



המרכז לחינוך  
קשוב ואכפתי

מרץ 2022

## תכנית ישוב קשוב

### התערבות ברמה יישובית לקידום חינוך חברתי-רגשי מבוסס מיינדפולנס וחמלה

#### רקע

**מטרת התכנית ישוב קשוב** היא להטמיע ידע וכלים פרקטיים להתמודדות מיטבית עם המציאות המשתנה באופן תדיר, המורכבת והרוויה בעמימות ואי וודאות. בתכנית מושם דגש על טיפוח הרווחה הנפשית של אנשי חינוך והורים כמפתח למימוש הפוטנציאל שלהם כמודל מיטיב וגורם מקדם עבור ילדיהם. התכנית מקדמת פדגוגיה של אכפתיות ומדגישה את האינטראקציה בין המבוגרים לילדים בבית או בקהילה החינוכית, כבסיס להתפתחות רגשית ומוסרית.

התכנית מציעה **תהליך שינוי רב-שנתי** בקנה מידה יישובי, המעניק מיומנויות חברתיות-רגשיות (SEL) בגישת המיינדפולנס והחמלה לקהילה החינוכית כולה, לרבות עובדי הרשות המקומית (מחלקת חינוך ורווחה), אנשי החינוך, הטיפול, ההורים והילדים מגילאי 3-18.

במסגרת התכנית קהלים אלו מקבלים טכניקות, מיומנויות אישיות וכלים לביטוי אכפתיות כלפי עצמי, האחר והקהילה, לרבות:

1. **מודעות עצמית** – ריכוז ומיקוד קשבי, זיהוי ושיום רגשות, זיהוי צרכים, חוזקות וערכים אישיים;
2. **שליטה עצמית** – וויסות רגשי, חמלה עצמית, הפחתת רמת הלחץ והחרדה ומיתון האימפולסיביות;
3. **מודעות חברתית** – לקיחת פרספקטיבה, אמפתיה וכד';
4. **מיומנויות חברתיות** – הכלה, חמלה, נדיבות, קבלת האחר (הדומה והשונה);
5. **קבלת החלטות אחראית** – מתוך מודעות ורפלקציה.

התכנית בנויה לשילוב מערכתי והדרגתי ברשות המקומית ובתוך כלל המוסדות החינוכיים, באופן דו-שלבי: בשלב הראשון על ידי העצמת אנשי המקצוע לתרגול אישי, ולהקניית מיומנויות הנחייה לתלמידים בשלב השני. בנוסף מתוך גישה אקולוגית ישנו דגש על שילוב ההורים כשותפים פעילים בתהליך הלמידה, וכחלק אינטגרלי מהקהילה החינוכית. באופן זה ניתן ליצור שינוי שורשי ועמוק והשתתפות שפה וגישה אחידה בקרב כלל המבוגרים והילדים בקהילה החינוכית.

## מרכיבי התכנית:

- הכשרה לעובדי המועצה במחלקות החינוך והרווחה
- הכשרה לכל הגננות ולסייעות בגנים
- הדגמה והדרכה לגננות על יישום התכנית בגנים
- הכשרה לנציגות של צוותים חינוכיים מכל המוסדות החינוכיים
- הדגמה והדרכה לצוותים החינוכיים בבתי הספר
- סדנאות הורות קשובה
- הכשרה לצוות ניהול מוביל שימשיך בהטמעת התכנית בתום ההתערבות
- מחקר מלווה – איסוף נתונים ועיבודם

התכנית נבנתה **במרכז לחינוך קשוב ואכפתי** בהובלתו של **ד"ר רוני ברגר**, על בסיס מחקר אמפירי וניסיון רב בשטח של מייסדי העמותה המומחים בתחומים של פסיכולוגיה חינוכית וחברתית, פדגוגיה קונטמפלטיבית ומיינדפולנס. המהלך מלווה במחקר והערכה בהובלת ד"ר ברגר ויו"ר העמותה **ד"ר ריקרדו טרש**, ובליווי חברת ועד העמותה **גבי יפית אלפנדרי** כלכלנית ובכירה בלשכה המרכזית לסטטיסטיקה. מצד הרשות המקומית מובילה את המהלך ראשת המחלקה לחינוך.

## הבעייה החברתית: רקע ורציונל מחקרי

לפח דוח אלימות כלפי ילדים ובני נוער בישראל (לב-ויזל, איזיקוביץ', אוניברסיטת חיפה, 2016):

### אחד מכל שני ילדים יחוו אלימות עד גיל 18

תופעת הפגיעה וההתעללות בילדים ובני נוער הינה בעיה חברתית בהיקף גדול ממה ששוער וידוע עד כה. מעל למחצית מהמשתתפים במחקר 52.9% (אחד מתוך כל 2 ילדים) היו חשופים לסוג אחד או יותר של פגיעה (פיזית רגשית מינית הזנחה פיזית הזנחה רגשית חשיפה לאלימות במשפחה), ו-30.7% דיווחו על ריבוי (3-6 סוגים שונים) של פגיעות.

הדוח ממליץ כי על מנת להתמודד עם היקף כה גדול של פגיעות, על קובעי המדיניות להעמיד את הנושא כיעד חברתי לאומי חינוכי, ברמת החברה הישראלית כולה. הטמעת ערכים של אי אלימות, של סובלנות, של יחס של כבוד בתוך המשפחה ומחוץ למשפחה ללא קשר לגיל או מין תתאפשר רק על ידי התווית מדיניות משותפת של כל משרדי הממשלה.

אנו סבורים כי עד שהממשלה תעשה את המהלכים עליהם ממליץ המחקר, יש למועצות המקומיות יכולת לקדם שינוי משמעותי ע"י השקעה באנשי החינוך והטיפול כמו גם בהורים כמפתח לשינוי. על כן **במרכז לחינוך קשוב ואכפתי** אנו שואפים להפחית את רמות האלימות אליהן חשופים ילדי ישראל, ע"י טיפוח פדגוגיה של אכפתיות בקרב כל גורמי החינוך ביישוב באופן המערכתי והרוחבי אותו מדגיש הדו"ח.

בנוסף, השינויים המהירים המתחוללים בעקבות הגלובליזציה, החשיפה הרב-תרבותית ומהפכת המידע מחייבים התאמה של מערכת החינוך למציאות העולמית החדשה והקניית מיומנויות התואמות לדרישות המאה ה-21 מאת דור העתיד (Chernyshenko, Kankaraš, & Drasgow, 2018). נדבך מרכזי של מיומנויות אלה הן יכולות חברתיות ורגשיות.

עקב מגפת הקורונה, נוכחנו לראות עד כמה בתי הספר הם משאב חיוני ברמה החברתית-קהילתית, הרבה מעבר להקניית ידע. דו"ח שנכתב עבור ג'וינט אשלים ומשרד החינוך (ברק מדינה וצחור, אפריל 2020) הראה כי ביה"ס בהם הונהגו תכניות המפתחות כישורי לומד עצמאי ותוכניות של למידה חברתית-רגשית (SEL) בשגרה, אפשרו לתלמידים בתקופת המשבר ביטוי רגשי, תקשורת משמעותית עם מוריהם, מוטיבציה ויכולת התמודדות טובה יותר עם אתגר הלמידה מהבית. מחקר עדכני שעסק במנהיגות חינוכית בתקופת מגפת הקורונה הציג את תפקידם של מנהלים ביצירת תחושת בטחון פסיכולוגי בקרב צוותי החינוך והקשר של תחושה זו ליציאה מהקיפאון וקידום תהליכי למידה ארגונית מיטבית במהלך המשבר (Weiner et al., 2021). מחקר נוסף, הצביע על חשיבותם של ערכים, אמפתיה, שיתוף פעולה והיכולת להשתנות ולנהל סיכונים להתמודדות עם המשבר (McLeod&Dulsky, 2021).

## **הפתרון המוצע: למידה חברתית-רגשית מבוססת מיינדפולנס וחמלה**

**למידה חברתית-רגשית** (Social Emotional Learning – SEL) היא התהליך בו ילדים ומבוגרים לומדים להבין ולנהל רגשות, לקיים קשרים בין-אישיים חיוביים ולקבל החלטות בצורה אחראית. כדי להצליח בעולם חברתי, תלמידים חייבים ללמוד מיומנויות חברתיות ורגשיות, כגון ויסות עצמי, שליטה בדחפים, פרשנות והבנת רגשות, הנעה עצמית ופיתוח אוריינטציה פרו-חברתית כלפי בית הספר והקהילה (Pianta & LaParo, 2003).

התכנית שלנו מבוססת על גוף מחקרי נרחב שהראה כי לפרקטיקות של מיינדפולנס וחמלה השפעות חיוביות על תפקודם של תלמידים בתחום האקדמי, הרגשי, החברתי וההתנהגותי, לרבות מחקרים שנערכו בעולם (Greenberg & Harris, 2012; Meiklejohn et al., 2012; Schonert-Reichl, 2010; Weare, 2014; Zenner et al., 2012; וגם בארץ) (Berger, Benatov, Abu-Raiya&Tadmor, 2016; Tarrasch, 2017; Margalit-Shalom & Berger, 2017; Berger, Brenick&Tarrasch, 2018; Tarrasch, Berger Grossman, 2020; Berger, Brenick, Benatove&Tarrasch, in preparation; Berger & Benatov, in preparation).

כמו כן, קיים מחקר אמפירי נרחב שכלל כ-270,000 תלמידים ב-213 בתי ספר בארה"ב (Duralk et al., 2011) שהראה כי תכניות אלו מביאות לשינוי משמעותי בתחום ההתנהגותי (הפחתת אלימות ובעיות התנהגותיות), בתחום הרגשי (ירידה ברמת חרדה ולחץ) החברתי (שיפור אקלים בית ספרי ופיתוח התנהגויות פרו-חברתיות) והאקדמי (שיפור בציוני המבחנים).

במסגרת התכנית, אנשי המקצוע וההורים באזור יקבלו כלים לטיפול מיומנויות אישיות ולפיתוח מנהיגות קשובה וחומלת ברמה הפדגוגית, המערכתית והבין אישית. בנוסף, הם יקבלו כלים להטמעת פדגוגיה של אכפתיות מבוססת קשיבות (מיינדפולנס) וחמלה כשפה חינוכית במוסדות החינוך ובמרחב המשפחתי.

**מבחינה מקצועית** התוכנית מתבצעת בשיתוף פעולה עם כלל אנשי החינוך והטיפול בעיר לרבות עובדי מועצה, העו"סים, הקב"סים, עובדי הרווחה, ראשי חינוך א-פורמלי, הגננות, צוותי בתי הספר, הסייעות בגנים ובי"ס, צוותי הניהול (מנהלות, סגניות ויועצות), ההורים, והפסיכולוגים בשירות הפסיכולוגי החינוכי. כלומר- כל היישוב נרתם ללמידת גישה ושפה אחידה אותה יפגשו וילמדו הילדים בבית ובמסגרות החינוך.

## ייחודיות התכנית

בארץ ובעולם מתרגלים מיינדפולנס בפרלמנט הבריטי, בצבא האמריקאי, במשטרת ישראל ובדרגים שונים במשרד החינוך הישראלי.

בארץ קיימים ארגונים עסקיים ועמותות המלמדות מיינדפולנס לקהל הרחב תמורת תשלום, אך ללא מיקוד בשדה החינוכי או התמקדות באינטרקציה בין מורה-הורה-תלמיד. בנוסף ישנן עמותות המהוות בית מקצועי למנחי מיינדפולנס לילדים, אך ללא מנוף השפעה מאורגן של התערבויות במערכת החינוך. כמו כן פועלים בארץ מורים פרטיים המלמדים את הקהל הרחב מיינדפולנס ללא מיקוד באנשי חינוך וללא אלמנט של מחקר והערכה.

מכון מודע למיינדפולנס, מדע וחברה ובית ספר סגול למדעי המוח באוניברסיטת רייכמן עוסק בחקר המוח ובין היתר בהשפעות המיינדפולנס על המוח. הארגון אף מציע תכניות מבוססות מיינדפולנס למערכת החינוך, אך ללא מיקוד בטיפול אכפתיות וחמלה בדומה לעבודתנו.

## עקרונות להתערבות

- התערבות מבוססת מחקר אמפירי ונתונים מן הארץ ומן העולם (לרבות מחקרים של העמותה עצמה).
- מתן 'חכה במקום דגים' לאנשי המפתח בקהילה, לשם מינוף כוחותיה הפנימיים באופן בר-קיימא.
- מתן מענה לשורשי לאתגרים החברתיים, בתהליך רב-שנתי ורב-מערכתי.
- מתן מענה קהילתי הכולל את כלל הגורמים הרלוונטיים לאקוסיסטם (שדרות הנהלה, אנשי מקצוע, הורים וילדים).
- התערבות מודולרית המותאמת באופן ייחודי לכל קהילה לפי מיפוי צרכים, הזדמנויות ושותפים.

## צוות ולוחות זמנים

### צוות הדרכה של התכנית כולל:

- מנהל מקצועי וסופרוויזור – ד"ר רוני ברגר.
- מנחה המתמחה בהדרכת צוותי הוראה בחינוך הגיל הרך במיינדפולנס וחמלה;
- מנחה המתמחה בהדרכת צוותי הוראה בחינוך היסודי במיינדפולנס וחמלה;
- מנחה המתמחה בהדרכת צוותי הוראה בחינוך העל-יסודי במיינדפולנס וחמלה;
- מנחה המתמחה בהדרכת צוותי טיפול במיינדפולנס וחמלה;
- מנחה המתמחה בהנחיית הורים במיינדפולנס וחמלה;
- מתכלל לוגיסטי;
- צוות מחקר אקדמי (ראש מחקר+ עוזרי מחקר) בהובלתם של ד"ר ריקרדו טרש וד"ר ברגר;

### לוחות זמנים:

1. **חודשיים ראשונים: תהליך מיפוי הצרכים מהשטח ובניית התכנית**, על ידי ד"ר רוני ברגר בשיח עם ראש מנהל החינוך, נציגת השירות הפסיכולוגי והשירות הייעוצי, מנהלות בתי הספר ומנהלת המרכז לפיתוח סגלי הוראה המכירות היטב את המערכת החינוכית ביישוב.

### 2. הפעלת התכנית:

#### שנה ראשונה

- הכשרה לעובדי המועצה- 30 שעות;
- הכשרה לכל הגננות ולסייעות בגנים- 30 שעות באמצעות הפסג"ה;
- הכשרה לנציגות של צוותים חינוכיים מכל המוסדות החינוכיים- 30 שעות באמצעות הפסג"ה;
- הדגמה והדרכה לצוותים החינוכיים בבתי הספר- 40 שעות לבי"ס;
- סדנאות הורות קשובה - 20 שעות ל-25 משתתפים כל פעם;
- הכשרה לצוות ניהול מוביל שימשיך בהטמעת התכנית בתום ההתערבות 12 שעות;
- מחקר מדעי המלווה את התכנית לאורכה.

**סיכום השנה הראשונה:** הפקת לקחים והתארגנות לקראת השנה השנייה לתכנית.

#### שנה שנייה

- הכשרות המשך לסגלי החינוך לגיל הרך, היסודי והעל יסודי;
- הטמעת רצועת תרגול יומית בכלל בתי הספר והגנים המשתתפים בתכנית;
- סדנאות הורות קשובה נוספות - 20 שעות ל-25 משתתפים כל פעם;

- קבוצת תרגול שבועית להורים – שעה שבועית;
- קבוצת תרגול שבועית לצוותי החינוך – שעה שבועית;
- המשך הכשרה וליווי לצוות ניהול מוביל - 30 שעות.

**סיכום התכנית:** לרבות הממצאים המחקריים וכתובת דו"ח מסכם עם המלצות להמשך.

הלמידה בכלל הכשרות המרכז מתבצעת הן דרך רכישת ידע תיאורטי משמעותי והן על ידי תרגול חוויתי, וקבלת כלים ליישום בחיים האישיים והמקצועיים.

כלל המפגשים המצוינים בהצעה זו הינם מפגשים פרונטאליים המלווים לפי הצורך ב:

- שני קורסים מקוונים שפותחו על-ידי ד"ר רוני ברגר ומתי ליבליך (ממייסדי העמותה) בשיתוף עם משרד הבריאות וישראל דיגיטלית.
- גישה בלעדית למאגר תרגולים מוקלטים לתרגול בין המפגשים, בהנחיית מייסדי המרכז והסגל הבכיר.
- גישה בלעדית לחומרי לימוד ומערכי תרגול לילדים באתר העמותה.

## פוטנציאל השפעה לדוגמא:

\* ניתן להרחיב את ההתערבות גם מעבר למערכת החינוך היישובית על פי מיפוי האתגרים וההזדמנויות הייחודיות לכל מקום.



**שנה א':**

- **השפעת עומק ישירה - 150 משתתפי התכנית המבוגרים:** עובדי הרשות המקומית (מחלקת חינוך ורווחה), אנשי החינוך, הטיפול, ההורים. לפי המחקר ההשפעה תתבטא במדדים אישיים, בין-אישיים ומקצועיים:
  - הפחתת שחיקה, שיפור הרווחה הנפשית והנוכחות הקשובה (מיינדפולנס כמיומנות).

- הגברת תחושת המסוגלות ויכולת ההכלה של תלמידים מאתגרים (לצוותי ההוראה).
  - פיתוח מיומנויות הקנייה של למידה חברתית-רגשית לתלמידים (לצוותי ההוראה).
  - פיתוח סמכות הורית בריאה ותקשורת מיטיבה (להורים).
- **השפעת עומק ישירה - 760 משתתפי התכנית הצעירים (גן-י"ב):** ילדי עשרת הגנים ו-20 הכיתות בהם יועברו ארבע סדנאות קשיבות במסגרת השתלמויות הצוותים. לפי המחקר ההשפעה התערבות זז, לצד השתלמות הצוותים תתבטא בשיפור במדדים של רווחה נפשית, קשיבות וויסות רגשי ובאקלים הכיתתי.
  - **מנוף השפעה 1 - תלמידים:** גם במידה וכיתות או גנים מסוימים לא יבחרו לעבור סדנאות במסגרת המשאבים, מחקרנו מראה שגם ללא מפגש ישיר של מדריכי העמותה עם התלמידים, ישנם שינויים במדדים של רווחה נפשית, קשיבות וויסות רגשי בקרב התלמידים, ושיפור בקשר מורה-תלמיד ובאקלים הכיתתי כתוצאה מהתמורה שעוברת המורה. בכתה בישראל יש במוצע 28 תלמידים, אך ההערכה היא שכל אשת חינוך מלווה כמאה ילדים בשנה לכל הפחות. לפי חישוב זה מעגל ההשפעה השני מוערך בשנה א' לתכנית בכ-10,000 תלמידים.
  - **מנוף השפעה 2 - משפחות התלמידים:** באופן מכוון ומובנה בתכנית, משפחותיהם של 10,000 התלמידים שמוריהם משתתפים בתכנית יתרמו מהחשיפה של ילדיהם לידע ולכלים. משתתפות התכנית יקבלו כלים ומתודולוגיות מבוססות מחקר לשילוב ההורים לאורך השנה, באופן אשר יחזק את ההשפעה על התלמידים ויצור רצף פדגוגי של בי"ס-בית.

#### בשנה ב' לתכנית

- **השפעת עומק ואורך - 100 אנשי המקצוע הממשיכים** משנה א' יקבלו המשך ליווי והדרכה על מנת ליצר שגרות לימודיות במערכת החינוך בישוב ולהביא לשיפור נוסף בכל המדדים המוזכרים לעיל.
- **מנוף השפעה 1 - 7,500 התלמידים** של אנשי החינוך הממשיכים **ומשפחותיהם** יהיו המוטבים הישירים של פיתוח שגרה תרגולית במערכת החינוך, אשר תביא לשיפור נוסף בכל המדדים המוזכרים לעיל.
- **השפעת עומק ישירה - 150 משתתפים מבוגרים נוספים:** בשנה ב' יפתחו השתלמויות "שנה א" נוספות ל-50 אנשי חינוך ו-50 הורים נוספים. השפעה כנ"ל.
- **השפעת עומק ישירה - 500 משתתפי התכנית הצעירים (גן-י"ב):** סדנאות יועברו כנ"ל בכיתות נוספות לרווחתם של 500 ילדים נוספים לערך. השפעה כנ"ל.

\* נתונים אלה מתבססים על מחקרי עבר ונסיון רב בשטח ומתחשבים במסגרת התקציב המצוינת מטה. שוני בגודל הישוב הנבחר כמובן ישפיע על היקף המוטבים. המחקר אשר ילווה את התכנית יעריך את היקף המוטבים והשפעת התכנית עליהם ביתר דיוק.

## פוטנציאל המשכיות:

**מודל ישוב קשוב** הינו ראשון מסוגו בארץ ונמצא כיום בשלבי פיילוט מלווה במחקר בישובים אזור ובית אריה-עופרים. בהינתן הצלחה מחקרית מוכחת, בכוונת העמותה לשכפל את המודל לישובים נוספים בכל הארץ במודל כלכלי-חברתי של 'אמץ ישוב' - מציג תקציבי של הרשויות המקומיות עם תרומה של חברה עסקית מתחום הרשות.

**ברמת הישוב בו תתקיים התכנית במסגרת שת"פ זה:** לאחר תום השנתיים הראשונות לתכנית, תיערך הערכת מצב בשיתוף הרשות ופיתוח אפשרויות להמשך ליווי והדרכה ככל שידרש בהתאם לגודל וצרכי הישוב, בדגש על מתן חכה במקום דגים לאנשי המפתח בישוב.

## תקציב

השתתפות כספית של הרשות המקומית ב-40% מעלויות התכנית לאורכו הינה תנאי ראשוני להתחלתו. בתכנית משתתפים צוותי ניהול בכירים על מנת להשאיר בידיהם כלים להמשך ביצוע גם לאחר תום השנתיים (בתפיסה של מתן חכה במקום דגים לסוכני השינוי בישוב).

לאור תוצאות המחקר והערכה שילוו את התכנית נוכל להציע את השירות הנ"ל לישובים אחרים בהשתתפות משרדי ממשלה, חברות עסקיות או במימון מלא של הגורם המוניציפאלי (דרך מכרזים).

תקציב מפורט ינתן לאחר פגישת היכרות ומיפוי צרכים והזדמנויות. התקציב ישתנה בהתאם לגודל הישוב הנבחר ומספר המוסדות אשר ישתתפו בתכנית. תקציב המחקר מצורף בנפרד בהמשך.

## הערכה ומדידה:

מחקר מדעי יאפשר מעקב אחר ההשפעות המגוונות של התכניות על מדדים קוגניטיביים, רגשיים, חברתיים והתנהגותיים הן בקרב הילדים והן בקרב המבוגרים. למחקר זה כמובן יתרונות ארגוניים (בחינת האימפקט אל מול השקעת המשאבים), שיווקיים ומיתוגיים. בנוסף מחקר עשוי לתמוך בגיוס נרחב של משאבים נוספים להמשך עשייה חינוכית ברשות המקומית מגורמים ממשלתיים ופרטיים.

למייסדי העמותה **ד"ר טרש וד"ר ברגר** ניסיון רב ומוכח במחקרים בשדה החינוכי ובפרט בתחום הלמידה החברתית-רגשית, לרבות מחקרים שהתמקדו בהשפעות על תלמידים, גננות, מורות והורים. את המחקר תלווה **הגב' יפית אלפנדרי**, חברת ועד בעמותה, מומחית לכלכלה חברתית-עוני, רמת חיים, שוויון ומגדר, ומנהלת בכירה בלשכה המרכזית לסטטיסטיקה.

ישנו מדרג של מחקרים שונים אותם ניתן לבצע על התכניות הנ"ל; ככל שהמחקר מקיף יותר הוא דורש מעורבות נרחבת יותר הן מצד העמותה והן מצד המועצה המקומית.

**מדדים מתוקפים עיקריים לבדיקת השפעה על מבוגרים:**



דחק, חרדה, מסוגלות עצמית, מיינדפולנס, חמלה עצמית, ימי מחלה.

### מדדים מתוקפים עיקריים לבדיקת השפעה על תלמידים:

רווחה נפשית, דחק, חרדה, סומטיזציה, חיבור למורה, אקלים כיתתי, בעיות קשב, קשיבות (מיינדפולנס), מוכנות לקשר עם האחר, סטריאוטיפיזציה, עמדות רגשיות כלפי האחר, נכונות להתנדב בקהילה.

בנוסף ניתן למדוד ברמה היישובית: הפרות משמעת, התפלגות ציונים, איחורים והיעדרויות.

### תוצאות מצופות

- ירידה במדדי דחק וחרדה, בעיות קשב, סטריאוטיפיזציה, הפרות משמעת.
- ירידה במספר היעדרויות, ימי מחלה ואיחורים.
- עליה במדדי מסוגלות עצמית, חמלה עצמית, חיבור למורה, מוכנות לקשר עם האחר.
- שיפור במדדי אקלים כיתתי ויכולת לקשיבות.
- עלייה במוכנות להתנדב בקהילה.
- שיפור ברמה האקדמית (ציונים).

### הפיילוט הראשון במועצה המקומית אזור

באזור חיים כיום 13,000 תושבים, מתוכם 2,500 ילדים בגילאי 3-18. בישוב פועלים 24 גני ילדים, 3 בתי ספר יסודיים וחטיבת ביניים אחת. לדברי מנהלת המחלקה לחינוך ברשות המקומית, חזון הישוב הוא "לאפשר לכל אחד למקסם את יכולותיו". הרשות חרטה על דגלה את ערכי המנהיגות, הערבות ההדדית, המעורבות והאחריות, ופועלת לטפחם בקרב הדור הצעיר. כמו כן, מאז פרוץ הקורונה הורגש מאד ברשות המקומית הצורך לחזק את ילדי הגנים וביה"ס ולהגביר את מעורבות כל אנשי החינוך ובעלי התפקידים ברשות.

התכנית אשר החלה בשנה"ל תשפ"ב בניהולו של ד"ר רוני ברגר, מורכבת בשנה זו מ:

- השתלמות לעובדי המועצה במחלקות החינוך והרווחה;
- השתלמות והדרכות בכיתות באחד משלושה ביה"ס יסודיים;
- השתלמות והדרכות בחטיבת הביניים של הישוב;
- סדנת הורות קשובה להורי מערכת החינוך.

הפיילוט, בהובלת מנהלת המחלקה לחינוך הגברת סימה פנדו, יופעל באזור למשך שנתיים בשיתוף פעולה הדוק (מקצועי ופיננסי) עם הרשות המקומית ויכל לשמש בעתיד מודל להטמעה בישובים אחרים. בשנה הבאה עתידות להצטרף נשות החינוך לגיל הרך וכן בתי ספר והורים נוספים למעגל המוטבים.

## מספר המוטבים הישיר המוערך לתכנית המלאה:

- 43 עובדי המועצה : שפ"ח (6 פסיכולוגים), רווחה (7 עו"סים), 5 ספרניות, 25 עובדי תחום הפרט;
- 2,500 ילדים במערכת החינוך;
- 5000 הורים;
- 50 מורות בשני בתי ספר (יסודי וחס"ב)
- 48 גננות וסייעות (ב24 גני ילדים);
- אנשי חינוך פורמלי ובלתי פורמלי (קידום נוער, תנועות נוער).

## אודות העמותה:

**המרכז לחינוך קשוב ואכפתי (ע"ר)** קם במטרה לטפח אכפתיות בחברה הישראלית, באמצעות פיתוח והנחיית תוכניות למידה חברתית-רגשית (SEL) מבוססות מיינדפולנס וחמלה עבור מערכות ציבוריות בפרט והחברה בכלל. אנו מאמינים שהדרך לעבר חברה אכפתית, מתחילה בשיפור הרווחה הנפשית (wellbeing) והכישורים החברתיים-רגשיים של המבוגרים האחראיים – אנשי החינוך, הטיפול וההורים – ושל דור העתיד אותו הם מגדלים. בהתאם, תוכניותנו שמות דגש כפול: ראשית על קידום החוסן הנפשי והכישורים החברתיים-רגשיים של המחנכים עצמם, ושנית על מתן מיומנויות הקנייה של למידה חברתית-רגשית לילדים.

במרכז עובדים טובי המומחים, אנשי צוות ומנחים מתחומי החינוך, הפסיכולוגיה, הטיפול והמחקר. תוכניותינו מבוססות על מחקרים אמפיריים המראים שינויים משמעותיים הן במיומנויות הקשביות והאקדמיות והן ברווחה הנפשית ובמיומנויות החברתיות (אמפתיה והתנהגות פרו-חברתית) של ילדים ומבוגרים – אותם השינויים הנחוצים לשם הגשמת החזון של חברה בריאה בכל המובנים. בין השאר תכניותינו הוכחו כתורמות ל:

1. הפחתת דחק וחרדה;
2. העצמת הרווחה הנפשית;
3. שיפור האקלים החינוכי;
4. קידום התנהגות ערכית;
5. קידום הצלחה אקדמית.

מאז 2014 הכשרנו למעלה מ-1,000 מחנכים והורים והגענו לאלפי תלמידים בשיתוף משרד החינוך, אוניברסיטת תל אביב ואוניברסיטת בר אילן.

**הועד המנהל:** ד"ר ריקרדו טרש יו"ר (מייסד-שותף ומנהל המחקר), פרופ' מרק גלקופף, מר ראובן קפלן, גב' סמדר סיון וגב' יפית אלפנדרי.

**מייסדי העמותה ומנהליה:** מוריה רוזנברג – מנכ"לית העמותה. מתי ליבליך – מנהלת פדגוגית של תכניות ההכשרה. ד"ר רוני ברגר – מנהל פדגוגי של התכניות לבי"ס, גנים והורים. רביד בוגר – מנהלת פדגוגית של התכניות למנהלים ולארגונים.

**לעמותה ועדה מייצגת** המורכבת מהחוקרים הבכירים ביותר בתחומים של חינוך וטיפול מבוססים מיינדפולנס וחמלה: פרופ' פיליפ זימברדו (ניסוי כלא סטנפורד), פרופ' אליינה ברניק, פרופ' קריסטין וויר, פרופ' סטיבן הובפול, ד"ר בריטה הולצל ומר אמיר אלרואי.

**תקציב הארגון לשנת 2022:** 2,200,000 ₪

**לעמותה אישור ניהול תקין לשנת 2022.**