



משרד החינוך  
מנהל פדגוגי  
אגף א' לחינוך הגיל הרך

# מה בין שלומות לבינה מלאכותית?

ד"ר מירב תורגמן  
הממונה על גני הילדים

אורנה פז,  
מנהלת האגף לגיל הרך

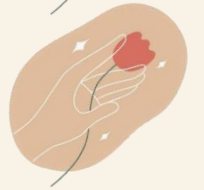
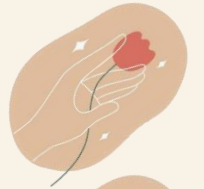
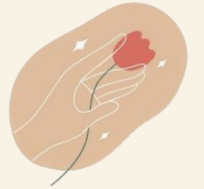
ימי למידה למפקחות הגיל הרך

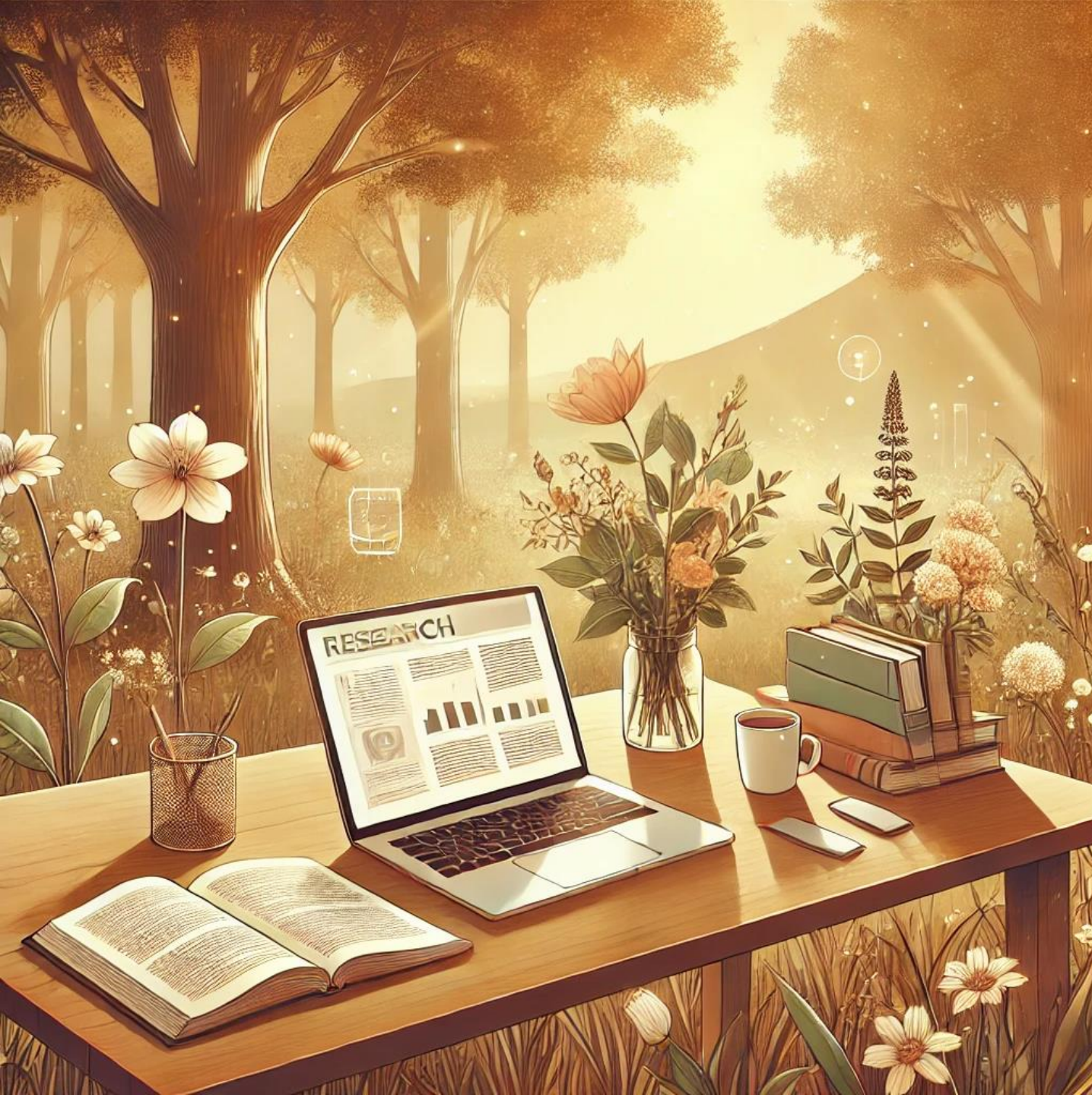
# מהי שלומות?

מצב של רווחה גופנית, נפשית וחברתית המושגת על ידי אורח חיים בריא, התעמלות, פיתוח מודעות עצמית, חוויות למידה משמעותיות ועוד. שלומות עוסקת בשגשוג ורווחת האדם ברמה האישית והכללית בכל ממדי החיים בהם הוא פועל (OECD).

חשיבות איכות החיים והרווחה הכוללת (WHO,2020)

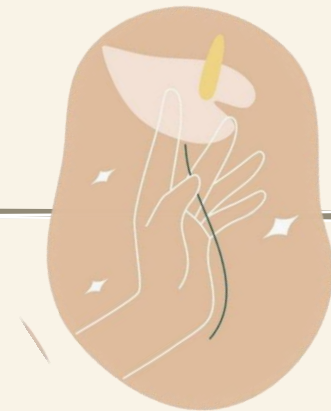
המושג טומן בחובו היבטים מגוונים מתחום האמונות, הערכים, החוויות והתרבות הקשורים לפרט, למשפחה ולקהילה (McCallum,2017).





מה חדש  
במחקר?

# מדד ברוקדייל לשלומות הפרט



חוקרים: עדי ארד, ד"ר יניב ריינגוורץ, ד"ר סטיבן לאופר, זהר אור שרביט, פרופ' מייקל הרטל

## מטרות המחקר:

1. לגבש רשימה מצומצמת של היבטים שנכללים במדד לרווחת הפרט.
2. להגדיר את המשקל של כל היבט במדד.

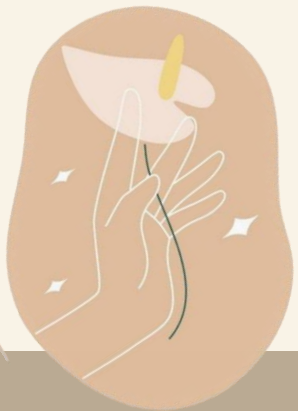
מה חדש במחקר?

# מדד ברוקדייל לשלומות הפרט

חוקרים: עדי ארד, ד"ר יניב ריינגוורץ, ד"ר סטיבן לאופר, זהר אור שרביט, פרופ' מייקל הרטל

## הגורמים המשפיעים במידה נמוכה:

- שביעות רצון הפרט מן העבודה
- האיזון בין עבודה לפנאי



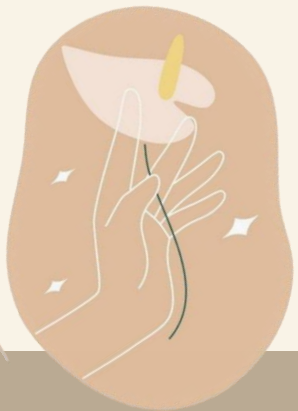
מה חדש במחקר?

# מדד ברוקדייל לשלומות הפרט

חוקרים: עדי ארד, ד"ר יניב ריינגוורץ, ד"ר סטיבן לאופר, זהר אור שרביט, פרופ' מייקל הרטל

## הגורמים המשפיעים במידה בינונית:

- המצב הכלכלי
- מידת הביטחון הפיזי



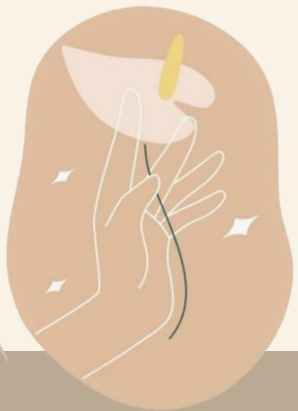
מה חדש במחקר?

# מדד ברוקדייל לשלומות הפרט

חוקרים: עדי ארד, ד"ר יניב ריינגוורץ, ד"ר סטיבן לאופר, זהר אור שרביט, פרופ' מייקל הרטל

## הגורמים המשפיעים ביותר:

- האושר של המשפחה
- הרווחה הכללית של המשפחה
- המצב הבריאותי, הגופני והנפשי של הפרט
- איכות מערכות היחסים הזוגית והמשפחתית
- האושר והאהבה בחיי הפרט



מה חדש במחקר?



## ששת ממדי הרווחה

ד"ר ביל התלר

### מטרת המחקר:

לספק מסגרת הוליסטית ליחידים וארגונים לקידום בריאות ולשיפור איכות החיים הכללית באמצעות הגדרת ממדים.  
לבחון האם יש קשרי גומלין בין ממדים אלה?

מה חדש במחקר?





# ששת ממדי הרווחה

ד"ר ביל התלר

## רווחה רגשית:

מודעות לרגשות וקבלת הרגשות, ניהול לחצים (סטרט) ופיתוח אסטרטגיות להתמודדות חיובית.

## רווחה חברתית:

בניית ושמירה על מערכות יחסים חיוביות, תרומה לקהילה ופיתוח מיומנויות תקשורת יעילות.

מה חדש במחקר?



# ששת ממדי הרווחה

ד"ר ביל התלר

## רווחה רוחנית:

תחושת מטרה ומשמעות בחיים, חיבור למשהו גדול יותר מעצמנו, ופיתוח ערכים ואמונות אישיות.

## רווחה גופנית:

שמירה על גוף בריא באמצעות פעילות גופנית קבועה, תזונה נכונה ומנוחה מספקת.

מה חדש במחקר?



# ששת ממדי הרווחה

ד"ר ביל התלר

## רווחה תעסוקתית:

מציאת סיפוק והגשמה בעבודה או בקריירה, פיתוח מיומנויות וידע ושמירה על איזון בין חיי העבודה.

## רווחה אינטלקטואלית:

עיסוק בלמידה לכל החיים, גירוי מוחו של האדם באמצעות עיסוקים יצירתיים ואינטלקטואליים ופיתוח כישורי חשיבה ביקורתיים.

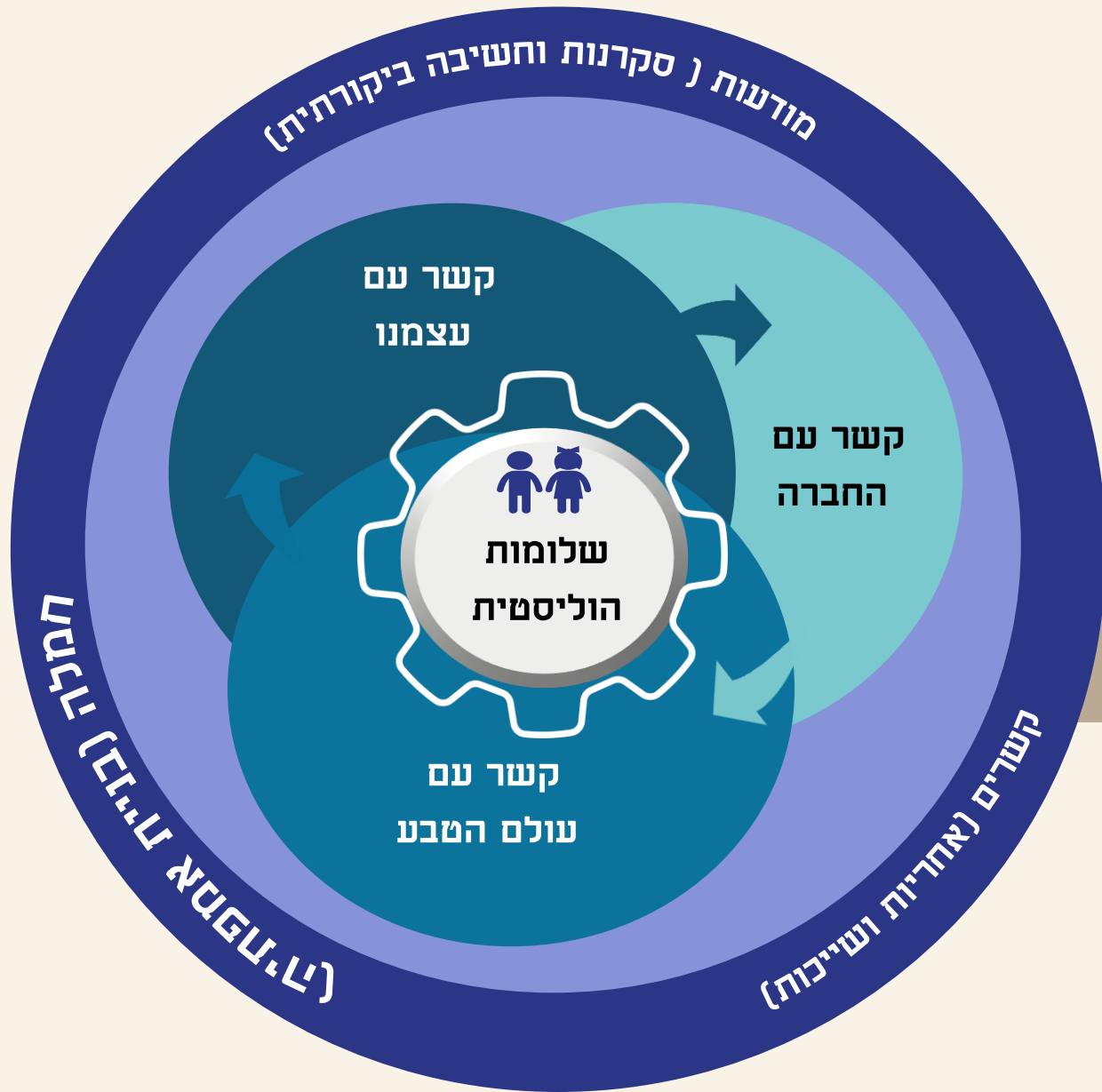
מה חדש במחקר?



# אני "שלומה" !?

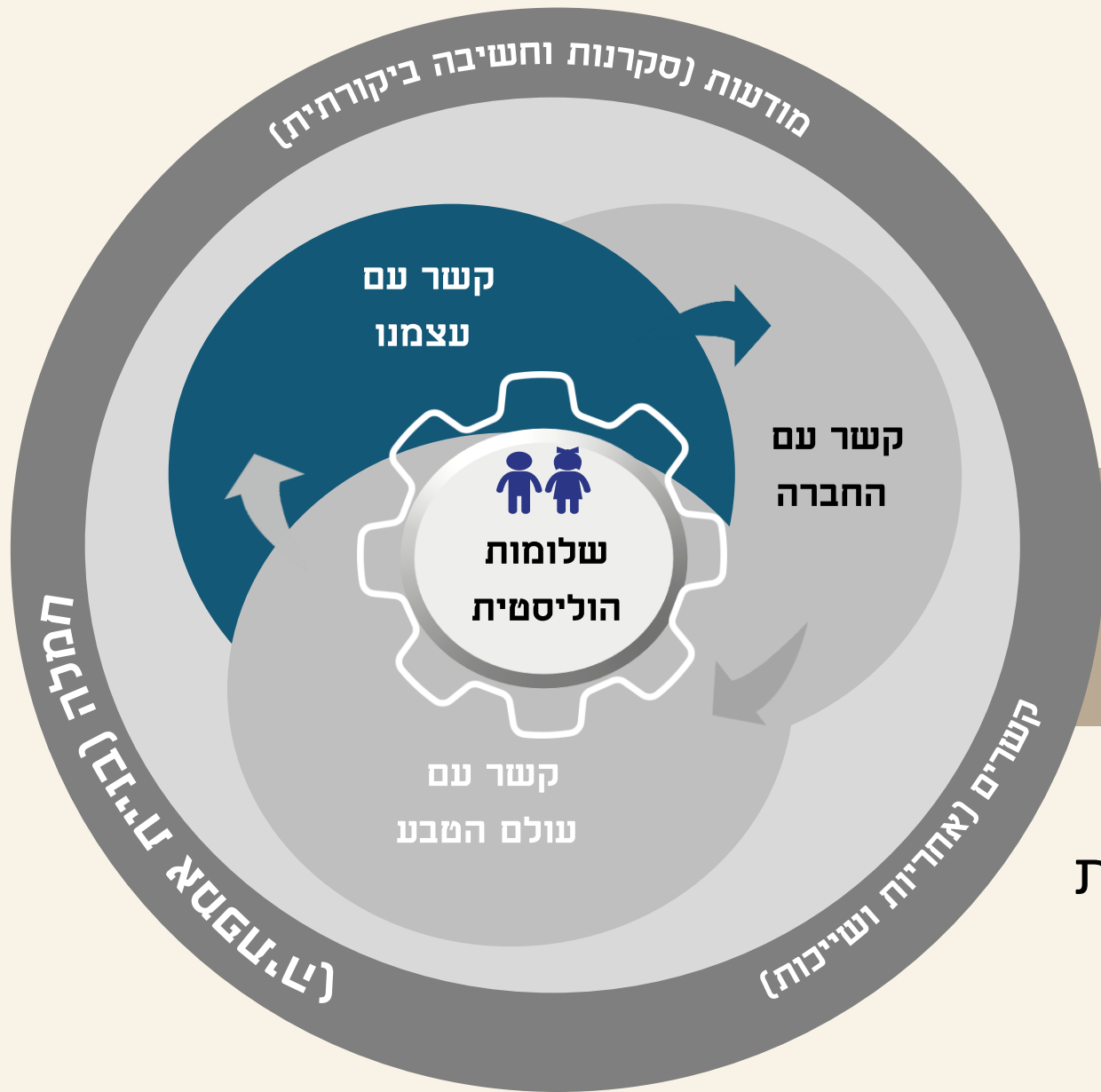
ספיד דיט - 10 דקות בשלשות

# שלומות הוליסטית



# שלומות הוליסטית

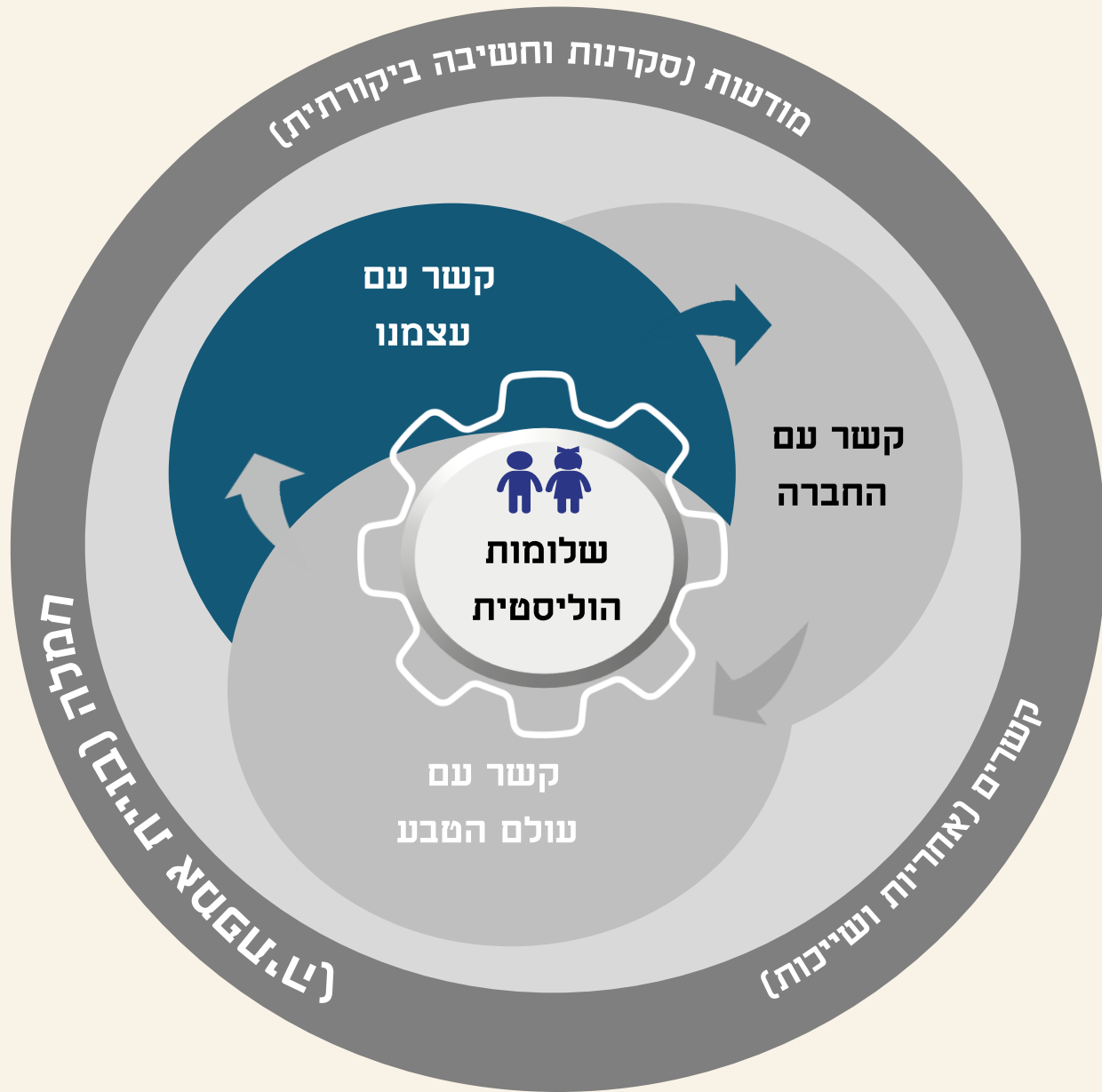
הסתכלות הוליסטית על האדם, הקהילה, החברה, הסביבה, כדור הארץ.



## שלומות אישית

טיפוח עולם פנימי מאוזן ועמוק, שיאפשר להתמודד עם האתגרים הרבים של העולם המודרני.

עוסקת בהבנת הצרכים האישיים שלנו, פיתוח חמלה עצמית, ערכי ליבה, זהות עצמית ואישיות ייחודית. **מי אני בעולם?**

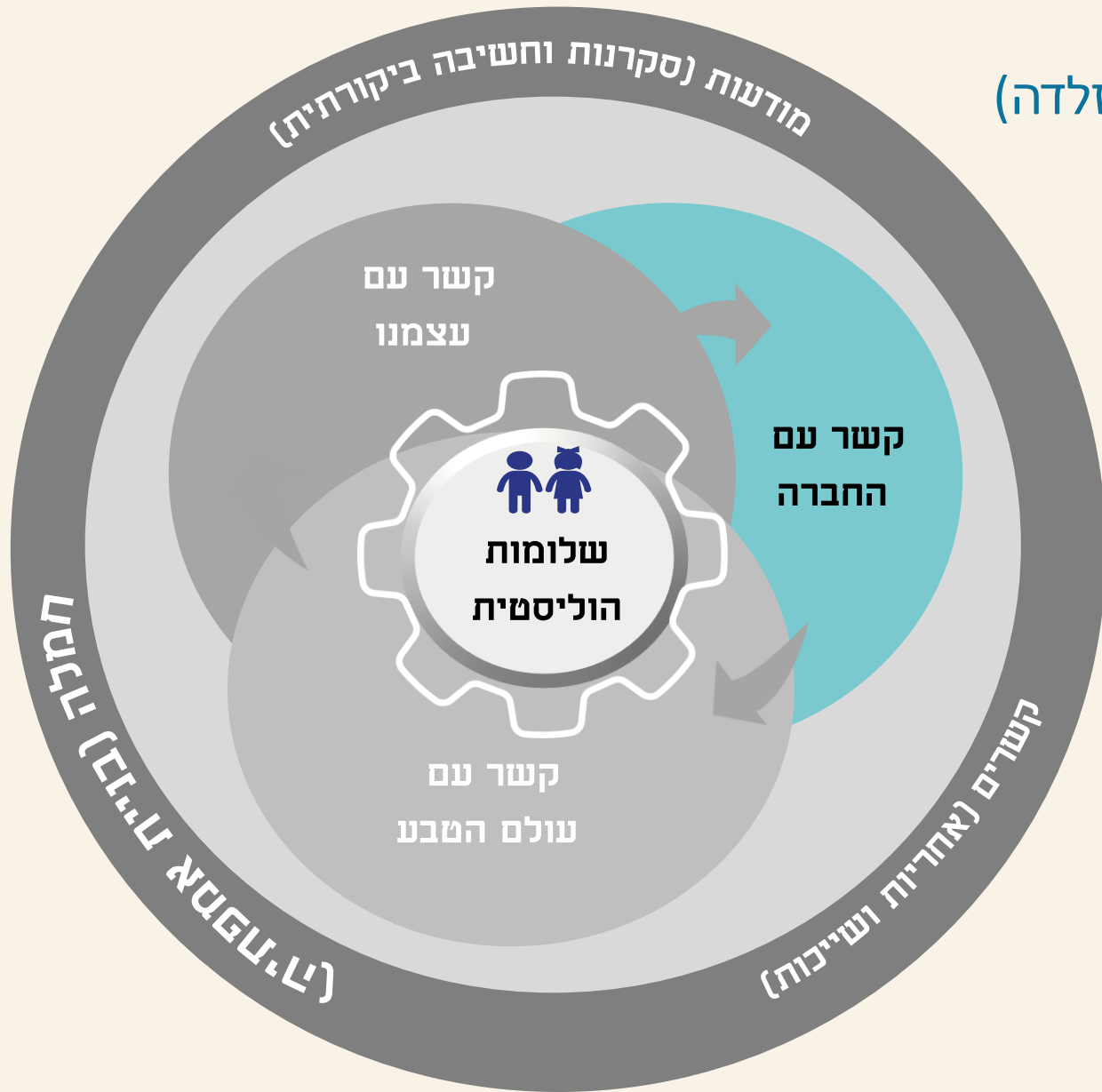


## שלומות אישית

1. **מודעות עצמית:** הבנת המחשבות, הרגשות והמעשים שלנו.
2. **חמלה עצמית:** הסתכלות על עצמנו בצורה לא שיפוטית ובתמיכה.
3. **חוסן:** יכולת להתמודד ולהסתגל באופן חיובי לנוכח מצבי משבר.



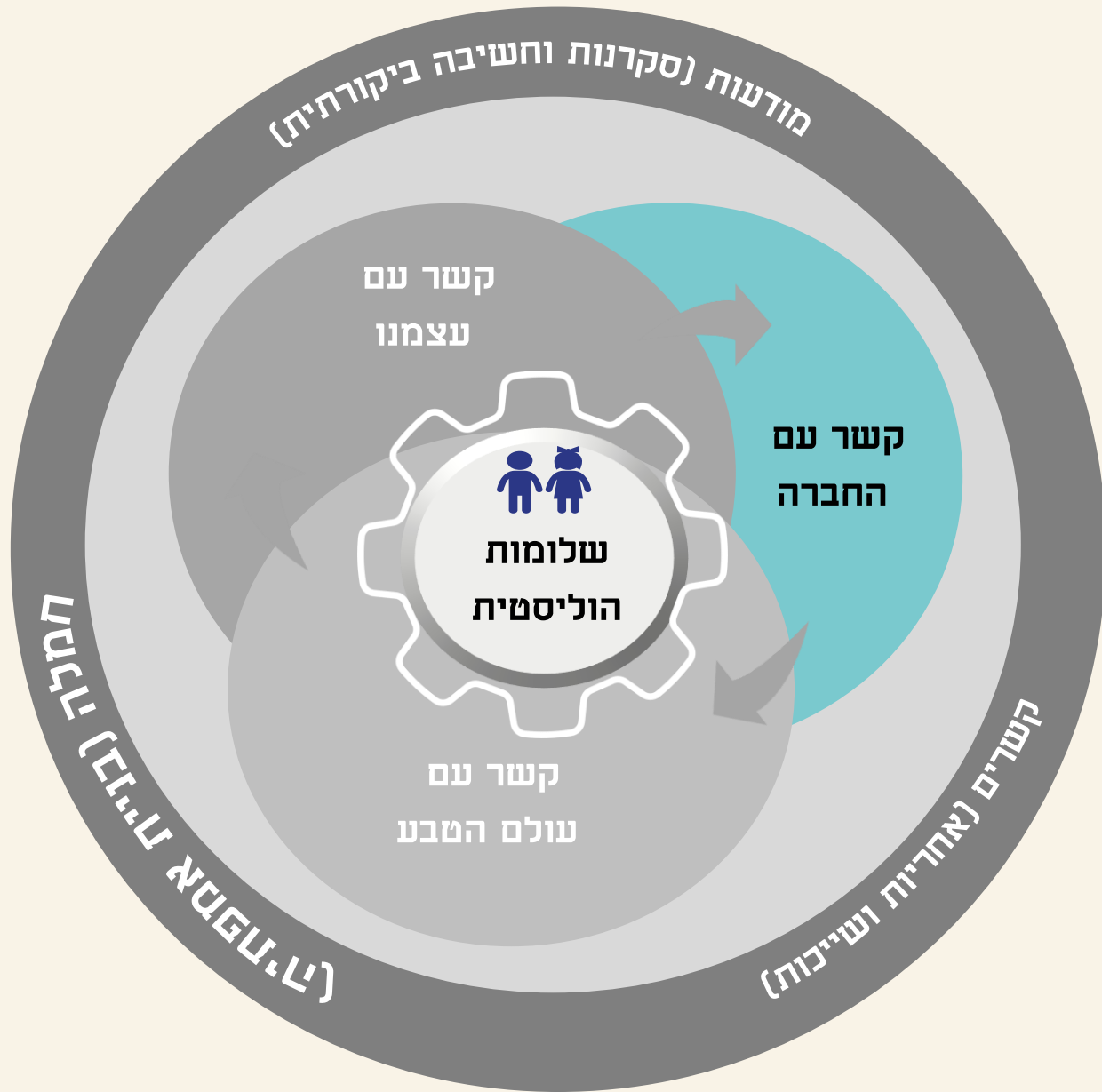
שְׁלוֹמֵי קְשׁוֹר בְּחוּט אֶל שְׁלוֹמָךְ (זלדה)



## שלומות חברתית

חיזוק החיבור בין בני אדם, טיפוח קשרים וכישורים חברתיים, אמפתיה לקבוצות אחרות.

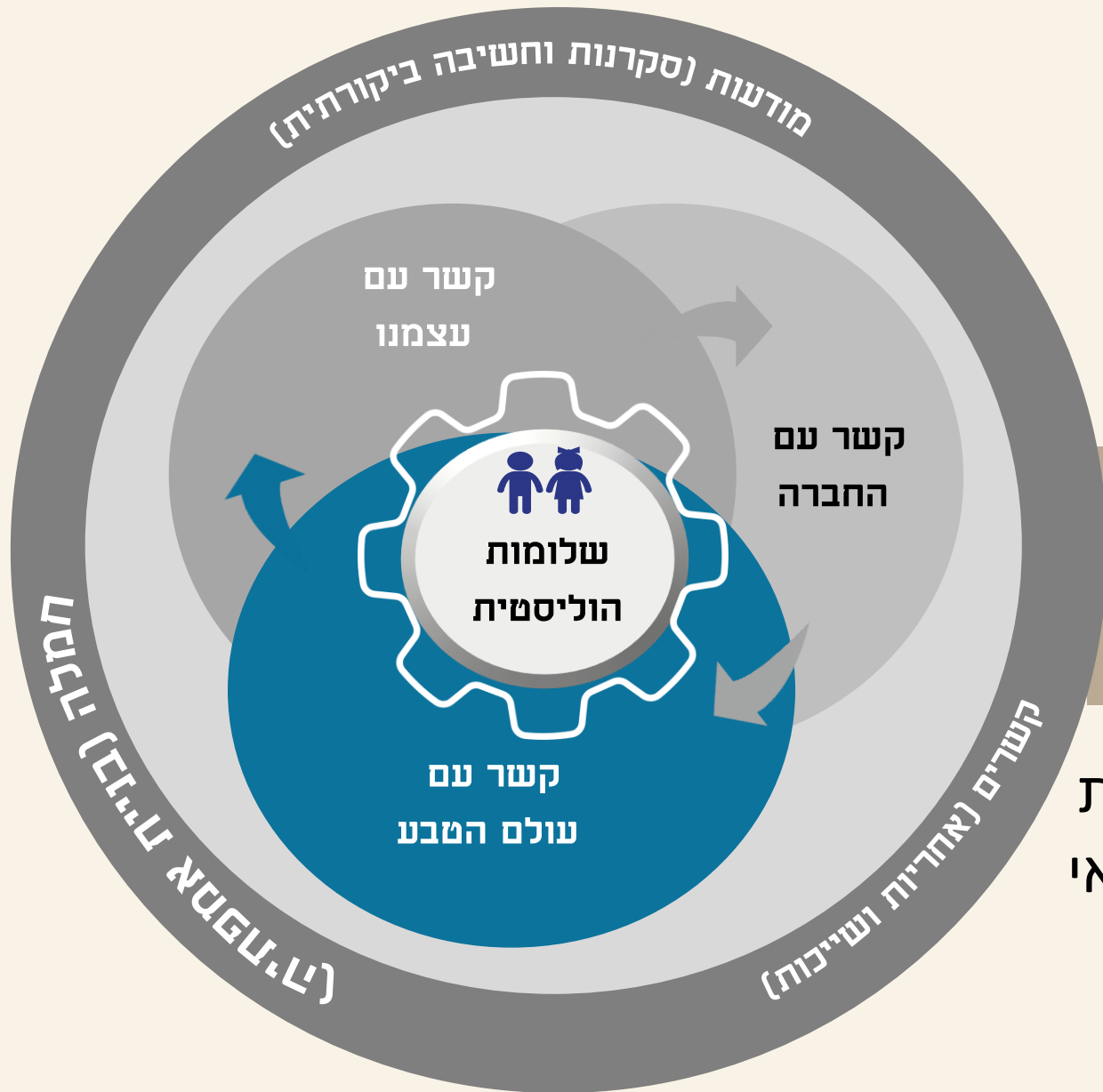
מתמקדת בחיזוק הקשרים בין אנשים ובבניית קהילות אכפתיות ומכבדות. הרחבת נקודת המבט שלנו על אחרים ומציאת נקודות חיבור אליהם.



## שלומות חברתית

1. **מודעות חברתית:** קבלת השונות והדמיון בין תרבויות ואנשים.
2. **חמלה לאחרים:** הבנת הצרכים של אחרים ופיתוח רצון לסייע להם.
3. **שייכות ואחריות אזרחית:** עידוד מעורבות פעילה בקהילה, מתוך הבנה שכולנו חלק ממערכת רחבה יותר.

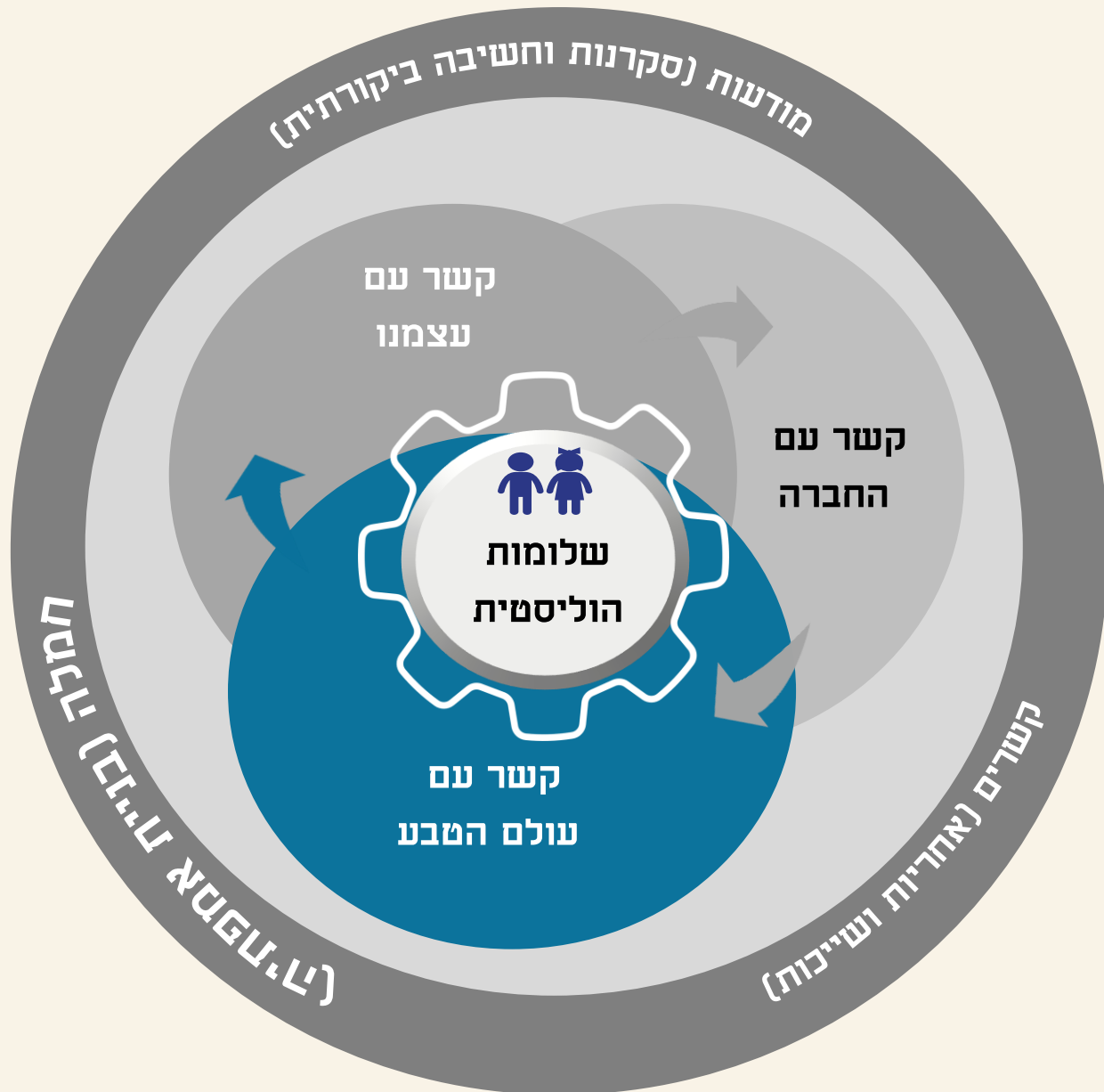
שְׁלוֹמִי קָשׁוּר בְּחוּט אֶל שְׁלוֹמָךְ (זלדה)



## שלומות סביבתית

הדגשת החיבור הבלתי נפרד בין בריאותנו האישית והחברתית לבין בריאות כדור הארץ.

מתמקדת בחיבור שלנו לעולם הטבעי ובהבנת האחריות שלנו כלפי הסביבה. להתחבר לפלאי הטבע (שאנו חלק ממנו), ולתרום לחידוש הכדור שלנו.



## שלומות סביבתית

1. **מודעות סביבתית:** הבנה של הקשרים האקולוגיים והשפעת מעשינו על כדור הארץ.
2. **חמלה כלפי הטבע:** יחס של כבוד ואכפתיות לכל יצור חי ולמערכות האקולוגיות.
3. **שיקום הטבע:** פעילות יזומה לשיקום האיזון הטבעי ולשמירה על כדור הארץ לדורות הבאים.



# לשם מה? שלומות

מודעות – פיתוח סקרנות וחשיבה ביקורתית

חמלה – בניית יכולת אמפתית

קשרים – אחריות על טיפוח מערכות יחסים



שלומות בעולם  
החינוך

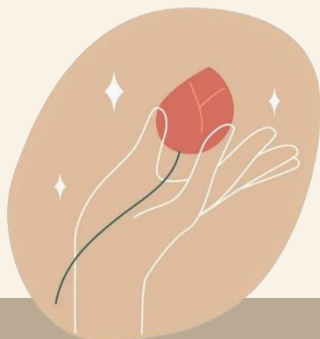
מה חדש  
במחקר?

# קידום שלומות של מורים סקירת ספרות בין-לאומית

חוקרים: רות ברוך קוברסקי דליה בן רבי

## מטרת המחקר:

הסקירה הוזמנה על ידי לשכת המדענית הראשית של משרד החינוך כדי לגבש תשתית ידע בנוגע למושג 'שלומות של מורים' ולבחון התערבויות מיטביות לקידום שלומות של מורים.



מה חדש במחקר?

# מדד ברוקדייל לשלומות הפרט רכיבים המשפיעים על שלומות צוותי חינוך:

## ממד קוגניטיבי

מוגדר כפעולה או תהליך מנטלי של רכישת ידע ומיומנויות שלהם  
זקוקים המורים כדי לבצע את עבודתם היטב וביעילות.



מה חדש במחקר?



# מדד ברוקדייל לשלומות הפרט רכיבים המשפיעים על שלומות צוותי חינוך:

## ממד סובייקטיבי

מוגדר כמצב נפשי של הפרט, והוא מורכב משלושה גורמים:

- הערכה רפלקטיבית של הפרט את חייו או היבטים מסוימים מהם
- מצב רגשי של הפרט
- תחושת משמעות ומטרה בחיים או תפקוד פסיכולוגי מיטבי של הפרט



מה חדש במחקר?

# מדד ברוקדייל לשלומות הפרט רכיבים המשפיעים על שלומות צוותי חינוך:

## ממד של שלומות גופנית ונפשית

ממד זה מתרכז בבריאות של הפרט ומתייחס למאפיינים פסיכוסומטיים שיכולים לנבוע מתנאי עבודה לא מיטיבים היוצרים לחץ ושחיקה.



מה חדש במחקר?

# מדד ברקדייל לשלומות הפרט רכיבים המשפיעים על שלומות צוותי חינוך:

## ממד חברתי

ממד זה שם דגש במאפיין החיברות שעומד בבסיס עבודת הצוות החינוכי: שיתוף פעולה עם אנשי צוות אחרים, עם הורים, עם הקהילה. לאיכות הקשרים, יכולה להיות השפעה חיובית או שלילית על שלומות.



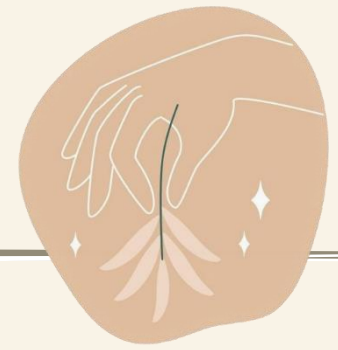
מה חדש במחקר?



# ממדי שלומות צוותי חינוך

(אגף בכיר 'שלומות' משרד החינוך)

# מסוגלות



מימד זה מביא לידי ביטוי רכיבים המתקשרים לעיקרון השלמות

**הקוגניטיבית:**

ניהול קריירה, אופק התפתחותי, למידה לאורך החיים ופיתוח יוזמות.

ממדי שלמות צוותי חינוך (משרד החינוך)

# משמעות



מימד מתקשר לעקרון השלומות הסובייקטיבית וכולל את

הרכיבים הללו:

גמישות ואוטונומיה פדגוגית, הערכה ומשוב, הוקרה ומנהיגות.

ממדי שלומות צותי חינוך (משרד החינוך)

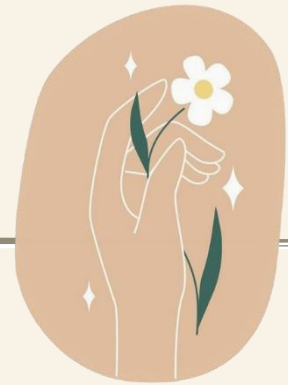
# חוסן



מבטא את עקרון השלומות הפיזית והמנטלית וכולל:  
סמכות וגיבוי, איזון עבודה ופנאי, רוחה רגשית.

ממדי שלומות צותי חינוך (משרד החינוך)

# שייכות



ממד המתקשר לעקרון השלומות החברתית וכולל:  
שיתוף בקבלת החלטות, תמיכת עמיתים, ליווי מקצועי ושיח ושותפות עם  
הורים.

ממדי שלומות צוותי חינוך (משרד החינוך)



חוסן



מסוגלות



מה בין שלומות  
צוותים חינוכיים  
לבינה מלאכותית?

משמעות



שייכות



# מסוגלות (מימד קוגניטיבי)

- **ניהול קריירה:**

כלים מבוססי AI יכולים לספק לאנשי החינוך מידע על הזדמנויות פיתוח קריירה, הכשרות מקצועיות והדרכות מותאמות אישית. לדוגמה, מערכות המלצה שיכולות להציע קורסים והתמחויות המותאמים לכישורים ולתחומי העניין של כל מורה.

- **אופק התפתחותי ולמידה לאורך החיים:**

AI יכול להנחות את צוותי החינוך בהבנת תהליכי למידה מותאמים אישית. לדוגמה: באמצעות פלטפורמות למידה דיגיטליות המתאימות את החומר הנלמד לפי קצב וההתקדמות של כל מורה.

- **פיתוח יוזמות:**

AI יכול להציע כלים טכנולוגיים שמסייעים לגננות לפתח פרויקטים חינוכיים חדשים ויצירתיים. לדוגמה: אפליקציות לניהול גן או פלטפורמות לניהול פדגוגי.

# משמעות (מימד סובייקטיבי)

- **גמישות ואוטונומיה פדגוגית:**

בינה מלאכותית יכולה לספק כלים שמאפשרים לצוותים יותר גמישות וניהול עצמאי.

לדוגמה: כלים שמסייעים לגננות ליצור תוכן חינוכי מותאם אישית או להשתמש בשיטות הוראה חדשות.

- **הערכה ומשוב:**

AI יכול לסייע בהערכת ביצועי הצוותים בצורה מותאמת אישית, באמצעות כלים שמנטרים את ההוראה והלמידה בגן

ומספקים פידבק מיידי שיכול לשפר את איכות ההוראה.

# חוסן (מימד פיזי ומנטלי)

## סמכות וגיבוי:

AI יכול לתמוך בגננות בניהול משימות יומיומיות בצורה חכמה, על ידי אוטומציה של משימות אדמיניסטרטיביות כמו ניהול נוכחות או תכנון פעילויות. הדבר מאפשר לגננות להתמקד יותר בהוראה ובמעורבות עם התלמידים, ובכך תורם לחוסן המנטלי.

# שייכות (מימד חברתי)

## שיתוף בקבלת החלטות:

AI יכולה לעזור בניהול תהליך קבלת החלטות דרך פלטפורמות דיגיטליות שמשלבות את כל הצוות החינוכי בתהליך קבלת ההחלטות, ומאפשרת שיתוף מידע חשוב בזמן אמת.

## תמיכת עמיתים:

מערכות AI יכולות לקדם שיתוף פעולה בין גננות על ידי יצירת קבוצות עבודה דיגיטליות המנוהלות על ידי אלגוריתמים חכמים שמבינים את תחומי העניין והכישורים של כל גננת ומציעים חיבורים עם עמיתים רלוונטיים.

## ליווי מקצועי ושיח:

AI יכולה לשמש כמדריך דיגיטלי המלווה את הגננות בתהליכים פדגוגיים, עם גישה למידע מעמיק בנוגע לשיטות הוראה, שיפור כישורים מקצועיים ושיח עם עמיתות.