на личностните качества на ученика, социалните му умения и способности, които биха му помогнали за неговата успешна реализация и личностно израстване.

Емоционалната интелигентност и социалните умения са ключови умения на 21 век. Тяхното развитие ще даде на учениците ключа към успеха, благополучието и израстването им като пълноценни граждани на съвременното общество. С оглед на това, преподаването на тези умения в училище е важно. Колкото по-рано децата започнат да развиват тези си умения, толкова по-голяма ще е вероятността да израснат уверени и готови за истинския живот<sup>1</sup>. Преподаването на емоционално-социални умения става част от образователните програми на доста страни като САЩ, Канада, Великобритания, Австралия, Израел, Сингапур, Швеция, Финландия и др. То развива у подрастващите социална и емоционална компетентност за „личностен, социален и академичен растеж“, като им подсигурява ресурсите и средствата за „изпитанията на живота“ [1]. Формира у учениците важни положителни личностни и социални качества, умения и компетентности, чрез които биха могли да се редуцират повечето проблемни и рискови поведения от една страна, а от друга – би се повишила мотивацията и ангажираността на учениците към училищния живот. В краткосрочен план това би довело до повишаване на техните учебни постижения, а в дългосрочен – на успешната им реализация и справяне в живота<sup>2</sup>.

Най-общо чрез социално-емоционалното преподаване в клас децата могат да развият пет ключови компетентности, описани от Американската организация за академично, социално и емоционално учене – The Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL): себепознание и увереност в собствените възможности – разпознаване на собствените емоции, реалистична представа за себе си, по-

знаване на своите силните страни, позитивност, готовност за развитие; самоуправление на емоциите и поведението – контролиране на импулсите, справяне със стреса, самодисциплина, самомотивация, поставяне на цели, организационни умения; социални умения – отчитане на чуждата гледната точка, емпатия, зачитане и оценяване на разнообразието, уважение към другите; умения за създаване на ефективни взаимоотношения – комуникация, социална ангажираност, изграждане на устойчиви връзки, работа в екип; отговорно вземане на решения – идентифициране, анализиране, решаване и оценяване на проблеми/ситуации, рефлексивност, реалистична оценка на последствията, отговорност за спазване на етични норми<sup>3</sup>. Всички тези уменията очертават новия образ на съвременния ученик и са фундаментални за подготовката му като бъдещ гражданин на съвременното общество.

Безспорни са ползите от социално-емоционалното учене в класната стая. Множество изследвания доказват, че то оказва положителни въздействия върху развитието на децата от различни среди и култури във всяка възраст от детската градина до средното училище [1]: поощрява положителното и просоциално поведение, повишава академичните постижения, намалява състоянията на тревожност, агресия и антисоциално поведение, повишава позитивните нагласи, има дългосрочно въздействие върху поведенческите и академични резултати, подходящо е за всички деца, включително и уязвими. Обобщена представа за резултатите от социално-емоционалното обучение въз основа на редица проучвания в различни училища, дава Даниъл Голман в научния си труд „Емоционална интелигентност“. Резултатите сочат, че децата са по-отговорни и уверени, по-внимателни и загрижени, по-общителни, по-социални и емпатични, по хармонични и с по-добри умения за разрешаване на междуличностни проблеми и конфликти. Социално-емоционалното учене играе важна роля за позитивния климат в класната стая – активира общуването между учениците и подобрява взаимоотношенията им, намалява конфликтите и насилието в клас, подобрява връзката между учители и ученици. Резултатите от социално-емоционалното учене показват, че децата са по-чувствителни към чувствата на другите, разбират по-добре последствията от действията си, имат по-добра самооценка и по-добър контрол на импулсите си. Учениците по-лесно преживяват прехода към средното образование, имат по-добри умения за учене, демонстрират социална осъзнатост и готовност за вземане на решения както в училище, така и извън него<sup>4</sup>.

Посочените резултати и положителни въздействия от социално-емоционалното обучение подчертават ролята на училището като един от ключовите фактори в живота на децата и подрастващите в сътрудничество със семейството. У нас обаче все още социално-емоционалното преподаване е пренебрегвано и акцентът е единствено върху овладяването на академични знания и проследяване на образователния напредък. В тази връзка възникна идеята за представяне на изследване за социално-емоционалното учене в средното училище чрез предмета „Аз и другите“.

#### **Един нов модел на социално-емоционално обучение в училище**

Социално-емоционалното учене в ОУ „Тодор Каблешков“, гр. Пловдив е интегрирано в редовните учебни занятия в начален етап чрез иновативния предмет „Аз и другите“ през учебна 2020-2021 г. Предмет се изучава в раздел Б на учебния план един час седмично в избираемите учебни часове. Обхваща учениците от втори, трети и четвърти клас. Цели развитие на емоционална интелигентност и социални компетентности у учениците.

Социално-емоционалното обучение чрез предмета „Аз и другите“ предлага стратегии и модели за общуване без насилие, които дават възможност на учениците да развиват умения за самостоятелно справяне с критични/проблемни ситуации като развива тяхната самоувереност и компетентност в сферата на вземане на решения. Учениците се насърчават да изграждат сътрудничество в класната стая и да осъзнаят силата на груповата работа, взаимопомощ и подкрепа. Развива се емоционалната интелигентност у децата, като се запознават с основните емоции, което води до по-добро разбиране на себе си. Предлагат се стратегии за овладяване на емоции и усвояване на умения за самоконтрол и овладяване на импулсите – основни умения при изграждането на успешни личности. Учениците се запознават с общочовешки добродетели, които насърчават развитието на качества, важни за изграждането им като цялостни личности. Предлагат се възпитателни стратегии за осъзнато развитие на добродетелите на характера и изграждането на емоционална зрялост у децата. Учениците се подкрепят да опознават и да развиват своите добродетели, да разбират по-добре чувствата, взаимоотношенията, целите си. Помага им се да изградят здрава самооценка и независимост. Учат се как да правят морални избори, като се насърчават нравственото им израстване. Децата формират ценности като отговорност, лично достойнство, толерантност, състрадателност и емпатия, уважение към себе си и другите, отношение към ученето, спазване на установени правила.

Учебното съдържание на „Аз и другите“ във всеки клас е представено в две глобални теми. Във 2. клас то включва „Емоциите – разпознаване, назоваване и управление“ и „Колело на възможните решения – развитие на социални умения за разрешаване на конфликти по конструктивен начин“. В програмата на 3. клас са заложили темите „Светът на добродетелите – откриване и проявяване“ и „Общуване без агресия“, а в 4. клас – „Добродетели – силни страни на личността“ и „Ненасилствена комуникация и ефективно общуване“. Учебните програми са подплатени с широк обхват от структурирани подтеми и динамични занятия, съобразени с възрастовите особености и познавателното развитие на учениците. Комплексният резултат, който целят е изграждане на позитивен климат в класната стая, насърчаване на комплексното развитие на ученика, изграждане на пълноценни общностни взаимоотношения, основани на зачитане на човешката личност и взаимно уважение. Изграждат компетентности в сферата на социалното взаимодействие, регулация и саморегулация. Формират умения за позитивно социално поведение и личностни качества за устойчиви характери.

### **Цели и хипотези на изследването**

Целите на настоящето изследване са:

- Да се проучи мнението на учениците от втори, трети и четвърти клас в ОУ „Тодор Каблешков“, гр. Пловдив и на техните родители към социално – емоционалното учене чрез иновативния учебен предмет „Аз и другите“.
- Въз основа на теоретичния обзор и резултатите от изследването да се очертаят ползите от социално-емоционалното учене в клас и неговите перспективи.

Формулираните хипотези са:

- Предполага се, че развитието на емоционална интелигентност и социални умения е полезно за учениците от начален етап.
- Вероятно е децата и техните родители да имат положително отношение към новия предмет за социално-емоционално учене „Аз и другите“.

### **Обхват на изследването**

В изследването са обхванати 75 ученици от втори, трети и четвърти клас в ОУ „Тодор Каблешков“, гр. Пловдив, както и 68 доброволно включили се техни родители. Проучването се проведе в края на учебната 2020-2021 г. през месеците май и юни.

За целите на настоящето изследване се използва анкетирането като метод. Създадени са и се прилагат два броя нестандартизирани писмени анкети – за ученици и за родители.

Анкетата за родителите съдържа 8 въпроса, които се отнасят до потребностите, мнението и отношението на родителите относно развитието на социално-емоционални умения у децата им чрез предмета „Аз и другите“. Въпросите са ограничени в три възможни избора за отговор, а в един от тях и с избор на определено качество.

Анкетата за ученици съдържа 9 въпроса, които касаят мнението и отношението на децата към иновативния предмет за социално-емоционално учене. Шест от въпросите са ограничени в няколко възможни отговора, като два са и с възможност за изразяване на причина. Един от въпросите дава възможност за саморефлексия. В анкетата два от въпросите са отворени за извличане на повече ценна информация относно изследвания проблем.

### **Резултати и обсъждане**

В представените таблици и графики са изнесени данните за процентното разпределение на анкетираните родители относно социално-емоционалното учене в клас.

Почти всички анкетираните – 92% са убедени, че емоционално-социалните компетентности трябва да се придобиват в училище. Предвид, че учениците прекарват по-голямата част от деня си там, особено малките, вероятно и очакванията на родителите спрямо образователната институция са продиктувани от факта, че именно тя би оказала най-ефективна, компетентна и специализирана подкрепа в развитието на социално-емоционалните умения. Това би означавало, че за родителите училището може да бъде много повече от място за придобиване на академични умения.

Доста висок процент от родителите желаят децата им да посещават часове за развитие на социално-емоционалните компетентности – 81%. Само 12% са дали отрицателен отговор, което би могло да бъде ясен показател за положителното отношение и засиления интерес на родителите към този предмет.



Диаграма 1. Мнение на родителите за развитието на социално-емоционални умения в училище



Диаграма 2. Желание на родителите за социално емоционално обучение в клас

Почти всички анкетирани – 81% са изразили утвърдително мнение, че предметът „Аз и другите“ формира позитивно социално поведение у децата. Това би означавало, че родителите осъзнават значимостта на социално-емоционалното учене. Очакват положителен ефект от преподаването върху личностното развитие на учениците, развиване на социалните им умения и изграждане на модели на социално приемливо поведение.



Диаграма 3. Отношение на родителите към предмета „Аз и другите“ относно неговата ефективност

Таблица 1. Отношение на родителите към предмета „Аз и другите“ относно ползите за учениците

№	Въпрос	Отговори	Процентно съотношение
4.	Смятате ли, че темите по предмета „Аз и другите“ са възпитателни и помагат на децата да развиват своите добродетели и да общуват по-ефективно?	Да.	78%
		Не.	2%
		Не мога да преценя.	20%

5.	Смятате ли, че предметът помага на децата да опознаят себе си, като разбират по-добре своите нужди, желания, чувства и поведение?	Да.	72%
		Не.	6%
		Не мога да преценя.	22%

Преобладаващата част от родителите – 78% смятат, че темите по предмета „Аз и другите“ са възпитателни и помагат на децата им да развиват своите добродетели и да общуват по-ефективно. Това би могло да значи, че родителите се доверяват на възпитателната функция на новия предмет и са убедени, че той е в помощ за емоционално-социалното развитие на учениците.

Сравнително висок е и процентът – 72% на онези родители, които са убедени, че предметът „Аз и другите“ помага на децата им да опознаят себе си.



Диаграма 4. Мнение на родителите относно ефективността на темите

Преобладаващата част от анкетираните – 63% смятат, че социално-емоционалното учене редуцира проблемното поведение на децата в училище. От констатирано проучване относно училищния тормоз в началото на учебна 2020–2021 г. родителите са наясно, че нивата на такъв в начален етап са относително ниски. Все пак понякога се наблюдава грубо, авторитарно и агресивно отношение на някои ученици. Вероятно е, поради тази причина родителите да смятат, че темите са полезни за подобряване на междуличностните отношения сред децата, за намаляване на неприемливото поведение и развиване на умения за разрешаване на конфликти.

Таблица 2. Мнение на родителите относно положителното въздействие на социално-емоционалното учене

№	Въпрос	Отговори	Процентно съотношение
7.	Смятате ли, че предметът „Аз и другите“ помага на децата Ви да бъдат по-уверени, отговорни и съпричастни?	Да.	71%
		уверени	25%
		отговорни	25%
		съпричастни	44%
		Не.	6%
		Не мога да преценя.	23%
8.	Смятате ли, че социално-емоционалното учене се отразява позитивно на успеха по учебните предмети на децата Ви?	Да.	62%
		Не.	18%
		Не мога да преценя.	20%

Болшинството от анкетираните – 71% са убедени в ефективността на предмета „Аз и другите“ и смятат, че той помага на учениците да станат по-уверени, отговорни и съпричастни. Според родителите социално-емоционалното учене развива най-вече емпатията у децата. На второ място развива увереност и отговорност. Социално-емоционалното учене не повишава академичните знания на учениците са посочили 18 % и приблизително толкова не са могли да преценят. По-голямата част от родителите обаче – 62% смятат, че социално-емоционалното учене се отразява позитивно на академичните постижения на децата им. В таблиците и графиките по-долу следват данните на учениците от изследването.



Диаграма 5. Отношение на учениците към предмета „Аз и другите“

Впечатляващо е, че по-голямата част от анкетираните ученици определят темите от социално-емоционалното учене като полезни, интересни и забавни. Това би могло да е ясен показател за положителното им отношение и повишен интерес към този вид обучение.

Таблица 3. Социално-емоционалното учене в помощ на учениците

№	Въпрос	Отговори	Процентно съотношение
2.	Помагат ли ти разговорите по тези теми да общуваш по-добре със своите съученици?	Да.	81%
		Не.	12%
		Не мога да преценя.	7%
3.	Смяташ ли, че трябва да познаваш собствени си емоции и чувства, дори и неприятните?	Да.	87%
		Не.	1%
		Не мога да преценя.	12%
4.	Смяташ ли, че предметът „Аз и другите“ ти помага да опознаеш себе си, като разбираш по-добре своите нужди, желания, чувства и поведение?	Да.	85%
		Не.	8%
		Не мога да преценя.	7%

За преобладаващата част от учениците – 81% социално-емоционалното обучение е полезно, защото им помага в общуването със своите съученици. Показателно е, че в тези часове децата успешно усвояват социални стратегии и умения за разрешаване на междуличностни проблеми и конфликти, което се оказва в полза при взаимоотношенията им с другите. Само 12% от анкетираните са на мнение, че социално-емоционалното учене не им помага в общуването с останалите. Забележително е, че повечето ученици смятат, че трябва да познават и разбират емоциите си. Наблюдава се силно желание и стремеж към личностно развитие и опознаване себе си. В това отношение предметът „Аз и другите“ е полезен за много голяма част от децата – 85%.

На въпроса защо е нужно да познават емоциите и чувствата на другите, най-често учениците са посочили, че това е необходимо, за да общуват по-добре, да се подкрепят и да се сприятеляват по-лесно. Познаването на чуждите емоции според децата е нужно, за да знаят как да постъпят в дадена ситуация, да разберат как се чувства другия, да се поставят на негово място и да му помогнат в нужда, да го успокоят ако е тъжен. Прави впечатление, че причините, които посочват децата са продиктувани от чувството им на емпатия. Това би могло да бъде показател за повишаване на емоционалната им чувствителност, благодарение на социално-емоционалното учене.

Забележително е, че почти всички ученици – 84% намират за необходимо да учат в училище как да се справят с конфликти. Това би могло да означава, че децата се доверяват и разчитат на социално-емоционалното учене, което да им покаже как да реагират правилно в подобни ситуации. Най-често учениците са посочили, че в училище трябва да се формират такива умения, защото това ще им помогне да се разбират по-добре по между си и ще знаят как да постъпват в проблемни ситуации. Някои ученици отчитат фа-

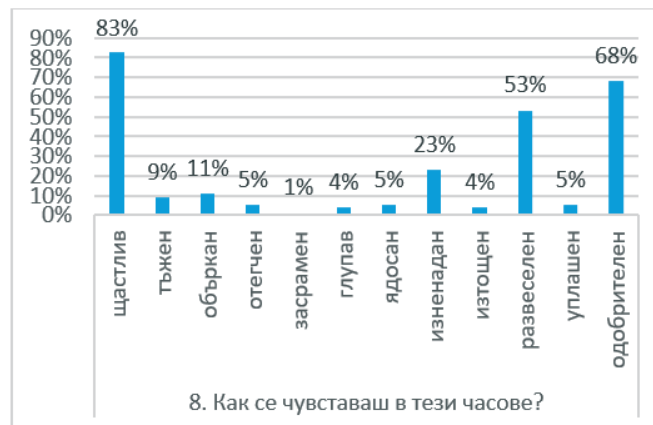


кта, че в клас често се бият, карат или обиждат, затова е необходимо да се научат как да общуват правилно. Според други, ученето за справяне с конфликти ще намали и предотврати насилието, ще научи учениците да владеят гнева си и да реагират адекватно в подобни ситуации и извън училище. Трети смело заявяват, че уменията за справяне с конфликти ще са им полезни в живота, ще ги накарат да се почувстват по-уверени и ще им помогнат в труден момент.



Диаграма 6. Учене за справяне с конфликти и проблемни ситуации

На въпроса с какво е бил полезен предметът „Аз и другите“, най-често учениците споделят, че са научили да разпознават, изразяват и овладяват емоциите си. Разбрали са как да общуват правилно и да реагират в определени ситуации. Предметът е помогнал на децата да опознаят по-добре себе си, да разбират чувствата на другите, да се поставят на тяхно място, както и да зачитат чуждото мнение. Учениците са усвоили умения да разрешават проблемите си и да се справят с конфликти. Всичко това би могло да значи, че темите са били ефективни за децата и са им помогнали да придобият основни емоционално-социални знания и умения.



Диаграма 7. Саморефлексия при учениците

По-голямата част от учениците се чувстват щастливи, одобрителни и развеселени в часовете за социално-емоционално учене. Показателно е, че децата се забавляват, харесват темите и имат положително отношение към това обучение.

Впечатляващо е, че почти всички ученици – 83% биха посещавали с удоволствие часовете по предмета „Аз и другите“ и през следващата учебна година, което би могло да показва висок интерес към социално-емоционалното учене. Най-често като причина да посещават тези часове децата посочват, че придобиват поучителни и полезни знания, които ще им трябват за в бъдеще. Други очакват социално-емоционалното учене да им помогне в общуването с останалите и справянето с конфликтни и проблемни ситуации. Трети посочват, че в тези часове е забавно, приятно и интересно.



Диаграма 8. Желание на учениците да посещават часовете по социално-емоционално учене

### Изводи и заключения

Теоретичният обзор за социално-емоционалното учене и резултатите от емпиричното изследване водят към следните изводи и заключения:

Макар, че социално-емоционалното обучение не е характерно за нашата образователна система, то е популярно сред родителската общност. Повечето от родителите осъзнават ключовото му значение за развитието на децата им. Учениците и техните родители желаят и подкрепят социално-емоционалното учене под формата на отделно изучаван предмет в училище. Познават ползите и осмислят необходимостта от придобиването на емоционално-социални знания, умения и компетенции, които ще помогнат на децата да се справят по-лесно с проблемни ситуации, да овладяват емоциите си, да подобрят взаимоотношенията по между си.

Анализът на резултатите от изследването потвърди издигнатите хипотези. Родителите и учениците имат положително отношение и засилен интерес към социално-емоционалното учене. То помага на учениците да придобият основни знания, умения и компетенции в тази област. Очевидни са сериозните ползи от него за намаляване на неприемливото поведение в клас и приноса му в това децата да станат емпатийни, уверени и отговорни. Родителите са на мнение, че новият предмет се отразява позитивно и на академичните знания на децата им.

Учениците имат желание и стремеж към личностно развитие, опознаване на себе си и другите. С лекота и успешно усвояват техники и стратегии за справяне с неприятни чувства и конфликтни ситуации. Повишават своята емоционална чувствителност благодарение на социално-емоционалното учене.

Учениците се чувстват щастливи в тези часове, одобряват новия предмет и с удоволствие биха посещавали часовете му.

Настоящото изследване е опит да се подкрепи социално-емоционалното учене в клас като един от начините, по който училищата биха могли да отговорят на предизвикателствата на новото време. Тези обучения, интегрирани в редовните учебни занятия ще позволят на учениците да развият ключови за успеха в училище и в живота лични умения и социални компетентности. Поради тази причина социално-емоционалното обучение не бива да се свежда само до начален етап. Също толкова благоприятно, успешно и полезно за учениците би могло да бъде, ако се интегрира и в по-горните степени на средното образование.

### References:

1. Chefay, K, Sotsialno i emotsionalno obuchenie: balansirano i kachestveno obrazovanie (ISSN: 1314-7986, DOI: 10.15547/PF.2017.009), E-spisanie „Pedagogicheski forum“, br.2, 2017, str. 3-6
2. Чeфaй, К, Социално и емоционално обучение: балансирано и качествено образование (ISSN: 1314-7986, DOI: 10.15547/PF.2017.009), E-списание „Педагогически форум“, бр.2, 2017, стр. 3-6

### (Endnotes)

1. <https://priobshti.se/article/strategii-v-pomosht-na-prepodavaneto/socialno-emocionalno-uchene-v-uchilishte>
2. Priobshti.se
3. [https://re-genesis.alle.bg/Programa SOE „Sotsialni-Emotsionalno obrazovanie“](https://re-genesis.alle.bg/Programa%20SOE%20„Sotsialni-Emotsionalno%20obrazovanie“)
4. <https://casel.org/sel-framework/> CASEL
5. Golman, D, Emotsionalna inteligentnost, 2000, Kibea