

## מיומנויות חברתיות ורגשיות ותרומתן להצלחת ולרווחת הלומדים

### תקציר מאמר של ה-OECD :

### Social and Emotional Skills for Student Success and Well-Being

המאמר הוא סקירה של הספרות על האופי והמבנה של אותן מיומנויות והרלוונטיות שלהן למגוון רחב של תוצאות בחינוך, בכלכלה ובחיים. יש בו גם מסגרת מושגית למחקר הבינלאומי של ה-OECD על מיומנויות אלה בקרב תלמידים בני 10 ו-15, תוך התמקדות במיומנויות שנמצא כי הן יותר מנבאות ורלוונטיות – לתחומים כגון השכלה, תעסוקה והכנסה, בריאות ורווחה ברמה האישית, כמו גם לחוסן ולתפקוד של החברה בכללותה.

המחקר הבינלאומי של ה-OECD על מיומנויות חברתיות ורגשיות (SSES) בקרב תלמידים הוא המשך של תוכנית PISA ותוכנית PIAAC. הוא בודק לא רק את רמת המיומנויות החברתיות-רגשיות שלהם, כי אם גם אוסף מידע על המשפחות, בתי הספר והקהילות כדי לבחון כיצד הם מסייעים או מעכבים פיתוח אותן מיומנויות קריטיות. מטרת המאמר לתאר את המאפיינים המרכזיים של מיומנויות חברתיות ורגשיות ולהציג ממצאים שסייעו בקבלת ההחלטות על המיומנויות שיש לכלול ב-SSES. הוא מתבסס על מודל 'חמשת הגורמים' והסקירה מלמדת שלכל החמישה ערך בניבוי תוצאות עתידיות בהשכלה, בעבודה ובחיים.

מחקרים מוכיחים כי מודל 'חמשת הגורמים' מדיד, מנבא ומתייחס למבנה של מאפייני אישיות בעלי אופי אוניברסלי. 'חמשת הגורמים' הם: מצפוניות, מוחצנות, נועם הליכות, יציבות רגשית ופתיחות מחשבתית. ה-SSES יתמקד במיומנויות חברתיות-רגשיות ספציפיות ברמה פרטנית יותר ויבדוק גם מיומנויות חשובות שאינן כלולות כרגע במסגרת 'חמשת הגורמים', משום שמהימנות הניבוי של מאפייני אישיות צרים או ספציפיים גדולה יותר מאשר של ממדים רחבים.

מיומנויות חברתיות ורגשיות נחשבות למרכיב מרכזי בכשירותו של היחיד להעסקה וביכולתו להתערב ולייצר שיפורים. על אף הקונצנזוס הרחב הרואה ב'חמשת הגורמים' כלים אוניברסליים לתיאור הממדים הבסיסיים של האישיות הנורמלית, המחברים רואים יתרונות רבים בבחינת היבטי אישיות פרטניים יותר להגברת דיוק הניבוי של תוצאים חשובים, להכוונה להתערבויות אפקטיביות וליתר בהירות בפיתוח תיאוריות. יש גם מאפייני אישיות מורכבים, כמו למשל מסוגלות עצמית, מטא-קוגניציה, חשיבה ביקורתית ועוד, המייצגים צירופים של מספר מיומנויות וחשיבותם נעוצה ביכולתם לנבא תוצאים חשובים.

שפע של ממצאים אמפיריים מוכיחים את השפעתן של מיומנות חברתיות ורגשיות על התנסות היחיד והישגיו בכל תחומי החיים, ביניהם הישגים אקדמיים, ביצועים והישגים בעבודה, בריאות ואריכות חיים ורווחה אישית וחברתית. במחקרים רבים נמצא קשר הדוק בין מיומנויות חברתיות ורגשיות להשכלה גבוהה, רמות הכנסה ואבטלה, דיכאון ובעיות התנהגות. מיומנויות כמו מצפוניות, פתיחות מחשבתית ומוחצנות משפיעות על הישגים ועל

ציונים לא פחות מאשר יכולת קוגניטיבית. למאפיינים כמו נועם הליכות, מצפוניות ויציבות רגשית קשר הדוק עם בריאות נפשית וגופנית. נמצא כי השפעות 'חמשת הגורמים' על אריכות חיים חזקות יותר ממיומנויות קוגניטיביות ומעמד סוציו-כלכלי, בין השאר בהשפעתם העקיפה על בריאות גופנית.

למיומנויות חברתיות ורגשיות רלוונטיות ישירה בממד האישי אך גם לרווחת הקהילה והחברה בכללותה. ברמות הגבוהות הן מתבטאות בכשירות תעסוקתית גבוהה יותר ופרודוקטיביות משופרת, שמובילות לתפוקה כלכלית גבוהה יותר, עלייה ברמת החיים, ירידה בפשיעה, הגדלת הלכידות החברתית והאמון במוסדות, מעורבות אזרחית ואקטיביזם סביבתי. ברמות הנמוכות הן משפיעות על בעיות התנהגות (כולל פשיעה), התמכרויות, בריונות ואף הונאה, רדיפת בצע ופסיכופתיה תאגידית. למיומנויות חברתיות ורגשיות תפקיד מהותי ביצירת קשרים עם אחרים ותחושה של חיבור לחברה. להעדר חיבור חברתי השפעה שלילית על הבריאות יותר מהשמנת יתר, עישון או יתר לחץ דם ובידוד חברתי מגדיל את הסבירות להתנהגות אנטי-חברתית. לחלק מהמיומנויות החברתיות והרגשיות השפעה חיובית על נכונות הפרט להתנדב, לתרום לחברה ולעסוק בפעילות סביבתית.

מחקרים מלמדים על התוקף הרחב של מודל 'חמשת הגורמים' לגבי ילדים ומתבגרים ועל קשר מובהק בין מאפייני אישיות בילדות ובגיל ההתבגרות למבנה האישיות הבוגר. מיומנויות חברתיות ורגשיות מתפתחות ומשתנות עם הגיל ומושפעות משילוב מורכב של גורמים ביולוגיים וסביבתיים, אירועי חיים ופעולות ותפישות אישיות. מחקרים מלמדים על התייצבות גוברת של תכונות האישיות עם הגיל, מתנדדות משמעותיות בילדות (ובעיקר בגיל ההתבגרות) ועד ליציבות מרבית בעשור החמישי. הגמישות האישיותית בגילאי הילדות וההתבגרות מעלה את השאלה אם ניתן לכוון התפתחות של מיומנויות חברתיות ורגשיות בילדים באמצעות התערבויות שיטתיות. מחקרים מלמדים על האפקטיביות של התערבויות שתכליתן לשפר מיומנויות חברתיות ורגשיות בקרב תלמידי בתי ספר יסודיים ותיכונים. להתערבויות קוגניטיביות וקליניות – גם קצרות – השפעה משמעותית לאורך כל החיים.

מיומנויות חברתיות ורגשיות שנבחרו להכללה ב-SSES:

העקרונות ששימשו לבחירה של מערך מיומנויות: רחב ומקיף, עמוק (כולל ממדים משניים), מאוזן, בעל ערך מנבא, גמיש, הולם (לגילאי 10 ו-15), בר-השוואה (בין הקשרי תרבות, שפה, מעמד חברתי וכו'), בלתי מעיק (במונחים של הזמן הנדרש למילוי השאלון), רלוונטי לעתיד ובעל חשיבות אנליטית מוכחת. רשימה ראשונית של 19 מיומנויות, שארבע מהן ינופו בהמשך (כדי להקל, רשימת המיומנויות לגילאי 10 תהיה קצרה עוד יותר):

- ביצוע משימות: מוטיבציה להישגים, אחריות, התמדה, שליטה עצמית
- ויסות רגשי: עמידות לסטרס, אופטימיות, שליטה רגשית
- שיתוף פעולה: אמון, שיתוף פעולה
- פתיחות מחשבתית: סובלנות, סקרנות, יצירתיות
- קשרים עם אחרים: חברותיות, אסרטיביות, מרץ
- מיומנויות מורכבות: חשיבה ביקורתית, מטא-קוגניציה, מסוגלות עצמית

## סיכום :

מיומנויות חברתיות ורגשיות מעצבות את המחשבה האנושית, הרגשות וההתנהגות ומשפיעות על מגוון רחב של אירועים ותוצאות בחיים ולפיכך יש להן רלוונטיות מוכחת במגוון רחב של תחומי מדיניות, שלא תמיד יש בהם השקעה מספקת.

לחמשת הממדים הרחבים של המיומנויות הללו ערך בקביעת תוצאות עתידיות בהשכלה, בעבודה בחיים, באופן מיוחד מיומנויות מממד המצפוניות והיציבות הרגשית. המיומנויות הללו גמישות, משתנות וניתנות לעיצוב אך מתייצבות ככל שהגיל עולה. הראיות מלמדות שהתערבויות מתוכננות ושיטתיות לשיפור מיומנויות חברתיות ורגשיות יכולות להצליח. עם זאת יש לזכור את מורכבות הקשרים בין המיומנויות הללו לבין גורמים אישיים ונסובתיים אחרים, כדי לא לשגות ולייחס לאף מיומנות ספציפית ויחידה הלימה או השפעה בכל הקשר, תרבות או תקופה. מאחר שמיומנויות קוגניטיביות משופרות אינן יכולות לפצות על מיומנויות חברתיות ורגשיות חסרות, יש חשיבות מכרעת להרחבת ההתמקדות המקובלת של המדיניות במיומנויות קוגניטיביות ולאימוץ של גישה הוליסטית יותר, שתכלול גם פיתוח וטיפול מיומנויות חברתיות ורגשיות.

ה-SSES מתמקד במיומנויות שנמצא כי הצלחתן לנבא מגוון רחב של תוצאות חיים חשובות היא הגבוהה ביותר. קיומו בקרב בני 10 ובני 15 יאפשר השוואה בין שני שלבים התפתחותיים חשובים. במחקר ייאספו גם נתונים רבים על הסביבה המשפחתית, הבית ספרית והקהילתית של המשתתפים כדי לאפשר הצבה של המיומנויות הללו בהקשר של מאפיינים אישיים, קבוצתיים וקהילתיים וגורמים נוספים שיש בהם רלוונטיות לפיתוח של אותן מיומנויות. המטרה העליונה של המחקר היא לסייע לערים ולמדינות המשתתפות לזהות גורמים ממריצים ומכשולים פוטנציאליים העשויים לשפר או למנוע את ההתפתחות החברתית-רגשית של ילדים. ממצאי ה-SSES יוכלו לסייע בבחינת המצב הקיים כדי להתאים את סביבות הלמידה של ילדים לקידום של המיומנויות הללו.

בברכה,



ד"ר דלית אטרקציי  
מנהלת אגף בכיר קשרי חוץ

קישור למאמר המלא: [מיומנויות חברתיות ורגשיות](#)