

הכנס השנתי של היזמה למחקר יישומי בחינוך

3.1.2019 | כ"ו טבת תשע"ט

ניהול מיטבי של הפיתוח המקצועי וההדרכה במערכת החינוך

מושב שלישי – מתמקדים במורה: על קריירה, אופק מקצועי וטיפול רווחת המורה

דגשים מהרצאתה של פרופ' ענת שושני מהמרכז הבינתחומי בהרצליה (לצפייה [בהרצאה](#))

- פרופ' שושני מנסה ליישם תובנות מתוך תחומי המחקר של פסיכולוגיה חיובית ועמידות בתהליכי פיתוח מקצועי. שתי מטרות להרצאה: א. מה מקדם רווחה של מורים ומיהם המורים המאושרים? ב. מהן הסדירויות והמבנים שמאפשרים לתמוך בהיבטים הללו בבית הספר?
- מורים רבים מתחילים את הדרך עם תחושת שליחות ומשמעות, ולמרות זאת ישנה נשירה רבה בשנים הראשונות. עבודת ההוראה כוללת רגעי שיא רבים, למשל תחושת משמעות והשפעה המערבת עניין ורגש, ולצידם רגעי שפל בשל סטטוס חברתי נמוך ולא תואם לטיב העבודה, לחצים, עומס ותנאי שכר ירודים. חלק מהקשיים הם אינהרנטיים למערכת ולמקצוע, אבל חלקם ניתנים לשינוי לאורך זמן.
- אחד הצרכים בתהליכי פיתוח מקצועי בכל האפיקים הוא לשמר את המורים המאושרים ושמחים. "אי אפשר לעצור את הגלים, אבל אפשר ללמוד לגלוש" (ג'ון בט ז'ין, מומחה להפחתת לחץ ומינדפולנס).
אילו רכיבים מקדמים רווחה נפשית ומסייעים לצלוח את תלאות היום-יום?
 - להט ומעורבות רגשית.
 - החוקרת Duckworth מצאה כמה מאפיינים משותפים לאנשים שהצליחו מאוד בתחומם: א. ידעו לעבוד קשה לאורך זמן. ב. השקיעו מאמץ באופן עקבי ולאורך שנים. ג. בעלי להט ותשוקה לתחום העשייה. ד. הציבו באופן עקבי מטרות חדשות שימתחו את תהליכי הלמידה.
 - גרף ההתפתחות של 'המצליחים' היה תלול לאורך שנים, בשונה מגרף ההתפתחות של מרבית המורים – אצלם הלמידה המשמעותית מתרחשת בשלוש השנים הראשונות למקצוע, ולאחר מכן ההתפתחות היא איטית ומתונה. אצל קבוצה אחרת של מורים ישנה התפתחות בשנים הראשונות של המקצוע, ולאחר מכן נשירה.
- תחושת ערך ומסוגלות. אחד הדברים החשובים להשגת תחושה זו הוא זיהוי והתמקדות בחוזקות.
- מודעות למשמעות המקצועית ולרכיבי המשמעות. במודל הפעולה בעבודה עם מכללת לוינסקי במסגרת 'השקפה' מתמקדים בשני רכיבים: א. זהות מקצועית וזיהוי רכיבי משמעות (מה חשוב למורים?) ב. זיהוי חוזקות שלהם כמורים, שכלולן ולימוד עמיתים אחרים.
- תמיכה חברתית בבית הספר: מחקר שבחן מה מייחד את המורים המאושרים יותר, הראה כי מורים אלה דיווחו על מערכות יחסים משמעותיות בבית הספר, חבר טוב, מישהו להיוועץ בו, תחושה של חמלה במצבי קושי, ותחושה שיש מקום לשיתוף, לאינטימיות ולפתוחות.

הכנס השנתי של היזמה למחקר יישומי בחינוך

3.1.2019 | כ"ו טבת תשע"ט

ניהול מיטבי של הפיתוח המקצועי וההדרכה במערכת החינוך

המורים האלה היו גם ברמה גבוהה של תחושת משמעות בעבודה ובעלי מסוגלות פדגוגית גבוהה.

- מרחב בטוח להביע רגשות חיוביים ושליילים. שני חוקרים שחקרו התערבויות הפוכות – האחת התמקדה בהבעת רגשות חיוביים והשנייה התמקדה בהבעת רגשות שליליים – מצאו כי בטווח הארוך המשתתפים במחקרים שמחים ואופטימיים יותר.
- העבודה על רכיבי הרווחה הנפשית צריכה לבוא לידי ביטוי בכל תהליכי הפיתוח המקצועי – החיצוניים והפנימיים – ובתוכניות הלימודים עצמן. דוגמאות:
 - תהליך למידה בנושא תהליכים פסיכולוגיים בלמידת מתמטיקה – חשיבה מתפתחת. איך משלבים תהליכים פסיכולוגיים להגברת מוטיבציה ורווחה נפשית בתוך הכיתות?
 - סדירות בית ספריות שמשלבות עבודה על רכיבים של רווחה נפשית, כגון תהליך מנטורינג אישי לתלמידים, ענן חוזקות ותרגול מיינדפולנס.
 - תהליך המשלב את כלל השותפים לעשייה חינוכית – צוותים עירוניים.