

עדכון למסגרת SEL של CASEL¹

מהן מיומנויות הליבה של למידה רגשית-חברתית וכיצד ניתן לקדם אותן?

ארגון CASEL, הארגון המוביל בארה"ב לקידום למידה רגשית-חברתית פרסם בסוף 2020 עדכון למסגרת המושגית שלו, מסגרת אשר מנחה מערכות חינוך במדינות רבות בעולם. המסגרת החדשה מדגישה את החשיבות של רגישות חברתית-תרבותית, ערכים של שוויון והוגנות, של אמון ומערכות יחסים שיתופיות ואוטנטיות בין משפחות, מערכות חינוכיות וקהילות. שותפויות אלו מכוננות לביסוס סביבות וחוויות למידה וכוללות: אמון, מערכות יחסים שיתופיות, תכניות לימודים מוקפדות ומשמעותיות והערכה מתמדת. על פי CASEL למידה רגשית חברתית, היא חלק בלתי נפרד מהחינוך והתפתחות האדם והיא מקדמת את ההון החינוכי ואת המצוינות של מערכת החינוך. למידה זו עשויה לסייע בהתמודדות עם נושאים שונים הקשורים לאי-שוויון, ולעודד ילדים ומבוגרים ליצור ביחד בתי ספר משגשגים ולתרום לפיתוח קהילות בטוחות, בריאות והוגנות. CASEL מגדירים למידה רגשית-חברתית כתהליך באמצעותו ילדים ומבוגרים רוכשים ומיישמים ידע, מיומנויות ועמדות, על מנת:

- ✓ לפתח זהות עצמית בריאה
- ✓ לנהל רגשות
- ✓ להשיג מטרת אישיות וקולקטיביות
- ✓ להרגיש ולהפגין אמפתיה
- ✓ לבסס ולשמר מערכות יחסים תומכות
- ✓ לקבל החלטות באופן אחראי ואכפתי



¹ נוסח זה תורגם ועובד על ידי צוות מרכז SEL.IL על פי מסמך של ארגון CASEL: <https://casel.org/what-is-sel>

5 המיומנויות על פי CASEL

אלה עוסקות בחמישה תחומי יכולת רחבים הקשורים זה לזה. ניתן ללמד וליישם את 5 המיומנויות להלן בשלבים התפתחותיים שונים מילדות עד בגרות ובמגוון הקשרים תרבותיים. זאת על מנת להגדיר מה מצופה מתלמידים לדעת ולעשות כדי להשיג הצלחה אקדמית, מעורבות בלמידה ובקהילה, בריאות נפשית וגופנית והצלחה תעסוקתית.

ניהול עצמי: היכולת לווסת בהצלחה רגשות, מחשבות והתנהגות במצבים שונים. בכלל זה:

- להתמודד ביעילות עם סטres
- לשלוט בדחפים
- לנהל רגשות.
- לזהות אסטרטגיות לניהול לחץ ולהשתמש בהן.
- להפגין משמעת עצמית ומוטיבציה עצמית.
- להציב יעדים אישיים וקולקטיביים.
- להשתמש במיומנויות תכנון וארגון.
- להפגין את האומץ הדרוש כדי לנקוט יוזמה.
- להפגין מעורבות אישית וחברתית.

מודעות עצמית: היכולת להבין רגשות, מחשבות וערכים וכיצד הם משפיעים על ההתנהגות. בכלל זה:

- לשלב בין זהות עצמית וחברתית.
- לזהות משאבים אישיים, תרבותיים ולשוניים.
- לזהות רגשות עצמיים.
- להפגין כנות וישרה.
- לקשר בין רגשות, ערכים ומחשבות.
- לבחון דעות קדומות והטיות.
- לחוות מסוגלות עצמית.
- להפגין תודעה של צמיחה והתפתחות.
- לפתח תחומי עניין ותחושת משמעות

מיומנויות בינאישיות: היכולת ליצור ולנהל מערכות יחסים בריאות ותומכות ולנווט ביעילות בין אנשים וקבוצות. בכלל זה:

- לנהל תקשורת יעילה.
- לפתח מערכות יחסים חיוביות.
- להדגים רגישות תרבותית.
- להפגין עבודת צוות ופתרון בעיות באופן שיתופי.
- לפתור עימותים באופן בונה.
- להתנגד ללחץ חברתי שלילי.
- להראות מנהיגות בקבוצה.
- להציע או לחפש עזרה במידת הצורך.
- לעמוד על זכויותיהם של אחרים.

מודעות חברתית: היכולת להבין ולהזדהות עם נקודת המבט של האחר, כולל של אנשים מרקע, ותרבות שונים ומגוונים. בכלל זה:

- לאמץ נקודות מבט וחזקות של אחרים.
- להפגין אמפתיה וחמלה.
- לגלות דאגה ואכפתיות לרגשות של אחרים.
- להבין את המשמעות של הכרת תודה ולהביע אותה.
- לזהות נורמות חברתיות מגוונות, כולל לא הוגנות.
- להבין את ההשפעות של ארגונים/מערכות על התנהגות.

קבלת החלטות אחריות: היכולת לבצע בחירות אכפתיות ובונות לגבי התנהגות אישית ואינטראקציות חברתיות במגוון מצבים. בכלל זה:

- להפגין סקרנות ופתיחות.
- לזהות פתרונות לבעיות אישיות וחברתיות.
- ללמוד להפעיל שיפוט מנומק לאחר ניתוח ידע, מידע, נתונים ועובדות.
- לנבא ולהעריך את ההשלכות למעשים.
- להכיר באופן בו חשיבה ביקורתית מועילה בתוך המסגרת החינוכית ומחוצה לה.
- להבין את תפקיד הפרט בקידום רווחה נפשית אישית, משפחתית וקהילתית.

CASEL המארגנים במסגרת של

המסגרת של CASEL מציגה גישה מערכתית המדגישה את חשיבות ביסוס סביבה לימודית שוויונית ואת התיאום בין דרכי הוראה בסביבות למידה מרכזיות, כדי לשפר את הלמידה הרגשית-חברתית והאקדמית של התלמידים.

על פי ארגון CASEL הדרך המועילה ביותר לקדם למידה רגשית חברתית הינה לשלב אותה בתוכנית הלימודים האקדמית, בהקשרים רחבים ומגוונים של מדיניות חינוכית ודרכי הוראה, ובאמצעות שיתוף פעולה מתמשך עם משפחות וארגונים קהילתיים.

מאמצים משותפים אלה מכוונים לטפח את הקול של בני הנוער, את המעורבות שלהם ואת היותם מחוללי שינוי, לבסס אקלים מיטבי וגישה תומכת משמעת בכיתה ובכלל המסגרת החינוכית, לקדם את מיומנויות הלמידה הרגשית-חברתית של המבוגרים ולבסס שותפות אותנטית עם משפחות וקהילות.

כיתות לימוד: מחקרים מראים כי ניתן לקדם מיומנויות של למידה רגשית חברתית באמצעות שימוש במגוון גישות בכיתת הלימוד. כגון:

א. הוראה ישירה להקניה ולתרגול של מיומנויות רגשיות-חברתיות, באופן רגיש ומותאם לשלב ההתפתחותי, להקשר ולתרבות.

ב. דרכי הוראה כגון: למידה שיתופית ולמידה מבוססת פרויקטים.

ג. שילוב למידה רגשית-חברתית בהוראת תחומי הדעת, כגון: לימודי שפה, מתמטיקה, מדעים ומדעי החברה ואומנויות.

הקנייה יעילה של למידה רגשית-חברתית כוללת 4 מרכיבים היוצרים את ראשי התיבות:

Sequenc, Active, Focused, Explicit

- סדר פעולות- ביסוס רצף של גישות ופעולות לפיתוח המיומנויות
 - אקטיביות-דגש על למידה אקטיבית על מנת לעזור לתלמיד לרכוש ולתרגל מיומנויות חדשות
 - מיקוד- יישום תכנית לימודים שמדגישה באופן מפורש פיתוח למידה רגשית חברתית
 - בהירות-הגדרת מיומנויות ספציפיות, גישות וידע שרוצים לפתח.
- הוראה מתבצעת בצורה היעילה ביותר בסביבות מטפחות ובטוחות המאופיינות ביחסים חיוביים ואכפתיים בין מורים לתלמידים.

על מנת לאפשר הוראה מותאמת לתרבות ולשלב ההתפתחותי, על המבוגרים להבין ולהעריך את החוזקות והצרכים הספציפיים של כל תלמיד ולתמוך בזהויות של התלמידים.

כאשר מבוגרים משלבים את הרקע התרבותי והחוויות האישיות של התלמידים ומחפשים ומעודדים את התרומה שלהם, הם יוצרים סביבה חינוכית בה תלמידים הינם שותפים בתהליך החינוכי, ומגבירים את המעורבות של התלמידים ואת תרומתם לביסוס המיומנויות. מערכת יחסים חיובית וקשר חזק בין מבוגרים לתלמידים מאפשרים למידה משותפת, מטפחים התפתחות וצמיחה של מבוגרים ותלמידים, ומקדמים שיתוף פעולה ביניהם במציאת פתרונות לתחומים משותפים שמעסיקים תלמידים ומורים.

בתי ספר: שילוב יעיל של למידה רגשית-חברתית באופן רחב וכולל בבית הספר מצריך תכנון שוטף, יישום, הערכה ושיפור מתמיד על ידי כל חברי קהילת בית הספר.

ההשקעה בלמידה רגשית-חברתית תורמת לאקלים הבית ספרי בו התלמידים והמבוגרים מרגישים מעורבות ושייכות לבית הספר, שמתייחסים אליהם בכבוד ושיש להם תמיכה. בה בעת הלמידה הרגשית-חברתית תלויה במאפייני אקלים זה על מנת להתקיים. המסגרת הבית ספרית כוללת הקשרים רבים - כיתות לימוד, מסדרונות, קפיטריה, מגרש משחקים, אוטובוסים ועוד. לכן, טיפוח אקלים מיטבי ותרבות בית ספרית בריאה דורש מעורבות פעילה של כל המבוגרים והתלמידים. תרבות בית ספר חזקה נעוצה בתחושת השייכות של התלמידים ובמעורבות שלהם.

למידה רגשית-חברתית מציעה הזדמנות לשפר מערכות קיימות של תמיכה בתלמידים על ידי שילוב יעדים ופרקטיקות של למידה רגשית-חברתית במטרות כלליות ובתמיכה אקדמית והתנהגותית ממוקדת ואינטנסיבית. שילוב זה מאפשר לבתי ספר ליצור סביבה המטמיעה את הלמידה הרגשית-חברתית בכל חלק מהחוויה החינוכית של התלמידים, ולקדם על ידי כך תוצאות חברתיות, רגשיות ואקדמיות חיוביות לכלל התלמידים.

משפחות וגורמי טיפול: כאשר בתי ספר ומשפחות יוצרים שותפויות אותנטיות, הם יכולים לבנות קשרים חזקים המחזקים את ההתפתחות החברתית והרגשית של התלמידים. משפחות ומטפלים הם המורים הראשונים לילדים, ומביאים מומחיות עמוקה לגבי התפתחותם, חוויותיהם, תרבותם וצרכי הלמידה שלהם.

מחקרים מצביעים על כך שתוכניות SEL מבוססות מחקר הינן יעילות יותר כאשר הן מיושמות גם בבית, ושהסיכוי שמשפחות ישתפו פעולה עם בתי הספר מתגבר, כאשר הנורמות והערכים הבית ספריים והייצוגים התרבותיים בהם משקפים את החוויות של המשפחות.

בתי ספר זקוקים לתהליכי קבלת החלטות כוללים, המבטיחים כי משפחות, במיוחד המשתייכות לקבוצות שוליים, הינן שותפות בתכנון, היישום ושיפור מתמיד של SEL.

בתי ספר יכולים ליצור דרכים נוספות לשותפויות עם משפחות, הכוללות יצירת תקשורת דו-כיוונית שוטפת עם משפחות, הרחבת הידע וההבנה של גורמי טיפול במאפיינים התפתחותיים של ילדים, עזרה למורים להבין את הרקע והתרבויות של משפחות מתן אפשרות למשפחות להתנדב בבית הספר, שיתוף המשפחות בפעילויות הלמידה ובדיונים ותיאום שירותים למשפחה עם גורמים קהילתיים.

מאמצים אלה עשויים ליצור מעורבות של משפחות ולקדם את ההבנה וההתנסות שלהן בלמידה רגשית חברתית של תלמידים ואת התמיכה בה.

קהילות: שותפים קהילתיים מספקים לרוב מצע עשיר ובטוח ללמידה והתפתחות. הם בעלי הבנה עמוקה של צרכי הקהילה, נתפסים כשותפים מהימנים ונאמנים על ידי משפחות ותלמידים, ויש להם קשרים לשירותי תמיכה נוספים הנדרשים עבור בית הספר והמשפחה.

תכניות קהילתיות מציעות גם הזדמנות לאנשים צעירים לתרגל את המיומנויות הרגשיות-חברתיות שלהם בסביבה רלוונטית עבורם מבחינה אישית ואף עשויה לפתוח בפניהם הזדמנויות עתידיות.

על מנת לשלב SEL לאורך כל יום הלימודים ולאחריו, צוות בית הספר ושותפים קהילתיים צריכים לגבש שפה משותפת ולתאם אסטרטגיות פעולה ותקשורת בנוגע להשקעה ויוזמה של למידה רגשית-חברתית.

סטודנטים, משפחות, בתי ספר וקהילות הם כולם חלק ממערכות רחבות יותר המעצבות למידה, התפתחות וחוויות. אי-שוויון על בסיס גזע, מוצא אתני, מעמד, שפה, זהות מגדרית, נטייה מינית וגורמים אחרים מושרש עמוק במערכות אלה ומשפיע על למידה רגשית-חברתית ואקדמית של תלמידים ומבוגרים.

אמנם למידה רגשית-חברתית לבדה לא תפתור אי-שוויון מושרש ועמוק זה במערכת החינוך, אולם היא יכולה ליצור את התנאים הדרושים לאנשים ולבתי ספר, כדי לבחון ולמנוע מדיניות ופרקטיקות בלתי שוויוניות, ליצור סביבות למידה מכילות יותר ולחשוף ולטפח את האינטרסים והנכסים של כל השותפים בה.