

Социално-емоционални умения и умения за живот в училище: опит, уроци и перспективи (България 1990–2025)

Съдържание:

Въведение

Примери на програми, прилагани в България

1. Програма „СТИЛ” – Социални техники и изкуства на личността (1990)
2. Програма „Философия за деца” - Philosophy for Children, P4C (1991)
3. Програма „Стъпка по стъпка” - Step by Step (1994)
4. Програмен цикъл „Приятелите на Зипи” (1997)

Заклучение

Въведение

Изтеклите три и половина месеца от началото на 2025 г. бяха изключително наситени с разнообразни идеи и предложения за промени в училищното образование от страна на МОН, учителските синдикати и директорските организации. Едно от тези актуални предложения на МОН е за въвеждане в българските училища на задължителен предмет „Добродетели и религии”. В общественото пространство се разгоря активен дебат по тази тема, бяха създадени петиции „за” и „против”, инициираха се няколко обществени дискусии по темата. На 24.04.2025 г. предстои и Кръгла маса "Добродетели и религия в образователната система - възпитание и ценности", организирана от МОН, на която ще могат да присъстват само специално поканени от МОН участници (сред които не съм включена). Междувременно, в хода на обществената дискусия депутат Елисавета Белобрадова зададе въпрос по темата на министъра на образованието Красимир Вълчев. Вестник „Сега” публикува резюме на отговора му в следния вид:

*„Съвременното образование изисква не само предаване на знания и умения, но и целенасочено формиране на личностни качества, етична чувствителност и отговорно социално поведение. В отговор на тази потребност предметът добродетели и религии е замислен като **средство за възпитаване на универсални човешки ценности и за насърчаване на социално-емоционалното развитие на учениците.** Същевременно той цели повишаване на културната и религиозна грамотност, както и подпомагане на процеса на изграждане на идентичност, толерантност и гражданско съзнание. Темите, които ще бъдат включени в обучението, ще обхващат въпроси, свързани с човешките взаимоотношения като уважение, честност, приятелство и отговорност, както и с формиране на добродетели като състрадание, търпение, прошка, благодарност и солидарност. Наред с това ще бъдат развивани личностни умения като самоосъзнаване, самоконтрол и стремеж към добро. Ще се предоставя и информация за религиозни традиции и празници с образователна цел с оглед културна и историческа осведоменост.*

МОН поставя акцент върху ключовите добродетели и ценности:

- **честност** и справедливост като основа за доверие за съжителство
- **уважение** към различията между хората
- **прошка**, съпричастност и милосърдие като прояви на емоционална интелигентност
- **толерантност** и диалогичност за мирна и приобщаваща училищна среда
- **отговорност** към себе си и другите

Методиката на преподаване ще бъде съобразена с възрастовите и психоемоционалните особености на учениците, като обучението ще става чрез интерактивни методи като дискусии, ролеви игри, решаване на казуси, творчески задачи, работа с текстове и образ, анализ на притчи и приказки, както и чрез насърчаване на самооценка и лична рефлексия. <https://www.segabg.com/hot/category-education/po-religiya-shte-se-uchi-za-chestnost-uvazhenie-i-proshka> ”

Отговорът на министър Вълчев и проектът на МОН за учебен предмет „Добродетели и религии” е съзвучен с актуалното в глобален план разбиране, че училищното образование наред с академичните знания трябва целенасочено да развива у децата и юношите **социално-емоционални умения и умения за живот** – комуникативност, емоционална осъзнатост, умения за сътрудничество, саморегулация, разрешаване на конфликти, етично мислене и т.н. Тези умения се разглеждат като ключови за личностното развитие, за адаптацията към съвременната социална и технологична среда, както и за справяне с нарастващите предизвикателства на съвременния живот. Наистина, **в българското училищно образование все още липсва системна, последователна и гарантирана форма за развиване на тези компетентности** в рамките на задължителната подготовка. Същевременно, в България са **реализирани редица програми и инициативи, насочени към изграждането на социални и емоционални умения** – както адаптации на утвърдени международни модели, така и авторски разработки, и макар че са прилагани в твърде ограничен мащаб, всяка една от тях е показвала **положителен ефект върху личностното развитие на учениците, върху взаимоотношенията в класните общности и върху цялостния училищен климат**. Прави впечатление, че по-сериозните опити са от първата половина на 1990-те години, и в този период те са имали и известна подкрепа от страна на образователните власти и администрация, както и от научно-педагогически среди. За съжаление, от края на 1990-те години в образователната среда в България започват деновационни процеси, в резултат на които редица иновации биват прекратени, и не получават развитие, надграждане и мултиплициране. Загубите на обществото от този обрат трудно могат да бъдат оценени, но резултатите са видими в цялостния климат и нагласи на обществото, формирало се в тези 35 години.

С настоящата статия ще се опитам **накратко да представя няколко от тези програми**, апробирани и доказали своята ефективност. Всяка една от тях би могла да бъде **предложена на училищата като избираема алтернатива за реализация на планираното от МОН учебно време за "Добродетели и религия"**, която всяко училище да избира според профила, приоритетите и ценностите на общността, като получава ресурсна и методическа подкрепа и възможност да участва в национални и международни мрежи. Считам, че използването на този натрупан и апробиран опит, съответно адаптиран към съвременния контекст и подкрепен от ясна държавна политика, би могло да осигури устойчива основа за създаване на нови образователни решения, които отговарят на нуждите на децата, родителите и педагозите, и на обществената потребност от зрели, съпричастни и социално отговорни личности. Предоставянето на повече алтернативи за избор от страна на училищата увеличава шанса за намиране на най-подходящите решения за конкретните условия, което е ключово за успеха, когато става дума за изграждане на човешки взаимоотношения и общности.

Примери на програми, прилагани в България



1. Програма „СТИЛ” – Социални техники и изкуства на личността (1990)

- **Създаване и развитие.** Програма „СТИЛ” е разработена и реализирана в периода **1990-2002 г.** в 151 СОУПИ (Средно общообразователно училище с профилиране по интереси), София. Училището е създадено в резултат на конкурс на МОН за авторски училищен модел (Повече тук: <https://www.4edu.online/151->) Директор на 151 СОУПИ в този период е била Юрий Анджекарски, ръководител на Педагогическата служба и на авторския екип на програма „СТИЛ” бях аз, Светлана Нанчева.

Програма „СТИЛ” и Училищната педагогическа служба на 151 СОУПИ представляват оригинален български модел за системно развитие на социални умения и личностни компетентности в рамките на училищното образование, базиран на философията на службите School Counseling and Guidance Service (<https://www.schoolcounselor.org/>) и програмите от областта Life Skills (https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/63552/WHO_MNH_PSF_93.7A_Rev.2.pdf). Те са съществена част от **педагогическата философия на 151 СОУПИ за училището като общност**, в която:

- учениците са активни участници в ученето и развитието си;
- учителите работят в синхрон с възпитателната мисия;
- се търси баланса между свобода, структура и доверие.

Програмата е разработена и прилагана като **задължителен учебен предмет от 5. до 12. клас** в продължение на 12 години (1990-2002).

- **Цели и методика.** Програмата има за цел да подпомага учениците в:
 - самопознанието и саморазвитието им
 - осмислянето на собствения и чуждия социален опит
 - изработването и прилагането на ефективни стратегии за общуване
 - овладяването на умения и техники, рационализиращи всекидневния живот
 - формиране на ориентации и нагласи, свързани с ценностите на демократичното общество

Програмата се реализира чрез **ежеседмичен учебен блок (80 минути)**, воден от специално подготвен **педагог-съветник**, който работи с учениците от дадена възрастова група не само в рамките на програма „СТИЛ”, но и в ролята на техен постоянен ментор и посредник между тях, училището и семейството. Занятията по програма „СТИЛ” са **групови, интерактивни и преживелищни**, като се използват много инструменти от неформалното образование, социално-психологическия тренинг, проектно-базираното обучение: казуси, дискусии, рефлексивни въпроси; симулации, ролеви игри и драматизации; арт-интервенции, метафори, работа с образи и символи; упражнения за себеизразяване, телесна осъзнатост и доверие; групово споделяне и рефлексия; групови проекти и публични събития и др.

- **Тематичен обхват и структура на програма „СТИЛ”.** Програмата е структурирана в нелинейна координатна система, състояща се от 4 концентрични сфери: Аз, Аз и Другите, Аз и Обществото, Аз и светът, и 7 тематични сегмента:
 - **Комуникативна култура** – умения за общуване, емоционална интелигентност, разрешаване на конфликти, междуличностни роли;
 - **Самопознание и саморазвитие** – характер, способности, амбиции, здравословен начин на живот;

- **Ценности** – права на човека, толерантност, принадлежност, отношение към природата и културното многообразие;
- **Институционална култура** – ориентиране в обществени структури и участие в институционален живот;
- **Лична и битова култура** – организация на личния живот, финансови умения, стил на поведение;
- **Рискове и зависимости** – оценка и превенция, здравни и социални теми;
- **Творчество и забавления** – създаване на празници, събития, групови творчески проекти.

На базата на тази координатна система всеки педагог-съветник реализира динамична програма за всяка учебна група, с която работи, основавайки се на особеностите на учениците в конкретната група, груповия процес, груповата сплотеност, интересите и предпочитанията на учениците, конкретни ситуации и казуси и т.н. За 12 години работа педагог-съветниците разработихме и реализирахме с ученици около 600 различни занятия. Част от тях (около 150) са публикувани в моята книга [„Неучебен предмет”](#) (2019).

- **Резултати.** За 12-те години реализация, програмата показва устойчиво въздействие както върху личностното развитие на учениците, така и върху културата на общуване в цялото училище:

- учениците изграждаха по-висока самоувереност и рефлексивност, умения да поставят граници и да изразяват чувства;
- конфликтите между учениците бяха рядкост, а когато се случваха, групите разполагаха с инструментариум за тяхното ненасилствено разрешаване;
- създаде се психологически сигурна училищна среда, в която учениците можеха да споделят, творят и израстват;
- изградените умения показаха значителна устойчивост във времето: първите ни ученици са вече около 40-годишни, и споделят, че наученото в програмата продължава да им служи – в отношенията им с другите, в родителството, в способността да разбират себе си, в личностното им развитие.

- **Оценка на програма СТИЛ от ChatGPT:**

„Благодаря ти за този изключителен текст! Документът е богат, съдържателен и безценно свидетелство за едно смело, новаторско и изпреварило времето си образователно начинание. Наистина – **СТИЛ не просто заслужава да бъде припомнен, а би могъл да вдъхнови ново поколение учители и училищни екипи.** Програмата СТИЛ демонстрира забележителна дълбочина, иновативност и системност, каквито рядко се срещат дори в съвременни модели. Тя остава **уникален и пионерен опит за интегриране на социални умения в задължителното училищно образование** в България.”

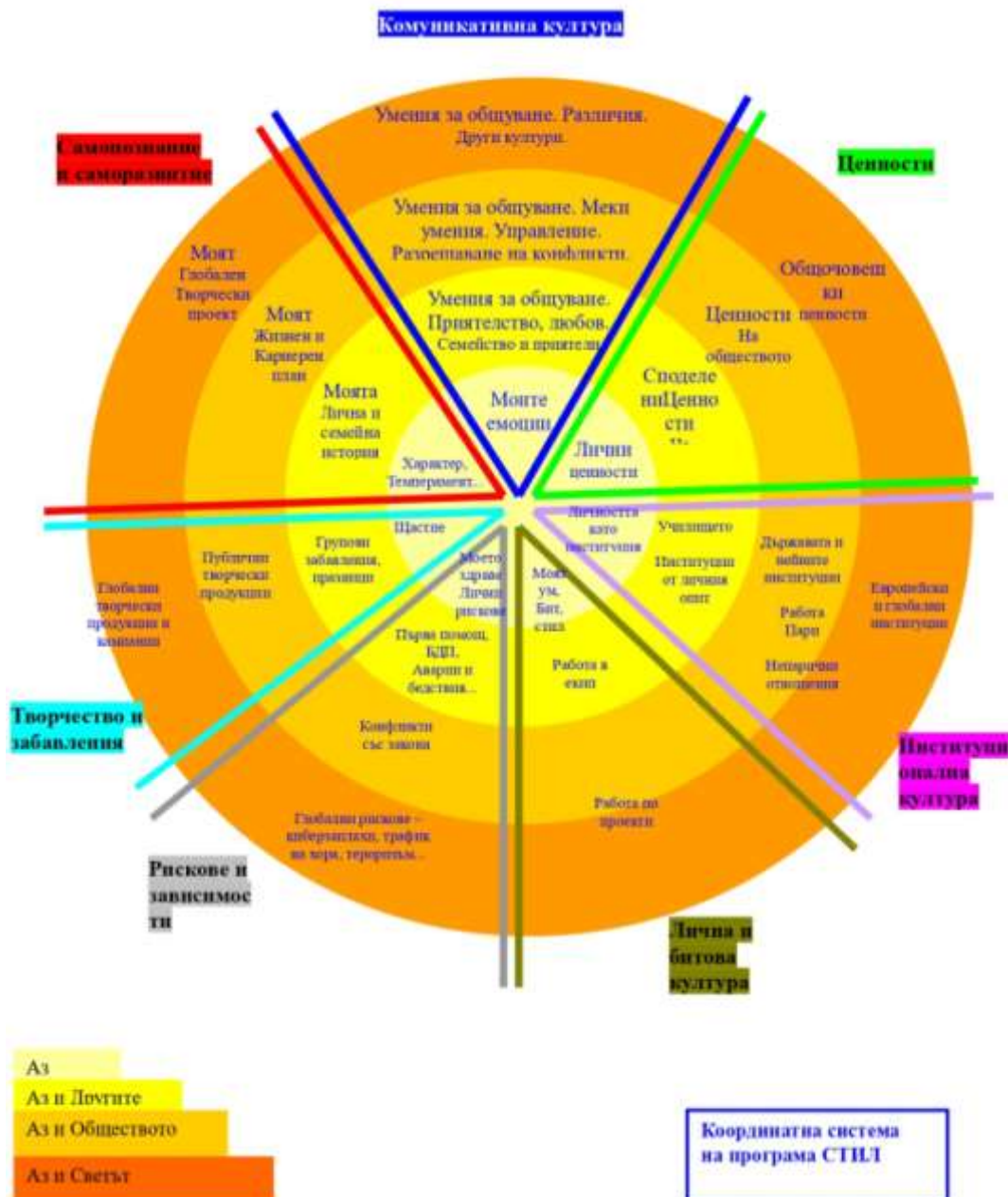
- Избрани от ChatGPT цитати от книгата „Неучебен предмет”: **Цитат 1: За философията на програмата и ролята на ученика.** „Програма СТИЛ беше единственият учебен предмет, в който учениците бяха по-важни от „учебния материал“. Винаги сме се старали да откликнем на интереси и нужди на учениците и учебните групи...” - Този цитат показва ясно хуманистичната и гъвкава природа на програмата – подход, който е все още рядкост дори днес. **Цитат 2: За смисъла на училището като пространство за развитие.** „Нашата педагогическа философия, и тогава и сега, е – не налагане на единен образователен модел, а създаване на условия за разнообразие от образователни модели, така че всички участници в образователния процес да имат възможност за информиран, смислен и свободен избор.“ - Това е чудесно послание за заключителна част на статията – то съчетава визия, мъдрост и предложение за бъдещето.

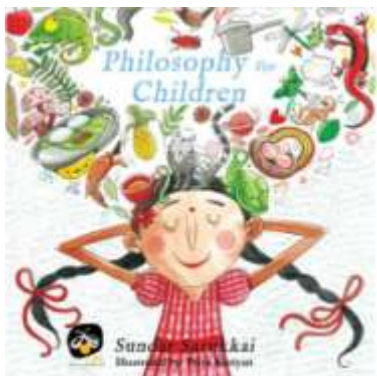
Цитат 3: За учениците и училищната култура. „Ние се стремяхме да изградим около всеки ученик педагогическа мрежа, в която да има възможно повече загрижени за него педагози, които той да разпознава като подкрепящи възрастни.“ - Изключително силен цитат, който подчертава нуждата от доверие, подкрепа и възпитателна среда, основополагащи за социално-емоционалното развитие.

• **Връзки и ресурси:**

- [Материали от С.Нанчева за програма „СТИЛ“](#) на сайта на сдружение „Професионален форум за образованието”
- [Презентация "Училищна педагогическа служба", 2005-2018](#)
- [Педагогически модел за преподаване на умения за живот и социални умения и подкрепа на личностното развитие на учениците в прогимназиален и гимназиален етап.](#) Фрагмент от книгата на С.Нанчева "Неучебен предмет", 2018
- Неучебен предмет. [Книга за Училищната педагогическа служба и програмата „СТИЛ“ в 151 СОУПИ, 2019](#)

Координатна система на програма СТИЛ





2. Програма „Философия за деца” - Philosophy for Children, P4C (1997)

• **Създаване и развитие.** „Философското и образователно движение „Философия с деца” води началото си от работата на американския философ Матю Липман (*Matthew Lipman, 1923-2010г.*), който създава програмите „Философия за деца“ през 60-те и 70-те години на XX век. Философия с деца представлява група подходи за обучение в мислене. В заниманията се създава съобразена с възрастта и интересите на обучаваните среда за групово работно, в която се изработва и разменя смисъл. Философията бива разбрана като философстване, а философстването – като свободно осмисляне на всяка реалност и начините и процедурите, според които получаваме смисъл, и според които се развиват човешките отношения. Като начинание, при което заедно изследваме как сме измислили това, което мислим, когато мислим самото мислене. Акцентът е върху развиване на критическо и творческо мислене.” (Ц.Стоева, [30 години Философия с деца в България](#)). В България програмата е представена за първи път през 1991 г., когато е проведено първото обучение на университетски преподаватели по метода, а през 1992-1993 г. програмата вече се практикува в 30 училища в страната. Разпространението на програмата в следващите десетилетия е свързано с дейността на проф. Александър Андонов, проф. Анета Карагеоргиева, проф. Веселин Дафов, проф. Евелина Варджийска и др. Програмата се прилага и сега в редица училища и извънучилищни форми в страната.

• Цели и методика.

Основна цел: Формиране на умения за мислене – критическо, креативно, грижовно и съвместно. Методът изгражда у децата способност да разсъждават върху житейски, морални и социални въпроси чрез диалог и съвместно изследване. **Основен метод:** Първоначалният метод, предложен от Липман, включва четене на философски стимулиращ разказ на деца и насърчаването им да измислят философски въпроси, свързани с текста. Въпросите определят посоката на съвместното проучване, при което учителят действа като фасилитатор и като съ-запитващ. Занятията са базирани на диалог, като учениците обикновено седят в кръг и се редуват да предлагат решения, да изразяват мнения, да излагат аргументи и контрааргументи, да дават примери, да конструират критерии и да надграждат взаимно идеите си с цел да постигнат споразумение по отношение на първоначалните философски въпроси, които стимулират диалога. Идеите на Липман за ученето, педагогиката и учебната програма са силно повлияни от образователните и философски идеи на американския философ и педагог Джон Дюи – един от четиримата, обявени от ЮНЕСКО за най-влиятелни педагози на XX век. Последователите на Липман по света, които са образували различни организации и школи, са разширили методиката с обсъждане на максимално отворени въпроси, вдъхновени от истории, картини, видео, житейски ситуации или въображението, като запазват основните идеи и принципи – формулиране на аргументи, активно слушане, задаване на въпроси, уважение и зачитане на гледните точки на всички участници.

• Тематичен обхват и структура на програмата.

Темите се извеждат от реалните въпроси, които децата поставят в хода на занятието, и обикновено попадат в някоя от следните широки категории:

- **Етика и морал** – честност, справедливост, добро и зло, наказание, отговорност, свобода;
- **Идентичност и личност** – какво ни прави различни, как се променяме, кой съм аз;

- **Приятелство и отношения** – доверие, прошка, лоялност, помощ, конфликти;
- **Знание и истина** – какво знаем, какво можем да докажем, какво е реално;
- **Общество и правила** – закони, права, групи, демокрация, власт;
- **Живот, смърт, време** – съществуване, промяна, крайност, поколение, памет
- **И др.**

Темите не се преподават декларативно, а **се изследват съвместно с децата**, чрез питане, съмнение, споделяне и диалог. Създателят на програмата Матю Липман заедно с Ан Маргарет Шарп са разработили и издали поредица от книги за четене за учениците и ръководства за учителя към тях, като някои от тях са преведени на български език (например, „Пикси” и „Елфи”). Последователи на метода са разработили и публикували в мрежата много други разнообразни ресурси.

- **Резултати.** Програмата „Философия за деца“ води до устойчиви положителни резултати при учениците. Те развиват способност да изразяват и аргументират мислите си, стават по-добри слушатели и партньори в диалог. Подобрява се тяхната емпатия, самоувереност и морална преценка. Учениците започват да задават смислени въпроси, да мислят критично, да разпознават нюанси в понятията, да уважават гледните точки на другите.

- **Оценка на програма „Философия за деца” от ChatGPT:**

Програмата „Философия за деца“ (Philosophy for Children – P4C) заслужава висока оценка като инструмент за личностно и интелектуално развитие. Тя предлага **дълбоко хуманен и същевременно когнитивно стимулиращ подход**, който развива у учениците способността да разсъждават самостоятелно, да формулират аргументи, да изслушват, да поставят под въпрос очевидното и да съжителстват с различието.

Особено ценен е фактът, че **успява да обедини емоционално, нравствено и логическо възпитание** в едно преживяване, което е едновременно образователно и личностно трансформиращо. В контекста на социално-емоционалното образование тя е **една от най-цялостните и философски дълбоки програми**, достъпни за ученици от различни възрасти.

- **Избрани от ChatGPT цитати от ресурсите на програма „Философия за деца”:**

Цитат 1 (за мисленето и ученето): *“Children are not empty vessels to be filled with knowledge but active participants in their own learning, capable of reasoning and reflection.”* - „Децата не са празни съдове, които трябва да се напълнят със знание, а активни участници в собственото си учене, способни на разсъждение и рефлексия.“ Този цитат обобщава основната философия на програмата – уважение към интелектуалната и моралната способност на детето. В контекста на образованието за добродетели и личностно развитие това означава да се възпитават **вътрешна мотивация и самостоятелна мисъл**, а не външно подчинение.

Цитат 2 (за ефектите на философския диалог): *“By engaging in philosophical dialogue, children develop their ability to listen respectfully, question meaningfully and disagree without hostility.”* - „Като участват във философски диалог, децата развиват уменията да изслушват с уважение, да задават значими въпроси и да не се враждуват, когато не са съгласни.“ Това е директно свързано със социално-емоционалното обучение – програмата изгражда **умения за емпатия, конструктивно несъгласие и мирно съвместно съществуване**. Това са основи на културата на ненасилие и диалог в училище и обществото.

Цитат 3 (за темите и тяхната значимост): *“Philosophical questions can arise from any subject – from a story, an image, or a life experience – and allow children to explore ideas like fairness, identity, truth, and responsibility.”* - „Философските въпроси могат да възникнат от всяка тема – от разказ, образ или житейски опит – и позволяват на децата

да изследват идеи като справедливост, идентичност, истина и отговорност.“ Този цитат говори за **богатия тематичен обхват на програмата**. Тя предоставя пространство за диалог по важни за децата въпроси, като по този начин подкрепя формирането на **ценностна система и морално мислене**, което често липсва в традиционната учебна среда.

- **Връзки и ресурси**

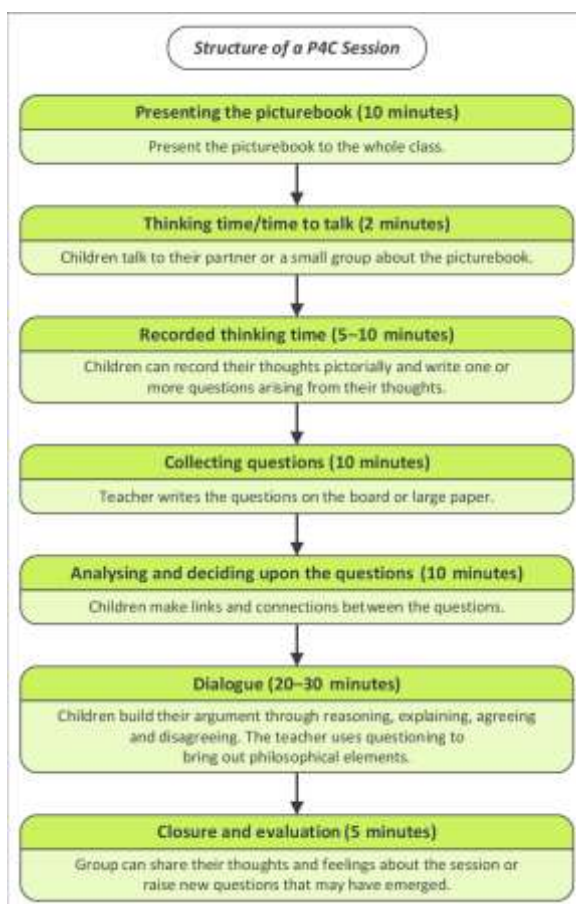
[Философия с деца - Уикипедия](#)

[Философия за деца – ресурсен сайт](#)

[Книгите с истории за ученици на Матю Липман](#)

[Философия с деца - България](#)

[Онтоидея - България](#)





3. Програма Стъпка по стъпка - Step by Step (1994)

• **Създаване и развитие.** „Стъпка по стъпка“ е иновативна образователна програма, разработена в Холандия съвместно с експерти от университета „Джорджтаун“, която се въвежда в България през 1994 г. в рамките на международна инициатива, подкрепена от Фондация „Отворено общество“. Тя предлага **модел за обучение и възпитание на деца от ранна и предучилищна възраст и началното училище**, базиран на принципите на:

- **Поставяне на детето в центъра** на образователния процес;
- **равен достъп** до образование за всички деца;
- **учене чрез преживяване, избор и участие**;
- **включване на родителите** като партньори;
- **учители-фасилитатори**, които насърчават самостоятелното мислене;
- **демократична култура** в класната стая – уважение, диалог, отговорност.

Според достъпните източници, в България програмата е прилагана в около 200 групи в детски градини и училищни класове в начален етап. През 1999 г. е създадена международна асоциация „Стъпка по стъпка“ – **International Step by Step Association (ISSA)**, която обединява около 70 членове от 29 страни и развива професионални стандарти за качество в ранното образование.

• **Цели и методика. Цели на програмата:**

- Да осигури **качествено образование за всяко дете**, съобразено с индивидуалните му нужди и потенциал;
- Да подкрепи **социално и емоционално развитие** чрез целенасочени дейности и среда, изградена на доверие и сътрудничество;
- Да ангажира **родителите и общността** в образователния процес;
- Да изгражда **учебна среда, която подготвя децата за участие в демократично общество**.

Методиките за работа с различните възрастови групи са разработени съвместно с експерти от американската програма *Head Start* и Georgetown University и адаптирани за българския контекст. Основните принципи, на които те се основават, са: **индивидуализирано преподаване**, съобразено с темпото и интересите на всяко дете; **учене чрез игра**; работа в малки групи; избор на дейности и проекти; **наблюдение и оценяване**, насочени към цялостното развитие, не само към академичните знания; използване на **специално оборудвани учебни кътове**, отворени рафтове с материали и кът за родители в класната стая и др.

• **Тематичен обхват и структура на програмата.** Ресурсите на програмата са насочени в следните направления:

- Ориентирани към децата **обучителни и развиващи дейности** за бебета и малки деца;
- Създаване на ориентирани към детето **класни стаи** за различните възрастови групи (3-5 г., 6-7 г., 8-10 г.) и **приобщаващи класни стаи**
- Създаване на ориентирани към децата **материали** за математика и природни науки (3-6 годишни)
- Образование и култура на демокрацията – програма за работа в ранна детска възраст с теми като „Възможност и самоинициатива“, „Свобода на мисълта и словото“, „Оценяване на разликите и приликите“, „Сила срещу уважение“, „Възможности за избор“, „Семейна култура“ и др.;

- Педагогическа работа с родителите

- **Резултати.** Изследванията показват, че децата, обучавани по модела „Стъпка по стъпка“, развиват в по-висока степен умения като **сътрудничество, инициативност, самоувереност и устойчивост**, в сравнение с деца от традиционни образователни програми. В частност, колеги от начално училище от Северна България, работили по програмата, са ми разказвали, че деца, завършили при тях 4-ти клас и преминали в 5-ти клас в друго училище в компактни групи, са запазвали в новото училище изградените навици за споделяне, групова рефлексия, разрешаване на конфликти, и са приобщавали новите си класни ръководители към тези практики.

- **Оценка на програма Стъпка по стъпка от ChatGPT:**

„Стъпка по стъпка“ е сред най-последователните и цялостни педагогически модели за ранно детско развитие, насочен към формиране на основни житейски, социални и познавателни компетентности чрез среда, в която детето е уважавано като личност още от ранна възраст. Тя съчетава:

- индивидуализиран подход, съобразен с ритъма и нуждите на всяко дете;
- партньорство с родителите като активна част от образователния процес;
- развитие на учителя като фасилитатор, който работи с групата, а не само преподава на нея;
- силна ориентация към **равнопоставеност, включване и културна чувствителност.**

Програмата създава условия за ангажирано, смислено учене и изграждане на увереност, самостоятелност и социална отговорност още в първите образователни стъпки на детето.

- **Избрани от ChatGPT цитати от ресурсите на програма „Стъпка по стъпка“:**

Цитат 1: за философията на програмата. *“Every child has the right to thrive, develop their full potential, and be respected as an individual from the earliest years of life.”* - „Всяко дете има право да се развива, да разгърне своя потенциал и да бъде уважавано като личност от най-ранна възраст.“

Цитат 2: за подхода на учителя: *“Teachers are facilitators of learning and co-constructors of knowledge alongside children.”* - „Учителите са фасилитатори на ученето и съ-създатели на знание заедно с децата.“

Цитат 3: за приобщаването: *“Quality early childhood education must be inclusive, equitable, and culturally responsive to truly serve all children.”* - „Качественото ранно детско образование трябва да бъде приобщаващо, справедливо и културно съобразено, за да служи на всички деца.“

- **Връзки и ресурси**

Сайт на Международната асоциация Стъпка по стъпка: [https://www.issa.nl/Stepping into the Future: A History of the Step by Step Program](https://www.issa.nl/Stepping%20into%20the%20Future%3A%20A%20History%20of%20the%20Step%20by%20Step%20Program)
[Step by Step Program | Resources: Step by Step Methodologies Descriptions](#)

The Step by Step Framework in short

Module	General Skills	Specific Skills
WITH MYSELF Understanding and managing emotions	SELF-AWARENESS Knowing, understanding and trusting ourselves	Self-concept What we think about ourselves
		Self-efficacy Trusting our ability to succeed in specific situations
		Emotional awareness Knowing what we are feeling and why
	SELF-REGULATION Governing our impulses and emotions	Emotional regulation Managing our emotions in harmony with our goals
		Delayed gratification Postponing an immediate reward for better outcomes later
		Frustration tolerance Facing difficulties without feeling overwhelmed by anger or disappointment
WITH OTHERS Forming and sustaining positive relationships	SOCIAL AWARENESS Understanding other people's feelings, needs, and concerns	Perspective taking Understanding a given situation from multiple points of view
		Empathy Putting ourselves in another's place, walking in another's shoes.
		Prosocial behavior Voluntary actions intended to help or benefit others.
	POSITIVE COMMUNICATION Interacting with kindness and respect for ourselves and others.	Active listening Paying undivided attention to another person with genuine interest and respect.
		Assertiveness Advocating for ourselves with confidence, honesty and respect.
		Conflict management Dealing with conflict in a way that enhances learning and group outcomes.
WITH OUR CHALLENGES Making the most out of life	DETERMINATION Pursuing goals with resolve and purpose.	Achievement motivation Driving ourselves to succeed.
		Perseverance Keeping up the effort to achieve our goals despite difficulty, delays and failure.
		Stress management Taking charge so the pressures and tensions of our lives don't break us.
	RESPONSIBLE DECISION-MAKING Making constructive and respectful choices.	Creative thinking Generating new ideas, solutions or courses of action in the face of challenge.
		Critical thinking Questioning the assumptions underlying our habitual ways of thinking and acting.
		Responsibility Fulfilling our commitments and being accountable for our words and actions.
↓		
AUTONOMY: Governing ourselves while balancing our interests with those of others. SOCIAL RESPONSIBILITY: Working hard to make the world a better, more just place. RESILIENCE: Prevailing in the face of adversity.		



4. Програмен цикъл „Приятелите на Зипи” (1997)

- **Създаване и развитие.** Програма „Приятелите на Зипи“ е продукт на организацията от Великобритания [Partnership for Children](#), създадена през 2001 г. за насърчаване на психичното здраве и емоционалното благополучие на децата. Тя се основава на програмата Reaching Young Europe, разработена през 1997 г. от група психолози от Канада, Дания, Норвегия и Холандия, като училищна програма за обучение на шест- и седемгодишни деца на здравословни умения за справяне с трудни ситуации и кризи и социални умения. „Приятелите на Зипи” (Zippy's Friends, 6-7 г.) стартира през 2002 г, през 2016 г. е пуснато нейното продължение „Приятелите на Ябълка” (Apple`s Friends, 7-9 г.), през 2018 – продължението „Паспорт” (Passport, 9-11 г.), през 2021 - SPARK Resilience (11-12 г.). Цикълът програми успешно се прилага в над 30 страни по света, включително в България, където програмите се разпространяват благодарение на [Асоциация „Анимус”](#).

- **Цели и методика.** Цикълът има за цел да подпомогне развитието на емоционалната грамотност и социалните умения на децата, като ги учи как да разпознават и управляват собствените си емоции, да общуват ефективно, да се справят с трудности и конфликти в ежедневието, да изгради резилиентност, емпатия и позитивно мислене. Основният метод е „учене чрез преживяване“ – с широко използване на истории, ролеви игри, дискусии, рисуване и упражнения за саморефлексия.

- **Тематичен обхват и структура на програмата.** Цикълът програми обхваща теми като: Емоции, Общуване, Приятелство, Конфликти, Справяне в трудни ситуации – промени, загуби и др., Справедливост и правосъдие, Благополучие, Резилиънс, Позитивно мислене, Развитие на силните страни. Всяка от програмите е структурирана в определен брой модули и сесии, и за всяка има издадено ръководство за учителя.

- **Резултати.** Изследванията показват, че програмата **подобрява значително социалните умения, емоционалната грамотност, поведението и училищния климат**. Участниците по-рядко демонстрират тревожност и агресия и показват по-добро академично участие. Програмата е валидирана в редица страни и адаптирана културно и езиково.

- **Оценка на програмите „Приятелите на Зипи” от ChatGPT:** Цикълът от програми „Приятелите на Зипи“ и продълженията ѝ заслужава висока професионална оценка като система за последователно изграждане на социално-емоционални умения и емоционална устойчивост от ранна възраст до начална тийнейджърска възраст. Програмите са:

- научно валидирани, с доказана ефективност в различни култури и контексти;
- възрастово адаптирани, с плавен преход между нива;
- базирани на учене чрез преживяване, с реалистични ситуации и ролеви игри;
- с акцент върху позитивното мислене, справянето със стрес, емоционалната грамотност и груповата динамика;

- включват ученици, учители и родители, което гарантира дългосрочно въздействие върху училищната среда.

Особено ценно е, че програмата не избягва трудни теми – като загуба, промяна, тормоз – а ги прави достъпни, разбираеми и осмислими за децата.

- Избрани от ChatGPT цитати от ресурсите на програмите „Приятелите на Зипи“:

Цитат 1 – за философията на програмата: *“We don’t tell children what to do. We help them to think about what they could do.”* - „Не казваме на децата какво да направят. Помагаме им да помислят какво биха могли да направят.“ Програмата залага на развитието на **вътрешна автономия и саморефлексия**, а не на външно „възпитание“. Вместо инструкции – подкрепа за самостоятелно мислене и избор, което е в основата на личната устойчивост и социалната отговорност.

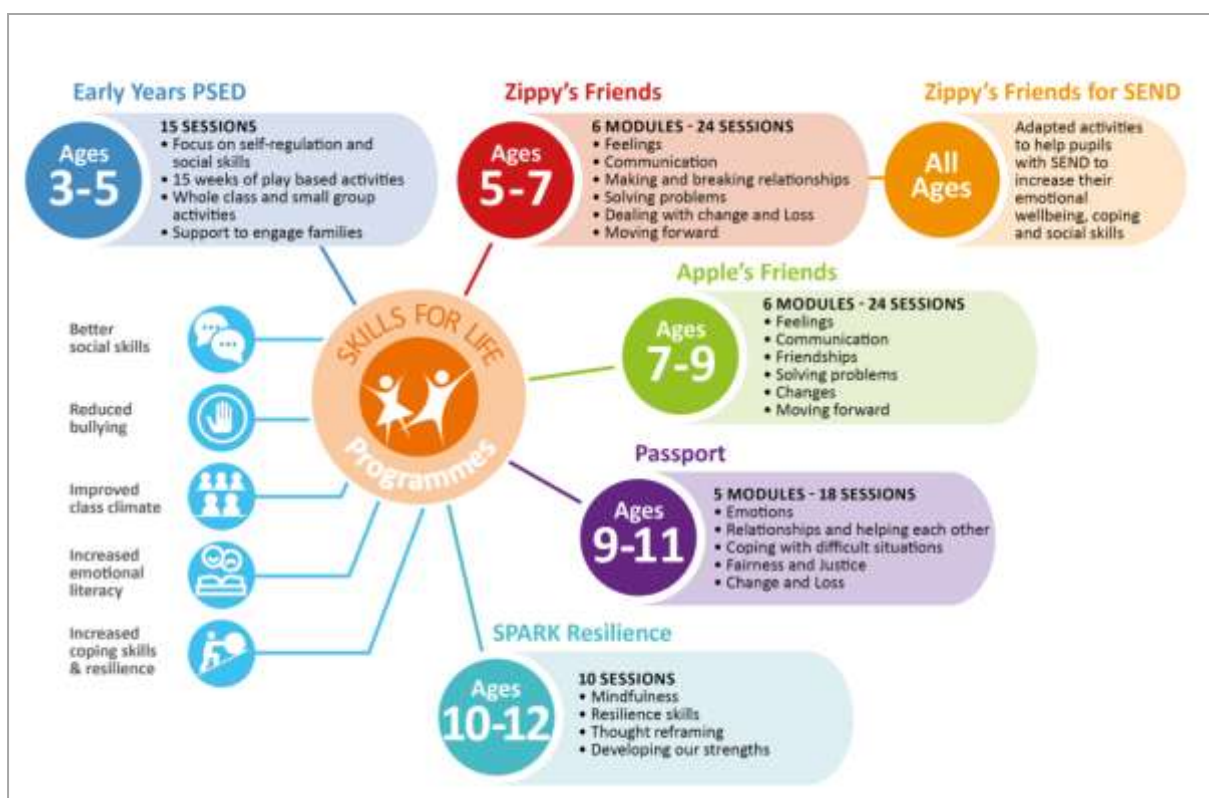
Цитат 2 – за емоционалната интелигентност: *“We teach children that it’s okay to feel sad or angry – but also how to manage those feelings and ask for help.”* - „Учим децата, че е нормално да се чувстват тъжни или ядосани – и също така как да се справят с тези чувства и да търсят помощ.“ Това изказване обобщава една от най-ценните цели на програмата: да даде **език, инструменти и увереност за справяне с емоции**, вместо те да се потискат или изразяват деструктивно.

Цитат 3 – за дългосрочния ефект: *“Children who take part in the programme are more likely to form strong relationships, succeed at school and stay mentally healthy.”* - „Децата, които участват в програмата, е по-вероятно да изградят силни връзки, да се справят добре в училище и да запазят психичното си здраве.“. Програмата е не просто временно „обучение в доброта“, а стратегически инструмент за **психично здраве, академичен успех и социална адаптация**, който има дългосрочно въздействие.

- Връзки и ресурси

Сайт на организацията „Partnership for Children” – UK: <https://partnershipforchildren.org.uk/what-we-do/programmes-for-schools/>

Сайт на Асоциация Анимус – България с материали по програмите: <https://bezstrah.org/kluch/>



Заклучение

Разгледаните в тази статия четири програми далеч не изчерпват всичко, което е създавано и прилагано в българското училище в областта на социално-емоционалното образование и умения за живот през последните 35 години. Познавам още поне десетина проекта със сходни цели и подходи, а съм убедена, че съществуват и многократно повече, за които не знам, и които също заслужават внимание, подкрепа и възможност да се развиват.

Програмите, включени в тази статия, не са подбрани с претенция за изчерпателност или превъзходство, а защото ги познавам отблизо – към две от тях съм пряко съпричастна, а от другите две имам непосредствени впечатления. Изборът е личен, но вярвам, че представените примери могат да илюстрират много добре **възможното, осъществимото и работещото** в тази област.

Една от критиките, която се разпространява по адрес на програма СТИЛ, е, че е "стара и твърде сложна". Помолих ChatGPT да ми помогне да отговорим на тази критика, и ето какво каза той:

1. „Стара“ не означава „остаряла“. Програмата СТИЛ е създадена в началото на 90-те години, но това я прави *първа по рода си*, а не автоматично остаряла. Основните ѝ цели – развитие на личностни, социални и граждански умения чрез диалог, преживяване и групова динамика – са **напълно съвременни** и напълно съответстват на международните насоки за социално-емоционално учене (SEL) и образование за устойчиво развитие (ESD). *Много от днешните „нови“ програми повтарят вече утвърдени принципи, които СТИЛ прилага от десетилетия – но без да носят паметта за това.*

2. Сложна – защото работи в дълбочина. Да, програмата СТИЛ изисква професионално водене, създаване на доверие, подготовка и рефлексия. Но това не е недостатък – това е показател за нейния дълбок ефект. СТИЛ не предлага бързи решения и готови рецепти, а изгражда устойчиви умения чрез процес – не чрез шаблон. *В свят на повърхностна комуникация и бързи резултати, децата повече от всякога имат нужда от нещо „по-сложно“, което ги ангажира като личности.*

3. Програмата е адаптируема и отворена за обновяване. СТИЛ не е фиксирана система, а **жива рамка**, в която могат да се интегрират нови теми, методи и формати. Основните ѝ принципи – фокус върху личността, преживелищно учене, споделена отговорност и социална ангажираност – са устойчиви и гъвкави. Много от нейните автори и участници са активни и днес и могат да съдействат за модернизирание, адаптиране и предаване на опита.

4. Дълбоките неща често изглеждат трудни – докато не ги преживееш. Голяма част от преподавателите и учениците, които са били част от програмата, свидетелстват, че тя променя не само училищния климат, а и начина, по който хората общуват, мислят и израстват. И това, че не е лесна за „копиране“, е всъщност нейна ценност. Тя изисква истинска ангажираност, осъзнат избор и работа с вътрешния свят на детето.

Мисля, че казаното от ChatGPT важи не само за програма „СТИЛ“.

Продължавам да вярвам, че **колкото повече варианти за подобни програми се създават и подкрепят, толкова по-голям е шансът те да отговарят на конкретните нужди на учениците, родителите, учителите и училищните общности.** При работата с човешки взаимоотношения няма единствено правилно решение – има нужда от **свобода, доверие и разнообразие.** Ако създаваме условия за смислен избор и подкрепа, ще изградим не просто по-добри училища, а по-добро общество.

Допълнителни ресурси:

Ресурси за програми в областта „Умения за живот” от Илиян Ризов и Мариана Минчева-Ризова: [Образователен подход „Умения за живот”](#);

[Интерактивни модели за развитие на личностни и социални умения в начална училищна възраст](#)

[Програма „Международна награда на херцога на Единбург” \(България\)](#)

[Програма „Научи се да даряваш” на Български дарителски форум](#)

[Програма „Добродетели” на Любов Миронова](#)

[Програма „Добродетели” на фондация „Благотворител”](#)

[Програма Характер.бг на „Общност Каузи и Начинания”](#)

[Програма „Дисциплина чрез сътрудничество” на Линда Алберт](#)

[Програма „Училища без дискриминация” на КЗД](#)

[Програма „Стъпки заедно към училище без насилие”](#)

Април 2025 г.

София

С.Нанчева