



**זווית אחרת (מוטיבציונית) על למידה רגשית חברתית משמעותית:**

**מה חשוב במיוחד שהתלמידים ילמדו?**

**איך ניתן לקדם מידה כזו?**

**אבי עשור**

**אוניברסיטת בן גוריון בנגב**

[https://in.bgu.ac.il/humsos/edu/Pages/staff/avi\\_assor.aspx](https://in.bgu.ac.il/humsos/edu/Pages/staff/avi_assor.aspx)



תודות לנעם יצחקי, אשר תרמה רבות לפתוח התפיסה  
המוצגת כאן.

## מטרות ההרצאה:

- הצגת גישה אשר עוזרת להבין במה חשוב במיוחד להתמקד כאשר עוסקים ב"למידה" או התפתחות רגשית-חברתית, ואיך עושים זאת:

- מה חשוב שהתלמידים יפתחו, ירכשו, וילמדו?

- איך מורים יכולים לקדם "למידה" כזאת? הדגמת פרקטיקות.

- איך מכשירי מורים יכולים לסייע למורים לפתח גישה ופרקטיקות התורמות להתפתחות ולמידה רגשית חברתית (בעתיד...).

- הגישה **מבוססת על תאוריות ומחקר חשובים ועדכניים** בפסיכולוגיה וחינוך: תיאוריית הכוונה העצמית – Self – Determination Theory, תיאוריות התקשרות (Attachment), מטרות, גיבוש זהות ומשמעות, ועוד.

- בשלב זה, הגישה זאת, **לא הוטמעה באופן רציני ברב תוכניות SEL.**

- שכן רב תוכניות SEL הקיימות, התפתחו בנפרד, **ולא באמת משקפות** טובנות וממצאים בסיסיים של גישות כגון הכוונה עצמית, התקשרות, ועוד.

- לפי תפיסתי, **השלב והאתגר הבא** בהתפתחות תוכניות SEL הוא לבצע **שילוב** רציני בין הגישה שתוצג בהרצאה זאת, לבין התוכניות SEL קיימות. זאת ע"י כך שהתוכניות ישימו דגש הרבה יותר מרכזי ומעמיק על לטיפול משאבי הצמיחה בהם נעסוק בהרצאה זו.

כתוצאה מכך **יהיה שינוי גדול בדרכי החשיבה של המורים ובפרקטיקות** שהם ילמדו ויפעילו, והאופי של טיפוח SEL בבתי ספר ישתנה מאד.

- [https://in.bgu.ac.il/humsos/edu/Pages/staff/avi\\_assor.aspx](https://in.bgu.ac.il/humsos/edu/Pages/staff/avi_assor.aspx)

**פרוט רב יותר של הגישה ומשמעויותיה המעשיות ל SEL , לפרקטיקות הוראה  
ועבודה עם תלמידים, ולהכשרת מורים, ניתן למצוא בשלוש העבודות הנמצאות  
באתר הבא:**

[https://in.bgu.ac.il/humsos/edu/Pages/staff/avi\\_assor.aspx](https://in.bgu.ac.il/humsos/edu/Pages/staff/avi_assor.aspx)

מהותה של למידה רגשית משמעותית

הרצאת עשור בכנס למידה רגשית 2.1.19

הרצאת אבי עשור מהותה של למידה רגשית חברתית ואיך מקדמים אותה 8.1.20

**באתר נמצאים גם חומרים על גישת הצרכים והמוטיבציה שהיא המקור  
העיקרי לתפיסת הלמידה הרגשית חברתית בהרצאה זו**

בתשעת השקפים הבאים אציג בקצרה את המסרים העיקריים  
שחשוב לי להעביר בהרצאה זו.

אח"כ אנסה קצת לפרט ולהדגים.

בסיום אחזור לנקודות העיקריות

מה חשוב שתלמידים ירכשו או ילמדו במסגרת SEL?

חשוב שירכשו חוויות צמיחה הרבה יותר מאשר מיומנויות

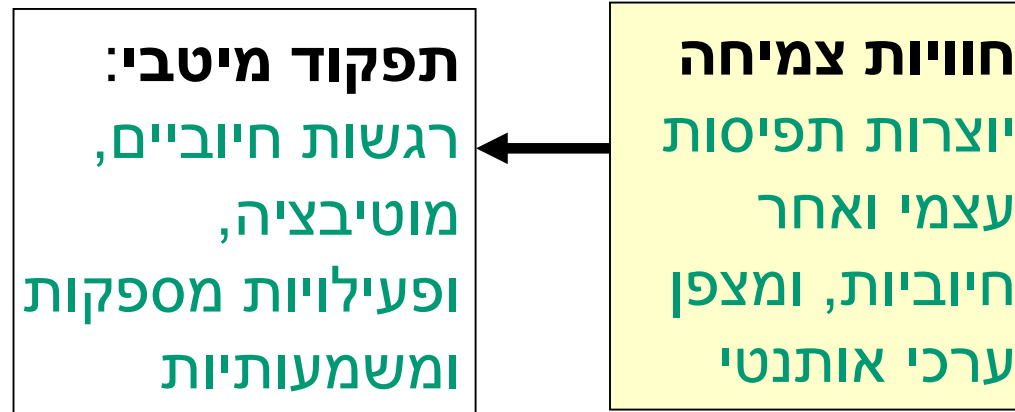
חוויות צמיחה הן התנסויות ופעילויות בהן התלמידים לומדים:

- שהם אהובים, טובים, מסוגלים, יודעים מה חשוב להם, ואפשר לתת להם חופש וביטוי עצמי
- שאנשים בסביבתם מעוניינים בטובתם, וראויים לאמון

במילים אחרות, אלו התנסויות שמספקות את הצרכים הבסיסיים:  
בקשר ושייכות, במסוגלות, ובאוטונומיה (במובן הרחב).

מדוע התנסויות בהן התלמידים לומדים שהם אהובים, טובים, מסוגלים, יודעים מה חשוב להם, ואפשר לתת להם חופש וביטוי עצמי, ושנשים בסביבתם מעוניינים בטובתם, וראויים לאמון הן חוויות צמיחה?

**כי הן יוצרות רגשות חיוביים, ומוטיבציה להשקיע בלמידה ופעילות חברתית חיובית; כאשר יש חוויות הפוכות – יש רגשות שליליים וקמילה.**







חוויות צמיחה הן כמו

ויטמינים

המזינים צמיחה רגשית-חברתית

## איך מרגישים בחוויות צמיחה וקמילה?

**חוויות צמיחה:** אני מרגיש מסוגל ואהוב ויודע מה חשוב לי –  
ולכן יש לי מרץ ומוטיבציה להשקיע בלמידה ופעילות  
חברתית;

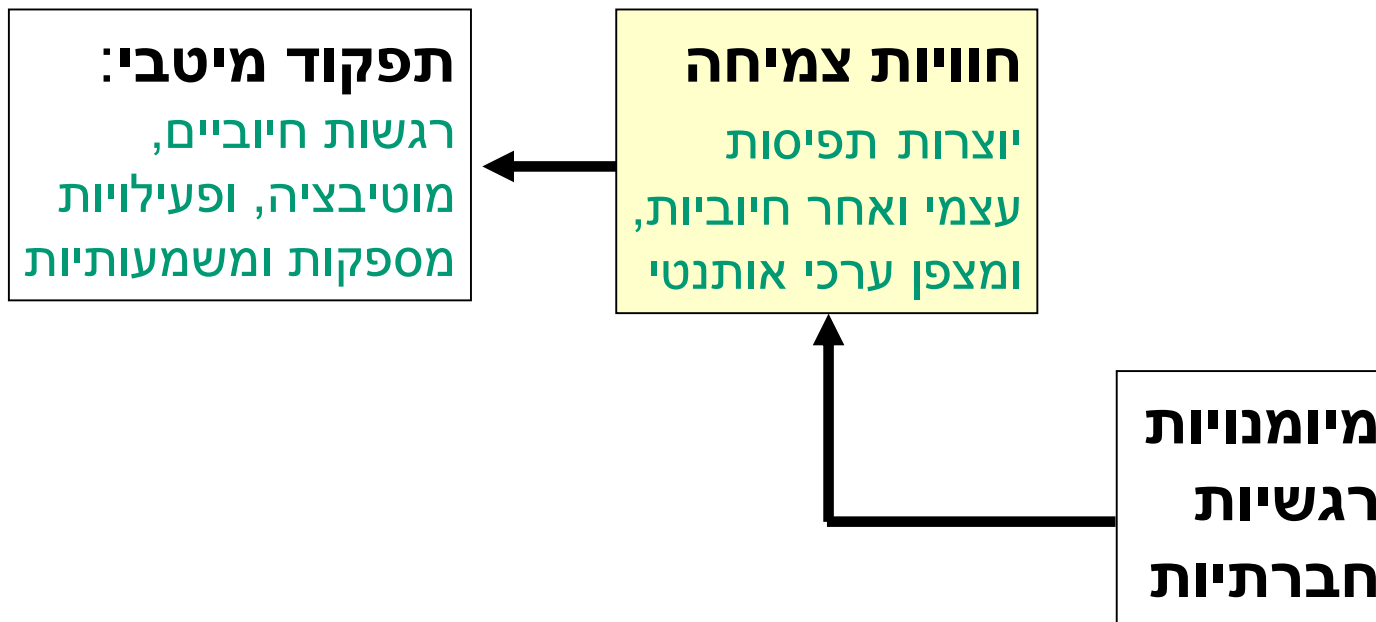
**חוויות תסכול וקמילה:** אני מרגיש חסר יכולת ודחוי, ואיני  
יודע מה חשוב לי – ולכן אין לי מוטיבציה לפעול, ואני  
מדוכא.

## השלכות יישומיות:

עיקרון 1 של הגישה המוטיבציונית ללמידה רגשית חברתית:

בבתי ספר, רכישת מיומנויות (קוגניטיביות, רגשיות וחברתיות) ע"י תלמידים היא פחות חשובה מחוויות צמיחה של תלמידים.

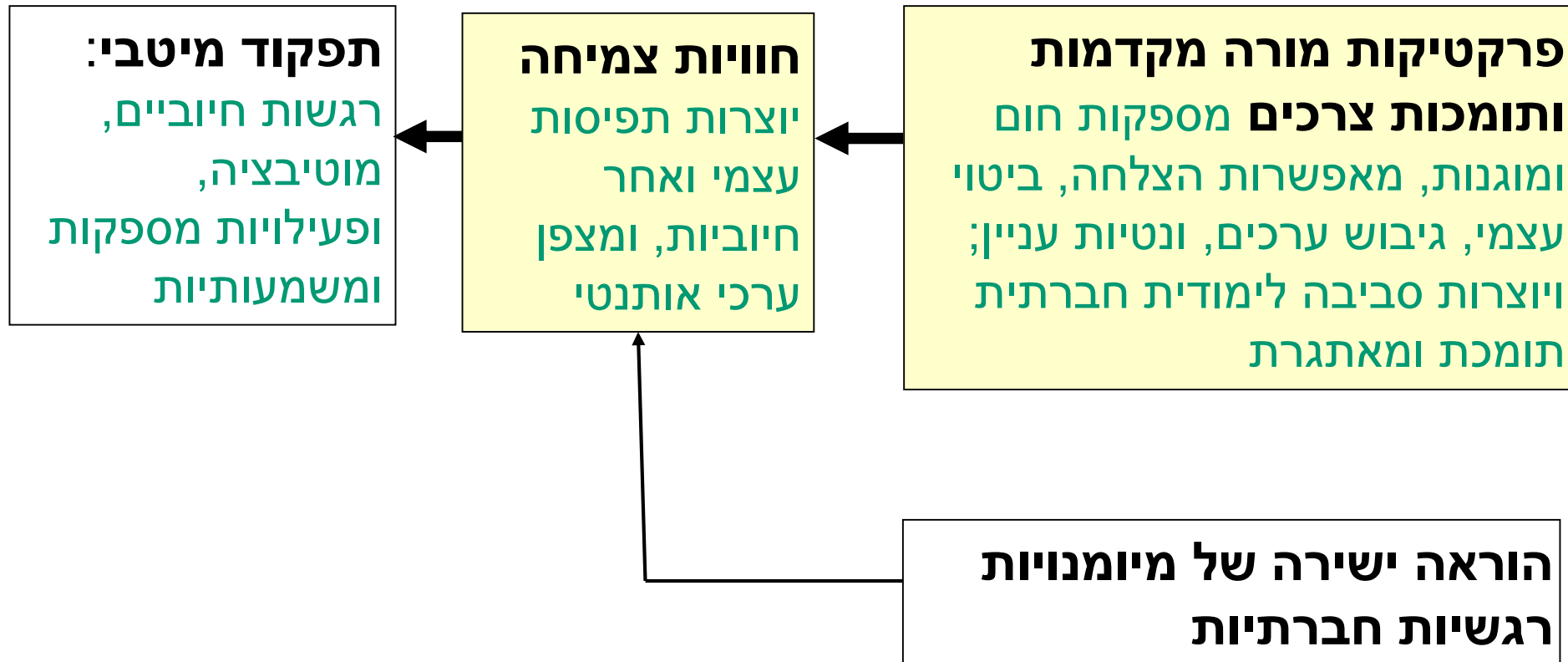
הסיבה: בשונה מחוויות צמיחה, המיומנויות לא תורמות באופן ישיר לרגשות חיוביים, ומוטיבציה להשקיע בלמידה ופעילות חברתית חיובית.



# השלכות יישומיות:

## עיקרון 2 של הגישה המוטיבציונית:

הוראת מיומנויות רגשיות-חברתיות היא פחות חשובה מפרקטיקות מורים המקדמות באופן ישיר חוויות צמיחה, ותפיסות חיוביות הנובעות מהן.



## מה היא, אם כך, התרומה של מיומנויות רגשיות חברתיות לתפקוד רגשי-חברתי מיטבי?

מיומנויות רגשיות חברתיות הן רק **הגורם הנוסף** המקדם למידה רגשית חברתית: **תורמות** לחוויות צמיחה ותפיסות חיוביות, אבל רק **גורם מסייע**.

**מדוע? כי כאשר ילד חש מאוים, חסר ערך, חסר יכולת, או דחוי - הוא לא פנוי ללמוד את המיומנויות.**

יותר מכך, כאשר המורה שמלמד את את המיומנויות הוא אותו מורה שאינו עושה דבר כדי שהילד ירגיש פחות מאוים וחסר ערך, הילד לא רק **שלא** יהיה פנוי, **אולי אף יגיב בהתנגדות או בציניות**.

לדוגמא, המורה אינו דואג שהילד יקבל משימות שיכול להצליח בהן ואינו נותן משוב שמסייע להשתפר, או אינו פועל למנוע הדרה וחרם, ובו זמנית מנסה ללמד את הילד להתמודד עם התסכול שהמורה יוצר או מתעלם ממנו.

## סיבה שנייה מדוע מיומנויות רגשיות חברתיות הן רק הגורם הנוסף והמסייע:

כי גם כאשר יש לתלמיד מיומנויות שמאפשרות לו לנסות להצליח במשימה לימודית או להתקבל חברתית, **חיוני שיקבל משימות ותגובות שיאפשרו לו להצליח וגם יכירו בהצלחה אם התרחשה.**

**גם מיומנויות טובות לא ממש יעזרו לך - אם אתה נמצא בסביבה שלא באמת מאפשרת הצלחה ואין בה נורמות ודגש על הכרה בהצלחה ועל יחס מקבל.**

## המסקנה הנובעת מהגישה המוטיבציונית:

כדי שתלמידים יוכלו להפיק חוויות של צמיחה מהמיומנויות שהמורה מלמד אותם, המורה חייב, עוד לפני שהוא מלמד מיומנויות, להפעיל פרקטיקות חינוכיות מקדמות שיגרמו לתלמידים להרגיש אהובים, מוגנים, מסוגלים ויודעים מה הם מעריכים מה חשוב להם.

הפעלה איכותית ושוטפת של פרקטיקות חינוכיות מקדמות היא עניין מורכב, ולכן חשוב להשקיע בו את עיקר המאמצים בהכשרה, בהדרכה ובלייווי מורים.

השקעה בהוראת מיומנויות רגשיות חברתיות היא מוצדקת רק אם מורים מגיעים לרמה גבוהה של בהפעלת פרקטיקות מקדמות שאינן כוללות הוראה רגשית חברתית שיטתית.

לאור החשיבות הרבה של פרקטיקות מורה בקידום התפתחות ולמידה רגשית מיטבית, החלק הבא יעסוק בפרקטיקות מורים.

## חלק 2:

מה מורים ובתי ספר יכולים לעשות כדי לקדם את המשאב הכי חשוב של תפקוד רגשי מיטבי - חוויות צמיחה ?

## חלק 2: מהן הפרקטיקות העיקריות שמורים צריכים לנקוט בהן כדי לקדם את המשאב הכי חשוב של תפקוד רגשי מיטבי (חוויית צמיחה)?

**3 סוגי פרקטיקות מורה התומכות בצרכי תלמיד בסיסיים באמצעות התנסויות וסביבה לימודית וחברתית קשובה, תומכת, ומאתגרת - המאפשרים:**

- **תחושת מסוגלות עקב הצלחות לימודיות ועניין** (הצבת אתגרים אופטימליים, משוב, סיוע, בחירה, אסטרטגיות)

- **תחושת קשר, שייכות ומוגנות, קבלה ומניעת דחייה חברתית** (הקשבה ואמפטיה, יחס אישי, פעולה למניעת דחייה חברתית, קידום עבודה שיתופית והפחתת תחרות).

- **גיבוש מצפן פנימי אותנטי וזהות נותנת משמעות** עקב הפנמת ערכים פרו-חברתיים, ביטוי עצמי, ופיתוח תחומי עניין ומחויבות פרוט פקטיקות בנספח ובלינק:

[https://in.bgu.ac.il/humsos/edu/Pages/staff/avi\\_assor.aspx](https://in.bgu.ac.il/humsos/edu/Pages/staff/avi_assor.aspx)

חוויית צמיחה  
מאפשרות  
תפיסת עצמך  
כראוי  
לאהבה,  
וכמסוגל,  
וגיבוש מצפן  
פנימי של  
ערכים ונטיות  
עניין



# חידוד נוסף: מה הן פרקטיקות פרקטיקות מורים מקדמות שאינן כוללות הוראה ישירה של כישורים?

פרקטיקות התומכות בצרכים בסיסיים של התלמיד ב:

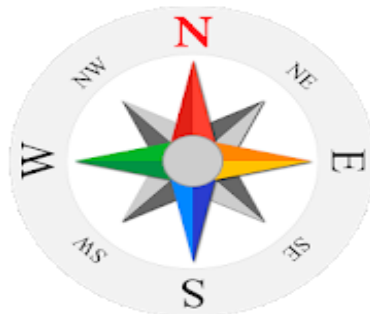
2. **מסוגלות:** אני יכול להתמודד עם אתגרים קשים

1. **קשר, שייכות, וביטחון**



3. **אוטונומיה**

1. אני חופשי מכפייה ונותנים לי לכוון את עצמי
2. יש לי מצפן פנימי: אני יודע מה חשוב לי
3. אני פועל מתוך רצון אמיתי והזדהות עמוקה עם מה שעושה



**פירוט פרקטיקות מורים מקדמות שאינן כוללות**  
**הוראה ישירה של כישורים: בתחום הקשר שייכות וביטחון**



1. להכיר, להאזין, להראות עניין, להקדיש זמן, ולהראות אכפתיות לכל תלמיד.
2. למנוע חרם, הדרה, ביוש (שמינג), תוקפנות פיזית לסוגיה, בכיתה ומחוצה לה.
3. לייצר נורמות ושגרות (רוטינות), תרבות כיתתית ואוריינטציה ערכית שמגבירות התחשבות, שתוף פעולה, עזרה, אכפתיות, וכבוד בין כל תלמידים (לדוגמא מעגלי שיתוף, ועוד)
4. ליצור אפשרויות לכל התלמידים, להשתתף בדיונים, לקבל תפקידים מוערכים, ולבטא את יכולותיהם ותחומי העניין שלהם

# פירוש פרקטיקות מורים מקדמות שאינן כוללות הוראה ישירה של כישורים: בתחום ה - מסוגלות

1. להציב אתגרים לימודיים אופטימליים לכל תלמיד,  
שמבוססים על הערכה מצבו בתחום הנלמד, ועל  
דיבור עם הילד.

2. להציב יעדי ביניים ברי-השגה שהצלחה בהם מחזקת תחושת מסוגלות.

3. לתת משוב ספציפי למשימה, לא תכונתי, לא השוואתי, חיובי לפני שלילי.

4. לעזור לילדים להתמודד עם כישלון ע"י חיזוק פירושים בונים (דואק,  
עשור) המתמקדים בהשקעה, באסטרטגיות, ובידע מוקדם בסיס להצלחה.

5. לעשות פעילויות ולשדר מסרים המקדמים תרבות כיתה המתמקדת בשיפור יכולת ולא  
בהפגנת יכולת, ולמן מצמצמת ביוש (שמינג) והימנעות מביקוש עזרה, ומקדמת נכונות



## **פירוט פרקטיקות מורים מקדמות שאינן כוללות**

**הוראה ישירה של כישורים: בתחום ה – אוטונומיה:**

**חופש מכפייה, חופש לכוון עצמך, תחושות מצפן פנימי אותנטי, ורצון פנימי אמיתי**

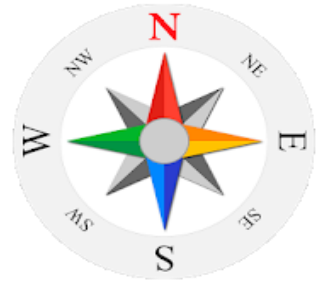
### **אוטונומיה כמתן חופש והעדר כפייה:**



1. ניסיון להבין את הפרספקטיבה של תלמיד ואת רגשותיו, ולאפשר בקורת, גם אשר הוא לא משתף פעולה או מתנגד.

2. עידוד בחירה ויוזמה של תלמידים.

3. הסברה והדגמה של הרציונל של משימות לימודיות ונורמות התנהגות



4. הימנעות מפרקטיקות של איום ושליטה, כולל השוואות חברתיות התניית אהבה, ועוד

### **אוטונומיה כתמיכה בגיבוש מצפן פנימי:**

5. קידום גיבוש ערכים, מטרות, ומחויבויות שהתלמידים מזדהים איתם עמוקות על ידי:

א. טיפוח קשב פנימי להעדפות ורגשות אותנטיים (במיוחד במצבי בחירה)

ב. חשיבה, חקירה, התנסות, ודיאלוג על ערכים וכווני פעולה.

6. טיפוח נטיות עניין.



## מה אומר המחקר האמפירי ?

1. על חשיבות פרקטיקות מורים תומכות צרכים שאינן כוללות הוראת מיומנויות?

2. על התרומה של פרקטיקות מורים תומכות צרכים שאינן כוללות הוראת מיומנויות יתסית להוראה ישירה של מיומנויות ע"י מורים בתוכניות SEL ?

מה התרומה של פרקטיקות מורים תומכות צרכים שאינן כוללות  
הוראת מיומנויות?

התרומה של פרקטיקות מורה תומכות צרכים (ללא הוראת כישורים)  
להתפתחות ולמידה רגשית חברתית הודגמה ע"י מחקרים רבים,  
הנשענים על מסורות תיאורטיות שונות:

Attachment (Pianta), Self efficacy (Bandura, Schunk); Goal theories (Nichols, Elliot, Dweck); Self determination theory (Ryan & Deci, Vansteenkiste, Reeve, Aelterman, Assor), Resilience (Masten), Positive youth Development (Lerner), Purpose (Damon).

מה התרומה של פרקטיקות מורים תומכות צרכים שאינן כוללות הוראת מיומנויות יחסית להוראה ישירה של מיומנויות ע"י מורים בתוכניות SEL? ?

בדיקה של ניתוחי על מראה שיש עדויות לאפקטיביות של תוכניות לא מעטות, אבל לא ברור ממה זה נובע:

פרקטיקות מורה תומכות צרכים שאינן כוללות הוראת מיומנויות

או

הוראה ישירה של מיומנויות

או

שני המרכיבים

Meta analyses (Durlak et al, 2011; Grant et al, 2017; Sklad et al., 2012; Taylor et al., 2017; Weare & Nind, 2011), & exemplary programs (e.g., The 4Rs, Caring School Community, The responsive classroom, RULER, PATHS, Raising Healthy Children).



אילו מסקנות אפשר לחלץ ממחקר על פרקטיקות מורים תומכות צרכים (ללא הוראת מיומנויות) ומחקר על בתוכניות SEL ?

1. אין כמעט עדויות שכדאי לעשות תוכנית SEL בלי להשתית אותה על פרקטיקות מורה תומכות צרכים (שאינן כוללות הוראת מיומנויות).
2. יש עדויות שפרקטיקות מורה תומכות צרכים (ללא הוראת מיומנויות) תורמות להתפתחות ולמידה רגשית חברתית של תלמידים
3. סביר להניח שמורים ובתי ספר בהם יש רמה גבוהה של פרקטיקות מורה תומכות צרכים (ללא הוראת מיומנויות), יכולים להפיק מהוראת מיומנויות.

# אילו משמעויות מעשיות ניתן לגזור מהמחקרים האלו בהתבסס על הגישה המוטיבציונית המוצגת כאן?

1. בהינתן המורכבות של הפעלת פרקטיקות מורה תומכות צרכים במערכת החינוך הישראלית (עומס, הכשרה, העדר תמיכה והדרכה מספקת, ועוד) יש להניח כי עבור רב המורים ובתי הספר, העמסת הוראה ישירה של מיומנויות ע"י מורים היא בעייתית ואולי אף מזיקה.
2. לכן, עדיף להשקיע מאמץ בהוראה, הדרכה ותמיכה בפרקטיקות מורים תומכות צרכים.
3. עבור מורים ובתי ספר המעטים שמצליחים, למרות התנאים הקשים, להגיע לרמה גבוהה של פרקטיקות מורים תומכות צרכים, ניתן לשקול הוספה של הוראת מיומנויות ספציפיות שיכולות להגביר את האפקטיביות של פרקטיקות ספציפיות. זאת בתנאי שזה נעשה תוך שיתוף המורים והתאמה לגישה הכללית והמוקדים החינוכיים של בית הספר
4. בשקף הבא אדגים איך הוראת מיומנויות ספציפיות יכולות לתרום לפרקטיקות של תמיכה בשייכות ופרקטיקות של תמיכה במסוגלות לימודית

# דוגמא לשילוב גישות: תרומה של פרקטיקות תומכות צרכים יחד עם הוראת מיומנויות חברתיות בכיתות בהם יש דחייה חברתית

**התשתית : פרקטיקות התומכות בצרכים ללא הוראת מיומנויות:**

- (א) דיונים שמעלים את הנושא למודעות,  
(ב) הפעלת שיטות לימוד ועבודה קבוצתית שמפחיתות דחייה, ומאפשרות היכרות וביטוי חוזקות לכל לילד ומקדמות חברויות (ארונסון ; ג'ונסון ג'ונסון)  
(ג) הפחתת דרכי הוראה שיוצרות השוואה חברתית ותחרות על סטטוס (ניקולס, מהר, מדגלי ועמיתיהם).

**התוספת : הוראת מיומנויות חברתיות:**

כדי לחזק את האפקטיביות של הפרקטיקות והמבנים החינוכיים המהווים את התשתית החינוכית, יכולים המורים להוסיף הוראה ותרגול של מיומנויות הקשבה ופתרון קונפליקטים, אשר תורמות לעבודה קבוצתית אפקטיבית, ומחזקות אמפטיה עם האחר.

# דוגמא נוספת לשילוב גישות: תרומה של פרקטיקות תומכות צרכים והוראת מיומנויות ניתוח סיבתי ושליטה עצמית בכיתות בהם יש קושי להתמודד עם אי הצלחה ותחושות של חסר מסוגלות

## התשתית : פרקטיקות התומכות במסוגלות:

- (א) בחירה והצבה של יעדים אופטימליים על סמך בדיקה מוקדמת,
- (ב) משוב ספציפי תכוף ולא השוואתי
- (ג) יעדים קצרי טווח

## התוספת : הוראת מיומנויות של התמודדות עם כישלון ותסכול:

- א. ניתוח סיבתי המחזק תיאורית הצלחה (דואק, וראו תפיסתי במאמר באתר המרצה).
- ב. פיתוח אסטרטגיות של התמודדות עם תסכול ודחיית סיפוקים

## הערת אזהרה:

כדי שמורים יוכלו, במציאות של מערכת החינוך הישראלית, לשלב פרקטיקות תומכות צרכים עם הוראת מיומנויות ספציפיות אשר תומכות בפרקטיקות האלו, חשוב שהמורים יקבלו תמיכה, הדרכה, שעות, וגיבוי משמעותיים.

אחרת זו תהיה עבור רובם משימה מתסכלת ואולי בלתי אפשרית.

## הערת חשובה על למידת מיומנויות ע"י מורים:

בעוד שהוראה ישירה של מיומנויות רגשיות חברתיות ע"י מורים עלולה להוות עומס מזיק עבור רב בתי הספר,

למידה של מיומנויות רגשיות חברתיות ע"י מורים במהלך ההכשרה ובמהלך העבודה – היא דבר רצוי – אם משלבים אותה בלמידה של פרקטיקות תומכות צרכים.

שכן, מורה שיש לו מיומנויות רגשיות חברתיות, יוכל להפעיל את הפרקטיקות האלו בדרך רגישה יותר. לדוגמא, הוא יוכל לנהל דיאלוג שיסייע לו ללמוד ולהבין איך לתמוך בצרכי תלמידים. בנוסף, הוא יוכל לווסת יותר טוב תגובות אינסטינקטיביות ולפעול באופן שקול יותר.

בקיצור, למידה של מיומנויות רגשיות חברתיות ע"י מורים היא דבר מבורך. אבל לא כדי שילמדו את המיומנויות לתלמידיהם, אלא כדי שהם יוכלו להתמודד ולהפעיל פרקטיקות טוב יותר.

כמובן, אין טעם שמורים ילמדו מיומנויות באווירה ובארגון שבו אין הם זוכים לתמיכה בצרכים שלהם.

**עכשיו נחזור לשאלות שהצגנו בתחילת ההרצאה:**

- מה חשוב שהתלמידים יפתחו וילמדו בתחום של למידה רגשית חברתית?

- איך מורים יכולים לקדם "למידה" כזאת?

# מה חשוב שתלמידים יפתחו, ירכשו וילמדו בתחום ה SEL ? איך מורים יכולים לקדם "למידה" כזאת ?





## סיכום: מהותה של למידה רגשית חברתית בכיתה: משמעויות להכשרה ולעבודה חינוכית

כאשר מתרחשת למידה רגשית חברתית משמעותית, ילדים לומדים שהם אנשים אשר ראויים לאהבה והערכה, ומסוגלים להתמודד עם אתגרים; שיש רבים בעולם שאפשר לתת בהם אמון, שנכון ומספק להתחשב באחר, שיש דברים שמעניינים אותם באמת, ושיש להם ערכים ומטרות שהם מזדהים איתם ולכן מהווים בסיס לזהות אישית ותחושת משמעות.

הגורם העיקרי בבי"ס שעוזר לחזק למידה כזו, הוא התנהגות מורים וסביבה לימודית חברתית קשובה, מאתגרת, ותומכת. מיומנויות עוזרות, אבל הן רק גורם נוסף.

על כן, במצב של עומס משימות ומשאבים מוגבלים, חשוב ש**בתי ספר** ישקיעו קדם כל בפיתוח פרקטיקות מורים וסביבה לימודית-חברתית התומכים בחוויות הצמיחה, בתפיסות עצמי ואחר חיוביות, ובמצפן פנימי ערכי.

**תודה רבה**