

УДК 378.147

DOI: 10.15587/2519-4984.2024.311511

СОЦІАЛЬНО-ЕМОЦІЙНЕ НАВЧАННЯ НА ЗАНЯТТЯХ З ІНОЗЕМНОЇ МОВИ У ЗВО: ВІД ТЕОРІЇ ДО ПРАКТИКИ

Л. С. Герасименко, С. М. Муравська

This article explores the theoretical and practical aspects of integrating Social-Emotional Learning (SEL) into Foreign Language classes, emphasizing its benefits over traditional teaching methods, particularly in the context of the ongoing military aggression of Russia against Ukraine. SEL fosters a supportive environment where students can express themselves, make choices, and develop essential life skills, with a focus on mental health – an especially critical factor during times of uncertainty. Foreign Language instruction offers a unique opportunity to gradually introduce SEL as it can be easily incorporated into the curriculum. Through SEL, students learn to understand and empathize with others, regardless of cultural or social backgrounds, thereby enhancing their interpersonal skills.

The integration of SEL in Foreign Language education helps students build and maintain positive relationships, resolve conflicts, and make constructive decisions. It also plays a crucial role in helping first-year students adapt to the new environment at university. At the tertiary level, SEL exposure supports the development of key competencies, such as self-awareness, self-management, responsible decision-making, social awareness, and relationship-building.

In this study, we selected and adapted a range of SEL activities for use in Foreign Language classes. These activities encourage students to identify their emotions, attitudes, and values, while reflecting on how these influence their behavior. Techniques, such as breathing exercises, meditation, goal-setting, and time management, are introduced to help students regulate their emotions, manage stress, control impulses, and stay motivated. Group discussions, collaborative projects, and teamwork are recommended to further improve social awareness, decision-making, and relationship-building skills

Keywords: Social-Emotional Learning, Foreign Language, HEI, educational process, soft skills

How to cite:

Herasymenko, L., Muravska, S. (2024). Social-emotional learning in foreign language classes at higher education institutions: from theory to practice. ScienceRise: Pedagogical Education, 4 (61), 22–28. <http://doi.org/10.15587/2519-4984.2024.311511>

© The Author(s) 2024

This is an open access article under the Creative Commons CC BY license

1. Вступ

Підтримка ментального здоров'я під час кризових ситуацій, якими є війни, пандемії та надзвичайні стани, є вагомим елементом у забезпеченні базових потреб особистості. Загальновідомим є факт взаємозалежності фізичного та психічного здоров'я, і у випадку проблем з останнім, людина не завжди зважає на наявність проблеми, часто не може надати собі допомогу самостійно та оцінити наслідки погіршення самопочуття. Зовнішні обставини, такі як COVID-19 та повномасштабна війна Росії проти України значно погіршують якість життя українців, а особливо впливають на ментальне здоров'я.

Проведене соціологічною компанією Gradus Research у жовтні 2023 дослідження «Ментальне здоров'я та ставлення українців до психологічної допомоги під час війни» надає наступні результати: 51 % опитаних визначають свій ментальний стан як середній; збільшилася частка тих, хто вважає свій стан незадовільним (з 8 % до 11 %); зменшилася частка тих, хто вважає свій стан задовільним (з 41 %

до 38 %); 46 % відчувають втому; 40 % відчувають напруженість; 77 % опитаних відчували стрес та сильну знервованість останнім часом; 26 % мають досвід перебування поблизу або безпосередньо у зоні активних бойових дій; збільшився показник з 2022 тих, хто втратив близьких людей через війну (з 6 % до 9 %) [1]. Серед чинників, що впливають на психічний стан студентів та викладачів: постійні тривоги, вибухи, перебування родичів на окупованих територіях, участь близьких членів родини у військових операціях, відсутність електроенергії, інтернету, неможливість особистого спілкування з одногрупниками та викладачами, скрутна фінансова ситуація, тощо. У таких умовах проведення навчання за старими шаблонами не є можливим, оскільки призведе до ще більшої напруги та стресу для учасників освітнього процесу.

Зміщення фокусу з результату на процес здобуття знань – це необхідна умова сьогодення, де в пріоритеті благополуччя усіх учасників освітнього процесу. Застосування підходу соціально-емоційного

навчання дозволяє побудувати освітній процес з акцентом на розвитку збалансованого підходу до життя, де кожна особистість відчуває внутрішній спокій, вміє регулювати власні стани, може побудувати стосунки з іншими людьми та прийняти екологічні та корисні для неї рішення.

2. Літературний огляд

Незважаючи на те, що сам термін СЕН досить новий, він має глибоке історичне та кроскультурне коріння. Цитата Арістотеля «Навчання розуму без навчання серця не є навчанням взагалі» підтверджує той факт, що освітній процес не повинен фокусуватися лише на інтелектуальному розвитку, але й на соціально-емоційному стані тих, кого навчаємо. У 1990 роках дискусії щодо соціально-емоційного навчання посилювалися в Північній Америці як відповідь на зменшені показники академічної успішності учнів. На початку 21 століття підхід СЕН набуває все більшої популярності в освіті західних та інших країн. В Україні його було започатковано в 2016 році під час реформи Нової української школи, у Східній Африці – The Regional Education and Learning Initiative (RELI). СЕН отримує підтримку у Бразилії, Перу, Японії, Індії та Бангладеш [2].

В українських ЗВО розвиток компетенцій СЕН вже частково відрефлектовано у поняттях «гнучкі навички» та «всебічний розвиток особистості», що є передумовою запровадження моделі СЕН та охоплення нею усіх складових освітнього процесу. Беручи до уваги емоції здобувачів вищої освіти, механізми регулювання їх поведінки, навчаючи емпатії, побудові здорових відносин та вмінь взаємодіяти в колективі, ми можемо інтегрувати соціально-емоційне навчання в освітній процес.

За словами М. Swartz, сам термін «соціально-емоційне навчання» є відомим більше ніж 20 років, «але зараз існує оновлений інтерес серед батьків, освітян, представників сфери охорони здоров'я, творців політики інтеграції СЕН у навчальний процес поряд з традиційними академічними предметами» [3]. Теоретичні основи та позитивний вплив СЕН на результати навчання англійської мови були досліджені L. J. Pentón Herrera, який зазначає, що СЕН – це підхід та процес, який фокусується на розвитку та зміцненню емоційних навичок, необхідних для особистості, щоб почувати себе здоровою, щасливою, успішною та відповідальною [4].

Існує безліч тлумачень, проте СЕН можна визначити як процеси «за допомогою яких діти та дорослі набувають та застосовують компетентності, щоб визначати та керувати емоціями, ставити та досягати позитивні цілі, цінити можливості інших, встановлювати та підтримувати позитивні відносини, приймати відповідальні рішення, вирішувати особисті та міжособистісні ситуації конструктивним чином» [5].

У 1994 році група освітян, вчених та захисників дітей зустрілися у Фетзер Інституті (Fetzer Institute), щоб обговорити ефективні та координовані стратегії розвитку компетенцій СЕН студентів, їх академічну успішність, здоров'я, громадянство, а також попередити та зменшити проблеми із фізичним та ментальним

здоров'ям, поведінкою [6]. Також було засновано організацію CASEL (Collaborative for Academic, Social and Emotional Learning), яка у подальшому виокремила 5 основних компетенцій СЕН [7]: встановлення та підтримка стосунків, соціальна обізнаність, самоусвідомлення, самоуправління, відповідальне прийняття рішень.

Самоусвідомлення (self-awareness) можна трактувати як здатність розпізнавати власні емоції, думки, цінності та яким чином вони впливають на поведінку. *Самоуправління (self-management)* можна визначити як здатність успішно керувати своїми емоціями, думками та поведінкою в різних ситуаціях – досягати цілі та мотивувати себе. *Відповідальне прийняття рішень (responsible decision making)* – це здатність здійснювати конструктивний вибір щодо особистої поведінки та соціальних взаємодій, які базуються на етичних стандартах, питаннях безпеки та соціальних нормах. *Соціальна обізнаність (social awareness)* – це здатність уявляти себе на місці інших людей, навіть якщо вони мають відмінне від твого походження та культурне середовище. *Уміння підтримувати міжособові стосунки (relationship skills)* – це здатність встановлювати та підтримувати здорові відносини з різноманітними особистостями та групами [7].

Як зазначає Ю. Коробова та І. Зайцева [8], СЕН сприяє цілісному розвитку особистості. Отримуючи емоційну підтримку педагога та навчившись виражати свої емоції, студенти можуть концентруватися на навчанні. Дослідниця пропонує майбутнім вчителям іноземної мови вивчати СЕН в межах дисципліни «Методика викладання іноземної мови». При цьому вона зазначає, що «викладачам ЗВО необхідно своїм власним прикладом показувати студентам, яким чином підтримувати своє ментальне благополуччя та продовжувати якісно виконувати свою роботу, а також використовувати на своїх заняттях стратегії СЕН» [8].

О. Елькін розглядає соціально-емоційне навчання як затребувану міжнародну практику, яка сприяє формуванню м'яких навичок [9]. На його думку, протягом останніх років у системі освіти України зростає попит на м'які (соціально-емоційні) навички, що забезпечать у майбутньому здатність особистості адаптуватися до стрімких змін і перетворень мінливого життя, встановлювати необхідні для особистісного й професійного зростання контакти, вибудовувати різнопланові та різнорівневі соціальні зв'язки тощо. О. Елькін наголошує на необхідності створення та оновлення змісту програм з урахуванням навичок соціально-емоційного навчання. Однією з переваг такого навчання, як стверджує група дослідників, є розвиток здорового, емоційно стійкого та соціально-відповідального колективу [10].

Попередні дослідження підтверджують позитивний вплив СЕН на емоції та психологічний стан студентів. D. Ashdown та M. Bernard дійшли висновку, що студенти, які були занурені у СЕН, демонстрували вищі рівні соціально-емоційної компетенції, краще справлялися з управлінням власними емоціями, мали успіхи в академічному навчанні та знаходили спільну мову з оточуючими, що в свою чергу, покращило їхній загальний психологічний стан [11].

Н. Soodmand Afshar, S. Tofighi та R. Hamazavi провели дослідження щодо зв'язку між емоційним інтелектом та вивченням мови серед 138 іранських дорослих, які вивчали англійську мову, та дійшли висновку, що існує прямий зв'язок між емоційним інтелектом студентів та їхніми досягненнями у вивченні мови та їхніми розмовними навичками [12]. Ці дослідження розглядають потенціал СЕН як інструменту підвищення позитивних емоцій в аудиторії та покращення здоров'я студентів, що особливо важливо у кризові періоди, такі як війна.

Дослідження з впровадження СЕН у вищу освіту [13] показало, що стратегії СЕН здатні створити потужну модель, що інтегрує людський інтелект та навчання, сприяє індивідуалізації навчання та забезпечує викладачів засобами для досягнення високих стандартів. СЕН робить аудиторію підтримуваним місцем, де всі студенти відчують радість навчання та розвивають свої академічні досягнення. До того ж, СЕН допомагає зменшити стрес та створити позитивну взаємодію зі студентами. СЕН озброює студентів засобами для подолання перешкод та повного розкриття їх потенціалу. За допомогою визнання здібностей та талантів кожного студента викладач може зробити знання доступними для всіх студентів. Педагоги будують значимі стосунки зі студентами, що може поглибити розуміння предмету та відчути ситуацію успіху.

Використання іноземної мови є одним з найкращих виборів для впровадження СЕН, якщо на рівні ЗВО така робота ще не здійснюється. По-перше, тематика дисципліни досить різноманітна, яка дозволяє інтегрувати СЕН під час подачі матеріалу. По-друге, заняття з іноземної мови створюють позитивне середовище вивчення іншої культури, оскільки мова та культура є нероздільними. Як зазначає L.J. Pentón Herrera та G. Martínez-Alba, СЕН дає можливість тим, хто вивчає мову, розвинути необхідні навички для досягнення успіху в майбутньому, а саме прийняття «мислення, направлено на зростання» (growth mindset), турбуватися про себе як найвищий пріоритет, управляти емоціями та здійснювати саморегуляцію, будувати та підтримувати здорові відносини. Ці уміння в подальшому перетворюють студентів на членів суспільства, які будуть здатні зробити свій внесок у його розбудову [14].

Навчаючи студентів іноземної мови, освітяни повинні також розуміти покладену на них відповідальність озброїти здобувачів навичками СЕН, необхідними для їхнього процвітання у новому професійному середовищі [14]. Низка вітчизняних дослідників СЕН у вищій школі (Н. Дмітренко, В. Панченко, І. Школа, О. Гладка, А. Девіцька) вказують на позитивний вплив СЕН на емоційний інтелект студентів, сприяння зворотного зв'язку та створенні цілісного підходу вивчення іноземної мови [15].

3. Мета та задачі дослідження

Основною метою дослідження є окреслення практичних шляхів застосування соціально-емоційного навчання на заняттях з іноземної мови у ЗВО.

Для досягнення мети були поставлені такі завдання:

– обґрунтувати доцільність використання підходу соціально-емоційного навчання під час вивчення іноземної мови в ЗВО;

– запропонувати комплекс вправ з впровадження соціально-емоційного навчання на заняттях з іноземної мови у ЗВО.

4. Матеріали і методи

У роботі проведений аналіз педагогічних та психологічних джерел, документів (UNESCO), статистичних даних (GRADUS), що дозволило обґрунтувати доцільність використання соціально-емоційного навчання на заняттях з іноземної мови в ЗВО. Систематизація та узагальнення педагогічного досвіду порушеної проблеми застосовувалися для визначення переваг СЕН на заняттях з іноземної мови. У процесі дослідження ми проаналізували інтернет-ресурси, періодичні видання, методичні посібники та матеріали курсів «Я і якісне та цілісне навчання. Соціально-емоційне навчання і психосоціальна підтримка», «Introduction to Social and Emotional Learning & Psychosocial Support for Quality Holistic Learning» (від Childhood Education), що уможливило підбір вправ для впровадження СЕН на заняттях з іноземної мови в ЗВО.

5. Результати дослідження та їх обговорення

У контексті інтеграції України до Європейського освітнього простору іноземна мова, а саме англійська, займає чільне місце у підготовці майбутніх фахівців у ЗВО. У «Методичних рекомендаціях щодо забезпечення якісного вивчення, викладання та використання англійської мови у закладах вищої освіти України» зазначається, що «навчання у закладах вищої освіти забезпечує завершене формування у студентів потреби вивчення англійської мови з оволодінням нею як засобом спілкування, пізнання, самореалізації та соціальної адаптації в полікультурному світі на основі усвідомлення важливості вивчення іноземних мов, насамперед англійської, як засобу спілкування і пізнання в сучасному світі, підвищення своєї конкурентоспроможності під час економічної та соціальної євроінтеграції». Тобто окрім спілкування англійською мовою, акцент робиться на мові як засобі розвитку професіонала, різних умінь, які сприяють успіху в кар'єрі.

На заняттях з іноземної мови студент не лише вивчає мову, але й занурюється в іншу культуру, практикує стратегії ефективної комунікації, пізнає світ. До того ж, дисципліна «Іноземна мова» викладається зазвичай на першому курсі, тож викладач на своїх заняттях може допомогти долати стрес від адаптаційних чинників, налагоджувати взаємодію та співпрацю в середині групи.

Н. Дужик у дослідженні соціально-емоційного навчання в системі сучасних педагогічних занять особливу увагу приділяла першокурсникам, для яких університет є новим середовищем з відмінним від школи навчальним процесом, системою викладання та оцінювання [16]. Для адаптації до університетського життя, яке включає не лише навчання, але й громадську та соціальну дія-

льність, важливо бути озброєним життєвими компетенціями, якими є СЕН.

Отже, для забезпечення у ЗВО розвитку гармонійної особистості, готової для професійної реалізації нами підбрано комплекс вправ для практичного впровадження СЕН у дисципліні «Іноземна мова» у ЗВО. Основою цих методів є типологія компетенцій, які є базовими для СЕН: самоусвідомлення, самоуправління, відповідальне прийняття рішень, соціальна обізнаність та вміння підтримувати позитивні стосунки.

Самоусвідомлення (self-awareness) є фундаментом для розвитку інших компетентностей, оскільки ця компетенція допомагає студентам розвивати та підтримувати здорову концепцію власної особистості, розуміти власні сильні та слабкі сторони. Самоусвідомлення включає комплекс здатностей: інтеграцію особистості та соціальної ідентичностей; виявлення особистісних, культурних і мовних переваг; визначення своїх емоцій; демонстрація чесності та добросовісності; поєднання почуттів, цінностей і думок; вивчення упереджень та стереотипів; відчуття самоефективності; «мислення, направлене на зростання» (growth mindset) на протилежність «фіксованому мисленню» (fixed mindset); розвиток інтересів і розуміння покликання у житті [7].

На заняттях з іноземної мови важливо створити підтримуючу, доброзичливу, неупереджену атмосферу, де студенти можуть вільно розповідати про свої почуття та висловлювати свою думку. Розуміння емоцій необхідно для підтримки ментального здоров'я, тож на початку заняття важливо дізнатися настрій студентів, використовуючи для цього різні опитувальники, смішні картинки, постери, тощо. Під час розмови варто запитати, чому студенти мають такі відчуття, щоб потім підлаштувати заняття під їх самопочуття. Якщо, наприклад, студенти втомлені, можна дати дихальні техніки, техніки розслаблення, невеликі фізичні вправи.

Важливою частиною навчального процесу є розуміння студентами власного стилю навчання, який тип пам'яті у них домінує. Викладач під час заняття повинен створити умови для всіх студентів. Усна подача матеріалу повинна поєднуватися з візуальними засобами, аудіо та відеоматеріалами, практичними вправами, роботою в команді. Розуміння власних переваг, інтересів та сильних сторін також допомагає у навчанні. Продемонструємо вправу Ikigai (iki – з японської «жити», gai – «причина») для пошуку покликання у житті. Ми запитуємо студентів 4 питання:

- 1) *What am I good at?*
- 2) *What do I love?*
- 3) *What does the world need?*
- 4) *What can I be paid for?*

Якщо всі 4 питання пересікаються, то вибір майбутньої професії вірний, він є життєвим покликанням. Однак, якщо однієї складової бракує, людина може швидко вигоріти на роботі. Ця вправа може бути зроблена індивідуально з власною рефлексією або в парах.

Ще однією корисною вправою є «Rose, Thorn, Bud» («Троянда, шип, бутон») (адаптовано з курсу Childhood Education «Introduction to Social and Emotional Learning & Psychosocial Support for Quality

Holistic Learning»). Суть вправи в тому, що людина повинна визначити свої переваги, або щось позитивне, це буде позначати «троянду». Наступним кроком є визначення перешкод, або чогось негативного («шип»). І останній крок – визначення нового знання, або корисного досвіду, який людина планує отримати у майбутньому. У ЗВО цю вправу можна адаптувати щодо навчання іноземної мови. Наприклад, наступна інструкція: *Rose – Write down your strengths in learning English, what you are good at. Thorn – Write down your weaknesses in learning English, what things are the most difficult for you. Bud – Think about practical ways how to improve your English.*

Наступним етапом є обговорення в парах, або малих групах. Студенти презентують свої думки один одному, обговорюють, дають поради, як покращити слабкі сторони у вивченні англійської. Ця вправа допомагає пізнати себе, рефлексувати щодо власних здібностей, сильних та слабких сторін, визначати особисту ідентичність.

Самоуправління (self-management) спрямовано на механізми саморегуляції, постановку цілей та самодисципліну. Для студентів ЗВО навички самоуправління є важливими, оскільки допомагають їм адаптуватися у новому середовищі, розвинути необхідні вміння справлятися зі стресом та тривогою та регулювати власні емоції у різних ситуаціях. Врегулювання емоцій відбувається ефективно завдяки «усвідомленому підходу» (mindfulness), до якого відносять медитації, дихальні вправи, позитивні афірмації, відновлювальні практики, турботу про себе, тощо. Варто поступово впроваджувати ці техніки для перерви після інтенсивної роботи, у випадку втомленості студентів – на початку заняття. Під час занять варто наголошувати на важливості здорового способу життя для фізичного та ментального здоров'я, на стратегіях подолання стресу.

Окремим пунктом є вміння ставити особисті та колективні цілі. Для цього використовуються різні техніки, наприклад SMART, SWOT-аналіз. Здатність планувати є необхідним атрибутом майбутнього фахівця. Постановку цілей можна поєднати з проєктним методом. Студенти на етапі підготовки до виконання роботи у проєкті можуть застосовувати одну з технік планування.

Ще одним засобом самоуправління є позитивні афірмації – короткі фрази, які підбадьорюють або мотивують і можуть бути використані як позитивна саморозмова (self-talk). Разом зі студентами можна виконати наступну вправу. Студенти підбирають позитивні слова для характеристики особистості, наприклад, strong, smart, great. Потім викладач надає вирази дії *I am, I can, I will*. Студенти створюють власні позитивні афірмації самостійно, або в групах чи парах. Після проходження теми з іноземної мови можна створити афірмації, пов'язані з матеріалом. Наприклад, якщо тема була присвячена подорожам, після її проходження студенти створюють афірмації, що вони вже вміють. *I am good at writing reviews of hotels. I can book a table at the restaurant. I will use the learnt vocabulary while travelling.* Акцентуючи увагу на тому, що студенти вже вміють, а не на помилках, викладач створює ситуацію успіху, мотивує та підбадьорює.

Відповідальне прийняття рішень (responsible decision making) означає розуміння потенційних наслідків власних рішень, розглядаючи їх у різних сферах (соціальної, емоційної, фізичної, інтелектуальної) задля здійснення усвідомленого вибору. Навчаючи студентів як приймати відповідальні рішення, ми перетворюємо їх на більш впевнених особистостей, які здатні оцінювати існуючі можливості, очікувати наслідки та робити вибір, який буде співпадати з їхніми цінностями, а не йти з ними в розрив. Серед умінь, які охоплює ця компетенція: демонстрація когнітивного інтересу та відкритості до різних думок, умінь робити обґрунтоване судження після аналізу інформації, даних і фактів; винайдення рішень особистих і соціальних проблем; очікування та оцінка наслідків власних дій; визнання корисності критичного мислення як в навчанні, так і поза ним; рефлексія щодо розвитку особистого, сімейного та спільного благополуччя; оцінка особистого, міжособистісного, громадського та інституційного впливу.

Серед методів, які сприяють розвитку умінь прийняття рішень, ми виділяємо роботу в проблемних групах. Студенти об'єднуються у кілька команд і повинні за певний час вирішити особисту чи соціальну проблему. Наступним методом є проєктна робота, яка дозволяє зібрати інформацію, проаналізувати та викласти результати у готовому продукті. Ще одним потужним засобом розвитку умінь прийняття рішень є використання завдань на розвиток критичного мислення, які дають студентам можливість розглядати проблему з різних кутів зору, приймати інші погляди та брати під сумнів правдивість тверджень.

Соціальна обізнаність (social awareness) охоплює розуміння та переживання емоцій та потреб інших людей. Викладач може запропонувати студентам уявити себе на місці інших людей, аби більш глибоко зрозуміти їхні емоції та почуття. У такий спосіб у студентів буде формуватися співпереживання, емпатія, підтримка та розуміння оточуючих. Уміння, які формуються у рамках цієї компетенції наступні: прийняття позиції іншої людини; визнання сильних сторін інших людей; демонстрація емпатії та співчуття; прояв турботи про почуття інших; розуміння і висловлення вдячності; визначення різноманітних соціальних норм, у тому числі несправедливих; розпізнавання специфічних компетенцій, які потрібні для певного контексту, і визначення можливостей; розуміння впливу організацій і систем на поведінку.

Висловлення вдячності та демонстрація емпатії важливі у сучасному світі жорстокості та агресії. Виховуючи особистість, яка цінить те, що в неї є, ми – викладачі – робимо світ кращим. Інтегрувати вдячність на занятті можна у якості розминки. Викладач просить сказати одну річ за що студент вдячний сьогодні (*I am grateful for ...*). Важливо ознайомити студентів з виразами, якими ми можемо висловити вдячність.

Однією з вправ, яка вчить соціальної обізнаності, є «Different Ways to Respond» («Різні шляхи реагування») (адаптовано з курсу Childhood Education «Introduction to Social and Emotional Learning & Psychosocial Support for Quality Holistic Learning»). Метою вправи є впізнання різних емоцій та шляхів, як може реагувати людина, відчувачи їх. Після

проходження вправи студенти можуть задуматися, та можливо, змінити свої реакції на сильну емоцію. Використовуючи колесо емоцій, студенти в парах обирають емоцію та обговорюють, як людина реагує на неї. Можливим варіантом є підбір картинок з різними емоціями, де студенти описують, що вони бачать, емоцію, чим вона можливо викликана та співвідносять із власним досвідом. Після вправи викладач обговорює у групі можливі варіанти, наголошує на важливості розуміння та регуляції власних емоцій та культурної особливості вираження різних емоцій.

Уміння підтримувати міжособові стосунки (relationship skills) є важливою життєвою компетенцією, адже успішні відносини з іншими людьми вимагають співпереживання, розуміння потреб та точок зору інших людей. Навчаючи студентів практикувати уміння побудови успішних відносин, ми розвиваємо в них необхідність інтерпретації будь-якої ситуації з різних позицій. Уміння, які відносяться до цієї компетенції, включають: ефективне спілкування; розвиток позитивних взаємовідносин; демонстрація культурної компетентності; практика командної роботи та спільного вирішення проблем; конструктивне вирішення конфліктів; протистояння негативному соціальному тиску; демонстрація лідерства в групах; пошук або пропозиція підтримки та допомоги, коли це необхідно; відстоювання прав інших.

За допомогою цієї компетенції студенти можуть встановлювати та підтримувати здорові стосунки та ефективно комунікувати з різними людьми та групами. Важливими вміннями є активне слухання, співпраця, сумісне вирішення конфліктної ситуації. На заняттях з іноземної мови формуванню цієї компетенції сприяють дискусії, роботи в групах, парах, проєктна робота. Студенти повинні навчитися, які фрази використовувати для прохання та пропозиції допомоги.

Однією з вправ є «Community Building Circles» (адаптовано з курсу Childhood Education «Introduction to Social and Emotional Learning & Psychosocial Support for Quality Holistic Learning»). Це дискусії, які проводяться у колі, що сприяє комунікації, відчуттю приналежності та довірливим стосункам. Викладач повинен продумати різні аспекти: обмежений час для спілкування, рівність у розмові для всіх та правила, створені разом зі студентами. Студенти повинні знати, яким чином висловлювати свою думку, тож завдання викладача – озброїти студентів потрібною лексикою. Цікавою інтерпретацією є вправа «Fishbowl» («Акваріум»). Для цього викладач ділить учнів на дві групи: одна група сідає у коло посередині, інша – утворює коло зовні та спостерігає за дискусією внутрішнього кола. У певний момент студенти міняються місцями – зовнішнє коло стає внутрішнім.

Таким чином, підібрані завдання сприяють розвитку компетенцій СЕН, створюють доброзичливу та підтримуючу атмосферу, розвивають уміння критичного мислення. Запропоновані вправи досить легко інтегруються до програми дисципліни «Іноземна мова» та можуть бути проведені на першому курсі, що допоможе студентам адаптуватися до нових умов.

Обмеження дослідження пов'язані з військовою агресією росії проти України, що, в свою чергу, є

першопричиною незворотніх змін в економічній, політичній, соціальній, освітній та інших сферах життя суспільства. Дистанційне навчання, постійні тривоги можуть стати суттєвою перешкодою на шляху впровадження методики СЕН у навчальний процес у ЗВО.

Якщо брати до уваги поняття СЕН у світовому масштабі, то слід зазначити, що різні країни мають різні освітні системи, підходи до навчання, культурні особливості, що не дає змогу розробити єдиний уніфікований інструмент вимірювання ефективності впровадження СЕН у ЗВО різних країн.

Проте, вищезазначений факт не впливає на значущість результатів проведеного дослідження, а лише заохочує до того, щоб дослідники брали до уваги певні фактори для інтерпретації отриманих результатів.

Перспективи подальших досліджень. Авторки дослідження мають намір опублікувати подальші результати дослідження за заявленим напрямом у вітчизняних та зарубіжних наукових журналах, оприлюднити їх на наукових конференціях, методичних семінарах та вебінарах. Планується видання практикуму із завданнями з методики СЕН, які можуть бути застосовані викладачами ЗВО на заняттях з іноземної мови. Важливо зазначити, що авторки дослідження планують відстежувати здобутки вітчизняних та зарубіжних колег з даного напрямку досліджень та використовувати їх у подальших наукових працях.

Сподіваємося, що запропоновані практичні вправи з СЕН допоможуть як викладачам, так і здобувачам освіти пережити важкі часи для нашої держави, підтримати ментальне здоров'я, аби у майбутньому взяти активну участь у розбудові нової держави.

6. Висновки

1. Аналіз досвіду впровадження СЕН у навчальний процес у вітчизняних та зарубіжних ЗВО дозволив дійти висновку, що ця практика має ряд переваг. По-перше, застосування СЕН акцентує увагу на важливості психічного здоров'я студентів, підкреслюючи при цьому зв'язок їхнього фізичного та ментального добробуту. По-друге, інтеграція СЕН в освітній процес створює позитивний ґрунт для підтримки та розвитку умінь студентів під час війни, пандемії та інших кризових ситуацій. По-третє, саме заняття з іноземної мови виступають одним із оптимальних ресурсів для поступового впровадження СЕН. У такий спосіб для викладача є можливим підвищити рівень володіння іноземною мовою студентів та створити підтримуючу атмосферу для розкриття потенціалу кожної особистості, допомогти студентам адаптуватися до нових умов (у випадку викладання студентам першого курсу) та, незважаючи на зовнішні обставини, насолоджуватися процесом навчання та здобуття нових знань та умінь.

2. У процесі вивчення теоретичного матеріалу з СЕН, було встановлено, що вченими виокремлено наступні компетенції СЕН: самоусвідомлення, само-

управління, соціальна обізнаність, уміння підтримувати міжособові стосунки, відповідальне прийняття рішень. Встановлено, що впровадження методики СЕН у навчальний процес у ЗВО є надзвичайно актуальним, зважаючи на важливість психічного здоров'я кожного громадянина вільної та незалежної України в сучасних умовах. Доведено, що заняття з іноземної мови виступають успішною платформою для здійснення даного процесу. Практика впровадження СЕН допоможе студентам відчувати себе у безпеці, сприятиме розкриттю їхніх здібностей та формуванню їхнього потенціалу для розбудови та становлення нашої країни у майбутньому.

3. Нами був здійснений підбір завдань з англійської мови на розвиток кожної з вищезазначених компетенцій. Запропоновані завдання спрямовані на розвиток компетенцій СЕН та формування позитивної атмосфери на заняттях, яка сприяє розвитку відповідальності, самостійності, гармонійності, емпатії, співпереживання, розуміння почуттів інших людей, готовності до прийняття власних рішень у будь-яких ситуаціях. З іншого боку, такі завдання допомагають студентам значно покращити рівень володіння англійською мовою, підвищуючи їх словниковий запас та рівень комунікативної компетенції.

Конфлікт інтересів

Автори декларують, що не мають конфлікту інтересів стосовно даного дослідження, в тому числі фінансового, особистісного характеру, авторства чи іншого характеру, що міг би вплинути на дослідження та його результати, представлені в даній статті.

Фінансування

Дослідження проводилося без фінансової підтримки.

Доступність даних.

Рукопис не має пов'язаних даних.

Використання засобів штучного інтелекту

Автори підтверджують, що не використовували технології штучного інтелекту при створенні представленої роботи.

Подяки (за наявності)

Авторки вдячні міжнародній організації Childhood Education за підтримку українських дослідників та розроблені курси «Я і якісне та цілісне навчання. Соціально-емоційне навчання і психосоціальна підтримка», «Introduction to Social and Emotional Learning & Psychosocial Support for Quality Holistic Learning», адаптовані вправи з яких стали частиною комплексу вправ з впровадження соціально-емоційного навчання на заняттях з іноземної мови у ЗВО.

Література

1. Психічне здоров'я та ставлення українців до психологічної допомоги (2024). Gradus Research Company. Available at: <https://gradus.app/uk/open-reports/mental-health-and-attitudes-ukrainians-towards-psychological-assistance-during-war/>

2. International Bureau of Education. Strengthening Social and Emotional Learning in Hybrid Modes of Education: Building Support for students, Teachers, Schools and Families. A UNESCO-IBE Discussion Paper (2024). UNESCO. Available at: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000388830/PDF/388830eng.pdf.multi>
3. Swartz, M. K. (2017). Social and Emotional Learning. *Journal of Pediatric Health Care*, 31 (5), 521–522. <https://doi.org/10.1016/j.pedhc.2017.06.001>
4. Pentón Herrera, L. J. (2020). Social-Emotional Learning in TESOL: What, Why, and How. *Journal of English Learner Education*, 10 (1), 1–16.
5. Osher, D., Kidron, Y., Brackett, M., Dymnicki, A., Jones, S., Weissberg, R. P. (2016). Advancing the Science and Practice of Social and Emotional Learning: Looking Back and Moving Forward. *Review of Research in Education*, 40 (1), 644–681. <https://doi.org/10.3102/0091732x16673595>
6. Elias, M. J., Zins, J. E., Weissberg, R. P. et al. (2004). Promoting Social and Emotional Learning: Guidelines for Educators. Alexandria: Association for Supervision & Curriculum Development, 175.
7. CASEL's SEL Framework: What are the core competence areas and where are they promoted? (2020). Collaborative for Academic, Social, and Emotional Learning (CASEL). Available at: <https://casel.org/casel-sel-framework-11-2020/?view=true>
8. Коробова, Ю. В., Зайцева, І. О. (2023). Серцем до дитини: концептуалізація змісту фахової підготовки вчителів іноземної мови з урахуванням теорії соціально-емоційного навчання. *Інноваційна педагогіка*, 64 (1), 72–76. <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2023/64.1.14>
9. Елькін, О. Б. (2023). Соціально-емоційне навчання як затребувана практика формування м'яких навичок учнівства: сучасні виклики та досвід України. *Соціальна робота та соціальна освіта*, 1 (10), 42–56. [https://doi.org/10.31499/2618-0715.1\(10\).2023.281654](https://doi.org/10.31499/2618-0715.1(10).2023.281654)
10. Елькін, О. Б., Рассказова, О. І., Гринько, В. О., Марущенко, О. А. (2024). Зміцнення освіти через соціально-емоційне навчання: актуальні напрями дослідження в Україні та світі. *ScienceRise: Pedagogical Education*, 58 (1), 79–86. <https://doi.org/10.15587/2519-4984.2024.299183>
11. Ashdown, D. M., Bernard, M. E. (2011). Can Explicit Instruction in Social and Emotional Learning Skills Benefit the Social-Emotional Development, Well-being, and Academic Achievement of Young Children? *Early Childhood Education Journal*, 39 (6), 397–405. <https://doi.org/10.1007/s10643-011-0481-x>
12. Soodmand Afshar, H., Tofighi, S., Hamazavi, R. (2016). Iranian EFL Learners' Emotional Intelligence, Learning Styles, Strategy Use, and their L2 Achievement. *Issues in Educational Research*, 26 (4), 635–652.
13. Elmi, C. (2020). Integrating Social Emotional Learning Strategies in Higher Education. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 10 (3), 848–858. <https://doi.org/10.3390/ejihpe10030061>
14. Pentón Herrera, L. J., Martínez-Alba, G. (2021). Social-Emotional Learning in the English Language Classroom: Fostering Growth, Self-care, and Independence. Alexandria: TESOL Press.
15. Дмитренко, Н., Панченко, В., Гладка, О., Школа, І., Девіцька, А. (2024). Застосування прийомів соціально-емоційного навчання у формуальному оцінюванні майбутніх учителів англійської мови. *Молодь і ринок*, 2 (222), 80–85. <https://doi.org/10.24919/2308-4634.2024.298742>
16. Дужик, Н. (2020). Соціально-емоційне навчання в системі сучасних педагогічних знань. *Актуальні питання гуманітарних наук*, 27 (2), 186–192. <https://doi.org/10.24919/2308-4863.2/27.203552>

Received 02.10.2024

Received in revised form 24.10.2024

Accepted 07.11.2024

Published 26.11.2024

Людмила Сергіївна Герасименко, кандидат педагогічних наук, доцент, кафедра професійної та авіаційної мовної підготовки, Льотна академія Національного авіаційного університету, вул. Степана Чобану, 1, м. Кропивницький, Україна, 25005

Світлана Миколаївна Муравська, кандидат педагогічних наук, доцент, кафедра професійної та авіаційної мовної підготовки, Льотна академія Національного авіаційного університету, вул. Степана Чобану, 1, м. Кропивницький, Україна, 25005

**Corresponding author: Liudmyla Herasymenko, e-mail: herasymenkol@gmail.com*