



# מוטיבטור

## הכלי שעוזר להורים לילדים עם הפרעת קשב לייצר אצל הילדים מוטיבציה להצלחה בלימודים

לילד/ה שלכם יש הפרעת קשב ואתם מוצאים את עצמכם חסרי אונים מול הקושי שלהם במסגרת הלימודית?

לא מצליחים לעזור להם ללמוד או לשתף פעולה?

**הכל מתחיל ונגמר במוטיבציה!** לנו ההורים יש יכולת לעזור לילדים ליצור אצלם מוטיבציה באמצעות מספר כלים פשוטים שיכולים ליצור שינוי באופן מהיר מאוד.

## מה הילדים שלנו צריכים כדי לחזק אצלם את המוטיבציה ללימודים?

- הצלחות קטנות - תנו לילד/ה הזדמנות להצליח בדברים קטנים, ולא דווקא שקשורים ללימודים.
- הבעת אמון - לכל ילד יש חוזקות ויכולות, כישורים וכשרונות ולכן כדאי להדגיש ולהתמקד בכל אותם דברים חיוביים.
- מטרות ברורות השגה - התאימו את הרף למה שהילד/ה מסוגלים להתמודד איתו.
- סביבה תומכת - שימו לב מי בסביבת הילד/ה יכול לעזור ולתמוך והקפידו לשמור על קשר טוב וחיובי עם ביה"ס.

בעמוד הבא הכנתי לכם טבלה שתעזור לכם ליצור שגרה קבועה של שמירה על מוטיבציה עבור הילד/ה שלכם, ותאפשר לכם להתנהל בבית בשיתוף פעולה ועם אווירה טובה.



1. עברו על הרשימה וסמנו לגבי כל משפט האם נכון להיום אתם מיישמים או לא מיישמים אותו עם הילד/ה שלכם.
2. אם סימנתם שאתם כבר מיישמים, ציינו באיזה רמה אתם עושים זאת, כאשר 10 זה יישום גבוה, ו-1 זה יישום נמוך.
3. בשלב השלישי צרו סדר עדיפויות לעבודה שלכם וסמנו את המשפטים מ-1 עד 8.
- (סמנו ב-1 את המשפט שבו אתם הכי רוצים להתמקד כרגע, ו-8 את המשפט שהכי פחות חשוב להתמקד בו כרגע).
4. בכל שבוע גשו מחדש לטבלה ובדקו מה השתפר ועדכנו את סדר העדיפויות לנושאים בהם תרצו להתמקד השבוע.

| האם אני                                                     | מיישמת | לא מיישמת | עד כמה מ-1-10 | עם מה מתחילים |
|-------------------------------------------------------------|--------|-----------|---------------|---------------|
| מכירה/ה בהצלחות הילד/ה שלי, אפילו הקטנות ביותר, באוזני כולם |        |           |               |               |
| מחזקת/ת את הילד/ה שלי על מאמץ ועל התמודדות                  |        |           |               |               |
| מאמינה/ה בילד/ה שלי שהוא/היא יכול/ה להצליח                  |        |           |               |               |
| מציבה/ה מטרות מציאותיות וברורות השגה                        |        |           |               |               |
| מתייחסת/ת למבחן / תעודה - קודם כל לצדדים החיוביים           |        |           |               |               |
| נמצאת/ת בקשר טוב וחיובי עם בית הספר של הילד/ה               |        |           |               |               |
| מטפחת/ת תחביב שהילד/ה פעילים בו                             |        |           |               |               |
| נמנעת/ת מהשוואה עם אחים                                     |        |           |               |               |

רוצים לדעת איך לתרגם את המוטיבציה שייצרתם אצל הילד/ה שלכם להצלחה בלימודים?  
יצירת מוטיבציה היא חלק מתהליך עבודה שלם שמיועד לעזור להורים לילדים עם הפרעת  
קשב להוביל אותם להצלחה בלימודים ולייצר אווירה רגועה ונעימה בבית.

מוזמנים להציץ בקורס הדיגיטלי שלי "מה במשבצת"