

FROM S.E.L TO S.E.E

איך מייצרים חוויות-רגשיות-מצמיחות ומנצחים את כל המשוכות?



ד"ר אופיר אחימאיר





מתוך אתר CASEL

קרדיט: הבינתחומי- הרצליה

קרדיט:
ד"ר דפנה
קופלמן רובין
הבית החומי הרצליה

- שליטה בדחפים
- ניהול לחצים
- משמעת עצמית
- מוטיבציה אישית
- התמדה
- הצבת מטרות
- התארגנות
- וניהול משימות

- זיהוי רגשות
- זהות ותפיסה עצמית
- זיהוי חזקות
- תחושת ביטחון עצמי
- מסוגלות עצמית



- זיהוי בעיות
- ניתוח מצבים
- פיתרון בעיות
- הערכה
- רפלקציה
- אחריות אתית

- לקיחת פרספקטיבה
- אמפתיה
- קבלת שונות וגיוון
- כבוד לאחר

- תקשורת
- מעורבות רגשית
- בניית מערכות יחסים
- עבודה בשיתוף פעולה
- פתרון קונפליקטים
- חיפוש אחר עזרה ומתן עזרה

חמשת אשכולות המיומנויות הללו קשורים
זה בזה ולעיתים קרובות פועלים בו זמנית

סליחה, אבל חבר שואל: השתגעת?! תן את זה ליועצ/ת!!!



"קשרי חוץ"

- עמידה מול רכזי מקצוע וקולגות
- עמידה מול המערך הייעוצי-טיפול
- ישיב"צים-השתלמויות
- הורים (!)
- גורמים חוץ-בי"ס

בירוקרטיה

- מיפויים
- הערכות
- רכזות-תחום
- טופסולוגיה למיניה
- דפי-קשר
- 'דרישות מערכת'...

ניהול ביתה

- קידום תלמידים בכיתה הטרוגנית
- עמידה ביעדים
- עמידה מול מורים
- מקצועיים
- פעילויות חברתיות
- בדיקת מבחנים/עבודות
- משמעת

אל ליהו שללא...

1-5 תשובות בדבר:

א. חוצים שימי? לוקחים אחריות על היום-יום!

ב. הכול מתחיל ב-N-I-Z-E-I-T של

ג. שימי הפאז'ל: N-S.E.L-S.E.E

ד. הלחצת 'שפה' ו'כלי' – תוק כז' תבואה

(הפחתת המע"מ: הנחיה, הדרכה ולימוד)

במקום – הרצאה 'על', בואו נחווה 'את')

ה. כל השאר – כלומר הוראת ה'מיומנות', הוא

'בנוס'...

וכבר אמרו חכמינו:

"לא עליך המלאכה לגמור,

ואי אתה בן-חורין ליבול ממנה"

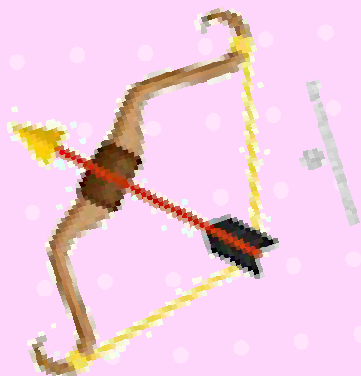
(פרקי אבות)



סענים את ה'תדר' !

S.E.E

SOCIAL
EMOTIONAL
EXPERIENCE



S.E.L

SOCIAL
EMOTIONAL
LEARNING



מטענים את ה'תדר' !

S.E.E

SOCIAL EMOTIONAL EXPERIENCE

חוייה רגשית מצמיחה | תרגיל הפנמה
נסו להיזכר ברגע מילדותכם, בו
חוויתם תחושת מבוכה, פחד, חרדה,
או רגש עז שתקף אתכם לנוכח
אירוע טראומטי שפקד אתכם,
והיזכרו בתחושת הביטחון
שקיבלתם מבעל הסמכות שנכח
במקום באותה עת.



מענים את ה'תדר' !

S.E.E

SOCIAL EMOTIONAL EXPERIENCE

חוייה רגשית מצמיחה | תרגיל מס' 2
היזכרו לרגע בתחושת מסוגלות שחוויתם
בילדותכם או נערוֹתכם, ובדקו מה "נכח"
שם 'מאחורי הקלעים' – האם רק
'חוזקות סובייקטיביות מולדות' או שמא
הימצאותה של דמות סמכותית שדאגה
לאפוף אתכם, כל אימת שרק יכלה -
בחווייה משמעותית של אמון וביטחון
עצמי





משאבי רגש והנעה
ישירים של למידה
ותפקוד מיטבי

חוויית חיוביות
מצטברות

קשר
שייכות
מוגנות

מסוגלות עצמית
ואפקטיביות

אוטונומיה

מוטיבציה
פנימית

תפיסות
חיוביות של
'עצמי' ו'אחר'

פיתוח זהות הכוללת
ערכים ושאיפות
בעלות משמעות
ויכולת מימוש עצמי

S.E.E
SOCIAL
EMOTIONAL
EXPERIENCE



S.E.E



S.E.L

"תראה" אותו...

במקום לנסות למכור לו משהו

**ההתנסות מתבצעת 'תוך כדי תנועה'
ללא הקדשת זמן ייעודי**

הקדשת זמן-ייעודי לשיעורים ולהכנתם

**התרכזות ביצירת סביבה שמייצרת
חויות חיוביות ישירות ומצטברות**

**התרכזות בהטמעת כלים תיאורטיים
למודעות התלמידים – השפעה עקיפה**

ללא דרישות חיצוניות

**עוד דרישה שמעולם לא הוכשרתי
אליה...**

מוטמעות באופן טבעי ביום-יום

עוד "שיעור במערכת"



מוטיבציה גבוהה

מוטיבציה נמוכה

**תועלת גבוהה משמעותית (מחקריו של
פרופ' אבי עשור)**

**תועלת נמוכה (מאד) ביחס
למשאבים שמושקעים בה**

"יציאה מאזור הנוחות"



הטמעת 'שוק' ו'כס' תוך כז' תבואה



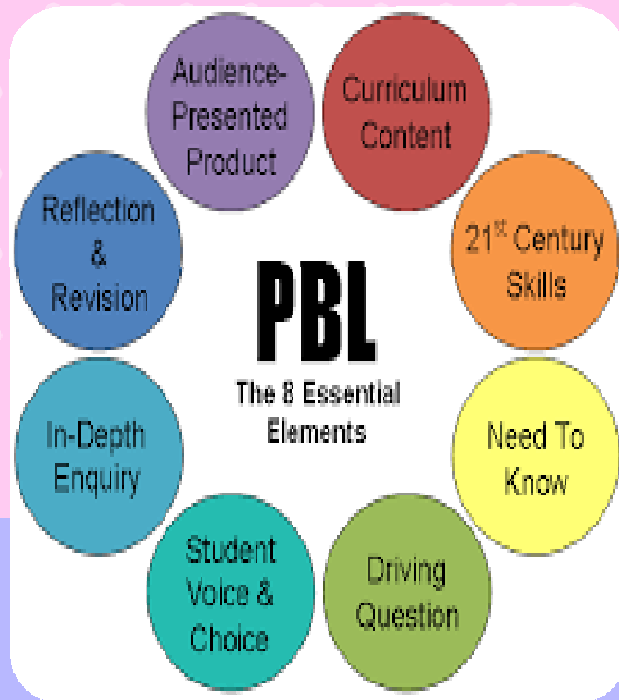
1. הפחתת הטמעת :

מארג-מזל-מזל

המחיה, הדרכה וליווי,

במקום – 'הצאה' ו'האג' מלבד

הטמעת 'שפה' ו'כלים' תוך כדי תנועה



2. אבל א - ' - ק - ? - !

< < < צרכים חזשגית (צולמאות)

- א. למידה מבוססת פרויקטים וחקר – P.B.L
- ב. למידה באמצעות מעל'י 'חוויה-המשל'ה'
- ג. למידה שיתופית – ע'קסו (Jigsaw)
- ד. למידה מבוססת משחק
- ה. 'ציביליזציה-למידה'
- ו. א בקיצור:

פחות 'לדבר על' ; יותר 'לעשות את' !

מ-S.E.L ל-S.E.E

דוגמה לשילוב סיפור-שיא (SEE=)

תקציר: בשלהי שנת ה'תט"ו, **יצא הש"ך** (ר' שבתי כ"ץ זצ"ל) במנוסה מפני הקוזקים. הוא ברח מעיר מגוריו וילנה לכיוון לובלין. במהלך המנוסה לא היו בידיו ספרים, ובכל זאת לא פסק פומיה מגרסא ועיון.

שו"ע חושן משפט סימן ג

סימן ג - בכמה דיינים דנין:

(א) אין בית דין פחות משלשה. וכל שלשה נקראים בית דין, אפילו הדיוטות...

שפתי כהן על חושן משפט שם

"...בשעה שכתבתי דברי הנ"ל לא היה לפני הספר כסף משנה כי זה למדתי בברחי מן מלחמות הרקים ועתה עיינתי בס' כ"מ וראיתי שהרגיש שם בקושיא שהקשיתי לעיל על הרמב"ם..."



מ- S.E.L ל- S.E.E

דוגמה לשילוב סיפור-שיא (SEE=)

דוגמה לשאלות - 'שיתוף שיא'

1. האם קרה לך פעם שנאלצת לברוח ממישהו?
2. תוכל לשתף אותנו כיצד הרגשת, ומה עבר לך בראש באותו זמן?
3. האם יכולת להתרכז באותה עת?
4. האם פעלת בצורה מסוימת כדי להתגבר על המצב?
5. האם התפקוד היום-יומי שלך המשיך כרגיל או שמישהו ממנו נפגע?
6. את מי הרגשת בנוח לשתף במה שקרה?
7. האם ה'בריחה' הזו יכולה לדעתך להתרחש גם בדרכים אחרות, ולאו דווקא בצורה 'פיזית' על-ידי אדם מבחוץ?
8. איך בסוף התגברת על הסיטואציה – האם היא נפתרה מעצמה או שפעלת באיזה שהוא אופן לשם כך?
9. איך היית מגיב לחבר שהיה משתף אותך בכך שרודפים אחריו?

מ- S.E.L ל- S.E.E

דוגמה לשילוב סיפור- שיא (SEE=)

תקציר: בשנת תש"ז היגר הרב עובדיה למצרים לתפקיד רבני חשוב. כעבור מספר שנים בשנת תש"י, הוא ביקש לחזור ארצה, אך השלטונות המצריים מנעו זאת ממנו. באותה שעה נכח שם מר ליאון, יהודי מיוחד שידע לקרוא בכף היד את עברו ועתידו של האדם. בזכות התערבותו של מר ליאון, הרב עובדיה קיבל הרשאה מיוחדת לשוב ולעלות לארץ. ומעשה שהיה כך היה...

ההקשר ללימודי גבולות הארץ / אזרחות / דרכי האמורי

בתקופה הקרובה אנחנו נעסוק בדיוק בנושא זה, ונגלה מה הן אמות המידה וכו'

דוגמה ל'שאלות שיא'

1. האם יצא לכם פעם להתגעגע הביתה? תוכלו לשתף?
2. האם קרה לכם שכ"כ רציתם לעשות משהו אבל הוא נמנע מכם מסיבה כלשהי? ועכשיו אתם! חברו 5 שאלות נוספות לפי מעגלי ה-SEL

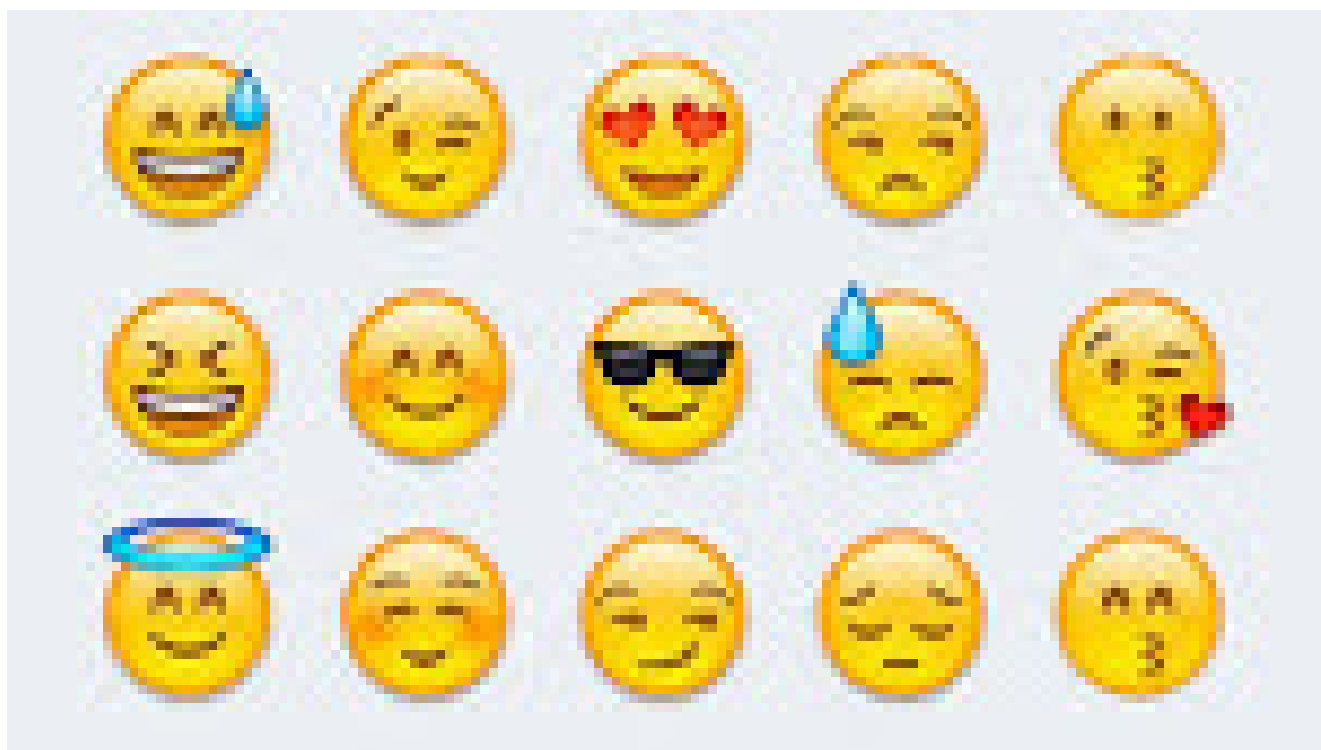


ועכשיו תורכם!



עצור/י, רפלקציה לפניך!

עם איזה אימוג'י יצאת מכאן ועם
איזה מהם תיכנס/י מחר לכיתה?



תודה רבה



ובהצלחה!