

הכנס המדעי ה-17
מחקר, עיון ויצירה באורנים – תשע"ו

פדגוגיה מותאמת לנוער בסיכון :
קידום של ויסות עצמי ומוטיבציה

יו"ר: עינת ליכטינגר

פדגוגיה מותאמת לנוער בסיכון : קידום של ויסות עצמי ומוטיבציה

עבודות גמר מורחבות שהוגשו כחלק מחובות הלימודים בתכנית לתואר שני "חינוך והוראה לתלמידים בהדרה", מכללת אורנים

Pedagogy adapted to youth at risk:

Promotion of self-regulation and motivation

chairperson: **Einat Lichtinger**

יו"ר המושב : **עינת ליכטינגר**

response: **Michal Razer**

מגיבה : **מיכל ראזר**

לאמונות ולדרכי הפעולה של מורים יש השפעה משמעותית על יכולתם להכיל תלמידים בסיכון ולקדם. המורה יכול להיות "איש החסד" של התלמידים, אשר יוצר אתם קשר משמעותי, בונה עבורם סביבה לימודית מותאמת ומקנה להם כלים המאפשרים הצלחה והסתגלות חברתית. הוראה מותאמת לבני נוער בסיכון משלבת תמיכה וגבולות ברורים, מתן הזדמנויות לפעילות וציפייה מהתלמיד להישגים. היא צריכה להיות מבוססת על האזנה קרובה לתלמידים ולקהילה שלהם, ולכן עליה להתמקד בשונות של הלומדים יותר מאשר בתכנית הלימודים. בנוסף, עליה לאפשר מגוון של דרכי למידה ובחירה במשימות וחומרים, כך שלכל התלמידים תינתן הזדמנות להיות מעורבים בלמידה. חשוב לאפשר לתלמידים להשתתף בקביעת המטרות ובהחלטות המשפיעות על לימודיהם ועל תפקודם בכיתה.

אחת הדרכים לקיים פדגוגיה מותאמת לנוער בסיכון היא הפעלה של תכניות התערבות לקידום הוויסות העצמי והמוטיבציה. אלה מבוססות על הקנייה של אסטרטגיות רב-ממדיות לצד כלים של ניהול עצמי. הן חושפות את התלמידים למודלים מוצלחים של ויסות עצמי ומאפשרות להם לעקוב אחר התקדמותם ולתת לעצמם משוב במטרה לחזק את המסוגלות העצמית שלהם. מחקרים מצביעים על כך שוויסות עצמי בלמידה הוא גורם מתווך המסביר הישגים לימודיים של תלמידים בסיכון, וכן, שוויסות עצמי ממתן את תופעות הסיכון ומחזק את סיכויי ההסתגלות החברתית של בני הנוער. יחד עם זאת, קיימים רק מחקרים מעטים המתארים תכניות התערבות של ויסות עצמי, שנועדו לקדם נוער בסיכון, ובכך יעסוק מושב זה.

במסגרת תכנית התואר השני "חינוך והוראה לתלמידים בהדרה" ליויתי לאורך השנים כ-45 עבודות גמר ומאות עבודות סמינריוניות בנושא של פדגוגיה מותאמת לנוער בסיכון. כל העבודות היו מחקרי פעולה, ומטרתן היתה לבחון תכניות התערבות לקידום הוויסות העצמי והמוטיבציה, שערכו המורים (הסטודנטים בתכנית) בכיתותיהם. התכניות הופעלו בשכבות גיל שונות ובמסגרות מגוונות, במגזר היהודי והערבי. התכניות עסקו בעיקר בשיפור המוטיבציה והתפקוד הלימודי השוטף של התלמידים, בהקניית תהליכי ויסות עצמי ואסטרטגיות להכנה למבחנים, בקידום מיומנויות של הבנת הנקרא והבעה בכתב, בחיזוק הוויסות הרגשי ובחיזוק האקלים החברתי ותחושת השייכות לכיתה ולבית הספר. מחקר הערכה שערכתי על התכניות, העלה מספר מאפיינים משותפים מהותיים: שיתוף התלמידים בבניית התכנית; הפעלת כלים לפיקוח עצמי אחר התקדמות התכנית, היוצרים תחושה של הצלחה; מעבר הדרגתי מתיווך של המורה לעצמאות של התלמידים; דגש על קידום המוטיבציה תוך יצירת עניין; חיזוק המעורבות וחיזוק המסוגלות העצמית; דגש על תהליכים של גיבוש קבוצתי והתבססות על הקשר האישי עם המורה.

במושב יוצגו שלוש עבודות גמר מורחבות מצטיינות, המתארות תכניות התערבות רב-ממדיות של ויסות עצמי. המורות אשר כתבו את העבודות, העבירו את התכניות בכיתותיהן, שהיו כיתות של תלמידים בהדרה, ובמקביל עבדו עם הצוותים החינוכיים בבתי הספר. בסיום המושב, ד"ר מיכל ראזר, מייסדת התכנית "חינוך והוראה לתלמידים בהדרה" ומי שעמדה בראשה במשך שנים, תציג את זווית ראייתה.

מילות מפתח : ויסות עצמי, מוטיבציה, פדגוגיה מותאמת לנוער בסיכון, תכנית התערבות, מחקר פעולה

העברת השתלמות מורים בנושא ויסות עצמי למחנכות בחינוך המיוחד

In-service teacher training on topic of self-regulation for educators in special education

מחקר פעולה זה בחן השתלמות מורים שערכתי בנושא "ויסות עצמי בלמידה". ההשתלמות התקיימה במסגרת בית ספרית, ולקחו בה חלק מחנכות מכיתות החינוך המיוחד בבית ספר על יסודי בצפון הארץ. הצורך בהשתלמות הוצג על-ידי המחנכות במטרה לפתור קשיים העולים בכיתותיהן. מטרת ההשתלמות הייתה להכשיר את המורות ולהקנות להן כלים כדי לקדם את תהליכי הוויסות הקוגניטיביים, הרגשיים והחברתיים של התלמידים.

המחנכות מלמדות בכיתות של תלמידים לקויי למידה. תלמידים אלו חווים קשיים בתהליכי הוויסות העצמי אשר באים לידי ביטוי בכל תחומי החיים ומקשים על תפקודם, מחלישים את המסוגלות העצמית שלהם ועלולים להביא אותם לנשירה סמויה או גלויה מבית הספר. השתלמות מורים יעילה צריכה לנצל נכון את זמנו של המורה, להתייחס לניסיונו, ליצור קשר לשטח ולשלב חוויה ולמידה תוך דגש על יישום הדברים הנלמדים בשטח. במקביל, יש חשיבות לליווי של המורה ביישום התכנים הנלמדים.

המחקר כלל שני מעגלים: במעגל הראשון העברתי שמונה מפגשי השתלמות, בהם למדו המורות כלים לויסות עצמי בלמידה והתנסו בהם בשטח החינוכי שלהן. המעגל השני כלל ליווי שלהן בבנייה של תכנית התערבות בכיתותיהן. לפני בניית התכנית נערך ריאיון עומק אישי עם כל המורות. בחלקו הראשון המורה תיארה את תחושותיה לגבי ההשתלמות וכיצד היא מיישמת את התכנים הנלמדים בה. בחלקו השני, המחנכת התמקדה בתחום בו היא חווה קושי בכיתה או קושי אישי שלה, ומתוך הדברים שעלו, נבנתה תכנית התערבות אישית שהיא העבירה. המורות סיפרו על התכניות האישיות ועל השלכותיהן במפגשו האחרון.

במחקר נעשה שימוש במספר כלים מחקרניים: תיעוד של מפגשי ההשתלמות ותיעוד של שיחות עם המורות, משובים כתובים ודפי סיכום שהן כתבו במהלך המפגשים, מסמכים, ריאיונות אישיים, ריאיון קבוצתי ויומן חוקר בו כתבתי את מחשבותיי לאורך התהליך.

ממצאי המחקר מצביעים על כך שהשתלמות בית ספרית לקבוצת מורות מאותו תחום ידע ומאותו בית ספר, מובילה להתפתחות מקצועית שלהן וליישום בפועל של הכלים. ההשתלמות תרמה להעמקת ההיכרות בין המורות ולשיתוף בלבטים האישיים והמקצועיים שלהן. הכלים של הוויסות העצמי נמצאו רלבנטיים מאוד למורות גם באופן אישי וגם בעבודתן החינוכית, ונוצרה ביניהן שפה משותפת של ויסות עצמי, שבאה לידי ביטוי בהוראה בכיתות. בהשתלמות בנושא ויסות עצמי יש חשיבות למודל לינג ולליווי האישי של המורות, על מנת לעודד את יישומם של הכלים בשטח. מהמחקר עולה צורך בהשתלמות המשך, שתעמיק את היישום של הכלים ותאפשר למורות להתאים אותם לקשיים השונים בהם הן נתקלות בכיתות. בסיכום עבודת הגמר מוצגות המלצות מחקריות וחינוכיות לביצוע השתלמויות מסוג זה בעתיד.

מילות מפתח: השתלמות מורים, ויסות עצמי, מוטיבציה, מורים בחינוך המיוחד

**השלכות של תכנית התערבות לקידום ויסות עצמי על תחושת המסוגלות העצמית,
ההישגים והדימוי העצמי של תלמידים בהדרה**

**Intervention program promoting self-regulation: Implications for self-
efficacy, self-esteem and achievements of at-risk students**

מטרתו של מחקר פעולה זה הייתה לבחון את ההשלכות של תכנית לקידום הוויסות העצמי על תחושת המסוגלות העצמית, ההישגים והדימוי העצמי של תלמידי כיתות י"א בבית ספר תיכון ערבי. הצורך לבצע את המחקר עלה מתוך עבודתי כמורה למתמטיקה בבית ספר, שמרבית תלמידיו הם בני נוער בסיכון ובהדרה. המחקר נערך בשתי כיתות שונות: כיתה שתלמידיה הם בעלי הישגים נמוכים וכיתה מעורבת שיש בה תלמידים בעלי הישגים נמוכים ובינוניים. בכל קבוצה למדו 25 תלמידים. הרציונל בבחירת שתי הקבוצות היה לבדוק את השפעת התכנית על קבוצות בעלות מאפיינים שונים. מטרת המחקר הייתה ליצור שינוי במצב הקיים, תוך כדי שיתוף פעולה עם התלמידים ועם הצוות.

תכנית ההתערבות נמשכה ארבעה חודשים והועברה בשעורי המתמטיקה בשתי הכיתות המחקר. התכנית כללה שני מעגלים: במעגל הראשון התלמידים רכשו מיומנויות של ויסות עצמי, בכללן תהליכי תכנון פיקוח והערכה. הם הגדירו מטרות לעצמם וקריטריונים להצלחה, וערכו תהליכים של פיקוח עצמי על הישגיהם. התכנית לוותה במבחני הצלחה ובמפגשי הערכה שלהם עם החוקרת. המעגל השני נבנה על סמך הממצאים שעלו מן המעגל הראשון. בהתאם לכך הוספתי הקניה של אסטרטגיות למידה ואסטרטגיות הכנה למבחנים. המחקר הסתיים לקראת מבחני הברגרות במתמטיקה, שאותם עשתה הקבוצה החזקה יותר, ומבחן סוף סמסטר לקבוצה בעלת ההישגים הנמוכים. המתודה של המחקר היתה מעורבת: כמותית ואיכותנית. ציוני התלמידים נבדקו לפני העברת התכנית ואחריה, והועברו שאלונים של מסוגלות עצמית לפני ואחרי תכנית ההתערבות. בנוסף, לאחר העברת התכנית רואיינו 12 תלמידים משתי הקבוצות. בראיונות נבדקו השלכותיו של התהליך על הדימוי העצמי, הוויסות העצמי והמסוגלות העצמית של התלמידים. כמו כן, ניהלתי יומן חוקר לאורך התקופה.

הממצאים מראים שבמהלך העברת התכנית, חל שיפור מובהק בתחושת המסוגלות העצמית של התלמידים בשתי הקבוצות. השינוי בציונים ניכר בעיקר בקבוצה המעורבת ופחות בקבוצה החלשה. התלמידים תיארו בראיונות כיצד התכנית שיפרה את המסוגלות העצמית והדימוי העצמי שלהם, ותיארו את חשיבותם של תהליכי הוויסות העצמי ושל אסטרטגיות הלמידה שלמדו במהלכה. עוד עלה כי התלמידים הושפעו מהמשובים החיוביים שקיבלו מהסביבה ומהשינוי שחל באווירה ששררה בכיתה. לאורך התכנית ראיתי כיצד תלמידים שהיו בסכנת נשירה הגיעו באופן רצוף לבית הספר ונכנסו ללמוד. התכנית יצרה שינוי בתחושת הכישלון המצטבר של תלמידים אלה והובילה דינמיקה של הצלחות קטנות. התלמידים החלו לראות בה הזדמנות חדשה להצלחה במסגרת בית הספר.

הדיון עוסק בחשיבותן של הקניית מיומנויות ויסות עצמי המאפשרות לתלמידים להתמודד באופן עצמאי עם ידע חדש, במטרה לפתח אדם אוטונומי המסוגל ללמוד מתוך הנעה פנימית. בהרצאה אתייחס למגבלות המחקר, וכן אציג המלצות יישומיות בנושא של תכנית לקידום הוויסות העצמי בלמידה לתלמידים בהדרה.

מילות מפתח: ויסות עצמי, מסוגלות עצמית, דימוי עצמי, פדגוגיה מותאמת לנוער בסיכון

**תכנית רב-ממדית של ויסות עצמי עבור תלמידים עם בעיות התנהגות ובעיות רגשיות
בכיתה רב-גילית א-ג**

**Multi-dimensional self-regulation program for students in grades 1-3 with
severe behavior and emotional problems**

מחקר פעולה זה בוחן תכנית התערבות רב-ממדית של ויסות עצמי, שהעברתי לאורך שנת לימודים מלאה בכיתה רב-גילית (א-ג), אשר 11 התלמידים בה לוקים בהפרעות התנהגות ובעיות רגשיות, המתאפיינות בין היתר בחרדה, תסכול ואימפולסיביות, ומתבטאות בתוקפנות כלפי אחרים או בהימנעות. כל התלמידים בכיתה נפלטו מבתי ספר אזוריים רגילים והגיעו לבית ספר לחינוך מיוחד. אחד המאפיינים העיקריים של ילדים אלה הוא קושי בשליטה עצמית. ישנן גישות רבות לטיפול בבעיות התנהגות ובעיות רגשיות. במחקר זה התייחסתי לגישה המערכתית-אקולוגית ולגישה הקוגניטיבית-התנהגותית, ושתי דגש על תכנית המעודדת קידום תהליכים של ויסות עצמי.

המחקר שערכתי היה מחקר פעולה, שהשתמש בכלים איכותניים. הוא כלל תצפיות בשלבים שונים של ההתערבות, ראיונות עומק עם מורים ותלמידים, משובים מן התלמידים וכן יומן חוקר שנכתב לאורך ההתערבות. צוות הכיתה, שהיה שותף מלא לתהליך, כלל מורה נוסף ושתי סייעות. המחקר כלל שלושה מעגלי התערבות שפעלו בשתי רמות: עבודה עם התלמידים ועבודת צוות.

מטרת המעגל הראשון הייתה לבנות תכנית ראשונית לגיבוש הצוות, ללמד אסטרטגיות בתחום הלימודי ולערוך פעולות לגיבוש הכיתה. המטרות של המעגל השני עלו מתוך הקשיים שנחשפו במעגל הראשון. הפעלתו בו תכנית התערבות מקיפה בתחום החברתי והרגשי, תכנית לימודית שכללה עבודה עם מפות חומר ופרויקט של גינת ירק ותכנית לויסות עצמי התנהגותי. בתחום של הצוות עסקנו בהיכרות עם כלים של ויסות עצמי והפעלה שלהם בשיעורים השונים. המעגל השלישי העמיק את העשייה. בתחום הלימודי הוספתי מבחני הצלחה וחיזקתי את התכנית ההתנהגותית. בתחום החברתי תכננו את מסיבת סוף השנה ובתחום הרגשי עסקנו בפרידה. בנוסף לשיתוף הפעולה בפעילויות אלה, הצוות עסק בטיפול משולב בתלמידים מתקשים.

מהמחקר עלו מספר ממצאים מרכזיים: ניכר שעבודת צוות עקבית יצרה אווירה טובה בכל הרמות. התכנית לגיבוש חברתי שבצעתי בתחילת השנה, לא היה בה די, ונדרשה תכנית רב-ממדית ששילבה תחומים רגשיים וחברתיים. בין השאר, פרויקט של איסוף "מעשים טובים" תרם ליצירת אקלים נעים בכיתה וגיבש אותה. השיעורים בתחום הרגשי יצרו אצל התלמידים מודעות לרגשותיהם ובהמשך גם מודעות להתנהלותם במצבי כעס, קבלה ואמפתיה לאחר. העבודה עם אסטרטגיות למידה, מפות חומר ופרויקט גינת הירק יצרו מוטיבציה לימודית, תרמו להפנמת החומר ולהעלאת הדימוי העצמי של התלמידים. התכנית בתחום ההתנהגותי תרמה לפיתוח של שליטה עצמית ומודעות של התלמידים להתנהגותם.

הדיון עוסק בחשיבותה של תכנית רב-ממדית לויסות עצמי עבור תלמידים בעלי הפרעות התנהגות קשות ובעיות רגשיות, ובתרומה של התכנית לצוות ולי כחוקרת. יוצגו גם מסקנות חינוכיות שעשויות לתרום, בהעברת תכנית כזו, לתלמידים נוספים.

מילות מפתח: ויסות עצמי, מסוגלות עצמית, מוטיבציה, תלמידים עם הפרעות רגשיות והפרעות התנהגות, עבודת צוות