



עושים סדר באי-הסדר

מודל מארגן לבתי הספר לתמיכה באנשי הצוות



מחזיקים את חדרי המורים

בשבוע הקרוב יחזרו התלמידים ללימודים בבתי הספר מרחוק או מקרוב בהתאמה להנחיות פיקוד העורף. צוותי המורים יתבקשו לקיים שגרת לימודים מותאמת למצב הביטחוני ולרוח התקופה. בעתות מלחמה תפקיד המורים הוא קריטי ומורכב מאי פעם. הניסיון שרכשנו בתקופת הקורונה עומד לזכותנו, אך האתגרים נעת מורכבים אף יותר. המורים שלנו הם קודם כל בני אדם החשופים בעצמם לטראומה. אנשי צוות רבים חוו אובדן במעגל ראשון, שני או שלישי. אחרים חרדים לבני משפחתם המגויסים בסדיר, במילואים או במסגרות חירום אחרות, וכל השאר מתמודדים עם הידיעות והמראות הקשים הנראים באמצעי התקשורת.

החזרה ללימודים תפגיש את המורים עם תלמידים שחוו חוויות דומות, שזקוקים לתמיכה, הכלה והחזקה. יכולתם להיענות לצורכי התלמידים קשורה במידה רבה למנהיגות ולניהול שלנו. המסמך שלפניכם מציע מודל להתבוננות, להיערכות ולפיתוח מענים לצרכים של אנשי הצוות במצב חירום.

MTSS - מערכת תמיכה רב-שכבתית לצוותי המורים

Multi-Tiered System of Supports - MTSS - הוא מודל של מערכת תמיכה רב-שכבתית, המבקשת לתת מענה מותאם לאוכלוסיות שונות בבית הספר על פי הצורך הייחודי שלהן. הנחת היסוד של המודל היא שלאנשים שונים יש צורך בתמיכה במידות שונות וכי יש להתאים את התמיכות שבית הספר מעניק להם על פי צורכם על מנת לאפשר להם תהליכי צמיחה והתפתחות מיטביים. יתרון נוסף של המודל הוא שהוא מאפשר לבית הספר לארגן ולתעל את המשאבים העומדים לרשותו באופן יעיל.

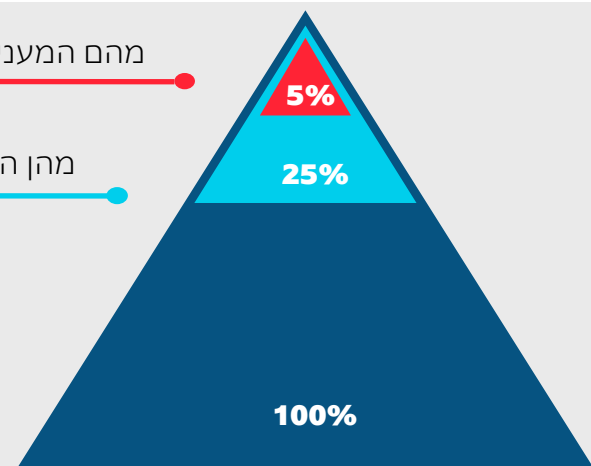
בימי שגרה המודל מציע מסגרת המספקת לכל אוכלוסיית בית הספר את ההזדמנות הטובה ביותר להצלחה אקדמית, התנהגותית ורגשית. המודל מארגן את שיטות העבודה בבית הספר, מסייע לעבוד ביעילות ולמנוע משברים ומבטיח שימוש מיטבי במשאבים ובפרקטיקות בבית הספר, על בסיס מיפוי נתונים מתעדכן. במסמך זה אנו מציעים ליישם את המודל לארגון התמיכות אשר להן זקוק הצוות החינוכי בזמן חירום - בהתאמה לצרכים השונים של אנשי הצוות השונים, על מנת להביא את כולם לתפקוד מיטבי אפשרי, וזאת מתוך עמדה ערכית המבקשת לתמוך בימים אלו בכל אנשי הצוות ללא יוצא מן הכלל. (מומלץ ליישם את המודל גם עבור אוכלוסיית התלמידים בבית הספר).

על פי המודל, בית הספר צריך להגדיר מהם הצרכים של 100% מאנשי הצוות שלו בעת הזו, ולספק את המענים האלה. ל-75% מאנשי הצוות, מענים אלו יהוו תמיכה מספקת ואין להם צורך בתמיכה נוספת. ואולם, 25% מצוות המורים יזדקקו להתערבויות מעמיקות יותר על מנת להתמודד עם המצב ו-5% מהם אף יזדקקו למענים עוד יותר פרטניים ומדויקים וליווי אישי על מנת לצלוח את התקופה.

מהם המענים הפרטניים הייחודיים ש-5% מהמורים זקוקים להם?

מהן ההתערבויות המעמיקות יותר ש-20% מהמורים זקוקים להן?

מהם הצרכים הבסיסיים של צוות בית הספר בתקופה זו?





מיפוי חדר המורים

מומלץ לערוך מיפוי של מצב החוסן של חברי צוות המורים. החוסן הנפשי של המורים קשור כמובן למעגלי הקרבה לאירוע ו/או למעורבים באירוע, לרמת החשיפה ולהיבטים אישיים וסביבתיים אחרים אשר משפיעים על רמת הלחץ והחרדה של כל אחד ואחת. על בסיס המיפוי המודל מציע לחלק את בית הספר לשלוש שכבות - לפי מידת התמיכה לה זקוקים אנשי הצוות (כמתואר קודם). הנה דוגמה לשאלון מיפוי. דוגמה נוספת מצורפת בנספח למסמך זה.

1 2 3 4 5	יש לי כוחות להתמודד עם אתגרים שהמצב הביטחוני מזמן לי
1 2 3 4 5	רוב הפעמים אני מצליח להרגיע את עצמי ולווסת את מידת הלחץ שלי
1 2 3 4 5	יש לי מערכת תמיכה איתה אני חולקת מחשבות ורגשות על המצב
1 2 3 4 5	כשאני צריך, אני מסוגלת לבקש עזרה.
1 2 3 4 5	אני מצליח לשמור על רמת התפקוד שלי בבית ובעבודה
1 2 3 4 5	אני מוצאת משמעות בעשייה החינוכית שלי בתקופה זו
1 2 3 4 5	אני מאמינה שצליח לקום מהמשבר שפקד אותנו



חוסן, תחושת ביטחון ושמירה על רציפות

בני אדם מאמינים שהעולם מבוסס על סדר הגיוני וצפוי - על חוויה של רציפות. אמונה זו מספקת חוויית שליטה ובצדה ביטחון. מצבי לחץ מתמשכים מאיימים על חוויית רציפות זאת.

המנהיגות הבית-ספרית חשובה מאוד במצבי חירום, ותרומתה לחוסן החברתי והקהילתי ולשמירת הרצף התפקודי היא משמעותית ביותר. מנהיגות מקדמת חוסן היא כזו שמייצבת מחדש חוויות של רצף ומאפשרת חוויית שליטה ותנועה קדימה. **תפקידם של מנהלים ומנהלות בעת הזו היא לייצר גשרים שיעזרו לצוות המורים לבנות את הרצף אתמול-היום-מחר.** רציפות יכולה להתקיים בממדים שונים:

רציפות התפקיד

התפקוד הנורמטיבי של כל אדם ביומיום. לכל אחד יש כמה תפקידים שהוא ממלא לאורך שנים (הורה, בן זוג, ילד, סטודנט, אח, חבר וכו'), והם מסייעים לו לתחושת היציבות וההמשכיות.

רציפות קוגניטיבית/מציאותית

חוקים, כללים, תכניות, סדר יום וגשרה. חוקי המציאות עוזרים לנו להרגיש שהעולם הגיוני וניתן לצפות ולנבא את המחר. הכוונה היא ליכולת לפעול על פי המציאות (בוחן מציאות).

רציפות היסטורית/אישית

האמונות, השורשים, המשמעות והערכים שלנו. ההיכרות העצמית והמודעות מאפשרים תחושת ביטחון ויציבות. בתוך הרציפות ההיסטורית נכללים גם הרציפות הגופנית והרגשית.

רציפות חברתית

כל אדם תלוי בסביבתו כדי לשרוד, וכל אחד משתייך לקבוצות שונות (משפחה, עבודה, קהילה). לפחות חלק מהקבוצות קבועות לשנים רבות, מה שיוצר תחושת יציבות ורציפות.



סדירות בית-ספריות תומכות רציפות

דוגמאות	הסדירות	הרציפות
<ul style="list-style-type: none"> כל בוקר נפתח ב-20 דקות כינוס של צוות המורים בזום או בבית ספר. מנהלת בית ספר מעדכנת בהנחיות פיקוד עורף / משרד החינוך רלוונטיות, בהחלטות שקיבלה ההנהלה, בנתונים שונים ובתמונת מצב של תלמידים, משפחות צוות וכו'. איש צוות אחראי על עדכון ווידוא קבלת ההודעות וההנחיות איש צוות ממונה לקיום קשר אישי עקבי עם מורה הזקוק לכך 	<p>100%</p> <p>25%</p> <p>5%</p>	<p>רציפות קוגניטיבית מציאותית</p> <p>סדירות המאפשרות שיקוף אמין של מידע כמו עדכון תמונת מצב, סדר יום, חוקים וכללים מותאמים למצב. (בדומה לעדכון היומי של דובר צה"ל בתקשורת)</p>
<ul style="list-style-type: none"> מערכת שעות שבועית שמתפרסמת בתחילת השבוע מבנה שיעור, מבנה יום לימודים, מבנה שבוע לימודים תומך חוסן ברור לכולם מפגשים אחת לשבוע של צוות מחנכים, צוותי מקצוע, הנהלת בית הספר לחידוד תפיסת התפקיד בזמנים אלו, מתן כלים ופרקטיקות, הכשרות ולמידה משותפת. מיפוי צרכים של אנשי צוות המאפשרים להם לחזור לתפקוד הכשרה ייעודית לצוות מורים ללמידה מרחוק גמישות במערכת השעות כניסה לשיעור עם איש צוות נוסף 	<p>100%</p> <p>25%</p> <p>5%</p>	<p>רציפות התפקיד</p> <p>סדירות המאפשרות לצוות המורים לחזור לתפקוד מקרוב או מרחוק כגון מערכת שעות, אמצעים טכנולוגיים, חומרי למידה, הכשרות, למידת עמיתים וכדומה.</p>
<ul style="list-style-type: none"> פעילות בקבוצת הוואצאפ המעודדת קשר, תמיכה, שיתוף והעלאת מורל עמיתים תומכים בעמיתים - הצמדת איש צוות מתוך בית הספר לתמיכה, לקשר, להתנדבות והעלאת המורל בניית מעטפת אישית למורה המקיימת קשר באופן יומיומי 	<p>100%</p> <p>25%</p> <p>5%</p>	<p>רציפות חברתית</p> <p>סדירות המאפשרות מעטפת תמיכה חברתית לכל אחד מאנשי הצוות, אפשרות למרחבים המאפשרים סולידריות ותחושת שייכות</p>
<ul style="list-style-type: none"> מעגלי שיח בחדר המורים לשיתוף ברגשות, ונטילציה ועיבוד חוויות המלחמה שיחות של המנהלת עם אנשי הצוות העוסקות בתחושת משמעות בימים אלה מפגשים בקבוצות קטנות בהנחיית יועצת בית הספר תמיכה אישית של פסיכולוגית בית הספר 	<p>100%</p> <p>25%</p> <p>5%</p>	<p>רציפות אישית</p> <p>סדירות המאפשרות תמיכה רגשית בכל אחד מאנשי הצוות</p>

דוגמה להתארגנות בית-ספרית

5% מהצוות

פסיכולוגית בית הספר נפגשת אחת לשבוע באופן פרטני עם המורה

שיחה אישית של מנהלת בית הספר אחת ליומיים

מעגל חברתי מוגדר מתוך חדר המורים מקיים קשר על בסיס יומי

תמיכה מקצועית אישית המאפשרת חזרה לתפקוד

5%

25% מהצוות

קבוצה לשיח רגשי בהנחיית היועצת אחת לשבוע

שיחת תמיכה אישית עם איש הנהלה פעמיים בשבוע

ליווי קבוצתי ללמידה מרחוק

מערכת אישית גמישה למורה המתחשבת בצרכים

25%

100% מהצוות

פתיחה וסגירת יום 15 דקות עם מנהלת בית הספר להודעות ולהנחיות

מעגלי שיח תומכי-חוסן מונחים לאוורור רגשות בחדר המורים אחת לשבוע

ישיבות צוותים אחת לשבוע הכוללות הלמידה משותפת, פיתוח חומרים ופרקטיקות

מערכת שעות שבועית המתעדכנת בתחילת כל שבוע

100%

