

חמדת



הקשר בין זהות מקצועית לחוסן של מורות מתחילות שמלמדות בתקופות משבר

לילך לאה כהן, חני בן מנחם, יפעת לובר וענת בארט

תקציר

המחקר בוחן את הקשרים בין מרכיבי הזהות המקצועית של מורות מתחילות בזמן מלחמה למידת חוסן, ואת תרומת כל רכיב לניבוי חוסן. חוסן, כלומר היכולת לעבור משבר, לחזור לתפקוד ולצמוח מהחוויה, הוא מרכיב מרכזי בעבודת המורה בשגרה ובחירום. לכן פיתוח החוסן הוא מטרה מרכזית במערכת החינוך, ואחד מהכלים לבניית חוסן הוא בניית הזהות המקצועית של המורה. במחקר השתתפו 104 בוגרות 'מכללה ירושלים' בעשור האחרון, שענו על שאלוני חוסן וזהות מקצועית מקוונים בזמן מלחמת חרבות ברזל. הממצאים מראים על קשרים מובהקים בין המסוגלות העצמית המקצועית ותחושת השליחות כמרכיבי זהות מקצועית וכן רמת הדתיות ושירות צבאי של בן משפחה ובין מידת החוסן; אך רק המסוגלות העצמית המקצועית ושירות צבאי של בן משפחה נמצאו כגורמים המנבאים חוסן. מסקנות המחקר מצביעות על דומיננטיות המסוגלות העצמית המקצועית של מורים בפיתוח חוסן בזמני משבר, לעומת מרכיבי הזהות המקצועית האחרים. נוסף על כך, המציאות הישראלית המתגרת בעת מלחמה מעצימה את הקשיים של מורות מתחילות, ומשרד החינוך נדרש לטיפול הולם לאוכלוסייה זו.

ד"ר לילך לאה כהן,
המחלקה לחינוך, מכללה
ירושלים, דוא"ל:
lilachc555@gmail.com

חני בן מנחם,
המחלקה לחינוך, מכללה
ירושלים; המחלקה לניהול
מערכות מידע, המרכז
האקדמי הרב תחומי
ירושלים. דוא"ל:
chaniben4@gmail.com

יפעת לובר,
המחלקה לחינוך, מכללה
ירושלים. דוא"ל:
loberyifat@gmail.com

ד"ר ענת בארט,
המחלקה לניהול מערכות
חינוך, מכללה ירושלים.
דוא"ל:
anatbarth@gmail.com

לציטוט: (מדעי החברה) – כהן, ל'
ל, בן מנחם, ח', לובר, י' ובארט ע'
(תשפ"ו). הקשר בין זהות מקצועית
לחוסן של מורות מתחילות
שמלמדות בתקופות משבר חמדת
כ'.

מילות מפתח:

חוסן, זהות מקצועית, מורות
מתחילות, משבר, נשות
מגויסים.

מבוא

תפקידם של המורים בעולם הפך להיות מורכב ומאתגר בעשור האחרון. בשל המהפכה הטכנולוגית מורים צריכים לשלוט במגוון תחומים הכוללים יכולות טכנולוגיות, ניהול כיתה הטרורגנית וזמינות אישית לכל תלמיד בשגרה ובעיתות חירום. מעבר לשינויים אלו, שהם מדורגים, מערכת החינוך מתמודדת עם משברים אקוטיים שפקדו את העולם בשנים האחרונות. בשנת 2019 פרצה מגפת הקורונה שחייבה את מערכת החינוך למעבר ללמידה מרחוק, שימוש בכלי הוראה טכנולוגיים, התמודדות עם בעיות רגשיות וחברתיות של תלמידים והורים שנבעו מהמצב, תוך כדי התמודדות אישית עם הנגיף ועם החזרה לשגרה לאחר מציאת החיסון המתאים. בשנתיים האחרונות מתמודדת מדינת ישראל עם מלחמת חרבות ברזל, אשר חייבה את המורים להתמודדות עם הוראה מרחוק, התמודדות עם מצבים מסכני חיים בזמן הלימודים, שינוי בכוח האדם בבתי הספר כתוצאה משירות מילואים והתמודדות רגשית וחברתית עם המלחמה ותוצאותיה. המשברים המתמשכים והאקוטיים מחייבים את יכולת ההתמודדות של המורים המתבטאת במידת החוסן שלהם. חוסן מוגדר כתהליך חזרה של האדם 'לעצמו' מחוויות של קושי ומצוקה. לחוסן חמישה מרכיבים: תפיסת מסוגלות עצמית, יכולת של הפרט לעמידות במצבים שליליים, תפיסות חיוביות כלפי שינוי, יכולת שליטה עצמית לניהול עצמי גם במצבי לחץ ורוחניות (Connor & Davidson, 2003). החוסן של המורים תלוי בגורמים רבים, והמחקר הנוכחי מתמקד בזהות המקצועית של מורים כגורם מרכזי בפיתוח החוסן. זהות מקצועית מוגדרת על ידי פישרמן ווייס (2011) כתשובה לשאלה מי אני כאיש מקצוע ומורכבת מארבע ממדים: ביטחון בבחירה המקצועית של המורה, מסוגלות עצמית מקצועית, תחושת שליחות מקצועית ותפיסה חיובית של המוניטין המקצועי. זהות מקצועית נמצאה במחקרים קודמים כגורם התורם ליצירת חוסן (Flores, 2018), אך לא נבחנה בזמני משבר. נוסף על כך, המחקר הנוכחי מתמקד באוכלוסייה ייחודית של מורים מתחילים, תקופה שבה המורה בונה את יכולותיו המקצועיות הפדגוגיות והדידקטיות. מורים מתחילים זקוקים לתמיכה מקצועית מהסביבה (זוזובסקי ואחרים, 2022), ובזמן משבר, מעבר לקושי של ההתמודדות האישית הנובעת מהמשבר, הסביבה פחות תומכת והמורים החדשים דורשים תמיכה רבה יותר (Hortigüela-Alcalá et al., 2022). תוצאות המחקר עשויות לספק מידע תאורטי ומעשי על אודות זהות מקצועית של מורים מתחילים ויכולתה לנבא חוסן, כמו גם לשפוך אור על התמודדות זו בזמן משבר. ברמה הפרקטית, ידע זה עשוי להשפיע על תהליכי ההכשרה והליווי של המורים המתחילים למען

הצלחה בתפקידם והנעתם להמשיך ולעסוק במקצוע ההוראה. קרוב לוודאי כי תוצאות המחקר עשויות לתרום למובילי מערכת החינוך למצוא תוכניות מניעה להקטנת שיעורי הנשירה שנמצאו דווקא בקרב מורים מתחילים בין השנה הראשונה לשנה הרביעית לעבודתם בהוראה (ארביב-אלישיב וצימרמן, 2015). נוסף על כך, המידע על הקשיים בזמן משבר עשוי לסייע בפיתוח פתרונות מדויקים לגורמים הקשורים במשבר ומשפיעים על מידת החוסן של מורים.

סקירת ספרות

חוסן של מורים

חוסן הוא מושג הלקוח מעולמות המדעים המדויקים ומשמעו יכולת החזרה לתפקוד של קפיצים לאחר תהליכי מעיכה וכוח עצים שפועל עליהם. עם השנים עבר המושג לעולם מדעי החברה והוא מקבל שימוש רחב ברמה האישית, המשפחתית, הקהילתית והלאומית (פדן וגל, 2020). המושג בעולם מדעי החברה מתאר את היכולת של גוף כלשהו (פרט או קבוצה) להתמודד עם משבר בעת התרחשותו, לחזור לתפקוד ואף לצמוח ולהגיע להישגים גבוהים יותר מאלו שלפני המשבר. חוסן הוא יכולת מתפתחת ואינו תכונה מולדת, על כן הוא ניתן לפיתוח אצל אנשים שונים, ומשמש משאב אישי קריטי בהתמודדות עם משברים (שני וסומך, 2019).

למושג חוסן הגדרות רבות. אחת מההגדרות המקובלות היא הגדרתם של קונור ודוידסון (Connor & Davidson, 2003). הגדרה זו כוללת חמישה מרכיבים, והשילוב ביניהם יוצר את רמת החוסן האישי של הפרט. המרכיב הראשון הוא מסוגלות עצמית, כלומר האמונה של הפרט שהוא מסוגל לעמוד במשימות הניצבות לפניו; מסוגלות זו מתבטאת במקביל בהצבת סטנדרטים גבוהים ודבקות במטרה. המרכיב השני נוגע ליכולת של הפרט לעמידות למצבים שליליים, עמידות זו כוללת ביטחון באינסטינקטים האישיים ויכולת לצאת מחוזקים מהתמודדות עם מצבי לחץ. המרכיב השלישי נוגע לתפיסות חיוביות כלפי שינוי המתבטאות גם בביטחון ביחסים עם האנשים הסובבים את הפרט. המרכיב הרביעי הוא יכולת שליטה עצמית, הנוגעת ליכולת של הפרט לנהל את עצמו גם במצבי לחץ. המרכיב החמישי הוא רוחניות של הפרט. מטה-אנליזה שנערכה לבחינת הגדרה זו מראה על מהימנות גבוהה של הכלי באוכלוסיות שונות ברחבי העולם, במיוחד בגרסה הארוכה הכוללת 25 שאלות (Wojujutari et al., 2024).

בעולם ההוראה לחוסן יש תפקיד ייחודי. בלום ויוספסברג בן־יהושע (2022) טוענים כי כדי שמורים יוכלו להיות מסוגלים להתמודד עם רמת המתח במקצוע הכולל הוראת התלמידים ופיתוח חוזקותיהם, הם צריכים חוסן. כפי שתלמידים זקוקים להניעה כדי ללמוד, כך גם מורים זקוקים לסביבות הוראה מעוררות הניעה. הצורך הזה נובע מהתפקיד הבסיסי של המורה בהצמחת תלמידים תוך כדי התמודדות עם משברים יום־יומיים, שינויים בעולם ההוראה היוצרים משברים מקצועיים ושינויים גלובליים המתבטאים במשברים לאומיים – כדוגמת מלחמת חרבות ברזל, ומשברים בין־לאומיים – כדוגמת משבר מגפת הקורונה. ביטויים להתמודדויות אלו נראים במחקרים שונים. ברמה האישית של המורה, זבידאת ואחרים (2022) מצאו כי בקרב מורים נמצא קשר חיובי בין רמת החוסן האישי לבין רמת האושר הסובייקטיבי, כמו כן נמצא קשר שלילי מובהק בין רמת החוסן האישי לבין רגשות שליליים, חרדה חברתית, פחד חברתי והימנעות חברתית. ברמה הארגונית של בית הספר, שני וסומך (2019) מצאו שלושה משתנים מקדימים התורמים לחוסנו הארגוני של בית הספר: ההון החברתי הפנים־ארגוני של הצוות הבית ספרי, ההעצמה הצוותית ותלות הדדית במטרה בין חברי הצוות. עוד נמצא כי החוסן הארגוני תורם לתפקוד הבית ספרי במצבי משבר ומשמש כמתווך בין שלושת המשתנים הנ"ל ובין התפקוד הבית ספרי במצבי משבר. ברמה של התמודדות עם משבר לאומי, מחקר שבחן באיזו מידה הצוותים החינוכיים חשים חוסן אישי, מקצועי ולאומי בתקופת מלחמת חרבות ברזל, וכלל 100 מורים באזורי קו העימות, הראה כי 70% מהמורים מגלים חוסן אישי בכך שחוזרים לעצמם במהרה לאחר אירוע ביטחוני, ו-78% מהנחקרים שומרים על אופטימיות רבה בתחומי חייהם. בתחום החוסן המקצועי 96% מהמשיבים חשים מחויבות עמוקה לתלמידיהם בעת המלחמה ו-72% מאמינים ביכולות של התלמידים שלהם להצליח במבחנים ובמטלות בתקופה זו; 86% דיווחו שהם אכן מקבלים תמיכה מלאה משותפי התפקיד והנהלת בית הספר בתקופה משברית זו. לעומת זאת, כ-60% תופסים את החוסן הלאומי כ'לא קיים' או חלש מאד (שושן-רפאלי, 2024). בבחינת התמודדות מורים עם משבר בין-לאומי, משבר הקורונה, מצאו ויימן־זקס ומלכה־יוס־טוב (2023) כי תפיסת אפיוני בית הספר מנקודת המבט של המורה נמצאה מתווכת את הקשר בין חוסן לשחיקה, ולכן ככל שהחוסן האישי גבוה יותר, כך גם תפיסת אפיוני בית הספר מנקודת מבטו של המורה חיובית יותר, והדבר גורם לשחיקה נמוכה יותר ולהפך. זאת ועוד, מורים שהיו שבעי רצון מהסיוע שקיבלו בתקופת הקורונה היו שחוקים פחות ממורים שלא קיבלו סיוע בתקופת הקורונה; ממצא זה חשוב במיוחד לאור העובדה ש-34% מהמורים

חשו כי הסיוע שקיבלו היה נמוך או לא קיים. לוי ולבקוביץ (2021) מצאו כי בתקופת הקורונה ככל שהחוסן של המורים היה גבוה יותר, כך תחושת הדיכאון והבדידות היו נמוכות יותר. לחוסן אצל מורים ישנם גורמים שונים שיכולים לתרום לפיתוחו או לחלופין לפגוע ביצירתו. השלב של המורה בקריירת ההוראה הוא גורם חשוב לחוסן. זבידאת ואחרים (2022) מצאו כי רמת החוסן האישי הממוצעת בקרב המורים המתחילים הייתה גבוהה מרמת החוסן האישי הממוצעת בקרב המורים המתמחים בהוראה. נוסף על כך, נמצא הבדל מובהק בין רמת החוסן האישי של מורים מתמחים לבין מורים בעלי ותק של שלוש שנים לפחות, לטובת המורים הוותיקים.

מעבר לגורמים האישיים המעצבים חוסן, גם לגורמים ארגוניים יש השפעה על חוסן של מורים, כך למשל מצאו שני וסומך (2019) כי ההון הפסיכולוגי של מנהל בית הספר הכולל תקווה, אופטימיות, מסוגלות עצמית וחוסן מפתח בבתי ספר חוסן ארגוני של כלל הצוות. כמו כן, לגורמים מקצועיים יש השפעה על חוסן; לוי ולבקוביץ (2021) מצאו ככל שתחושת השליטה של מורים הייתה גבוהה יותר והערכת הדחק נמוכה יותר, כך הוערך החוסן האישי כגבוה יותר. נמצא עוד כי הערכת הדחק של המורים מתווכת בין תחושת השליטה לבין בדידות וחוסן אישי. גם הנושא של זהות מקצועית קיבל תשומת לב מחקרית ונראה כגורם המגביר חוסן בקרב מורים (Flores, 2018).

זהות מקצועית של מורים

המושג 'זהות אישית' הוטבע על ידי אריקסון (Erikson, 1968), ולפיו יש לאדם תחושה והכרה שמעבר למצבים שונים ואירועים זמניים שונים, עצמיותו אינה עוברת שינויים. האדם לא נולד עם תחושות קוהרנטיות, והוא צריך לפעול על מנת להשיג תחושת זהות במהלך התפתחותו, וזאת באמצעות שלושה תהליכים שמאפשרים לפרט לברר ולהשיג זהות: הזדהות, חקירה (אקספלורציה) ומחויבות. הלינגר (2021) מציינת כי ישנה הבחנה בין זהות אישית לבין זהות חברתית ולא ברורה מידת השפעתה של כל אחת מהן בעיצוב זהותו של אדם. בתהליך הבניית הזהות האדם חותר לשלב בין המיצובים, התפקידים וההתנסויות שלו בחברה וליצור דימוי עקבי של 'העצמי'. תחושת הקוהרנטיות והרווחה הנפשית של האדם תלויות במידת השילוב בין תתי-הזהויות שלו, כלומר ביכולת לגבש גרעין פנימי יציב של 'העצמי' (קפלן ואחרים, 2016).

בעולם המערבי, המדגיש את עיסוקו של הפרט, מתפתחת גם זהות הקשורה בעיסוק זה

הנקראת 'זהות מקצועית'. רכיב חשוב בזהות של אדם בוגר הוא מקצועו או הקריירה שלו. מאחר שאדם מארגן את חייו במידה רבה סביב פעילותו המקצועית, לא ייפלא שתחום חיים זה מעצב את זהותו. הפרט מבקש לממש את עצמו באמצעות עבודתו וביחס אליה, ובאמצעותם הוא בונה את משמעות חייו (ניסן, 2012). הזהות המקצועית מתחילה להתפתח עם הבחירה בתחום הלימודים לקראת תואר וממשיכה ללוות את העובד גם לאחר פרישתו (פישרמן, 2018), ומכאן נובע כוחה הגדול. זהות זו משתנה ומתפתחת עם השנים בשל נסיבות אישיות וכן בשל נסיבות חיצוניות ושינויים בסביבה, ובמיוחד בנסיבות משבריות (חמו ואחרים, 2024). זהות מקצועית של מורים היא התשובה לשאלה מי הם כאנשי מקצוע. זהות זו כוללת ארבעה מרכיבים מרכזיים: ביטחון בבחירה המקצועית של המורים בתחילת דרכם ובהמשכה, תחושת המסוגלות העצמית הקשורה בתחושה שהם יכולים לבצע את משימות ההוראה, תחושת השליחות שלהם בעבודה ההוראה ותפיסת המוניטין המקצועי על ידי הציבור (פישרמן ווייס, 2011). הגורם הראשון הוא הביטחון בזהות המקצועית. גורם זה קשור לבחירתו הראשונית של המורה לעסוק במקצוע ההוראה, ומחובר באופן ישיר לבחירות שהוא עושה במהלך היום-יום. הביטחון בבחירה המקצועית נותן את אותותיו בכל פעם שהמורה נכנס לכיתתו, והידיעה כי המורה מרגיש שלם עם בחירתו משפיעה על היותו שלם עם עבודתו. לעומת זאת, קיים הסיכון כי מורה שאינו בטוח בבחירתו המקצועית ובכל זאת ממשיך בהוראה יחוה שחיקה במהלך עבודתו. הגורם השני הוא 'תחושת המסוגלות (חוללות) העצמית של המורה', הכוונה תחושה של המורה שיש לו התכונות והמיומנויות להיות מורה טוב. חלק מהזהות המקצועית היא תחושת המסוגלות העצמית, ומורה הבטוח ביכולותיו, בידיעותיו ובמיומנויותיו הוא אכן מורה בעל זהות מקצועית מגובשת. הגורם השלישי הוא 'תחושת השליחות', המבוססת על תחושה סובייקטיבית של המורה שהוא שליח, שיש לו אחריות ושיש מי שעומד מאחוריו (ושלח אותו). תחושת השליחות נוגעת גם למעגלים נוספים (מלבד המורה עצמו כמו בגורמים הקודמים), כיוון שהמורה חש שהוא שליח של מישהו: חברה, אידיאל, גורם מטה-פיזי, תלמידים. הגורם הרביעי הוא מוניטין החינוך וההוראה. דווקא בשל ההתדרדרות במוניטין ההוראה והפיכת מקצוע ההוראה ל'שעיר לעזאזל' של כל תחלואי החברה ניתן ללמוד על המגמה ההפוכה, שכן אם כך הוא דימויה של ההוראה ומקצוע החינוך, הם גם מסוגלים לשמש תרופה ומצפים מהחינוך וההוראה להציל את החברה מתחלואיה. לזהות מקצועית יש ייחודיות דווקא אצל מורים, בשל מעמד מקצוע ההוראה כפי שהוא נתפס בישראל. גילת וונגרוביץ (2018) מצאו כי בהשוואה בין המקצועות: רפואה, עריכת

דין, עובדי חברות הייטק, עובדי צבא קבע ומורים, מעמד מקצוע המורים בעיני החברה היה הנמוך ביותר, אף שתרומתו לחברה נתפסת גבוהה. מעמד זה היה יציב לאורך המחקר שנערך שלוש שנים, ומורים תפסו את מעמדם כגבוה יותר מאנשים המועסקים במקצועות אחרים. נוסף על כך, זהותם המקצועית של מורים מאותגרת באופן ייחודי בשל הרפורמות הרבות המתרחשות במקצוע זה ומערערות על התפקוד של מורים בפועל. מציאות זו של שינויים יוצרת מאבק בין זהותם האישית וזהותם המקצועית של מורים ויוצרת תחושה של שגרה משובשת, מה שעשוי לאיים על זהותם המקצועית (Grinshtain et al., 2023). מעבר לקשיים מערכתיים אלו, בשנים האחרונות מערכת החינוך, כמו מערכות אחרות בעולם ובישראל, נתקלות בהתמודדות עם משברים בין-לאומיים דוגמת משבר הקורונה (דה-מלאך, 2024) ובהתמודדות עם משברים לאומיים דוגמת מלחמת חרבות ברזל (לינדר, 2024), אשר מעצימים את קשיי המורים בכלל ואת קשיי המורים המתחילים במערכת החינוך בפרט. בוחניק (2017) מבחינה בשלושה שלבים התפתחותיים של הזהות המקצועית של מורים: ההכשרה להוראה, הכניסה להוראה והתפתחות המקצועית בעבודה. גיבוש זהות מקצועית מתרחש לאחר שלב ההכשרה וקשור בהתנסות בעבודה בשטח, אשר לה השפעה מהותית על גיבוש הזהות המקצועית. הסיבה לכך היא ששלב הכניסה למקצוע ההוראה הוא שלב מורכב ומאתגר. בשלב זה מתגלה פער עצום בין הציפיות של המורה לבין המציאות בשטח, ומכאן עולה הצורך בחקירה מחודשת של אמונות וערכים המנחים את המורה. חדד וסגל (2024) מצביעים על חשיבותם של גיבוש ועיצוב הזהות המקצועית דווקא בשנת ההתמחות, בהיותה תקופה רבת אתגרים מורכבים ומגוונים. ממצאי מחקרם מראים כי כל המרכיבים המובילים לגיבוש זהות מקצועית באו לידי ביטוי בשכיחות גבוהה. קפלן ואחרים (2016) מציינות כי דווקא שלב הכניסה להוראה הוא הזדמנות לחקירה עצמית להבניית זהות (אקספלורציה) ולהתמודדות עם סוגיות אלו יש השלכות על תחושות הערך העצמי, המסוגלות העצמית והרווחה הנפשית של המורה, כמו גם על הסתגלותו לעולם ההוראה. עם זאת, תהליך זה עלול להיות איום על אותם רכיבי זהות מקצועיים, ולכן חשוב שתהליך זה יתקיים בסביבה בטוחה ומוגנת אשר תומכת בצרכים הפסיכולוגיים הבסיסיים.

מורים מתחילים נתקלים בבעיות רבות בכניסתם לעבודה בבית הספר. קשיים אלו נובעים מהפער בין הציפיות של סטודנטים להוראה ובין המציאות של מורים בפועל, ריבוי הרפורמות במערכת החינוך, תהליכי חניכה מורכבים שאינם נותנים מענה למורים החדשים והדרישה לעבודה מיידית מול הורים, הנהלה ופיקוח. קשיים אלו קיבלו תשומת לב מחקרית רבה,

במיוחד בשנים האחרונות, מתוך ניסיון למצוא מנגנונים שיסייעו בתהליך הכניסה לעולם ההוראה (זבידאת ואחרים, 2022; זוזובסקי ואחרים, 2022; קפלן ואחרים, 2022). זהות מקצועית של מורים מאתגרת בזמן משבר, שבו המציאות מחייבת שינויים קיצוניים בשיטות הוראה, תוכני הוראה ואופי הקשר עם סביבת העבודה. מחקר שבחן את הזהות המקצועית של מורים בזמן משבר הראה כי בזמן זה גובר המתח בנוגע לגורמים ארגוניים, פדגוגיים ותרבותיים (Golzar et al., 2022). נראה כי משבר הקורונה אֵתגר את זהותם המקצועית של מורי חינוך גופני בשנתם הראשונה, והם חשו איזודאות בנוגע למקצוע ההוראה שלהם בעת שנדרשו לשנות את דרכי ההוראה ואמצעי ההוראה שלהם (Hortigüela-Alcalá et al., 2022).

זהות מקצועית מגובשת של מורים מביאה למגוון השלכות חיוביות. צמח ובארט (2021) מצאו כי זהות מקצועית מגובשת של מורים מגבירה את ההתנהגות הארגונית שלהם בבית ספר, כלומר את המוכנות של מורים לעשות משימות מעבר לתפקידם המוגדר, בלי תגמול או הכרה בעשייתם עבור תלמידים, עמיתים למקצוע ועבור בית הספר כולו. צמח ושפירא-לשצ'ינסקי (2022) מצאו כי זהות מקצועית מגובשת של מורים מפחיתה את הכוונה שלהם לעזוב את בית הספר שבו הם מלמדים ואת מקצוע ההוראה. חשוב לציין שהכוונה לעזוב את בית הספר היא תחושה או תפיסה שיכולה להימשך לאורך זמן ולפגוע הן במורה עצמו, הן בתלמידים והן בבית הספר. זהות מקצועית מגובשת של מורים מביאה לירידה בתחושת השחיקה שהם חווים, כלומר בתשיות הרגשית והפיזית שלהם, תחושת הניכור שהם חווים ותחושה שהם אינם מממשים את עצמם. במחקר נמצא כי מעורבות בעבודה מתווכת קשר זה (Lin et al., 2022). כמו כן, נמצא כי זהות מקצועית של עובדי הוראה בגיל הרך מגבירה את החוסן שלהם כפי שהוא מתבטא ביכולת להתגבר עם קשיים, היכולת להתמודד עם לחץ וחזרה לתחושת חיוניות. נוסף לכך, נמצא כי תשוקה למקצוע, המתבטאת בעמדות חיוביות כלפי העבודה, מוטיבציה, יכולת הסתגלות ועשייה מעבר לתפקיד המוגדר מתווכת קשר זה (Zhou et al., 2023). ממצאים דומים על הקשר בין הזהות המקצועית של מורים ותחושת החוסן שלהם נמצא גם בקרב מורים; אימוץ הערכים המקצועיים כמרכיב מרכזי בזהות המקצועית של מורים מגביר את תחושת החוסן של מורים הנמדדת באמצעות שבעות רצון משותפת מהעבודה, מסוגלות עצמית ומחויבות להוראה (Zhang et al., 2024).

לסיכום, נראה כי חוסן, שהוא היכולת לחזור לתפקוד לאחר משבר וכולל מסוגלות, התמודדות, שימוש בסביבה, תחושת שליטה ורוחניות (Connor & Davidson, 2003), הוא יכולת חשובה בקרב מורים המתמודדים עם אתגרים מובנים במקצוע (זוזובסקי ואחרים, 2022), בשינויים סביבתיים ובמשברים חיצוניים (Golzar et al., 2022). אחד מהגורמים להגברת החוסן של

מורים הוא זהות מקצועית (Zhang et al., 2024), אשר מוגדרת כתשובה לשאלה מי אני כאיש מקצוע ומורכבת מביטחון בבחירה המקצועית, מסוגלות מקצועית, תחושת שליחות ותפיסה חברתית של המקצוע (פישרמן ווייס, 2011). זהות זו נבנית אצל מורים לאורך כל הקריירה (פישרמן, 2018), אך ביסוסה חשוב בעיקר בתחילת הקריירה. התרומה של מצבים ייחודיים של תחילת הקריירה בתקופה משברית מתמשכת על חוסן לא קיבלו תשומת לב מחקרית, והמחקר הנוכחי בא למלא חסר זה ומבקש לענות על השאלה מהי תרומתם של מרכיבי הזהות המקצועית של מורים מתחילים לחוסנם במהלך תקופה משברית.

השערות מחקר

1. יימצא קשר חיובי בין ביטחון בבחירה המקצועית של מורות מתחילות בזמן משבר ובין תחושת החוסן שלהן.
2. יימצא קשר חיובי בין תחושת המסוגלות העצמית מקצועית של מורות מתחילות בזמן משבר ובין תחושת החוסן שלהן.
3. יימצא קשר חיובי בין תחושת השליחות של מורות מתחילות בזמן משבר ובין תחושת החוסן שלהן.
4. יימצא קשר חיובי בין תפיסת מוניטין המקצוע של מורות מתחילות בזמן משבר ובין תחושת החוסן שלהן.
5. מרכיבי הזהות המקצועית של מורות מתחילות בזמן משבר ינבאו את החוסן שלהן.

שיטת המחקר

אוכלוסיית המחקר

במחקר השתתפו 104 בוגרות לימודי הוראה ב'מכללה ירושלים'. גילן הממוצע היה 26.76 (סטטית תקן 4.61), 22 מהן היו רווקות (22%), 76 היו נשואות (77%) ואלמנה אחת (1%). 60 מהמשתתפות הגדירו את עצמן דתיות-לאומיות (58%) ו-43 הגדירו עצמן חרדיות (42%). המשתתפות התגוררו בכל רחבי הארץ: 60 היו מאזור ירושלים (60%), 15 היו מאזור הדרום (15%), 12 מאזור הצפון (12%) ו-13 היו מאזור תל אביב (13%).

במסגרת ההכשרה המקצועית 14 מהעונות למדו בתוכנית מצוינות (רגב) (15%), ואילו 82 למדו בתוכנית הרגילה (85%). 43 שילובו לימודי מדרשה עם הלימודים במכללה (43%), ואילו 58 למדו בתוכנית הרגילה בלבד (58%). מבין הבוגרות, 44 הוכשרו בהכשרה מסורתית (48.5%), 44 הוכשרו

בתוכנית אקדמיה-כיתה (48.5%), ואילו 3 הוכשרו בתוכנית מעו"ף (3%). ותק העבודה של הבוגרות היה 4.29 שנים (סטיית תקן 2.84). 38 שמשו כמורות מקצועיות (46%), 30 עובדות כמחנכות (37%) ו-14 שימשו בתפקידים אחרים (17%). מבין המורות, 9 לימדו בבתי ספר ממלכתיים (11%), 47 לימדו בבתי ספר ממלכתיים-דתיים (57%), 9 לימדו בבתי ספר ממלכתיים-חרדים (11%) ו-17 לימדו במוסדות מוכרים שאינם רשמיים (21%). 4 מהמשתתפות היו גנות (5%), 41 לימדו בבתי ספר יסודיים (51%), 13 לימדו בחטיבות ביניים (16%) ו-23 לימדו בבתי ספר תיכוניים (28%). בבתי הספר היו 352.26 תלמידים בממוצע (סטיית תקן 261.89).

מאפייני הבוגרות בזמן מלחמת חרבות ברזל הראו כי רק 5 בוגרות התפנו מביתן (5%), בעוד 96 בוגרות לא התפנו מביתן בשל מצב המלחמה (95%). בקרב הבוגרות, ל-52 היה בן משפחה המשרת בצבא (51%), ואילו ל-50 לא היה בן משפחה שמשרת בצבא (49%). מבין המשתתפות, 13 חוו במלחמה אובדן של אדם קרוב (13%), ואילו 88 לא חוו אובדן כזה (88%).

נלי המחקר

שאלון זהות מקצועית של מורים פותח על ידי פישרמן ווייס (2011). השאלון בוחן את התשובה לשאלת המורים מי הם כאנשי מקצוע. השאלון כולל 27 שאלות המחולקות לארבעה ממדים. הממד הראשון הוא ביטחון בבחירה המקצועית, כלומר עד כמה המורה בטוח שהבחירה הראשונית במקצוע ההוראה הייתה נכונה לו ועד כמה הוא בטוח שבחירה זו נכונה לו גם בנקודת הזמן הנוכחית. הממד כולל 13 שאלות, שאלה לדוגמה: "אני חושב שההוראה היא המקצוע שהכי מתאים לי". מהימנות על פי אלפא של קרונבך לממד זה הייתה $\alpha = .81$. הממד השני הוא מסוגלות עצמית בהוראה, כלומר התפיסה של המורה שהוא יכול לעמוד בדרישות המקצועיות ממנו בצורה טובה. הממד כולל שבע שאלות, שאלה לדוגמה: "אני שולט ברזי מקצוע ההוראה". מהימנות על פי אלפא של קרונבך לממד זה הייתה $\alpha = .77$. הממד השלישי הוא תחושת השליחות של המורה, כלומר התחושה שלעבודה שהוא עושה יש משמעות בפני עצמה וכן משמעות לאומית בחינוך דור ההמשך. הממד כולל ארבע שאלות, שאלה לדוגמה: "ההוראה מהווה עבורי שליחות". מהימנות על פי אלפא של קרונבך לממד הייתה $\alpha = .60$. הממד הרביעי והאחרון הוא תפיסת מוניטין המקצוע, כלומר עד כמה החברה תופסת את עבודת המורים חשובה עבור החברה ומוערכת. הממד כולל שלוש שאלות, שאלה לדוגמה: "כשמישהו מתייחס בזלזול למורים אני חש שהוא פוגע בי". מהימנות על פי אלפא של קרונבך לממד זה הייתה $\alpha = .13$, ועל כן הוחלט לא להשתמש בממד זה במחקר. סולם ליקרט בן חמש דרגות היה סולם המדידה,

והוא נע בין 1 (מסכימה במידה מעטה מאוד) ל־5 (לא מסכימה במידה רבה מאוד). ציינון השאלון נעשה על ידי מיצוע הפריטים, ומהימנות השאלון כולו הייתה ($\alpha = .81$).

שאלון חוסן חובר על ידי קונור ודוידסון (Connor & Davidson, 2003), כדי לבחון את היכולת של הפרט להתמודד עם אירועי משבר, לצלוח אותם, לחזור לתפקוד ואף לצמוח מהם. השאלון כולל 25 שאלות המחולקות לחמישה ממדים: הממד הראשון הוא ממד מסוגלות עצמית, כלומר עד כמה הפרט בטוח ביכולתו להתמודד עם אתגרי הסביבה. הממד כולל שמונה שאלות, שאלה לדוגמה: "אני יכולה להשיג את מטרותיי". הממד השני הוא ממד יכולת הסתגלות לשינויים, הנוגע למיומנות שיש לפרט להתנהל כאשר מציאות מסביבו משתנה. הממד כולל שבע שאלות, שאלה לדוגמה: "התמודדות עם לחץ מחזקת אותי". הממד השלישי הוא ממד יכולת התמודדות, הנוגע לקבלה חיובית לשינויים ומערכות יחסים בריאות וחיוניות וכולל חמש שאלות, שאלה לדוגמה: "אני מסוגלת להסתגל לשינויים". הממד הרביעי הוא ממד שליטה עצמית, כלומר התחושה של הפרט שהוא יכול לנהל את עצמו בצורה ראויה במצבים שונים. הממד כולל שלוש שאלות, שאלה לדוגמה: "אני בשליטה בחיי". הממד החמישי הוא ממד הרוחניות, הנוגע לאמונה בכוח עליון כלשהו, דתי או לא דתי ואמונה עצמית, וכולל שתי שאלות, שאלה לדוגמה: "אני מאמינה שדברים קורים מסיבה כלשהיא". סולם ליקרט בן חמש דרגות היה סולם המדידה, והוא נע בין 1 (מסכימה במידה מעטה מאוד) ל־5 (לא מסכימה במידה רבה מאוד). ציינון השאלון נעשה על ידי מיצוע הפריטים, ומהימנות השאלון כולו הייתה ($\alpha = .83$).

שאלון הרקע בחן משתנים דמוגרפים בחמש רמות שונות. ברמה האישית נבחנו גיל (בשנים), מצב משפחתי (נשואה, רווקה, גרושה, אלמנה), אזור מגורים (צפון, דרום, תל אביב, ירושלים). ברמה החברתית נבחנה ההשתייכות לקבוצה חברתית דתית (חרדית, דתית, מסורתית, חילונית). ברמה הלימודית נשאלו המשתתפות בנוגע להשתתפות בתוכנית רגב (כן, לא), לימודים במקביל במדרשה (כן, לא), מסגרת ההכשרה המעשית (רגילה, אקדמיה-כיתה, מעו"ף). ברמה התעסוקתית נבחנו ותק בעבודה (בשנים), תפקיד בבית הספר (מורה מקצועית, מחנכת, רכזת, יועצת חינוכית, צוות ניהול, אחר), פיקוח על בית הספר (ממלכתי, ממלכתית, ממלכתית-חרדי, מוכר שאינו רשמי), רמת המוסד החינוכי שבו עובדת המשתתפת (גן, יסודי, חטיבת ביניים, תיכון) ומספר התלמידים בבית הספר. כמו כן, נבחנו משתנים הקשורים במצב המלחמה שכללו פינוי מבית המגורים (כן, לא), הימצאות בן משפחה במילואים (כן, לא) ואובדן של אנשים קרובים במלחמה (כן, לא).

הליך המחקר ואתיקה מחקרית

המחקר נערך במיקוד על בוגרות 'מכללה ירושלים' שסיימו את לימודיהן בעשר השנים האחרונות, מלבד התלמידות שסיימו בשנה האחרונה ונמצאות כרגע במהלך הסטאז'. השאלון נשלח באופן מקוון על ידי מזכירות המכללה לכלל הבוגרות באמצעות כתובת הדוא"ל של המכללה. שיעור ההיענות היה 3%. המחקר נערך בחודשים פברואר ומרץ 2025, אדר וניסן תשפ"ה. 116 שאלונים התקבלו כמענה, אך רק 104 שאלונים נמצאו מלאים ורלוונטיים ובהם נעשה שימוש.

במחקר נשמרו כללי האתיקה המקובלים. ראשית, המחקר קיבל את אישור ועדת האתיקה המוסדית (אישור מספר 033). למשתתפות נשלח דוא"ל הכולל הסבר על נושא המחקר, ניתנה להן אפשרות לשאול את החוקרות שאלות בדוא"ל על המחקר, לא ניתנה להן שום טובת הנאה או פגיעה כלשהי בקשר עם המוסד – מכיוון שבוגרות אלו כבר סיימו את לימודיהן. הוסבר למשתתפות כי המחקר אנונימי לחלוטין ואין דרך לזהות את המשיבה, ולמשתתפות ניתנה ההזדמנות לעזוב את המחקר בכל רגע נתון עד שליחת השאלון.

עיבוד הנתונים

ניתוח הנתונים נעשה באמצעות תוכנת SPSS גרסה 30. ראשית, נבחנו מהימנויות השאלונים. שנית, נעשו ניתוחים מקדימים לפיקוח על משתני הרקע באמצעות מבחני פירסון, מבחני t למדגמים בלתי תלויים ומבחני אנובה. לאחר מכן נבחנו הקשרים בין ממדי המשתנים באמצעות מבחן פירסון. בהמשך נערכו רגרסיות לינאריות בשיטת stepwise לבחינת תרומת מרכיבי הזהות המקצועית של המורות לחוסן של המורות המתחילות.

מודל הרגרסיה בשלבים נבחר בשל שקיפותו המתמטית. מודל זה מניב משוואות מפורשות שמכמתות ישירות את השפעת הפרמטרים על המשתנה התלוי (Harith, 2026). ההליך הסטטיסטי של מודל הרגרסיה בשלבים מוסיף או מסיר גורמים מנבאים בהתבסס על תרומתם הסטטיסטית להתאמת המודל תחת ספי מובהקות שנקבעו מראש, והוא מתאים במיוחד כאשר מספר גדול יחסית של משתנים רלוונטיים מבחינה מושגית (Sun et al., 2026). גישה סטטיסטית זו גם מאפשרת שליטה על מולטיקולינריות פוטנציאלית (Lepičnik-Vodopivec et al., 2026). הנטייה לשימוש במודל משוואות מבניות (SEM) אינה מתאימה למחקר הנוכחי בשל תנאי יחס פרמטרים למדגם ובמיוחד לאור גודל המדגם של פחות מ-200 נבדקים במחקר (Herzallah & Makaldy, 2025).

תמצאים

בחינות מקדימות

הבחינה המקדימה של משתני הרקע העלתה את הממצאים הבאים. בהתייחסות למאפיינים האישיים של המורות: לא נמצא קשר מובהק בין גיל הנבדקות ובין תחושת החוסן שלהן ($r = .12, p = NS$), לא נמצאו הבדלים מובהקים בין מורות מתחילות בסטטוס משפחתי שונה שונים בישראל ($F(2,96) = .45, p = NS$). לא נמצאו הבדלים מובהקים בין מורות מתחילות שגרות באזורים מתחילות דתיות ($M = 3.33, sd = .45$) וחרדיות ($M = 3.60, sd = .58$) ברמת החוסן שלהן ($t(101) = -2.69, p < .01, Cohen's d = .54$); ממצא המעיד על גודל אפקט בינוני – למורות חרדיות היה חוסן גבוה משל מורות דתיות.

בהתייחסות למאפיינים מקצועיים של המורות: לא נמצא קשר מובהק בין ותק המורה לרמת החוסן שלה ($r = .00, p = NS$). לא נמצאו הבדלים מובהקים בין מורות בתפקידים שונים בין מורות שלמדו בתוכנית מצוינות (רגב) ובין מורות שלמדו בתוכניות הרגילות ($t(94) = -1.97, p = NS$). לא נמצאו הבדלים מובהקים בין מורות שלמדו בהכשרה מסורתית ובהכשרה במסגרת אקדמיה-כיתה ($t(86) = .38, p = NS$). לא נמצאו הבדלים מובהקים בין מורות שלמדו בזמן הלימודים במקביל במדרשה לבין מורות בתוכנית הרגילה ($t(99) = -1.69, p = NS$). בהתייחסות למאפייני הארגון שבו עובדות המורות: לא נמצא קשר בין גודל בית הספר (על פי מספר התלמידים) ובין רמת החוסן של המורה המתחילה ($r = -.09, p = NS$). לא נמצאו הבדלים בין מורות תחת פיקוח שונה (ממלכתי, ממלכתית, ממלכתית-חרדי ומוכר שאינו רשמי) ברמת החוסן שלהן ($F(3,78) = 2.05, p = NS$). לא נמצאו הבדלים בין מורות שמלמדות במסגרות גילאיות שונות (גן, יסודי, חטיבת ביניים, תיכון) ברמת החוסן שלהן ($F(3,77) = .91, p = NS$).

בהתייחסות למאפייני המצב המשברי של המלחמה: לא נמצאו הבדלים בין מורות שפנו מביתן לאלו שלא פונו (יש לציין כי קבוצת המפונות הייתה קטנה מאוד) ($t(99) = -.78, p = NS$). לא נמצאו הבדלים בין מורות שחוו אובדן של אדם קרוב במלחמה ברמת החוסן שלהן (יש לציין כי קבוצת המורות שחוו אובדן הייתה קטנה) ($t(99) = -.02, p = NS$). נמצאו הבדלים מובהקים ($t(100) = -3.59, p < .01, Cohen's d = .72$) בין מורות שלהן קרוב משפחה בשירות צבאי סדיר או מילואים ($M = 3.27, sd = .43$) ובין מורות להן אין קרוב

משפחה בשירות צבאי ($M = 3.63, sd = .55$), כך שלמורות שיש להן קרוב משפחה בצבא הייתה מידת חוסן נמוכה יותר מאלו שאין להן קרוב משפחה בצבא. ממצא זה מצביע על גודל אפקט בינוני-גבוה. לאור ממצאים אלו משתנה ההשתייכות הדתית-תרבותית ומשתנה המתייחס לשירותו של קרוב משפחה בצבא יוכנסו למשוואת הרגרסיה.

בחינת השערות המחקר

לביחינת השערות המחקר ביחס לקשרים בין מרכיבי הזהות המקצועית של מורות מתחילות בזמן משבר ומידת החוסן שלהן נערכו מבחני קורלציית פירסון, הממצאים מוצגים בטבלה 1.

טבלה 1: ממוצעים, סטיות תקן וערכי פירסון לביחינת הקשרים בין משתני המחקר ($N = 103$)

משתנים	ממוצע	סטיות תקן	(1)	(2)	(3)	(4)
חוסן (1)	3.44	.52	1			
תחושת שליחות (2)	3.14	.67	.21*	1		
מסוגלות עצמית מקצועית (3)	3.23	.86	.35**	.40**	1	
ביטחון בבחירה המקצועית (4)	3.28	.92	.10	.52**	.31**	1

$p < .05$, ** $p < .01$ *

מן הטבלה ניתן לראות כי בניגוד להשערה הראשונה לא קיים קשר בין ביטחון בבחירה המקצועית של המורה לרמת החוסן שלה. בהתאם להשערת המחקר השנייה קיים קשר חיובי מובהק בין תחושת המסוגלות העצמית המקצועית של המורה ובין תחושת החוסן שלה. בהתאם להשערה המחקר השלישית נמצא קשר חיובי מובהק בין תחושת השליחות של המורה ובין תחושת החוסן שלה.

לביחינת ניבוי של החוסן של מורות מתחילות בזמן משבר נערך מבחן רגרסיה ליניארית בשיטת stepwise. למשוואת הרגרסיה הוכנסו מרכיבי הזהות המקצועית וכן מידת הדתיות והנתון בנוגע לקרוב משפחה בשירות צבאי, ממצאי הרגרסיה מוצגים בטבלה 2.

טבלה 2: רגרסיה לינארית בשיטת stepwise לניבוי מידת החוסן של מורות מתחילות בזמן משבר באמצעות מרכיבי הזהות המקצועית ומשתני רקע

משתנה	B	β	t
קבוע	2.75		14.50**
מסוגלות עצמית מקצועית	.21	.35	3.80**
$R^2 = .12$			
$F(1,100) = 14.47^{**}$			
קבוע	2.21		9.82**
מסוגלות עצמית מקצועית	.21	.35	4.10**
קרוב משפחה בשירות צבאי	.35	.34	3.90**
$R^2 = .23$			
$F(2,99) = 15.90^{**}$			

$p < .05$, ** $p < .01$

מן הטבלה ניתן לראות כי המנבא המרכזי המובהק של תחושת החוסן של מורות מתחילות הוא מידת המסוגלות העצמית המקצועית של המורות, והיא מנבאת אותה ב-12%. נוסף לכך, מציאות משפחתית שבה קרוב משפחה נמצא בשירות צבאי תורמת גם כן להסבר תחושת החוסן של המורות המתחילות ומנבאת אותה ב-11% נוספים. בחינת גודל האפקט הכללי של המודל (על פי מדד Cohen's f^2) הראתה ערך של 0.30 ($f^2 = .30$), המעיד על כך שמשנתנים אלו מסבירים את השונות בחוסן בעוצמה בינונית-גבוהה.

דין

מטרת המחקר הנוכחי הייתה לבחון את הקשרים בין מרכיבי הזהות המקצועית של מורות מתחילות בזמן מלחמה לבין מידת החוסן שלהן, וכן לבחון עד כמה כל רכיב תורם לניבוי מידת החוסן. חשיבות המחקר נעוצה במרכזיות של החוסן כמרכיב בהתמודדות עם אתגרים שונים, כאשר מורים מתחילים מתמודדים ממילא עם אתגרי הכניסה לתפקיד, ונוסף לכך במחקר הנוכחי הם מתמודדים עם מציאות משברית מתמשכת שהתחילה בזמן מגפת הקורונה

(2019–2021) והמשיכה במלחמת חרבות ברזל (מאז 2023). אחד מהמשאבים הבסיסיים של המורה לחיבור שלו למקצוע ההוראה, לבחירה להתמיד בו וביכולת להצליח כרוך בפיתוח זהות מקצועית מגובשת (פישרמן ווייס, 2011), אשר בתורו יתרום לחיזוק החוסן של מורים (Zhang et al., 2024).

במחקר הנוכחי נמצאו קשרים מובהקים בין ממד המסוגלות העצמית המקצועית וממד תחושת השליחות, מתוך שלושת מרכיבי הזהות המקצועית שנבדקו, ובין תחושת החוסן של מורות מתחילות בזמן מלחמה. חשוב לציין כי ממד מוניתין המקצוע לא נבדק בשל מהימנות נמוכה, דבר שפוגע ביכולת ההכללה של הממצאים על המבנה השלם של תחושת הזהות המקצועית. היחס של החברה למורה הוא מרכיב חשוב ומרכזי בתחושת הזהות המקצועית של מורים, ובמחקר זה הוא אינו בא לידי ביטוי דיו. דבר זה גורם למשתנה להיות מורכב בעיקר מתפיסות אישיות של המורה, הממוקדות הן בביטחון בבחירה המקצועית שלו והן בתחושת המסוגלות העצמית, ורק בצורה חלקית מתפיסת החברה הבאה לידי ביטוי בתחושת השליחות על ידי החברה והמוניטין המקצועי. הממצאים המעידים על קשרים חיוביים עולים בקנה אחד עם ממצאים קודמים שהראו על קשרים בין מרכיבי הזהות המקצועית של סטודנטים לסייעוד ותחושת החוסן שלהם בזמן משבר מגפת הקורונה (Jafarianamiri et al., 2022). הביטחון בבחירה המקצועית של מורות לא היה קשור לתחושת החוסן שלהן, אך ייתכן שהעובדה שאוכלוסיית המחקר התמקדה במורות מתחילות, שלא צברו הרבה ניסיון ולא גיבשו עדיין את תחושת הביטחון בבחירה המקצועית, היא הסיבה לכך שמשאב זה לא היה מקור לתחושת החוסן שלהן. מעבר לכך, ייתכן כי חוסר הביטחון כתוצאה מחוויית המלחמה המציפה את הפרט, ממסכת את הפניות לעיסוק בשאלת הביטחון בבחירה המקצועית של המורה המתחילה.

הניתוח המרכזי של המחקר עסק בגורמים המנבאים של תחושת החוסן בקרב מורות מתחילות בזמן מלחמה. שני גורמים עיקריים נמצאו כמנבאים את תחושת החוסן והם המסוגלות העצמית המקצועית של המורה המתחילה, שהגבירה את תחושת החוסן, וכן הימצאותו של קרוב משפחה בשירות צבאי, שהפחיתה את החוסן של המשתתפות. המסוגלות העצמית התעסוקתית היא הגורם המרכזי שניבא את החוסן. פנג ואחרים (Peng et al., 2021) דנים בהבדלים בין סוגי מסוגלות עצמית וטוענים כי לאדם ישנה תחושת כללית של מסוגלות עצמית; עם זאת יש ביטוי למסוגלות עצמית ספציפית בתחומים שונים, ובהם מוזכרים מסוגלות עצמית תעסוקתית ומסוגלות עצמית בהוראה. ניתן לראות כי מורות מתחילות

חשות שיש להן היכולות והכישורים לעשות את עבודתן המקצועית בהוראה בצורה טובה, חשות חיזוק של תחושת החוסן הכללית גם כאשר המציאות הכללית משברית ושוררת בה איזודאות. חיזוק לממצא זה ניתן לראות במחקר על לחץ ורווחה של גננות בזמן מלחמה; במחקר נראה כי הגורם המרכזי להפחתת לחץ ולהגברת רווחה נפשית היה מסוגלות עצמית תעסוקתית (Alon & Barth, 2025).

המשתנה השני שניבא את החוסן של המורות המתחילות היה הימצאותו של קרוב משפחה בשירות צבאי. 82% מעובדות ההוראה בישראל הן נשים (זרד, 2019), רובן נשואות למשרתי מילואים; מטבע הדברים בזמן המלחמה הן נדרשות להתמודד עם עומסים רבים, ובהם עומס רגשי, עומס משפחתי ועומס תעסוקתי (Basham & Catignani, 2018). מחקר עדכני שנערך בזמן מלחמת חרבות ברזל הראה כי למצב הביטחוני ישנה השפעה על שחיקת המורים. מורים שבני זוגם מגויסים לשירות מילואים דיווחו על רמות שחיקה גבוהות במידה ניכרת לעומת מורים שלא דיווחו על קרוב משפחה מגויס, או שדיווחו כי אחד מהילדים מגויס (בן ארי ואחרים, 2024). המורות המתחילות מתמודדות מעצם מיצובן עם קשיים רבים כמו ניהול כיתה, הכנת מערכי שיעורים, הכלת תלמידים והתנהלות מול דרישות המערכת. ובזמן מלחמה – המורות המתחילות מתמודדות עם הקשיים הבסיסיים, ונוסף לכך עם קשיים של תלמידים כתוצאה ממשבר המלחמה, ואם לא די בכל אלה, הן נדרשות להתמודדות אישית עם החשש לחיי יקרין והעומס הרב הנופל עליהן; כל אלו בהחלט מאתגרים את החוסן של מורות אלו הנמצאות תחת לחץ בלתי אפשרי.

ממצא נוסף שנמצא במחקר הוא שקיים הבדל בתחושת החוסן בזמן מלחמה של מורות מתחילות חרדיות ודתיות, ולמורות החרדיות תחושת חוסן גבוהה מזו של המורות הדתיות. ייתכן שממצא זה נמצא בחפיפה עם הממצא הקודם הנוגע לשירות הצבאי של קרובי משפחה, מאחר שמרבית חברי החברה החרדית אינם משרתים בצבא. כמו כן, ייתכן שממצאים אלו קשורים במבנה ובנורמות החברתיות בנוגע למקצוע ההוראה במגזרים השונים – בעוד במגזר הכללי והדתי מעמדם של המורים נמוך מאלו של בעלי מקצועות חופשיים אחרים (גילת וונגרוביץ, 2018), הרי שבציבור החרדי מעמד המורה נשמר בצורה יציבה כגבוה (בארט ואחרים, 2020).

סיכום ומסקנות

המחקר מתמקד במורות בתחילת דרכן ומראה כי המסוגלות המקצועית שלהן היא מרכיב מרכזי בהגברת החוסן שלהן. ממצא זה עולה בקנה אחד עם ממצאי מחקר קודמים בנוגע למסוגלות מקצועית של מורים במלחמה כמקדמת חוסן. למשל שושן-רפאלי (2024) הראתה על תחושת מסוגלות גבוהה שסייעה בפרואקטיביות בתקופת המלחמה, דבר המצביע על חוסן. זאת ועוד, מחקרם של גרומן וחסידה (2024) מלמד על תהליכי למידה שעברו המורות במשבר הקורונה. התנסות זו סייעה להן בהתמודדותן עם למידה מרחוק, וחזרה לשגרה היא כאמור מרכיב חשוב של חוסן. מחקרים אלו התייחסו למורים באופן כללי, בעוד מחקר זה מדגיש את חשיבות מנגנון המסוגלות המקצועית דווקא בקרב מורים מתחילים בזמן משבר. למעלה מזה, המחקר הנוכחי מגלה מרכיב ייחודי הקשור לחוסן של מורות מתחילות, והוא הימצאותם של בני משפחה קרובים בשירות צבאי. מרכיב זה הוא מרכיב ייחודי למשבר המלחמה בכלל ומלחמות בישראל בפרט. מרכיב זה הוא גורם המפחית חוסן בשל השפעתו על היכולת לנהל אורח חיים נורמלי לאורך זמן. מלחמת חרבות ברזל, לעומת מלחמות ומבצעים צבאיים קודמים, חשפה את האוכלוסייה האזרחית לשירות צבאי של מאות ימים בשנה, מצב שפוגע בצורה חמורה בניהול חיי השגרה של משפחות הלוחמים. לעובדה זו יש משמעות רבה להבנת ההשפעה על מורים בכלל, על מורות נשים המנהלות כמעט לבדן את הבית ועל מורות מתחילות בפרט. מציאות זו מצריכה פתרונות מערכתיים מדינתיים.

נוסף על כך, המחקר מראה כי תחושת השליחות ותחושת הביטחון בבחירה המקצועית, על אף חשיבותן, אינן משמשות כמקור לבניית חוסן של מורות מתחילות בזמני משבר, לעומת המסוגלות העצמית המקצועית. ממצא זה מחייב השקעה מותאמת בפיתוח המקצועי של מורים מתחילים במיוחד בזמן משבר.

מגבלות המחקר והמלצות למחקרי המשך

מדגם המחקר היה מצומצם, ובעיקר שיעור היענות של בוגרות 'מכללה ירושלים' בלבד היה נמוך. שיעור היענות נמוך עלול לייצר הטיית בחירה ולהביא לתמונה מעוותת של המציאות ולהתייחס יותר למשיבים בעלי רצייה חברתית רבה, על כן יש להיזהר בהכללת ממצאי המחקר על כלל המורים המתחילים בישראל. ייתכן שבשל מצב המלחמה, שיצר לחץ רב על נשים צעירות שרבות מהן נשות מגויסים, הפניות למענה לשאלונים הייתה נמוכה. רצוי שמחקרי המשך יגדילו את מדגם המחקר ויקיימו אותו במגוון רחב של מכללות לחינוך

שיכללו קשת רחבה שמייצגת את הפסיפס התרבותי הישראלי. מגבלה משמעותית של המחקר קשורה בכלי המחקר – אף שנעשה שימוש בכלי מחקר שבוחן זהות מקצועית של מורים בעבר ומרכיבי הכלי נמצאו מהימנים, במחקר הנוכחי מרכיב מוניטין המקצוע לא נמצא מהימן, דבר שגרם להשמטתו מניתוחי המחקר. רצוי לבחון האם הכלי תקף לשימוש בין-תרבותי ועונה למורכבות של חברות קולקטיביסטיות. כמו כן, מחקרי המשך צריכים להמשיך ולעקוב אחרי החוסן של המורות המתחילות גם אחרי המלחמה, כשזו תסתיים, דבר שיאפשר בחינה של תרומת מרכיבי הזהות המקצועית לחוסנם של מורים גם בזמני שגרה לאחר תקופה משברית, כמו גם מעבר לבחינת הקשר בעולם המערבי. מחקר כזה ייתן ידע ספציפי על המתרחש בישראל.

המלצות יישומיות

מהמחקר הנוכחי ניתן לגזור מספר המלצות יישומיות. ראשית, נושא פיתוח הכשרה מותאמת ליצירת מסוגלות עצמית מקצועית של פרחי הוראה והעצמתם, צריך להיות מרכיב שעליו מכללות להוראה נותנות את הדעת ואת המענה הרצוי. למשל הטמעת מודל לפיתוח מסוגלות עצמית מקצועית באמצעות סדנאות סימולציה הממוקדות בהתמודדות עם מצבי איודאות ומשבר, כפי שמוצע במאמרו של דוידוף ושפירא-לשצ'ינסקי (2021). שנית, משרד החינוך צריך לבנות תוכנית ממוקדת למפקחים, מדריכים ומנהלי בתי ספר לעבודה מותאמת עם משרתי מילואים ומורות שלהן קרוב משפחה המשרת בצבא. יש להבחין בין התמודדות במצבי לחץ ומשבר (מצבים שכבר קיימות להם תוכניות מובנות במשרד החינוך) לבין התמודדות עם שירות מילואים מתמשך, אשר בהווה מלווה את המורות כבר במשך כשנתיים במלחמת חרבות ברזל, וכן בשל כך ששירות המילואים המוארך עתיד ללוות את החברה הישראלית למשך שנים רבות.

רשימת מקורות

ארביב-אלישיב, ר' וצימרמן, ו' (2015). מיהו המורה הנושר? מאפיינים דמוגרפיים, תעסוקתיים ומוסדיים של הנושרים מהוראה. דפים, 59, 175–206.

בארט, ע', שפיגל, א' ומלאך, ג' (2020). אחד מחמישה תלמידים: מערכת החינוך החרדי בישראל. המכון הישראלי לדמוקרטיה.

- בוחניק, א' (2017). עולמם הרוחני, האישי והמקצועי של מורים בראשית הקריירה : בחינת הקשר בין רוחניות לבין ממדי זהות אישית, זהות מקצועית, שחיקה ומעורבות בעבודה. [חיבור לשם קבלת תואר "דוקטור לפילוסופיה"]. אוניברסיטת בר-אילן.
- בלום, א' ויוספסברג בן־יהושע, ל' (2022). פרקטיקות של חוסן בימי שגרה. מכון מופ"ת.
- בן ארי, ט', ליפקה, א' ושריד, מ' (2024). הוראה בזמן מלחמה : שחיקה, אתגרים מקצועיים ותמיכה. משרד החינוך.
- דה־מלאך, נ' (2024). הוראה בימי קורונה – מורים מתחילים מספרים. עיונים בחינוך : כתב עת לעיון ומחקר בחינוך, 24, 189–204.
- גילת, י' וונגרוביץ, נ' (2018). מעמד המורה בחברה הישראלית של היום. דפים, 68, 11–27.
- גרומן, מ' וחסידה, י' (2024). תהליכי הוראה מקדמי לומד עצמאי בשגרה ובעיתות חירום. מחקרי גבעה, יא, 83–100.
- דוידוף, י' ושפירא־לשציניסקי, א' (2021). השפעת משחקי תפקידים סימולטיביים בקבוצה על העצמה פסיכולוגית בהקשר של התמודדות עם דילמות אתיות במקרי אלימות בבית הספר. דפים, 74, 275–306.
- הלינגר, ר' (2021). יחסי גומלין בין זירות זהות שונות ובין זירות זהות ותהליכי זהות : התפתחות הזהות המקצועית והזהות הדתית של היועצת החינוכית הדתית. [חיבור לשם קבלת תואר "דוקטור לפילוסופיה"]. אוניברסיטת בר-אילן.
- ויימך־זקס, ד' ומלכה־יוס־טוב, ע' (2023). אפיוני בית הספר מנקודת המבט של המורה כמתווכים בין חוסנו האישי לשחיקתו. הייעוץ החינוכי, כ"ה, 141–154.
- זבידאת, א', דלאשה, ו' ועבד אל רחמן, ח' (2022). גורמים דמוגרפיים, רגשות חברתיים וחינוכיים : חוסן אישי בקרב מורים מתחילים ומתמחים בהוראה מהחברה הערבית בישראל. דפים, 76, 61–81.
- זוובסקי, ר', ארביב־אלישיב, ר' ודוניצה־שמידט, ס' (2022). מאפיינים בית-ספריים בשנת ההתמחות התורמים לשביעות רצונם של מורים מתחילים ולהישארותם במערכת החינוך. דפים, 76, 173–198.
- זרד, א' (2019). המורים במערכת החינוך בישראל. הכנסת – מרכז המחקר והמידע.

- חדד, ד' וסגל, י' (2024). "מאז הבנתי שזהו מקומי" מקומה של שנת ההתמחות בגן הילדים בעיצוב זהות מקצועית בקרב גננות מתמחות. מחקרי גבעה, י"א, 165–189.
- חמו, נ', ביברמן-שלו, ל' וברוזה, א' (2024). טרנספורמציות בתודעה הקולקטיבית-פדגוגית של מורי-מורים וסטודנטים בעקבות המעבר ללמידה מעורבת במציאות של פוסט-קורונה. עיונים בחינוך: כתב עת לעיון ומחקר בחינוך, 24, 317–333.
- לבקוביץ, ע' ולוי, ר' (2021). הקשר בין משאבים אישיים לבין חוסן אישי, דיכאון ובדידות בקרב מורים במהלך משבר הקורונה. זמן חינוך, 7, 109–131.
- לינדר, י' (2024). WhatsApp – יומן מלחמה: פעולת פורום המרכזים לקידום הוראה במלחמת 'חרבות ברזל' כקהילה מקצועית כפי שמשקפת בקבוצת הווטסאפ של הפורום. הלאה, 5, 63–75.
- ניסן, מ' (2012). "זהות חינוכית" כגורם מרכזי בפיתוח מנהיגות בחינוך. סדרת המונוגרפיות של קרן מנדל-ישראל.
- פדן, כ' וגל, ר' (2020). הצעה למסגרת רב-ממדית להגדרת המושג "חוסן". חוסן לאומי, פוליטיקה וחברה, 2, 41–78.
- פישרמן, ש' (2018). זהות מקצועית של מורים. לקסי קיי, 10, 16–18.
- פישרמן, ש' ווייס, י' (2011). זהות מקצועית של מורים: המושג ומדידתו. דפים, 51, 39–56.
- צמח, ס' ובארט, ע' (2021). מנהיגות הוראתית של מנהל בית הספר בתיווך זהות מקצועית של מורים כמנבאת התנהגות אזרחות ארגונית של מורים. משאבי אנוש, 6, 1–17.
- צמח, ס' ושפירא-לשצינינסקי, א' (2022). הקשר בין תפיסות אינדיבידואליות וקולקטיביות של המורים את מנהל בית ספרם כאותנטי בתיווך עמדות עולם העבודה שלהם לבין התנהגויותיהם. עיונים במינהל ובארגון החינוך, 37, 317–352.
- קפלן, ח', גלסנר, א', וסהר, ע' (2016). צרכים פסיכולוגיים בסיסיים ואקספלורציה אצל מורים חדשים כמשאב להבניית זהות מקצועית. דפים, 63, 130–165.
- קפלן, ח', ברנדב, ב' ואלהווייל, א' (2022). העצמת קולם של מורים מתחילים באמצעות מודל החממה של קהיליית פרוטיץ': חקר מקרה מנקודת מבט תרבותית. דפים, 76, 199–227.

שושן-רפאלי, ע' (2024). חוסן העורף החינוכי בצל מלחמת 'חרבות ברזל'. חוסן לאומי, פוליטיקה וחברה, 16(1), 86–87.

שני, א' וסומך, א' (2019). חוסן ארגוני בבתי ספר: גורמים מקדמים והשלכות יישומיות למנהל וליועץ החינוכי. הייעוץ החינוכי, כ"א, 259–294.

Alon, R., & Barth, A. (2025). Teaching under fire: Preschool and kindergarten teachers' personal, professional, and social predictors of stress and well-being in wartime. *European Early Childhood Education Research Journal*, 1-17. <https://doi.org/10.1080/1350293X.2025.2529365>

Basham, V. M., & Catignani, S. (2018). War is where the hearth is: Gendered labor and the everyday reproduction of the geopolitical in the army reserves. *International Feminist Journal of Politics*, 20(2), 153-171. <https://doi.org/10.1080/14616742.2018.1442736>

Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76-82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>

Erikson, E.H. (1968). *Identity, youth and crisis*. W. W. Norton Company.

Flores, M. A. (2018). Teacher resilience in adverse contexts: Issues of professionalism and professional identity. In M. Wosnitza, F. Peixoto, S. Beltman, & C. F., Mansfield (Eds.), *Resilience in education: Concepts, contexts and connections*, (pp. 167-184). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-76690-4_10

Golzar, J., Sarwarzada, T., & Miri, M. A. (2023). Coping with teacher professional identity tensions: Using TPACK during global crisis time. *Journal of Language, Identity & Education*, 1-19. <https://doi.org/10.1080/15348458.2023.2281952>

Grinshtain, Y., Avidov Ungar, O., & Barenboim, E. (2023). Job satisfaction and professional development among teachers working under two parallel top-down reforms. *Teacher Development*, 27(2), 214-233. <https://doi.org/10.1080/13664530.2023.2169748>

- Harith, I. K. (2026). Predicting frost resistance of rubberized concrete for sustainable design: A comparative analysis of regression trees and stepwise regression models. *Advances in Bridge Engineering*, 7(1), 2. <https://doi.org/10.1186/s43251-025-00190-4>
- Herzallah, A. M., & Makaldy, R. (2025). Technological self-efficacy and sense of coherence: Key drivers in teachers' AI acceptance and adoption. *Computers and Education: Artificial Intelligence*, 8, 100377. <https://doi.org/10.1016/j.caeai.2025.100377>
- Hortigüela-Alcalá, D., Fernández, F. T. G., González-Calvo, G., & Garijo, A. H. (2022). Fears, insecurities and questioning of professional identity of future physical education teachers during the Covid-19 pandemic. *Journal of Physical Education and Sport*, 22(1), 239-249. <https://doi.org/10.7752/jpes.2022.01031>
- Jafarianamiri, S. R., Qalehsari, M. Q., & Zabihi, A. (2022). Investigating the professional identity and resilience in nursing students during the COVID-19 pandemic. *Journal of Education and Health Promotion*, 11(1), 151. https://doi.org/10.4103/jehp.jehp_388_21
- Lepičnik-Vodopivec, J., Višnjić-Jevtić, A., & Šindić, A. (2026). Predictors of sustainable development outcomes in learning spaces of early childhood: Slovenian teachers' perspectives. *International journal of instruction*, 19(2), 491-506.
- Lin, Y., Ameyaw, M. A., Zhang, Q., Sun, B., & Li, W. (2022). The relationship between teacher professional identity and burnout amid the pandemic: A moderated mediation model. *Frontiers in Public Health*, 10, 956243. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2022.956243>
- Peng, J., Zhang, J., Zhou, X., Wan, Z., Yuan, W., Gui, J., & Zhu, X. (2021). Validation of the occupational self-efficacy scale in a sample of Chinese employees. *Frontiers in Psychology*, 12, 755134. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.755134>
- Sun, H., Zhang, N., Jiang, Y., Chen, H., Shi, Q., & Fang, J. (2026). A study on the coupling mechanism between the urban environment and depression perception based on deep learning and street view image. *Scientific Reports*. <https://doi.org/10.1038/s41598-026-00000-0>

org/10.1038/s41598-026-36804-8

- Wojujutari, A. K., Idemudia, E. S., & Ugwu, L. E. (2024). Evaluation of reliability generalization of Conner-Davison Resilience Scale (CD-RISC-10 and CD-RISC-25): A Meta-analysis. *PloS one*, 19(11), e0297913. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0297913>
- Zhang, J., Li, Y., Zeng, Y., & Lu, J. (2024). Exploring the mediating role of teacher identity between professional learning community and teacher resilience: Evidence from Eastern China. *Humanities and Social Sciences Communications*, 11(1), 1-9. <https://doi.org/10.1057/s41599-024-03800-0>
- Zhou, Y., Chen, S., Deng, X., Wang, S., & Shi, L. (2023). Self-efficacy and career resilience: the mediating role of professional identity and work passion in kindergarten teachers. *Journal of Psychology in Africa*, 33(2), 165-170. <https://doi.org/10.1080/14330237.2023.2207052>

The relationship between professional identity and resilience of novice teachers teaching during times of crisis

Lilach Lea Cohen, Chani Ben Menachem, Yifat Lober and Anat Barth

Abstract

The study examines the relationship between professional identity (PI) components and resilience of novice teachers during wartime, and the contribution of each component to predicting resilience. Resilience is a central component of a teacher's work in routine and crisis situations. Therefore, developing resilience is a central goal in the education system, with developing PI as one of the tools for building resilience. The study involved 104 Michlala Jerusalem College graduates from the past decade who answered online resilience and PI questionnaires during the 'Iron Swords' War. The findings show significant relationships between professional self-efficacy, sense of mission as components of PI, and the level of religiosity and military service of a family member and the degree of resilience; however, only professional self-efficacy and military service of a family member predicted resilience. The study's conclusions indicate the dominance of teachers' professional self-efficacy in developing resilience in times of crisis, compared to other components of PI. In addition, the challenging Israeli reality during wartime intensifies the difficulties of novice teachers, and the Ministry of Education is required to provide appropriate care for this population.

Keywords: resilience, professional identity, novice teachers, crisis, military service