სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარება

პრაქტიკული სახელმძღვანელო

2022

ctc Empowering People for Change

SKOLA-LAB
სკოლა-ლაბი

Brot für die Welt
Bread for the World – Protestant Development Service

სახელმძღვანელოს შექმნა შესაძლებელი გახდა გერმანული ფონდის „Bread for the world” (BfdW) დაფინანსებით. დოკუმენტის შინაარსზე პასუხისმგებელია კონსულტაციის და ტრენინგის ცენტრი (CTC). ის შესაძლოა არ გამოხატავდეს დამფინანსებლის შეხედულებებს.

აღნიშნული ლიცენზია მომხმარებელს აძლევს უფლებას დააკოპიროს, გაავრცელოს მასალა ნებისმიერი საშუალების თუ ფორმატის გამოყენებით მხოლოდ არადაპტირებული, უცვლელი სახით და მხოლოდ იმ შემთხვევაში თუ მითითებულია მასალის შემქნელი. ლიცენზია იძლევა მასალის კომერციული გამოყენების უფლებას.

BY – მასალის შემქნელის მითითება სავალდებულოა

ND – არ დაიშვება მასალის ადაპტაცია თუ ცვლილება

2022 წელი

პრაქტიკული სახელმძღვანელო შემუშავებულია კონსულტაციისა და ტრენინგის ცენტრის (CTC) სკოლა ლაბის პროექტის „სკოლების გაძლიერების ინიციატივა“ ფარგლებში. სახელ-მძღვანელო განკუთვნილია საბაზო საფეხურის მასწავლებლებისთვის და მისი მიზანია სწავლა-სწავლების პროცესში მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარების მხარდაჭერა.

მოცემული სახელმძღვანელოს შემუშავების პროცესში შეტანილი წვლილისთვის მადლობას ვუხდით პროექტის თანაშექმნის გუნდის წევრებს:

მერი ქადაგიძე - CTC სკოლა ლაბის პროგრამის კოორდინატორი

გიორგი ჭანტურია - CTC სკოლა ლაბის პროგრამის კონსულტანტი

ნინო შატბერაშვილი - მანდატურის სამსახურის უფროსის მოადგილე

მიხო იაშვილი - ფსიქოლოგი, ბაქსვუდის სკოლის ტუტორი

სvილავა - სამოქალაქო განათლების მასწავლებელი

ნათია ფურცელაძე - ქართული ენისა და ლიტერატურის მასწავლებელი

მორის დანდურაშვილი - ხაშურის N1 საჯარო სკოლის დირექტორი

სალომე გოჩოლეიშვილი - ქართული ენისა და ლიტერატურის მასწავლებელი

ნუგზარ სადიკოვი - სამოქალაქო განათლების მასწავლებელი

ირინკა ჯვარშეიშვილი - სამოქალაქო განათლების მასწავლებელი

ნინო ნიკოლეიშვილი - მასწავლებლის პროფესიული განვითარების ეროვნული ცენტრის კონსულტანტი

სახელმძღვანელოს სრულყოფისთვის განსაკუთრებულ მადლობას ვუხდით პროექტის პარტნიორ მასწავლებლებს, რომლებმაც პრაქტიკაში გამოსცადეს მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი მიდგომები, მეთოდები თუ სტრატეგიები:

ირა ძირკვაძე - წალკის რაიონის სოფელ გუმბათის საჯარო სკოლის ქართული ენისა და ლიტერატურის, ინგლისური ენის მასწავლებელი

თეა გულაშვილი - გურჯაანის რაიონის სოფელ გურჯაანის საჯარო სკოლის მათემატიკის მასწავლებელი

ავტორი: ლია ქურციკიძე, განათლების სპეციალისტი

www.ctcskolalab.ge

2022

სარჩევი

თავი 1. კონცეპტუალური ჩარჩო

შესავალი ... 6
ტერმინები ... 7
სამიზნე კომპეტენციები ... 7
სოციალური და ემოციური კომპეტენციების სტანდარტი ... 8
დანერგვის პრინციპები ... 15

თავი 2. მხარდამჭერი საკლასო კლიმატი

მოზარდობის ასაკის მახასიათებლები ... 17
კლასის მოწყობა ... 20
საკლასო შეთანხმებები ... 22

თავი 3. მხარდამჭერი მასწავლებელი

სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მოდელირება ... 26
სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი მიდგომები ... 28
სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი მეთოდები ... 31
სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი ტექნიკები ... 33

თავი 4. მხარდაჭერის დაგეგმვა და დანერგვა

მომზადებისა და დაგეგმვის ეტაპი ... 39
დანერგვის ეტაპი ... 43

თავი 5. შეფასებისა და რეფლექსიის ინსტრუმენტები

შეფასების ინსტრუმენტების გამოყენება ... 51
პოზიტიური საკლასო კლიმატის შეფასება ... 53
მასწავლებლის სოციალური და ემოციური კომპეტენციები ... 54
სოციალურ-ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი მიდგომების თვითშეფასება ... 57
სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა საგაკვეთილო პროცესში ... 63
მოსწავლის სოციალური და ემოციური კომპეტენციები ... 65
გაკვეთილში ჩართულობის რეიტინგული სკალა ... 68
სოციალური და ემოციური უნარები (6-12 კლასი) ... 69

კონცეპტუალური ჩარჩო

შესავალი

სოციალური და ემოციური უნარების განვითარება ისეთივე მნიშვნელოვანია მოსწავლეებისთვის, როგორც აკადემიური მიმართულებით ცოდნის შეძენა, რადგან სოციალური და ემოციური კომპეტენციების ფლობა ადამიანის პიროვნული განვითარებისა და განათლების პროცესის განუყოფელი ნაწილია. საგანმანათლებლო კონტექსტში სოციალური და ემოციური სწავლა ხელს უწყობს თანასწორობისა და სამართლიანობის პრინციპების რეალიზებას, რადგან ეფუძნება თანამშრომლობასა და ნდობაზე დაფუძნებულ ურთიერთობებს.

სოციალური და ემოციური სწავლა (SEL) იმ ცოდნის, უნარებისა და დამოკიდებულებების შეძენის პროცესია (იწყება დაბადებიდან და გრძელდება მთელი ცხოვრების განმავლობაში), რომელიც ეხმარება ინდივიდს ჯანსაღი იდენტობის, ემოციური რეგულაციის, მიზნების მიღწევის, ემპათიის, კონსტრუქციული ურთიერთობებისა და გააზრებული გადაწყვეტილებების მიღების კომპეტენციების ჩამოყალიბებაში.

ბოლო ათწლეულებში მრავალი კვლევა ჩატარდა, რომელმაც აჩვენა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების დადებითი ეფექტი მენტალურ ჯანმრთელობაზე[1], აკადემიურ მოსწრებაზე[2 3], ქცევით სირთულეებსა[4] და მომავალში დასაქმების შესაძლებლობებზე[5]. აღნიშნული მიმართულებით ჩატარებული კვლევების ოთხი მეტა-ანალიზის[6 7 8 9] შედეგები, ასევე, ადასტურებს სოციალური და ემოციური სწავლების დადებით ეფექტებს ყველა საფეხურის მოსწავლეებში შემდეგი მიმართულებებით:

1. უმჯობესდება მოსწავლეების **სოციალური და ემოციური უნარები** - მიზნის დასახვა, თვითრეგულაცია, პრობლემებისა და კონფლიქტების გადაჭრა, გადაწყვეტილების მიღება;
2. უმჯობესდება მოსწავლეების **დამოკიდებულებები** საკუთარი თავის, სკოლის, მასწავლებლების, თანატოლებისა და მნიშვნელოვანი სოციალური საკითხების მიმართ, უმჯობესდება მოსწავლეთა მიკუთვნებულობის განცდა სკოლასთან.
3. უმჯობესდება მოსწავლეების **პოზიტიური სოციალური ქცევები** - სხვების პატივისცემა და დახმარება, ემპათია, თანამშრომლობა;
4. მცირდება **ქცევასთან დაკავშირებული პრობლემები** - ვერბალური და ფიზიკური აგრესია, ჩაგვრა;
5. უმჯობესდება **მოსწავლეების ემოციური მდგომარეობა** - მცირდება დეპრესიის, შფოთვისა და სტრესის მაჩვენებლები;
6. უმჯობესდება მოსწავლეების **აკადემიური მოსწრება** - ნიშნები და ქულები სხვადასხვა ტესტებსა და გამოცდებში.

[1] Emotion regulation and childhood aggression: longitudinal associations
[2] The Role of Noncognitive Skills in Explaining Cognitive Test Scores
[3] The Positive Impact of Social and Emotional Learning for Kindergarten to Eighth-Grade Students
[4] Aggregating indices of risk and protection for adolescent behavior problems: the Communities That Care Youth Survey
[5] Psychosocial Support and Social and Emotional Learning for Children and Youth in Emergency Settings
[6] The Impact of Enhancing Students' Social and Emotional Learning: A Meta – Analysis of School Based Universal Interventions
[7] Effectiveness of school-based universal social, emotional, and behavioral programs: Do they enhance students' development in the area of skill, behavior, and adjustment?
[8] Promoting Positive Youth Development Through School-Based Social and Emotional Learning Interventions: A Meta-Analysis of Follow-Up Effects
[9] The impact of trial stage, developer involvement and international transferability on universal social and emotional learning programme outcomes: A meta-analysis

სოციალური და ემოციური სწავლის სხვადასხვა მოდელის შედარებითი ანალიზისა[10] და საქართველოს საგანმანათლებლო კონტექსტის გათვალისწინებით, შემუშავდა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერის კონცეპტუალური ჩარჩო და მეთოდოლოგია. მოცემული სახელმძღვანელო სწორედ აღნიშნულ ჩარჩოზე დაყრდნობითაა შექმნილი და წარმოადგენს დამხმარე რესურსს მასწავლებლისთვის ზოგადი განათლების საბაზო საფეხურზე მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარების მხარდასაჭერად.

ტერმინები

სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარებასთან დაკავშირებით ლიტერატურაში მრავალი სხვადასხვა ტერმინი გამოიყენება, როგორიცაა: სოციალური და ემოციური სწავლა (SEL), სოციალური, ემოციური და ეთიკური სწავლა, სოციალურ-ემოციური განათლება, სწავლის სოციალურ და ემოციური ასპექტები, სოციალური პასუხისმგებლობა და ა. შ. მოცემულ სახელმძღვანელოში გამოყენებულია 3 ძირითადი ტერმინი:

სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა - აღწერს ზოგადსაგანმანათლებლო კონტექსტში მოსწავლეთა პიროვნული უნარების წახალისებას საგაკვეთილო პროცესში სამიზნე სოციალური და ემოციური კომპეტენციების ინტეგრირების გზით.

სოციალური და ემოციური კომპეტენციები - ცოდნის, დამოკიდებულებებისა და უნარების ერთიანობა, რომლის გამოყენებით ადამიანს შეუძლია საკუთარ თავთან, სხვებთან და საზოგადოებასთან ჰარმონიული ურთიერთობა.

სოციალური და ემოციური უნარები - კონკრეტული და სპეციფიკური უნარები, რომელიც წარმოადგენს სოციალური და ემოციური კომპეტენციების ნაწილს.

სამიზნე კომპეტენციები

მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერის ჩარჩო გამოყოფს 3 ძირითად სამიზნე კომპეტენციას, რომლის განვითარებაზეც მასწავლებელი უნდა იყოს ორიენტირებული ნებისმიერი საგნის სწავლების პროცესში, ტიპური გაკვეთილების მიმდინარეობისას. ეს კომპეტენციებია:

თვითცნობიერება - ადამიანის უნარი გააცნობიეროს საკუთარი ემოციები, ფიქრები და ღირებულებები, და გაიგოს, როგორ ახდენს ის გავლენას მის ქცევაზე კონტექსტის გათვალისწინებით. თვითცნობიერება მოიცავს საკუთარი ძლიერი მხარეებისა და ლიმიტების გააზრებას.

თვითრეგულაცია - ადამიანის უნარი მართოს საკუთარი ემოციები, ფიქრები და ქცევა ეფექტურად სხვადასხვა სიტუაციებში, მიაღწიოს დასახულ მიზნებსა და მისწრაფებებს.

ურთიერთობები - ადამიანის უნარი გაიგოს სხვა ადამიანების პერსპექტივა, დაამყაროს და შეინარჩუნოს ჯანსაღი ურთიერთობები განსხვავებულ და მრავალფეროვან ინდივიდებთან და ჯგუფებთან.

აღნიშნული კომპეტენციები მოიცავს კონკრეტულ უნარებს. ძირითადი უნარები წარმოდგენილია ქვემოთ მოცემულ ცხრილში.

[10] სოციალური და ემოციური სწავლა, ლიტერატურის მიმოხილვა, CTC, Skola-Lab, 2022

ცხრილი 1. სოციალური და ემოციური კომპეტენციები და უნარები

თვითცნობიერება	თვითრეგულაცია	ურთიერთობები
▸ სოციალური და პიროვნული იდენტობების ინტეგრირება ▸ საკუთარი ემოციების იდენტიფიცირება ▸ ემოციების, დამოკიდებულებების, ფიქრებისა და ქცევის ერთმანეთთან დაკავშირება ▸ თვითეფექტურობა ▸ თვითშეფასება ▸ ინტერესების გაღვივება და მიზნის შეგრძნება ▸ საკუთარი ძლიერი მხარეებისა და ლიმიტების იდენტიფიცირება	▸ ემოციების მართვა ▸ სტრესთან გამკლავების სტრატეგიების გამოყენება ▸ იმპულსის კონტროლი ▸ თვითდისციპლინა ▸ თვითმოტივაცია ▸ დაგეგმვისა და ორგანიზების უნარები ▸ კონცენტრაცია და ამოცანის შესრულება ▸ მიზნის დასახვა და მიზნისკენ სვლა ▸ მედეგობა	▸ ეფექტური კომუნიკაცია (ასერტულობა, აქტიური მოსმენა) ▸ სხვისი პერსპექტივის გაგება ▸ ემპათია ▸ სოციალური ნორმების გაგება ▸ კონფლიქტის გადაჭრა ▸ პრობლემის მოგვარება ▸ გუნდურობა და თანამშრომლობა

სოციალური და ემოციური კომპეტენციების სტანდარტი

კვლევები აჩვენებს, რომ მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების სტანდარტი მნიშვნელოვანი ინსტრუმენტია, რომელიც მასწავლებელს ეხმარება სამიზნე კომპეტენციების მკაფიოდ განსაზღვრასა და სწავლის პროცესში მათზე ორიენტირებაში.[11]

ქვემოთ მოცემულ ცხრილში წარმოდგენილია სოციალური და ემოციური კომპეტენციების სტანდარტი დაწყებით, საშუალო და საბაზო საფეხურზე, რომელიც სხვადასხვა საერთაშორისო ინსტრუმენტების[12] შეჯერებითაა შექმნილი. სტანდარტში აღწერილია, თუ რა შედეგებს უნდა მიაღწიონ მოსწავლეებმა თითოეული კომპეტენციის მიმართულებით და რა არის მათი მიღწევის კრიტერიუმები (ინდიკატორები). აღსანიშნავია, რომ მასწავლებელმა მოსწავლეთა ინდივიდუალური საჭიროებების გათვალისწინებით, მათ შორის სპეციალური საგანმანათლებლო საჭიროების მქონე მოსწავლეებისთვის, შესაძლებელია იხელმძღვანელოს ქვედა საფეხურის სტანდარტებითა და ინდიკატორებით. ქვემოთ მოცემულ პირველ ცხრილში მოცემულია მხოლოდ სამიზნე კომპეტენციები და თითოეულის შესაბამისი სტანდარტები, ხოლო მეორე ცხრილში აღწერილია თითოეული სტანდარტის შესაბამისი კონკრეტული ინდიკატორები.

[11] Osher & Kendziora, 2008 and Jones & Bouffard, 2012.

[12] სტანდარტი შემუშავებულია შემდეგ სტანდარტებზე დაყრდნობით: Washington Office of Superindendent of Public Instruction, Pathway, NYSSEL Benchmarks, K-12 SEL Benchmarks unpuching templates

კომპეტენცია	სტანდარტი
თვითცნობიერება	**სტანდარტი 1.** აცნობიერებს საკუთარ ემოციებსა და ემოციების ქცევაზე ზეგავლენას. **სტანდარტი 2.** აცნობიერებს საკუთარ პიროვნულ და კოლექტიურ იდენტობას, რომელიც მოიცავს კულტურულ, ლინგვისტურ, ეთნიკურ საკითხებს, ძლიერ და გასაუმჯობესებელ მხარეებს. **სტანდარტი 3.** აცნობიერებს გარეგანი ფაქტორების ზემოქმედებას, როგორიცაა კულტურა, ოჯახი, სკოლა, საზოგადოება.
თვითრეგულაცია	**სტანდარტი 1.** ავლენს საკუთარი ემოციების, აზრების, იმპულსებისა და სტრესის კონსტრუქციულად მართვის უნარს. **სტანდარტი 2.** ავლენს პასუხისმგებლობას გადაწყვეტილების მიღებისას და პრობლემის გადაჭრის უნარს. **სტანდარტი 3.** ავლენს აკადემიური და პიროვნული განვითარებისთვის საჭირო მიზნების დასახვისა და მიღწევის უნარს.
ურთიერთობები	**სტანდარტი 1.** ავლენს ეფექტური ურთიერთობების დამყარებისთვის საჭირო უნარებს და იყენებს კომუნიკაციის მრავალფეროვან სტრატეგიებს. **სტანდარტი 2.** ავლენს კონფლიქტების კონსტრუქციულად გადაჭრის გზების იდენტიფიცირებისა და განხორციელების უნარს. **სტანდარტი 3.** ავლენს განსხვავებული პერსპექტივების, კულტურის, ენის, ისტორიის, იდენტობისა და შესაძლებლობების მქონე ინდივიდებთან პატივისცემაზე დაფუძნებული, ჯანსაღი ურთიერთობების ჩამოყალიბების უნარს. **სტანდარტი 4.** ავლენს სხვებთან ერთად მუშაობის, საერთო მიზნების დასახვის, მონიტორინგის, ადაპტაციისა და მიღწევის უნარს.

კომპეტენცია 1: თვითცნობიერება

სტანდარტი 1. აცნობიერებს საკუთარ ემოციებსა და ემოციების ქცევაზე ზეგავლენას

დაწყებითი	**საბაზო**	**საშუალო**
1.1. ამოიცნობს ემოციებისა და შეგრძნებების სხვადასხვა ინტენსივობას.	**1.1.** განსაზღვრავს რამდენად პროპორციულია მისი ემოციები კონკრეტულ სიტუაციასთან.	**1.1.** აანალიზებს, როგორ და რატომ იწვევს ემოციები კონკრეტულ ქცევას სხვადასხვა სიტუაციაში.
1.2. ამოიცნობს და აღწერს ემოციების თანმხლებ ფიზიკურ/სხეულებრივ სიმპტომებს.	**1.2.** ამოიცნობს ემოციებს, რომელიც ეხმარება ან ხელს უშლის მიზნის მიღწევაში, პრობლემის გადაჭრაში.	**1.2.** აფასებს ემოციებზე ინტენსიური ფოკუსირებისა და დაკვირვების გავლენას მის ცხოვრებაზე.
1.3. ამოიცნობს ფიქრებს, რომელიც გამოწვეულია მისი სხვადასხვა ემოციური მდგომარეობებით.	**1.3.** აკავშირებს ემოციებს ფიქრებთან და შემდგომში, ამ ფიქრებისა და აზრების გავლენას მის ქცევაზე.	**1.3.** აანალიზებს იმ გზების ეფექტურობას, რომელსაც იყენებს ემოციებთან და შესაბამის ფიქრებთან გასამკლავებლად.

სტანდარტი 2. აცნობიერებს საკუთარ პიროვნულ და კოლექტიურ იდენტობას, რომელიც მოიცავს კულტურულ, ლინგვისტურ, ეთნიკურ საკითხებს, ძლიერ და გასაუმჯობესებელ მხარეებს.		
2.1. ამოიცნობს და აზიარებს საკუთარ ინტერესებს, პიროვნულ ძლიერ მხარეებს.	**2.1.** შეუძლია საკუთარ ინტერესებზე, დამოკიდებულებებზე, გამოწვევებზე რეფლექსია.	**2.1.** შეუძლია შეაფასოს საკუთარი ძლიერი მხარეები და სისუსტეები მის სხვადასხვა იდენტობასთან/ როლთან მიმართებით.
2.2. ამოიცნობს უნარს, ინტერესს, რომელშიც სურს, უფრო მეტად განვითარდეს.	**2.2.** აყალიბებს პრიორიტეტებს, რომელიც მის ძლიერ მხარეებზეა დაფუძნებული, შეუძლია სუსტი მხარეების იდენტიფიცირება.	**2.2.** გეგმავს და აქვს მკაფიო წარმოდგენა, როგორ უნდა განვითარდეს პიროვნულად, გაუმკლავდეს არსებულ წინააღმდეგობებს.
2.3. შეუძლია აღწეროს მსგავსება და განსხვავება საკუთარ და სხვის აზრებს შორის (რას ვფიქრობ მე ჩემს თავზე და რას ფიქრობს სხვა)	**2.3.** აანალიზებს მის პიროვნულ იდენტობაში სხვადასხვა ფაქტორების (კულტურის, ეროვნების, თემის, რელიგიის, ოჯახის, სკოლის) გავლენას.	**2.3.** აანალიზებს საკუთარი პიროვნული და კოლექტიური იდენტობის ძლიერ მხარეებსა და გასაუმჯობესებელ სფეროებს.
სტანდარტი 3. აცნობიერებს გარეგანი ფაქტორების ზემოქმედებას, როგორიცაა კულტურა, ოჯახი, სკოლა, საზოგადოება.		
3.1. შეუძლია ოჯახის, თანატოლების, სკოლის მხარდაჭერის როლის იდენტიფიცირება საკუთარ ქცევებსა და მიღწევაში.	**3.1.** აანალიზებს თუ როგორ შეუძლია სკოლას, საზოგადოებას წვლილი შეიტანოს მის წარმატებასა და სირთულეებთან გამკლავებაში.	**3.1.** აანალიზებს პოზიტიური როლური მოდელის წვლილს, სისტემებისა და საზოგადოების მხარდაჭერას მის პიროვნულ ზრდაში.

კომპეტენცია 2: თვითრეგულაცია

სტანდარტი 1. ავლენს საკუთარი ემოციების, აზრების, იმპულსების და სტრესის კონსტრუქციულად მართვის უნარს.

დაწყებითი	**საბაზო**	**საშუალო**
1.1. აკავშირებს საკუთარ ქცევებსა და მის შედეგებს ერთმანეთთან.	**1.1.** მოქმედებამდე შეუძლია დაფიქრდეს საკუთარი ქცევის პოზიტიურ და ნეგატიურ შედეგებზე.	**1.1.** აანალიზებს, რა ემოციები და ფიქრები უდევს საფუძვლად ქცევას, განსჯის მათ და შესაბამისად რეაგირებს.
1.2. უფროსის მხარდაჭერით შეუძლია საკუთარი თავის რეგულირების სტრატეგიების გამოყენება.	**1.2.** ეფექტურად იყენებს ემოციების, ფიქრების, იმპულსებისა და სტრესის მართვის სტრატეგიებს.	**1.2.** იყენებს და ივითარებს ემოციების, ფიქრებისა და სტრესის მართვის მრავალფეროვან სტრატეგიებს.
1.3. აცნობიერებს საკლასო მოლოდინებს, წესებს, პროცედურებს და მათ მნიშვნელობას/მიზეზებს.	**1.3.** ავლენს საკლასო შეთანხმებების, მის მიერ წაყენებული მოლოდინების შესაბამის ქცევებს.	**1.3.** აფასებს და აცნობიერებს საკუთარ როლს სასკოლო და საკლასო შეთანხმებების ჩამოყალიბების პროცესში.
1.4. ინტენსიურ ემოციებს გამოხატავს სხვებისთვის არასაზიანო ფორმით დამოუკიდებლად/უფროსის დახმარებით.	**1.4.** ემოციების/აზრების გამოხატვისას ითვალისწინებს სხვის პერსპექტივას, ნებისმიერ ემოციას გამოხატავს ასერტულად.	**1.4.** აცნობიერებს ემოციებისა და აზრების მრავალფეროვნებას, ზრუნავს საკუთარ მენტალურ სიჯანსაღეზე, იყენებს ემოციების გაზიარების მრავალფეროვან სტრატეგიებს.

სტანდარტი 2. ავლენს პასუხისმგებლობას გადაწყვეტილების მიღებისას და პრობლემის გადაჭრის უნარებს.

2.1. შეუძლია სხვადასხვა სიტუაციებში პრობლემის გადაჭრის მინიმუმ ერთი გზის/სტრატეგიის იდენტიფიცირება და გამოყენება.	**2.1.** ორიენტირებულია გამოწვევების მოგვარებაზე, შეუძლია მოიფიქროს პრობლემის გადაჭრის რამდენიმე გზა.	**2.1.** პრობლემის გადაჭრის პროცესში შეუძლია სხვადასხვა პერსპექტივების, კონტექსტის, სიტუაციის ანალიზი.
2.2. აკეთებს არჩევანს და ასაბუთებს თავის გადაწყვეტილებას.	**2.2.** აკეთებს ინფორმირებულ არჩევანს, განსჯის სხვადასხვა შესაძლებლობების ძლიერ და სუსტ მხარეებს.	**2.2.** არჩევანის გაკეთებისას ითვალისწინებს კონტექსტს, აფასებს არჩევანის ეფექტიანობას.

სტანდარტი 3. ავლენს აკადემიური და პიროვნული განვითარებისთვის საჭირო მიზნების დასახვისა და მიღწევის უნარს.		
3.1. უფროსის დახმარებით შეუძლია იმ ნაბიჯების იდენტიფიცირება, რომელიც საჭიროა რუტინული აკადემიური თუ სოციალური ამოცანების შესასრულებლად.	**3.1.** ისახავს აკადემიურ, პიროვნულ, სოციალურ მიზნებს და გეგმავს ნაბიჯებს მის მიერ დასახული მიზნების მისაღწევად.	**3.1.** ისახავს საზოგადო და პიროვნულ მიზნებს, რომლებიც შესაბამისობაშია მის ღირებულებებთან და იყენებს სხვადასხვა სტრატეგიებს მიზნების მიღწევად.
3.2. უფროსის დახმარებით შეუძლია დავალების შესრულების პროცესზე რეფლექსია.	**3.2.** გარკვეული ამოცანის/ დავალების შესრულების პროცესში შეუძლია საკუთარი ძალისხმევის, ნაბიჯების შეფასება და შეცვლა.	**3.2.** წინასწარ აფასებს აკადემიური და პიროვნული მიზნების მისაღწევ გზებს უწყვეტი რეფლექსიით, პროცესში შეაქვს ცვლილებები.
3.3. წარუმატებლობას, შეცდომებს მასწავლებლის/ უფროსის დახმარებით უმკლავდება.	**3.3.** შეცდომებისადმი ტოლერანტულია, იყენებს მათ ზრდისა და გაუმჯობესებისთვის.	**3.3.** აფასებს საზოგადოებაში, თემში არსებულ გამოცდილებებს, იზიარებს და ითვალისწინებს მათ საკუთარ გამოწვევებთან, შეცდომებთან გასამკლავებლად.

კომპეტენცია 3: ურთიერთობები

სტანდარტი 1. ავლენს ეფექტური ურთიერთობების დამყარებისთვის საჭირო უნარებს და იყენებს კომუნიკაციის მრავალფეროვან სტრატეგიებს.

დაწყებითი	**საბაზო**	**საშუალო**
1.1. უფროსის ან მასწავლებლის მხარდაჭერით ავლენს ყურადღებით მოსმენის უნარს.	**1.1.** იყენებს აქტიურ მოსმენას, კომუნიკაციის გასაუმჯობესებლად პერიფრაზირებას.	**1.1.** რეფლექსირებს საკუთარ კომუნიკაციურ სტილზე, აქვს კონსტრუქციული უკუკავშირის გაცემის/მიღების უნარი.
1.2. უფროსის მხარდაჭერით შეუძლია დალოდება, ჯერის/რიგის დაცვა, გაზიარება ჯგუფური მუშაობისას.	**1.2.** ასრულებს სხვადასხვა როლებს ჯგუფურ მუშაობებში (ლიდერი, რეპორტიორი, ორგანიზატორი).	**1.2.** ჯგუფური მუშაობებისას იცავს ეთიკურ, ინკლუზიურ და თანასწორობაზე დაფუძნებულ პრინციპებს.

სტანდარტი 2. ავლენს კონფლიქტების კონსტრუქციულად გადაჭრის გზების იდენტიფიცირებისა და განხორციელების უნარს.

2.1. დახმარებისთვის მიმართავს უფროსს ან თანატოლს, რათა მოაგვაროს კონფლიქტი.	**2.1.** კონფლიქტის მოგვარების უნარების გასაუმჯობესებლად ეძებს ინფორმაციას, სწავლობს სხვებისგან.	**2.1.** საჭიროების შემთხვევაში, სანდო უფროსს ან მედიატორ თანატოლს იყენებს შუამავლად კონფლიქტის მოსაგვარებლად.
2.2. კონფლიქტურ სიტუაციებში ინარჩუნებს სიმშვიდეს.	**2.2.** კონფლიქტურ სიტუაციაში იჩენს კონფლიქტის მოგვარების ინიციატივას.	**2.2.** აანალიზებს საკუთარ შეცდომებს კონფლიქტში და იღებს პასუხისმგებლობას მის მოგვარებაზე.
2.3. შეუძლია კონფლიქტის გადაჭრის გზების იდენტიფიცირება (მოსმენა, გამოსავლის ძიება).	**2.3.** შეუძლია კონფლიქტის გადაჭრის მრავალფეროვანი გზების მოძიება და გამოყენება.	**2.3.** აანალიზებს კონფლიქტის ესკალაციის, დეესკალაციის სხვადასხვა სტრატეგიებს და იყენებს კონტექსტისთვის ყველაზე ეფექტიანს.

სტანდარტი 3. ავლენს განსხვავებული პერსპექტივების, კულტურის, ენის, ისტორიის, იდენტობისა და შესაძლებლობების მქონე ინდივიდებთან პატივისცემაზე დაფუძნებული, ჯანსაღი ურთიერთობების ჩამოყალიბების უნარს.

3.1. პოულობს მსგავსებებსა და განსხვავებებს მასსა და თანატოლებს შორის.	**3.1.** აცნობიერებს განსხვავებული პერსპექტივის, კულტურის, შესაძლებლობის ქონას, შეფასებისა და მოქმედების დროს ითვალისწინებს მათ.	**3.1.** აღიარებს და ხელმძღვანელობს ინდივიდუალიზმისა და უნიკალურობის პრინციპით, აინტერესებს განსხვავებული პერსპექტივები.
3.2. შეუძლია კარგი მეგობრობის მახასიათებლების იდენტიფიცირება.	**3.2.** ხსნის თანატოლთა წნეხის კონცეფციას და აცნობიერებს მის გავლენას საკუთარ ქცევასა და სხვებთან ურთიერთობაზე.	**3.2.** განასხვავებს ჯანსაღ და რისკის შემცველ ურთიერთობებს, შეუძლია ნეგატიურ სოციალურ წნეხთან გამკლავების სტრატეგიების იდენტიფიცირება.
3.3. შეუძლია კონფლიქტის გადაჭრის გზების იდენტიფიცირება (მოსმენა, გამოსავლის ძიება).	**3.3.** შეუძლია კონფლიქტის გადაჭრის მრავალფეროვანი გზების მოძიება და გამოყენება.	**3.3.** აანალიზებს კონფლიქტის ესკალაციის, დეესკალაციის სხვადასხვა სტრატეგიებს და იყენებს კონტექსტისთვის ყველაზე ეფექტიანს.

სტანდარტი 4. ავლენს სხვებთან ერთად მუშაობის, საერთო მიზნების დასახვის, მონიტორინგის, ადაპტაციისა და მიღწევის უნარს.		
4.1. იზიარებს საკლასო შეთანხმებებსა და კლასის წესებს.	**4.1.** კოლექტიური მიზნების მისაღწევად იღებს კომპრომისულ გადაწყვეტილებას, აფასებს პროგრესს.	**4.1.** აყალიბებს გაზიარებულ ხედვებსა და მიზნებს სხვადასხვა როლში (მოსწავლე, შვილი, სპორტული გუნდის წევრი და ა. შ.)

დანერგვის პრინციპები

მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების წახალისება საგანმანათლებლო კონტექსტში სხვადასხვა ფორმით შეიძლება ხორციელდებოდეს, მაგალითად, სკოლის შემდგომი პროგრამა, არაფორმალური განათლების აქტივობები (კლუბი, წრე), სოციალური და ემოციური სწავლის დამოუკიდებელ საგნად სწავლება, სადამრიგებლო პროგრამაში ინტეგრირება და რეგულარულ საგაკვეთილო პროცესსა და კურიკულუმში ინტეგრირება. გარდა ამისა, სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა შესაძლოა მიემართებოდეს მოსწავლეთა სხვადასხვა მიზნობრივ ჯგუფს. მაგალითად, სოციალურ-ემოციური უნარების იმპლემენტაცია შეიძლება მოიცავდეს მთლიან კლასს, მოსწავლეთა მცირე მიზნობრივ ჯგუფს ან კონკრეტულ ინდივიდუალურ მოსწავლეებს.

მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარების მხარდამჭერი მოდელი, რომელიც სკოლა-ლაბის პროექტის ფარგლებში შემუშავდა და დაინერგა ეფუძნება ორ პრინციპს: (1) მოსწავლის სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარებას ხელს უნდა უწყობდეს თითოეული საგანი, რომელსაც ის სკოლაში სწავლობს. შესაბამისად, სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა, პირველ რიგში, საგნის სწავლებაში ინტეგრირებით უნდა განხორციელდეს. (2) მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარება, პირველ რიგში, უნივერსალურ დონეზე უნდა განხორციელდეს. უნივერსალური დონე გულისხმობს მასწავლებლის მიერ ისეთი პოზიტიური, ეფექტიანი და ინტერაქციული მიდგომების გამოყენებას, რომელიც კლასის ყველა მოსწავლეზეა ორიენტირებული.

მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა საგაკვეთილო პროცესში ეფუძნება SAFE[13] სტრატეგიას, რომელიც მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერის 4 აუცილებელ ელემენტს გამოყოფს:

ცხრილი 3. *სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერის 4 ელემენტი SAFE სტრატეგიის მიხედვით*

S	A	F	E
მასწავლებელი თანმიმდევრულია სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერის პროცესში	მასწავლებელი სწავლების პროცესში იყენებს აქტიურ, ინტერაქციულ მეთოდებს	მასწავლებელი სწავლების პროცესში ფოკუსს აკეთებს სოციალურ-ემოციურ უნარებზე	მასწავლებლისთვის მკაფიოა მის მიერ დაგეგმილ აქტივობებს, ინსტრუქციებსა და კონკრეტულ სოციალურ-ემოციურ უნარებს შორის კავშირი

[13] SAFE – Sequence, Active, Focused, Explicit

ctc Empowering People for Change

SKOLA-LAB
სკოლა-ლაბი

Brot für die Welt
Bread for the World – Protestant Development Service

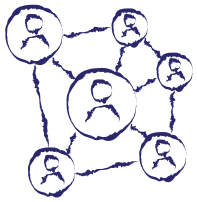
მხარდამჭერი
საკლასო კლიმატი

მოზარდობის ასაკის მახასიათებლები

მოზარდობა ადამიანის ცხოვრებაში ზრდისა და განვითარების სწრაფი პერიოდია. მიუხედავად იმისა, რომ ინდივიდუალურ შემთხვევებში მოზარდობის პერიოდი შესაძლოა სხვადასხვა ასაკში დაიწყოს, მოზარდობის ეტაპი დაახლოებით 11 წლიდან 18 წლამდე ასაკს გულისხმობს. 11-13 წელი ხშირად ადრეული მოზარდობის ეტაპად ითვლება, რადგან სწორედ ამ ასაკიდანაა თვალსაჩინო ფიზიოლოგიური თუ ფსიქოლოგიური ცვლილებები. პუბერტატის დასაწყისის თანმხლები ფიზიკური, ფსიქოლოგიური, ჰორმონალური და სოციალური ცვლილებები შესაძლოა სტრესული იყოს როგორც თავად მოზარდებისთვის, ასევე მათი მასწავლებლებისა და მშობლებისთვის. შესაბამისად, ცოდნა მოზარდობის ასაკთან დაკავშირებული მახასიათებლების შესახებ მნიშვნელოვანია, რათა შევძლოთ მოსწავლეების მხარდაჭერა და გარკვეულ შემთხვევებში, მათ წინაშე არსებული გამოწვევების ობიექტურად შეფასება.

მცირე ასაკის ბავშვებთან შედარებით, მოზარდები უფრო მეტად არიან ფოკუსირებულნი საკუთარ თავზე. ამავდროულად, მუდმივად ფიქრობენ და ღელავენ იმაზე, თუ რას ფიქრობენ მეგობრები და თანატოლები მათზე. მოზარდები ცდილობენ ავტონომიურობის ჩამოყალიბებას, სწავლობენ „ვინ არიან“ და რას აფასებენ, ივითარებენ ახალ უნარებს, რაც ეხმარება მათ სოციალური ურთიერთობების, განსაკუთრებით - რომანტიკული ურთიერთობების ჩამოყალიბებაში.

მოზარდის ცხოვრება, მართალია, ფორმას იძენს ისეთი ფაქტორების ზემოქმედებით, როგორიცაა ოჯახი, მეგობრები, სკოლა და საზოგადოება, მაგრამ, მხედველობიდან არ უნდა გამოგვრჩეს ამ ასაკთან დაკავშირებული ნევროლოგიური საკითხებიც. ნეირომეცნიერებამ დიდი ხანია, ნათელი მოჰფინა იმ პროცესებს, რომელიც მიმდინარეობს მოზარდების თავის ტვინში. თავის ტვინი მოზარდობის ასაკში ჯერ კიდევ განვითარების პროცესშია და სრულყოფილად მომწიფებას დაახლოებით 25 წლისთვის აღწევს. ტვინის ის ნაწილი (პრეფრონტალური კორტექსი), რომელიც პასუხისმგებელია აღმასრულებელ ფუნქციებზე, გადაწყვეტილებების მიღებაზე, ეთიკურ და მორალურ ქცევებზე, თავის ტვინის ჩამოყალიბების პროცესში ყველაზე გვიან ასრულებს მომწიფებას. ამიტომ, მოზარდებს შესაძლოა გაუძნელდეთ საკუთარი ქცევებისა და იმპულსების კონტროლი – გამოამჟღავნონ აფექტური რეაქციები და დაუფიქრებელი ქცევები.[14]

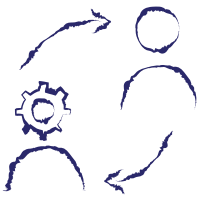


თავის ტვინთან დაკავშირებული კიდევ ერთი ფაქტორის გათვალისწინებაა მნიშვნელოვანი, რაც დაგვეხმარება, უკეთ გავიგოთ და ავხსნათ მოზარდების „ზედმეტად“ ემოციური ქცევები. მეცნიერებმა აღმოაჩინეს, რომ მოზარდების თავის ტვინში ემოციური ცენტრი (ამიგდალა) უფრო ადრე მწიფდება, ვიდრე შუბლის წილები. რადგან შუბლის წილი გვეხმარება ფიქრსა და რაციონალური გადაწყვეტილებების მიღებაში, მოზარდების შემთხვევაში, ემოციური რეაქცია ხშირად წინ უსწრებს სიტუაციის გაანალიზებასა და რაციონალური გადაწყვეტილების მიღებას.[15]

მნიშვნელოვანია, მოზარდები თავიანთი განვითარების ამ ეტაპზე, მათში მიმდინარე ფიზიოლოგიური, ფსიქოლოგიური და ჰორმონალური ცვლილებების წინაშე მარტო არ აღმოჩნდნენ. მათ სჭირდებათ მხარდამჭერი მასწავლებლები და ოჯახის წევრები, რომლებიც დაეხმარებიან პოზიტიური ზრდასრულობისკენ გზის გაკვალვაში. ამისთვის კი, პირველ რიგში, ჩვენ, ზრდასრულებმა კარგად უნდა გავიგოთ მათი ემოციები, ფიქრები და მსოფლმხედველობა.

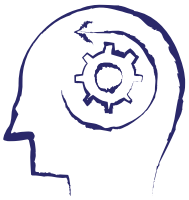
[14] The Adolescent Brain: A second window of opportunity A Compendium, UNICEF, 2017
[15] Wolfe, Patricia (2010) Brain Matters: Translating Research into Classroom Practice, 2nd Edition

ძირითადი ცვლილებები, რომელიც 11-დან 18 წლამდე მიმდინარეობს:



- ჰორმონალური ცვლილებები, რომელიც იწვევს სწრაფ ფიზიკურ ზრდასა და სექსუალურ მომწიფებას, თუმცა, ხშირად თან ახლავს ნეგატიური განწყობა, თვითშეფასების რყევა და ემოციური არასტაბილურობა.
- აღმასრულებელი ფუნქციონირების სირთულეები, რომელიც ყოველდღიურობაში ვლინდება თვითკონტროლის პრობლემითა და იმპულსურობით. გასათვალისწინებელია, რომ მოზარდები მიდრეკილნი არიან დაჯილდოების მიღებისკენ და არა სასჯელის თავიდან არიდებისკენ, შესაბამისად ნებისმიერი სახის მუქარა, დაშინება, დაბალი ნიშნების მიღებით მანიპულირება - არ ამართლებს.

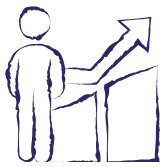
- მოზარდებისთვის განსაკუთრებულად მნიშვნელოვანი ხდება საკუთარი გარეგნობა და ის, თუ რას ფიქრობენ მათი თანატოლები მათზე. ამ ასაკში მოზარდს შესაძლოა ჰქონდეს შეგრძნება იმისა, რომ ყველა მას უყურებს და მუდმივად ყურადღების ცენტრშია. აღნიშნული ფენომენი „წარმოსახვითი აუდიტორიის“ სახელითაა ცნობილი.
- მოზარდის ინდივიდუალურობისა და უნიკალურობის განცდა მძაფრდება. ის ფიქრობს, რომ მისი შეგრძნებები, ფიქრები და ემოციები ყველასგან განსხვავებულია და ვერავინ გაუგებს.



- მოზარდობის ასაკში შესაძლოა მოიმატოს რისკის შემცველი გადაწყვეტილებების მიღებამ, როგორიცაა მავნე ნივთიერებების მოხმარება, დელიკვენტური ქცევა და ა. შ.
- მოზარდები უკეთ აცნობიერებენ საკუთარ სააზროვნო პროცესებს, რასაც „მეტაკოგნიციას“ უწოდებენ. კონკრეტული ფიქრებიდან მათი ფიქრები უფრო მეტად აბსტრაქტული ხდება, რაც შესაძლებელს ხდის, გარკვეული სიტუაციის ანალიზისას, ერთდროულად მოიხელთონ სხვადასხვა შესაძლო პერსპექტივები.

მოზარდები ღელავენ თანატოლებთან ურთიერთობაზე, განსაკუთრებით ეს ეხება რომანტიკულ ურთიერთობებს. მეგობრები და თანაკლასელები ძალიან მნიშვნელოვანი ფიგურები ხდებიან მოზარდების ცხოვრებაში, ამის გამო ისინი ხშირად ერთგვარ დაჯგუფებებსაც ქმნიან.

მიუხედავად იმისა, რომ ადრეული მოზარდობის პერიოდს (11 წლიდან 13 წლამდე) გარკვეული ასაკობრივი კანონზომიერებები ახასიათებს, ცხადია, თითოეული მოზარდის განვითარება უნიკალურია. ზემოთ ჩამოთვლილი ცვლილებები ზოგადი მახასიათებლებია და არ ნიშნავს იმას, რომ ყველა მოზარდს ერთსა და იმავე დროს, ერთი და იგივე სიმძაფრით ექნება გამოხატული. მოზარდობის ასაკის თავისებურებების შესახებ მეცნიერული ცოდნა გვეხმარება უფროსებს, უფრო მეტად სენსიტიური ვიყოთ მათი ფიქრების, ქცევებისა და ემოციების მიმართ. ქვემოთ მოცემულ ცხრილში აღწერილია ადრეული მოზარდობის ძირითადი მახასიათებლები და შესაბამისი რეკომენდაციები მასწავლებლებისთვის.

მახასიათებელი	რეკომენდაცია მასწავლებელს
დამოუკიდებლობის სურვილი	მასწავლებელი მოსწავლეებს აძლევს არჩევანის გაკეთების შესაძლებლობას, პატივს სცემს მათ მოსაზრებებსა და დამოკიდებულებებს, აფიქრებს მოსწავლეს მის არჩევანსა და შესაძლო შედეგებს შორის კავშირზე.
მშობლებისგან/ უფროსებისგან დისტანცირება 	ადრეული მოზარდობის დასაწყისიდან, შესაძლოა, თვალსაჩინო იყოს მოსწავლეების დამოუკიდებლობისაკენ სწრაფვა და შესაბამისად ზრდასრულებისგან დისტანცირება. მშობელი ან მასწავლებელი მოსწავლისთვის არ არის უპირობოდ ავტორიტეტი, როგორც ეს შეიძლება იყოს დაწყებით კლასში. შესაბამისად, მასწავლებელს არ უნდა ჰქონდეს მოლოდინი, რომ მოსწავლეები მის მითითებებს უსიტყვოდ მიჰყვებიან. რეკომენდებულია, მასწავლებელმა წინასწარ გააცნოს მოსწავლეებს საკუთარი მოლოდინები, მოსწავლეებთან ერთად საკლასო წესების ჩამოყალიბებასა და გარკვეულ ნორმებზე შეთანხმებას დაუთმოს ჯეროვანი დრო.

საკუთარი თავით დაინტერესება - მე კონცეფციის ჩამოყალიბება

მე - კონცეფცია მრავალი ფაქტორის ურთიერთქმედებით ყალიბდება. მოზარდობის ასაკში, შესაძლოა, ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი საკუთარი თავის სხვასთან (მაგ, ავტორიტეტული თანატოლი) შედარება გახდეს. მნიშვნელოვანია მასწავლებელი ყურადღებას ამახვილებდეს მოსწავლეთა უნიკალურობასა და ინდივიდუალიზმზე, ასევე, მოსწავლეებს ეხმარებოდეს თვითრეფლექსიაში.

თანატოლთა ჯგუფებისადმი მიკუთვნებულობა

მოზარდობის ასაკში, გამძაფრებული თანატოლთა ჯგუფებისადმი მიკუთვნებულობის გამო, შესაძლოა კლასში მცირე ზომის სოციალური ჯგუფები ჩამოყალიბდეს. ერთ ჯგუფში გაერთიანებული მოსწავლეები ერთმანეთს „ემსგავსებიან“ ქცევით, საუბრის მანერით, ინტერესებითა და ჩაცმის სტილით. ამგვარი სოციალური ჯგუფები ხშირად უფროსების გაღიზიანებას იწვევს. მნიშვნელოვანია, მასწავლებელმა თავი აარიდოს მოსწავლესთან მისი მეგობრის კრიტიკულ შეფასებას და მით უფრო - ჯგუფის დაშლის მცდელობებს. ამის ნაცვლად, მასწავლებელი უნდა ეცადოს მოსწავლეების ურთიერთობების უნარების განვითარებას, მისცეს ერთმანეთის უკეთ გაცნობისა და ერთად, საერთო მიზნისთვის მუშაობის შესაძლებლობა.

ნიჰილისტური დამოკიდებულება

ნიჰილისტური დამოკიდებულება შესაძლებელია პოზიტიურადაც კი განვიხილოთ, რადგან მოზარდებში მას საფუძვლად უდევს სამყაროს სიღრმისეული გამოკვლევის ინტერესი. მნიშვნელოვანია მასწავლებელმა მოსწავლეებს, ადრეული მოზარდობის პერიოდში, დაანახოს სწავლის არა მოკლევადიანი, არამედ გრძელვადიანი შედეგები და სარგებელი.

პროტესტი და კრიტიკულობა

პროტესტი და კრიტიკულობა შესაძლოა სწორი მხარდაჭერის კვალდაკვალ მნიშვნელოვანი დამხმარე აღმოჩნდეს კრიტიკული და ანალიტიკური უნარების განვითარებისთვის. მნიშვნელოვანია, მასწავლებელმა წაახალისოს მოსწავლეებში შემოქმედებითი აზროვნება, ხოლო პროტესტისა და წინააღმდეგობის გამოსახატავად ასწავლოს ასერტული გზები.

იმპულსების კონტროლის სირთულე

იმპულსის კონტროლის სირთულე შეიძლება გამოიხატებოდეს მოზარდის სწრაფ, ბევრი ფიქრის გარეშე გადაწყვეტილების მიღებაში, უჭირდეს მოთმინება და კონცენტრირება. მნიშვნელოვანია, მასწავლებელმა აღნიშნულის გათვალისწინებით დაგეგმოს საგაკვეთილო პროცესი. მოსწავლეებს მისცეს პერიოდული შესვენების შესაძლებლობები, ცვალოს აქტივობათა ფორმა და შინაარსი, გამოიყენოს თვითრეგულირების დამხმარე სტრატეგიები.

ინტერესების ძიება, სხვადასხვა თემებით დაინტერესება

მოზარდობის ასაკში, მნიშვნელოვნად ფართოვდება მოსწავლეთა კოგნიტური შესაძლებლობები, განსაკუთრებით კი აბსტრაქტული აზროვნება. მოსწავლეებში შესაძლოა შენიშნოთ მრავალფეროვანი თემებით დაინტერესება. მნიშვნელოვანია, მასწავლებელმა რეაგირების გარეშე არ დატოვოს მოსწავლის ინტერესი, ამავდროულად, ჰქონდეთ იმის მოლოდინიც, რომ მისი ინტერესები შესაძლოა სწრაფად შეიცვალოს.

საკუთარი თავით უკმაყოფილება, რაც უპირატესად გამოხატულია საკუთარი თავის ვიზუალური მდგომარეობის არასასურველობით

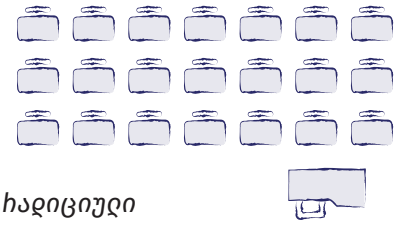
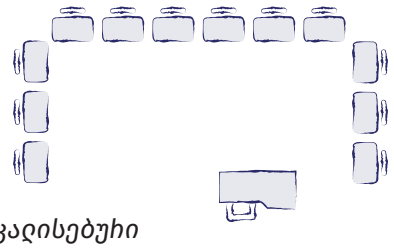
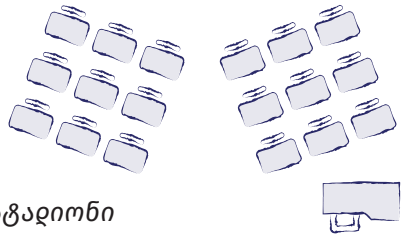
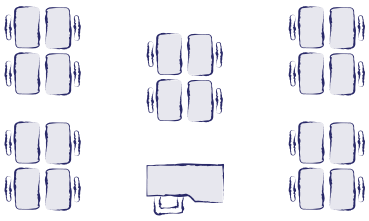
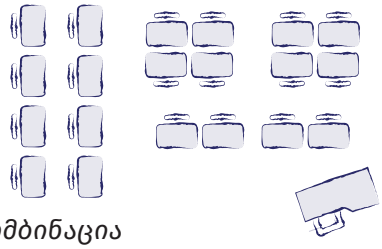
მოზარდი შესაძლოა ძალიან კრიტიკული და სენსიტიური იყოს საკუთარი გარეგნობის მიმართ. მნიშვნელოვანია, მასწავლებელმა გამოიყენოს შესაძლებლობები, რათა მოსწავლეებს მიაწოდოს ინფორმაცია პუბერტატის ასაკის ფიზიოლოგიური ცვლილებების დროებითობის შესახებ. ასევე, მოსწავლეებთან ურთიერთობისას თავი შეიკავონ გარეგნული მონაცემებით მოსწავლეების ერთმანეთთან შედარებისგან.

საკუთარი აზრების გაზიარების სურვილი (თუ მოზარდი ენდობა ზრდასრულს)	მოზარდს შესაძლოა ჰქონდეს საკუთარი გამოცდილების, მოსაზრებების გაზიარების სურვილი, რომელიც არ არის პირდაპირ დაკავშირებული სასწავლო მასალასთან და საგაკვეთილო საკითხთან. მასწავლებელმა მოსწავლეებს უნდა მისცეს შესაძლებლობა, საგნობრივი საკითხები დაუკავშირონ თავიანთ ცხოვრებას, გააზიარონ საკუთარი ცხოვრებისეული ისტორიები და გამოცდილებები.
მარცხისადმი სენსიტიურობა	მარცხი, წარუმატებლობა როგორც აკადემიურ, ასევე სოციალურ ცხოვრებაში მოზარდისთვის ძალზე ინტენსიურ ემოციებს წარმოქმნის. მნიშვნელოვანია, მასწავლებელმა კლასში მოახდინოს შეცდომების ნორმალიზება და აქცენტი გააკეთოს წინააღმდეგობების დაძლევის, სტრესის მართვისა და გამკლავების სტრატეგიებზე.
განმსაზღვრელი შეფასებისადმი ბრაზი	ადრეული მოზარდობის ასაკში მოსწავლეები აქტიურად ეძებენ პასუხს კითხვაზე - „რატომ?“, შესაბამისად, მასწავლებლის ამოცანაა, საკლასო შეფასება მოსწავლეების მიერ მაქსიმალურად ობიექტურად იყოს აღქმული. ამისთვის, წინასწარ უნდა გააცნოს ის კრიტერიუმები, რომლითაც განმსაზღვრელი შეფასება განხორციელდება/ რიგ შემთხვევაში, კრიტერიუმებს ადგენს მოსწავლეებთან ერთად. რეკომენდებულია, სწავლა-სწავლების პროცესში მასწავლებელმა აქტიურად გამოიყენოს განმავითარებელი შეფასება.

კლასის მოწყობა

სკოლის გარემოში საკლასო ოთახი ის ადგილია, სადაც მოსწავლეები ყველაზე დიდ დროს ატარებენ. შესაბამისად, მნიშვნელოვანია საკლასო ოთახში თითოეული მათგანი თავს მოხერხებულად და კომფორტულად გრძნობდეს. როგორი პრინციპითაა საკლასო ოთახში ავეჯი, მერხები, მასწავლებლის მაგიდა განლაგებული - გავლენას ახდენს არა მხოლოდ საგაკვეთილო პროცესზე, არამედ იმაზეც, თუ როგორ ურთიერთობენ მოსწავლეები ერთმანეთთან, რამდენად მარტივად შეუძლიათ მასწავლებელთან და სხვებთან თვალით კონტაქტის დამყარება, ინდივიდუალური თუ ჯგუფური სამუშაოს შესრულება. საკლასო ოთახში მერხების განლაგების რამდენიმე გავრცელებული ფორმატი არსებობს. აღსანიშნავია, რომ თითოეულ მათგანს თავისი უპირატესობა და პოტენციური არასასურველი ეფექტები შეიძლება ჰქონდეს. ამავდროულად, ფორმატის შერჩევისას გასათვალისწინებელია მასწავლებლის მიზანი, კლასში მოსწავლეთა რაოდენობა და საკლასო ოთახის ფართობი.

ცხრილი 4. *საკლასო ოთახში მერხების განლაგების 6 ფორმატი*

მერხების მოწყობის ფორმატი	უპირატესობები	ნაკლოვანებები
 *ტრადიციული*	▶ შესაძლებელია კლასში ხმაურის მინიმუმამდე შემცირება ▶ ეფექტურია ინდივიდუალური სამუშაოს შესასრულებლად	▶ მასწავლებლისთვის რთულია მერხებს შორის მოძრაობა ▶ ნაკლებად წამახალისებელია მოსწავლეებს შორის კომუნიკაციისთვის
 *ჩაღისებური*	▶ ხელს უწყობს მოსწავლეებსა და მასწავლებელს შორის აქტიურ კომუნიკაციას ▶ მოსახერხებელია დისკუსიებისა და როლური თამაშებისთვის	▶ მორცხვი მოსწავლისთვის ქმნის არაკომფორტულ გარემოს ▶ რთულია მოსწავლეთა ქცევის მართვა ▶ მრავალრიცხოვან კლასში ქმნის ხმაურს
წყვილური	▶ მოსახერხებელია წყვილებში მუშაობის, გაზიარების, ინდივიდუალური სამუშაოს შესასრულებლად ▶ ამცირებს ხმაურს საკლასო ოთახში	▶ უკანა რიგებში მსხდომი მოსწავლეებისთვის გაძნელებულია ოთახის წინა სივრცის მკაფიო ხედვა და მასწავლებელთან კომუნიკაცია
 *სტადიონი*	▶ მასწავლებლისთვის მარტივია ყველა მოსწავლეზე კონცენტრაცია ▶ ყველა მოსწავლე მკაფიოდ ხედავს წინა სივრცეს	▶ რთულია მრავალრიცხოვან კლასში მერხების სტადიონისებური განლაგება
 *კლასტერები*	▶ მოსახერხებელია ჯგუფური მუშაობისა და სამუშაოს დიფერენცირებისას ▶ შესაბამისია ჯგუფური და პრობლემის გადაჭრის აქტივობებისათვის	▶ ნაკლებად ეფექტურია პასიური ან პირიქით, ლიდერის როლში მყოფი მოსწავლეებისთვის ▶ შეუსაბამოა პრეზენტაციების, პროექტორის, დაფის გამოყენებისას
 *კომბინაცია*	▶ შესაძლებელია სხვადასხვა მოსწავლის საჭიროებების გათვალისწინება ▶ მარტივია მასწავლებელსა და მოსწავლეებს შორის კომუნიკაცია	▶ საჭიროებს დიდი ზომის სივრცეს სხვადასხვა კომბინაციის შესაქმნელად ▶ პროექტორის, დაფის გამოყენებისას საჭიროა კონკრეტული კუთხის შერჩევა

საკლასო ოთახში მერხების განლაგების მთავარი მიზანი, ბუნებრივია, არა ვიზუალური ეფექტის შექმნა, არამედ მოსწავლეებისთვის სწავლის მაქსიმალურად ხელშემწყობი გარემოს ფორმირებაა. გარდა ამისა, როგორ პოზიციაში იმყოფებიან მოსწავლეები ერთმანეთისა და მასწავლებლის მიმართ, სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერის კუთხითაც მნიშვნელოვანია. მაგალითად, როდესაც მასწავლებლის მიზანია, საკლასო აქტივობა მიზნობრივად დაუკავშიროს გუნდურობის უნარის განვითარებას, აუცილებელია, მათ ერთად მუშაობის შესაძლებლობა ჰქონდეთ. შესაბამისად, ასეთ დროს რკალისებურ ან ტრადიციულ ფორმატზე მეტად ეფექტური კლასის კლასტერებად ან სტადიონისებურად მოწყობა იქნება. საკლასო ოთახში მერხების განლაგება შეიძლება ხშირად იცვლებოდეს, იმის გათვალისწინებით, თუ რა სასწავლო მიზანი აქვს მასწავლებელს და რომელი სოციალური და ემოციური კომპეტენციების გააქტიურებაზეა ორიენტირებული. სასურველია, თავად მოსწავლეებიც იღებდნენ აქტიურ მონაწილეობას ფორმატის შერჩევისას, ჰქონდეთ სხვადასხვა ფორმატის ამსახველი ვიზუალური მინიშნებები კლასში და საჭიროებისას თავად შეცვალონ საკლასო ოთახში მერხების განლაგება.

საკლასო შეთანხმებები

კლასის წესების ან საკლასო შეთანხმებების ჩამოყალიბება პოზიტიური სასწავლო გარემოს ფორმირების ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი ნაწილია. მოსწავლეებისთვის მკაფიო მოლოდინებისა და საზღვრების დაწესებით მასწავლებელი ქმნის დაცულ, მხარდამჭერ გარემოს, რომელიც ხელს უწყობს როგორც მოსწავლეთა აკადემიურ მიღწევებს, ასევე მათ ზოგად კეთილდღეობას. კლასის შეთანხმებების შექმნა და მათი გამოყენება მნიშვნელოვანია რამდენიმე მიზეზის გამო:

1. შეთანხმებებისა და წესების არსებობა კლასში ქმნის პოზიტიურ სასწავლო გარემოს, რადგან თითოეული წესი თუ შეთანხმება ორიენტირებულია მოსწავლეთა დაცულობისა და კარგად ყოფნის განცდის ქონაზე.
2. წესების არსებობა ამცირებს კლასში შესაძლო ქცევის სირთულეების ან არასასურველი მოქმედებების გამოვლენას.
3. საკლასო წესების ჩამოყალიბება ხელს უწყობს სკოლისადმი მიკუთვნებულობის განცდის ჩამოყალიბებას. როდესაც მოსწავლეები თავად ერთვებიან წესებისა და შეთანხმებების იდენტიფიცირებაში, მათ შესრულებას მეტი პასუხისმგებლობით ეკიდებიან.
4. კლასის შეთანხმებების გამოყენება ხელს უწყობს მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარებას. მკაფიო წესები, რომელიც დაკავშირებულია ერთმანეთის პატივისცემაზე, გუნდურობასა და ჯანსაღ კომუნიკაციაზე, ახალისებს აღნიშნული სოციალურ-ემოციური უნარების დახვეწას.

საკლასო შეთანხმებების ჩამოყალიბება და მათი გამოყენება სწორად დაგეგმვასა და თანმიმდევრულ მიდგომას საჭიროებს. სხვა შემთხვევაში, კლასის წესები შესაძლოა მხოლოდ საკლასო ოთახის რომელიმე კედლის უფუნქციო დეკორაციად დარჩეს.

კლასის წესები თუ შეთანხმებები? უმჯობესია გადაწყვეტილება გამოყენებულ ტერმინთან დაკავშირებით თავად მოსწავლეებმა მიიღონ. შესაძლოა, მოსწავლეებს ნეგატიური წინარე გამოცდილება ან დამოკიდებულება ჰქონდეთ „წესებთან“ მიმართებით და მიიჩნიონ ის თავსმოხვეულ ვალდებულებად. ასეთ შემთხვევაში, მასწავლებლის მიზანია წესების არსებობის მიზნობრიობის მკაფიოდ განსაზღვრა. გამოცდილება აჩვენებს, რომ მოზარდობის ასაკის მოსწავლეები უფრო დადებითად განეწყობიან საკლასო შეთანხმებების შემუშავებაზე, რადგანაც აღნიშნულ სიტყვაში მეტადაა გამოკვეთილი მონაწილის ინდივიდუალური როლი და თანამონაწილეობა. ქვემოთ მოცემულია კონკრეტული რჩევები საკლასო შეთანხმებების შექმნისა და გამოყენებისთვის, რომელიც მასწავლებელს დაეხმარება მათ ქმედით და მიზნობრივ გამოყენებაში.

1 **მკაფიოდ განსაზღვრეთ მიზანი.** მნიშვნელოვანია, თითოეული მოსწავლისთვის შეთანხმებების არსი და მნიშვნელობა სწორად იყოს აღქმული. ამისთვის, მასწავლებელმა აქცენტი უნდა გააკეთოს იმაზე, რომ ჩამოყალიბებული შეთანხმებები კლასში პოზიტიური, მხარდამჭერი და სწავლაზე ორიენტირებული გარემოს ფორმირებაზეა მიმართული. შესაძლებელია კლასში შეთანხმებების ჩამოყალიბებაზე მუშაობა დაიწყოთ შემდეგი სადისკუსიო კითხვით: „დაფიქრდით, რა არის იმისთვის საჭირო, რომ ამ კლასში თითოეული თქვენგანი თავს კარგად გრძნობდეს და სწავლაში საკუთარი პოტენციალის მაქსიმუმი გამოავლინოს?“

2 **ჩართეთ მოსწავლეები პროცესში.** თუ შეთანხმებები მოსწავლეების მიერ იქნება ჩამოყალიბებული უფრო დადებითად და პასუხისმგებლობით განეწყობიან მათ მიმართ.

3 **დაეხმარეთ მოსწავლეებს შეთანხმებების ფორმულირებაში.** მნიშვნელოვანია საკლასო შეთანხმებების რაოდენობის ლიმიტირება და მათი დადებითი ტერმინებით ფორმულირება. საკლასო შეთანხმებების ჩამოყალიბებაზე მუშაობის პროცესში, შესაძლებელია, მოსწავლეებმა მრავალი მნიშვნელოვანი საკითხი განსაზღვრონ. ასეთ შემთხვევაში, შეეცადეთ, მოსწავლეებთან დისკუსიის ან კენჭისყრის გზით განსაზღვროთ 5-6 პრიორიტეტი. შემდეგ ეტაპზე დარწმუნდით, რომ შეთანხმებები იმგვარადაა ფორმულირებული, რომ მკაფიოდ გადმოსცემს სასურველ ქცევასა და დამოკიდებულებას. მაგალითად, „არ დავცინით ერთმანეთს“ ნაცვლად „პატივს ვცემთ ერთმანეთის აზრებს, ქცევებსა და პიროვნულ მახასიათებლებს.“

4 **განათავსეთ შეთანხმებები თვალსაჩინო ადგილზე.** მნიშვნელოვანია, კლასში თითოეული მოსწავლე და მასწავლებელი კარგად ხედავდეს შეთანხმებების ამსახველ პოსტერსა თუ პლაკატს. შეთანხმებების ვიზუალიზაცია და თვალსაჩინო ადგილზე განთავსება მარტივად ხდის შესაძლებელს, საგაკვეთილო პროცესში რეგულარულად მოხდეს მათზე ფოკუსირება. ასევე, სასურველია, მოსწავლეებმა თავიანთ ინდივიდუალურ სამუშაო ფურცლებში გადაიტანონ საკლასო შეთანხმებები, დაალაგონ მათი ინდივიდუალური პრიორიტეტების მიხედვით, განმარტონ თითოეულის მნიშვნელობა და მიზანი.

5 **რეგულარულად განიხილეთ შეთანხმებები.** ხშირად შეახსენეთ მოსწავლეებს საკლასო შეთანხმებების მიზანი და

6 **მნიშვნელობა.** გაკვეთილის დაწყებისას შეახსენეთ მოსწავლეებს მათ მიერ ჩამოყალიბებული შეთანხმებები. გაკვეთილის მსვლელობისას მოსწავლეების ქცევა დაუკავშირეთ შეთანხმებებს. მნიშვნელოვანია, დარწმუნდეთ, რომ თითოეულ მოსწავლეს კარგად ესმის შეთანხმებების შინაარსი და მათი დამადასტურებელი მოქმედებათა მაგალითები. როდესაც მოსწავლეები საკლასო შეთანხმებებს შექმნიან, იმსჯელეთ კონკრეტულად რა ქცევებით, ფრაზებითა და დამოკიდებულებებით შეუძლიათ მოსწავლეებსა და მასწავლებლებს ჩამოყალიბებული შეთანხმებების შესაბამისი მოქმედებების განხორციელება. მაგალითად, ერთ-ერთი საკლასო შეთანხმებაა „მხარს ვუჭერთ და ვეხმარებით ერთმანეთს“. სთხოვეთ მოსწავლეებს, ინდივიდუალურად ან მცირე ჯგუფებში დაფიქრდნენ აღნიშნული შეთანხმების დემონსტრირების მაგალითებზე, დაუსვით კითხვა: „რა უნდა გააკეთოთ იმისთვის, რომ თქვენს ნებისმიერ კლასელს დაეხმაროთ? რაში შეიძლება დასჭირდეს დახმარება? თავად თქვენ რა შემთხვევებში დაგჭირდებათ თანაკლასელის მხარდაჭერა? რა უნდა გააკეთოს მასწავლებელმა თქვენს მხარდასაჭერად? თავად თქვენ როგორ შეიძლება დაეხმაროთ მასწავლებლებს?“

7 **განიხილეთ შეთანხმებები კოლეგებთან.** შეთანხმებების არსებობა კლასში აზრს დაკარგავს, თუ ის მხოლოდ ერთი კონკრეტული მასწავლებლის მიერ იქნება გამოყენებული. მნიშვნელოვანია, საკლასო შეთანხმებებზე კლასის ყველა მასწავლებელი იყოს ფოკუსირებული და ორიენტირებული, რათა მოსწავლეებს ჰქონდეთ განსაზღვრულობისა და არსებული შეთანხმებების ღირებულების განცდა.

8 **იყავით მოქნილი.** აბსოლუტურად ბუნებრივია, რომ ჩამოყალიბებულ საკლასო შეთანხმებებში კონკრეტულად რომელიმე პუნქტი არაეფექტური აღმოჩნდეს. მნიშვნელოვანია, მასწავლებელი დააკვირდეს კლასის საჭიროებების დინამიკას და შესაბამისად, მოსწავლეების თანამონაწილეობით განაახლოს, შეიტანოს მათში ცვლილებები ან თავიდან ჩამოაყალიბოს. მასწავლებელმა საკლასო შეთანხმებების ცვლილების საჭიროების განსასაზღვრად შეიძლება გამოიყენოს საკლასო გამოკითხვა, მიაწოდოს მოსწავლეებს ქვემოთ მოცემული ნიმუშის მსგავსი ბლანკი ან მოცემულ შეკითხვებზე მოისმინოს მოსწავლეთა ვერბალური პასუხები.

ცხრილი 5. საკლასო შეთანხმებებზე ჩეფლექსია

შეკითხვა	**მოსწავლის პასუხი**
რომელი შეთანხმების შესრულებაა ჩემთვის ყველაზე მარტივი?	
რომელი შეთანხმების შესრულება მიძნელდება ყველაზე მეტად?	
რომელ შეთანხმებას ვიყენებთ კლასში ყველაზე იშვიათად? როგორ შეიძლება მისი უფრო მეტად გააქტიურება?	
რომელ შეთანხმებას სჭირდება ცვლილება?	
რა ახალი შეთანხმების დამატება გვჭირდება იმისთვის, რომ კლასში კიდევ უფრო მხარდამჭერი და პოზიტიური გარემო ჩამოყალიბდეს?	

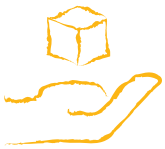
ctc Empowering People for Change

SKOLA-LAB
სკოლა-ლაბი

Brot für die Welt
Bread for the World – Protestant Development Service

მხარდამჭერი
მასწავლებელი

სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მოდელირება



მასწავლებელი ძალზედ მნიშვნელოვან როლს თამაშობს თავისი მოსწავლეების ცხოვრებაში არა მხოლოდ აკადემიური წარმატების მიღწევაში, არამედ პიროვნული უნარ-ჩვევების განვითარებასა და გაუმჯობესებაში. სოციალური და ემოციური კომპეტენციების ხელშეწყობა, პირველ რიგში, თავად მასწავლებლისგან მოითხოვს საკუთარი მაგალითით იმ ქცევების დემონსტრირებას, რომელსაც მოსწავლეებისგან მოელის. მოდელირება - ერთ-ერთი ეფექტური გზაა მოსწავლეებში ახალი უნარების ათვისებისა და გაშინაგნებისთვის. მასწავლებელი სოციალური და ემოციური უნარების მოდელირებით მოსწავლეებს აწვდის მკაფიო და ხელშესახებ მაგალითებს, როგორ შეიძლება ვლინდებოდეს სოციალურ-ემოციური კომპეტენციები ყოველდღიურ ცხოვრებაში. მასწავლებლის მიერ სოციალური და ემოციური უნარების მოდელირება განსაკუთრებით მნიშვნელოვანი და ღირებულია იმ მოსწავლეებისთვის, რომლებსაც ნაკლებად ჰყავთ გარშემომყოფ სოციუმში დადებითი როლური მოდელი.

ქვემოთ მოცემულ ცხრილებში შემოთავაზებულია კონკრეტული რეკომენდაციები, რომელთა გამოყენებით მასწავლებელი შეძლებს სამიზნე კომპეტენციების - თვითცნობიერების, თვითრეგულაციისა და ურთიერთობების მოდელირებას ყოველდღიურ საგაკვეთილო პროცესში.[16]

ცხრილი 6. *სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მოდელირება*

თვითცნობიერების კომპეტენციის მოდელირება
▶ დაასახელეთ და გაახმოვანეთ თქვენი ემოციები. მაგალითად, „ძალიან მიხარია, როდესაც გაკვეთილში აქტიურად ერთვებით“; „როცა ხმაურია, ვღელავ, რომ ხელი არ შეგეშალოთ გაკვეთილზე ახალი ინფორმაციის კარგად გაგებაში“.
▶ სთხოვეთ მოსწავლეებს, დაგიბრუნონ უკუკავშირი თქვენ მიერ ნაცად ახალ მეთოდებსა და აქტივობებზე. მაგალითად, გამოიყენეთ ტექნიკა „დაფიქრდი-დაწყვილდი-გააზიარე“. აქტივობის შემდეგ ჰკითხეთ მოსწავლეებს - „დღეს პირველად ვცადე ამ მეთოდის გამოყენება, როგორ ფიქრობთ, მომავალში კიდევ გავიმეოროთ?“
▶ აღიარეთ შეცდომები და აღწერეთ, რა ნაბიჯებს გადადგამთ სიტუაციის შესაცვლელად. მაგალითად, თუ გაკვეთილის მსვლელობისას ხედავთ, რომ მოსწავლეებს გაუძნელდათ ახალი საკითხის შესწავლა, სასურველია, მოსწავლეებს უთხრათ: „როგორც ჩანს, ჩემ მიერ შერჩეული აქტივობები თქვენთვის შედარებით რთული აღმოჩნდა, კარგად ვერ გავითვალისწინე თქვენი მზაობა. დავუბრუნდეთ უცხო ტერმინებს და განვმარტოთ. ვფიქრობ, ასე გაგიადვილდებათ ამ თემის შესწავლა“.
▶ ისაუბრეთ საკუთარ ძლიერ მხარეებსა და გამოწვევებზე. მაგალითად, მოსწავლეებს უთხარით „ჩემთვის ძალიან მნიშვნელოვანია, თითოეული თქვენგანის აზრი გავიგო, მაგრამ ამ გაკვეთილის ფარგლებში ყველას მოსმენას ვერ მოვახერხებ.“
▶ სხვადასხვა საკითხებზე დისკუსიისას თქვენი შეხედულებები, რწმენები, მოსაზრებები დაუკავშირეთ თქვენს გამოცდილებას, იდენტობას, კულტურულ მახასიათებლებს. მაგალითად, „ბავშვობაში ვფიქრობდი, რომ მათემატიკის სწავლას განსაკუთრებული ნიჭი სჭირდება, რადგან ასეთი შეხედულება არსებობდა ჩემს სკოლაში და საზოგადოებაში, თუმცა შემდეგ ჩემმა გამოცდილებამ მიჩვენა, რომ ყველაფრის სწავლა შეიძლება.“
▶ დაუკავშირეთ საკუთარი ემოციების გავლენა მოსწავლეების ქცევას და პირიქით, მოსწავლეთა ემოციების გავლენა საკუთარ თავს. მაგალითად, მოსწავლეებს შეიძლება უთხრათ: „როცა ვხედავ, რომ გაკვეთილის პროცესში აქტიურად ერთვებით, მეც უფრო მეტად მოტივირებული ვხდები, საინტერესო გაკვეთილი ჩავატარო,“ „დავაკვირდი, რომ ის საკითხები, რომელიც ჩემთვის პიროვნულად განსაკუთრებით საინტერესო და ემოციურია, თქვენც უფრო მეტად გაინტერესებთ.“
▶ საკუთარი ცხოვრებისეული მაგალითების მოყვანით აჩვენეთ მოსწავლეებს, როგორ შეძელით განვითარება და გარკვეული დაბრკოლებების გადალახვა. მაგალითად, „თავიდან, როცა უნივერსიტეტში სწავლა დავიწყე, ძალიან ვნერვიულობდი სტუდენტების წინაშე თუ მომიწევდა გამოსვლა, მაგრამ თანდათანობით ჩემი პრეზენტატორული უნარები დავხვეწე.“

[16] Guide for Schoolwide SEL: Tool- Modeling SEL For Students

თვითრეგულაციის კომპეტენციის მოდელირება

- მოსწავლეებთან ერთად იმსჯელეთ, როგორ ისახავთ მიზნებს და აუმჯობესებთ თქვენს პრაქტიკას. მაგალითად, „ჩემი, როგორც მასწავლებლის მიზანი ამ სასწავლო წელს არის ისეთი საგაკვეთილო პროცესის შექმნა, სადაც თქვენ გექნებათ თანამშრომლობის და ურთიერთობის უფრო მეტი შესაძლებლობა. დამეხმარებით, ერთად მოვიფიქროთ, როგორ/რა გზებით შეიძლება ამ მიზნის მიღწევა?“
- სთხოვეთ მოსწავლეებს დახმარება საჭიროების შემთხვევებში. მაგალითად, უთხარით: „გაკვეთილის ბოლო 10 წუთი მინდა შეჯამებას დავუთმოთ, შემახსენეთ, თუ შეამჩნევთ, რომ მავიწყდება ან დრო იწურება.“
- დაუტოვეთ მოსწავლეებს სივრცე გააკეთონ არჩევანი და სასწავლო მიზნები/საკითხები თავად დაუკავშირონ საკუთარ მისწრაფებებსა და ინტერესებს.
- დემონსტრირება გაუკეთეთ თვითრეგულირებისა და დამშვიდების სტრატეგიებს: „აღელვებული ვარ და ცოტა დრო მჭირდება, რომ დავმშვიდდე და მოვიფიქრო რა გავაკეთო.“
- აღიარეთ მოვლენები, რომელიც თქვენი მოსწავლეების სტრესს განაპირობებს. მაგალითად, უთხარით: „ვიცი, რომ ნერვიულობ როგორ გაუმკლავდები შემაჯამებელ დავალებას, იმისთვის, რომ მშვიდად იყო, შეგვიძლია შესწავლილი მასალა კიდევ ერთხელ გავიმეოროთ.“
- პრობლემურ სიტუაციებში ყურადღება გაამახვილეთ გამოსავლის, პრობლემის გადაჭრის შესაძლო გზების ძიებაზე.

თვითრეგულაციის კომპეტენციის მოდელირება

- გაკვეთილის დაწყებისას მიესალმეთ მოსწავლეებს, გამოხატეთ მათ მიმართ კეთილგანწყობა.
- მოსწავლეებს კომუნიკაციის დროს მიმართეთ სახელით.
- მოსწავლეებთან დაამყარეთ ინდივიდუალური კომუნიკაცია.
- როდესაც გაკვეთილზე მოსწავლეს ავლინდება გარკვეული ქცევითი სირთულეები, დაფიქრდით 20-30 წამის განმავლობაში, რა შედეგები მოჰყვება თქვენს რეაქციას და შემდეგ ირეაგირეთ.
- იყავით სამართლიანი და ობიექტური.
- მოსწავლეებისთვის უკუკავშირის დაბრუნების დროს, მოსწავლის მიღწევა შეადარეთ მის შესაძლებლობებს, წინარე ცოდნასა და გამოცდილებას და არა სხვა მოსწავლეს.
- შექმენით საგაკვეთილო პროცესში გუნდურად მუშაობის შესაძლებლობები და გაახმოვანეთ სიტუაცია. მაგალითად, „ძალიან ვაფასებ, რომ გუნდში გაინაწილეთ პასუხისმგებლობები და შეთანხმებულად მუშაობთ დასახულ აქტივობაზე.“
- ყურადღება გაამახვილეთ მოსწავლეების ძალისხმევაზე და წაახალისეთ მათი მცდელობები. მაგალითად, „ვიცი, რომ შეიძლება შენთვის ცოტათი არაკომფორტული იყო დამოუკიდებლად კლასის წინაშე პრეზენტაციის გაკეთება და ძალიან მიხარია, რომ გაბედე და სცადე.“
- ვრცელი შემაჯამებელი უკუკავშირი დაუბრუნეთ თავად მოსწავლეს და თავიდან აირიდეთ მისი კლასის წინაშე დახასიათება.
- ჩაერიეთ სიტუაციაში მაშინვე, როდესაც კლასში გაჟღერდება რასისტული, სექსისტური, ჰომოფობიური ან სხვა სახის დისკრიმინაციული შინაარსის შემცველი ფრაზები.
- ყურადღებით მოუსმინეთ მოსწავლეს და გაახმოვანეთ აქტიური მოსმენის პროცესი. მაგალითად, „მე ყურადღებით გისმენდი, რომ კარგად გამეგო შენი აზრი....“ და გააკეთეთ მოსწავლის პერსპექტივის პერიფრაზირება.
- წაახალისეთ კლასში განსხვავებული მოსაზრებების გაზიარება.
- თავი აარიდეთ მსჯელობისას უტყუარი ჭეშმარიტებების/ერთადერთი სწორი პასუხის ძიებას.

დაფიქრდით საკუთარ პრაქტიკაზე. თქვენს მოსწავლეებზე და მათ კლასზე. იმისთვის, რომ სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მოდელირება მოსწავლეებისთვის ბუნებრივად შეძლოთ, შეარჩიეთ ან გასაზღვრეთ ის ქცევები, რომელიც თქვენთვის უფრო მეტად ავთენტურია. სავარჯიშოდ შეგიძლიათ გამოიყენოთ ქვემოთ მოცემული ჩარჩო. ჩამოწერეთ ქცევები, სტრატეგიები, ფრაზები, შეკითხვები, რომელსაც გამოიყენებთ კლასთან სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მოდელირებისთვის. შეგიძლიათ იმსჯელოთ კოლეგებთან ერთად.

სეს კომპეტენცია	როგორ შემიძლია სეს კომპეტენციების მოდელირება ჩემს მოსწავლეებთან ინტერაქციის დროს საგაკვეთილო პროცესში?
თვითცნობიერება	
თვითრეგულაცია	
ურთიერთობები	

სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი მიდგომები

სოციალური და ემოციური კომპეტენციების ხელშეწყობა მნიშვნელოვანია თითოეული მასწავლებლის მიერ, ნებისმიერი გაკვეთილის მიმდინარეობისას განხორციელდეს. განვიხილოთ სწავლა-სწავლების ეფექტიანი მიდგომები, რომელთა გამოყენებაც მნიშვნელოვნად ეხმარება მასწავლებელს მოსწავლეებში სოციალური და ემოციური უნარების მიზანმიმართულ ხელშეწყობაში.[17]

მოსწავლეზე ორიენტირებული მიდგომა. მოსწავლეზე ორიენტირებული მიდგომა ნიშნავს კლასის მართვის ისეთი სტრატეგიების გამოყენებას, როდესაც მოსწავლე აღქმულია დამოუკიდებელ, აქტიურ და სასწავლო პროცესის სრულუფლებიან მონაწილედ. მოსწავლეზე ორიენტირებული მიდგომის გამოყენებისას საკლასო სივრცეში მასწავლებელი და მოსწავლე თანაბარი უფლებებით სარგებლობენ და მასწავლებელი არ არის უპირობო ავტორიტეტი. შესაბამისად, გადაწყვეტილებების მიღების პროცესში აქტიურად ხდება მოსწავლეთა ჩართულობის უზრუნველყოფა და მათი თანამონაწილეობა. მოსწავლეზე ორიენტირებული მიდგომები გამორიცხავს სადამსჯელო ღონისძიებებსა და სასწავლო პროცესში მასწავლებლის დირექტიულობას. მოსწავლეზე ორიენტირებული მიდგომა უნდა აისახებოდეს როგორც სასწავლო აქტივობების განხორციელებისას, ასევე კლასის მენეჯმენტის პროცესშიც. მასწავლებელი საგაკვეთილო პროცესში მოსწავლეზე ორიენტირებულ მიდგომას იყენებს, თუ:

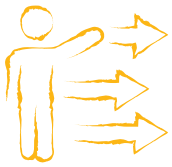
- მისთვის ყველა მოსწავლე ინდივიდია და ცდილობს მათი ინდივიდუალურობის გათვალისწინებას;
- არ ყოფს მოსწავლეებს გარკვეულ კატეგორიებად;
- აღიარებს და აფასებს თითოეული მოსწავლის ძლიერ მხარეებს;
- ინტერესდება თითოეული მოსწავლის აზრით, დამოკიდებულებით;
- რთავს მოსწავლეებს გაკვეთილების დაგეგმვის პროცესში ან საჭიროების შემთხვევაში მათი ინიციატივით ცვლის გაკვეთილის მიმდინარეობას;

კლასის მენეჯმენტისა და მოსწავლეთა ქცევის რეგულირების თვალსაზრისით, მოსწავლეზე ორიენტირებული მიდგომა ვლინდება იმ შემთხვევაში, თუ მასწავლებელი:

- იყენებს პროაქტიულ მიდგომებს ნაცვლად რეაქტიულისა. მაგალითად, თუ მასწავლებელი ხედავს, რომ ერთი მოსწავლე მეორეს დისკომფორტს უქმნის, ამ სიტუაციაში ერევა და რეაგირებს სხვადასხვა სტრატეგიებით - მოსწავლეს აძლევს შენიშვნას, სიტუაციის გასანეიტრალებლად მოსწავლეებს შორის ქმნის ფიზიკურ დისტანციას.

[17] მოცემული პრაქტიკები ეყრდნობა სოციალური და ემოციური უნარების განვითარების სკოლის შემდგომ პროგრამას და მორგებულია საკლასო პროცესში სწავლა-სწავლების კონტექსტთან.

აღნიშნული სტრატეგიები რეაქტიულია, რადგან მასწავლებელი მხოლოდ მას შემდეგ ახორციელებს გარკვეულ ინტერვენციებს, როცა ხელისშემშლელი ქცევა გამოვლინდება. ამავე სიტუაციის მაგალითზე პროაქტიული სტრატეგიები დაკავშირებული იქნებოდა მასწავლებლის ყველა იმ ქმედებასთან, რომელსაც წინასწარ, მიზანდასახულად განახორციელებდა. მაგალითად, გაკვეთილის დაწყებისას მასწავლებელი მოსწავლეებთან ერთად განიხილავდა კლასის შეთანხმებებს, დაგეგმილი აქტივობებით იზრუნებდა მოსწავლეებში ასერტული კომუნიკაციისა და ემპათიის უნარების განვითარებაზე.



წახალისება შექების ნაცვლად. მნიშვნელოვანია, მასწავლებელმა ყურადღება მიაქციოს იმ სიტყვებსა და ფრაზებს, რომელსაც იყენებს მოსწავლეებთან კომუნიკაციის პროცესში. სასწავლო პროცესში მასწავლებელმა შესაძლოა ხშირად შეაქოს მოსწავლე, თუმცა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერისთვის შექებასთან შედარებით მეტად ეფექტიანი წახალისების სტრატეგიების გამოყენებაა. წახალისება გულისხმობს მკაფიო ფოკუსის/აქცენტის გაკეთებას მოსწავლეთა ძალისხმევაზე, პროცესსა და პროგრესზე. მაგალითად, როდესაც მასწავლებელი მოსწავლეს ეუბნება „ყოჩაღ, შენი პასუხი სწორია“- შექებაა. წახალისების მაგალითად შეიძლება მოვიყვანოთ შემდეგი სახის ფრაზა: „ვფიქრობ, მათემატიკის ამ დავალებაზე ძალიან ყურადღებით და დაკვირვებით იმუშავე. რო-დესაც დროს უთმობ შენ მიერ შესრულებული დავალების სისწორის შემოწმებას, ნამდვილად უკეთეს შედეგს იღებ.“ როგორც ვხედავთ, მასწავლებლის აღნიშნულ უკუკავშირში ფოკუსი კეთდება პროცესზე და არა შედეგზე (დავალებაზე მუშაობის პროცესი და არა დავალების სისწორე), ასევე მოსწავლის მიერ გაღებულ ძალისხმევაზე (ყურადღებით მუშაობა, დავალებაზე რეფლექსია) და არა მის პიროვნულ მახასიათებლებზე (მაგ: ჭკვიანი ხარ).

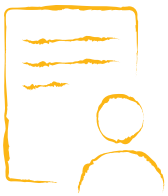
პასუხისმგებლობა და არჩევანი. საკლასო გარემოში სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა საჭიროებს დემოკრატიული კულტურის ჩამოყალიბებას. დემოკრატიულობა კლასში გულისხმობს თუ რამდენად აძლევს მასწავლებელი მოსწავლეებს შესაძლებლობას მიიღონ გადაწყვეტილებები იმ საქმიანობებისა და აქტივობების შესახებ, რომელშიც არიან ჩართულნი. დემოკრატიულობა, ცხადია, არ ნიშნავს იმას, რომ ყველაფერი რასაც მოსწავლე იტყვის, აუცილებლად განხორციელდება. დემოკრატიულობა გულისხმობს გადაწყვეტილებების მიღებას გააზრებული არჩევანის გაკეთებით. მაგალითად, მასწავლებელი ვერ მოუწოდებს მოსწავლეებს გააკეთონ გაკვეთილზე ნებისმიერი რამ, რაც მათ სურთ. მაგრამ, მას შეუძლია გამოიკვლიოს მათი ხედვები, ინტერესები, შემდეგ კი მისცეს არჩევანის გაკეთების შესაძლებლობა რა აქტივობით დაკავდნენ, როგორ დაგეგმონ მიწოდებული დავალების შესრულების პროცესი, რა ხერხები და სტრატეგიები გამოიყენონ და ა. შ.

მხარდამჭერი გარემო. სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარება მოითხოვს მხარდამჭერი გარემოს შექმნას, სადაც მასწავლებელიც თუ მოსწავლეებიც თავს ღირსეულად გრძნობენ. მოსწავლეებს სჭირდებათ სითბოს და პატივისცემის მიღება როგორც მასწავლებლისგან, ასევე მისი თანატოლებისგან. მხარდამჭერი გარემოს შესაქმნელად მასწავლებელი ყველა მოსწავლეს რთავს საგაკვეთილო პროცესში, ყველას აძლევს საკუთარი თავის გამოხატვის შესაძლებლობას და თავადაც არის აღნიშნული ქცევების როლური მოდელი. მასწავლებელი თვითგამოხატვის დემონსტრირებისთვის მოსწავლეებს თავადაც უზიარებს საკუთარ მოსაზრებებს (აფიქსირებს, რომ ეს მისი ხედვაა და არა ერთადერთი სწორი შეხედულება), გამოცდილებებს და ისტორიებს საკუთარი ცხოვრებიდან. მოსწავლეები ხშირად აწყდებიან სირთულეებს სწავლის პროცესში. წარუმატებლობის შემთხვევაში მასწავლებლის ამოცანაა შესთავაზოს მოსწავლეს მისი დახმარება და მხარდაჭერა, ამ გზით, ხაზი გაუსვას გამოწვევების ნორმალიზებასა და სირთულეების განვითარებისთვის გამოყენებას.

შეთანხმებული/გუნდური სწავლა. შეთანხმებული სწავლა მასწავლებლის პრაქტიკაა, რომლის გამოყენებითაც უბიძგებს მოსწავლეებს ერთობლივად იმუშაონ საერთო მიზნის მისაღწევად. გუნდური სწავლა გაცილებით მეტია, ვიდრე მხოლოდ ჯგუფური მუშაობა. მასწავლებელმა გუნდური სწავლის პრაქტიკის დანერგვისას 5 ძირითადი ფაქტორი უნდა გაითვალისწინოს და უზრუნველყოს: 1. პოზიტიური ურთიერთდამოკიდებულება 2. ინდივიდუალური ანგარიშვალდებულება 3. ერთმანეთის წარმატების ხელშეწყობა 4. ინტერპერსონალური და სოციალური უნარების გამოყენება 5. გუნდური აზროვნება - გაზიარებული მიზნისკენ სვლა.

ჯგუფური დისკუსია. ჯგუფური დისკუსია გულისხმობს მასწავლებელსა და მოსწავლეებს შორის აზრთა გაცვლას საკითხის ან თემის ირგვლივ. ჯგუფური დისკუსიის მეთოდის გამოყენებისას მასწავლებელი სვამს ღია შეკითხვებს და უბიძგებს მოსწავლეებს საკუთარი

აზრების გამოხატვისა და სხვა თანატოლების მოსაზრებებზე რეფლექსიისკენ. ეფექტიანი ჯგუფური დისკუსიის წარმართვისთვის მასწავლებელი ხელს უწყობს მოსწავლეებში ისეთი კომუნიკაციური უნარების განვითარებას, როგორიცაა საკუთარი პოზიციის არგუმენტირებულად ჩამოყალიბება, მოსმენა, მოთმინება, დაელოდო სხვა თანატოლის მიერ აზრის დასრულებას, ემოციური რეგულაცია, სხვისი პერსპექტივის პატივისცემა, შემოქმედებითი აზროვნება და სხვა.



თვითრეფლექსია და თვითშეფასება. თვითრეფლექსია და თვითშეფასება ფასილიტაციის სტრატეგიებია, რომლის დროსაც მასწავლებელი მოსწავლეებს უბიძგებს დაფიქრდნენ საკუთარი სწავლის, სამუშაოს შესრულების, აქტივობის განხორციელების პროცესზე. ამისთვის, მასწავლებელი გააზრებულად და მიზანმიმართულად სთხოვს მოსწავლეებს, შეაფასონ საკუთარი სამუშაო ან ნამუშევარი, განსაზღვრონ, რამდენად შეასრულეს დასახული ამოცანა, მიღწეულია თუ არა ის მიზანი, რაც ჩაფიქრებული იყო. ცხადია, თვითშეფასებისთვის მოსწავლეებმა წინასწარ უნდა იცოდნენ ის მიზნები, რასაც ესა თუ ის გაკვეთილი/აქტივობა ემსახურება. თვითშეფასება და თვითრეფლექსია მხოლოდ საკუთარი თავის შეფასებით არ სრულდება, მნიშვნელოვანია, მასწავლებელმა იმგვარად გაუწიოს პროცესს ფასილიტაცია, რომ მოსწავლეები დაფიქრდნენ გაუმჯობესების სტრატეგიებზე, საკუთარი პროგრესის მონიტორინგსა და საჭიროების შემთხვევაში დახმარების გზების ძიებაზე.

დაბალანსებული სწავლა-სწავლება გულისხმობს მასწავლებლის მართულ აქტივობებსა და მოსწავლეების ინიცირებულ საქმიანობებს შორის ბალანსს. ასევე, გაკვეთილის მსვლელობისას მასწავლებელი თანაბარ დროს და ყურადღებას უთმობს როგორც მოსწავლეების ინდივიდუალურ, ასევე ჯგუფურ მუშაობას. სოციალური და ემოციური სწავლის კვლევები ხაზს უსვამს სწავლა-სწავლების აქტიური ფორმების გამოყენებას, რომლის დროსაც მოსწავლეებს შესაძლებლობა აქვთ საკითხი შეისწავლონ მრავალი გზით, მათ შორის თამაშებით, პროექტებით, მოდელირებითა და სხვა მეთოდების გამოყენებით.

გამბედაობისა და გამძლეობის წახალისება. მასწავლებლისთვის კარგად ნაცნობი მოვლენაა, როცა ნებისმიერი მოსწავლე სწავლის პროცესში შესაძლოა სირთულეს წააწყდეს და დანებდეს. გამბედაობის და გამძლეობის წახალისება გულისხმობს მასწავლებლის მიერ მოსწავლეების მიმართ მაღალი მოლოდინების ქონასა და რწმენას, რომ თითოეულ მათგანს შეუძლია პროგრესის ჩვენება. მოსწავლეები მკაფიოდ უნდა გრძნობდნენ, რომ „რთული სამუშაო“ მათი უნარების განვითარებისთვისაა კრიტიკულად მნიშვნელოვანი და არა მათი კრიტიკისა და შენიშვნებისთვის. იმისათვის, რომ მასწავლებელმა სწორად შეარჩიოს სამუშაოს სირთულის ხარისხი, უნდა იცოდეს ა) მოსწავლეების ინდივიდუალური წინარე ცოდნა ბ) სხვადასხვა ტიპის სამუშაოზე/აქტივობაზე მათი ემოციური რეაგირება. პირველი ფაქტორის გათვალისწინებით მასწავლებელი შეარჩევს მოსწავლის შესაძლებლობებზე მორგებულ, რელევანტური სირთულის დავალებას, ხოლო მეორე ფაქტორის გათვალისწინებით გაუწევს შესაბამის მხარდაჭერას ემოციური მდგრადობის განსავითარებლად.

კომპეტენციების ჩამოყალიბება-მოდელირება, პრაქტიკა, უკუკავშირი. კომპეტენციის ჩამოყალიბება ხანგრძლივი პროცესია. მასწავლებელი სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარებისთვის იყენებს დანერგვის შემდეგ ციკლს: გაკვეთილის მიზნები და ამოცანები, ახალი თემის, საკითხის, რესურსების გაცნობა და მოდელირება, ჯგუფური და ინდივიდუალური პრაქტიკა, დასკვნა და რეფლექსია. გაკვეთილის აღნიშნული ციკლის ყველა ეტაპზე მასწავლებელი თავად არის პროსოციალური ქცევების ნიმუშის მიმცემი საკუთარი ქცევით, ასევე იყენებს უწყვეტ უკუკავშირს, რათა აღწეროს მოსწავლეების მიერ სოციალური და ემოციური უნარების დემონსტრირება. თუ გაკვეთილის პროცესში წარმოიქმნება პრობლემა გაკვეთილის შინაარსთან ან მოსწავლეებს შორის კომუნიკაციისას, მასწავლებელი ფოკუსირდება პრობლემის გადაჭრისა და კონფლიქტის მოგვარების სტრატეგიებზე.

ზემოთ განხილული 10 მიდგომის შეფასებისა და რეფლექსიისთვის შეგიძლიათ გამოიყენოთ სახელმძღვანელოს მეოთხე თავში მოცემული ინსტრუმენტი - „სოც-ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი მიდგომების თვითშეფასება.“

სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი მეთოდები

მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა უნივერსალურ დონეზე გულისხმობს პოზიტიური საკლასო და სასკოლო კლიმატის ფორმირებასა და სწავლა-სწავლებას მრავალფეროვანი, ინტერაქციული მეთოდების გამოყენებით. წარმოვიდგინოთ კლასი, სადაც მოსწავლეები უმეტესად ინდივიდუალურ სამუშაოს ასრულებენ, ისმენენ მასწავლებლის ახსნილ გაკვეთილებს, შემდეგ კი თავად ახდენენ შეძენილი ცოდნის დემონსტრირებას. ასეთ გარემოში, ცხადია, რთულად წარმოსადგენია, მოსწავლეებმა განივითარონ ჯგუფური მუშაობის, პრობლემის გადაჭრისა და ემოციების იდენტიფიცირების უნარები. საგაკვეთილო პროცესში მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების გააქტიურება საჭიროებს ფოკუსირებულ, ხარისხიან, კვლევაზე დაფუძნებული მეთოდების გამოყენებას. ქვემოთ მოცემულ ცხრილში შეჯამებული და აღწერილია მტკიცებულებებით დადასტურებული მეთოდები, რომელიც ხელს უწყობს მოსწავლეებში სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარებას.[18]

ცხრილი 8. *სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი მეთოდები*

მეთოდი	**აღწერა**
დისკუსია	**მთლიანი კლასის/წყვილური დისკუსია:** დისკუსია შეიძლება გაიმართოს მცირე ჯგუფებში, წყვილში ან მთლიან კლასში, ყველა მოსწავლის მონაწილეობით. სოციალურ და ემოციურ უნარებთან დაკავშირებული დისკუსია მოსწავლეებს ეხმარება გაიღრმავონ ცოდნა, სოციალური და ემოციური კომპეტენციების აღმნიშვნელ ცნებებსა და კონცეპტებზე, დაუკავშირონ საკუთარ ცხოვრებას. **გონებრივი იერიში** შესაძლებელია მცირე ჯგუფებში, მთლიან კლასთან ან წყვილში განხორციელდეს. გონებრივი იერიშის გამოყენებისას მოსწავლეები სპონტანურად გამოთქვამენ საკუთარ მოსაზრებებს, ხოლო მასწავლებელი ან მოსწავლე ინიშნავს მათ ყველასთვის თვალსაჩინო ადგილას. გონებრივი იერიში ხშირად გამოიყენება საკლასო შეთანხმებების ჩამოყალიბებისას, პრობლემის გადაჭრის სტრატეგიების გენერირებისას ან კონფლიქტის მოგვარების მრავალგვარი გზების შემუშავებისას. **აქტივობის შეჯამება:** მასწავლებელი მოსწავლეებს უსვამს შეკითხვებს თუ რა შენიშნეს, გაიგეს, გამოცადეს ან ისწავლეს კონკრეტულ აქტივობაში მონაწილეობით. აქტივობის შეჯამების მიზანია, მასწავლებელი დაეხმაროს მოსწავლეებს, უკეთ გაიგონ, **რა** სოციალური და ემოციური უნარები გამოიყენეს, **როგორ**, **რატომ** და **როდის**. მაგალითად, მოსწავლეები ასრულებენ განსაზღვრულ დროში აქტივობას. შემდეგ მასწავლებელი ეკითხება: „როგორ გრძნობდი თავს, როცა დრო იწურებოდა?“, „რა ემოცია გაგიჩნდა?“, „როგორ შეძელი ამ სირთულის გადალახვა?“. **დისკუსიის სხვა ტიპები:** გარდა ზემოთ ჩამოთვლილისა, საკლასო აქტივობების მიმდინარეობისას მასწავლებელმა შეიძლება გამოიყენოს დისკუსიის განსხვავებული სახეები, როგორიცაა დებატები, ინტერვიუ და ა. შ.
მცირე ჯგუფებში მუშაობა	მცირე ჯგუფებში მუშაობა განსაკუთრებით მნიშვნელოვანია ურთიერთობების კომპეტენციის წახალისების მიზნით. აღნიშნული მეთოდის გამოყენებით მასწავლებელი ფოკუსირებულია მოსმენის, ჯერის/რიგის დაცვის, შეთანხმებული გადაწყვეტილების მიღებისა და ასერტული კომუნიკაციის უნარების განვითარებაზე. მცირე ჯგუფების შემადგენლობა არ არის მუდმივი და უცვლელი, შესაბამისად, მოსწავლეებს შესაძლებლობა ეძლევათ უკეთესად გაიცნონ თავიანთი თანაკლასელები და მოისმინონ ერთმანეთის პერსპექტივები.

[18] Bouffard et al., 2009; Jones, Brush, et al., 2017

წყვილში მუშაობა	წყვილში მუშაობა, ისევე როგორც მცირე ჯგუფებში მუშაობა, ეფექტურია ურთიერთობების კომპეტენციების წახალისებისთვის. წყვილში მუშაობისას მოსწავლეებს უწევთ სხვისი აზრის, შეხედულების გათვალისწინება, რაც ხელს უწყობს სხვისი პერსპექტივის გაგებასა და შეთანხმებული გადაწყვეტილების მიღების უნარების განვითარებას.
რეფლექსია	რეფლექსიის სავარჯიშოებისა და აქტივობების შესრულება მოსწავლეებს, ერთი მხრივ, მეტაკოგნიტური უნარების, ხოლო მეორე მხრივ, კონკრეტულ სოციალურ და ემოციურ კომპეტენციასთან დაკავშირებული უნარების განვითარებაში ეხმარება. მაგალითად, თვითცნობიერების კომპეტენცია ერთ-ერთ ისეთ უნარს მოიცავს, როგორიცაა საკუთარი ძლიერი და სუსტი მხარეების იდენტიფიცირება. საკლასო პროცესში განხორციელებულ აქტივობებზე რეფლექსია, მოსწავლეს ეხმარება აღმოაჩინოს, თუ რას გაართვა თავი მარტივად და პირიქით, რა გაუძნელდა. აღნიშნული რეფლექსური სავარჯიშო მოსწავლეს უბიძგებს დააკვირდეს დავალებების შესრულების პროცესს, საკუთარ უნარებსა და შესაძლებლობებს.
უკუკავშირი	უკუკავშირი საგაკვეთილო პროცესის განუყოფელი ნაწილია, რომელიც მასწავლებელმა შეიძლება სასურველი ქცევებისა და სამიზნე კომპეტენციების განმტკიცებისთვის გამოიყენოს. მაგალითად, როდესაც გაკვეთილზე მოსწავლეები ერთსა და იმავე შეკითხვაზე სხვადასხვა მოსაზრებებს აფიქსირებენ, აღნიშნულ სიტუაციაში მასწავლებლის უკუკავშირით შესაძლებელია განსხვავებული პერსპექტივების მიმღებლობის უნარის წახალისება.
დიდაქტიკური ინსტრუქცია	მასწავლებელი დისკუსიების წარმართვის გარდა, მოსწავლეებს აწვდის კონკრეტულ, სპეციფიკურ ინსტრუქციებსა და ინფორმაციას. ეს შეიძლება იყოს საგნის თემის, საკითხის ან სოციალურ და ემოციურ უნარებთან დაკავშირებული ტერმინების განმარტებები, კონკრეტული გზები ამა თუ იმ უნარის დემონსტრირებისთვის (მაგ, სტრესის შემცირება, დამშვიდების სტრატეგიები, დაგეგმვის შაბლონები).
ლექსიკონზე მუშაობა	ლექსიკონზე მუშაობა გულისხმობს ისეთი ტიპის აქტივობებს, რომლის მიზანია, მოსწავლეებმა სიღრმისეულად გაიგონ სოციალურ და ემოციურ კომპეტენციებთან დაკავშირებული სიტყვები, ფრაზები, ტერმინები და კონცეპტები. მაგ, მასწავლებელმა შეიძლება კლასს სთხოვოს, შეიმუშაონ თვითცნობიერების განმარტება, მოიფიქრონ ემოციის აღმნიშვნელი სიტყვების სინონიმები და ა. შ.
წერითი მუშაობა	წერითი ტიპის დავალებების გამოყენება შესაძლებელია მოსწავლეთა ინდივიდუალური გამოცდილების აღსაბეჭდად სოციალური და ემოციური კომპეტენციების შესახებ. მაგალითად, მასწავლებელმა შესაძლოა მოსწავლეებს სთხოვოს, წერილობით აღწერონ მათ მიერ აკადემიური მიზნების დასახვა და მიზნის მიღწევის სტრატეგიები (თვითრეგულაცია), მძაფრი ემოციების შეგრძნება და ამ პერიოდში მიმდინარე ფიქრები (ემოციური ცნობიერება, ემოციური რეგულაცია).
ხატვა	ხატვა წერისგან განსხვავებული აქტივობის ფორმაა, რომელიც მოსწავლეებს შესაძლებლობას აძლევს ნარატივის ნაცვლად თავიანთი სოციალური და ემოციური უნარების გამოხატვა შემოქმედებითი გზით შეძლონ. მაგალითად, მასწავლებელმა შეიძლება გაკვეთილის მსვლელობისას მოსწავლეებს სთხოვოს, დახატონ ის შეგრძნებები, ფიქრები და ემოციები, რომელიც მათში გაკვეთილზე განხილულმა თემამ, საკითხმა გამოიწვია.
შემოქმედებითი პროექტი	შემოქმედებითი პროექტი უფრო მეტია, ვიდრე ხატვა. მასწავლებელმა მოსწავლეებს შეიძლება შესთავაზოს ინდივიდუალური ან ჯგუფური შემოქმედებითი პროექტი, მაგალითად, ბუნებრივი მასალებისგან კლასის ლოგოს შექმნა, რომელშიც ყველა მოსწავლის პიროვნული მახასიათებელია აღბეჭდილი.

ვიზუალური მასალები	ცხრილები, პოსტერები, ინფოგრაფიკები და სხვა ტიპის ვიზუალური მასალების გამოყენება შესაძლებელია სოციალურ და ემოციურ კომპეტენციებთან დაკავშირებული ინფორმაციის მისაწოდებლად. მაგალითად, მასწავლებელმა მოსწავლეებს შეიძლება შესთავაზოს დისკუსიის წესები, ემოციური რეგულაციის სტრატეგიების პოსტერი და ა.შ.
ვიდეო	სხვადასხვა თემატური ვიდეოების გამოყენება მასწავლებელს შეუძლია როგორც საგნობრივი, ასევე სოციალურ-ემოციური კომპეტენციების განვითარებისთვის. მაგ, მასწავლებელმა შესაძლოა გამოიყენოს ვიდეოს განხილვა კონფლიქტების გადაჭრისთვის, ასერტული კომუნიკაციისთვის, სხვისი პერსპექტივის გაგებისთვის, ემპათიისთვის და ა. შ.
როლური თამაში	მასწავლებელმა როლური თამაში შესაძლოა გამოიყენოს გარკვეული თემის, მოთხრობის, შინაარსის გასათამაშებლად, სადაც მოსწავლეებს ევალებათ დასახული სოციალური და ემოციური უნარების გამოყენებაც.
კინესთეტური აქტივობები	კინესთეტური აქტივობები მნიშვნელოვანია მოსწავლეების ფიზიკური გამძლეობის, ყურადღების კონცენტრირებისა და იმპულსის კონტროლის განვითარებაში. გაკვეთილის მიმდინარეობისას, მასწავლებელმა შეიძლება მოსწავლეებს განმუხტვისა და ფოკუსირების მიზნით შესთავაზოს სხვადასხვა მოძრაობების განხორციელება სხეულით, ცეკვა, გაშეშება.
ვიზუალიზაცია	ვიზუალიზაცია ერთგვარად მედიტაციის ტექნიკას ჰგავს და მოსწავლეებს ეხმარება გაკვეთილზე გონებრივ მობილიზაციაში. მასწავლებელმა მოსწავლეებს შეიძლება სთხოვოს 2 წუთის განმავლობაში დაფიქრდნენ, თვალები დახუჭონ და წარმოიდგინონ ისეთი ადგილი, სადაც თავს ყველაზე მშვიდად და უსაფრთხოდ გრძნობენ. წარმოიდგინონ, როგორი ფერები, საგნები, სურნელი იქნება იქ. იგივე ტექნიკის გამოყენება მასწავლებელს შეუძლია საგნობრივი საკითხების შესწავლისას.

სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი ტექნიკები

სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდასაჭერად, რეკომენდებულია, მასწავლებელმა საგაკვეთილო პროცესში კონკრეტული ტენიკები გამოიყენოს. სოციალურ და ემოციურ უნარებზე მიმართული სპეციფიკური სავარჯიშოები ზოგადი შინაარსისაა და საგნის, გაკვეთილის მიზნისა და მოსწავლეთა საჭიროებების გათვალისწინებით უნდა განხორციელდეს მათი მოდიფიცირება და გამოყენება. ქვემოთ წარმოდგენილია თვითცნობიერების, თვითრეგულაციისა და ურთიერთობების უნარების განმავითარებელი რამდენიმე ტექნიკა.

გრძნობების თერმომეტრი. აქტივობის გამოყენება შესაძლებელია როგორც დამოუკიდებლად, ასევე საგაკვეთილო პროცესში ინტეგრირებულად. მოსწავლეებმა თვითშეფასების საფუძველზე უნდა განსაზღვრონ მათი ემოციური მდგომარეობა, როგორ გამოიხატება ემოცია (სხეულებრივი, კოგნიტური მახასიათებლები), სტრატეგიები ემოციურ მდგომარეობასთან გასამკლავებლად. აღნიშნული ტექნიკა ორიენტირებულია თვითცნობიერების კომპეტენციის განვითარებაზე, კერძოდ - ემოციების იდენტიფიცირებაზე.

სუჰათი 1. *გრძნობების თერმომეტრი*

ემოციების კალენდარი ასევე თვითცნობიერების, კონკრეტულად კი ემოციების ამოცნობასა და სახელდებას უკავშირდება. მოსწავლეები აწარმოებენ საკუთარ განცდებზე, შეგრძნებებსა და ემოციებზე დაკვირვებას და ვიზუალურად აღნუსხავენ. აქტივობის გამოყენების მიზანია მოსწავლეების წახალისება საკუთარი ემოციური მდგომარეობების იდენტიფიცირებისკენ. ამავდროულად, სავარჯიშოს გამოყენებით შესაძლებელია ემოციებთან დაკავშირებული ლექსიკური მარაგის გამდიდრება. მოსწავლე თავად განსაზღვრავს, რა ემოციებს დააკვირდება. სიმბოლოებში, ემოციებთან ერთად, წერს იმ ფიქრებს, რომელიც თან ახლდა განცდილ ემოციას.

სუჰათი 2. *ემოციების კალენდარი*

რეფლექსიური სავარჯიშოები. თვითცნობიერების კომპეტენციის განვითარებისთვის მნიშვნელოვანია, მოსწავლე დაფიქრდეს მის ძლიერ მხარეებსა და პირიქით, იმ უნარებზე, რომლებიც გაუმჯობესებას საჭიროებს. მასწავლებელმა ამისთვის შეიძლება გამოიყენოს რეფლექსიური სავარჯიშოები. მაგალითად, სთხოვოს მოსწავლეებს, გამოყონ მათი 3 ძლიერი და 3 სუსტი მხარე, იპოვონ მეგობართან საერთო და განმასხვავებელი ნიშნები და თვისებები, შექმნან ღირებულებების რუკა და ა. შ.

სუჰათი 3. *ძლიერი მხარეებისა და საჭიროებების იდენტიფიცირება*

ჩემი ძლიერი მხარეები	ჩემი სუსტი მხარეები
+	−
1.	1. .....
2.	2. .....
3.	3. .....

Woop სტრატეგია თვითრეგულაციის კომპეტენციის განმავითარებელი ერთ-ერთი გავრცელებული ტექნიკაა. Woop ინგლისური სიტყვების საწყისი ასოებისგან შემდგარი აბრევიატურაა და აღნიშნავს სტრატეგიის 4 ნაბიჯს:

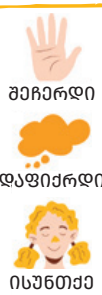
- **W (Wish) - სურვილი.** მოსწავლე ასახელებს მნიშვნელოვან, ამავდროულად, განხორციელებად მიზანს ან სურვილს, რომელიც სურს რეალობად იქცეს.
- **O (Outcome) - შედეგი.** მოსწავლე რაც შეიძლება მკაფიოდ წარმოიდგენს, როგორი იქნება მომავალი მის მიერ დასახული მიზნის განხორციელების, სურვილის ასრულების შემთხვევაში.
- **O (Obstacle) - დაბრკოლება.** მოსწავლე აყალიბებს ყველაზე დიდ პიროვნულ დაბრკოლებას, რაც ხელს უშლის მიზნის მიღწევაში.
- **P (Plan) - გეგმა.** არსებული დაბრკოლებების გადასალახად მოსწავლე იმუშავებს კონკრეტულ გეგმას, რომელშიც აღწერილია ის ქცევები, რაც საჭიროა მიზნების ეფექტურად მისაღწევად. გეგმის შემუშავებისას იყენებს „თუ x მოხდება, მე გავაკეთებ y“ ფორმულირების წინადადებებს.

„თუ...მაშინ“ სტრატეგია შეიძლება იყოს WOOP-ის ნაწილი და ასევე მისი გამოყენება შესაძლებელია დამოუკიდებლად. სთხოვეთ მოსწავლეებს, ჩამოწერონ დაბრკოლებები, სირთულეები. შემდეგ კი თითოეულ მათგანთან მიმართებით ჩამოაყალიბონ „თუ...მაშინ“ ფორმულირების წინადადებები.

- **ყურადღების ფოკუსირება.** „თუ რომელიმე ჩემი კლასელი სცემს პასუხს მასწავლებლის დასმულ შეკითხვას, მაშინ მე დავაკვირდები მის სახეს და მის ნათქვამ წინადადებას გონებაში გავიმეორებ.“
- **მოთმინება.** „თუ გაკვეთილზე მომიწევს დალოდება მანამ, სანამ ჩემი რიგი მოვა, მაშინ ფურცელზე მოვნიშნავ, რამდენი მოსწავლის შემდეგ არის ჩემი ჯერი და თითოეულის გამოსვლას აღვნიშნავ.“
- **გამოცდის შიში.** „თუ ერთი კვირის შემდეგ ბიოლოგიაში შემაჯამებელი ტესტი მექნება, მაშინ ყველა გაკვეთილზე, პროცესში ჩავინიშნავ ძირითად ფაქტებს იმისთვის, რომ არ ვიღელვო და კარგად მოვემზადო.“
- **შესრულების გაუმჯობესება.** „თუ გასაანალიზებლად დიდი მოცულობის მასალა მექნება, მაშინ მე მას მცირე ნაწილებად დავყოფ.“

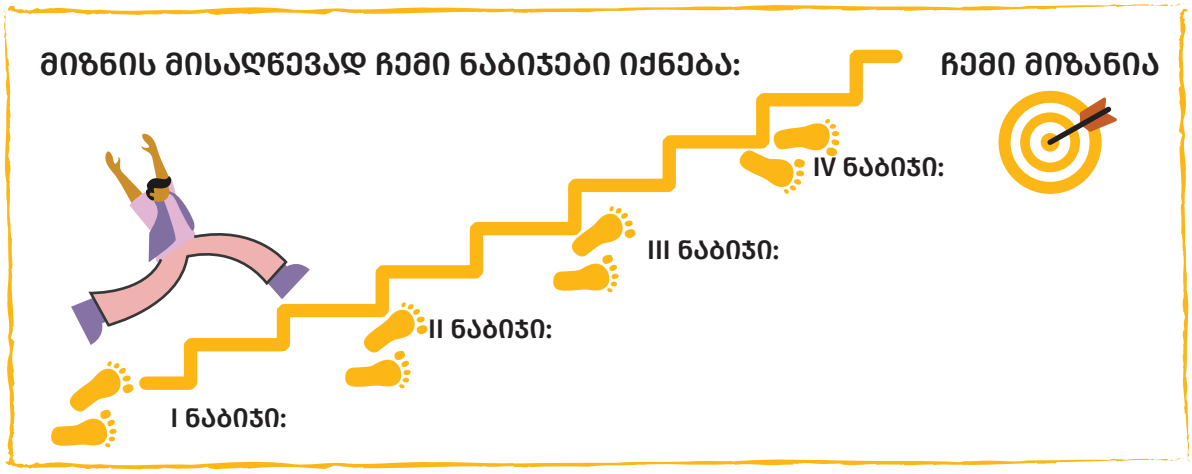
მწვანე თუ წითელი ემოციების ინტენსივობის იდენტიფიცირებისა და მათი რეგულირების მხარდამჭერი აქტივობაა. მოსწავლეები ფერთა სპექტრის გამოყენებით აფასებენ ემოციათა ინტენსივობას. მაგალითად, რომელი ემოციებია ნაკლები ინტენსივობის (მწვანე) და რომელი ძლიერი (წითელი), შემდეგ კი ინდივიდუალურად, წყვილში ან მცირე ჯგუფებში აყალიბებენ ინტენსიურ ემოციებთან გამკლავების გზებს. მასწავლებელს შეუძლია გამოიყენოს ქვემოთ მოცემული სურათი მოსწავლეებისთვის აქტივობის ილუსტრირებისთვის.

სუხათი 4. *ემოციებთან გამკლავება*

ემოციებთან გამკლავება	შენი ემოცია წითელია?	შენი ემოცია მწვანე ფერი რომ გახდეს, შეგიძლია რამე ასეთი გააკეთო
		

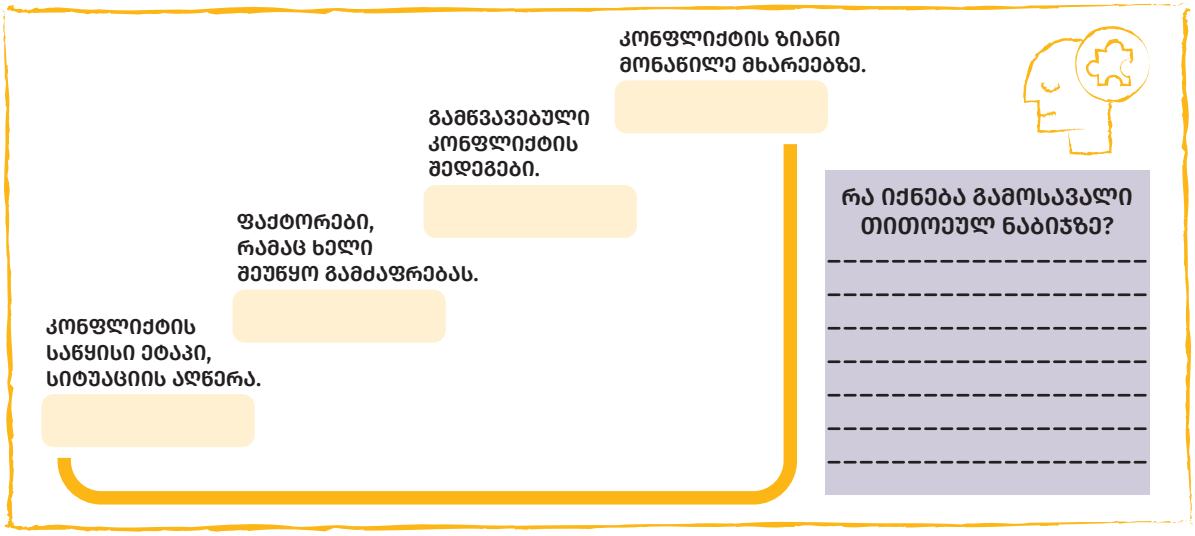
პატარა ნაბიჯებით დიდი მიზნისკენ – დაგეგმვის უნარების განმავითარებელი აქტივობაა. დაგეგმვა თვითრეგულაციის კომპეტენციის ერთ-ერთი მნიშვნელოვანი ნაწილია. მოსწავლეებს პროექტზე თუ კომპლექსურ დავალებებზე მუშაობისას სჭირდებათ მასწავლებლის მხარდაჭერა, რათა დაგეგმონ და თანმიმდევრულად მიჰყვნენ დასახული მიზნისკენ ორიენტირებულ ნაბიჯებს. აღნიშნული სტრატეგია მათ ეხმარება ქცევის რეგულაციაში, რადგან თვალსაჩინოდ და მკაფიოდ არის შესაძლებელი განსაზღვრონ განსახორციელებელი მოქმედებები.

სუჰათი 5. *მიზნების დასახვის აქტივობა*



კონფლიქტის ესკალატორი ურთიერთობების კომპეტენციების ხელშემწყობი ტექნიკაა. აქტივობის მიზანია, მოსწავლეებმა გაიაზრონ კონფლიქტის გამწვავების პროცესი. აქტივობის გამოყენება შეიძლება როგორც ინდივიდუალური, პირადი სიტუაციის, კლასის, გარკვეული ჰიპოთეზური შემთხვევის ან ნაწარმოებში არსებული კონფლიქტური სიტუაციის ანალიზისას.

სუჰათი 6. *კონფლიქტის ესკალატორი*



პრობლემის ყუთი წარმოადგენს აქტივობას, რომლის გამოყენებით შესაძლებელია წარმოდგენების გაფართოება პირად, საკლასო და საზოგადო პრობლემებთან დაკავშირებით. საკლასო ოთახში მოთავსებულია ყუთი, რომელშიც მოსწავლეები აგროვებენ სხვადასხვა სიტუაციების აღწერას, რომლებიც გამოწვევად, პრობლემად მიიჩნიეს. გარკვეული პერიოდულობით, მასწავლებელი მოსწავლეებთან ერთად განიხილავს მათ და მსჯელობს მოგვარების, გამოსწორების, პრობლემის გადაჭრის შესაძლო სტრატეგიებზე.

მე-შეტყობინებები ასერტული კომუნიკაციის ერთ-ერთ ტექნიკას წარმოადგენს. მე-შეტყობინების გამოყენება მოსწავლისგან მოითხოვს თვითცნობიერების კომპეტენციის გამოყენებას (საკუთარი ემოციების იდენტიფიცირება და სახელდება), ამავდროულად, მიმართულია კონსტრუქციული ურთიერთობების დამყარებისკენ. მე-შეტყობინებები,

ასევე, წარმოადგენს ერთ-ერთ მნიშვნელოვან სტრატეგიას კონფლიქტის მოგვარების პროცესში. გარდა იმისა, რომ მასწავლებელმა გაკვეთილის მსვლელობისას თავად უნდა აჩვენოს მოსწავლეებს მე-შეტყობინებების გამოყენების მაგალითი საკუთარი ქცევით, მან მიზანმიმართულად უნდა ასწავლოს მოსწავლეებს აღნიშნული ტექნიკის გამოყენება. მე-შეტყობინება 3 ძირითადი ნაწილისგან შედგება: მე ვგრძნობ (ემოცია).... როცა (მოვლენა ან სიტუაცია).... რადგან (ფიქრები, აზრები და დამოკიდებულებები ამ სიტუაციაზე). ან მესამე ნაწილის ნაცვლად შეიძლება იყოს სასურველი სიტუაციის აღწერა (მინდა... გთხოვ...). მოცემული ფორმულირებით მასწავლებელმა შეიძლება მოსწავლეები ავარჯიშოს მე-შეტ-ყობინებების გამოყენებაზე. შესაძლებელია, მე-შეტყობინებების აქტიური გამოყენება კლასში წახალისებული იყოს საკლასო შეთანხმებების სახით.

სუხათი 7. *მე-შეტყობინებების მაგალითები*

შენ შეტყობინება	მე-შეტყობინება
არ შევასრულებ ამ ჯგუფურ დავალებას, არ მინდა ამ მოსწავლეებთან ერთად ყოფნა.	მე ვღელავ/ვნერვიულობ, როცა ჯგუფურად მიწევს დავალების შესრულება, რადგან ასეთ დროს ყურადღება უფრო მეტად მეფანტება.
ნიკო, შენ დასცინი სხვას და ეს საშინელი საქციელია.	მე ვბრაზდები, როცა შენ დამცინი, რადგან ჩემთვის მიუღებელია სხვისი გულის ტკენა.
შენ ყოველთვის ჩემგან იწერ დავალებებს, შენით არაფერი გამოგდის.	მე დაძაბული ვარ, როცა ჩემგან იწერ დავალებას, რადგან ვღელავ იმაზე, რომ მასწავლებელი გაიგებს და ეწყინება.

ctc Empowering People for Change

SKOLA-LAB
სკოლა-ლაბი

Brot für die Welt
Bread for the World – Protestant Development Service

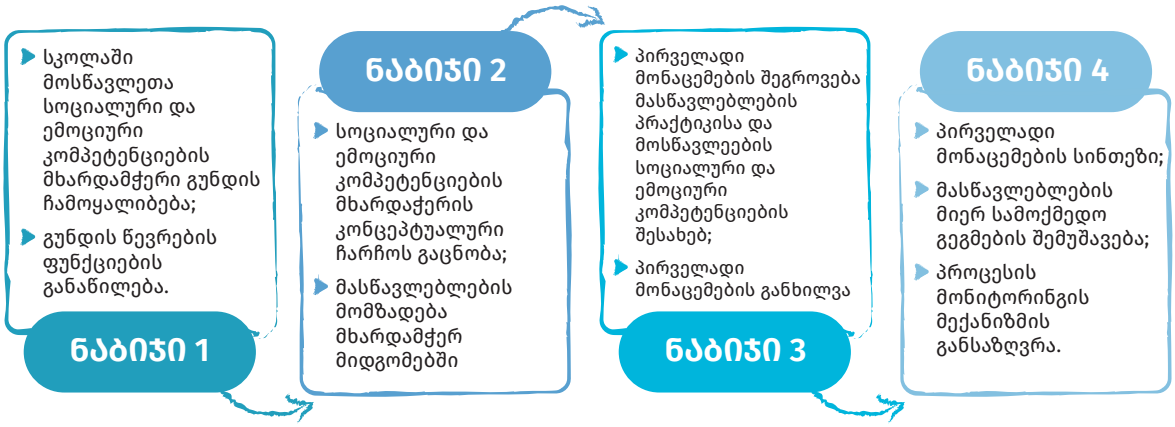
მხარდაჭერის
დაგეგმვა და დანერგვა

მომზადებისა და დაგეგმვის ეტაპი

მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა, როგორც უკვე მრავალჯერ აღინიშნა, მასწავლებლის მიერ საგაკვეთილო პროცესში მიზანმიმართული და გაცნობიერებული მიდგომების გამოყენებას მოითხოვს. პოზიტიურ ურთიერთობებსა და აქტიურ სწავლებაზე ორიენტირებული მასწავლებელი, ბუნებრივია, ინტუიციურად შეიძლება ხელს უწყობდეს მოსწავლეთა პიროვნული უნარების განვითარებას, თუმცა ხშირად ეს საკმარისი შეიძლება არ იყოს. სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა დაგეგმილი, რეფლექსიასა და შეფასების მონაცემებზე დაყრდნობით მიღებული გადაწყვეტილებების პრაქტიკაში დანერგვის პროცესია. როდესაც მასწავლებელი გადაწყვეტს მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერას, პირველი კითხვა, რომელიც შეიძლება მის გონებაში გაჩნდეს არის „როგორ დავიწყო?“ მართლაც, არ არის მარტივი საწყისი ნაბიჯების დაგეგმვა, პრიორიტეტების განსაზღვრა და იმ საპასუხისმგებლო პროცესის მკაფიოდ წარმოდგენა, რომელსაც მასწავლებელი გადის მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების ხელშეწყობის გზაზე.

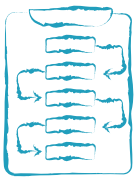
მოსწავლეებში სოციალური და ემოციური კომპეტენციების წახალისების, შესაბამისი მიდგომებისა და სტრატეგიების პრაქტიკაში დანერგვის პირველი ეტაპი მომზადებაა. მომზადების ეტაპის მიზანია, მასწავლებელი, ერთი მხრივ, აღიჭურვოს ბაზისური თეორიული ცოდნით, ხოლო მეორე მხრივ, შეისწავლოს მის საკლასო გარემოში არსებული საჭიროებები. ქვემოთ მოცემულ სურათზე ნაჩვენებია მთლიანი სკოლის დონეზე, საბაზო საფეხურზე მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური უნარების მხარდაჭერის მომზადების ეტაპის ნაბიჯები.

სუხათი 8. *მომზადების ეტაპის ნაბიჯები*



ნაბიჯი 1. გამოცდილება აჩვენებს, რომ მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა მასწავლებელთა საერთო, გაზიარებულ ძალისხმევასა და ჩართულობას მოითხოვს. ცალკეული მასწავლებლის მცდელობა შესაძლოა უშედეგო იყოს, თუ მოსწავლეებში სოციალური და ემოციური უნარების წახალისება სხვა პედაგოგების მიერ ნაკლებადაა მხარდაჭერილი. მომზადების ეტაპზე მნიშვნელოვანია, სკოლამ განსაზღვროს საბაზო საფეხურის ყველა კლასში ნერგავს სოციალურ-ემოციურ სწავლებას, თუ პირველ ეტაპზე, რომელიმე ერთ კლასს ირჩევს. თუ არჩევანი ერთ კლასზე გაკეთდება, რეკომენდებულია, პროცესში კლასის მასწავლებელთა უმეტესობა ჩაერთოს. მომზადების ეტაპის პირველი ნაბიჯი მხარდამჭერი გუნდის ჩამოყალიბებაა. ამისთვის:

- განსაზღვრეთ, საბაზო საფეხურის რომელ კლასში ან კლასებში დანერგავთ სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერ მიდგომებს;
- განსაზღვრეთ კლასის ან კლასების მასწავლებლები, რომლებიც ყოველდღიურ პრაქტიკაში წაახალისებენ მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური უნარების განვითარებას;
- ჩამოაყალიბეთ მხარდამჭერი გუნდი. გუნდში გააერთიანეთ პროცესში ჩართული ყველა მასწავლებელი. შეარჩიეთ გუნდის ლიდერი, რომელიც უზრუნველყოფს პერიოდულ შეხვედრებსა და კოლეგებს შორის ინფორმაციის გაზიარებას;



ნაბიჯი 2. მეორე ნაბიჯი გულისხმობს მხარდამჭერი გუნდის წევრი მასწავლებლების თეორიულ მომზადებას, რათა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარების კონცეპტუალური ჩარჩოს, პოზიტიური საკლასო კლიმატისა და მხარდამჭერი მიდგომების შესახებ ჩამოყალიბდეს საერთო ხედვა და შემდგომში განისაზღვროს დაგეგმვის ნაბიჯები. მასწავლებელთა მომზადების მეორე ნაბიჯზე:

- გაეცანით სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერ კონცეპტუალურ ჩარჩოს, სამიზნე კომპეტენციებს, მოსწავლეთა სოციალურ-ემოციური უნარების სტანდარტს, დანერგვის დონესა და პრინციპებს;
- იმსჯელეთ კოლეგასთან ან კოლეგებთან ერთად კონცეპტუალურ ჩარჩოზე;
- გაეცანით პოზიტიური საკლასო კლიმატის ფორმირებისა და სოციალურ-ემოციური კომპეტენციების განვითარების ხელშემწყობ მიდგომებს, მეთოდებსა და ტექნიკებს. განიხილეთ სკოლის მხარდამჭერი გუნდის წევრებთან წყვილში ან მცირე ჯგუფებში;
- გაიარეთ თვითმართული კურსი მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერის შესახებ.
- გაეცანით სახელმძღვანელოში მოცემულ შეფასების ინსტრუმენტებს და შეარჩიეთ პირველადი მონაცემების შეგროვებისთვის თქვენთვის ყველაზე შესაბამისი.

ნაბიჯი 3. მომზადების ეტაპის მესამე ნაბიჯის მიზანია პირველადი მონაცემების შეგროვება და ანალიზი, რათა შემდგომ სწორედ ნაკვლევ საჭიროებებს დაეფუძნოს მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერის პროცესი. ქვემოთ მოცემულ ცხრილში შემოთავაზებულია მესამე ნაბიჯის აქტივობები და მონაცემების შეგროვების ინსტრუმენტები.

ცხრილი 9. *მომზადების ეტაპზე მასწავლებლის მიერ პირველადი მონაცემების შეგროვება*

აქტივობა	ინსტრუმენტი
შეაფასეთ საკუთარი სოციალური და ემოციური კომპეტენციები, განსაზღვრეთ თქვენი ძლიერი მხარეები და საჭიროებები.	„მასწავლებლის სოციალური და ემოციური კომპეტენციები“
შეაფასეთ მოსწავლეთა სოციალურ-ემოციური უნარების მხარდამჭერი პრაქტიკის საფუძველი - პოზიტიური კლიმატის ფორმირება.	„სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა საგაკვეთილო პროცესში“
შეაგროვეთ ინფორმაცია სამიზნე კლასში მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარების დონისა და საჭიროებების შესახებ.	„მოსწავლის სოციალური და ემოციური კომპეტენციები“

პირველადი მონაცემებით შესაძლებელი გახდება მასწავლებელმა შეაფასოს საკუთარი და მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციები (თვითცნობიერება, თვითრეგულაცია და ურთიერთობები) და პოზიტიური საკლასო კლიმატის შექმნის პრაქტიკა. რეკომენდებულია, მასწავლებელმა მონაცემების შედეგები განიხილოს კოლეგა მასწავლებელთან წყვილში ან მცირე ჯგუფში.

ნაბიჯი 4. პირველადი მონაცემების შეგროვების შემდეგი ნაბიჯი მიღებული ინფორმაციის სინთეზი და სამოქმედო გეგმის შემუშავებაა. გამოყენებული ინსტრუმენტების შედეგების სინთეზისთვის რეკომენდებულია გამოიყენოთ შემდეგი საორიენტაციო კითხვები:

- რომელი სოციალური და ემოციური კომპეტენცია წარმოადგენს თქვენს ძლიერ მხარეს? რომელი საჭიროებს კიდევ უფრო განვითარებას?
- რომელი კომპეტენციები აქვთ კლასის მოსწავლეებს უფრო მეტად განვითარებული? რომელი შედარებით ნაკლებად?
- რამდენადაა თქვენს ყოველდღიურ საგაკვეთილო პროცესში სოციალურ და ემოციურ კომპეტენციებზე ფოკუსირება ინტეგრირებული? რამდენად ქმნით კლასში მხარდამჭერ კლიმატს?

აღნიშნულ შეკითხვებს, უმჯობესია, თითოეულმა მასწავლებელმა პასუხი ინდივიდუალურად გასცეს, შემდეგ კი შეაჯეროს მოსაზრებები კოლეგებთან. ინსტრუმენტების გამოყენებით მიღებული ინფორმაციის შეჯერების შემდეგ მასწავლებელი ადგენს სამოქმედო გეგმას, რომელიც მკაფიოდ აჩვენებს, თუ როგორ განხორციელდება მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი მიდგომების ინტეგრირება პრაქტიკაში. მასწავლებლის სამოქმედო გეგმა 4 მნიშვნელოვან კომპონენტს მოიცავს:

01 **მიზნები** - პირველადი მონაცემების სინთეზის საფუძველზე ვლინდება, თუ რა მიმართულებითაა საჭირო მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა, კონკრეტულად რა ასპექტებში სჭირდება მასწავლებელს პრაქტიკის გაუმჯობესება, რომელი მიდგომებისა და მეთოდების ინტეგრირებით დაიწყება პროცესი. შესაბამისად, სამოქმედო გეგმის პირველი კომპონენტი მიზნების ფორმულირებაა.

02 **აქტივობები** - სამოქმედო გეგმაში განსაზღვრული მიზნები საჭიროებს იმ კონკრეტული საქმიანობების წინასწარ განსაზღვრას, რომელთა გამოყენებითაც მოსალოდნელია დასახული მიზნების მიღწევა.

03 **ვადა/ხანგრძლივობა** - მნიშვნელოვანია, სამოქმედო გეგმაში განისაზღვროს კონკრეტული მიზნების განხორციელების პერიოდი. ვადის მითითება მასწავლებელს ეხმარება მიზნებზე ორიენტირებულობასა და, საჭიროების შემთხვევაში, დროული ცვლილებების განხორციელებაში.

04 **შეფასება** - რეფლექსია სამოქმედო გეგმაში არსებული მიზნების მიღწევის შეფასების შესაძლებლობაა. მასწავლებელი სამოქმედო გეგმაში განსაზღვრავს, თუ რა მეთოდების ან ინსტრუმენტების გამოყენებით განახორციელებს პროცესის შეფასებასა და რეფლექსიას.

ქვემოთ მოცემულ ცხრილში ნაჩვენებია მასწავლებლის სამოქმედო გეგმის ნიმუშის ფრაგმენტი, რომელშიც ასახულია სემესტრული სამოქმედო გეგმის ორი ძირითადი მიზანი, მიზნის შესაბამისი აქტივობები, თითოეულის განხორციელების პერიოდი და მიზნის მიღწევის შეფასებისთვის განსაზღვრული მეთოდების ჩამონათვალი.

მასწავლებლის სამოქმედო გეგმა			
მიზანი	**აქტივობა**	**ვადა**	**შეფასება**
1. გაზიარებული და მოსწავლეების ჩართულობით საკლასო შეთანხმებების შექმნა და გამოყენება	**1.1.** საკლასო შეთანხმებების ჩამოყალიბება მოსწავლეების თანამონაწილეობით	20-24 სექტემბერი	კლასზე დაკვირვება; მოსწავლეთა უკუკავშირის ბლანკები;
	1.2. ჩამოყალიბებული შეთანხმებების კოლეგებთან ერთად განხილვა	24- 30 სექტემბერი	
	1.3. მშობლების ინფორმირება ჩამოყალიბებულ საკლასო შეთანხმებებთან დაკავშირებით	24- 30 სექტემბერი	
	1.4. გაკვეთილის პროცესში, ყოველდღიურად, მოსწავლეთა ქცევის დაკავშირება საკლასო შეთანხმებებთან	სექტემბერი - დეკემბერი	
2. მოსწავლეებში ურთიერთობის კომპეტენციის წახალისება	**2.1.** კლასის მოწყობის ფორმატის შერჩევა კოლეგა მასწავლებლებთან და მოსწავლეებთან ერთად	ოქტომბერი	გაკვეთილის გეგმების რეფლექსია; მოსწავლეთა უკუკავშირის კითხვარები; თვითშეფასების კითხვარები;
	2.2. მოსწავლეების ჩართულობით წყვილში და მცირე ჯგუფში მუშაობის წესების ჩამოყალიბება	ოქტომბერი	
	2.3. ასერტული კომუნიკაციისა და აქტიური მოსმენის ტექნიკების მოდელირება	ოქტომბერი - დეკემბერი	
	2.4. გაკვეთილში წყვილსა და მცირე ჯგუფში მუშაობის მეთოდების გამოყენება	ოქტომბერი - დეკემბერი	
	2.5. მოსწავლეებისთვის აღწერითი, განმავითარებელი უკუკავშირების მიწოდება ურთიერთობების კომპეტენციასთან მიმართებით	ოქტომბერი - დეკემბერი	

მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების ხელშეწყობის დანერგვის პროცესში, მომზადების შემდეგ, რეგულარულად და ციკლურად მიმდინარეობს მასწავლებლების მიერ სამოქმედო გეგმების შემუშავება, დაგეგმვა და შეფასება, ხოლო შეფასების საფუძველზე ცვლილებების განხორციელება და განახლებული სამოქმედო გეგმების შემუშავება. სამოქმედო გეგმა მასწავლებლისთვის ერთგვარ გზამკვლევს წარმოადგენს, რომელშიც ის მკაფიოდ განსაზღვრავს იმ მიზნებსა და აქტივობებს, რომელსაც გამოიყენებს სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერის პროცესში. თავად დანერგვა პროცესის ძალზე მნიშვნელოვანი ეტაპია, რომელიც ყოველდღიურ საგაკვეთილო პროცესთანაა დაკავშირებული. დანერგვის პროცესში განსაკუთრებულად მნიშვნელოვანი სოციალური და ემოციური კომპეტენციების საგაკვეთილო, აკადემიურ მიზნებში ინტეგრირებაა. შესაბამისად, ქვემოთ მოცემულ თავში სწორედ გაკვეთილის გეგმის შემუშავებაზე გავაკეთებთ აქცენტს.

დანერგვის ეტაპი

მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა ყოველდღიურ საგაკვეთილო პროცესთან არის დაკავშირებული. მასწავლებლების მიერ შემუშავებული სამოქმედო გეგმის მიზნები და აქტივობები, სწორედ გაკვეთილის მსვლელობისას, საგნის სწავლა-სწავლების პროცესში რეალიზდება. დანერგვის ეტაპი ციკლური პროცესია, რომელიც მოიცავს: დაგეგმვას, განხორციელებას, შეფასებას. შეფასების საფუძველზე კვლავ მეორდება პროცესის იგივე თანმიმდევრობა. ყოველდღიურ პრაქტიკაში მასწავლებლის მიერ მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი მეთოდების დანერგვა მოიცავს გაკვეთილის გეგმის შემუშავებას, გაკვეთილების ჩატარებასა და გაკვეთილზე გამოყენებული მიდგომების შეფასებას. რადგან გაკვეთილის დაგეგმვა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერის პრაქტიკის აუცილებელი ნაწილია, ქვემოთ მოცემულ ტექსტში განვიხილავთ გაკვეთილის დაგეგმვის პროცესსა და შესაძლო ვარიანტებს.

სოციალური და ემოციური კომპეტენციების აკადემიურ მიზნებში ინტეგრირების სამი სტრატეგია არსებობს, აღმავალი, დაღმავალი და კომბინირებული.

აღმავალი სტრატეგიის შემთხვევაში მასწავლებელი განსაზღვრავს კონკრეტულ სამიზნე კომპეტენციებსა და მათ შესაბამის სპეციფიკურ უნარებს, რომელთა გააქტიურება და წახალისებაც მიაჩნია მიზანშეწონილად საგაკვეთილო პროცესში. შემდგომ, განსაზღვრულ სოციალურ-ემოციურ უნარებთან შესაბამისობით აგებს გაკვეთილის გეგმასა და გაკვეთილზე განსახორციელებელ აქტივობებს.

დაღმავალი სტრატეგია საპირისპირო თანმიმდევრობას გულისხმობს. მასწავლებელი, პირველ რიგში, განსაზღვრავს საგნის სწავლა-სწავლებაზე ორიენტირებულ საგაკვეთილო აქტივობებს, შემდგომ კი თითოეულ აქტივობას უკავშირებს სამიზნე სოციალურ და ემოციურ კომპეტენციებს.

კომბინირების შემთხვევაში კი შესაძლებელია გაკვეთილის დაგეგმვისას მასწავლებელმა ორივე - აღმავალი და დაღმავალი სტრატეგია ერთობლივად გამოიყენოს. პირველ რიგში, ჩამოაყალიბოს საგნის სტანდარტის მიზნებზე ორიენტირებული აქტივობები, შემდეგ დასახულ აქტივობებს დაუკავშიროს სამიზნე სოციალური და ემოციური უნარები, ხოლო ბოლოს, თუ მიიჩნევს, რომ გაკვეთილის გეგმა „არ ფარავს“ რომელიმე პრიორიტეტულ სოციალურ-ემოციურ უნარს, ჩამოაყალიბოს ამ უნარზე ორიენტირებული აქტივობა, სამუშაო, შეკითხვა თუ ინსტრუმენტი.

ქვემოთ მოცემულია ორი გაკვეთილის ნიმუში, ქართულ ენასა და ლიტერატურაში და მათემატიკაში. მოცემული გაკვეთილის გეგმები ასახავს სამიზნე სოციალურ-ემოციური კომპეტენციებისა და მათ შესაბამის კონკრეტული უნარების ინტეგრირებას აკადემიურ მიზნებში, მასწავლებლის მიერ გამოყენებულ მეთოდებსა და რეფლექსიას.

ჩანართი 1. აკადემიურ მიზნებში ინტეგრირებული სოც-ემოციური უნარების გაკვეთილის გეგმის ნიმუში ქართულ ენასა და დიტერატურაში

გაკვეთილის გეგმა	
კლასი	IX
მასწავლებელი	ირა ძირკვაძე
სტანდარტის მიზნები	11
მოსწავლეების რ.ბა.	ჟანრი (ქართ. საბ. 1, 3, 7); საკომუნიკაციო სიტუაცია (ქართ. საბ. 1, 7, 8); კონტექსტი (ქართ. საბ. 1, 4)

აქტივობა №1
გაკვეთილის ძირითადი თემისა და მიზნის გაცნობა

გაკვეთილს დავიწყებ მისალმებით და მიზნის - ძირითადი შესასწავლი თემის გაცნობით. გამოვიყენებ უკვე ჩვენ მიერ შექმნილ ვიზუალურ რუკას, შევახსენებ მოსწავლეებს, რა თემები შევისწავლეთ უკვე ადამიანის ცხოვრების გზასთან დაკავშირებით და დავამატებ გაკვეთილის ახალ თემას „მეგობრობა."

აქტივობა №2
თემის დაკავშირება საკუთარ ცხოვრებასთან და წინარე ცოდნის გააქტიურება

მოსწავლეებს ვთხოვ, თავიანთ რვეულებში უკვე შექმნილ ვიზუალურ რუკას დაამატონ შესასწავლი თემა – მეგობრობა. დაფიქრდნენ შემდეგ 3 შეკითხვაზე, ჩაწერონ პასუხი რვეულებში, შემდეგ კი გვერდით მჯდომ თანაკლასელს გაუზიარონ თავიანთი პასუხები.

1. რას ნიშნავს ჩემთვის მეგობრობა?
2. როგორი მეგობარი ვარ მე?
3. რომელი ფილმი, მოთხრობა, მუსიკა ან ანიმაცია მახსენდება მეგობრობის თემაზე?

როდესაც მოსწავლეები წყვილებში გაუზიარებენ ერთმანეთს თავიანთ შეხედულებებს, რამდენიმე მოხალისეს ვთხოვ, კლასს გაუზიარონ ერთმანეთის (მეწყვილეს) მოსაზრებები.

აქტივობა №3
გაიცანი ავტორი და ტექსტი

მოსწავლეებს, პირველ რიგში, ვთხოვ ინდივიდუალურად გადაიკითხონ შოთა იათაშვილისა და შოთა ნიშნიანიძის ლექსები მეგობრობაზე. მონიშნონ/ამოწერონ სიტყვები და ფრაზები, რომელიც მათთვის უცხო ან ბუნდოვანია. ყველა მათგანს ვწერ დაფაზე. შემდეგ ვკითხულობ ლექსს კლასის წინაშე, დაფაზე დაწერილ სიტყვასთან ვჩერდები და მოსწავლეებს ვთხოვ დაფიქრდნენ, რას შეიძლება გულისხმობდეს თითოეული სიტყვა კონტექსტის მიხედვით.

აქტივობა №4
ლექსების შინაარსის დამუშავება

მოსწავლეებს გავყოფ ორ ჯგუფად, ერთს მივაწოდებ შოთა ნიშნიანიძის ლექსის შინაარსის გააზრებაზე ორიენტირებულ შეკითხვებს, ხოლო მეორეს შოთა იათაშვილის ლექსთან დაკავშირებით. აქტივობის დაწყებამდე შევახსენებ ჯგუფური მუშაობის წესებს, პროცესში დავაკვირდები მოსწავლეებს, დავრწმუნდები, იღებს თუ არა ყველა მონაწილეობას, მოსწავლეთა ქცევას დავუკავშირებ ჩვენ მიერ შემუშავებულ საკლასო შეთანხმებებს. აქტივობის დასასრულს ჯგუფიდან 1 წარმომადგენელი მთლიან კლასს გაუზიარებს მათ ნამუშევარს.

I ჯგუფი	II ჯგუფი
▶ როგორ ფიქრობთ, რატომ ნანობს ავტორი მეგობართან დამალვას? ▶ თქვენი აზრით, რას იფიქრებდა ან განიცდიდა სტუმარი? ▶ თქვენი აზრით, რას იფიქრებდა ან განიცდიდა ავტორი?	▶ ერთმანეთს შევცქერით დიდხანს და ხარბად- თქვენი აზრით, რა ემოციები ექნებოდათ ამ დროს პერსონაჟებს? ▶ როგორ ემშვიდობებიან მეგობრები ერთმანეთს? თქვენი აზრით, რას გამოხატავს ამგვარი დამშვიდობება? ▶ გამომშვიდობებისას სნეული მეგობარი იღიმება, შენი აზრით, რა ემოციები შეიძლება იმალებოდეს ამ ღიმილის უკან.

აქტივობა №5
რა ემოციას იწვევს ნაწარმოები?

მოსწავლეებს ვთხოვ, კიდევ ერთხელ გადახედონ ლექსებს და კითხვის დროს დააკვირდნენ საკუთარ ფიქრებს და განცდებს. მოსწავლეები წებოვან სტიკერზე ინდივიდუალურად წერენ ან ხატავენ, თუ რა ემოციას იწვევს მათში თითოეული ლექსი მეგობრობის შესახებ. ყველას ვაკრავთ დაფაზე და ერთობლივად განვიხილავთ, რამდენად დაემთხვა მოსწავლეების ემოციები და რატომ იწვევს ლექსები ამ ემოციებს.

აქტივობა №6
ვერლიბრის შექმნა

მოსწავლეებს ვერლიბრის ჟანრის უკეთ გასაცნობად ვთავაზობ ერთობლივი ლექსის შექმნის აქტივობას. ლექსის პირველი მწკრივის დაწერას ვიწყებ მე და ვაწვდი ერთ მოსწავლეს, ის კითხულობს პირველ ხაზს და თავად წერს მეორე ხაზს, შემდეგ ფურცელი ისე უნდა გადაკეცოს, რომ შემდეგი თანაკლასელი მხოლოდ მის მიერ დაწერილ ხაზს ხედავდეს. მოსწავლეებს განვუმარტავ, რომ წერისას არ შეიზღუდონ თავი რითმის დაცვით. როდესაც ყველა მოსწავლე დაასრულებს, წავიკითხავ კლასის ლექსს.

აქტივობა №7
შეჯამება

გაკვეთილის დასრულებამდე რამდენიმე წუთით ადრე მოსწავლეებს მივაწვდი რეფლექსიის ბლანკს.

დღევანდელი გაკვეთილიდან მინდა, კარგად მახსოვდეს:	დღევანდელ გაკვეთილზე, ვფიქრობ, თავი კარგად გავართვი...	შემდეგ გაკვეთილებზე მინდა, უკეთესად შევძლო...

კავშირი სოციალურ-ემოციურ მიზნებთან

გაკვეთილის აქტივობებისა და სოციალური და ემოციური კომპეტენციების შესაბამისობის ცხრილი.

№	თვითცნობიერება	თვითრეგულაცია	ურთიერთობები
1	თვითცნობიერება		
2	საკუთარი ძლიერი და სუსტი მხარეების იდენტიფიცირება		სხვისი პერსპექტივის გაგება
3		კონცენტრაცია	
4			ემპათია, გუნდურობა (ჯგუფში მუშაობის უნარები)
5	ემოციების იდენტიფიცირება და სახელდება		სხვისი ემოციებისა და პერსპექტივების გაგება
6		რიგის დაცვა/ დალოდება	გუნდურობა
7	საკუთარი ძლიერი და სუსტი მხარეების იდენტიფიცირება	დაგეგმვა	

მასწავლებლის მიდგომები, მეთოდები, ტექნიკები

გაკვეთილზე გამოვიყენებ	გაკვეთილის რეფლექსია
აღწერით უკუკავშირს - წყვილში და მცირე ჯგუფში მუშაობის დროს აქცენტს გავაკეთებ მოსმენისა და ერთმანეთის პერსპექტივის გათვალისწინებაზე. აღვწერ მოსწავლეთა ქცევას და დავუკავშირებ საკლასო შეთანხმებებს. **მოდელირებას** - მეხუთე აქტივობის დროს გავახმოვანებ საკუთარ ემოციას. **ჩანიშვნებს** - ჩემს ბლოკნოტში ჩავნიშნავ ინფორმაციას მოსწავლეების ჩართულობისა და აქტიურობის შესახებ. განსაკუთრებით დავაკვირდები მაშოს და გიორგის.	გაკვეთილზე დროის მენეჯმენტი გამიძნელდა, რის გამოც შეჯამება და მოსწავლეებისთვის უკუკავშირის ბლანკის მიწოდება ვერ მოესწრო. შემდგომში რეფლექსიის ბლანკს გაკვეთილის დასაწყისშივე მივაწვდი, რომ პროცესშივე შეძლონ მოსწავლეებმა შევსება. ჯგუფური მუშაობის დროს ახლოს მყოფი მოსწავლეები გაერთიანდნენ. მნიშვნელოვანი იქნება სამომავლოდ ისეთი სტრატეგიის შემუშავება, რომელიც დამეხმარება მოსწავლეთა ჯგუფების შემადგენლობის ცვლილებაში.

ჩანართი 2. აკადემიურ მიზნებში ინტეგრირებული სოციალურ-ემოციური უნარების გაკვეთილის გეგმის ნიმუში მათემატიკაში

ზოგადი ინფორმაცია	კლასი - VII საგანი - მათემატიკა მოსწავლეთა რაოდენობა - 28 მასწავლებელი - თეა გულაშვილი
საგნის მიზნები	**სასწავლო თემა:** სამკუთხედები, სამკუთხედების ტოლობა **სამიზნე ცნება:** ბრტყელი ფიგურები და მათი ზომები შედეგები სტანდარტიდან: მათ. საბ 2 ; მათ საბ 4; მათ. საბ 5; მათ. საბ 7; მათ. საბ 10; მათ საბ 11 **საკითხები:** სამკუთხედი **ქვესაკითხები:** ▸ სამკუთხედის ელემენტები ▸ სამკუთხედების კლასიფიკაცია ▸ სამკუთხედების აგება ▸ სამკუთხედების ტოლობა, ტოლობის პირველი ნიშანი ▸ სამკუთხედების ტოლობის მეორე და მესამე ნიშანი
სოციალურ-ემოციური მიზნები	მიზნის ქონა, ამოცანის შესრულება, კონცენტრაცია, შეთანხმებული მუშაობა, საკუთარი ძლიერი და სუსტი მხარეების ცოდნა, დაგეგმვისა და ორგანიზების უნარები, მიზნის დასახვა და მიზნისკენ სვლა
რესურსი	სახელმძღვანელო, კომპლექსური დავალება, მარკერები, დაფა, თაბახის ფურცლები, პროექტორი

აქტივობა №1. გაკვეთილის დაწყება	სამიზნე კომპეტენციები
მოსწავლეები გაკვეთილის დაწყებისას ეცნობიან მომდევნო ორი კვირის განმავლობაში შესასრულებელ კომპლექსურ დავალებას. მასწავლებელი აწვდის ინდივიდუალურად დავალების პირობის გამარტივებულ ბარათებს.	☒ თვითცნობიერება ☐ თვითრეგულაცია ☐ ურთიერთობები

კომპლექსური დავალების ბარათი

წარმოიდგინე, რომ ხარ არქიტექტორი და ხიდის დაპროექტებაზე მუშაობ. წარმოადგინე შენი გაკეთებული ხიდის 2 მაკეტი, ჩაატარე ექსპერიმენტი თითოეულზე და შეამოწმე შენ მიერ გამოთქმული ვარაუდი, თუ რომელი ხიდია უფრო მტკიცე. გააკეთე დასკვნა, რამ გამოიწვია მისი სიმტკიცე.

დავალებაში ხაზგასმით წარმოაჩინე:

- რომელი გეომეტრიული ფიგურები გამოიყენე ხიდის აგებაში?
- როგორ ააგე ხიდის გეომეტრიული მოდელი? დაასაბუთე.
- რამ განაპირობა ხიდის სიმყარე?
- როგორ გამოთვალე შენ მიერ გამოყენებული გეომეტრიული ფიგურების ზომები: როგორ დაადგინე რა სიმძიმეს გაუძლებს ხიდი?
- როგორ გამოიყენება სამკუთხედების ტოლობის ნიშნები ხიდის კონსტრუქციის აგებაში?

თემა და საკითხი

სამკუთხედი, სამკუთხედის ტოლობა

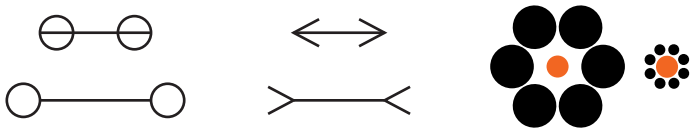
პროდუქტი

2 ხიდის მაკეტი

დავალების შესრულების ვადა

2 კვირა

აქტივობა №2. წინარე ცოდნის გააქტიურება	სამიზნე კომპეტენციები
მოსწავლეები ინდივიდუალურად ხსნიან ამოცანებს შემდეგ წინარე საკითხებზე: ▸ სამკუთხედის გვერდების, წვეროების რაოდენობა, მონიშვნა ▸ სამკუთხედის შიდა კუთხეების ჯამი ▸ მართკუთხა, ბლაგვკუთხა, მახვილკუთხა სამკუთხედები ▸ 2 გვერდის მიხედვით მესამეს გამოთვლა ▸ სამკუთხედის პერიმეტრი	☐ თვითცნობიერება ☒ თვითრეგულაცია ☐ ურთიერთობები

აქტივობა №3. ცნობისმოყვარეობის გამოწვევა	სამიზნე კომპეტენციები
მასწავლებელი მოსწავლეებს აჩვენებს ოპტიკური ილუზიების ამსახველ ილუსტრაციებს. სთხოვს, დაფიქრდნენ ა) ბ) რომელი მონაკვეთია უფრო გრძელი ან მოკლე თუ ტოლია? გ) რომელი წრეა უფრო დიდი ან პატარა თუ ტოლია. როგორ ვადგენთ ტოლობას? მოსწავლეები ჯერ დამოუკიდებლად ფიქრობენ, შემდეგ წყვილდებიან და უზიარებენ თანაკლასელს მოსაზრებას. 	☐ თვითცნობიერება ☐ თვითრეგულაცია ☒ ურთიერთობები

აქტივობა №4. მცირე ჯგუფში მუშაობა	სამიზნე კომპეტენციები
მოსწავლეები იყოფიან 4 წევრიან ჯგუფებად გათვლის საშუალებით. მასწავლებელი აწვდის ორი სამკუთხედის გამოსახულების ბარათებს. ჯგუფმა უნდა დაამტკიცოს და დაასაბუთოს, რატომ არიან სამკუთხედები ტოლი. მასწავლებელი დავალების მიწოდებისას ყურადღებას ამახვილებს ჯგუფური მუშაობის პრინციპებზე ▸ მონაწილეობას იღებს ჯგუფის ყველა წევრი; ▸ თითოეულის გამოთქმული აზრს ვცემთ პატივს, მიუხედავად იმისა, რომ შეიძლება არ ვეთანხმებოდეთ; ▸ ყველა მონაწილე გამოთქვამს თავის მოსაზრებას; ▸ საბოლოოდ, ჯგუფი მიდის საერთო შეთანხმებაზე; ▸ მსჯელობისას ვუსმენთ ერთმანეთის აზრს; ჯგუფური მუშაობის დასრულებისას ერთი მოსწავლე აკეთებს პრეზენტაციას. მასწავლებელი აჯამებს ჯგუფების ნამუშევრებს, ყურადღებას ამახვილებს, თუ რის მიხედვით დაადასტურეს მოსწავლეებმა სამკუთხედების ტოლობა.	☐ თვითცნობიერება ☒ თვითრეგულაცია ☒ ურთიერთობები

აქტივობა №4. სამკუთხედის ტოლობის ნიშნების ახსნა	სამიზნე კომპეტენციები
მასწავლებელი მოსწავლეების ჯგუფური ნამუშევრებიდან სამკუთხედის ტოლობის დამადასტურებელ დებულებებს წერს წებოვან სტიკერებზე. მაგ: თუ მოსწავლეები ამბობენ, რომ მათი სამკუთხედები ტოლია, რადგან სამივე გვერდი ტოლია. მასწავლებელი პრინციპს წერს სტიკერზე და აკრავს დაფაზე სწორ დებულებებს.	☐ თვითცნობიერება ☐ თვითრეგულაცია ☐ ურთიერთობები

აქტივობა №5. სამკუთხედის ტოლობის ნიშნების ახსნა	სამიზნე კომპეტენციები
მასწავლებელი მოსწავლეების უხსნის სამკუთხედის ტოლობის ნიშნებს ხანის აკადემიის ვიდეოს გამოყენებით. წესებს აყალიბებს მოკლე ინიციალებით (გგგ, გკგ, კგკ)	☐ თვითცნობიერება ☐ თვითრეგულაცია ☐ ურთიერთობები

აქტივობა №6. რა ვიცოდი და რა გავიგე	სამიზნე კომპეტენციები
სამკუთხედის ტოლობის ნიშნების ახსნის შემდეგ, მასწავლებელი მოსწავლეებს აწვდის შესავსებ ცხრილს, სადაც მოსწავლეებმა უნდა ჩაწერონ, რა იცოდნენ და რა გაიგეს სამკუთხედების ტოლობის შესახებ.	☒ თვითცნობიერება ☐ თვითრეგულაცია ☐ ურთიერთობები

აქტივობა №7. კომპლექსური დავალების მზადების დაგეგმვა	სამიზნე კომპეტენციები
მასწავლებელი კვლავ უბრუნდება კომპლექსური დავალების პირობას და სთხოვს მოსწავლეებს, დაგეგმონ კომპლექსური დავალების განხორციელების ნაბიჯები.	☐ თვითცნობიერება ☒ თვითრეგულაცია ☐ ურთიერთობები

ქართულისა და მათემატიკის ნიმუშები სხვადასხვა შაბლონის სახითაა მოცემული, რაც მიუთითებს იმაზე, რომ მნიშვნელოვანია, გაკვეთილის გეგმის შემუშავების სტილი მასწავლებელმა თავად განსაზღვროს და პრაქტიკაში თანდათანობით დახვეწოს.

პირველი ნიმუში, როგორც ვხედავთ, მოიცავს იმ მიდგომებისა და სტრატეგიების ჩამონათვალს, რომელიც მასწავლებელმა უნდა გამოიყენოს და გაკვეთილზე რეფლექსიისთვისაც გამოყოფილია სივრცე. მათემატიკის გეგმა მხოლოდ აქტივობებს, გაკვეთილის მიზნებსა და საჭირო რესურსებს მოიცავს, რეფლექსიას კი მასწავლებელი რეფლექსიის დღიურში აწარმოებს. პირველ ნიმუშში სოციალური და ემოციური კომპეტენციების ინტეგრირებისთვის შესაბამისობის რუკაა გამოყენებული, ხოლო მეორე შემთხვევაში აქტივობების გასწვრივ მონიშნულია სამიზნე კომპეტენციები. აღსანიშნავია, რომ ზოგიერთ (IV და V) აქტივობასთან დაკავშირებით მასწავლებელმა მიიჩნია, რომ მკაფიოდ ფოკუსირებული არ არის მისი განხორციელება რომელიმე სოციალურ და ემოციურ კომპეტენციასთან, რაც აბსოლუტურად მისაღები და ბუნებრივია. არ არის აუცილებელი გაკვეთილის ყველა აქტივობა მიზანმიმართულად ააქტიურებდეს რომელიმე კომპეტენციის განვითარებას. მნიშვნელოვანია, მასწავლებელმა ყოველი გაკვეთილის მსვლელობისას მოახერხოს მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარების მხარდაჭერა.

შეფასებისა და
რეფლექსიის ინსტრუმენტები

შეფასების ინსტრუმენტების გამოყენება

სკოლის ბაზაზე მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა მიზანმიმართული, დაგეგმილი და გააზრებული პროცესია, რომელიც მოითხოვს მონაცემების, გარკვეული მტკიცებულებებისა და ინფორმაციის შეგროვებას. შეფასების ინსტრუმენტები ღირებული და მნიშვნელოვანი ხელსაწყოა მასწავლებლებისა და სასკოლო საზოგადოების წარმომადგენლებისთვის იმაში დასარწმუნებლად, თუ რამდენად შედეგიანია მათი ძალისხმევა მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარების პროცესში. შეფასების ინსტრუმენტების გამოყენებით მასწავლებელს შეუძლია:

- შეაფასოს საკუთარი პრაქტიკა, განსაზღვროს, თუ რამდენად რეგულარულად იყენებს მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარების მხარდამჭერ მიდგომებსა და მეთოდებს;
- შეაფასოს პრაქტიკაში განხორციელებული ინტერვენციების ეფექტურობა;
- საკუთარი ძლიერი მხარეებისა და გასაუმჯობესებელი სფეროების იდენტიფიცირება, შედეგად კი პროფესიული განვითარების სამოქმედო გეგმის დასახვა;
- საკუთარი სოციალური და ემოციური უნარების შეფასება და შესაბამისად, საკუთარი კომპეტენციების განვითარებაზე ზრუნვა;
- შეაფასოს მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარების დონე და პროგრესი დინამიკაში;
- შექმნას, დახვეწოს და განავითაროს გაკვეთილის გეგმები ან კურიკულუმი, რომელშიც აკადემიურ მიზნებთან ერთად ინტეგრირებული იქნება მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარება.

სოციალურ და ემოციურ კომპეტენციებთან დაკავშირებული შეფასების არაფორმალური ინსტრუმენტების გამოყენება სწავლა-სწავლების პროცესში მოსწავლეებისთვისაც მნიშვნელოვანია რამდენიმე მიზეზის გამო:

- **თვითრეფლექსია.** შეფასების ინსტრუმენტების გამოყენებისას მოსწავლეები ფიქრობენ საკუთარ, ინდივიდუალურ სოციალურ და ემოციურ უნარებზე, განსაზღვრავენ ძლიერ მხარეებსა და საჭიროებებს. შესაბამისად, ინსტრუმენტების გამოყენება მათ უბიძგებს თვითშემეცნებისკენ, რაც პიროვნული განვითარების მნიშვნელოვანი ფაქტორია;
- **მიზნის დასახვა.** შეფასების ინსტრუმენტი შეიძლება დაეხმაროს მოსწავლეს, დასახოს საკუთარი სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარების მიზნები და დააკვირდეს დასახული მიზნებისკენ სვლას, საკუთარ პროგრესს. აღნიშნული პროცესი მოსწავლეს აძლევს ავტონომიურობის განცდას და ხელს უწყობს თვითმოტივაციის გაღვივებას;
- **კომუნიკაცია.** შეფასების ინსტრუმენტების გამოყენებამ შესაძლებელია მოსწავლეებს უბიძგოს საკუთარი უნარების შესახებ თანატოლთან, მეგობართან, მასწავლებელთან ან ოჯახის წევრთან ინფორმაციის გაზიარებისკენ, რაც ეხმარება მას თვითგამოხატვასა და უკეთესი კომუნიკაციის დამყარებაში.

როდესაც მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარებაზე ზრუნვა მთლიანი სკოლის პრიორიტეტია, შეფასების ინსტრუმენტების გამოყენება ღირებული და მნიშვნელოვანი შეიძლება იყოს სასკოლო საზოგადოების ნებისმიერი წევრისთვის. შერჩეული ინსტრუმენტებით შესაძლებელია:

- სკოლის მენეჯერის ან ადმინისტრაციის სხვა წარმომადგენლის მიერ მასწავლებელთა პრაქტიკის, კერძოდ, პოზიტიური საკლასო კლიმატისა და სოციალური და ემოციური უნარების მხარდამჭერი მიდგომების შეფასება;

- კათედრების წარმომადგენელი პედაგოგების მიერ ერთმანეთის საგაკვეთილო პროცესზე დაკვირვება და სოციალურ-ემოციური უნარების მხარდამჭერი მიდგომების შეფასება;
- საბაზო საფეხურის მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების შესახებ ინფორმაციის შეგროვება და შესაბამისი გადაწყვეტილებების განხორციელება მოსწავლეთა მხარდასაჭერად.

მოცემულ სახელმძღვანელოში შემოთავაზებულია შეფასების სხვადასხვა ინსტრუმენტები. მოცემული ინსტრუმენტები, ბუნებრივია, ერთმანეთისგან განსხვავდება განხორციელების პროცედურის, სამიზნე აუდიტორიის, მიზნობრიობისა და შინაარსის მიხედვით, თუმცა ყველა მათგანი შეფასების არაფორმალურ მეთოდს მიეკუთვნება და განმავითარებელი მიზნით გამოიყენება. შეფასების ნებისმიერი ინსტრუმენტის გამოყენებისას, იქნება ეს კლასზე დაკვირვება, მოსწავლეთა თვითშეფასება თუ მასწავლებლის რეფლექსია, მნიშვნელოვანია შემდეგი პრინციპების გათვალისწინება:[19]

ცხრილი 11. *შეფასების პროცესში გასათვალისწინებელი პრინციპები*

პრინციპი	განმარტება
ბავშვის უფლებების პატივისცემა	შეფასებამ გავლენა არ უნდა მოახდინოს მოსწავლის თვითგამოხატვაზე, დაცულობაზე, კეთილდღეობასა და მენტალურ ჯანმრთელობაზე;
შეფასების არაშედარებითობა	შეფასება მიემართება კონკრეტულ მოსწავლეს და ხდება მისი უნარების პროგრესის შეფასება დროის განმავლობაში;
ინკლუზიურობა და თანასწორობა	შეფასების ინსტრუმენტები და მექანიზმები უნდა ქმნიდეს თანასწორ შესაძლებლობებს თითოეული მოსწავლისთვის;
უნივერსალური დანერგვა	სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა და შეფასება კლასში თანაბრად უნდა იყოს მიმართული ყველა მოსწავლისკენ;
ძლიერ მხარეებზე დაფუძნება	შეფასება არ გამოიყენება სოციალური და ემოციური უნარების დეფიციტის დიაგნოსტირებისთვის. შეფასების მიზანია სოციალური და ემოციური კომპეტენციების ხელშეწყობის პროცესის შეფასება;
თანამშრომლობითი შეფასება	განმავითარებელი შეფასებისას ხდება თანამშრომლობა მოსწავლესთან (თვითშეფასება) და თანატოლებთან (თანატოლთა შეფასება);
სისტემურობა და ეკოლოგიურობა	შეფასებისას რეკომენდებულია კლასისა და სკოლის კონტექსტის გათვალისწინება, საკლასო კლიმატი შესაძლებელია გავლენას ახდენდეს და აისახებოდეს სოციალური და ემოციური უნარების განვითარებაზე.
განვითარებასთან შესაბამისობა	სოციალური და ემოციური უნარების მხარდაჭერა და შეფასება უნდა ითვალისწინებდეს განვითარების კანონზომიერებებსა და ცვლილებებს;
კულტურასთან შესაბამისობა	სწავლისა და შეფასების პროცესში მრავალფეროვანია სოციალური და კულტურული ასპექტების გათვალისწინება.

[19] A formative, inclusive, whole-school approach to the assessment of social and emotional education in the EU, NESET

პოზიტიური საკლასო კლიმატის შეფასება

ქვემოთ მოცემული დაკვირვების ინსტრუმენტით[20] შესაძლებელია პოზიტიური საკლასო კლიმატის შეფასება. მხარდაჭერასა და ურთიერთობებზე ორიენტირებული საკლასო კლიმატი მოსწავლეების სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარების საფუძველს წარმოადგენს. ინსტრუმენტის გამოყენება საჭიროებს მასწავლებლის საგაკვეთილო პროცესზე დაკვირვებას, შესაბამისად, ის შეიძლება გამოიყენოს გარე შემფასებელმა, სკოლის დირექტორმა ან კოლეგა მასწავლებელმა.

ინსტრუმენტის გამოყენების ინსტრუქცია. ქვემოთ მოცემულია დებულებები, რომელიც ასახავს მასწავლებლის მიერ პოზიტიური საკლასო კლიმატის ფორმირებისთვის აუცილებელ კომპონენტებს. მასწავლებელთან შეთანხმებით შეარჩიეთ გაკვეთილი, რომელზეც განახორციელებთ დაკვირვებას. წინასწარ გაეცანით მოცემულ დებულებებს, რათა მარტივად შეძლოთ მათი იდენტიფიცირება გაკვეთილის მსვლელობისას. მონიშნეთ დებულებები, რომლის დამადასტურებელი მაგალითები ვლინდება გაკვეთილზე. გაკვეთილის დასრულების შემდგომ განიხილეთ თქვენი დაკვირვება მასწავლებელთან.

საკლასო ოთახის მოწყობა:

- ☐ საკლასო ოთახში ავეჯი იმგვარადაა განლაგებული, რომ ყველა მოსწავლეს აქვს ერთმანეთის დანახვის შესაძლებლობა.
- ☐ მასწავლებელს წინასწარ აქვს მომზადებული გაკვეთილისთვის საჭირო მასალები.
- ☐ მასწავლებლის მაგიდა საკლასო ოთახში იმგვარადაა მოთავსებული, რომ შესაძლებელია ყველა მოსწავლის დანახვა.
- ☐ მასწავლებელი გაკვეთილის მსვლელობისას მოძრაობს საკლასო ოთახში, რათა დაამყაროს ყველა მოსწავლესთან ინდივიდუალური კომუნიკაცია.
- ☐ საკლასო ოთახში თვალსაჩინო ადგილზე განთავსებულია კლასის წესები ან საკლასო შეთანხმებები.

უსაფრთხო, მზრუნველი და მონაწილეობითი სასწავლო გარემოს შექმნა:

- ☐ მასწავლებელი ესალმება მოსწავლეებს გაკვეთილის დაწყებისას.
- ☐ მასწავლებელს მოსწავლეების თანამონაწილეობით ჩამოყალიბებული აქვს გაზიარებული წესები/შეთანხმებები, რომელიც ორიენტირებულია სოციალური და ემოციური კომპეტენციების წახალისებაზე.
- ☐ მასწავლებელი თავისი ქცევით პატივისცემის, მზრუნველობისა და თვითკონტროლის მაგალითებს აძლევს მოსწავლეებს.
- ☐ მასწავლებელი სიტყვიერად აღწერს საკუთარ ემოციებს. მაგ: „ძალიან სასიამოვნოა თქვენთან ურთიერთობა," „მსიამოვნებს თქვენი აზრების მოსმენა" და ა. შ.
- ☐ მასწავლებელი აქცენტს აკეთებს თითოეული მოსწავლის პოზიტიურ მახასიათებლებზე, აღიარებს მათ ძალისხმევას, მცდელობასა და წვლილს.
- ☐ მასწავლებელი ყურადღებას აქცევს მოსწავლეების რეაქციებს, აკვირდება, ხომ არ საჭიროებენ დახმარებას, ინსტრუქციების დაზუსტებას, აქტივობების ცვლილებას ან მოდიფიცირებას და შესაბამისად, აკმაყოფილებს მათ მოთხოვნილებებს.

[20] ადაპტირებულია Casel-ის TOOL: SEL in the Classroom Self-Assessment და World Bank-ის Instructional Strategies that Promote Social and Emotional Learning ინსტრუმენტებზე დაყრდნობით.

გაკვეთილის პროცესში:

- ☐ მასწავლებელი ააქტიურებს მოსწავლეების წინარე ცოდნას. სვამს ღია შეკითხვებს იმის შესახებ, რაც მოსწავლეებმა უკვე იციან.
- ☐ მასწავლებელი წარადგენს გაკვეთილის პროცესის მოკლე გეგმას ან გაკვეთილის მიზანს.
- ☐ მასწავლებელი გაკვეთილის პროცესს უკავშირებს უფრო დიდ შესასწავლ საკითხს კურიკულუმიდან, საგნის მიზნებიდან.
- ☐ მასწავლებელი გაკვეთილის პროცესში იყენებს ინტერაქციულ მეთოდებს. მაგ: ჯგუფური ან წყვილში მუშაობა.
- ☐ მასწავლებელი გაკვეთილის პროცესში რთავს ყველა მოსწავლეს.
- ☐ მასწავლებელი გაკვეთილის პროცესში ხაზს უსვამს მოსწავლეების მიერ შეძენილ ახალ ცოდნასა და უნარებს.
- ☐ მასწავლებელი მოსწავლეებს ხშირად აწვდის აღწერით უკუკავშირებს, როგორც აკადემიურ მიზნებთან, ასევე მათ სოციალურ-ემოციურ უნარებთან მიმართებით.

პოზიტიური საკლასო კლიმატის შექმნა:

- ☐ მასწავლებელი ქცევის წესებს/შეთანხმებებს უკავშირებს საგაკვეთილო პროცესს.
- ☐ მასწავლებელი უბიძგებს მოსწავლეებს გაიგონ და გაიაზრონ ერთმანეთის პერსპექტივები.
- ☐ მიუღებელი ქცევების შემთხვევაში მასწავლებელი აღწერს ქცევას და ხსნის, თუ რატომ არის ის შეუსაბამო იმ კონკრეტული სიტუაციისთვის, რა შესაძლო ნეგატიური ეფექტი შეიძლება ჰქონდეს.
- ☐ მასწავლებელი სთავაზობს მოსწავლეებს სხვადასხვა სტრატეგიებს რიგის, ჯერის დაცვის და საჭიროების შემთხვევაში დალოდების პროცესის ორგანიზებისთვის;
- ☐ მასწავლებელი ბოლომდე უსმენს მოსწავლეებს, როდესაც ისინი საკუთარ აზრს, შეკითხვას, მოსაზრებას გამოხატავენ.

მასწავლებლის სოციალური და ემოციური კომპეტენციები

მოცემული ინსტრუმენტი[21] შემუშავებულია მასწავლებლის თვითრეფლექსიისთვის. შესაბამისად, მისი გამოყენება მონიტორინგის, გარე ან შიდა შეფასების პროცესში დაუშვებელია. მოცემული ინსტრუმენტით მასწავლებელი აფასებს საკუთარ სოციალურ და ემოციურ კომპეტენციებს. სასურველია, კითხვარი რომელიმე კლასის რამდენიმე მასწავლებელმა ინდივიდუალურად შეავსოს, შემდეგ კი ანალიზის შედეგები, შეხედულებები და შთაბეჭდილებები მასწავლებლებმა ერთმანეთს გაუზიარონ.

ინსტრუმენტის გამოყენების ინსტრუქცია:

- წაიკითხეთ თითოეული დებულება და გაიხსენეთ შესაბამისი კონკრეტული სიტუაცია, შემდეგ შეაფასეთ საკუთარი თავი და მონიშნეთ შესაბამისი უჯრა.
- როდესაც დაასრულებთ, დააკვირდით, რა ტენდენციები ვლინდება, რა უფრო მეტად გირთულდებათ და რა ნაკლებად. გახსოვდეთ, რომ ეს ინფორმაცია მხოლოდ თქვენთვისაა. ასე, რომ უპასუხეთ გულწრფელად, საკუთარი თავის განსჯის გარეშე.
- უფრო სიღრმისეული ანალიზისთვის გამოიყენეთ ინსტრუმენტის ბოლოს თანდართული კითხვები.

[21] Personal SEL Reflection Tool

თვითცნობიერება	ეს ჩემთვის ძალიან რთულია	ეს ჩემთვის ცოტა რთულია	ეს ჩემთვის საკმაოდ მარტივია	ეს ჩემთვის ძალიან მარტივია
შემიძლია საკუთარი ემოციების იდენტიფიცირება და სახელდება.				
ვიყენებ თვითრეფლექსიას, რათა გავიგო რა ფაქტორებმა განაპირობა ჩემი ემოციები და როგორ გავლენას ახდენს წარმოქმნილი ემოცია ჩემზე.				
ვხვდები როდის ახდენს ჩემი ემოციები, ფიქრები, განწყობები გავლენას ჩემს ქცევასა და რეაქციებზე, როგორც ნეგატიურს, ასევე პოზიტიურს.				
რეალისტურად ვაფასებ ჩემს შესაძლებლობებსა და სისუსტეებს.				
ვხვდები როგორ ყალიბდება ჩემი იდენტობა სხვა ადამიანების, კულტურის, გამოცდილებებისა და გარემოს შედეგად.				
ვხვდები და ხშირად ვაანალიზებ იმას, თუ როგორ განსაზღვრავს ჩემი იდენტობა ჩემს ხედვებს, წარმოდგენებს, დამოკიდებულებებს, როგორც პოზიტიურს, ასევე ნეგატიურს.				
მჯერა, რომ ვისწავლი უფრო მეტს და განვვითარდები, რათა კიდევ უფრო მეტად დავეხმარო მოსწავლეებს წარმატების მიღწევაში.				
მჯერა, რომ შემიძლია გავლენა მოვახდინო ჩემს მომავალზე და მივაღწიო ჩემს ამბიციებს.				
ვხედავ, რომ დაფასებული ვარ სამსახურში, ოჯახსა და თემში.				

თვითრეგულაცია	ეს ჩემთვის ძალიან რთულია	ეს ჩემთვის ცოტა რთულია	ეს ჩემთვის საკმაოდ მარტივია	ეს ჩემთვის ძალიან მარტივია
შემიძლია გავუმკლავდე ჩემს ემოციებს ისე, რომ მათ არ ჰქონდეთ ნეგატიური გავლენა სხვებზე.				
შემიძლია გავაგრძელო სვლა მაშინაც კი როცა იმედგაცრუებული ვარ.				
შემიძლია თავი დავიმშვიდო, როცა ვნერვიულობ ან სტრესის ქვეშ ვარ.				
მაქვს მაღალი მოლოდინები, რაც მაძლევს მოტივაციას ვიზრუნო საკუთარ და სხვების განვითარებაზე.				
ვმოქმედებ და ვცდილობ შეცვალო ის, რაც პირადად ჩემთვის ან საზოგადოებისთვის მნიშვნელოვანია.				
ვსახავ რთულ, თუმცა მიღწევად მიზნებს და მათ მისაღწევად საჭირო მკაფიო ნაბიჯებს.				
ვცვლი ჩემს სამომავლო გეგმებს ახალი ინფორმაციისა და რეალობის გათვალისწინებით.				

როდესაც მრავალი სხვადასხვა მოთხოვნა მაქვს შესასრულებელი, ვიყენებ სხვადასხვა სტრატეგიებს ენერგიისა და კონცენტრირების უნარის აღსადგენად.				
ჩემს სამსახურებრივ და პირად ცხოვრებას კარგად ვაბალანსებ.				

ურთიერთობები	ეს ჩემთვის ძალიან რთულია	ეს ჩემთვის ცოტა რთულია	ეს ჩემთვის საკმაოდ მარტივია	ეს ჩემთვის ძალიან მარტივია
შემიძლია ამოვიცნო სხვა ადამიანის ემოციები და პერსპექტივები როგორც ვერბალური, ასევე არავერბალური მინიშნებებით.				
ყურადღებას ვაქცევ რას განიცდიან სხვები და ვხვდები, რა გავლენა შეიძლება ჰქონდეს ჩემს სიტყვებსა და ქცევას მათ განცდებზე.				
გამოვხატავ მხარდაჭერას და მზრუნველობას, როდესაც ადამიანი თავს ცუდად გრძნობს ან გასაჭირშია.				
ვიაზრებ და ვიგებ სხვადასხვა რასის, ენთიკურობისა და კულტურის მქონე ადამიანთა პერსპექტივას.				
ჩემგან განსხვავებული მოსაზრებების მქონე ადამიანებისგან ყოველთვის რაღაცას ვსწავლობ.				
ვაკვირდები და აღმოვაჩენ ჩემი მოსწავლეებისა და მათი ოჯახების ძლიერ მხარეებს და განვიხილავ მათ როგორც ჩემს პარტნიორებს.				
ყურადღებით ვუსმენ სხვას და ვცდილობ კარგად გავიგო მისი აზრი.				
შემიძლია კარგად ვიმუშავო სხვასთან და შევქმნა კოლეგიალური ატმოსფერო.				
ვაკვირდები ამა თუ იმ სიტუაციაში ყველას ჰქონდა თუ არა თავისი მოსაზრების გაზიარების შესაძლებლობა.				
როცა ვინმეზე ნაწყენი ვარ, შემიძლია ველაპარაკო ამის შესახებ და მოვისმინო მისი პერსპექტივა.				
ვაღიარებ ჩემს შეცდომებს საკუთარ თავთან და სხვებთან, ვცდილობ მათ გამოსწორებას.				
კონფლიქტურ სიტუაციაში შემიძლია გავუმკლავდე საკუთარ დისკომფორტს, მოვუსმინო ყველა მხარეს და დავეხმარო სხვადასხვა პერსპექტივების გააზრებაში.				

დაფიქრდით თქვენ მიერ მონიშნულ პასუხებსა და საკუთარი სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარების მიმდინარე პროცესზე. თუ ფიქრობთ, რომ დებულებები, რომელშიც მონიშნეთ „მარტივად“ ან „ძალიან მარტივად“ ასახავს თქვენს ძლიერ მხარეებს:

- როგორ აისახება თქვენი აღნიშნული უნარები მოსწავლეებთან კომუნიკაციაში?
- განსაკუთრებით რომელი მათგანი გეხმარებათ პიროვნული და კოლექტიური მიზნების მიღწევაში?
- ყველაზე მეტად რომლით ამაყობთ?

თუ ჩათვალეთ, რომ ის დებულებები, რომელზეც მონიშნეთ „რთულად“ ან „ძალიან რთულად“, თქვენთვის გამოწვევაა და გაუმჯობესებას საჭიროებს:

- აირჩიეთ ორი ან სამი უნარი, რომლებიც ფიქრობთ, რომ დაგეხმარებათ პიროვნული და კოლექტიური მიზნებისკენ სვლაში.
- შეიმუშავეთ სტრატეგია, რომლის გამოყენებით ივარჯიშებთ აღნიშნული უნარების ყოველდღიურ პრაქტიკაში გამოყენებაზე.

და ზოგადად, როცა ფიქრობთ თქვენს პასუხებზე, რა იყო ისეთი რამაც ყველაზე მეტად გაგაკვირვათ? რა გაიგეთ ახალი საკუთარ თავზე?

ინსტრუმენტის გამოყენების შემდეგ, კოლეგასთან წყვილში, მცირე ჯგუფში ან მენტორთან ერთად იმსჯელეთ, თუ როგორ შეიძლება თქვენი სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარება.

სოციალურ-ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი მიდგომების თვითშეფასება

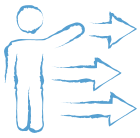
მოცემული თვითშეფასების ინსტრუმენტის[22] გამოყენებით მასწავლებელს შესაძლებლობა ექნება დაფიქრდეს სწავლების იმ ეფექტიან მიდგომებზე, რომელიც ახალისებს მოსწავ-ლეებში სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარებას. ინსტრუმენტი აფასებს ამავე სახელმძღვანელოს მესამე თავში განხილულ 10 ეფექტიან მიდგომას. შესაბამისად, მასწავლებელს შეუძლია თვითშეფასების გზით გააანალიზოს საკუთარი პრაქტიკა, ინ-სტრუმენტის შედეგების საფუძველზე დაგეგმოს, რომელ მიდგომებს ნერგავს სასწავლო პროცესში წარმატებით და რა მიმართულებით სჭირდება სამომავლოდ გაძლიერება.

ინსტრუმენტის გამოყენების ინსტრუქცია. დაფიქრდით, როგორია თქვენი ქცევა, სტილი და მიდგომა მოსწავლეებთან ყოველდღიურ საგაკვეთილო პროცესში. რამდენად ხშირად იყენებთ იმ მიდგომებს, რომელიც მიმართულია მოსწავლეებში სოციალური, ემოციური და აკადემიური უნარების გაუმჯობესებისკენ. ყურადღებით წაიკითხეთ ქვემოთ მოცემული დებულებები და შეაფასეთ საკუთარი პრაქტიკა 5 ბალიან სკალაზე, სადაც 1= „არასდროს“, 2= „ზოგჯერ“, 3= „ხშირად“, 4= „ძალიან ხშირად“, 5= „ყოველთვის“. საჭიროების შემთხვევაში ჩაწერეთ კომენტარი, რომელიც დაასაბუთებს თვითშეფასების ველში ჩაწერილ ქულას.

1. მოსწავლეზე ორიენტირებული დისციპლინა		
სეს პრაქტიკა	**თვითშეფასება**	**კომენტარი**
ა. ვუხსნი და ვესაუბრები მოსწავლეებს კლასში მიმდინარე ნებისმიერ პროცესზე.		
ბ. კლასის შეთანხმებების დარღვევის შემთხვევაში, ვიყენებ წესების ლოგიკურ შედეგებს.		
გ. კლასის შეთანხმებებს თანმიმდევრულად მივყვები და ვაახლებ მოსწავლეებთან ერთად.		

[22] Self-Assessing Social and Emotional Instruction and Competencies: A Tool for Teacher

დ. როცა მოსწავლე მიუღებელ ქცევას ავლენს, რეაგირებისას ვითვალისწინებ მის სოციალურ, ემოციურ, კოგნიტურ და გარემოში არსებულ ფაქტორებს.		
ე. სირთულეების წარმოქმნისას ვმართავ დისკუსიას, რათა მოსწავლეებთან ერთად გადავჭრათ საკლასო პრობლემები.		
ვ. ხშირად ვთხოვ მოსწავლეებს, დაფიქრდნენ საკუთარ ქცევაზე.		
ზ. ვასწავლი მოსწავლეებს იმ სტრატეგიებს, რომლითაც შეძლებენ სწავლის პროცესის ხელისშემშლელ ემოციებთან (მაგ, სტრესი, ფრუსტრაცია) გამკლავებას.		
თ. ვახდენ იმ სტრატეგიების მოდელირებას, რომელიც მოსწავლეებს დაეხმარება საკუთარი ქცევის მონიტორინგსა და რეგულაციაში.		



2. წახალისება-შექება		
სეს პრაქტიკა	**თვითშეფასება**	**კომენტარი**
ა. ვახალისებ პოზიტიური სოციალური ქცევების გამოვლინებას (მაგ, ვამჩნევ და აღვწერ მოსწავლის გაუმჯობესებულ უნარს).		
ბ. ვახალისებ პოზიტიური გუნდური მუშაობის უნარებს (მაგ, ვამჩნევ და აღვწერ ჯგუფური, წყვილური მუშაობის პროცესში გამოვლენილ პოზიტიურ მაგალითებს).		
გ. ვეხმარები მოსწავლეებს, დაინახონ, რა დადებითი შედეგები მოიტანა მათმა ძალისხმევამ.		

3. პასუხისმგებლობა და არჩევანი		
სეს პრაქტიკა	**თვითშეფასება**	**კომენტარი**
ა. ვეხმარები მოსწავლეებს, დაგეგმონ, როგორ ისწავლონ.		
ბ. ვრთავ მოსწავლეებს გადაწყვეტილების მიღების პროცესში, რათა მათთან ერთად დავგეგმო და განვსაზღვრო საკლასო სასწავლო პროცესის მიმდინარეობა.		
გ. ვაძლევ მოსწავლეებს კონკრეტულ რჩევებს დავალების, აქტივობის უკეთ შესრულებისთვის.		
დ. ვქმნი შესაძლებლობებს მოსწავლეებმა გააკეთონ არჩევანი და იფიქრონ არჩევანის პოტენციურ შედეგებზე.		
ე. ვქმნი შესაძლებლობებს, საკლასო პროცესში მოსწავლეებმა აიღონ პასუხისმგებლობა (მაგ. კონკრეტული როლები ჯგუფური მუშაობისას, თანატოლ-განმანათლებლობა და ა. შ.).		

4. მხარდამჭერი გარემო		
სეს პრაქტიკა	**თვითშეფასება**	**კომენტარი**
ა. ჩემი ქცევით გამოვხატავ პატივისცემას თითოეული მოსწავლისადმი (სახელით მიმართვა, თვალით კონტაქტი, მოსმენა).		
ბ. სწავლების პროცესში ვითვალისწინებ ჩემი მოსწავლეების ინტერესებსა და გამოცდილებებს.		
გ. მოსწავლეებს ვაგრძნობინებ, რომ მაღელვებს და მაინტერესებს, რა და როგორ ისწავლეს/სწავლობენ.		
დ. ვასწავლი მოსწავლეებს, რომ შეცდომები და არასწორი პასუხები ნორმალურია.		
ე. ხშირად ვამოწმებ, რა აწუხებთ ჩემს მოსწავლეებს როგორც აკადემიურ, ასევე არააკადემიურ საკითხებთან დაკავშირებით.		
ვ. სირთულეების წარმოქმნის შემთხვევაში მოსწავლეებს ვთავაზობ მხარდაჭერას.		
ზ. კლასში ვქმნი ისეთ სიტუაციას და გარემოს, სადაც ყველა მოსწავლე თავს ჩართულად და დაფასებულად გრძნობს.		

5. შეთანხმებული/გუნდური სწავლა		
სეს პრაქტიკა	**თვითშეფასება**	**კომენტარი**
ა. ვახალისებ მოსწავლეებში გუნდურად მუშაობას.		
ბ. ვქმნი ისეთ სასწავლო გარემოს, სადაც მოსწავლეები მიზნის მისაღწევად ერთმანეთზე არიან დამოკიდებულნი.		
გ. ჩემს მოსწავლეებთან პოზიტიური სოციალური უნარები მნიშვნელოვან ღირებულებად ითვლება.		
დ. ჯგუფური მუშაობების დროს პასუხისმგებლობას ვანიჭებ როგორც მთლიან ჯგუფს, ასევე თითოეულ მოსწავლეს.		
ე. ვაძლევ მოსწავლეებს შესაძლებლობას, მიიღონ თანატოლებისგან უკუკავშირი.		
ვ. ჯგუფების ჩამოყალიბებისთვის ვიყენებ სხვადასხვა სტრატეგიას, რათა ყველას ჰქონდეს ერთმანეთთან კომუნიკაციის შესაძლებლობა.		
ზ. ჯგუფური მუშაობების დროს ვაძლევ მოსწავლეებს უკუკავშირს, სადაც აღვწერ, თუ როგორ მიმდინარეობს მათი ერთობლივი სწავლისა და მუშაობის პროცესი.		

6. შეთანხმებული/გუნდური სწავლა		
სეს პრაქტიკა	**თვითშეფასება**	**კომენტარი**
ა. ვეხმარები მოსწავლეებს აქტიური მოსმენის ტექნიკების ათვისებაში		
ბ. ვეხმარები მოსწავლეებს ჯგუფური დისკუსიის დროს დააკვირდნენ და აღმოაჩინონ, როგორ სწავლობენ/იგებენ ახალს თავიანთი თანატოლისგან.		
გ. ვეხმარები მოსწავლეებს მკაფიოდ და ეფექტიანად შეძლონ საკუთარი მოსაზრების გამოხატვა.		
დ. ჯგუფურ დისკუსიებში საკითხს, თემას სიღრმისეულად ვიკვლევ.		
ე. ვთხოვ მოსწავლეებს ჯგუფური დისკუსიების დროს დაფიქრდნენ თანატოლის მოსაზრებაზე და დაუკავშირონ ის საკუთარ აზრს.		

7. თვითშეფასება და თვითრეფლექსია		
სეს პრაქტიკა	**თვითშეფასება**	**კომენტარი**
ა. თითოეულ გაკვეთილზე ვაცნობ მოსწავლეებს გაკვეთილის მიზანს.		
ბ. ვეხმარები მოსწავლეებს დაფიქრდნენ მათ პირად აკადემიურ მიზნებზე.		
გ. მოსწავლეებთან ვიყენებ ისეთ სტრატეგიებს, რომელიც დაეხმარება მათ საკუთარ სამუშაოზე რეფლექსიაში.		
დ. მოსწავლეებს ვუქმნი შესაძლებლობას აწარმოონ საკუთარი აკადემიური წინსვლისა და პროგრესის მონიტორინგი.		
ე. მოსწავლეებს ვუქმნი შესაძლებლობას აწარმოონ საკუთარი სოციალურ-ემოციური წინსვლისა და პროგრესის მონიტორინგი.		
ვ. მოსწავლეებს ვასწავლი ისეთ ტექნიკებსა და სტრატეგიებს, რომელიც დაეხმარება სწავლის პროცესზე რეფლექსიაში (მაგ, გრაფიკული ორგანაიზერები, ჟურნალები).		
ზ. მოსწავლეებს ვთხოვ საკლასო აქტივობების, გაკვეთილის შესახებ უკუკავშირს (დებრიფინგი, უკუკავშირის ფორმა, გამოკითხვა).		

8. დაბალანსებული სწავლა-სწავლება		
სეს პრაქტიკა	**თვითშეფასება**	**კომენტარი**
ა. ვაბალანსებ ჩემს მიდგომებს (მასწავლებლის მიერ მართულ პროცესსა და მოსწავლეების მიერ ინიცირებულს).		
ბ. სასწავლო წლის განმავლობაში მაქვს მინიმუმ 5-6 პროექტი, სადაც მოსწავლეები დასახულ პროექტზე დაახლოებით 1 კვირის განმავლობაში მუშაობენ.		

გ. ვეხმარები მოსწავლეებს აზროვნების გაფართოებაში (მაგ, როდესაც კითხვას პასუხს სცემენ, ვუსვამ დამატებით, დამაზუსტებელ შეკითხვებს)		
დ. ვიყენებ მრავალფეროვან სტრატეგიებს, რათა უზრუნველვყო მოსწავლეების აქტიური ჩართულობა საგაკვეთილო პროცესში.		
ე. ჩემ მიერ შეთავაზებული აქტივობები სახალისოცაა და შედეგზე ორიენტირებულიც.		
ვ. ვთხოვ მოსწავლეებს, იმუშაონ გარკვეული პროდუქტების შექმნაზე, რომელსაც სხვადასხვა ტიპის აუდიტორიას გაუზიარებენ (ოჯახის წევრები, სხვა კლასის მოსწავლეები, თემის წევრები).		

9. აკადემიური წნეხი და მოლოდინები

სეს პრაქტიკა	**თვითშეფასება**	**კომენტარი**
ა. ვაკვირდები აქტივობების, სავარჯიშოების სირთულის ხარისხს, როცა მოსწავლეები მარტივს კარგად უმკლავდებიან, ვთავაზობ უფრო რთულს.		
ბ. ვრწმუნდები, რომ მოსწავლეებს ესმით მათი პასუხისმგებლობა წარმატებასა თუ წარუმატებლობაზე.		
გ. ვასწავლი მოსწავლეებს, როგორ დააკავშირონ მათ მიერ გაღებული ძალისხმევა და შედეგი ერთმანეთთან.		
დ. მოსწავლეებს ვთავაზობ ისეთ აქტივობებს, ამოცანებს, სადაც არ არსებობს ერთი სწორი პასუხი.		
ე. მხარს ვუჭერ და ვეხმარები მოსწავლეებს, როცა ახალ რამეს სწავლობენ ან გამოწვევის წინაშე დგებიან.		

10. კომპეტენციების ჩამოყალიბება

სეს პრაქტიკა	**თვითშეფასება**	**კომენტარი**
ა. გაკვეთილზე ყოველთვის თავად ვაჩვენებ აქტივობის, ამოცანის შესრულების მაგალითს და შემდეგ ვთხოვ მოსწავლეებს, დამოუკიდებლად შეასრულონ.		
ბ. საკითხის, თემის შესწავლისას ვიყენებ მრავალფეროვან მეთოდებს (მაგ, მოდელირება, დემონსტრაცია, მინი-ლექცია და ა. შ.)		
გ. ვმსჯელობ მოსწავლეებთან ერთად, როგორ ისწავლონ უკეთ.		
დ. პრობლემის გადაჭრის გზების სასწავლებლად ვიყენებ მრავალფეროვან სტრატეგიებს (მაგ, ჩეკლისტები, გრაფიკული ორგანაიზერები, ვერბალური მინიშნებები).		
ე. მოსწავლეებს ვაწვდი ხშირ, აღწერით უკუკავშირს (როგორც სოციალურ, ასევე აკადემიურ უნარებთან დაკავშირებით).		

3. მოსწავლეებს ვაძლევ შესაძლებლობას, თავად შეასწორონ დაშვებული შეცდომები ჩემს უკუკავშირზე დაყრდნობით (როგორც სოციალურ-ემოციური, ასევე აკადემიური კუთხით).		
ზ. მოსწავლეებს ვაწვდი აღწერით უკუკავშირს დავალების შესრულების მომენტში.		
თ. მოსწავლეების მცდარ წარმოდგენებს/ სტერეოტიპებს ვიყენებ ჩემი გაკვეთილის დაგეგმვისა და განხორციელებისთვის.		

ქულების დათვლა, რეფლექსია და დაგეგმვა

ა. ქვემოთ მოცემული ცხრილის მიხედვით დაითვალეთ თქვენი ქულები თითოეულ მიდგომაში, შემდეგ კი გამოთვალეთ საშუალო ქულა.

ეფექტიანი მიდგომები	თქვენი ქულა/ მაქს.ქულა	საშუალო ქულა
1. მოსწავლეზე ორიენტირებული მიდგომა		
2. წახალისება შექების ნაცვლად		
3. პასუხისმგებლობა და არჩევანი		
4. მხარდამჭერი გარემო		
5. შეთანხმებული/გუნდური სწავლა		
6. ჯგუფური დისკუსია		
7. თვითრეფლექსია და თვითშეფასება		
8. დაბალანსებული სწავლა-სწავლება		
9. აკადემიური წნეხი და მოლოდინები		
10. კომპეტენციების ჩამოყალიბება		

ბ. ქულების დათვლის შემდეგ, დაფიქრდით მიღებულ შედეგებზე და რეფლექსიისთვის უპასუხეთ ქვემოთ მოცემულ კითხვებს.

შეკითხვა რეფლექსიისთვის	ჩემი რეფლექსია
რომელ მიდგომაში დააგროვეთ ყველაზე მაღალი ქულა? რატომ?	
რომელ მიდგომაში გამოვლინდა ყველაზე დაბალი ქულა? თქვენი აზრით, რატომ?	
რა მტკიცებულებებით შეგიძლიათ დაადასტუროთ მიღებული მაღალი და დაბალი ქულები?	
როგორ ფიქრობთ, თქვენი მოსწავლეები როგორ შეგაფასებდნენ?	
რამდენად ახდენს ზოგადად თქვენი სკოლის გარემო და კულტურა თქვენს თვითშეფასებაზე გავლენას?	
რა ტიპის მხარდაჭერა გჭირდებათ იმისთვის, რომ 10 ეფექტიანი მიდგომა სრულყოფილად დანერგოთ ყოველდღიურ სწავლა სწავლების პროცესში?	

გ. თვითშეფასებისა და რეფლექსიის განხორციელების შემდგომ განსაზღვრეთ სამოქმედო გეგმა. შეარჩიეთ 2-3 მიდგომა, რომელშიც თვლით, რომ მეტად გჭირდებათ გაძლიერება, განსაზღვრეთ კონკრეტული ნაბიჯები, როგორ დანერგავთ ყოველდღიურ საგაკვეთილო პროცესში, მოიფიქრეთ, რა რესურსები დაგჭირდებათ. 3 თვის შემდგომ თავიდან განახორციელეთ თვითშეფასება, რათა გააანალიზოთ მიღწეული შედეგები, განსახორციელებელი ცვლილებები და სამომავლო სამოქმედო გეგმა.

მიდგომა	ჩემი მიზანია	მიზნის მიღწევის აქტივობები

სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერა საგაკვეთილო პროცესში

მოსწავლეთა სოციალური და ემოციური კომპეტენციების ხელშეწყობა მასწავლებლის მხრიდან ხშირად მოითხოვს რეფლექსიას, დაფიქრებას იმაზე, თუ რა შემთხვევებია წარმატებული და პირიქით - გამოწვევებით სავსე. ქვემოთ მოცემული თვითშეფასების კითხვარი[23] სასურველია გამოიყენოთ სასწავლო წლის განმავლობაში 3-4 ჯერ, რათა შეაფასოთ თქვენი ძლიერი და გასაუმჯობესებელი მხარეები. კითხვარი აფასებს მასწავლებლის პრაქტიკის 2 მიმართულებას: სოციალური და ემოციური უნარების ინტეგრირებას აკადემიურ ინსტრუქციებში და მხარდამჭერ საკლასო კლიმატს.

ინსტრუმენტის გამოყენების ინსტრუქცია. გთხოვთ, ყურადღებით გაეცნოთ კითხვარის დებულებებს და მონიშნოთ სვეტში მოცემული სიხშირის ქულა თითოეული ინდიკატორის გასწვრივ. 1= იშვიათად 2= ზოგჯერ, 3= ხშირად, 4= ყოველთვის. „ზოგჯერ“ ან „იშვიათად“ პასუხების შემთხვევაში, დაფიქრდით, რა სტრატეგიების ცოდნა და რესურსების გამოყენება გჭირდებათ თქვენი პრაქტიკის გაუმჯობესებისთვის. ასევე მნიშვნელოვანია, დაფიქრდეთ, სად და როგორ მიიღებთ ამ ინფორმაციას.

[23] SEL in the Calssroom Self Assessment

	დებულებები	1	2	3	4
სოციალურ-ემოციური უნარების ინტეგრირება აკადემიურ მიზნებში	ვიყენებ SAFE სტრატეგიას მოსწავლეების სოციალური და ემოციური უნარების განვითარებისთვის.				
	სოციალური და ემოციური უნარების მხარდაჭერისას ჩემი მეთოდები მოსწავლეების განვითარებისა და კულტურის შესაბამისია.				
	მოსწავლეები მიზიარებენ თავიანთ მოსაზრებებს გაკვეთილის მსვლელობისას.				
	გაკვეთილზე მოსწავლეებში ვახალისებ თვითრეფლექსიას.				
	სოციალურ-ემოციური უნარები (ან სეს სტანდარტი) ჩაშენებულია ჩემს საგაკვეთილო გეგმაში/გაკვეთილში.				
	მოსწავლეები აკავშირებენ სოციალურ და ემოციურ უნარებს იმასთან, რასაც გაკვეთილზე ვსწავლობთ.				
	ვეხმარები მოსწავლეებს აკადემიური მიზნების დასახვაში.				
	სწავლისთვის ვარჩევ ისეთ შინაარსს, რომელიც დაკავშირებულია მოსწავლეების რეალურ გამოცდილებასთან.				
	ვგეგმავ ისეთ აქტივობებს, რომლითაც მოსწავლეებს შეუძლიათ ერთობლივად გადაჭრან პრობლემები.				
	საკლასო მუშაობისას დაბალანსებულია მასწავლებლის მიერ მართული აქტივობები და მოსწავლეთა ინიციატივები.				
	მოსწავლეებს ვამზადებ საკლასო დისკუსიებში ჩართვისთვის, ვასწავლი აქტიურ მოსმენასა და ერთმანეთის იდეების პატივისცემას.				
	მოსწავლეთა მოსაზრებების სიღრმისეულად გამოკვლევისთვის ვსვამ ღია შეკითხვებს.				
	ვიყენებ თანამშრომლობით მიდგომას, რომელიც მოითხოვს მოსწავლეების ერთმანეთთან კომუნიკაციას, შეთანხმებასა და პასუხისმგებლობების გაზიარებას.				
	მოსწავლეები აანალიზებენ, თუ რამ განაპირობა მათი გუნდური მუშაობის წარმატება/წარუმატებლობა და გეგმავენ გაუმჯობესების გზებს.				

მხარდამჭერი საკლასო კლიმატი	კლასში შემუშავებული გვაქვს გაზიარებული შეთანხმებები, თუ როგორ ვეპყრობით ერთმანეთს და რეგულარულად განვიხილავთ/საჭიროებისამებრ ვცვლით მათ.				
	მოსწავლეებთან კომუნიკაციისას გამოვხატავ თითოეულისადმი ინტერესს და პატივისცემას.				
	ხშირად ვამოწმებ, რას ფიქრობენ და როგორია ჩემი მოსწავლეების ხედვები, რასაც ვიყენებ შემდგომ საგაკვეთილო პროცესში.				
	ხელს ვუწყობ მოსწავლეების ერთმანეთთან სიახლოვეს, კლასსა და სკოლასთან მიკუთვნებულობის განცდის ჩამოყალიბებას.				
	ვცვლი მოსწავლეთა მცირე ჯგუფების შემადგენლობებს, რათა ყველამ შეძლოს ერთმანეთთან კომუნიკაცია.				
	ჩემი საკლასო გარემო, აქტივობები და ინტერაქცია აღიარებს მოსწავლეების განსხვავებულობას (მაგ: კულტურულ, ეთნიკურ, რელიგიურ მრავალფეროვნებას და სხვა).				
	საკლასო შეთანხმებების დარღვევის შემთხვევაში, ვრეაგირებ მშვიდად და ორიენტირებული ვარ სიტუაციის გამოსწორებისკენ (მაგ: ვიყენებ ემპათიურ მოსმენას, მე-შეტყობინებებსა და ღია შეკითხვებს).				

მოსწავლის სოციალური და ემოციური კომპეტენციები

ქვემოთ მოცემული ინსტრუმენტი შექმნილია მოსწავლეებისთვის და მოითხოვს ინდივიდუალურ ადმინისტრირებას. ინსტრუმენტის მრავალჯერადი გამოყენებით შესაძლებელია მოსწავლემ შეაფასოს საკუთარი სოციალური და ემოციური უნარების განვითარება და პროგრესი. ინსტრუმენტის შედეგები მნიშვნელოვანია მასწავლებლისთვისაც. კლასის საერთო მდგომარეობის შეფასებით, მასწავლებელს შეუძლია მკაფიოდ დაინახოს, თუ კონკრეტულად რომელ კომპეტენციაში - თვითცნობიერებაში, თვითრეგულაციასა თუ ურთიერთობების კუთხით არის საჭირო აქცენტის გაკეთება და საგაკვეთილო პროცესში მიზანმიმართული მუშაობა.

ინსტრუმენტის ინსტრუქცია მოსწავლეებისთვის: ყურადღებით წაიკითხე ქვემოთ მოცემული დებულებები. დაფიქრდი შენს თავზე, შენს ქცევებსა და ცხოვრებაზე. განსაზღვრე რამდენად შეგესაბამება მოცემული დებულებები. იყავი გულწრფელი, იმისთვის, რომ აღმოაჩინო, სად გჭირდება უფრო მეტი დახმარება და რომელი უნარის გაუმჯობესება. გამოიყენე სკალა, სადაც 1= დიახ; 2=ნაწილობრივ; 3= არა;

№		დებულება	შეფასება
1	თვითცნობიერება	შემიძლია 10-ზე მეტი ემოციის დასახელება	1 2 3
2		ამოვიცნობ საკუთარ ემოციებს, ვიცი რას ვგრძნობ	1 2 3
3		მიჭირს ზოგიერთი ემოციის იდენტიფიცირება	1 2 3
4		ვაკვირდები როგორ ახდენს გავლენას ჩემი ემოციები ჩემს ფიქრებზე	1 2 3
5		ვაკვირდები ჩემს სხეულს სხვადასხვა ემოციების დროს	1 2 3
6		შემიძლია აღვწერო რა შეგრძნებები მაქვს სხეულში სხვადასხვა ემოციების დროს	1 2 3
7		ვიცი რა არის ჩემი ძლიერი მხარეები	1 2 3
8		ვიცი რა არ გამომდის კარგად და რაში მჭირდება გაუმჯობესება	1 2 3
9		ვიცი რა გავლენა აქვს ჩემს კულტურას, ოჯახს ჩემს პიროვნებაზე	1 2 3
10		ვამჩნევ, რომ ზოგიერთი ჩემი წარმოდგენა გარემოს ზემოქმედების შედეგია	1 2 3
11		მაწუხებს რომ სხვები ჩემზე იმავეს არ ფიქრობენ, რასაც მე ვფიქრობ საკუთარ თავზე	1 2 3
12		ვამაყობ იმით, რაც კარგად გამომდის	1 2 3
13		ვფიქრობ, რაც კარგად გამომდის ჩემი მონდომების შედეგია	1 2 3
14		თუ რაღაცის ნიჭი არ გაქვს, იმას ვერ ისწავლი	1 2 3
15	თვითრეგულაცია	როცა ვბრაზდები, უკონტროლო ვხდები	1 2 3
16		როცა ვბრაზდები, ვიცი, როგორ უნდა დავმშვიდდე	1 2 3
17		როცა ვბრაზდები, საერთოდ არ გამოვხატავ	1 2 3
18		როცა ვბრაზდები, გამოვხატავ ისე, რომ მისაღები იყოს	1 2 3
19		მიჭირს ჩემი ემოციების შედეგად თავში გაჩენილი ფიქრების გაკონტროლება	1 2 3
20		შემიძლია შევცვალო ის ფიქრები, რომელიც ამა თუ იმ ემოციის გამო მიჩნდება	1 2 3
21		მიჭირს ჩემი ქცევების გაკონტროლება	1 2 3
22		სანამ რამეს გავაკეთებ, მანამდე ვფიქრობ ამ ქცევაზე	1 2 3
23		შემიძლია მოთმენა	1 2 3
24		თუ რამის გაკეთება მინდა, რაც არ უნდა გამიჭირდეს მაინც გავაკეთებ	1 2 3
25		თუ რამეს გაკეთებაში ხელი მეშლება, ვკარგავ მოტივაციას და თავს ვანებებ	1 2 3
26		შემიძლია ჩემთვის „უინტერესო“ საქმეც კი ვაკეთო, თუ ვიცი რომ ეს მნიშვნელოვანია	1 2 3
27		ვიცი რა მიზნები მაქვს სკოლაში	1 2 3
28		ვიცი რა მიზნები მაქვს ოჯახის წევრებთან და სკოლის წარმომადგენლებთან ურთიერთობაში	1 2 3

29		სკოლაში ჩემი მიზნების მისაღწევად ვგეგმავ შესაბამის პატარ-პატარა ნაბიჯებს	1	2	3
30		შეცდომების დაშვებას ყველაფერი მირჩევნია	1	2	3
31		შეცდომები მომდის, მაგრამ მათგან რაღაცას ვსწავლობ	1	2	3
32		ვიცი, როგორ ვაკონტროლო და გავანაწილო დრო	1	2	3
33	ურთიერთობები	თანატოლებთან კარგი ურთიერთობები მაქვს	1	2	3
34		მიჭირს იმათთან კომუნიკაცია, ვინც ჩემგან განსხვავებულია	1	2	3
35		მირჩევნია ისეთ მოსწავლეებთან ვიმეგობრო ვინც ჩემი ეროვნების და რელიგიის მქონეა	1	2	3
36		უფროსებთან კარგი ურთიერთობა მაქვს	1	2	3
37		უფროსებს ყველაფერს ვუჯერებ, მაშინაც კი, თუ მე სხვანაირად ვფიქრობ	1	2	3
38		ნებისმიერ სიტუაციაში შემიძლია ვთქვა რას ვფიქრობ ისე, რომ სხვებიც გავითვალისწინო	1	2	3
39		სხვებთან ერთად მუშაობას, ყოველთვის მარტო მუშაობა მირჩევნია	1	2	3
40		სხვებთან ერთად მუშაობა არ გამომდის	1	2	3
41		ჯგუფური მუშაობების დროს კარგად გამომდის შედეგის მიღწევა	1	2	3
42		როცა მესაუბრებიან გონება მეფანტება და კარგად ვერ ვუსმენ	1	2	3
43		როცა მესაუბრებიან მხოლოდ მოსაუბრის ნათქვამზე ვარ ორიენტირებული	1	2	3
44		თუ რამე მწყინს მეგობრისგან ან ჩემთვის მნიშვნელოვანი ადამიანისგან, მირჩევნია არ გამოვხატო	1	2	3
45		თუ რამე მწყინს ჩემთვის ნაკლებად მნიშვნელოვანი ადამიანისგან, საპასუხო რეაგირებაზე გადავდივარ	1	2	3
46		წყენას ყოველთვის გამოვხატავ, თუმცა მშვიდად	1	2	3
47		კონფლიქტი არასდროს მაქვს, რადგან ჩემი ეშინიათ	1	2	3
48		კონფლიქტურ სიტუაციებში ვცდილობ თავი გავიმართლო	1	2	3
49		კონფლიქტური სიტუაციები ვიცი როგორ უნდა მოვაგვარო	1	2	3
50		შემიძლია ნებისმიერ ადამიანს გულისყურით ვუსმინო	1	2	3

ქულების დათვლა. დაითვალეთ მოსწავლის მიერ დებულებებზე მონიშნული ქულა. გაითვალისწინეთ, რომ კითხვარში მოცემულია რევერსიული დებულები, შესაბამისად მათი ქულები პირიქით დაანგარიშდება (3, 11, 14, 15, 17, 19, 21, 25, 30, 34, 35, 37, 39, 40, 42, 44, 45, 47, 48). მაგალითად, მესამე დებულებაზე „მიჭირს ზოგიერთი ემოციის იდენტიფიცირება“, თუ მოსწავლემ მონიშნა „დიახ-1“, უწერთ არა ერთ, არამედ 3 ქულას. „ნაწილობრივ“- პასუხს ყოველთვის 2 ქულა ენიჭება. 50 და 50-თან ახლოს მყოფი ჯამური ქულა მიუთითებს კარგად განვითარებულ სოციალურ და ემოციურ- კომპეტენციებზე, ხოლო, რაც უფრო მაღალია მოსწავლის ქულა (70-ზე მეტი) მით უფრო მეტად სჭირდება სოციალური და ემოციური კომპეტენციების განვითარებაში მხარდაჭერა. დააკვირდით რომელ კომპეტენციაში უფრო მეტად სჭირდება მოსწავლეს მხარდაჭერა. გააანალიზეთ კლასში მიღებული ტენდენციები.

გაკვეთილში ჩართულობის რეიტინგული სკალა

სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერაზე ორიენტირებული მასწავლებელი, საგაკვეთილო პროცესში მოსწავლეებს რეგულარულად უბიძგებს რეფლექსიისკენ. რეფლექსიის პროცესში მოსწავლეები უფრო მეტად აკვირდებიან საკუთარ ემოციურ თუ კოგნიტურ პროცესებს, რაც თვითცნობიერების კომპეტენციების განვითარებაში მნიშვნელოვნად ეხმარებათ. მოსწავლეთა რეფლექსიის შედეგად შეგროვებული მონაცემები, ასევე, შესაძლებლობას აძლევს მასწავლებელს, დააკვირდეს მოსწავლეთა ჩართულობის დინამიკას საგაკვეთილო პროცესში და განახორციელოს შესაბამისი ცვლილებები.

კითხვარის გამოყენების ინსტრუქცია მოსწავლისთვის. საინტერესოა, რას ფიქრობდი და გრძნობდი დღევანდელი გაკვეთილის განმავლობაში. მონიშნე ის ქულა, რომელიც ყველაზე მეტად შეესაბამება შენს თავს. 1= საერთოდ არა, 2= მცირედ, 3= ნაწილობრივ, 4= ნამდვილად

	დებულებები	1	2	3	4
	დღევანდელ გაკვეთილზე ჩემი შესაძლებლობის მაქსიმუმი გამოვიყენე				
	დღევანდელ გაკვეთილზე ჩემი მოსაზრებები კლასელებს გავუზიარე				
	დღევანდელ გაკვეთილზე ჩემს კლასელს/კლასელებს დავეხმარე				
	დღევანდელი გაკვეთილი ჩემთვის ძალიან სახალისო იყო				
	გაკვეთილზე მოვიწყინე, ინტერესი დავკარგე				
	ჩემთვის სასიამოვნო იყო გაკვეთილის თემაზე ფიქრი				
	გაკვეთილზე ნასწავლი ჩემთვის საინტერესო იყო				
	დღევანდელ გაკვეთილზე ბევრი არ მიფიქრია				
	გაკვეთილზე კლასელთან/კლასელებთან ერთად ვიმუშავე				
	დღევანდელ გაკვეთილზე გამიჭირდა ჩემი აზრების გადმოცემა				
	დღევანდელი გაკვეთილით მიხვდი, რომ ახალი რამ ვისწავლე				
	მასწავლებლისა და კლასელების მოსმენა, მათი აზრების გაგება სასიამოვნო იყო				

ქვემოთ მოცემული ფერების კოდები აღნიშნავს მოსწავლის საგაკვეთილო პროცესში ჩართულობის სხვადასხვა განზომილებას. შეაჯერეთ კლასის მონაცემები და დააკვირდით, რომელ კომპონენტის გაძლიერებაა საჭირო თქვენს პრაქტიკაში. განიხილეთ შედეგები მოსწავლეებთან.

ემოციური ჩართულობა

სოციალური ჩართულობა

კოგნიტური ჩართულობა

სოციალური და ემოციური უნარები (6-12 კლასი)

კითხვარი განკუთვნილია მოსწავლეებისთვის მეექვსედან მეთორმეტე კლასის ჩათვლით და მისი მიზანია სოციალური და ემოციური კომპეტენციებში შემავალი ისეთი უნარების შეფასება, როგორიცაა შეუპოვრობა, ზრდაზე ორიენტირებული აზროვნება (Growth Mind-set), თვითრეგულაცია, თვითეფექტიანობა, სოციალური ურთიერთობები, სწავლის სტრატეგიები, საკლასო ძალისხმევა, სოციალური პერსპექტივის გაგება, სასკოლო კლიმატი, მიკუთვნებულობის განცდა, მასწავლებლისა და მოსწავლის ურთიერთობა, სასკოლო დაცულობა, მრავალფეროვნება და ინკლუზია, ჩართულობა, მოლოდინები, სასკოლო ღირებულებები, ემოციური კეთილდღეობა და მხარდამჭერი ურთიერთობები . კითხვარის გამოყენებით მასწავლებელი მნიშვნელოვან ინფორმაციას აგროვებს მოსწავლეების სოციალური და ემოციური უნარების შესახებ. კითხვარი შესაძლებელია მასწავლებელმა სასწავლო წლის დასაწყისში და დასრულებისას გამოიყენოს, რათა შეძლოს დინამიკაში უნარების პროგრესის შეფასება ან მიზნობრივად შეარჩიოს კითხვარის ცალკეული ფრაგმენტები და პერიოდულად შეაგროვოს ინფორმაცია მოსწავლეების თვალით დანახულ სხვადასხვა კომპონენტზე.

ინსტრუქცია მოსწავლისთვის. ყურადღებით წაიკითხე ქვემოთ მოცემული შეკითხვები ან დებულებები, დაუკავშირე საკუთარ თავს, შენს ფიქრებსა და დამოკიდებულებებს. მონიშნე ერთი, სავარაუდო პასუხების ველიდან. სანამ შევსებულ კითხვარს მასწავლებელს გაუზიარებ, დააკვირდი შენ მიერ მონიშნულ პასუხებს. როგორ აფასებ საკუთარ უნარებსა და დამოკიდებულებებს? როგორ ფიქრობ, რა უნდა გააკეთო იმისთვის, რომ შენი სოციალური და ემოციური უნარები კიდევ უფრო დაიხვეწოს და განვითარდეს?

შეუპოვრობა

შეკითხვა	სავარაუდო პასუხები				
რამდენად შეგიძლია ერთ რამეზე იყო კონცენტრირებული რამდენიმე თვის განმავლობაშიც კი?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
თუ მნიშვნელოვანი რამის გაკეთება არ გამოგივა, რამდენად ეცდები კიდევ?	ძალიან მცირედ	მცირედ	ნაწილობრივ	სავარაუდოდ საკმაოდ	სრულყოფილად
როდესაც რაღაცას აკეთებ, რაც შენგან დიდ ძალისხმევას მოითხოვს, რამდენად შეგიძლია მასზე ყურადღების კონცენტრირება მაშინაც კი, თუ ბევრი ყურადღების გამფანტველი ფაქტორი არსებობს?	საერთოდ არა	მცირედ	ნაწილობრივ	კარგად	ძალიან კარგად
თუ რაიმე მიზნის მისაღწევად პრობლემა წარმოიქმნება, რამდენად გააგრძელებ მისკენ სვლას?	საერთოდ არა	მცირედ	ნაწილობრივ	უფრო კი, ვიდრე არა	ძალიან
ზოგი ადამიანი ისახავს რამდენიმეწლიან მიზანს, ზოგი კი თავის მიზნებს ხშირად ცვლის. რამდენად დაისახავ მიზნებს მომდევნო 2-3 წლის პერიოდისთვის?	საერთოდ არა	ოდნავ სავარაუდოა	ნაწილობრივ	სავარაუდოდ კი	აუცილებლად

განვითარებაზე ორიენტირებული აზროვნება

სკოლაში ადამიანი კარგად სწავლობს თუ ცუდად, შეიძლება ბევრ რამეზე იყოს დამოკიდებული. თქვენ შეიძლება გრძნობთ, რომ ზოგი რამის შეცვლა თქვენთვის უფრო მარტივია, ვიდრე სხვისთვის ან პირიქით. როგორ ფიქრობთ, რამდენად შესაძლებელია ცვლილებები:					
თქვენს ნიჭიერებაში	არ იცვლება	მცირედ იცვლება	გარკვეულწილად იცვლება	დიდწილად იცვლება	მთლიანად შეიძლება იცვლებოდეს
საგნებისადმი დამოკიდებულებაში	არ იცვლება	მცირედ იცვლება	გარკვეულწილად იცვლება	დიდწილად იცვლება	მთლიანად შეიძლება იცვლებოდეს
თქვენს ინტელექტში	არ იცვლება	მცირედ იცვლება	გარკვეულწილად იცვლება	დიდწილად იცვლება	მთლიანად შეიძლება იცვლებოდეს
თქვენს ძალისხმევაში	არ იცვლება	მცირედ იცვლება	გარკვეულწილად იცვლება	დიდწილად იცვლება	მთლიანად შეიძლება იცვლებოდეს
კლასში კარგად მოქცევაში	არ იცვლება	მცირედ იცვლება	გარკვეულწილად იცვლება	დიდწილად იცვლება	მთლიანად შეიძლება იცვლებოდეს

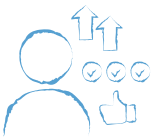
თვითრეგულაცია

ბოლო 30 დღის განმავლობაში.....					
რამდენად ხშირად ხარ მომზადებული სკოლისთვის?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ხშირად ასრულებ მასწავლებლის მითითებებს?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ხშირად ასრულებ დავალებას განსაზღვრულ დროში და არ იცდი ბოლო წუთამდე?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ხშირად ხარ შენს დავალებაზე კონცენტრირებული?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ინარჩუნებ სიმშვიდეს, მაშინაც კი თუ გაბრაზებენ?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ხშირად უსმენ ადამიანს ისე, რომ არ აწყვეტინებ საუბარს?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ხშირად ხარ ზრდილობიანი უფროსებთან?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ხშირად ხარ ზრდილობიანი შენს თანატოლებთან?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ხშირად აკონტროლებ შენს ემოციებს?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის

სოციალური ცნობიერება

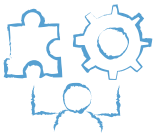
ბოლო 30 დღის განმავლობაში.....					
რამდენად ყურადღებით უსმენ სხვის აზრს?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად გაღელვებს, რას გრძნობენ სხვები?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ხშირად აქებ სხვას წარმატებისთვის?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად კომფორტულად ხარ მათთან, ვინც შენგან განსხვავებულია?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად მკაფიოდ შეგიძლია აღწერო შენი ემოციები?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
როცა სხვა არ ეთანხმება შენს აზრს, გრძნობ მის მიმართ პატივისცემას?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ხშირად შეგიძლია „ფეხზე წამოდგომა“ ისე, რომ სხვა არ დააზიანო?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად შეგიძლია არ დაეთანხმო სხვებს, მაგრამ არ წამოიწყო კამათი?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის

თვითეფექტურობა



რამდენად თავდაჯერებით შეგიძლია თქვა, რომ					
შეგიძლია სრულყოფილად შეასრულო საკლასო დავალებები	საერთოდ არა	ცოტათი	ნაწილობრივ	ძალიან	სრულად დარწმუნებული ვარ
კარგად გაიგო რთული და ჩახლართული საკითხები და გაკვეთილები	საერთოდ არა	ცოტათი	ნაწილობრივ	ძალიან	სრულად დარწმუნებული ვარ
ისწავლო ყველა ის საკითხი, რომელიც გაკვეთილზე მოგეწოდება	საერთოდ არა	ცოტათი	ნაწილობრივ	ძალიან	სრულად დარწმუნებული ვარ
შეასრულო გაკვეთილზე რთული დავალებები	საერთოდ არა	ცოტათი	ნაწილობრივ	ძალიან	სრულად დარწმუნებული ვარ
რასაც ახლა სწავლობ, შემდეგშიც, მაგალითად, მომავალ წელსაც გეცოდინება?	საერთოდ არა	ცოტათი	ნაწილობრივ	ძალიან	სრულად დარწმუნებული ვარ

სწავლის სტრატეგიები



როგორ ფიქრობ...					
სწავლისას, როცა „გაიჭედები“, რამდენად ცდი ახალ სტრატეგიას?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად დარწმუნებული ხარ, რომ სწავლის საუკეთესო სტრატეგიები გაქვს შერჩეული?	საერთოდ არა	ცოტათი	ნაწილობრივ	ძალიან	სრულად დარწმუნებული ვარ
როცა ახალი დავალება/პროექტი გაქვს გასაკეთებელი, რამდენად ფიქრობ, სანამ დაიწყებ, როგორ უნდა გააკეთო?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
მთლიანობაში, რამდენად გეხმარება შენი სტრატეგიები სწავლაში?	საერთოდ არ მეხმარება	მცირედ მეხმარება	ნაწილობრივ მეხმარება	მეხმარება	ძალიან მეხმარება

საკლასო ძალისხმევა

დაფიქრდი...					
რა ძალისხმევას დებ იმისთვის, რომ ჩართული იყო საკლასო დისკუსიებში?	საერთოდ არანაირს	მცირე ძალისხმევას	ნაწილობრივ ძალისხმევას	გარკვეულ ძალისხმევას	ჩემს მაქსიმალურ ძალისხმევას
როდესაც მასწავლებელი საუბრობს, რა ძალისხმევა გჭირდება, რომ ყურადღებით მოუსმინო?	საერთოდ არანაირს	მცირე ძალისხმევას	ნაწილობრივ ძალისხმევას	გარკვეულ ძალისხმევას	ჩემს მაქსიმალურ ძალისხმევას
რა ძალისხმევა გჭირდება საშინაო დავალებების შესასრულებლად?	საერთოდ არანაირს	მცირე ძალისხმევას	ნაწილობრივ ძალისხმევას	გარკვეულ ძალისხმევას	ჩემს მაქსიმალურ ძალისხმევას
რა ძალისხმევას ხარჯავ იმ მასალის სწავლაში, რომელსაც სკოლაში გასწავლიან?	საერთოდ არანაირს	მცირე ძალისხმევას	ნაწილობრივ ძალისხმევას	გარკვეულ ძალისხმევას	ჩემს მაქსიმალურ ძალისხმევას

სოციალური პერსპექტივის გაგება

დაფიქრდი...					
რამდენად რთულია შენთვის, გაიგო მასწავლებლის ხედვა, აზრი?	ძალიან რთულია	რთულია	ნაწილობრივ	არ არის რთული	საერთოდ არ არის რთული
რამდენად რთულია შენთვის, გაიგო, რას გრძნობს შენი მასწავლებელი გაკვეთილზე?	ძალიან რთულია	რთულია	ნაწილობრივ	არ არის რთული	საერთოდ არ არის რთული
რამდენად ხშირად ფიქრობ იმაზე, თუ რას ფიქრობს შენი მასწავლებელი?	რთულია	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
როცა შენი მასწავლებელი უფრო ცუდ განწყობაზეა, ვიდრე ჩვეულებრივ, რამდენად ცდილობ გაიგო ამის მიზეზი?	რთულია	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის

თვითეფექტურობა კონკრეტულ საგნებში

რამდენად თავდაჯერებით შეგიძლია თქვა, რომ					
შეგიძლია სრულყოფილად შეასრულო საკლასო დავალებები (საგანში)?	საერთოდ არა	ცოტათი	ნაწილობრივ	ძალიან	სრულად დარწმუნებული ვარ
კარგად გაიგო რთული და ჩახლართული საკითხები და გაკვეთილები (საგანში)?	საერთოდ არა	ცოტათი	ნაწილობრივ	ძალიან	სრულად დარწმუნებული ვარ
ისწავლო ყველა ის საკითხი, რომელიც გაკვეთილზე მოგეწოდება (საგანში)?	საერთოდ არა	ცოტათი	ნაწილობრივ	ძალიან	სრულად დარწმუნებული ვარ
შეასრულო გაკვეთილზე რთული დავალებები (საგანში?)	საერთოდ არა	ცოტათი	ნაწილობრივ	ძალიან	სრულად დარწმუნებული ვარ
რასაც ახლა სწავლობ, შემდეგშიც, მაგალითად, მომავალ წელსაც გეცოდინება? (საგანში)?	საერთოდ არა	ცოტათი	ნაწილობრივ	ძალიან	სრულად დარწმუნებული ვარ

ემოციური რეგულაცია

დაფიქრდი...					
როცა თავს დაძაბულად გრძნობ, რამდენად შეგიძლია თავი აკონტროლო?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად შეგიძლია ცუდი ხასიათიდან თავი „გამოიყვანო“?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
როცა შენს ირგვლივ ბრაზდებიან, რამდენად შეგიძლია შენ მშვიდად იყო?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
როცა რამეზე ნაწყენი ხარ, რამდენად ახერხებ წყენის განეიტრალებას?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
როცა რაღაცები ისე არ ხდება, როგორც გინდა, რამდენად ახერხებ მშვიდად ყოფნას?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის

სასკოლო კლიმატი

როგორ მიგაჩნია...					
რამდენად ხშირად გამოხატავს მასწავლებელი იმას, რომ სიამოვნებს თქვენი სწავლება?	არასდროს	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად სამართლიანი ან უსამართლოა თქვენი სკოლის ან კლასის წესები?	ძალიან უსამართლოა	ნაწილობრივ უსამართლოა	არც უსამართლოა და არც სამართლიანი	უფრო მეტად სამართლიანია	ძალიან სამართლიანია
რამდენად სასიამოვნო ან უსიამოვნოა შენი სკოლის გარემო?	ძალიან უსიამოვნოა	ნაწილობრივ უსიამოვნოა	არც უსიამოვნოა და არც სასიამოვნო	უფრო მეტად სასიამოვნოა	ძალიან სასიამოვნოა
რამდენად დადებითი ან უარყოფითი დამოკიდებულებაა სკოლაში ერთმანეთის მიმართ?	ძალიან უარყოფითი	ნაწილობრივ უარყოფითი	არც უარყოფითია და არც დადებითი	უფრო მეტად დადებითი	ძალიან დადებითი
შენს სკოლაში რამდენად ხელს გიშლის ან გეხმარება სწავლაში თანაკლასელების ქცევა?	ძალიან მიშლის ხელს	ნაწილობრივ ხელს მიშლის	არც ხელს მშლის და არც მეხმარება	უფრო მეტად მეხმარება	ძალიან მეხმარება

მოსწავლე-მასწავლებლის ურთიერთობა

როგორ გგონია...					
რამდენი მასწავლებელი ამჟღავნებს შენ მიმართ პატივისცემას?	არც ერთი	ცოტა	თითქმის ნახევარი	უმეტესობა	ყველა
თუ მოწყენილი, გაბრაზებული ხარ, რამდენი მასწავლებელი დაინტერესდება, რა გჭირს?	არც ერთი	ცოტა	თითქმის ნახევარი	უმეტესობა	ყველა
თუ დავალებას თავი ვერ გაართვი, რამდენი მასწავლებელი დაგეხმარება?	არც ერთი	ცოტა	თითქმის ნახევარი	უმეტესობა	ყველა
რამდენ მასწავლებელს აინტერესებს შენი ინტერესები?	არც ერთი	ცოტა	თითქმის ნახევარი	უმეტესობა	ყველა
რამდენი მასწავლებელი შეინარჩუნებს სიმშვიდეს, თუ ცუდად მოიქცევი?	არც ერთი	ცოტა	თითქმის ნახევარი	უმეტესობა	ყველა

მიკუთვნებულობის განცდა

რას ფიქრობ...					
რამდენად აღგიქვამენ შენს სკოლაში როგორც ინდივიდუალურ პიროვნებას?	საერთოდ არა	მცირედ	ნაწილობრივ	საკმაოდ	სრულიად
რამდენად გრძნობ სიახლოვეს მასწავლებლებთან?	საერთოდ არა	მცირედ	ნაწილობრივ	საკმაოდ	სრულიად
რამდენად გრძნობ სიახლოვეს თანაკლასელებთან?	საერთოდ არა	მცირედ	ნაწილობრივ	საკმაოდ	სრულიად
რამდენად გრძნობ სიახლოვეს სკოლის ადმინისტრაციასთან?	საერთოდ არა	მცირედ	ნაწილობრივ	საკმაოდ	სრულიად
მთლიანობაში, რამდენად გრძნობ კავშირს შენსა და სკოლას შორის?	საერთოდ არა	მცირედ	ნაწილობრივ	საკმაოდ	სრულიად

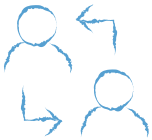
სასკოლო უსაფრთხოება

როგორ მიგაჩნია...					
რამდენად ვლინდება ერთმანეთისადმი უპატივცემულობა შენს სკოლაში?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ყოფილა ბულინგის შემთხვევები შენ მიმართ?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ხედავ ძალადობას შენს სკოლაში?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად არის უსამართლობა შენს სკოლაში?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
თუ სკოლაში ვინმეს აბულინგებენ, რამდენად ეხმარებიან მას უფროსები?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ხშირია ფიზიკური დაპირისპირება შენს სკოლაში?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის

მრავალფეროვნება და ინკლუზია

დაფიქრდი...					
რამდენად ხშირად ატარებ დროს განსხვავებულ (სსსმ, ეროვნება, რელიგია) მოსწავლესთან?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად პოზიტიურად არიან მოსწავლეები განწყობილი რაიმე ნიშით განსხვავებული მოსწავლეების მიმართ?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად სამართლიანად ექცევიან მასწავლებლები რაიმე ნიშნით განსხვავებულ მოსწავლეებს?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად დაფასებულად გრძნობენ თავს რაიმე ნიშნით განსხვავებული მოსწავლეები სკოლაში?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის

ჩართულობა



როგორ ფიქრობ...					
რამდენად ჩართული ხარ საკლასო მუშაობაში?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად არის შენი ყველა თანაკლასელი გაკვეთილში ჩართული?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად გაძლევს საკლასო აქტივობები შესაძლებლობას, იყო აქტიურად ჩართული?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
როცა სკოლაში არ ხარ, რამდენად ხშირად ესაუბრები თანაკლასელებს სკოლის შესახებ?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის

აკადემიური მოლოდინები

როგორ მიგაჩნია...					
რამდენად ხშირად გთხოვს მასწავლებელი დაასაბუთო შენი პასუხი?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
როდესაც რაღაც გიძნელდება, რამდენად გიბიძგებს მასწავლებელი, ისევ სცადო?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად რწმუნდება მასწავლებელი, გაიგე თუ არა გაკვეთილი?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად ფიქრობს მასწავლებელი, რომ შენ შეგიძლია კარგად ისწავლო?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის

სკოლისადმი დამოკიდებულება

დაფიქრდი...					
რამდენად საინტერესოა, რასაც სკოლაში სწავლობ?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად იყენებ სკოლაში მიღებულ ცოდნას ყოველდღიურ ცხოვრებაში?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად მნიშვნელოვანია შენთვის, იყო სკოლაში წარმატებული?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად გამოგადგება სკოლაში მიღებული ცოდნა მომავალში?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის
რამდენად დადებითად აფასებ სკოლას?	საერთოდ არა	იშვიათად	ზოგჯერ	ხშირად	ყოველთვის

პოზიტიური ემოციები

ბოლო 1 კვირის განმავლობაში, რამდენად ხშირად განიცადე					
აღფრთოვანება	თითქმის არასდროს	ერთხელ	ზოგჯერ	ხშირად	თითქმის ყოველდღე
ბედნიერება	თითქმის არასდროს	ერთხელ	ზოგჯერ	ხშირად	თითქმის ყოველდღე
კმაყოფილება	თითქმის არასდროს	ერთხელ	ზოგჯერ	ხშირად	თითქმის ყოველდღე
სიამოვნება	თითქმის არასდროს	ერთხელ	ზოგჯერ	ხშირად	თითქმის ყოველდღე
მხიარულება	თითქმის არასდროს	ერთხელ	ზოგჯერ	ხშირად	თითქმის ყოველდღე

მძაფრი ემოციები

ბოლო 1 კვირის განმავლობაში, რამდენად ხშირად განიცადე					
ბრაზი	თითქმის არასდროს	ერთხელ	ზოგჯერ	ხშირად	თითქმის ყოველდღე
მოწყენა	თითქმის არასდროს	ერთხელ	ზოგჯერ	ხშირად	თითქმის ყოველდღე
სიმარტოვე	თითქმის არასდროს	ერთხელ	ზოგჯერ	ხშირად	თითქმის ყოველდღე
ღელვა	თითქმის არასდროს	ერთხელ	ზოგჯერ	ხშირად	თითქმის ყოველდღე
იმედგაცრუება	თითქმის არასდროს	ერთხელ	ზოგჯერ	ხშირად	თითქმის ყოველდღე

მხარდამჭერი ურთიერთობები

დაფიქრდი...	არა	კი
არის თუ არა სკოლაში ისეთი პირი, რომელიც ნებისმიერ რამეში დაგეხმარება?		
არის თუ არა სკოლის გარეთ სხვა პირი, რომელიც ნებისმიერ რამეში დაგეხმარება?		
გყავს თუ არა სკოლაში ისეთი მეგობარი, რომელიც ნებისმიერ რამეში დაგეხმარება?		
გყავთ თუ არა სკოლაში ისეთი მასწავლებელი/პირი, რომელთანაც ზუსტად ისეთი შეგიძლია იყო, როგორიც ხარ?		
გყავთ თუ არა სკოლის გარეთ ადამიანი, რომელთანაც ზუსტად ისეთი შეგიძლია იყო, როგორიც ხარ?		

დოკუმენტში არსებული ცხრილების, სურათებისა და დანართების სარჩევი

სურათი 1. გრძნობების თერმომეტრი 34

სურათი 2. ემოციების კალენდარი 34

სურათი 3. ძლიერი მხარეებისა და საჭიროებების იდენტიფიცირება 34

სურათი 4. ემოციებთან გამკლავება 35

სურათი 5. მიზნების დასახვის აქტივობა 36

სურათი 6. კონფლიქტის ესკალატორი 36

სურათი 7. მე-შეტყობინებების მაგალითები 37

სურათი 8. მომზადების ეტაპის ნაბიჯები 39

ცხრილი 1. სოციალური და ემოციური კომპეტენციები და უნარები 8

ცხრილი 2. სოციალური და ემოციური კომპეტენციების სტანდარტი 9

ცხრილი 3. სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდაჭერის 4 ელემენტი SAFE სტრატეგიის მიხედვით 15

ცხრილი 4. საკლასო ოთახში მერხების განლაგების 6 ფორმატი 21

ცხრილი 5. საკლასო შეთანხმებებზე რეფლექსია 24

ცხრილი 6. სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მოდელირება 26

ცხრილი 7. მოდელირების სავარჯიშო ცხრილი მასწავლებლისთვის 28

ცხრილი 8. სოციალური და ემოციური კომპეტენციების მხარდამჭერი მეთოდები 31

ცხრილი 9. მომზადების ეტაპზე მასწავლებლის მიერ პირველადი მონაცემების შეგროვება 40

ცხრილი 10. მასწავლებლის სამოქმედო გეგმის ნიმუში 42

ცხრილი 11. შეფასების პროცესში გასათვალისწინებელი პრინციპები 52

ჩანართი 1. აკადემიურ მიზნებში ინტეგრირებული სოციალურ-ემოციური უნარების გაკვეთილის გეგმის ნიმუში ქართულ ენასა და ლიტერატურაში 44

ჩანართი 2. აკადემიურ მიზნებში ინტეგრირებული სოციალურ-ემოციური უნარების გაკვეთილის გეგმის ნიმუში მათემატიკაში 47