

סגול בבית הספר

תהליכי ליווי והכשרה לטיפול מיומנויות חברתיות-רגשיות (SEL) מבוססות מיינדפולנס וחקר מוח לבתי ספר

תכנית בית ספר סגול פותחה ומופעלת על ידי מרכז סגול למוח ותודעה באוניברסיטת רייכמן. התכנית פועלת למעלה מעשור בזירה החינוכית בישראל, מקדמת **הטמעה ויישום של ידע וכלים לטיפול חברתי-רגשי ושלומות בשדה החינוכי**. אנו מלווים צוותי חינוך, בתי ספר, רשויות וגופי חינוך לטובת הנעת תהליכי שינוי עמוקים והתפתחות כאנשי חינוך וארגונים קשובים ואכפתיים. התכנית משלבת עולמות תוכן של למידה חברתית-רגשית (SEL) מבוססת מיינדפולנס, חקר מוח, פסיכולוגיה, פדגוגיה וחינוך עם פרקטיקות פשוטות ליישום "מחר בבוקר" בכל מרחב חינוכי בבית הספר ומלווה בכלים טכנולוגיים חדשניים של הערכה ומדידה.

מה זה SEL מבוסס מיינדפולנס?

פיתוח וטיפול מיומנויות חברתיות-רגשיות (כמו: זיהוי תחושות ורגשות, עצירה והתנהלות מכוונת ערכים, אמפתיה, ניהול רגשי ועוד), באמצעות תרגול הפניית תשומת לב מכוונת למה שקורה עכשיו (סביבנו ובתוכנו), בגישה מקבלת, פתוחה, סקרנית ולא שיפוטית.

לשם מה?

המחקר מראה כי טיפוח מיומנויות חברתיות-רגשיות בבתי ספר מפחית שחיקה, בונה חוסן, מקדם שלומות, תחושת מסוגלות, אקלים מיטבי ויחסים חברתיים מיטיבים בקרב צוותי חינוך ותלמידים. את האתגר הוא להטמיע וליישם מיומנויות אלו באופן עקבי ברמה האישית, הבין-אישית והארגונית בתוך שגרת ההתנהלות היומיומית של בית הספר. אנו נותנים מענה לאתגר זה על ידי חיבור בין ידע מדעי מעולמות חקר המוח, הפסיכולוגיה והמיינדפולנס לבין פרקטיקות מעשיות להתערבויות חינוכיות מותאמות אשר מקנות כלים פדגוגיים וארגוניים ליישום מיידי בבית הספר.

איך אנו פועלים בבתי הספר?

ישנן דרכים שונות להטמיע מיומנויות חברתיות-רגשיות ולקדם שלומות בבית הספר. איתנו, תוכלו לבחור הן את עולם התוכן והידע והן את המסלול אשר יתנו לבית הספר מענה מותאם לערכים, צרכים וחזון בית הספר. כל המסלולים, מלווים ומונחים על ידי צוות מומחה ומנוסה בליווי תהליכי שינוי בית ספריים תוך שימוש במנגנוני הערכה ומדידה. הכוונה היא לייצר שינוי הבא לידי ביטוי בכל שגרות ומרחבי בית הספר ובהלימה לערכיו, ומתוך הבנה שכוחות המנהיגות הפנימיים בבית הספר הם המשמרים את תהליכי השינוי במהלך ולאחר סיומה הפורמלי של התכנית בארגון.

מהו עולם התוכן שיהווה את "דלת הכניסה" לארגון שלכם.?

- **מיינדפולנס בחינוך:** טיפוח חברתי-רגשי ושלומות של צוותי חינוך ותלמידים. ודרך לימוד ידע ותרגול פרקטיקות מיינדפולנס (קשיבות). שילוב בין ידע מתחום חקר המוח, הפסיכולוגיה והמיינדפולנס לבין תרגול הלכה למעשה של אותן מיומנויות מחזקת בראש ובראשונה אצל אנשי החינוך עצמם יכולות כמו התמודדות עם מצבי לחץ ועומס, ויסות רגשי וטיפוח יחסים קשובים ואמפטיים. כמו כן, הצוותים מכירים, מתרגלים ולומדים לפתח כלים פדגוגיים לטיפוח מיומנויות חברתיות-רגשיות מבוססות מיינדפולנס בכיתה.
- **פדגוגיה מבוססת SEL (פדגוגיה מתבוננת):** למידה של ידע פדגוגי חדשני, מודלים מבוססי מחקר וכלים ופרקטיקות הנשענות על ניסיון רב בשטח. נלמד איך הלכה למעשה ניתן להפוך כל שיעור ל"שלוש במחיר אחד": הזדמנות לפיתוח ידע ומיומנויות במקצועות הלימוד בד בבד לטיפוח מיומנויות חברתיות - רגשיות ושלומות אישית ובינאישית.
- **חקר מוח יישומי:** תובנות מתחום חקר המוח על הקשר בין תפקוד המוח לבין ההתנהגות האנושית מאפשרות למורים ותלמידים. ולעבור תהליכי למידה ושינוי משמעותיים בתחום החברתי-רגשי. החיבור בין ידע על הבסיס המוחי של קשב וריכוז, ניהול רגשות, וויסות עצמי, יחסים חברתיים, דפוס חשיבה מתפתח ומוטיבציה לבין כלים מעשיים אותם כל מורה ותלמידה יכולה ליישם בכיתה. הידע המוחי מוגש בצורה בהירה ומותאמת גיל ומלווה בחומרים כתובים והקלטות.
- **תנאים מצמיחים לקידום מוטיבציה והתמודדות עם התנגדויות:** ידע עדכני מתחום חקר המוטיבציה וקידום הכוונה עצמית (SDT) שופך אור חדש על החשיבות במתן מענה לצרכים פסיכולוגיים בסיסיים לשם קידום מוטיבציה ללמידה בקרב תלמידים. וצוותי חינוך כאחד. למידה של עקרונות וכלים במקביל להתנסות מעשית, כיצד ניתן לתמוך בצרכים פסיכולוגיים בכיתות, בבתי ספר ובארגון, לקדם מוטיבציה, התמודדות עם קשיים ואתגרים ולבנות תחושת מסוגלות, שייכות ואוטונומיה.

מהו המסלול המתאים לארגון שלכם.?

- **השתלמויות וסדנאות:** מסגרת של מליאות מורים, סדנאות, ימי למידה מרוכזים או השתלמות מוסדית. המפגשים משלבים בין למידה חווייתית והתנסותית של ידע מעולמות התוכן השונים לבין כלים ופרקטיקות לתרגול ויישום בכל איזור ותחום בבית הספר: ברמה האישית של המורה כאדם, בכיתה, במפגשי הצוות, בצוות הניהול, בשגרות בית הספר ובארגון כולו.
- **הקמת מעבדת פיתוח SEL בית ספרית ועבודה עם צוותי הפיתוח:** הפעלת מודל ייחודי מתחום החשיבה העיצובית למפגשי למידה ופיתוח השתתפותיים בצוותי SEL בית ספריים קטנים. פיתוח כלים ייחודיים המותאמים לבית הספר כמענה לאתגרים וחסמים ייחודיים המעסיקים את הצוותים או את בית הספר כארגון במקביל ותוך כדי, ליווי של ההטמעה והיישום בשטח על ידי הצוות החינוכי.
- **ליווי צוותים מובילים:** מפגשי ליווי והדרכה של צוותים מובילים בארגון. התבוננות מערכתית על בית הספר כארגון: זיהוי הייחודיות, האתגרים, החסמים והחוזקות הבית הספריות והובלת תהליכי שינוי בנושאי SEL, תוך חשיפה, למידה ושימוש הלכה למעשה בכלים ומודלים ארגוניים חינוכיים מבוססי מחקר.

- **מפגשי למידה דרך צפייה, התנסות והדגמות (מודלינג) בכיתות:** מסגרת של "On the job training" תכנית למידה תוך כדי תנועה בשטח. מפגשי למידה דרך צפייה, התנסות והדגמות (מודלינג) בכיתות ביישום כלים של SEL מבוסס מיינדפולנס. ההדגמות מתבצעות על ידי מלווה מוסמכת של התכנית ומלוות בתמיכה והדרכה אישית או בצוותים לטובת יישום הלכה למעשה על ידי הצוותים החינוכיים בבית הספר. ניתן לשלב תכנית זו עם למידת עמיתים ומישוב דרך מחוונים ייעודיים ויחודיים לשילוב SEL בשיעורים.
- **הערכה ומדידת מיומנויות SEL ויישום של כלי SEL בארגון:** תהליך הדרכה, ייעוץ וליווי לפיתוח והטמעת מנגנוני הערכה תהליכית, לצרכי למידה והתפתחות בית ספרית. שילוב כלים טכנולוגיים יצירתיים המתואמים לשדה החינוכי ([אפליקציית מילגו](#)) ואמצעי הערכה מגוונים: מיפוי עומק ושאלונים קצרים (ברמת הכיתה, השכבה, הצוות החינוכי ובית הספר כולו). קבלת תמונת מצב עדכנית ופיתוח תרבות של ארגון קשוב. התנהלות מבוססת נתונים ומדידה מהווה מנגנון לתהליך למידה ושיפור בתחום ה-SEL ומוטיבציה לקבלת כלים לעבודה מעשית עם נתונים ובניית תוכניות עבודה מותאמות ומבוססות-ידע.
- **עיצוב מרחב תומך שלומות ופיתוח צוות מוביל שלומות בבית הספר:** מפגשי חשיבה, עיצוב ותכנון בפועל של מרחב תומך SEL ושלומות בבית הספר באופן המותאם לאופי, לצרכים לערכים ולייחודיות של בית הספר. שימור והטמעת השימוש במרחב הפיזי מבוסס על הכשרת צוות מוביל שלומות שימשיך לטפח את המרחב ותרבות תומכת שלומות בבית הספר.

פירוט מסגרת השעות ותמחור המסלולים השונים:

ידע ונסיון בליווי תהליכי שינוי במערכות חינוך, ממחיש לנו את חשיבותם ויתרונם של תהליכים רחבים, מעמיקים ועקביים. מזמינים אתכם לשלב מספר מסלולים בכדי לייצר שינוי רחב ובר קיימא בבית הספר.

שם המסלול	פירוט- מה כולל המסלול	מספר התכנית בגפ"ן	תמחור מסגרת השעות
השתלמויות או סדנאות	מבוא לSEL מבוסס מיינדפולנס וחקר המוח- ידע ותרגול מיינדפולנס (קשיבות) הלכה למעשה	תכנית 46361 - טיפוח חברתי רגשי מבוסס מיינדפולנס וחקר המוח	(כולן- סדנא ללא חומרים) 36 שעות בתמחור של 500 ש"ח לשעה
	חקר מוח יישומי - קורס בידע מוחי בהיר ונגיש ככלי להתפתחות	תכנית 46349 - חקר מוח יישומי	
	פדגוגיה מבוססת SEL- פדגוגיה מתבוננת כדרך לטיפול חברתי רגשי בכל שיעור ושיעור	תכנית 46364 - פדגוגיה מתבוננת במרחב הכיתתי	(30 שעות + 6 שעות מענה ובדיקת רפלקציות ועבודות סיכום)
	השתלמות מסע- ידע ופרקטיקות מבוססות מיינדפולנס כדרך לתפוס את החיים כמסע למידה מרתק	תכנית 46367 - השתלמות מסע- המורה כמנטור במסע התלמיד	סה"כ: 18,000 ש"ח.
	תמיכה בתנאים מצמיחים לקידום מוטיבציה והתמודדות עם התנגדויות- ידע ופרקטיקות מתחום תיאוריית ההכוונה העצמית SDT	תכנית 46371 - סדנה לקידום מוטיבציה והתמודדות עם קשיים בכיתה (מענה לצרכים פסיכולוגיים לקידום מוטיבציה)	



<p>40 שעות בתמחור של 500 ש"ח לשעה- סה"כ: 20,000 ש"ח</p>	<p>תכנית 46396- הדגמות והתנסות עם תלמידים - סדנא ללא חומרים</p>	<ul style="list-style-type: none"> - מפגשי היכרות ובניית קבוצה - זיקוק האתגרים המעסיקים אותם בבית הספר - למידה של תחום הידע הרלוונטי לאתגר - פיתוח כלים ייחודיים המותאמים כמענה לאתגרים - וחסמים המעסיקים את הצוותים או את הארגון - ליווי הטמעה ויישום בשטח של הכלים ע"י צוות הפיתוח 	<p>הקמת מעבדת פיתוח SEL בית ספרית ועבודה עם צוותי הפיתוח</p>
<p>40 שעות בתמחור של 500 ש"ח לשעה- סה"כ: 20,000 ש"ח</p>	<p>תכנית 46396- הדגמות והתנסות עם תלמידים- סדנא ללא חומרים</p>	<ul style="list-style-type: none"> - מפגשי היכרות ובניית קבוצה - העמקה בידע וכלים ארגוניים מתחומי הידע של SEL מבוסס מיינדפולנס וחקר המוח ותמיכה בתנאים מצמיחים - התבוננות מערכתית דרך מודלים מבוססי מחקר - חשיבה, תכנון והתנסות בפרקטיקות מתחום הידע - הטמעה ויישום בשגרות וזירות שונות במרחב הארגוני בבית הספר 	<p>ליווי צוות מובילים</p>
<p>40 שעות בתמחור של 500 ש"ח לשעה- סה"כ: 20,000 ש"ח.</p>	<p>תכנית 46396- הדגמות והתנסות עם תלמידים- סדנא ללא חומרים</p>	<ul style="list-style-type: none"> - מפגשי למידה של פרקטיקות SEL מבוסס מיינדפולנס וחקר המוח, פדגוגיה מתבוננת ותמיכה בתנאים מצמיחים - צפיה ביישום הכלים בכיתות ע"י מלווה מוסמכת של התכנית - למידה והדרכה אישית או בצוותים של פרקטיקות אלה - יישום הלכה למעשה על ידי הצוותים החינוכיים בבית הספר תוך ליווי, הדרכה ומישוב על ידי המלווה - ניתן לשלב עם למידת עמיתים ומישוב דרך מחוונים ייעודיים לשילוב SEL בשיעורים 	<p>מפגשי למידה דרך צפייה, התנסות והדגמות בכיתות (מודלינג)</p>
<p>40 שעות בתמחור של 500 ש"ח לשעה: כלומר 20,000 ש"ח + 10,000 עבור שימוש באפליקציה מילגו של חברת קיימא. (שווה ערך ל 60 שעות בתכנית זו) סה"כ 30,000 ש"ח</p>	<p>תכנית 46396- הדגמות והתנסות עם תלמידים- סדנא ללא חומרים</p>	<ul style="list-style-type: none"> - מפגשי היכרות ובניית קבוצה - זיקוק האתגרים המעסיקים אותם בבית הספר - גישה ושימוש בכלי הערכה ב-"מילגו" והיכרות עמם - בחירת שאלון מתאים לאתגר הנבחר - הטמעת מנגנוני הערכה תהליכית ככלי פדגוגי חינוכי בכיתה - למידת פרקטיקות SEL מבוסס מיינדפולנס וחקר המוח ומענים לטיפול תנאים מצמיחים - קבלת כלים לעבודה מעשית עם נתוני המיפוי ובניית תוכניות עבודה מותאמות ומבוססות-ידע בכיתה - ליווי בהטמעה ויישום בשטח על ידי הצוות החינוכי 	<p>מפגשי ליווי צוות חינוכי תוך שימוש בכלי הערכה ומדידה של "מילגו"</p>



40 שעות בתמחור של 500 ש"ח לשעה: כלומר 20,000 ש"ח	תכנית 46396- הדגמות והתנסות עם תלמידים- סדנא ללא חומרים	- זיקוק והיכרות עם צרכי, ערכי וייחודיות בית הספר - מפגשי חשיבה, עיצוב ותכנון בפועל של מרחב תומך SEL ושלומות מותאם לערכים אלה בבית הספר - הכשרת צוות מוביל שלומות לטיפוח והטמעת שימוש במרחב זה ותרבות תומכת שלומות בבית הספר - גישה לעזרים וכלים מתחום הידע והפיתוח של תכנית בית ספר סגול לשימוש במרחב זה	עיצוב מרחב תומך שלומות ופיתוח צוות מוביל שלומות בבית הספר
---	--	--	--

ליצירת קשר ופרטים נוספים:

זהר רוזנר - 054-2110144

sagolschool@runi.ac.il

אתר התכנית: <https://sagolschool.org.il>