

תובנות והמלצות מרכזיות בסוגיית חוסן ורווחת (Wellbeing) צוות חינוכי

תובנות

השפעת משברים על רווחת הצוות החינוכי

- משברים מגבירים את הלחץ, הדרישות ואי-הודאות עבור הצוות החינוכי.
- מעברים פתאומיים להוראה מרחוק החמירו את הלחץ ופגעו ברווחת המורים.
- מורים לחינוך מיוחד נתקלו באתגרים ייחודיים כמו בלבול תפקידים, חוסר הדרכה ובידוד.
- משברים ממושכים יכולים להגביר את הלחץ ושחיקת המורים לאורך זמן.
- המנהלים/ות זקוקים/ות לתמיכה רבה בשל הדרישות והאחריות הכבדה על כתפיהם/ן.

גורמים התורמים לחוסן ולרווחת (Wellbeing) הצוות החינוכי

- ברמה האישית - גישה חיובית, יעילות עצמית, אסטרטגיות התמודדות יעילות וטיפול עצמי.
- תמיכה מקצועית וחברתית וקשר חזק וחיובי עם בית הספר, הצוות וההנהלה
- הדרכה והכשרה מובנית מההנהלה, התפתחות מקצועית, משאבים .

המלצות

תמיכה בבריאות הנפשית והרווחה של הצוות החינוכי

- לספק גישה להכשרה בנושא חוסן נפשי וניהול לחץ למורים כדי לפתח אסטרטגיות התמודדות וטיפול עצמי.
- כלול פרקטיקות בריאות כמו פעילות גופנית, זמן בחוץ, טכניקות הרפיה.
- לאפשר גמישות בלוחות הזמנים ולנטר את עומס העבודה של המורים כדי למנוע שחיקה.
- לקדם איזון בין עבודה לחיים אישיים באמצעות גבולות, זמן לפנאי ופעילויות לקידום הבריאות.
- יצירת זמן לפנאי, תחביבים וקשרים משפחתיים/חברתיים.
- לתת עדיפות לשירותי בריאות הנפש ולתמיכה רגשית-חברתית למורים

טיפול חוסן בקרב צוות חינוכי

- לטפח את תחושת המטרה, המסוגלות העצמית והצמיחה המקצועית של הצוות החינוכי באמצעות הכשרה.

Knowledge Curation – Powered by AI

- לפתח תוכניות חונכות, מערכות תמיכה עמיתים ושיתופי פעולה מקצועיים חזקים, קידום הזדמנויות לשיתוף פעולה חיבור ובניית צוותי משימה מקצועיים.
- הכשרה ממוקדת לצוות החינוכי בנושאי טראומה, עמידות ופתרון קונפליקטים
- לשתף ולייצר מעורבות צוות חינוכי בתהליכי קבלת החלטות במאמצי פיתוח מערך חינוך שגרתי גם במשבר.
- ניטור עומסי עבודה של מורים; הצגת גמישות ואמפתיה כשניתן.
- קידום תרבויות בית ספר המתמקדות בתמיכה וטיפול בצוותים החינוכיים לצד צרכי התלמידים.

פיתוח מערכות חינוך רגישות למשברים

- לבנות מחדש תשתיות חינוך ולשלב תרומה של מורים במאמצי שיקום.
- לשלב קולות של מורים ומציאות מקומית במאמצי השיקום
- לספק הכשרה ומשאבים עבור שיטות וטכנולוגיות הוראה מרחוק .
- לטפל בסוגיות ייחודיות של שיוויון וצרכים פסיכולוגיים של תלמידים בזמן משברים.

חיזוק ותמיכה במנהיגות בית ספרית

- לטפח תרבויות בית ספר חיוביות שמתמקדות באותה מידה ברווחת המורים והתלמידים.
- הפיכת רווחת המורים לעדיפות דרך תמיכה סביבתית
- לספק הנחיה מבנית ותמיכה אמפתית מצד הנהגת בית הספר בזמן משברים .
- לאפשר הזדמנויות לפעילויות גיבוש וחיבור של מורים.
- מעורבות מורים בשיקום החינוך ועיצוב הלוח השנה

חיזוק רווחת וחוסן ההנהלה

- להכיר בדרישות התובעניות המוטלות על מנהלים/ות בזמן משברים .
- לחזק מערכות תמיכה, הנחיה וייעוץ פורמליות עבור מנהלים/ות
- קבוצות רשת למנהלים/ות יכולות לספק הדרכה, אמפתיה ופתרון בעיות משותף.
- הכרה בתפקיד הקריטי ובמאמצים של המנהלים/ות באמצעות עידוד הערכה והזדמנויות למנהיגות..
- לספק הדרכה מובנית/תמיכה ביצירת מדיניות חדשה מותאמת, במיוחד להנהלה.

מאמרים

Falk, D., Varni, E., Johna, J.F., & Frisoli, P. (2019). Landscape review: Teacher well-being in low resource, crisis, and conflict-affected settings. Washington, DC: Education Equity Research Initiative.

Fox, H.B., & Walter, H.L. (2022). More than strength from within: Cultivating teacher resilience during COVID-19. Current Issues in Education, 23(1).

Knowledge Curation – Powered by AI

Kim, L.E., & Asbury, K. (2020). Teacher well-being during the COVID-19 pandemic: A narrative review and recommendations. *British Journal of Educational Psychology*, 90(4), 1062-1083.

McKinney, S.J. & Farrar, J. (2019). Teachers in war zone education: Literature review and implications. *International Journal of Whole Child*, 4(2), 9-26.

Muthanna, A., Almahfali, M., & Haider, A. (2022). The interaction of war impacts on education: Experiences of school teachers and leaders. *Education Sciences*, 12(10), 719.

Nohilly, M., & O'Toole, V. (2023). Teacher self-care practices to support wellbeing during the Covid 19 pandemic. In Leavy, P., & Deutsch, F. (Eds.), *Well-Being Across the Globe: New Perspectives, Concepts, Correlates and Geography*.

Sharifian, M.S. (2019). Trauma, burnout, and resilience of Syrian primary teachers working in a war zone. *International Journal of Whole Child*, 4(2), 9-26.

World Health Organization. (2022, March 16). Mental health in emergencies.