

אוניברסיטת בר-אילן

הקשר בין הכשרת המורים לבין החינוך לויסות רגשי

בבתי הספר

שלום אלדד

עבודה זו מוגשת כחלק מהדרישות לשם קבלת תואר מוסמך

בבית הספר לחינוך של אוניברסיטת בר-אילן

תקציר

מחקר זה בחן את היחס שבין הכשרת המורים להוראת ויסות רגשי, לבין היישום של ההכשרה בפועל בכיתות. באיזו מידה רמת ההכשרה משפיעה על רמת העיסוק בתחום של ויסות הרגשות בבתי הספר.

הויסות הרגשי (Emotion regulation) מתייחס לתהליכים הנמצאים בבסיס התפקוד הרגשי. הדרכים שבאמצעותם האדם מנהל ושולט על סוג הרגשות שהוא מביע או חווה, על העיתוי שלהם, ועל דרך חוויתם והבעתם. השליטה מתייחסים להעצמת רגשות חיוביים והפחתת שליליים. החשיבות של חינוך לויסות רגשי דווקא בתקופות המוקדמות של החיים נחקרה רבות. הושם דגש על ההשפעה הגבוהה של החינוך לכך דווקא מינקות עד נערות, כתקופות המעצבות את אישיותו של האדם. בשנים הללו ההשפעה של ההורים בבית והמורים בבתי הספר, היא עצומה. השפעתם היא גם בדוגמה אישית וגם בהקניית כלים, וככל שהיא טובה יותר כך הילד מתפתח בצורה בריאה ותקינה יותר.

חלק ממטרות החינוך, כפי שנקבע בחוק החינוך הממלכתי בישראל, מדבר על פיתוח אישיותו של התלמיד והבאתו למיצוי יכולותיו. זאת לאור המציאות התרבותית שאנו נמצאים בה, וכן לאור מחקרים רבים שהצביעו על חשיבות הויסות הרגשי. המחקרים הראו שהויסות הרגשי, משמש כמפתח להצלחת האדם בתחומים רגשיים והתנהגותיים רבים. כך גם ככלי להצלחה ביצירת קשרים חברתיים ולהצלחה בלימודים.

מטרת המחקר הייתה, בראש ובראשונה, לבחון את המציאות במוסדות להכשרת מורים. באיזו מידה מורים המלמדים, במערכת החינוך במדינת ישראל, מקבלים לאורך השנים הכשרה אקדמאית בנושא ויסות רגשי. זאת כדי לבדוק באיזו מידה יש הלימה בין תפיסת חשיבות ונחיצות הנושא לבין הנעשה בפועל מבחינת הכשרת המורים. אחת השערות המחקר הייתה שגם כיום, עדיין מורים רבים בשלבי הכשרה שלהם (ולעיתים גם בהמשך דרכם) כמעט ולא מקבלים כלים והכשרה ראויה כיצד לקדם את התלמידים בנושא.

לשם בדיקת השערות המחקר, בשלב הראשון בוצעה סקירה של תוכניות לימודים. בדומה למחקרים מקבילים, נסקרו תוכניות לימודים בשלוש אוניברסיטאות: תל-אביב, בר אילן ובן גוריון. ובנוסף בשלוש מכללות אקדמאיות לחינוך: בית ברל, לוינסקי והרצוג. לצורך ההשוואה בין המוסדות השונים ובחינה של המציאות בפועל, בכל אחת מהן נסקרו שלושה מסלולי הכשרה להוראה: אנגלית, לשון והיסטוריה.

הממצאים בשלב הראשון הצביעו על כך שלמורים אין הכשרה מסודרת בנושא החינוך לויסות רגשי. כמעט ולא עוסקים בנושא וודאי שלא מקנים כלים שיטתיים למורים בתחום. בכל המוסדות שנבדקו לא נמצא ולו קורס אחד שעוסק בנושא בצורה ישירה ומסודרת. דבר זה מעיד על קיומו של הפער בין הרצוי למצוי: בין השאיפה להעצים את התלמידים, וההבנה שיש חשיבות לחינוך לויסות רגשי בבתי הספר, לבין ארגז הכלים שהמורה מקבל בהכשרתו.

בשלב השני בוצע מחקר כמותי. מטרתו הייתה לבחון מה המצב היום בבתי הספר. לבדוק האם ישנו חינוך לויסות רגשי? מהי רמתו? האם הוא נובע מהכשרה? באילו כלים משתמשים המורים? ועוד. השערת המחקר הייתה שיש קשר בין רמת ההכשרה שמורה קיבל בתחום, לבין יישומה בבית הספר. לאור ההשערה מצופה היה שמורים שקיבלו הכשרה, אכן מיישמים אותה בעשייתם החינוכית יותר מאשר עמיתיהם, שכלל לא קיבלו הכשרה כזו.

לשם בדיקת השערת המחקר הופצו שאלונים בקרב קהילת המורים, התקבלו תשובות מלאות מ-67 מורים שלמדו מקצועות שונים, קיבלו הכשרה להוראת גילאים שונים ובתקופות שונות. ממצאי המחקר נותחו והציגו תמונה ברורה, ככל שמורה קיבל יותר הכשרה לחנך לויסות רגשי הוא יותר יישמה בעבודתו. זאת, בשונה ממורים שכלל לא קיבלו הכשרה לכך, ועל כן הם פחות חינוכו לויסות רגשי בכיתה, אם בכלל.

יש לציין שמורים רבים ציינו שלמרות שהם לא קיבלו הכשרה, הם עדיין מיישמים שיטות של חינוך לויסות רגשי בכיתה. הדבר מראה על חשיבות הדבר בעיניהם לאור הצורך הקיים. מצד שני הדבר גם מעלה חששות, שמא מורה שלא קיבל הכשרה אך עדיין פועל בתחום, עלול להזיק יותר מאשר להועיל לכיתה.

נקודה נוספת שהתחדדה לאור המחקר היא שלמרות שמורים רבים ציינו שהם לא למדו קורסים בנושא הויסות הרגשי, רוב רובם של המורים חושבים שצריך ללמוד את הנושא כחלק מההכשרה של המורה.

החלק השלישי של השאלון בדק האם יש הבדל מובהק בין הקבוצות השונות לפי המשתנים כגון: תחום הכשרה הראשי, מגמת ההכשרה, מגדר, לאילו גילאים המורה הוכשר, שנת ההכשרה, וסוג בית הספר בו הוא מלמד בו היום. תוצאות המחקר הראו שאין הבדלים מובהקים בין הקבוצות השונות, למרות שיש הבדלים מסוימים ביניהם (כגון בין גברים לנשים, או בין שנות ההכשרה השונות וכדומה).

הסברים אפשריים שהועלו להבנת הפער בין הצורך בהכשרה לויסות רגשי לבין המציאות הקיימת הם :

א. שהשימוש במושג ויסות רגשי החל רק בשנות ה-90 של המאה ה-20, ויתכן שעל מנת להכניס שינויים מהותיים בתוכניות הלימודים נצרך פרק זמן גדול בכדי לבחון את הדברים יותר לעומק.

ב. הסבר אפשרי אחר נעוץ בכך שבכל מוסד חינוכי יש אנשים שאחראיים על הפן הטיפולי. לאור כך, יתכן ותפיסת המוסדות להשכלה גבוהה היא שלמרות ההבנה שהנושא חשוב והכרחי להעצמת התלמידים, לצורך כך יש גורמים מטפלים שיעסקו בזה. אולי אף ישנו חשש שאם מורה יקבל הכשרה כזו או אחרת, היא לא תהיה מספיקה ויסודית. כתוצאה מכך הוא יחשוב שיש ביכולתו לטפל, דבר שעלול למנוע טיפול ראוי לתלמיד הזקוק לכך.

ג. הסבר אפשרי נוסף לפער הוא שיתכן וישנו נתק מסוים בין ההכשרה באקדמיה לבין צורכי המורה בעבודתו.

המסקנות המשתמעות ממחקר זה, שיש לבחון את הנושאים הקיימים בהכשרת המורים, בעיקר לאור הצרכים של המורים בעבודת בבתי הספר, זאת כדי ליצור הלימה בין השניים. כך גם לגבי הוראת ויסות רגשי, הפער הקיים בין אופן ההכשרה לצרכים של המורים מחייב שבהכשרת המורים ילמד גם הפן התאורטי וגם הפן המעשי של הויסות הרגשי. צורך ההכשרה הוא בכלל מקצועות ההוראה, לאור העובדה שכמעט ואין הכשרה ספציפית לחינוך כיתה (כל מורה מקצועי יכול להיות מחנך), ובעיקר לאור העובדה שכלל המורים – כולל המורים המקצועיים, עוסקים בחינוך מעבר לעיסוק בתוכן המקצועי.

בהתבסס על התוצאות נראה שעל המוסדות להכשרת מורים לקחת בחשבון את המשתמע ממחקר זה. המצב כפי שהוא היום, גורם למורים רבים לעסוק בתחום הויסות הרגשי ללא הכשרה מתאימה, או כלל לא לעסוק בו.