

ויסות עצמי בלמידה

פרופ' תמי קציר



פרופסור תמי קציר היא מרצה וחוקרת בפקולטה לחינוך באוניברסיטת חיפה בחוג ללקויות למידה. מחקריה של תמי מתמקדים בתהליכי שטף, הבנת נקרא, ומטאקוגניציה בקרב קוראים מתקשים בשפות שונות. מחקריה ממנו על ידי קרן ספנסר, ISF, ומשרד החינוך האמריקאי. הייתה אשת סגל באוניברסיטת הארווד, ומרצה אורחת בUCLA.

תקציר

בשנים האחרונות חקר הבנת הנקרא התרחב מהתמקדות בגורמים קוגניטיביים ולשוניים לגורמים מטא-קוגניטיביים ורגשיים. ההרצאה תסקור את חשיבות התפישות האקדמיות והרגשיות להסברת ביצועים בהבנת נקרא בקרב ילדים ובוגרים. כמו כן נתאר ממצאים מתכניות התערבות בנושא.

מדבריה של תמי קציר:

"אנחנו לא צריכים לפקפק בעצמנו בתור קוראים. בדרך כלל מחקרי קריאה התמקדו בנושא השפתי, מעט על אוצר מילים ושטף, אבל כשחושבים על תהליכים גבוהים יש תהליכים צריך לחשוב על קוגניציה ומטא-קוגניציה.

נושא ההרצאה הוא חיבור בין קוגניציה ורגש: חשש, פחד, מתח התרגשות ותפיסה עצמית. מבחינה קלינית ומחקרית מדברים על מודל רכיבי, אך הוא אינו מתייחס לתהליכים גבוהים של מטא קוגניציה ומוטיבציה.

איך אני תופסת את עצמי כקורא? האם אני בטוח בעצמי? האם אני יוצא ממבחן ואמר לעצמי היה ממש גרוע וכשקבלתי את המבחן קיבלתי 100. התפיסה העצמית משפיעה על רמת ההישגים של האנשים. אם אני מרגיש שאני לא מסוגל יש לי סיכוי לבצע את משימת הקריאה. אנחנו רוצים לגדל דור של קוראים שהוא בטוח בעצמו שיש לו סל של כלים שהוא יכול לשלוף ולהשתמש.

איך התפיסה העצמית משתקפת באוכלוסיות הטרוגניות של קוראים? המושג תפיסות מתייחס לידע שלי, לאמונות שלי ולעמדות שלי בתור קורא. והוא מורכב ממרכיבים שונים: האם אני אוהב לקרוא? האם אני יודע מה הקשיים ומה החוזקות שלי בקריאה? איך אני ביחס לאנשים אחרים?

מאמרים נלווה ליחידה

לכטינגר, ע' (2011). ויסות עצמי בכתיבה: פיתוח כלי אבחוני לאיתור של תהליכי ויסות עצמי ומוטיבציה בכתיבה. *סחיש: סוגיות בחינוך מיוחד ובשילוב*, 2, 57-74.

מתוך המאמר:

" ויסות עצמי בלמידה הוא תהליך שבו הלומד מציב לעצמו מטרות למידה ומנהל את התנהגותו השכלית, הרגשית והגופנית בהתאם למטרות אלה ולמשובים שהוא מקבל מהסביבה. תהליך הוויסות העצמי מורכב משלושה שלבים: תכנון לפי למידה, פיקוח במהלכה והערכה בסופה. ויסות עצמי בלמידה מקדם את ההישגים הלימודיים. המחקר מראה שתלמידים בעלי הישגים גבוהים משתמשים הרבה יותר באסטרטגיות ובתהליכי ויסות עצמי לעומת תלמידים בעלי הישגים נמוכים. נמצא גם שתלמידים שהלמידה שלהם מווסתת עצמאית מבינים את החומר טוב יותר מתלמידים שהלמידה שלהם אימפולסיבית, ללא מטרות ברורות וללא פיקוח עצמי. לויסות עצמי בלמידה השפעה חיובית גם על המוטיבציה של התלמיד. כיוון שהתלמיד שולט בלמידה – מכוון אותה בכוחות עצמו – הוא מפתח תחושה של מסוגלות עצמית, עניין בלמידה וייחוס ערך ללמידה. תהליכי הוויסות העצמי תורמים אפוא להישגים לימודיים, להנעה איכותית ולדפוס לימודי למידה מתקדמים. לכן יש לאנשי החינוך אינטרס מובהק לפתח ולטפח אותם.



הצעות לדיון בעקבות ההרצאה!

1. שאילת שאלות על אודות עצמי

באמצעות שאילת על עצמי יכול התלמיד ללמוד לווסת ולכייל את עצמו במשך התמודדות עם משימות הבנה והבעה. אם התלמיד עונה בכתב על השאלות, תשובותיו עשויות לשקף למורה את יכולות הביצוע שלו ובכך לאפשר לה להיות מכוונת יותר בתהליך ההוראה. שאלות לדוגמה:

- האם השאלה קשה או קלה עבורי?
- מה קשה לי? מה אני לא מבין?
- כיצד ידע קודם שלי סייע לי להתמודד על המשימה.
- מה עליי ללמוד לקראת המשימה הבאה?
- אילו מיומנויות הפעלתי במשך המשימה?

2. בניית כלים לוויסות עצמי

יחד עם התלמידים בכיתה ניתן לבנות:

- מחוון לקידום ויסות עצמי
- גרף "ויסות עצמי"
- מחוון למשוב עמיתים
- בלוג המתעד את ניהול השיח בכיתה
- "אקוריום" ומתן משוב על פעילות שיח

3. בניית מפת חשיבה

באמצעות בניית של "מפת חשיבה" יכולים התלמידים לבנות את הידע שלהם על אודות הנושא הנלמד, וגם להציג אותו במשך השיעור או אחריו.