

לחץ ושחיקה אצל גננות במגזר הערבי בישראל

האלה תבאיב

עבדאללה טרביה

תקציר

מטרתו של מחקר זה היא, להכיר את עולמה של הגננת במגזר הערבי, לבדוק מהם גורמי הלחץ בהן מתנסה הגננת בעבודתה ואת הקשר בין גורמי לחץ לבין רמת השחיקה שבה מתנסה הגננת בעבודתה.

המחקר נערך באופן כמותי ע"י חלוקת שאלון המורכב משני חלקים – החלק הראשון בדק גורמי לחץ ועוצמתם והחלק השני היה שאלון שחיקה.

המדגם במחקר כלל 120 גננות של גני טרום חובה וחובה מהמגזר הערבי בישראל. ממצאי המחקר הראו כי בדומה לגננות מהמגזר היהודי בישראל, נמצאה כי רמת השחיקה של הגננת במגזר הערבי נמוכה מזו שנמצאת במחקרים אחרים אצל מורים. גורמי הלחץ העיקריים בעבודת הגננת במגזר הערבי מתייחסים גם הם, בדומה לגננות מהמגזר היהודי במחקר אחר, להיבטים הקשורים ישירות עם העבודה היומיומית של הגננת עם הילדים – גורמים אלו הם: אחריות לבטיחות הילדים ועבודה עם ילדים בעלי קשיים.

מהממצאים עולה כי ישנו קשר בין עוצמת הלחץ לבין רמת השחיקה בה מתנסה הגננת. גורמי הלחץ שנמצאו כמשפיעים על השחיקה ומסבירים את מקורה, מתייחסים להיבטים חיצוניים בעבודת הגננת כמו: הצורך להביא את ההורים לשיתוף פעולה, הדרישה ליישם ולהחדיר תוכניות לימודים חדשות, והיבטים פנימיים כמו: עבודה עם ילדים בעלי קשיים, התמודדות עם בעיות משמעת, עבודה יומיומית עם עוזרת גננת והצורך לעמוד על המשמר במשך חמש שעות ומעלה יום-יום ללא הפוגה.

מתוך ממצאים אלו, ניתן להמליץ על כך כי יש לספק לגננת ליווי ע"י אנשי מקצוע כמו: פסיכולוגים או יועצים חינוכיים, ולא להשאיר אותה להתמודד באופן כמעט עצמאי בעבודתה החינוכית בתוך הגנים.

בנוסף לכך, צריך לשאוף שבמוסדות להכשרת עובדי הוראה, יפתחו את תוכנית הלימודים במסלולים לגיל הרך, בכיוון של הקניית כלים להתמודדות עם גורמי הלחץ והשחיקה ע"י שילוב קורסים העוסקים בתחומים של החינוך המיוחד, מדעי ההתנהגות, תקשורת בין אישית, הקשר בין המסגרת החינוכית להורים ועבודת צוות.

מטרתו של מחקר זה היא, להכיר את עולמה של הגננת במגזר הערבי בישראל, לבדוק מהם גורמי הלחץ והשחיקה בהם מתנסה הגננת בעבודתה, ואת הקשר בין גורמי לחץ לבין רמת השחיקה של הגננת.

+תפקיד הגננת ;

רס(1997) בהגדרתה לתפקיד הגננת, מדברת על כך, כי היא שונה מהמורה בהיותה, בד"כ, עובדת אוטונומית, המנהלת את הכיתה שלה כיחידה מנהלית עצמאית, והיא זכאית לקבל גמול ניהול בגין תפקיד זה.

למרות שוני זה, הגננות מוגדרות כעובדות הוראה כמו המורים, אשר משך הכשרתם האקדמית, סולם השכר והשתייכותם לארגון פרופסיונלי דומים. המבנה הארגוני המיוחד של גן הילדים בישראל, בו רוב כיתות הגן הן יחידות פדגוגיות ומנהליות עצמאיות, יצר מאפיינים יחודיים לגננת. דווקא הבדידות העצימה את תחושת האחריות והסמכות של הגננת. הבעיה הקשה ביותר של גן הילדים היא, מספר הילדים הגדול בכיתה-35 ילדים.

+גני הילדים במגזר הערבי בישראל :

במגזר הערבי בישראל, בולט המחסור במסגרות החינוך לגיל הרך, בשל היעדר כוח אדם בעל הכשרה מתאימה בחינוך לגיל הרך. נוסף לכך, בולט מחסור בפיקוח על גני הילדים לגילאי טרום חובה במגזר זה. דו"ח מבקר המדינה משנת 1992 (מנסור, 1998) קובע, כי רוב גני הילדים המופעלים בידי ארגונים פרטיים-דתיים או פוליטיים-אינם פועלים ברשיון, ולמשרד החינוך אין כמעט שום מידע על המתרחש בין כותלי הגנים הללו, הן מבחינת תכנים והן מבחינת איכות והכשרה של כוח האדם. בנוסף לכך, מדו"ח זה עולה שקיימים הבדלים מהותיים בהקצאת תקציבים לחינוך בשתי האוכלוסיות היהודית והערבית, מנסור(1998), מגיעה למסקנה, כי המורים הערבים צריכים לפתח בעצמם תוכניות העונות על הצרכים של החברה שלהם, בשל המחסור בתוכניות לימוד בשפה הערבית, כשדבר זה כולל גם גנים הנמצאים בפיקוח משרד החינוך, לעומת הגנים במגזר היהודי שנהנים מתוכניות לימודים מתאימות. לאחרונה נעשה מחקר בישראל, על לחצי העבודה ורמת השחיקה בעבודת הגננת, כשאוכלוסיית המחקר הייתה גננות יהודיות המלמדות בגנים לגילאי 0-6. במחקר זה, נמצא שגננות העובדות במגזרים שונים ובגנים מרמות טיפוח שונות, מדווחות על רמות לחץ ושחיקה שונות (אשרת, 1999). מבדיקת הספרות המחקרית, מצאנו כי נושא זה טרם נחקר במגזר הערבי בישראל.

+ עבודת הגננת מול עבודת המורים :

אשרת (1999) הבחינה בין עבודת הגננת לעבודת המורים בישראל, בכך שהגננת חייבת בבניית תוכניות והפעלות שונות לילדי הגן, בגלל שייכותם לשני שנתוני גיל, בשונה מכיתת בית-הספר המכילה בני שכבת גיל אחת בלבד.

הצוות היעוצי-פסיכולוגי, איננו זמין לרשות הגנת בשונה מהמורים בביה"ס ואינו מלווה אותה באופן צמוד, לכן, הגנת עלולה למצוא את עצמה מתמודדת באופן כמעט עצמאי עם ילדים בעלי קשיים הזקוקים לאבחון ולטיפול אינדיבידואלי.

הגנת בתפקודה היום-יומי ממלאת בגן את רוב הפונקציות שממלאים בבית הספר צוות גדול של בעלי תפקידים, והם: מורה, מנהל, מזכירה, שרת ולעיתים אף תפקידים של יועצת ואחות בית-הספר. הגנת אחראית על מגוון תפקידים ומטלות ללא אפשרות לשתף עמיתים בתהליכי תכנון העבודה וקבלת ההחלטות. המורים לעומת זאת, פועלים בארגון היררכי שבעלי תפקידים שונים מתחלקים בנטל האחריות וקיימת אפשרות להיוועץ עם עמיתים או ממונים בעלי ניסיון כאשר מתעורר קושי מסוים.

מבנה יום העבודה של הגנת אינו מאפשר כל הפוגה מהרגע בו הילדים מגיעים לגן ועד עזיבתם את הגן בשעות הצהריים. כשהמורים בבית הספר זוכים להפסקות קצרות בין שיעור לשיעור.

הגנת נמצאת בקשר כמעט יומי עם ההורים אשר מלווים את ילדיהם לגן וחזרה ממנו בבוקר ובצהריים, מפגשים אלה יוצרים מצב של חיכוך צמוד, אשר בו הלקוח של הגנת אינו רק הילד, אלא גם ההורה במידה ניכרת. לעומת זאת המורים מקיימים עם ההורים מספר מועט של מפגשים יזומים במשך השנה. מהשוואה זו ניתן להסיק, כי מאפייני עבודתה של הגנת, לעומת זו של המורים, מורכבת יותר. מחקרים קודמים בדקו לחץ ושחיקה אצל המורים (פרידמן ופרבר, 1992), ומקורות הלחץ בעבודת הגנת (אשרת, 1999). אולם הקשר בין גורמי הלחץ לבין השחיקה אצל גנות טרם נחקר. מטרתו של מחקר זה היא לבדוק איפוא, מהו הקשר בין גורמי הלחץ בהם מתנסה הגנת ובעבודתה לבין רמת שחיקתה.

+לחץ;

הלחץ הוא בן-לוויה של חיי יום-יום. ראשיתו בהתעוררות של אי-נחת ושיאו בערעור של שיווי המשקל ובסכנת התמוטטות. במצבי לחץ, ניתן לזהות מספר מרכיבים: יש המתהווים בפתאומיות, יש המצטברים בהדרגה והמשתנים במשך הזמן. וישנם לחצים מצטברים בעלי משך בלתי מוגבל (לחצים כרוניים).

לכל משבר אופייניות התופעות הבאות: תמורות במעמד, בתפקיד ובצפיות, אובדן השליטה וחוסר מידע הנחוץ להתארגנות מחדש. מצב לחץ מתייחס בעת ובעונה אחת, לשלושה היבטים: לאירוע המחולל משבר, לתהליכים פנימיים של הרגשה וחשיבה המעניקים לאירוע את משמעותו המאיימת, ולמכלול התגובות המידיות וארוכות הטווח הבאות בעקבותיו. מצבי לחץ נושאים בחובם סכנת כישלון, התמוטטות והצפה בבעיות בלתי פתורות מן העבר (איילון, 1983).

במחקר זה, לחץ מוגדר כמצב בו הפרט עומד מול דרישות גבוהות יותר מהמשאבים העומדים לרשותו (Folkman & Lazarus, 1984).

כאשר המונח דרישות מתייחס לתפיסה הסובייקטיבית של הפרט את הגירויים המופנים כלפיו. מקובל לחלק את התגובות לחץ לארבעה סוגים:

1. תגובות אפקטיביות כגון: פחד, חרדה, אשמה, דיכאון, כעס ושאר אמוציות.
 2. תגובות התנהגותיות כגון: רעד, מתח שרירים, הפרעות דיבור, הבעות פנים מיוחדות, תוקפנות וברחה.
 3. שינויים באדפטיביות של פונקציות קוגניטיביות כגון: הפרעות בתפיסה, חשיבה, שיפוט, פתרון בעיות, מיומנויות.
 4. שינויים פיזיולוגיים וביוכימיים כגון: פעולות של מערכת העצבים האוטונומית, פעולות של המערכת האנדוקרינולוגית, לחץ דם, דופק, נשימה, טמפרטורת הגוף.
- התוצאה הסופית של לחץ עלולה לעתים להיות שחיקה.

+שחיקה;

על אף שביטוייה של תופעת השחיקה הנפשית מוכרים היטב, חקירתה המדעית צעירה יחסית. רק באמצע שנות השבעים, התפרסם בארה"ב המאמר הראשון שהייתה בו התייחסות לתופעה זו. בשנים שלאחר פרסום המאמר, גברה מאוד ההתעניינות בנושא. התעניינות זו, נבעה מעצם העבודה, כי לשחיקה יש השפעות מרחיקות לכת על רמת תפקודו של הפרט, ומשום כך, גם על רמת תפקודם של מקומות עבודה.

מהספרות המקצועית עולה, ששחיקה אינה מבודדת המאפיינת מספר מצומצם של אנשים. להפך, היא מתייחסת למגוון רחב של אנשים העובדים בקשת רחבה של מקצועות.

המונח שחיקה הוגדר על ידי פיינס (1986), כתחושת תשישות רגשית, גופנית ורוחנית, הנגרמת מחמת עומס נפשי מתמיד ונמשך.

פרבר (אצל פרידמן ולוטן, 1993) מגדיר את תופעת השחיקה: "תסמונת הקשורה בעבודתו של איש המקצוע, הנובעת מכך שהיחיד תופס כי קיים פער ממשי בין המאמץ-תשומה-לבין התגמולים-תפוקה-בעבודתו. תפיסה זו מושפעת מגורמים אישיים ארגוניים וחברתיים".

על אף שעוצמתה של חוויית השחיקה, אורך ההתנסות בה, תדירותה ותוצאותיה שונים מאדם לאדם, תמיד ניתן למצוא בה שלושת המרכיבים הבסיסיים הבאים:

1. תשישות גופנית – מאפייניה הם: עייפות שאינה חולפת, חולשה כללית וחוסר מרץ.

2. תשישות רגשית- מאפייניה הם: תחושת דיכאון, חוסר אונים, חוסר תקווה ומלכוד.

3. תשישות רוחנית- מאפייניה הם: התפתחות של עמדות שליליות של האדם הנשחק כלפי עצמו, כלפי עבודתו וכלפי חייו. העניין בעבודה וההתעשרות הרוחנית ממנה הולכים ופוחתים, ההערכה העצמית הולכת ויורדת, והאדם מתחיל לחוש נחיתות וחוסר שייכות בעבודתו. מלבד עמדות שליליות וספקנות כלפי עבודתם, מפתחים אנשים שחוקים עמדות שליליות כלפי אחרים (פיינס, 1986, Maslach, 1978).

מכל מקום, ישנה הסכמה בין החוקרים, כי סימניה של השחיקה הם בין השאר תפוקה נמוכה, מורל ירוד, כעס, ציניות, עמדות שליליות כלפי מקבלי השירות, ובמקום לראותם כבני-אדם בעלי רגשות כמותם, הם מתחילים לראות בהם אוסף של בעיות (פרידמן, 1998, פרידמן ופרבר, 1992, פיינס, 1986)

לפי קריאקו (Kyriacou, 1987), ניתן להגדיר את שחיקת המורה כתסמונת הנובעת מלחץ מתמשך המאופיין בעיקר בתשישות גופנית רגשית והתנהגותית.

שאלות המחקר ;

1. מהם גורמי הלחץ הנתפס של הגננת בעבודה?
2. מהן עוצמות הלחץ הנתפס של הגננת בעבודה?
3. מהי רמת השחיקה של הגננות בעבודתן?
4. באיזו מידה יש קשר בין גורמי הלחץ השונים לבין רמת השחיקה אצל הגננות?

מערך המחקר ;

אוכלסיית המחקר ;

אוכלוסיית המחקר היא הגננות הערביות בישראל המלמדות בגנים גילאי 3-6 שנים. המדגם כלל 120 גננות ערביות מאזור המרכז והצפון, העובדות בגני ילדים ממלכתיים (80.7%, פרטיים (1.7%) ודתיים (17.6%). ממוצע הגילאים של הגננות 37 שנים. 44.5% מהגננות עם B. Ed, 24.4% מוסמכות בכירות, 25.2% מוסמכות, 5.9% אינן מוסמכות. 68.1% מהגננות עובדות בגני טרום חובה (גילאי 3-5). 31.9% מהגננות עובדות בגני חובה (גילאי 5-6).

כלי המחקר ;

- א- שאלון לבדיקת גורמי לחץ ועוצמתם-אשרת, צפורה(1999), מורכב מ-30 היגדים, בנוי על סולם ליקרט בן חמש דרגות, (1 מצייין העדר תחושת לחץ, 5 מצייין תחושת לחץ רבה מאוד).
- ב- שאלון שחיקה-פרידמן,ופארבר (1992) מורכב מ-15 היגדים בנוי על סולם ליקרט בן שש דרגות, (1 מצייין העדר התנסות, 6 התנסות באופן מתמיד).

משתני המחקר ;

משתנים תלויים-

רמת שחיקה כפי שנמדדה על ידי שאלון שחיקה.

משתנים בלתי תלויים-

רמת הלחץ כפי שנמדדה על ידי שאלון גורמי הלחץ ועוצמתם.

איסוף הנתונים ;

השאלון הועבר ל-250 גנות, קיבלנו בחזרה 120 שאלונים. הגנות ענו על השאלונים באופן אנונימי. יש לציין כי לפני חלוקת השאלונים היה תיאום עם מפקחות הגיל הרך במשרד החינוך.

ממצאים ;

נבדקו גורמי הלחץ ועוצמתם בעבודת הגנת. ממוצע הלחץ היה 2.64 וסטיית התקן 0.37. על סולם של חמש דרגות (1 = נמוך, 5 = גבוה). גורמי הלחץ אשר נתפסו כגבוהים (מעל 3) מתייחסים להיבטים הקשורים ישירות עם העבודה היום-יומית של הגנת עם הילדים. גורמים אלו הם: אחריות לבטיחות הילדים ועבודה עם ילדים בעלי קשיים.

גורמים אשר נתפסו כנמוכים (מתחת ל-2) מתייחסים להיבטים הקשורים לתיאום ויחסי גומלין חיצוניים לגן, גורמים אלו הם: עבודה יום-יומית עם עוזרת גנת והתמודדות עם קיום גן צמוד (ראה טבלה 1).

ההיגד שמתייחס לתחושת הסיפוק מההוראה בסולם השחיקה, צוין כמרכיב הגבוה ביותר בעוד ההיגד שצוין כנמוך ביותר הוא המתייחס להרגשה שממש "נשבר" להן מעבודת ההוראה (ראה טבלה 2).

הרמה המדווחת של השחיקה (הציון הממוצע על כל פריטי סולם השחיקה) הייתה 2.64 וסטיית התקן 0.67, על סולם של שש דרגות (1 = נמוך, 6 = גבוה). מצאנו שישנה קורילציה בין רמת הלחץ לרמת השחיקה שחוה הגנת (ראה טבלה 3).

ע"י בדיקת הקורילציה בין השחיקה לגורמי הלחץ השונים, מצאנו כי גורמי הלחץ אשר משפיעים על רמת השחיקה ומסבירים את מקורה הם: העבודה עם ילדים בעלי קשיים, הצורך לעמוד על המשמר במשך חמש שעות ומעלה יום-יום ללא הפוגה, התמודדות עם בעיות משמעת, הדרישה ליישם ולהחדיר תוכניות לימודים חדשות לגן, הצורך להביא את ההורים לשיתוף פעולה ועבודה יומיומית עם עוזרת גנת (ראה טבלה מס' 4).

טבלה 1: גורמי לחץ בעבודת הגנת (ממוצע וסטיית תקן)

M	SD	גורמי הלחץ	M	SD	גורמי הלחץ
3/966:	2/4269	הצורך להכין חגיגות ופעילויות עם הורים וילדים אחה"צ	4/4872	2/5237	אחריות לבטיחות הילדים
3/8653	2/6129	ניהול כספים בגן	4/2649	2/3541	עבודה עם ילדים בעלי קשיים
3/5313	2/4356	הצורך להוכיח את עצמך ללא הרף בעבודה	3/421:	2/3649	ביקורי המפקחת ללא הודעה מראש
3/9: 94	2/6324	החובה להשתתף בפגישות צוות ואסיפות אחה"צ	3/8937	2/4: 52	הצורך לעמוד על המשמר במשך חמש שעות ומעלה יום-יום ללא הפוגה
3/7: 5:	2/4855	הצורך להכין תוכנית עבודה שנתית, חודשית, שבועית	3/4388	2/4395	הנחת הנחיות והוראות ביצוע מהמפקחת
3/8569	2/3178	הצורך להקדיש בבית זמן להכנות עבור הגן	3/1535	2/2834	החובה לדווח להורים על קשיים של ילדם
3/4818	2/2342	הדרישה ליישם תוכניות לימודים חדשות	3/6111	2/263:	התמודדות עם בעיות משמעת
3/5594	2/3715	הדרישה להחזיר לגן תוכניות לימודים חדשות	3/8783	2/4322	הצורך להמשיך לתת תשומת לב לילד הפרטי לאחר יום מעייף עם ילדי הגן
3/966:	2/4174	העבודה עם אוכלוסייה הטרוגנית בגן	3/882:	2/57: 8	תגמול כלכלי נמוך
3/2: 5:	2/4: 25	ניהול גן באופן עצמאי	3/9829	2/5467	תנאים פיזיים בגן
2/3894	2/328:	הצורך להביא את ההורים לשיתוף פעולה	3/4586	2/433:	הערכת המפקחת את העבודה
3/9559	2/2: 24	הצורך להקדיש תשומת לב רבה לכל ילד	3/3296	2/3195	העדר עמיתים להתייעצות ותמיכה בעבודה היומיומית
2/8: 42	2/1947	עבודה יום יומית עם עוזרת גנת	3/9487	2/4173	הצורך להכשיר את ילדי הגן לבית הספר

3/23: 7	2/2557	תיאומים עם הגנת המשלימה	2 : 3/3	2/385:	ביקורת ההורים על העבודה
2/: 138	2/3573	התמודדות עם קיום גן צמוד	3/6838	2/4484	אי-ידיעת הקריטריונים להערכת העבודה

טבלה 2 : ממוצע וסטיית תקן להתנסות בשחיקה

M	SD	משפט
3/5185	2/6338	אני מרגיש שבאופן נפשי אני "סחוט" מעבודת ההוראה
4/5585	2/82: 8	אני מרגיש "גמור" בסוף יום העבודה בבית הספר
2/: 475	2/5336	אני מרגיש עייפות רבה בבוקר, כשעליי לצאת ליום עבודה נוסף בבית הספר
3/4: 3:	2/6612	אני מרגיש שהעבודה עם תלמידים במשך יום שלם היא מאמץ המכביד עלי
5/1553	2/997:	אני מרגיש שההוראה גורמת לי סיפוק רב
3/55: 6	2/7749	אני מרגיש שהוראה ועבודה עם תלמידים ממש "שוחקת" אותי
3/1381	2/6334	אני מרגיש שעבודת ההוראה מתסכלת אותי
4/5536	2/9769	אני מרגיש שאני עובד קשה מדי בהוראה
3/9352	2/7: 68	אני מרגיש שעבודת ההוראה מאפשרת לי למצות את מלוא יכולתי
3/5397	2/67: 6	אני מרגיש שעבודה עם תלמידים, באופן צמוד, יוצרת בי מתח רב
2/: 751	2/653:	אני מרגיש שממש "נשבר לי" מן ההוראה ומן העבודה עם תלמידים

3/2395	2/8168	שקלתי עזיבת ההוראה
3/3343	2/6221	אני מרגיש שעבודת ההוראה הופכת אותי חסר סבלנות
4/7361	3/2551	אני חושב שהייתי חוזר ובוחר בהוראה, אם ניתן היה להתחיל את חיי המקצועיים
3/3611	2/9344	אני מרגיש שכמורה "אינני מתקדם בחיים"

טבלה 3 : קורילציה בין רמת הלחץ והשחיקה

	רמת שחיקה	רמת לחץ
רמת שחיקה		0.274**
Sig. (2-tailed)		0.003
N		116
רמת לחץ	0.274**	1
Sig. (2-tailed)	0.003	
N	116	119

** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

טבלה 4 : קורילציה בין גורמי הלחץ לשחיקה

שחיקה	גורמי הלחץ	שחיקה Sig.(1- tailed)	גורמי הלחץ
1/358	הצורך להכין חגיגות ופעילויות עם הורים וילדים אחה"צ	1/161	אחריות לבטיחות הילדים
1/329	ניהול כספים בגן	1/116+	עבודה עם ילדים בעלי קשיים
1/177	הצורך להוכיח את עצמך ללא הרף בעבודה	1/387	ביקורי המפקחת ללא הודעה מראש
1/265	החובה להשתתף בפגישות צוות ואסיפות אחה"צ	1/127+	הצורך לעמוד על המשמר במשך חמש שעות ומעלה יום-יום ללא הפוגה
1/3: :	הצורך להכין תוכנית עבודה שנתית, חודשית, שבועית	1/3: 3	הנחתת הנחיות והוראות ביצוע מהמפקחת
1/258	הצורך להקדיש בבית זמן להכנות עבור הגן	1/611	החובה לדווח להורים על קשיים של ילדם
1/112+	הדרישה ליישם תוכניות לימודים חדשות	1/112+	התמודדות עם בעיות משמעת
1/111+	הדרישה להחדיר לגן תוכניות לימודים חדשות	1/165	הצורך להמשיך לתת תשומת לב לילד הפרטי לאחר יום מעייף עם ילדי הגן
1/449	העבודה עם אוכלוסייה הטרוגנית בגן	1/446	תגמול כלכלי נמוך
1/165	ניהול גן באופן עצמאי	1/196	תנאים פיזיים בגן
1/148+	הצורך להביא את ההורים לשיתוף פעולה	1/379	הערכת המפקחת את העבודה
1/161	הצורך להקדיש תשומת לב רבה לכל ילד	1/56:	העדר עמיתים להתייעצות ותמיכה בעבודה היומיומית

1/112+	עבודה יום יומית עם עוזרת גננת	1/193	הצורך להכשיר את ילדי הגן לבית הספר
1/1: 1	תיאומים עם הגננת המשלימה	1/27:	ביקורת ההורים על העבודה
1/365	התמודדות עם קיום גן צמוד	1/549	אי-ידיעת הקריטריונים להערכת העבודה

$$p = 1/161 +$$

+ דיון בממצאים ;

מטרתו העיקרית של מחקר זה הייתה לבחון את הקשר בין גורמי לחץ לבין רמת השחיקה שבה מתנסה הגננת בעבודתה. ממצאי המחקר הצביעו על כך, כי רמת השחיקה בה התנסו הגננות נמוכה מזו אצל המורים (פרידמן ופרבר, 1992). בדומה לתוצאה במחקרים אחרים אשר בדקו את רמת שחיקתן של גננות שהצביעו על כך, כי הגננות התנסו בעוצמות שחיקה נמוכות יותר מאלה של המורים (אושרת, 1999). נמצא שגורמי הלחץ הגבוהים ביותר מתייחסים להיבטים שונים הקשורים ישירות בעבודה היום יומית עם הילדים. בהשוואת ממצא זה לגורמי הלחץ אצל גננות במגזר היהודי, הממצאים דומים (אושרת, 1999). גורמים אלה הם: לחצים הנובעים מהאחריות לבטיחות הילדים, לחצים הנובעים מעבודה עם ילדים בעלי קשיים. בעוד שהגורמים שדורגו כנמוכים ביותר היו גורמים המתייחסים להיבטים ארגוניים שונים הקשורים לתיאום ויחסי גומלין כמו: התמודדות עם קיום גן צמוד ועבודה יום יומית עם עוזרת גננת. זאת אומרת, כי גורמי הלחץ העיקריים בעבודתה של הגננת נובעים מגורמים מהותיים לעבודתה – עבודה עם ילדים. במקביל ההיגד הנמוך ביותר בסולם השחיקה הוא זה המתאר הרגשה שממש "נשבר" לגננת מן ההוראה ומן העבודה עם תלמידים, מכאן אפשר להסיק ולהבין כי העבודה עם ילדים היא אכן לוחצת את הגננות, אבל כנראה שתחושת השחיקה הינה תוצאה של סך הכל גורמים רחבים יותר ולא דווקא עבודה עם הילדים. גורמים אלה לפי ממצאי המחקר הם :

עבודה עם ילדים בעלי קשיים, והתמודדות עם בעיות משמעת, הגנת שרויה במצב של התמודדות כמעט עצמאית עם ילדים בעלי קשיים הזקוקים לאבחון וטיפול אינדיווידואלי ועם בעיות משמעת בלי עזרתם של עמיתים או אנשי מקצוע כמו יועץ חינוכי או פסיכולוגי בגלל המבנה הארגוני של כיתת הגן (אושרת, 1999).

הדרישה ליישם ולהחדיר תוכניות לימודים חדשות. התגובה השכיחה לשינויים וחידושים בד"כ היא התנגדות. וכנראה ככל שתדירות השינויים גבוהה יותר, נפשית זה מקשה על האדם שעובר שינוי זה, לכן, גננות שחוות את השינויים דרך תוכניות הלימודים החדשות כגורם מלחיץ, לפי תוצאת המחקר, על פי רוב הן גננות שחוקות.

הצורך לעמוד על המשמר במשך חמש שעות ומעלה יום-יום ללא הפוגה. עובדה זו נחשבת לאחת המאפיינים של עבודת הגננת, למעשה הגנת איננה יכולה לעזוב את משמרתה אף לא לפרק זמן קצר ביותר.

הצורך להביא את ההורים לשיתוף פעולה- למרות שגורם לחץ זה לא דורג מבין גורמי הלחץ הגבוהים אצל הגננת, אולם נמצא כמנבא שחיקה. ניתן לייחס ממצא זה לעובדה שהגנת נמצאת במצב של חיכוך צמוד עם ההורים מאחר ורוב ההורים מלווים את ילדיהם לגן וחזרה בבוקר ובצהריים, לכן, נוצר מצב אשר בו הלקוח של הגנת איננו רק הילד, אלא גם ההורה במידה לא פחותה.

העבודה היום יומית עם עוזרת-ניתן לייחס ממצא זה לעובדה כי עוזרות הגננות בגני הטרם חובה והחובה, בד"כ לא עברו הכשרה כלשהי, דבר שיכול להביא את העוזרת להתנהג עם הילדים ועם הגנת בתוך הכיתה בצורה לא מקצועית, לכן, הגיוני כי מצב זה ייצור מתח במערכת היחסים ובקשרים שבין הגנת לעוזרת.

ברמת המאקרו מצאנו כי ישנה קורילציה בין תחושת הלחץ והשחיקה אצל הגננות ההולכת ביחד עם מה שטענו Folkman & Lazarus (1984) כי התוצאה הסופית של לחץ עלולה להיות שחיקה.

לפי ממצאים אלה, יש מקום להמליץ בפני קובעי המדיניות ומקבלי ההחלטות העוסקים בחינוך, לחשוב על ארגון מחדש של המבנה הארגוני של הגנים, בכך שיהיו לצד הגנת אנשי מקצוע שילוו אותה במהלך העשייה החינוכית שלה כמו: יועצים חינוכיים ופסיכולוגים, דבר שיתמוך בה נפשית ומקצועית ועשוי לסייע ולמצמצם את רמת הלחץ והשחיקה בהן היא מתנסה.

בנוסף, צריך לשאוף לכך, במוסדות להכשרת עובדי הוראה, לפתח את תוכנית הלימודים במסלולים לגיל הרך בכיוון של הקניית כלים להתמודדות עם גורמי לחץ ושחיקה אלה, כמו: התמודדות עם בעיות משמעת ועבודה עם ילדים בעלי קשיים, ע"י שילוב קורסים בחינוך המיוחד ובמדעי ההתנהגות. לגבי גורמי הלחץ, שמשפיעים על השחיקה ומסבירים את מקורה, הקשורים ביחסי הגומלין החיצוניים של הגננת כמו: שיתוף הפעולה עם ההורים ועבודה יום יומית עם עוזרת מאוד חשוב שתוכנית הלימודים להכשרת הגננות תכלול קורסים העוסקים בקשר הזה שבין המסגרת החינוכית(הגן) לבין ההורים, כמו כן, ישנו צורך גדול בהקניית מיומנויות של תקשורת בין-אישית ועבודת צוות דבר שמאוד חיוני לקיומו של קשר איכותי בין הגננת לעוזרת. אחת הדרכים המקובלות להתפתחות הפרופסיונאלית, היא השתתפות בהשתלמויות מקצועיות לאורך הקריירה. במחקר שנערך במכון וייצמן (Fresko & Ben-chaim,1986 בתוך: פרידמן ופארבר, 1992) נמצא שמורים למתמטיקה שעברו השתלמות מיוחדת, שיפרו את תחושתם הן ביחס לשליטתם בתכנים מתמטיים והן ביחס למיומנות הוראת המתמטיקה. ניתן להמליץ בפני גננות, שקשה להן עם הדרישה ליישם ולהחדיר לגן תוכניות לימודים חדשות, על השתלמויות לאורך הקריירה המקצועית לא רק כאמצעי להחדרת שינויים אלה, אלא גם כמסייע בצמצום רמות הלחץ והשחיקה בעבודת הגננות.

ביבליוגרפיה

1. איילון, ע. (1983). איזון עדין. פאר, תל-אביב.
2. אשרת, צ. (1999). "לחץ ושחיקה אצל גננות". בתוך: עיון ומחקר בהכשרת מורים 6 (תשנ"ט), עמ. 94-119.
3. מלאך-פינס, א. (1986). שחיקה נפשית-מהותה ודרכי התמודדות עמה. צ'ריקובר מוציאים לאור בע"מ.
4. מנסור, ע. (1998). "מסגרות חינוך לגיל הרך בחברה הפלשתינאית בישראל", בתוך: ילדים ובני נוער ערבים בישראל-ממצב קיים לקראת סדר יום עתידי. ג'וינט. עמ. 47-57.

5. فريدمان, י. (1998). מורים ותלמידים-יחסים של כבוד הדדי. ירושלים, מכון הנרייטה סאלד, עמ. 17-31.
6. פרידמן, י. ולוטן, א. (1993). לחץ ושחיקה בהוראה-גורמים ודרכי מניעה. מכון הנרייטה סאלד, המכון הארצי למחקר במדעי ההתנהגות, ירושלים.
7. פרידמן, י. ופרבר, ב. (1992). הדימוי המקצועי של המורה ושחיקתו. ירושלים: מכון סאלד.
8. רם, ג. (1997). "גוננת", בתוך: קשתי, י. אריאלי, מ. ושלסקי, ש. לקסיקון בחינוך וההוראה. תל-אביב, רמות.
9. Folkman, S. & Lazarus, R. S.(1984). **Stress Appraisal and Coping**. Springer Pub., New York.
10. Kyriacou, C. (1987). "Coping actions and occupational stress among school teachers". **Research in Education**, 24, 57-61.
11. Maslach, C. (1978). "The Client Role in Staff Burnout". **Journal of Social Issues**, 34(4), 112-124.

ضغط وتآكل لدى معلمة الروضة في الوسط العربي

יביחט הזא המאל فی עואمل الظمط الטי תואجه מריبة الروضة وعلاقتها بمستوى التآكل. أجري البحث على عينة (120) من مربيات صفوف البستان و صفوف ما قبل التعليم الإلزامي. دلت نتائج البحث على أن التآكل لدى معلمة الروضة أقل من المعلم كما هو الحال في الوسط اليهودي. من أهم مسببات الضغط: مسؤولية أمان الطلاب. والعمل مع أطفال ذوي احتياجات خاصة. كما دلت النتائج على وجود علاقة تصاعدية بين الضغط والتآكل. عواامل الضغط التي تؤثر على التآكل تتعلق بجوانب خارجية في عمل مربية الأطفال مثل حت أولياء أمور الطلاب على التعاون مع المربية. إدراج برامج تعليمية جديدة. وكذلك بجوانب داخلية مثل العمل مع أولاد ذوي احتياجات خاصة. معالجة مشاكل الانضباط العمل اليومي برفقة مساعدة والانتباه المستمر مدة خمس ساعات يومياً على الأقل.

توصي النتائج على العمل بمرافقة أخصائيين كمستشارين تربويين وأخصاء في علم النفس. كما توصي بفتح مساقات للطفولة المبكرة في المعاهد العليا لتوفير الوسائل التقنية التي من خلالها تستطيع المعلمة التعامل مع عواامل الضغط والتآكل.