

אפרת קס (2012). לא לפחד מהפחד: תחושת מסוגלות אישית ומקצועית בהוראה. תל-אביב: מכון מופ"ת. 322 עמודים.

## גבראל בוקובזה

"הדבר היחיד שיש לנו לפחד מפניו, הוא הפחד עצמו". את המשפט המפורסם הזה אמר פ"ד רוזוולט, נשיאה ה-32 של ארצות הברית, בנאום ההשבעה שלו במרס 1933.<sup>1</sup> רוזוולט דיבר על המיתון העמוק והאפל שאליו התגלגלה כלכלת ארצות הברית באותה תקופה, שבעטיו איבדו מיליוני אזרחים את עבודתם ולעתים אף את בתיהם. בחציו השני, המפורסם פחות, של המשפט הוא הגדיר את הפחד כ"אימה חסרת-שם, חסרת היגיון, בלתי-מוצדקת, שמשתקת את המאמצים החיוניים להפוך נסיגה להתקדמות". דבריו של רוזוולט היו ניסיון מתוחכם להפיח עוז ואמונה בקרב האומה ולשכנע את האזרחים שבכוחם למגר את הקשיים. למעשה, מה שביקש להשיג מבחינה פסיכולוגית היה לעורר בבני עמו את ההכרה כי הם בעלי יכולת; לחדור לתוך תחושת המסוגלות העצמית שלהם ולהעצים אותה.

כמה עשרות שנים אחר כך הגדיר הפסיכולוג החוקר יליד קנדה אלברט בנדורה (Bandura) את המסוגלות העצמית כמידת אמונתו של האדם בכוחו להשיג מטרות נחשקות באמצעות ארגון וביצוע של פעולות שהן תחת שליטתו. בעיני בנדורה, המסוגלות העצמית היא הצופן הקוגניטיבי הסמוי שמפעיל את ההתנהגות הגלויה. שני אנשים עשויים להיות בעלי כישורים דומים, אולם זה שיש לו אמונה עצמית גבוהה יותר ביכולותיו וידיעה ברורה יותר כיצד להגשימן - יצליח יותר. התאוריה החברתית-קוגניטיבית של בנדורה, שהנו הפסיכולוג החי המצוטט ביותר בעולם כיום, השפיעה רבות משום שהשכיחה ליצור חיבור דינמי בין גורמים אישיים (קוגניטיביים ורגשיים), התנהגותיים וסביבתיים. בנדורה סיכם זאת כך: "מה שבני אדם חושבים, מאמינים ומרגישים, משפיע על ההתנהגות שהם נוקטים. ההשלכות החיצוניות והטבעיות של פעולותיהם, מנגד, משפיעות חלקית על דרכי החשיבה שלהם ועל תגובותיהם הרגשיות" (בנדורה, 1986: 25).<sup>2</sup>

אפרת קס בספרה לא לפחד מהפחד: תחושת מסוגלות אישית ומקצועית בהוראה חקרה פן מסוים בתוך התחום הרחב של מסוגלות עצמית. היא התמקדה במורות וניסתה להתחקות אחר הגורמים הנמצאים בזיקה לרמות המסוגלות העצמית והמקצועית שלהן. מה מבדיל למשל בין שתי מורות מוכשרות ובעלות ניסיון שאחת מהן אסרטיבית, יוזמת ומלאת תעוזה, בעוד חברתה חרדה, לחוצה ואינה מאמינה בעצמה? קס ביקשה לגלות את התשובות לשאלות מסוג

1 נאומו המלא של פ"ד רוזוולט מופיע ב: <http://historymatters.gmu.edu/d/5057>.

2 Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

זה, ויצאה למה שהיא הגדירה כ"מסע". למעשה, מדובר בעבודת דוקטורט שעובדה לספר, ותוך כדי תהליך נוספו סיפורים אישיים מהביוגרפיה של הכותבת, קטעי ספרות ושירה ואף ציורים פרי ידה המופיעים בראשי הפרקים.

הספר, ששזורים בו זה לצד זה פנים אישיים, מחקרניים ומקצועיים, מציג ממצאים חשובים. הקשרים שהתגלו בין רמות המסוגלות ובין משתני הרקע הם מרובים, מעוררי מחשבה ומקדמים את הבנת התופעה. אמנם מדובר בעבודה איכותנית, ולכן יש קושי לחרוץ דעה בנוגע לסיבתיות בין המשתנים, אולם ההבנה שכל מורה בעלת מסוגלות עצמית עומדת על כתפיהם של הוריה, של הקשיים שעברה בחייה, של התמיכה שקיבלה ושל הדרך שעשתה לבדה - היא בעלת משמעות. לדוגמה, בשני הפרקים המרכזיים על מסוגלות עצמית גבוהה ונמוכה פותחת קס בתיאור הקשר עם ההורים, ובראש ובראשונה עם האב. מורות בעלות מסוגלות עצמית גבוהה תיארו את אביהן כדמות משמעותית מאוד בחייהן. לעתים הן הזדהו באופן שלם ופשוט עם התכונות שייחסו לו, כגון חכמה, הבנה, יכולת הכלה וסיוע, פתיחות ואנושיות; לעתים ההזדהות הייתה מורכבת יותר וכללה מרידה (שהאב אפשר) לצד כבוד ולמידה. נוסף על כך ובאופן מעניין, האבות שבנותיהם גדלו להיות מורות בעלות מסוגלות גבוהה שברו לעתים קרובות את המוסכמות המגדריות: הם הפגינו תכונות הנתפסות באופן מסורתי כנשיות (דאגה לחלש, קבלת תפקיד הבישול בבית) ועודדו את בנותיהם לאמץ דפוסים "גבריים" (למשל יכולת לבקר, להיות עצמאיות בדעותיהן). מורות בעלות מסוגלות נמוכה לעומת זאת חוו אובדן - ממשי או סימבולי - של דמות האב. אובדן הקשר עם האב נבע ממותו בגיל צעיר, מפירוק המשפחה או מהיעדרות מנטלית או רגשית שלו. ברוב המקרים הללו התוצאה הייתה פגיעה במצפן האישי של הבת ובאמונתה שהיא תדע איך לפעול ולהתקדם בחיים.

מעבר לרקע משפחתי קס עוסקת במחקרה גם ברמה המערכתית ובמרחב המקצועי שהמורות פועלות בהם. מערכות היחסים בין הקולגות, סגנונות הניהול ותרבות הארגון קשורים כולם לתחושת המסוגלות. כך, למשל, מנהלת שיוצרת אווירת שייכות ולכידות בתוך הסגל, שמאפשרת תרבות תקשורת גלויה ושמספקת מערך משוב מכבד ומתגמל - תגביר את רמת המסוגלות של המורות. לעומת זאת תחושה של ניכור בתוך הצוות, תרבות של מסרים מעורפלים ודיאלוג לקוי ושימוש במשובים ככלי לפגוע, לחסום או לשלוט - יפחיתו את המסוגלות.

זהו ספר חשוב, שכן הוא חלק מספרות הולכת וגדלה שחושפת את הצדדים הנפשיים המשפיעים על מקצוע ההוראה. ההוראה היא פרופסיה, ולכן ראוי שתקבל הזנה ממגוון דיסציפלינות - פדגוגיה, סוציולוגיה, טכנולוגיה, ניהול, פסיכולוגיה, חקר המוח ועוד. מורים, מנהלים, יועצות, אנשי חינוך וחוקרים שיקראו את הספר יוכלו ללמוד ממנו. נוסף על כך, ספרה של קס, בדומה לתאוריה המקורית של בנדורה, מראה שתכונות אלה אינן פרי הגורל הבלתי-משתנה. סביבה מטפחת ומשרה ביטחון, דיאלוגית ומאתגרת במידה עשויה להעלות את רמת המסוגלות המקצועית של מורות, ובכלל זה את של אלה אשר רמתן הראשונית הייתה נמוכה יחסית.