

# דומינו אינטגרציה

## רציונל

ממצאים שונים מראים על קושי של אנשי חינוך לחבר בין טיפוח מיומנויות חברתיות-רגשיות לבין הדיסציפלינות, כך שעליהם להקדיש זמן ייעודי לטיפוח מיומנויות אלו. כך נוצר מצב ובו טיפוח המיומנויות הוא תוספתי לתוכנית הלימודים, ומקשה על הטמעתן. חשוב להבין כי טיפוח מודעות עצמית בפרט, או מיומנויות חברתיות-רגשיות בכלל, יכול ואף צריך להשתלב בהוראה ולבוא לידי ביטוי במגוון רחב של אופנים, כך שלא יצטרכו ללמוד אותן בנפרד. משחק זה מסכם את הערכה, ומאפשר למשתתפות לחשוב על רעיונות בדבר האופן שבו ניתן להטמיע מודעות עצמית בזירות שונות של ההוראה.

קהל היעד  
מדריכות פדגוגיות,  
מורות מכשירות  
וסטודנטיות להוראה



מטרת המשחק  
מטרת המשחק היא לאפשר למשתתפות לחשוב יחד על  
אופני האינטגרציה בין מונחים הקשורים למודעות עצמית  
שבהם דנה הערכה, לבין הכשרת המורים



- חומרים נלווים
- דף הנחיות
  - כרטיסיית ההיבטים לאינטגרציה
  - קלפי מונחים



## קלפי מונחים

האמונה שיש להתייחס לכל אדם בשוויון כבוד, כבוד והגינות, ללא קשר למאפיינים המובנים שלו כגון גזע, מגדר, דת... שוויון אינו מרמז בהכרח על התייחסות לכולם בדיוק אותו הדבר, אלא בהכרה ובהתייחסות לצרכים ולנסיבות הייחודיות של יחידים וקבוצות שונות כדי להבטיח הוגנות וצדק.

### אמונה בשוויון

האוטונומיה והחירות שיש לאדם לבחור ולפעול לפי העדפותיו, רצונותיו וערכיו.

### חופש הבחירה

תהליך של הסתכלות פנימה וחקר סובייקטיבי של המחשבות, הרגשות והמניעים של האדם. התבוננות זו יכולה לתרום להגברת המודעות העצמית, הבנת דפוסי החשיבה וההתנהגות שלהם, ולהעניק משמעות לחוויות.

### התבוננות פנימית

ניתוח והערכה ביקורתית של אירועי עבר, התנהגויות ותוצאות של האדם עם העולם החיצוני. רפלקציה כוללת התחשבות בנקודות מבט שונות, בחינת ההשלכות של מעשיו וזיהוי תחומים לצמיחה ושיפור אישיים.

### רפלקציה

היכולת לזהות במדויק את הרגשות הספציפיים שאדם חווה ברגע נתון ולתת להם שם במטרה להבין טוב יותר את מצבו הרגשי ואת הגורמים התורמים לכך.

### זיהוי ושיום רגשות

האמונה של האדם ביכולתו לבצע בהצלחה משימות, להשיג מטרות, להתמודד עם אתגרים בתחומים ספציפיים ולנווט בצורה אדפטיבית בין מצבים שונים.

### מסוגלות עצמית

תשומת הלב של האדם לעצמו באמצעות התבוננות פנימית, הבנה של המניע להתנהגות, ומודעות לאופן שבו הוא משפיע על אחרים ומושפע מהם. היכולת לבחון ולהרהר על החוויות הפנימיות, המוטיבציות ודפוסי החשיבה וההתנהגות של האדם.

### מודעות עצמית

האמונה שניתן לפתח ולשפר את היכולות, האינטליגנציה, הכישרונות והאיכויות של האדם באמצעות מאמץ, למידה והתמדה. אדם בעל דפוס חשיבה מתפתח יהיה בהלך רוח של צמיחה, יאמץ אתגרים, יראה בכישלון הזדמנות ללמידה וצמיחה ויאמין שהמאמץ והמסירות יכולים להוביל לשיפור.

### דפוס חשיבה מתפתח (growth mindset)

**פתיחות וסובלנות  
לדעות ולאמונות שונות**

**התמדה וחוסן אל  
מול אתגרים**

**ויסות עצמי**

**חשיבה חיובית  
ואופטימיות**

הנכונות והיכולת לקבל, לכבד ולעסוק בפרספקטיבות ואמונות שעשויות להיות שונות משלו. שמירה על ראש פתוח והכרה בערך שיש לפרספקטיבות שונות בפיתוח החשיבה ולצמיחה. חתירה לעבר המטרות של האדם למרות קשיים או מכשולים והיכולת להתאושש, רגשית ונפשית, ולהחזיר את תחושת הרווחה. התמדה וחוסן בונים כוח פנימי ומובילים בסופו של דבר לצמיחה אישית, הצלחה ורווחה. היכולת לנהל ולשלוט במחשבות, רגשות, התנהגויות ודחפים על מנת להשיג תוצאות רצויות. ויסות עצמי כרוך בתהליך של ניטור והתאמת התגובות של האדם למצבים ולגירויים שונים בהתאם לסטנדרטים, ערכים או יעדים פנימיים. פרספקטיבה מלאת תקווה וחיובית, גם לנוכח אתגרים או כישלונות, והאמונה שביכולתו של האדם להשפיע ולעצב את התוצאה של מצב באמצעות פעולותיו ובחירותיו.

## קלפי מונחים

**סיפור על סיטואציה  
(עדיף שקשורה  
להתנסות) שבה  
המושג בברטיסייה  
בא לידי ביטוי**

**לקורס אחר (יציאה  
מהמרחב למרחב  
המכללתי)**

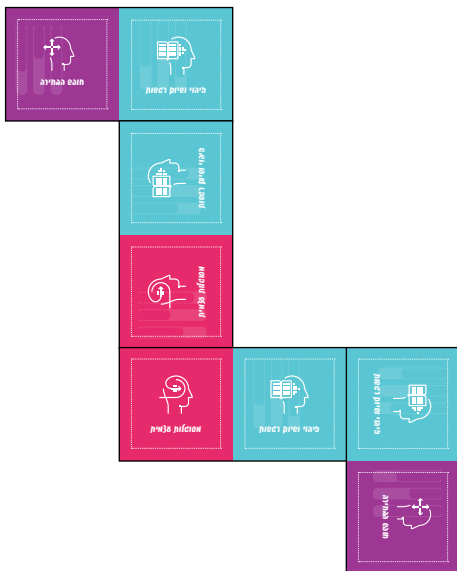
**לפרקטית הוראה  
כלשהי שאני  
משתמשת**

**לתהליך הלמידה**

**דיסציפלינה  
(לתוכן שאני  
מלמדת)**

### הנחיות

- ← כל משתתפת מקבלת 5 כרטיסיות. מניחים את כרטיסיית האפשרויות לאינטגרציה ואת שאר הקלפים כקופה בצד השולחן.
- ← מוציאים קלף אחד ומניחים במרכז השולחן. זהו קלף המוצא.
- ← השחקנית הראשונה שמה קלף עם אותו מונח מאחד הצדדים של קלף המוצא. השחקנית בחורת היבט אחד מכרטיסיית ההיבטים לאינטגרציה, ומסבירה כיצד לדעתה המונח שבחרה לשים מתחבר עם ההיבט שבחרה.
- לדוגמה, אם יצא קלף שכתוב בו ויסות עצמי, והאינטגרציה היא לדיסציפלינה, ניתן לתת דוגמה לחיבור הזה בנושא מערכת ההפרשה. אנחנו מלמדים על ויסות מאזן המים והמלחים. כך, ההוראה של נושא זה היא הזדמנות להתייחס לוויסות הרגשי. ברמת הדיסציפלינה, אם שתיתי הרבה מים – הכליות יסלקו את עודפי המים מהגוף.
- כאן ניתן לשאול: מה גורם לסטודנטיות להרגיש שהן מוצפות? באילו מקומות הן הרגישו שכבר אינן יכולות להחזיק את הסיטואציה, וצריכות לווסת את עצמן? איך הן התמודדו עם הסיטואציה? מה עזר להן "לסלק את עודפי המים", כלומר לווסת? כשהן מתבוננות בסיטואציה היום, באופן רפלקטיבי, מה יכלו לעשות אחרת? איזו פרדיגמה שלהן באה לידי ביטוי בסיטואציה הזו?
- ← המשתתפת הבאה מניחה את אחד מהקלפים שלה, שמופיע בו אותו מונח, ובוחרת היבט אחר מהכרטיסייה, וכך הלאה. במקרה שלמשתתפת אין קלף מתאים, היא לוקחת קלף מהקופה, והתור עובר למשתתפת הבאה.



**הערה למנחה!** ככל שמיומנויות האינטגרציה של המשתתפות ישתכללו, נראה שילובים יותר מורכבים ואינטגרציה להיבטים פחות "טריוויאליים". אם המנחה רוצה להעלות את רמת המשחק, היא יכולה להגביל את המשתתפות ל-2-3 היבטים ספציפיים שהיא מבקשת לעבוד עליהם.