



פודקסט "הכלה למעשה"

מבית היוצר של אגף א' לחינוך יסודי

מוריה טלמור משוחחת עם ד"ר חוה פרידמן על יחסי קרבה ואכפתיות

תשע"ד - 2024

הערה:

קובץ זה כולל תמלול מלא של הפרק.

התמלול נעשה באמצעות בינה מלאכותית, ונעשו תיקונים בהתאם לצורך. עדיין ייתכנו טעויות כתיב / לשון במהלך התמלול

פתיח

מה אנחנו יודעים על דור האלפא?

אני מורה או יועץ ופסיכולוג.

למה צריך להוריד את המע"מ בשיעורים?

פסיכו-פדגוגיה. מה זה אומר?

למה ההטרוגניות זה דבר חשוב?

שלום, ברוכות וברוכים הבאים להסכת הכלה למעשה.

שמי מוריה טלמור, אני חלק מצוות האגף לחינוך יסודי במשרד החינוך, ועוסקת בקידום פדגוגיה מכילה בכיתה ההטרוגנית.

בכל פרק אני מראינת מומחה או מומחית בתחום, וביחד אנחנו מתרגמים תפיסות עולם לפרקטיקות.

והפעם נדבר על יחסי קרבה ואכפתיות. נבין מה הקשר בין קרבה אכפתיות לאהבה, נבין מה עושים אם לא מצליחים לאהוב את התלמידים?

מתחילים

קול מבחוץ

שנים שאני עוסקת בחשיבות הקשר בין המורה לתלמידים שלה.

מוריה

זאת סופיה, והיא מדריכה במשרד החינוך.

קול מבחוץ

אבל עד שלא שמעתי את חמותי וגיסתה מדברות על המורה שלהן בבית הספר, לא הבנתי עד כמה הקשר הזה עשוי להיות משמעותי. יושבות שתי נשים בנות 75 פלוס, ומספרות ליושבים סביב השולחן על ההיכרות המקדימה שלהן, כשתי תלמידות באותה כיתה בבית הספר היסודי, עוד לפני שהפכו לקרובות משפחה. ואז אומרת אחת לשנייה, אבל אותה המורה ... אהבה, ואותי לא. לא להאמין, עברו 65 שנים והן עדיין זוכרות מורה שהאהבה או לא אהבה אותן. זה לא מדהים?

מוריה

חוה, מה את אומרת על הסיפור ששמענו עכשיו?

חוה

סיפור מדהים.

כמה עזה הכמיהה של ילדים לקשר, לקשר עם המורים שלהם.

מוריה

אז זה הזמן להציג את דוקטור חוה פרידמן מנהלת אגף פסיכולוגיה במשרד החינוך שלום חוה

חוה

בוקר טוב

מוריה

בוקר טוב. התחלנו בסיפור שמתייחס למורה שהתלמיד כן או לא חושב שהמורה אוהבת אותו. איך את מבינה בכלל את המושג האהבה בין תלמיד למורה?

חוה

מעניין שגם ילדים וגם הורים מדברים על המורה שאוהבת אותי המורה שלא אוהבת אותי המורה שאוהבת את הילד שלי או לא אוהבת את הילד שלי זה דרך ביטוי ליחסי קרבה ואכפתיות וגם למושג של caring שקצת ניגע בו אולי בהמשך.

אהבה אבל היא משהו אחר, אהבה זה רגש טבעי, זה או שאתה מרגיש את זה או שאתה לא מרגיש את זה, לא במקרה אנשים לפעמים מדברים על יש בינינו כימיה, כי יש איזו תחושה שזה קיים שם כמשהו מאוד מאוד טבעי, מרגישים את זה.

וביחסי מורה תלמיד אנחנו לא יכולים לצפות בהכרח לאהבה. אהבה זה משהו סובייקטיבי לחלוטין. אנחנו כן יכולים לצפות ליחסי קרבה ואכפתיות, ואנחנו כן יכולים לצפות לקרינג.

מוריה

אני רוצה להבין, מה שאת אומרת למעשה, זה שהתרגום של יחסי קרבה ואכפתיות, מה שקורה בתוך כיתה, מתורגם הרבה פעמים על ידי התלמידים, ואולי גם אפילו על ידי המורים, למושג אהבה. והתרגום הזה הוא לא בהכרח תרגום נכון, אני צודקת?

חוה

את צודקת. זאת הדרך שלהם להגיד, אני רוצה קשר עם המורה שלי, אבל למורים אנחנו בעצם צריכים להגיד, תחושת קרבה שלכם, התחושה שלכם כלפי תלמיד, היא סובייקטיבית והיא לגיטימית. השליחות שלו מצריכה התייחסות לקרבה הרגשית, וליכולת לראות את הילד לא רק כתלמיד, אלא כילד, לראות אותו בכל המובנים של היכרות עם הילד כאדם, ושם נכנסים המונחים של קרבה ואכפתיות.

מוריה

את מדברת על יחסי קרבה ואכפתיות, וזה מה שגם מופיע הרבה פעמים בשאלוני האקלים של משרד החינוך. הילדים יודעים כשהם מקבלים שאלה שעוסקת ביחסי קרבה ואכפתיות, הם יודעים לעשות את ההבחנה הזאת בין אהבה לבין יחסי קרבה ואכפתיות, או שהתרגום שלהם כשהם אומרים יש לי יחסי קרבה ואכפתיות עם המורים, האם זה מתורגם למילה, האם המורים אוהבים אותי או לא?

זאת אומרת, האם ילד מרגיש שקודם כל שהמורה רואה אותו ומכירה אותו ואם הוא זקוק למשהו אם הוא זקוק לעזרה לימודית אם הוא זקוק לתמיכה רגשית אחרי סכסוך תוקפני בהפסקה, האם יש שם כתובת שאני אשאף כילד או כילדה, תמיד כשאנחנו מדברים מדובר על ילד או ילדה, לפנות למורה, האם אני מזהה אותה, אם היא יוצגת בתוכי ככתובת למצב של סטרס וככתובת למצב של עזרה.

אנחנו קוראים לזה בכותרות שלנו, אבל הם מרגישים את זה, ואו שאתה מרגיש את זה וזה נמצא שם, או שזה נעדר ממערכת היחסים. מתייחס למושג קרינג, איך הוא מתחבר לכל?

חוה

קרינג, שאנחנו משתמשים באנגלית כאין לנו תרגום טוב לעברית, זה תורגם כקרבה, כדאגה ואכפתיות, כדאגה לאחר. קרינג, המשמעות שלו, שממקום של ערכי המקצוע, מהמקום של הידיעה, שכדי להגיע לתלמידים ולעזור להם להתפתח גם כלומדים וגם כבני אדם, אנחנו לוקחים על עצמנו שליחות של לגדל את הילד ולפתח אותו.

וזה הרבה פעמים לא מהמקום שאני מרגישה אהבה טבעית לפרסונה הספציפית של הילד, לאופי של הילד הזה או הילדה, אלא ממקום שאני יודעת שאני נושאת שליחות, שיש לי שליחות לגדל, שזו עמדה ערכית במקצוע הזה.

מוריה

אני אפילו אחדד את השאלה ואני אגיד מה קורה אם אני לא מצליחה באופן טבעי לפתח את אותם יחסי קרבה ואכפתיות אני מצליחה לעשות את זה עבור חלק מהילדים אבל יש את הילדים האלה שקשה לי

חוה

מאוד חשוב להיות מודעים לזה ושזה יהיה לגיטימי. זה לגיטימי להרגיש שיש ילדים שאני בקלות עוזרת להם, או מקבלת גם פידבק בקלות מהם, שהעזרה שלי הייתה להם משמעותית. ויש ילדים שהמאמץ עבורי כמורה הוא מאוד מאוד גדול.

עכשיו, הפעולה הראשונה שנדרשת זה להיות מודעת לעצמי, עם מי יותר קל לי ועם מי יותר קשה לי, ולגייס את עצמי. זה ממש לשאוב כוחות מתוך הידיעה שלמורים יש השפעה מאוד גדולה להתפתחות של ילדים. הסיפור שהיה לנו בתחילת הטקסט של שתי הנשים, הוא סיפור על הכמיהה של ילדים לקשר, והסיפור על כמה הקשר הזה הוא משמעותי ליחסי מורה תלמיד, הוא משמעותי ללמידה הוראה.

מוריה

הבנתי מה זה אהבה.

אני מבינה מה זה קרבה ואכפתיות.

אני עדיין לא מבינה מספיק מה זה אומר קרינג, ואני גם אשמח שתגידי לי איך כל הדברים האלה באים לידי ביטוי או צריכים לבוא לידי ביטוי בתוך הכיתה.

חוזה

אז נתחיל מזה שטבעי שמורה תרגיש אחרת כלפי ילדים שונים בכיתה שלה. והמושגים השונים האלה יכולים לסייע להבין איך המורה מתמקמת, מה הגיאוגרפיה הרגשית שלה, קרוב, רחוק, כלפי ילדים שונים, ומה זה אומר לה, מה זה אומר במערכת היחסים. אז אהבה, אמרנו, זה רגש טבעי, איתה you have it or not, או שאת אוהבת או שאת מרגישה שאת פחות. ואת באה לכיתה בשליחות מקצועית, יש לך תפקיד, והיא השאלה הגדולה, איך את רואה את התפקיד שלך, מה המיינדסט שלך לגבי התפקיד הזה. וכשאת חושבת על התפקיד שלך מהמקום הזה, את יכולה גם לשאול את עצמך כמה תלמידים שונים, ילדים שונים בכיתתי רואים בי כתובת במקרה שרע להם, במקרה שקשה להם בבית, במקרה שיש איזה משבר בבית, במקרה שהייתה אתמול מריבה אחר הצהריים בין ילדים. במקרה שאני לא יודע, לבוא לא יודע, זה גם עמדה לא פשוטה. לא קל להגיע לא יודע למורה, ואז היכולת של המורה לשאול את עצמה כמה הילד הזה קרוב אליי במובן שהוא רואה בי כתובת, זה יחסי קרבה ואכפתיות. הקרינג משמעותו בעיקר שממקום להסתכל על התפקיד שלי ומה תפקידי בגידול של ילדים אל תוך המציאות החברתית, אל תוך המציאות הישראלית, מה המשמעות של זה עבורי ואיך אני מגייסת את האתיקה של הקרינג. בעצם זה מקום של אתיקה מקצועית, שקוראת לך כמורה להיות זה שמגדל ילדים לחברתם על כל המורכבות שיש בזה, זה מקום יותר ערכי. הוא לא מדבר רק על הפן הרגשי של זה, אלא על מאיפה אני שואבת את הלגיטימציה, את הכוחות שלי, דווקא כשאין שם כימיה טבעית בין מורה לתלמיד.

מוריה

יש עקרונות לאתיקה הזאת?

חוזה

כן, יש עקרונות לאתיקה הזאת שמבוססים בעיקר על ההתבוננות החברתית על הילד כאדם. זאת אומרת, מה ילדים צריכים מאיתנו המבוגרים המשמעותיים? ואולי העקרון הכי משמעותי שאתיקה של קרינג היא פרטנית. זאת אומרת, מצד אחד אנחנו רואים את השליחות, מצד שני, זה קיירינג לילד הזה, לילד שאני צריכה ללמוד להכיר אותו, את המאפיינים שלו, את החלקים השונים שלו כלומד, שלו כחבר, שלו כאח של... להיות במקום של הכירות, מאוד מאוד קרובה.

מוריה

של הילד השלם?

חוה

של הילד, כי המושג ילד שלם הוא מושג דואלי בעיני כן ילד במובן של כל הוויתו הילד השלם אבל החלקים שבולטים לי עכשיו כן הילד השלם אבל איך אני רואה כן מפרקת את החלקים השונים כדי להתבונן בעין מאוד מאוד מיקרוסקופית על מה ההיכרות שלי?

אני מכירה אותו כתלמיד, אבל האם אני מכירה אותו כאח?

האם אני מכירה אותו כחבר? האם דברים השתנו? כשחלף עבר לו החופש הגדול, וזאת השנה השנייה שלנו שאני מחנכת את הכיתה, האם זה אותו ילד? האם התחיל ב-1 בספטמבר את השנה אותו ילד? זה עמדה, שכן רואה את הילד כשלם, כמכלול, אני אקרא לזה כך, וצריכה כל פעם להתבונן מחדש.

מוריה

אז דיברת על אתיקה, ואני רוצה להתייחס לבית אחר של אתיקה כפי שאני מפרשת אותה. מה קורה כשאני לא מצליחה? מה קורה שקשה לי ביחסי קרבה והאכפתיות לאותו הילד ספציפי שאת מדברת עליו? לא מצליח לי.

חוה

לדעת את זה שלא מצליח לך, שאת מסתכלת פנימה ואומרת, לא מצליח לי. אני רק חושבת על הטון שהשתמשת בו עכשיו, מוריה. אפילו כשאמרת את זה כשאלה פה באולפן... זה היה עצוב. זה היה עצוב, כן.

מוריה

נכון.

חוה

היה לך עצוב.

מוריה

נכון.

חוה

והאינטונציה הזאת שהשתמשת בה... היא שם המשחק בעצם, זאת אומרת, מרגע שלמורה עצוב כמו שלך עכשיו, היה עצוב לבטא את זה, להרגיש את זה בצורה כל כך עמוקה, אז יש לנו כבר דלת פתוחה להתמודדות. עכשיו, בהתמודדות יש כאן... למשל, ההיבט של לא להישאר עם זה לבד, לשתף קולגה, לשתף יועצת פסיכולוגית, לשתף מי שזמין לך בתוך המקום שבו את נמצאת, אבל כמו שאת הדגמת את זה פה, להרגיש את זה.

מוריה

כלומר, זה בסדר להרגיש את זה, ויש לזה לגיטימציה, ואז התפקיד של המורה זה לעבוד עם התחושה הזאת. בהחלט, לעבוד עם התחושה הזאת וגם לדעת, וזה קורה יותר עם ניסיון, שיש רפרטואר של מקומות שאנחנו יכולים להרגיש אותם, מהתסכול המאוד מאוד קשה שלא בא לי לעזור לו, והוא לא מעורר אצלי את הצורך הזה, והעבודה הקשה שעשיתי אתמול על השיעור הזה נהרסה היום, ועכשיו אני כועסת עליו. זה מה שקורה לי עכשיו. אני כועסת. ומהמקום הזה יש, אוקיי, כמו בכעס במצבים אחרים, אני אכיל את זה, אני ארגע, אולי אני אשתף קולגה בחדר המורים, ואני אלך הלאה ואשאל את עצמי למה הוא זקוק ממני. מה הוא בעצם אומר לי כשהוא מחריב לי את השיעור הזה עכשיו?

אתה יודע, זה מזכיר לי הרצאת ת' ששמעתי של ריטה פירסון, את בטח מכירה. כן. ובהרצאה המאוד מוכרת שלה, היא דיברה על זה שיש לפעמים תלמידים שקשה לנו איתם, והתלמידים האלה, היא אמרה, הם התלמידים שתמיד מגיעים, הם התלמידים שלא מפסידים אף פעם שיעור. והיא אמרה שהתפקיד של המורה הזה, שהתלמיד לא ידע שקשה למורה איתו. זאת אומרת, זה בסדר להרגיש את זה, אבל צריך להיזהר מזה שהילד ירגיש, אפרופו מה ששמענו את אותן זוג נשים שאמרו שאת מי המורה אהבה יותר. את מסכימה איתה?

חווה

הייתי שמחה להיפגש איתה ולהגיד לה כמה אני לא מסכימה איתה.

מוריה

לצערנו זה כבר לא יקרה, אבל תסביר לי למה.

חווה

אני לא מסכימה איתה, כי אם אנחנו מבקשים מהמורה להיות אותנטי, ושהרגשות שלו היו אותנטיים, מה שקוראים אימושיונל וורק לעומת אימושיונל לייבר, שאנחנו משחקים אותה.

מוריה

רגע, רגע, אני צריכה שתסבירי לי את המושגים האלה.

חווה

זה מושגים של..מקום העבודה, בכל זאת, יש הבדל בין להיות מורה ללהיות הורה, ובמקום העבודה אנחנו מנהלים את הרגשות שלנו באופן אחר משאנחנו מנהלים אותו בחיק המשפחה או עם עצמנו בסיטואציה של לשאול את עצמי מה שלומי.

ובמקום העבודה הרגשות הן רגשות שמווסתים אחרת.

אז Emotional Work זה איך אני באמת מרגישה גם בעבודתי.

Emotional Labor זה הרגשות שמצופה ממני להפגין במקום עבודתי.

ראי אסיפת הורים איזה רגשות היא יכולה, מורה להרשות לעצמה לבטא כשהיא יושבת עם ההורים של ילד שמאוד מאוד מאוד קשה לה איתו.

אז היא עושה שם עבודה, אבל מה המרחק בין ה-emotional work ל-emotional labor, בין האותנטי לנדרש.

אם אנחנו מדברים על המורה הזאת שקשה לה, עם אותו ילד, אם אנחנו רוצים שהיא תתחבר לרגשות שלה ותהיה אמיתית, היא גם באיזשהו מובן, נכון מווסת, צריכה גם לראות את הילד כבן אדם.

אם היא נורא נפגעת עם משהו שנאמר לה, ילד קילל אותה, אנחנו חיים פה על כדור הארץ ויודעים שזה קורה. אם היא נעלבת, את הרגש הזה, היא צריכה להפגין.

אחד הדברים שמורים מלמדים, זה שרגשות קיימים גם אצלם, גם להורים יש רגשות, גם למורים יש רגשות. אתה לא מאבד את הרגשות שלך שאתה עובר את גיל 20, ולכן בעיניי,

מורים צריכים להשתמש בזה באופן אותנטי ונכון כחלק מהקייירינג לתלמיד, אבל חלק מלגדל אותו זה שיהיה לו הד לרגשות שהוא עורר אצל הזולת.

והזולת הזו לא רק ילד, הוא גם מבוגר.

אני מבינה את רגש העלבון. אבל גם רגע של כעס?

חווה

כן.

כן, השאלה היא, מה היא עושה עם זה?

האם היא נכנסת להתפרצות זעם בעצמה וחסרת שליטה?

אז לא, אנחנו... ברור שזאת לא הכוונה. אבל האם היא יכולה אפילו גם להרגיש את זה?

שזה ייראה על הפנים שלה והיא תוכל להגיד, מה שעכשיו עשית כל כך הכעיס אותי, הרגשתי כל כך הרבה כעס, עכשיו בוא נראה מה קרה פה, ואיך אתה הרגשת. כשאנחנו מדברים על זיהוי של רגשות, על ניהול של רגשות, על אינטליגנציה רגשית בכלל, אנחנו מדברים על זה, שהרגש יהיה שם, והוא יהיה מנוהל בשירותו של הילד, אבל גם במקום האוטנטי שלה, שתדע שמותר לה להרגיש, ושתדע מה לעשות עם הרגש הזה ביחסים עם הילד באותה סיטואציה. זה מיומנות לא פשוטה, אפשר גם להתאמן עליה. אבל היא נדרשת. ובמקום הזה, מורים צריכים לבוא כבני אדם. מורים הם בני אדם.

מוריה

אני כל כך שמחה שאת אומרת את זה. כל המושגים של להיעלב זו בחירה, והמורה צריך להיות תמיד בקונטרול, והוא צריך להיות המבוגר האחראי.

חווה

נכון, הוא צריך להיות מבוגר אחראי, אבל הוא בן אדם. ובגידול כשאנחנו מורים לגדל אנחנו מגדלים ליכולת לזהות הרגשות שלנו, יכולת to acknowledge them לדעת שזה הרגש ואני יכולה אפילו לתת לו שם מה ההבדל בין כעס לזעם היכולת שלנו לנהל את הרגשות שלנו, אם אנחנו רוצים שמורים יהיו שותפים והם שותפים נורא חשובים בגידול בהיבטים האלה, אז אנחנו צריכים לדבר את השפה הזאת ולהרשות להם להיות בני אדם, כי אחרת אנחנו מדברים על איזה תוכנית פייק איזושהי, שזה לא אמיתי.

מוריה

אז אם דיברנו על רגשות, אני חושבת שזה הזמן לשמוע קול נוסף.

קול מבחוץ

אני מותשת, כועסת ומתוסכלת.

מוריה

זאת אביטל, המחנכת של אלון מכיתה א'.

קול מבחוץ

אלון הוא תלמיד לא קל, אין לו הרגלי למידה והוא חוצפן. אבל היום זה כבר היה השיא שהוא פשוט לא נתן לי ללמד. באמצע השיעור הוא נעמד ביני ובין הכיתה ולא היה מוכן לזוז. מה

שלא ניסיתי, לא עזר. כמובן שזה נגמר בסוף בצעקות, ובזה ששלחתי אותו לחדר המנהלת. אני כבר ממש מתוסכלת ממנו. הוא בלתי צפוי ואין לי דרך להשתלט עליו.

מוריה

איך עוזרים לאביטל?

את הרגשות היא יודעת להביע, אבל היא צריכה גם עזרה נוספת.

חווה

בלגיטימציה, קודם כל, שאחרי שעבדת קשה, ולא יכולת להחזיק את זה באותו רגע, זה טבעי וקביל שמורה לא יכולה יותר. חשוב לי נורא להתעכב על זה ולהגיד שכשאנחנו מדברים, זה עלול להתאפס כאיזה ז'רגון של מילים יפות. וצריכים להיות כאן, להיות פה אנושי זה לקבל את זה כמו בהורות שלפעמים אנחנו בסיטואציה שאנחנו יכולים להכיל ולהגיב כמו באיזה ספר פסיכולוגיה למתקדמים ולפעמים אנחנו לא יכולים להחזיק את זה כי אנחנו בני אדם ואת אותו עיקרון שקיים בעיני בהורות אני רוצה לקחת גם למורות ולהגיד פה משהו על בנק היחסים למעשה מה מחזיק את ה-ups and downs הזה, את העליות ומורדות, את הזה שפעם אני מגיבה כמו שהייתי רוצה להגיב ואני גאה בעצמי על איך שהגבתי, ופעם אני מגיבה ואומרת, די, שברו את הכלים, אני שולח את הילד למנהלת ונגמר הסיפור. זה בנק של יחסים, כי אם בלפני ובאחרי האירוע הזה, עם אלון, והוא ילד צעיר, הוא בכיתה א', אני, רואה את הילד הזה אני מכירה אותו אני יודעת שיש שם הרבה מאוד קשיים אבל אני מצליחה להתקרב אליו ואני מצליחה להרגיש בתוך תוכי את הצורך לעזור לו לצמוח ולהתפתח עם כל הקשיים שהוא מתמודד איתם אז בבנק היחסים הזה מאפשר לי גם להיות במקום שאני לא יכולה יותר ולחזור אחר כך לדיבור איתו

ובדיבור איתו וזה שלב נוסף שאני רוצה להדגיש אותו בדיבור איתו אני צריכה לשאול את עצמי אחרי שאני נרגעת ממה שזה עשה לי כמורה לשאול אותו מה קרה איך הוא הרגיש האם הבוקר קרה משהו האם קרה משהו אתמול האם יש משהו שהוא רוצה לספר לי האם יש משהו שהוא רוצה להגיד לי כי אנחנו רוצים לעזור לילדים ובעיקר ילדים צעירים אבל גם לאורך ההתפתחות לתרגם התנהגות למילים

מוריה

את מגיעה כרגע לפתרונות, אני רוצה עוד רגע לשהות בתחושות האלה של המורה. מורה כזאת שנתקלת בכזאת סיטואציה, אז בסדר היא מבינה שהיא בן אדם ונתנו לה לגיטימציה, אבל זה עדיין מערער אותה, את המקצועיות שלה, את המקום שלה כמורה. מה אני אמורה להגיד לה?

האם זה אומר שבזה שהיא מתוסכלת, האם זה הופך אותה להיות מורה פחות טובה?
יש כאן איזה שהם מסרים שחשוב שנעביר אותם למורים, אני אשמח אם תתעכבי רגע על
זה.

חווה

אוקיי, אז כשהתייחסתי ללגיטימציה, זה המסר שאני רוצה להעביר לה.
זאת אומרת שרגעים כאלה שבהם קשה לה להכיל את מה שהוא עושה בכיתה, ואת הכעס
שזה מעורר אצלה, הם רגעים שצריך לקבל אותם בחמלה עצמית למעשה, באיזושהי יכולת
להחזיק את עצמי, מתפרצת ולא מחזיקה יותר.
דרך אגב, בקשר עם המנהלת. זאת אומרת, הסיפור הזה שלא להתייחס לאפיזודה כאילו
האפיזודה היא אני, גם בהורות על התפרצות זעם על כעס ה"לך לחדר אני לא רוצה לדבר
איתך" לא כהמלצת התנהגות אלא כי כשזה קורה בהקבלה לסיפור הזה לקבל את עצמי כמי
שאיבדה את זה לא יכולה יותר כרגע לתחם את זה כאפיזודה, כאירוע בודד, גם אם היה כזה
בשבוע שעבר, וגם עוד אם יהיה בשבוע הבא.

מוריה

זה חלק מבנק היחסים.

חווה

כן, זה חלק מבנק היחסים.

אם זה לא הצבע הדומיננטי של היחסים בינינו, אלא ביחסים בינינו יש מגוון של אפשרויות,
מגוון של צבעים, פלטה של צבעים, אז אז אני יכולה ללמוד לפתוח את הפרספקטיבה ולהגיד
כן, זה אירוע בודד בתוך בנק היחסים שבהם אני רואה את עצמי, אכפת לי את כלפי הילד
הזה, אכפת לי ממנו, אני רוצה להיות כתובת עבורו. וכן, לפעמים יש גם התפרצויות, ופה
ההורות והמורות, יש ביניהם קווים משותפים, זה לא אותו דבר, אבל יש קווים משותפים. גם
בהקשר, אפילו בשיחה עם המנהלת.

בואו נקצין את זה אפילו. בואו נגיד שהיא מורה שנה ראשונה בבית הספר הזה. בואו נגיד
שהמנהלת עוד לא מכירה אותה. בואו נגיד שזה קרה בספטמבר. היכולת אפילו לסנגר על
עצמי, ולהגיד לי מהילד הזה אכפת. בקטע הזה, לא יכולתי יותר, אבל אכפת לי ממנו, ואני
יודעת לאן פניי, ואני יודעת שאני הולכת לבנות פה מערכת יחסים עם הילד הזה, ואני אעזור
לו. זה הקרינג. אני לוקחת על עצמי.

מוריה

עולה לי סיטואציה שלא זכרתי אותה הרבה מאוד שנים, לא חשבתי עליה הרבה שנים. הייתי מורה צעירה, הייתי מורת שילוב, לא עבדתי באותה תקופה בכיתה הגדולה, והיה לי אחד התלמידים ש... היה לי לא פשוט איתו. מאוד אהבתי אותו, אבל ההתנהגות שלו הייתה לא קלה. ואני זוכרת אותי אומרת לו בשלב מסוים, לא משנה מה תעשה, לא משנה כמה תרגיז אותי, אני עדיין אוהבת אותך. ולימים הוא פגש אותי. הוא אומר לי את המשפט הזה, אני זוכר. וכעסתי, זה לא שלא כעסתי אז. אני זוכרת עצמי, והייתי באמת מורה בשנה ראשונה, אבל כן, האמירה שלך הקפיצה לי את הזיכרון הזה פתאום.

חווה

לא, רגע, זה נורא מרגש. זה נורא, נורא מרגש. אני רואה את הפנים שלך, כמה זה משמעותי לך הסיפור הזה, ואיך הוא עכשיו צץ מן הזיכרון.

מוריה

הוא צץ, ואני זוכרת שנכנסנו, הוא ניגש לוועדת השמה באותה תקופה. והאימא הגיעה ואמרה, מי זאת מוריה שדני מדבר אליה כל הזמן? ואני לא הרגשתי את זה בסיטואציה ביום יום. ביום יום הוא המשיך לעצבן אותי. אבל אז הבנתי שלמילים האלה יש משמעות.

חווה

אני רוצה לשקף או להדהד עוד נקודה מהסיפור שלך. היכולת שלנו להחזיק, שלך, היכולת שלך להחזיק בסיטואציה הזאת לאורך תקופה, לא מדובר כאן על יום יומיים, להחזיק רגשות סותרים. וזה משהו שחשוב לי לרגע לציין אותו. אם אני עכשיו כועסת, זה גם חלק מבנק היחסים. זאת אומרת, היכולת להחזיק גם את הכעס וגם את האהבה, כמו שאת מבטאת את זה. היכולת לדעת שרגשות שהן כאילו סותרים, יכולים לחיות תחת מטריה אחת בתוכנו, ולבחור שם כל פעם מחדש. שזה מדהים בעיניי, מה שסיפרת.

ואני חושבת שגם העניין שאסור לראות סיטואציה כמשהו ש... כמו שאמרת, שהוא משהו שהוא אפיזודי, מנותק מהקשר.

צריך לראות את ההקשר הרחב.

מוריה

זה נכון לגבי כל מערכות יחסים, אבל גם כלפי מערכות יחסים מתוך כיתה, אני מניחה.

חווה

בהחלט.

מוריה

זוה בסדר להגיד לתלמיד, אני אוהבת אותך?

שאלה מאוד מאוד מעניינת, כי נכנס היבט הכיתתי. כי מהמקום האוטנטי של המורה זה בסדר אם זה לא נדיר. זאת אומרת אם הורה מסוגלת להגיד לילדים, לא רק לילד אחד, לא לשני ילדים בכיתה, אלא ממקום כן אמיתי מהבטן להגיד אוי כמה אני אוהבת אותך, אוי כמה אני אוהבת אותך, ולהשתמש בזה כחלק מהשפה שלה עם תלמידים בכיתה, וזה לא אומר שהיא אוהבת את כל הילדים, וזה לא אומר שהיא עכשיו עושה בדיקת נוכחות, ואחד אחד היא אומרת, אותך אני אוהבת, אותך אני אוהבת, גם אותך אני אוהבת.

מוריה

זה גם לא אומר שהיא נותנת איזושהי העדפה... במעשים שלה כלפי ילדים מסוימים, ולא כלפי ילדים אחרים.

חווה

בדיוק.

אם זה בדיוק, בקונטקסט הזה שבו אמרת את עניין ההקשר, אם זאת השפה שלה, אם ככה היא מדברת עם ילדים, אבל לא אם זה נדיר, כי אז זה מתחיל לצבוע את הדבר שרצינו להימנע ממנו בהקשר של ההבחנה בין לאהוב לבין קרינג.

מוריה

דיברנו על המורה ודיברנו על מה היא מרגישה ואיך צריך לפרק את זה קצת ולשקף לה. והתחלתי לדבר, ואני רוצה לחזור למה המורה צריכה לעשות עם התלמיד. ודיברת על השאלות שהיא צריכה לשאול אותו. אני אשמח אם תחזרי ותדברי על זה קצת.

חווה

אוקיי, זה מתחיל לפני השאלות, אם אנחנו מפרטות את זה, זה מתחיל לפגוש בגובה העיניים. לשבת בסטינג שהוא מתאים לסיטואציה הזאת, לא בחטף, לא במקרה במסדרון,

לאפשר גם לה וגם לילד להיות בקשר, ובתנאים שהם משדרים, הנה אנחנו עכשיו מרגיעים את הרוחות, אנחנו מדברים אחד עם השני, אני רואה אותך.

מוריה

אני רואה אותך, זה המשפט החשוב.

חווה

כן, אני רואה אותך, גם באמירות קשות, באמירות פחות טובות, להאשמה, להכניס את הילד הזה שהוא בכיתה אלף, וחיינו כבר לא פשוטים. זאת אומרת, זה ילד צעיר שכבר יש לו התקלות עם הסביבה. והוא צריך אותה בשבילו, הוא מאוד מאוד זקוק לה כדי שהיא גם תאפשר לו להגיד מה קורה היום, תסתכל על זה בתור היום בפרספקטיבה של לעומת אתמול, לעומת שלשום, תיקח בחשבון היבטים שקשורים ביחסים במשפחה, תיקח בחשבון היבטים שקשורים ביחסים חברתיים וביחסים איתה, ותטפח את היכולת להקשיב לו הקשבה אמפתית.

זאת אומרת, הקשבה שבעצם מנסה לצלול, אחרי כל האפיזודה הקשה שהייתה, שאולי כאמור עוד הביאה להתקלות שלה עם המנהלת, להיות במקום שהיא מסוגלת להיות שם בשבילו, ולצלול לתוך נקודת מבטו. היא מלמדת אותו בסיטואציה הזאת, שיעור, חשוב לי להגיד, כי אנחנו לפעמים שומרים את המילה שיעור להוראה של ידע, היא מלמדת אותו שיעור. זה שיעור לחיים, וזה שיעור ליכולת לעבד את הרגשות שלו, בעיקר רגשות קשים. זה תהליך שבו היא מלמדת את התלמיד, התלמיד מלמד אותה גם קצת בתוך התהליך הזה.

מוריה

באמת שיעור לחיים, אבל גם למורה.

חווה

ממש, כי עבור המורה יש כאן מיומנות, זה פיתוח של מיומנות, שפה אין שחייה בהתכתבות. רק אם מקיימים שיחות מהסוג הזה עם ילדים שמותאמות לגיל שלהם ולשלב ההתפתחותי ולסיטואציה של היום ולהקשר הכיתתי ולחיים שלה ועם מה היא באה בבוקר ומה לה היה קשה היום בבוקר או אתמול צריך ממש לנסות להתנסות בדבר הזה וללמוד לעשות אותו זה לא פשוט זה גם לא מסוג הדברים שלומדים אותם באופן פורמלי זו למידה של החיים גם לה כמורה, את מאוד צודקת, וגם עבורו. כלים כאלה עוזרים לנו בחיים בכלל, כמו שאמרת, זה לא רק קשור רק לתחום ההוראה, זה קשור גם להורות.

מוריה

אהבתי מאוד את הביטוי מורות שהשתמשת בו, לא הכרתי אותו קודם.
אז אני רוצה רגע לעשות לעצמי איזשהו סיכום לפני שאנחנו ממשיכות הלאה.
אנחנו צריכים להימנע משיפוטיות יתר של עצמנו, כאשר אנחנו מגיעים למצב שבו אנחנו פחות מצליחים לייצר באופן טבעי ואוטומטי את יחסי הקרבה והאכפתיות. אנחנו צריכים ליצור בנק של יחסים בינינו לבין התלמיד, כדי שנדע להתמודד בצורה נכונה עם הסיטואציה ותמיד להסתכל עליה בתוך הקשר. אנחנו צריכים קצת חמלה עצמית.
ואנחנו צריכים שיהיה לנו איזשהו חוסן. אנחנו צריכים לפתח את החוסן שלנו.
איך מפתחים אותו?

חווה

חוסן הוא לא תכונה מולדת. אפשר להגיד שיש ילדים שהם מגיעים מאוד מאוד צעיר חסינים, אבל חוסן הוא היכולת בעצם לקום מתוך נפילות, נפילה זה מה שאני חוויתי כנפילה, לא מה שנתפס כנפילה על ידי אדם אחר, והיכולת שלנו משם לקום אחרי שהיה לנו מאוד קשה, שהיינו במשבר, ולכאן נכנסים גם בנק היחסים, גם החמלה העצמית, זאת אומרת, וגם היכולת להיעזר. את זה אני רוצה גם להדגיש, כי הרבה פעמים... זה חשוב.
לא כתוכנית חובה, אלא כהתעוררות של צורך, של היכולת שלי להניח את ראשי על כתף של אדם אחר.

מוריה

ולא לתפוס את זה כחולשה.

חווה

בדיוק, בדיוק.

והמקום הזה שבו אני לא נשארת לבד עם הקושי, עם המצוקה, עם השאלות פתאום על עצמי האם אני יכולה לקום, ומה אני צריכה כדי לקום. והסיפור של להיעזר, להרגיש שאני צריכה עזרה, עזרה יכולה להיות לספר לחברה בבית הספר, היא יכולה להיות להיעזר באופן מקצועי, בפסיכולוג, בפסיכולוגית בית הספר.
זה יכולה להיות עזרה מסוגים שונים, כולל לשתף, גם לשתף את המנהלת ולבוא ממקום שאני רוצה שתדעי, גם זה סוג של בקשת עזרה.
אז השילוב שבין הבנק היחסים, החמלה העצמית והיכולת ליעזר, הם בעצם הדרך שכבני אדם, כמו שביטאת את זה קודם, וודאי כמורים, אנחנו יכולים לעמוד לרשות ילדים.

מוריה

חשבתי על זה שכל פסיכולוג וכל יועצת, כל תרפיסטית, יש להם תמיד ליווי לאורך שנים. תחום ההוראה, שיש בו אלמנטים טיפוליים מאוד משמעותיים, אין לו ליווי אוטומטי, וכאן נכנסת האחריות של המורה לחפש את הליווי הזה, ולבקש אותו, גם אם הוא לא פורמלי, זאת אומרת, גם אם זה דרך חברות, אבל גם לבוא ולהגיד למנהלת בית הספר, אני זקוקה לעזרה.

אז אנחנו מתקרבות לסיום, ואני אשמח לסדר את הכלים בארגז שלנו.

תוכלי לארוז לנו את הפעולות המרכזיות?

חווה

כן, בשמחה.

אני רוצה להתחיל מהשליחות. וכאן אני מדגישה את המושג של הקריינג מה את מספרת לעצמך במובן הפנימי כמורה על למה אני כאן בשביל מי אני פה וזה מנוע מאוד מאוד חזק כדי לגייס את עצמי למען ילדים שטבעי וזורם איתם וילדים שאני ממש אוהבת אותם בתחושות הכי טבעיות שלי, ברגשות הכי טבעיים שלי, ועד לכדי המצבים היותר קשים, כי מורה מתמודדת עם כיתה. היא מתמודדת עם הרבה מאוד ילדים, ויש ימים כאלה וימים אחרים. והמקום הזה שבו את מדברת אל עצמך ושואלת את עצמך קודם כל מה שלומי, ומשם מה שלומו או מה שלומה, ואיך אני פוגשת את הילדים ואי אפשר לפגוש את כל הילדים באותו אופן באותו יום אבל איך אני מגייסת את עצמי למען הילדים השונים שאני רוצה להיות שם בשבילם אז גם שואלת את עצמי על השליחות שלי גם נמצאת שם עם עין מאוד מאוד מתבוננת ומאוד קרובה אלו יחסי קרבה ואכפתיות ומבטאת את זה עבור הילדים ומוכנה בעצם בעזרת בנק של יחסים שיש לי ב'לפני' 'בזמן' ו'אחרי' להעמיד את עצמי לרשותם ולזכור וזאת החמלה העצמית לזכור שבהורות ובמורות ובאנושיות אנחנו בעצם צריכים לקבל את עצמנו כבני אדם כדי להעניק לילדים את האפשרות להיות אנשים אותנטיים ביחסים אותנטיים עם אחרים.

מוריה

יש הבדל בין מערכת יחסים שאנחנו בונים עם ילדים בכיתות הנמוכות, הילד שדיברנו עליו הוא בכיתה א', לבין מערכת יחסים שאנחנו בונים בכיתות הגבוהות.

חווה

כן ברור שיש קודם כל אני רוצה לגשת דווקא לאינטואיציות הטבעיות שיש לנו בהקשר הזה אנחנו יודעים למי לתת יד במדרגות אנחנו לא צריכים הכשרה בשביל זה.

אנחנו יודעים שילד פעוט צריך מאיתנו יד, ילד בגיל, אנחנו מבחינים בין פעוטות לילדים צעירים בגיל הרך, זאת אומרת יש שם אינטואיציה טבעית שאם ניקח את דוגמת המדרגות למי אנחנו נותנים יד במדרגות ואיך אנחנו עושים את זה, מתי אנחנו עומדים מנגד ורק מסתכלים והילד רואה אותי רואה אותי נמצאת בטווח פיזי שאני יכולה לתפוס ולהושיט יד במקרה שהוא יזדקק לכך.

אני מתחילה מהאינטואיציה הטבעית כי אני חושבת שמאוד מאוד חשוב להתחבר אליה ויש אינטואיציה טבעית של מורים איך להיות שם עבור ילד בכיתה א' ואיך להיות שם עבור ילד בכיתה ג', ואיך להיות בילד בכיתה ו' שכבר נכנס לתוך גיל התבגרות, ומה שהוא מאוד מאוד רוצה, זה שדווקא תהיי רואה מקצת מרחוק.

יש הבדל בין לראות מקרוב ללראות מרחוק, ולדעת בגיאוגרפיה הרגשית הזאת, איפה אני צריכה להתמקם, ובלבד שהוא יראה אותי רואה. שהוא יראה שהמורה מרגישה, מה החלקים החזקים, מה החלקים שהוא יותר מתקשה בהם, מה קורה לו היום מבחינה חברתית, איך את משדרת את זה הרבה יותר פיזית ואמוציונלית כשילדים הם צעירים, וכשהם מתחילים להיכנס למשל לגיל התבגרות, איך את יודעת להתמקם שם בצורה שמכבדת את הגדילה שלו ואת הצורך. אבל זה גם מביא אותנו להבדל בין ילדים. בוא ניקח את הפן הפיזי.

מוריה

נהדר, אני בכלל, אני עוד עסוקה, לקחתי את הדימוי של המדרגות ואני כבר רצה איתו קדימה, מה קורה עם ילד בכיתה ו' שנראה לנו ילד מאוד עצמאי, אבל בעצם הוא עדיין צריך את היד שלנו כשאנחנו עולים במדרגות, בין אם זה קושי פיזי ובין אם זה צורך נפשי, אפשר לקחת את זה הרבה מקומות, זה דימוי נהדר.

חווה

אז אני אתן שתי דוגמאות בדיוק בהמשך לקו הזה, הסיפור הפיזי של ילד שרוצה שנעים לו שיחבקו אותו או לא נעים לו שיחבקו אותו, זה יכול להיות הילד בכיתה א' וזה יכול להיות הילד בכיתה ו'.

דרך אגב, אבל ילדים בכיתה ו' יהיו הרבה יותר רגישים לאיך אחרים מסתכלים על זה. זאת אומרת, יכול להיות שאני מאוד רוצה חיבוק מהמורה, אבל לא הייתי רוצה שילדים אחרים יראו את המורה מחבקת אותי.

אז איך זה נראה כלפי חוץ, איך החברים שלי תופסים את זה, זה נורא נורא משמעותי.

ויש כאן לגבי ההבדל הזה בין ילדים, לא רק הבדל השפות, שיש ילדים יותר פיזיים, יש ילדים יותר רציונליים, קוגניטיביים, יש ילדים שמדברים יותר דרך הרגשות שלהם, יודעים להגיד איך הם מרגישים. אז יש לנו בכל הגילאים את השפה האישית של הילד, מה ש...

קוראים מה שפרופסור מולילד קורא, ה-Basic PH, השפות השונות שלכולנו יש, ויש את ההיבט של הגיל.

וכאן היכולת שלי להתאים את עצמי גם לשפה האישית של הילד וגם לגיל שלו לראות חלש בחשבון בחיטה א' זה חוויה אחרת מחוויתו של הילד בחיטה ו' כי ילדים בראשית בית הספר היסודי רק מתחילים להכיר את עצמם כאנשים לומדים זה ראשית הכירות הם עוד לא כל כך מכירים הם מכירים את עצמם כילדים הם פחות מכירים את עצמם כתלמידים ומתחילה שם הכירות מי אני ואם זה מתחיל בתחושת אשמה או בושה או חוסר מסוגלות זה משפיע באופן אחר על ההתפתחות, ולכן הרגישות שם היא אחרת, לעומת רגישויות בהמשך של בוא ניקח בכיתות ג', את הרגישות החברתית של שייך, לא שייך.

אז כל דבר שאמרתי קיים בכל רצף הגיל, בניואנסים שהם מאוד מאוד שונים, וטראי איזה שליחות ומורכבות יש לתפקיד המורה.

מוריה

מדהים.

טיפ זהב, מהי השורה התחתונה מבחינתך, או אני אשאלת זה אחרת, אם יש, מהו הדבר שהכי חשוב לך שאנשים יזכרו כשהם מסיימים להקשיב להיסכת שלנו?

חווה

מורים כבני אדם.

מורים כבני אדם, והמקום הזה שדיברנו עליו של להיות ערה לעצמי, לחמול על עצמי ולקבל את עצמי בימים כאלה וימים כאלה, ובלבד שיהיה לי שם את כוכב הצפון שלי, מה שאני מאמינה, שמעניק משמעות למורות שלי וליחסים שלי עם תלמידיי.

מוריה

וחמלה עצמית זה לא ויתור, נכון?

חווה

וחמלה עצמית זה לא ויתור. חמלה עצמית זה כוח מאוד מאוד גדול.

לקבל, זה לא לוותר, זה לקבל את עצמי כמו שאני. ולדעת תמיד שמחר אולי היום יראה שונה לחלוטין, אולי דומה להיום.
אבל לפתוח את המבט לימים מגוונים ושונים.
תודה רבה לך, חוה. היה לי לעונג.

חוה

תודה רבה, מוריה.

מוריה

ולפני סיום, אני רוצה להזכיר שהכלה מתקיימת בראש ובראשונה בתוך הכיתה.
והמשאב הגדול ביותר, המשמעותי ביותר, ולכן החשוב ביותר, הוא המורות והמורים ושעות ההוראה שלהם.
כדי להעמיק בנושא הפרק, אתם מוזמנים להיכנס למפת הידע שיצרנו באגף, הנקראת לראות את כל הקשת. הקישור מופיע בתיאור הפרק.
אני רוצה להודות למנהלת האגף לחינוך יסודי חנה ללוש על הובלתה את הנושא, ולחברותיי ליחידה לטיפול בפרט. אסתר צמח רוזן, הילה ליכט שיטרית, סיניה ברק ורות נצר תורג'מן.
וכמובן, לכל צוות מטח.
תודה לכם על ההקשבה, מקווה שנהנתם להתראות בפרק הבא.