



# הקניית מיומנויות רגשיות בתוכניות לתלמידים מצטיינים

המכון למחקר אפקטיבי (ERI)

תלמידות ותלמידים רבים יכולים להצליח במסלולי מצוינות, אולם מסיבות שונות הם אינם בוחרים ללמוד בהם, או שהם נושרים מהם לאורך הדרך. חלק מהסיבות לכך הן סיבות רגשיות והן קשורות בחוסן המנטלי של התלמידים. העדר החוסן הזה מתקיים גם בסביבה חזקה ותחרותית וגם, ובעיקר בסביבה חלשה, עם מיעוט אפשרויות ודחיפה להצלחה. ביקשנו לבדוק לאילו מיומנויות רגשיות-חברתיות זקוקים תלמידים בעלי פוטנציאל אשר יסייעו להם לפתח חוסן מנטלי שיאפשר להם לבחור ולהתמיד במסלולי המצוינות.

פנינו לחברת ERI (Effective Research for Impact) אשר מקדמת אימפקט חברתי באמצעות רתימת המחקר לצרכים מעשיים של עשייה חברתית, וביקשנו מהם לבצע מחקר הכולל סקירת ספרות מחקרית שתבחן אילו מיומנויות רגשיות-חברתיות חשוב לקדם בתוכניות של מצוינות מדעית. בנוסף, ביקשנו מהחוקרים לאתר תוכניות מדעיות מרחבי העולם שיש להן פרקטיקות מומלצות ומוכחות (Best Practices) להקניית מיומנויות רגשיות וחברתיות נבחרות לתלמידות ולתלמידים מצטיינים. ביקשנו לדעת כיצד התוכניות האלו מקנות את המיומנויות, כיצד מודדים אותן והאם יש עקרונות פעולה משותפים לתוכניות השונות שניתן ללמוד מהן.

## ממצאים עיקריים

1. מתוך רשימת המיומנויות הנדרשות לתלמידים מצטיינים נבחרו חמש מיומנויות רגשיות-חברתיות הרלוונטיות לבחירה ולהפחתת נשירה של תלמידים במסלולי המצוינות: התמדה, התמודדות עם עומס ועם כשלון, מסוגלות עצמית ותמונת עתיד (בדגש על תלמידות ומגזרים מוחלשים), ניהול עצמי (בדגש על ניהול זמן ואחריות עצמית) והנעה עצמית (=מוטיבציה וסקרנות).
2. יכולת התמדה מתפתחת בצורה הטובה ביותר באופן עקיף בלמידה דרך התנסות, באמצעות שילוב חוויות מתמשכות ופרויקטים ארוכי טווח.
3. תמונת העתיד מושגת באמצעות מודלינג של בוגרים-מצליחים המגיעים מרקע דומה לזה של התלמידים.
4. מוטיבציה מתפתחת בראש ובראשונה באופן עקיף, דרך חוויות מעוררות עניין והצלחה. העניין נוצר באמצעות שילוב של חשיפה לנושאים מדעיים אקטואליים לצד התנסות חושית משמעותית במעבדות ובכלי מחקר עדכניים, או בסימולציות של מציאות מדומה ורבודה. חוויית הצלחה מושגת באמצעות עמידה במשימה מאתגרת המותאמת לקהל היעד, למשל, מטלה מחקרית סביב פרויקט.
5. מסוגלות עצמית מוקנית על ידי התנסות במשימות מותאמות ובחוויות הצלחה שאינה טריוויאלית.
6. סקרנות יכולה להתפתח בשני נתיבים. הנתיב העקיף, עובר דרך יצירת עניין ועושה שימוש בחשיפה נושאת וחוויות מעשיות. הנתיב הישיר, מטפח סקרנות דרך אימון ממוקד בטכניקה של שאילת שאלות ומיושם במסגרת תוכניות ייעודיות או במסגרת תחומי הדעת.
7. ניהול עצמי וניהול זמן ניתנים להקניה באמצעות תרגול ישיר ומאחר והם מתבצעים בהקשר של משימות קונקרטיות, ניתן לשלבן במסגרת שיעורים בתחומי הדעת המדעיים-טכנולוגיים.
8. יכולת התמודדות עם חוויית עומס וכשלון ועם פרפקציוניזם (ברמות מינוריות ובינוניות) מוקנית באמצעות פרקטיקות ספציפיות שמבוססות על ספרות ומחקר פסיכולוגי, כדוגמת CBT (טיפול קוגניטיבי התנהגותי ו-CBM) (שינוי הטיה קוגניטיבית).
9. למערכת החינוך הפורמלית מתאימות תוכניות מצומצמות המתמקדות בפרקטיקות בודדות, ופחות מתאימות תוכניות הוליסטיות אשר מכילות רכיבים מגוונים.
10. לבני נוער מאוכלוסיות הסובלות מתת ייצוג, חשובה במיוחד חשיפה למודלים לחיקוי והתנסות מעשית שתאפשר להם לדמיין את עצמם בחוויית הצלחה. שימוש בטכנולוגיות דיגיטליות יכול לסייע בהנגשת חינוך איכותי במיוחד באזורי הפריפריה הגאוגרפית הישראלית.
11. מבין עשר התוכניות שנבחרו למחקר, תוכנית אחת היתה תוכנית שבה תלמידים רכשו מיומנויות באופן עצמאי בעזרת סרטונים ותרגולים להתמודדות עם חרדה וכשלון, שתי תוכניות הועברו באופן בלעדי על ידי מורי בית הספר ועסקו במיומנויות של ניהול זמן וברכישת טכניקה לשאילת שאלות במטרה לעורר עניין וסקרנות, שלוש תוכניות הועברו על ידי צוותים משולבים של אנשי מקצוע (אנשי אקדמיה, תעשייה ואחרים) ושל מורים ועסקו בתמונת עתיד, פיתוח סקרנות ומוטיבציה, ובארבע תוכניות, צוות התוכנית היה חיצוני והן עסקו בהתמדה, ניהול זמן, פרפקציוניזם ומוטיבציה.