

## החתיכה החסרה – היבטים חברתיים-רגשיים בהנחיה

היזכרו רגע בעצמכם כתלמידים – האם קרה פעם שלא הבנתם משהו בשיעור, אך לא שאלתם כי חשבתם שהשאלה מטופשת, או שכולם לבטח יודעים את התשובה חוץ מכם? האם קרה לכם פעם שהגעתם לביה"ס בלי מצב-רוח, או רבתם עם חברה בהפסקה, ולא יכולתם להתרכז בשיעור? לחילופין, האם קרה לכם פעם שמורה חיזק אתכם על מה שאמרתם, העצים אתכם בצורה שהשפיעה על הבטחון העצמי שלכם? האם זכור לכם מורה שהתעניין בתלמידים והאזירה בכתה הייתה תמיד נעימה ומאפשרת?

בשלב הראשון של תקופת הקורונה, רוב סגלי ההוראה בארץ ובעולם עסקו במעבר הטכני להוראה מקוונת: התוודעות לטכנולוגיה, הכרה טכנית של הכלים להוראה מרחוק, הסתגלות להוראה מול מצלמה. בשלב הבא, הושם דגש רב על שימוש באפליקציות טכנולוגיות תומכות הוראה, דוגמת מצגות אינטראקטיביות או יישומי בחנים וחידונים למיניהם. כעת דומה כי תשומת הלב התפנתה להיבטים אחרים של ההוראה בזום, או לפחות צריכה לעבור, בעינינו.

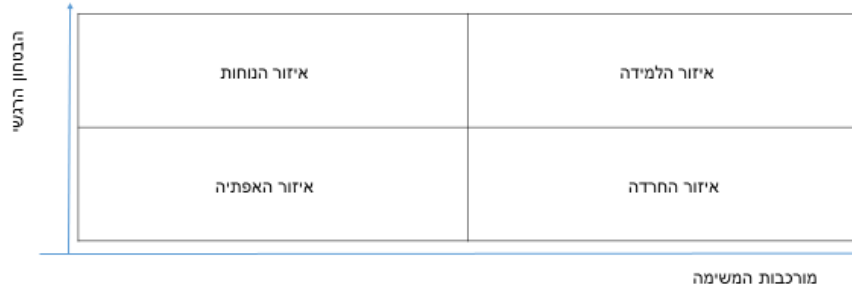
ההוראה מרחוק כשמה כן היא - הרחיקה אותנו ואת הסטודנטים זה מזה, אותם האחד מהשני, והשאירה אותם [ואולי גם אותנו] בודדים ומנותקים. דוגמאות לאופן בו אנו חשים זאת אצל הסטודנטים הן עליה בשיעור הפניות לשעות קבלה ולמייל, מצלמות כבויות, אי הגשת מ"נים, ואף נשירה. התייחסות להיבטים החברתיים והרגשיים של הלומדים, היא "החתיכה החסרה", שיכולה לתרום רבות לרווחת הסטודנטים ולאפקטיביות הלמידה שלהם.

מחקרים רבים עסקו בקשר בין קוגניציה, רגש והתנהגות, והראו כי קיים קשר בין היבטים חברתיים ורגשיים, כמו תחושת שייכות, בטחון, אמון, לבין אפקטיביות הלמידה<sup>1</sup>. בסדנה הצגנו את המטריצה של אדמונדסון [2008]<sup>2</sup>, הקושרת בין הפרמטרים של בטחון רגשי לבין עמידה במשימות תובעניות. המשימות האקדמיות מצריכות את הסטודנט להיות באיזור הלמידה [הפרמטרים של בטחון רגשי ומורכבות המשימה שניהם גבוהים]; אך כאשר הבטחון הרגשי נמוך, בעוד המשימה מורכבת, יימצאו הלומדים באיזור החרדה, מה שיפגע ביכולתם לעסוק ולהצליח במשימות.

<sup>1</sup> ראו כאן סקירה לדוגמה: <http://yozma.mpage.co.il/SystemFiles/23051.pdf>

<sup>2</sup> Edmondson, A. C.: 2008, 'The Competitive Imperative of Learning', *Harvard Business Review* July–August, pp. 60–67

## The concept of psychological safety for meeting demanding goals



כמנחים אנחנו יכולים לפעול בזירות שונות, על מנת לסייע לסטודנטים הנמצאים במצוקה בהיבטים החברתיים. להלן מספר דוגמאות:

זירה	אפשרויות לפעולה
פדגוגיות תומכות למידה חברתית רגשית	עבודה בחדרים
	משימות שיתופיות
	קיימו משחקי למידה - מאפשר הצלחה ואי הצלחה בסביבה משחקית
	להשקיע במפגש ראשון מבסס אמון והיכרות
יחסים בין חברי הקבוצה גם מחוץ לקבוצה	הציעו לסטודנטים לפתוח זום חברתי שבועי עם חלוקה מקרית לחדרים.
	מצאו לכם חבר בקבוצה
	המליצו על קבוצת למידה שקטה בזום: פותחים זום ולומדים במקביל. פעם בכמה שעות עושים סבב עדכונים וקביעת יעדים
קשר בין מנחה לסטודנטים	פתחו קבוצת וואצאפ משותפת

<p>הזמינו לפנות אליכם באמצעי תקשורת מגוונים ונגישים</p>	
<p>שלחו לסטודנטים מייל מקדים עם שאלון היכרות (בקבוצות גדולות מומלץ להציג את הסיכום של זה ויזואלית בזום).</p>	
<p>שלחו מייל מקדים ובו הסבר על כך שיהיו חלקים שלא יוקלטו בהם ניתן יהיה לשתף ולשאול ולהכיר יותר. לפתוח כל שיעור בסבב "מה שלומנו" לא מוקלט.</p>	
<p>בסוף שיעור לכבות הקלטה ולהשאר ליד "שולחן המורה" ולענות על פניות אישיות.</p>	
<p>להציע להם/ לאפשר להם לעשות rename ולהופיע בשמם כפי שהם רוצים. (למתקדמים: לזכור את זה ובשיעורים באים לשנות להם עם כניסתם.)</p>	
<p>משימות היכרות משחקיות שלא יוקלטו</p>	<p><b>פעולות גיבוש והפגה בתוך הזום (כולל דגש על "כאן ועכשיו")</b></p>
<p>"רגע פתיחת מצלמה". כאשר לא מקליטים לעודד לפתוח מצלמות ולהסתכל אלו על אלו ולהכיר חברים לקורס</p>	
<p>"הקטע שלנו": כולם מביאים כוס קפה מיוחדת וכו'</p>	
<p>לבדוק למי יש יום הולדת ולחגוג יחד בזום (בשיעור).</p>	
<p>להדגיש חוויות משותפות (סגר, חזרה לבתי ספר וכו')</p>	
<p>לשאול על שיר אהוב ולייצר פלייליסט לכיתה. בכל שיעור אפשר להפתיע סטודנט עם השיר שלו (בהתכנסות או בהפסקה)</p>	
<p>שיתוף במזג האוויר אצלכם, שיתוף חוויות יום יום. ("שבירת קירות")</p>	

לחגוג יחד חגים, למשל, הדלקה משותפת של נרות חנוכה	
Reframing [מסגור מחדש]: להציע את הלימודים כמפלט ונירמול ולא כעול.	<b>פסיכולוגיה חיובית</b>
לנשום ביחד כמה נשימות עמוקות. למתקדמים: פעילות mindfulness קצרה בשיעור או שליחת קישורים בוואצאפ לmindfulness /מדיטציות קצרות.	

לסיכום, ההיבטים החברתיים-רגשיים הם חלק בלתי נפרד מתהליך הלמידה. ככל שאנחנו רואים את תפקידנו לסייע לסטודנטים למצות את היכולת שלהם, כך יש דברים שאנחנו יכולים לעשות כדי לקדם את האקלים החברתי והרגשי בקבוצה [במפגשים וביניהם] ולסייע לסטודנטים.