

אוניברסיטת בר-אילן

**השפעת התנסות בסימולציות
על אוריינות רגשית ומיקוד שליטה בקרב פרחי הוראה**

תמר וסרמן-גוטויליג

עבודה זו מוגשת כחלק מהדרישות לשם קבלת תואר מוסמך

בבית הספר לחינוך של אוניברסיטת בר-אילן

תקציר

רגשות הם חלק בלתי-נפרד מחייו המקצועיים של המורה, והם מלווים אותו בעבודתו היומיומית. עם זאת, נראה כי גם חוקרי ההכשרה להוראה, שמכירים במורכבות של מלאכה זו, כמעט שאינם מקדישים תשומת לב לתחום הרגשי בעבודת המורה (Rosiek, 2003).

חוקרים (למשל: גינת, 2007; Dolev, 2012) מדווחים על כך שמודעות לרגשות, רגשות חיוביים וביטחון ביכולתם הפנימית של המורים לעמוד במשימה ולתפקד באופן מיטבי משפרים את עבודתם היומיומית. יתרה מכך, מחקרים מראים כי מורים בעלי יכולת חברתית ורגשית גבוהה ובעלי מודעות עצמית גבוהה מודעים יותר ליתרונותיהם וחסרונותיהם, יודעים כיצד להניע את עצמם ואת תלמידיהם ללמידה, מהווים מודל לדוגמא בעימותים ובמצבי קונפליקט ומודעים ליחסי הגומלין ביניהם לבין סביבתם (Gibbs, 2003; Jennings & Greenberg, 2009). מורים אלה אף מצליחים לקדם טוב יותר את תלמידיהם גם מבחינה אקדמית (Hoffman, 2009).

ממחקר שנערך בקרב סטודנטים להוראה, עולה כי הסטודנטים מבקשים לסגל לעצמם כלים ומיומנויות למידה, אך לא פחות מכך הם מבקשים התנסות אישית בפועל ואינם מסתפקים בלימודים תאורטיים (טויכר-סער וקרמר-חיון, 2001). נמצא כי לאחר לימוד של ידע חדש באמצעות סימולציות- הבנת המושגים והיכולת להסביר אותם ולהשתמש בהם משתפרת באופן משמעותי (Adams et al., 2008), וכי המתנסים בסימולציות רוכשים חוויות של הצלחה וכלים להתנהלות יעילה ומעמיקים את זהותם המקצועית. (אייזנהמר, אל-יגור, זיו, מברך ורחמים, 2010).

התבוננות עצמית רפלקטיבית וניתוח של חוויות ההתנסויות מאפשרים למורה להיות ער לרגשותיו, לרגשות הזולת וממילא לנהל סיטואציות מורכבות מבחינה רגשית בהן הוא נתקל (Shoffner, 2009). מה גם, שמדובר ביכולות נרכשות אשר ניתן לפתחן באמצעות למידה ותרגול (Dolev & Lesem, 2017 ; Hen & Goroshit, 2011).

המחקר הנוכחי נועד לבחון את השפעת התנסות בסימולציות ממוקדות בהיבטים רגשיים על האוריינות הרגשית ומיקוד השליטה בקרב פרחי הוראה, זאת על ידי תוכנית התערבות הכוללת הכנה תאורטית, התנסות מעשית ועיבוד רפלקטיבי. תוכנית ההתערבות נעשתה בשיתוף ובהכוונת מרכז הלי"ב, המרכז לסימולציות בחינוך באוניברסיטת בר אילן. הסימולציות איתן התמודדו הסטודנטים דימו מצבים קונפליקטואליים מחיי בית הספר וזימנו למתנסים מפגש עם התמודדויות מורכבות בתנאי מעבדה ובאפשרות למשוב מודרך. בפיתוח הסימולציות ובמהלכן הודגש התהליך

הרגשי איתו מתמודדים המורים בעבודתם. במהלך הסדנאות השתתף כל סטודנט בשלושה מפגשים של כשעה וחצי אשר נפרסו על פני כחודש, בכל מפגש הוצגו בין 3-4 סימולציות. בכל סימולציה הוצג בתחילה התרחיש בפני בסטודנטים ונבחרו מתנדבים להתנסות, כך שהתאפשר לכל סטודנט להתנסות לפחות בסימולציה אחת.

במחקר השתתפו 91 סטודנטים בתוכנית להכשרת מורים באוניברסיטת בר אילן, מבין הנבדקים 56 (62%) השתתפו בקבוצת הניסוי ו-35 (38%) בקבוצת הביקורת. המחקר נערך בשילוב מתודולוגיות מחקריות, mixed methods research, זאת על מנת להעמיק את ההתבוננות והבנת הממצאים, וכן, לחזק את התוקף הפנימי והחיצוני של המחקר (פאול-בנימין ואלפרט, 2016). הערוץ המרכזי של המחקר הנו הערוץ הכמותי, ובנוסף נאספו נתונים בשיטה האיכותנית.

בערוץ הכמותי של המחקר נעשה שימוש בארבעה שאלונים: שאלון נתוני רקע, שאלון אוריינות רגשית שנלקח מתוך השאלון של קופר וסאווי (Cooper & Sawaf, 1997), שאלון רגשות מורים המבוסס על השאלון של מברך ומשכית (Mevarech & Maskit, 2015), שאלון מיקוד שליטה של לבנסון (Levenson, 1981) המבוסס על המדד המקורי של רוטר (Rotter, 1966). שאלוני המחקר הועברו פעמיים- בתחילתם ובסיומם של קורסים סמסטריאליים (קורס המחקר וקורס הביקורת) ביחידה להכשרת מורים. בערוץ האיכותני של המחקר נערכו ראיונות עם עשרה סטודנטים מתנדבים מקבוצות המחקר והביקורת.

השערות המחקר אוששו באופן חלקי. מממצאי המחקר הכמותיים ניתן לראות כי במשתנה רגשות הסטודנטים לגבי עצמם כמורים נמצאה עליה במדד הרגשות השלילים בקבוצת המחקר לעומת קבוצת הביקורת, עליה זו מוסברת על ידי ההבנה כי בזמן קצר נחשפו הסטודנטים באופן אינטנסיבי לקונפליקטים אשר מציפים דילמות ורגשות מורכבים. בנוסף, חלה עליה בשניים מהממדים של מיקוד שליטה: מיקוד שליטה פנימי, הנשען על עצמי, ומיקוד שליטה חיצוני הנשען על אחרים. בשניהם נמצאה עליה בקבוצת המחקר לעומת קבוצת הביקורת, יש ביכולתה של עליה זו להעיד על תרומתה של תוכנית ההתערבות להבנת הסטודנטים את השפעתם על המתרחש בכיתה ויכולתם לנהל את הסיטואציה, יחד עם זאת, תוכנית ההתערבות העמיקה את התובנה כי לא המורה לבדו מנהל את הסיטואציה כי אם מכלול הרגשות והצרכים המתרחשים ברמה הבין אישית בחיי בית הספר.

ממצאי המחקר האיכותניים ניתן לראות באופן נהיר את האופן בו הציפה תוכנית ההתערבות את מרכזיותם, חשיבותם והשפעתם של הרגשות בהוראה ואת משמעותו המרכזית של המשוב אותו

קיבל המתנסה על תפקודו בסימולציה. בנוסף, בלטה חשיבותה של ההתנסות בסימולציות ביצירת הגשר שבין התאוריה לפרקטיקה ותרומתה לתהליך ההכשרה בקבוצת המחקר לעומת החיסרון הגדול שבהעדרה בקבוצת הביקורת.

את ממצאים אלו ניתן להבין בהתבוננות על התהליך אותו עברו פרחי ההוראה אשר זימנה עבורם חוויה משמעותית של שיקוף ורפלקציה אודות תהליכים אישיים ובינאישיים באמצעות למידה פעילה, קבלת משוב וחשיבה מטא-קוגניטיבית אשר מבנים בלומד את ההכרות עם תהליכי החשיבה שלו עצמו ועם תוצריה, כמו גם, לקיחת אחריות עליה (Flavell, 1976; Jenkins, 2012). בנוסף, מודעות מטא-קוגניטיבית מקדמת אורינות סביבתית (Adler, Zion, & Mevarech, 2015) ומאפשרת לאדם להבין את הזולת ואף לחזות ולהסביר התנהגויות שלו (בלום-קולקה וחמו, 2010). כל אלה יוצרים את הבסיס ליצירת תהליכי בקרה עצמית, הבנת התהליכים אותם הוא עובר, הבנה מיטבית יותר של סביבתו ובניית מנגנון ללמידה וויסות עצמי. ממצאים אלו נידונים בהרחבה על רקע ספרות המחקר.