

מדעי המוטובציה



כמה מילים עלי – עידו צדוק



Neuroscience



Digital Learning



אנדרגוגיה

מתודיקה

Hi!

מכון טכנולוגי חולון
Holon Institute of Technology



על מה נדבר היום?

○ מה מפריע לכולנו ללמוד?

○ מהי מוטיבציה וכיצד נוכל לעודד אותה?

○ מוטיבציה חיצונית או פנימית?

○ איזה טיפים ניתן ללומדים שלנו כדי שילמדו טוב

יותר?

○ 1... אני פה לכל שאלה.



כיצד תגדירו למידה במילה אחת?



איך נתגיד למה במילה אחת



Powered by  Poll Everywhere

מהי למידה במילה אחת



Powered by  Poll Everywhere

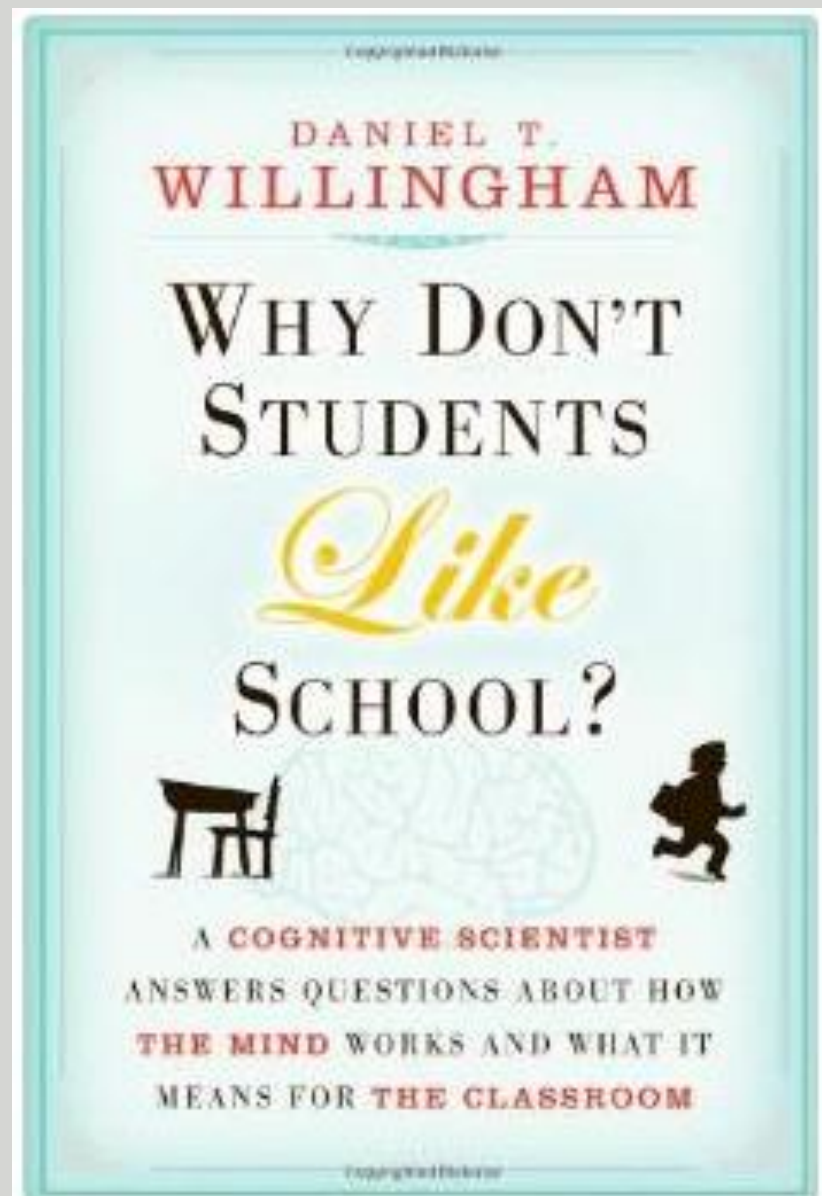
מהי למידה במילה אחת

התפתחות
הצלחה
תרגול
הרחבה
חשיפה
אקטיבית
השכלה
הכרה
שינוי
חוויה
התקדמות
תהילה
עשרה
ידע
חקירה
שריר
להתקדם

Powered by  Poll Everywhere

מדוע אנחנו לא אוהבים ללמוד?





כולנו בורחים מלמידה



מדוע אנחנו בורחים?

- חשיבה היא פעולה איטית, צורכת מאיתנו משאבים ומאמץ
- פעילות סדרתית, עוצרים הכל



מדוע אנחנו בורחים?

- זה מורכב לנו, זה לא אוטומטי
- חשיבה לעומת ראייה או עיכול



אז אמרנו ש...

האם יש בשורות טובות?

למידה גוזלת משאבים ולא מאפשרת



לא נוח, גוזל אנרגיות



אנחנו חונקים את עצמנו ואת הילדים שלנו

לכן נמלידה

הבשורות הטובות 😊

- אנחנו אוהבים לחשוב! אנחנו יצורים סקרניים!
- כשמשהו מעניין אותנו...



שני כוחות בלמידה

ז מ א מ ה →

← ת ו נ ר ק ס ה

THE FUN THEORY



לא רק FUN

איך מייצרים מוטיבציה **פנימית** ללמידה?



מהי מוטיבציה?

טוב ששאלתם...



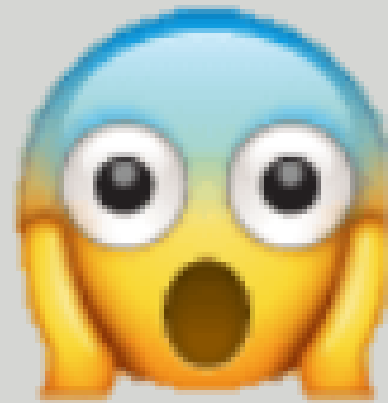
מהי מוטיבציה?

טוב ששאלתם...

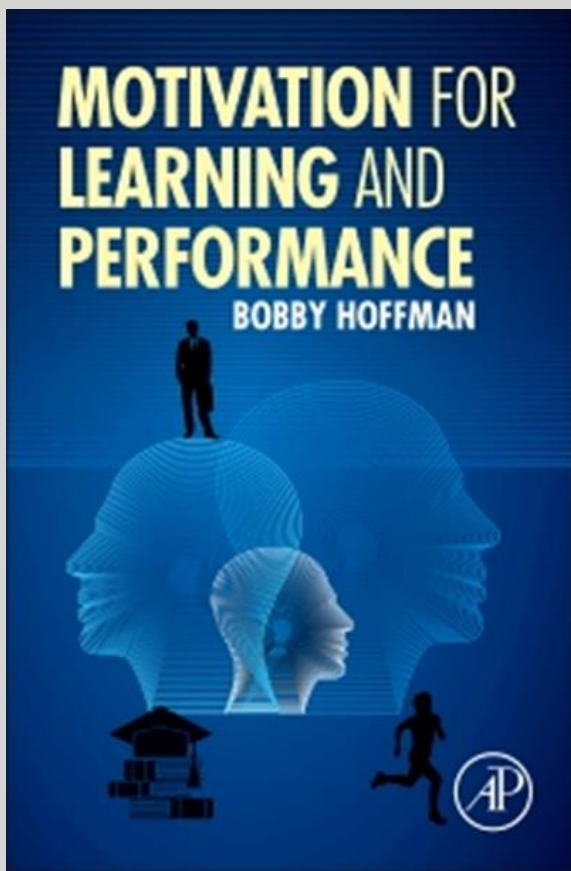


מהי מוטיבציה?

60,000 ספרים שונים באמאזון!



מהי מוטיבציה?



מהי מוטיבציה?

מידת המאמץ והאינטנסיביות המופנים למשימת למידה או ביצוע



לא רק FUN

איך מייצרים מוטיבציה פנימית ללמידה?



מה קרה לנו?

התרגלנו לדבר על מוטיבציה במונחים חברתיים:

- רצייה
- דיבור אוטומטי
- חוסר כנות
- חוסר מודעות (עודף בטחון, פחד, דעות קדומות)

מה קרה לנו?

- אנחנו מתבלבלים בין אמצעי למניע
- בסיסי המוטיבציות שלנו הן גנטיות

מהי המוטיבציה שלנו?



- קודם כל נבין את עצמנו – אחר כך אחרים.
- מומלץ להגביר את השיח הפנימי כלפי המעשים שלנו.
- לעצור ולשאול את עצמנו – מה מניע אותנו?

איך נשפיע על אחרים?

- אין חיה כזו – "אדם שאין לו מוטיבציה לשום דבר"

- לכל אחד יש מוטיבציה למשהו

- לכל אדם יש יכולת להיות ב-ZONE ולהיות בביצועים

האופטימליים שלו



המחקרים מוכיחים:
**מוטיבציה
וכח רצון
הם משאבים
שלא מתרוקנים**

אם אנחנו מרגישים
מרוקנים וחסרי
שליטה עצמית,
זה רק בגלל
שאנחנו
חושבים
שזה
אפשרי
בכלל...



#מתודיקה ב digital



איך נשפיע על אחרים?

- למורים ומנהיגים יש יכולת להפעיל מחוללי מוטיבציה.
- כדאי להתרכז באזורי ההשפעה.



שימו לב!



הכי משפיע –

מודלינג ודוגמה אישית

מוטיבציה היא ספקטרום

התנהגויות קשורות	רמת המוטיבציה	רמת ההפנמה
הימנעות מהמשימה או התנגדות.	חסר מוטיבציה	אין
התנהגות נשלטת וקבלה פסיבית של המשימה, קבלה מונעת מתוצאות בלבד.	חיצונית לחלוטין	חיצונית לחלוטין
התנהגות מופנמת בדרך כלל בכדי להימנע מתחושת אשמה או חרדה, או העצמת האגו.	חיצונית חלקית	"בסדר עם כולם"
מוערכת באופן אישי, אבל כלפי חוץ התנהגות מונעת.	פנימית חלקית	מזוהה
התיישרות אישית, אבל עם מניעים דואלים: חשוב, אבל נדרש "בקשיש" נפרד.	בעיקר פנימית	משולבת
מתעניין ושבע רצון באופן מלא, מאמץ אינטנסיבי למשימה, ללא תמריצים.	פנימית לחלוטין	הפנמה פנימית מלאה

מוטיבציה שמסייעת לערך העצמי



כוחה של בחירה



כוחה של בחירה



- הלומד מכתוב קצב, בוחר תוכן
- באיזה סדר או עם מי ללמוד
- אשליה של בחירה

לנצח את הפחד



לנצח את הפחד



- אני שובר לעצמי אמונות קודמות
- אני חווה הצלחה מהירה ראשונית
- אני מרגיש אהוד רגשית על ידי המורה
- אני מרגיש תחושה נעימה עם העמיתים שלי
- אני לומד משהו חדש (כלשהו) ומרגיש את זה

הידוק ציפיות



הידוק ציפיות



- הלומד מגדיר מטרות ויעדים
- כשרואים שזה מעניין את המורה
- כשיש סטנדרט ברור שאני מבין שצריך לשאוף אליו
- אני מתחיל את התהליך בהערכה עצמית

מוטיבציה שמסייעת לערך העצמי



- כוחה של בחירה
- לנצח את הפחד
- הידוק ציפיות



ואיך "מתדלקים"?



- הפתיעו אותי
- הוקירו אותי מול חברים
- שעשעו אותי – תחושת עונג – fun
- קבלתי תגמול למשימה שמבטאת עשייה אמיתית

שאלות ומחשבות שלכם?



ומה נגיד ללומדים?



ומה נגיד ללומדים?



ומה נגיד ללומדים?



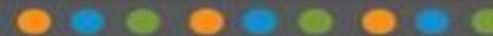
4 זריקות עידוד ומוטיבציה ללומדים מרוחקים

- פומבית הצהרות - 
- תכנון - מתי והיכן לומדים? 
- דד-ליין 
- תזכורות קופצות 

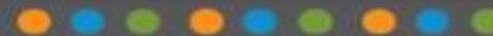
#מתודיקה בdigital



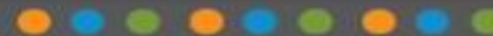
מאתץ



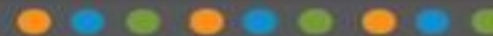
סקרנות!



חוסר בטחון



אומץ



לראות את ההתקדמות



דגש על התהליך, ההתקדמות

לתעד את העבודה שנעשתה.

The Power of **YET**

“I don’t get it.”
“I can’t do this.”
“This doesn’t work.”

Take a deep breath. Go for a short stroll. Then add a “yet” to the end of your sentence:

As in:
“I don’t get it... yet.”
“I can’t do this... yet.”
“This doesn’t work... yet.”

It may not be easy, but it doesn’t mean you’re never going to meet the challenge.

אז מה עושים כשאני נכשל?

כוחה של המילה עדיין

לא הצלחתי
לא הבנתי

אז מה עושים כשאני נכשל?

כוחה של המילה **עדיין**

עדיין לא הצלחתי

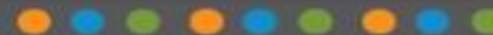
עדיין לא הבנתי

האם אני מרשה לעצמי לטעות?

- להבין שאני בתהליך
- לראות את ההתקדמות – איפה הייתי ומה עשיתי
- לא לפחד מהפחד



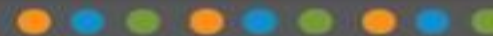
בדידות



ללמוד ביחד - חפשו חבר או קהילה



דחינות



מה דעתכם –

איך מתגברים על הדחיינות?





איך מתגברים על הדחיינות?



1. להבין את שורש הדחיינות
2. לא לבעוס על עצמנו
3. להפוך את הלמידה לטקס
4. להתנפל על מה שאפשר
5. ללמוד במנות קטנות
6. לא לשכוח את הפרס!

אז מה מפריע לנו ללמוד?



1. מאמץ
2. חוסר ביטחון
3. בדידות
4. דחיינות

אז מה מפריע לנו ללמוד?



1. מאמץ = סקרנות!
2. חוסר ביטחון = האומץ לא לדעת!
3. בדידות = אנחנו לא לבד!
4. דחיינות = הבנה, טקסיות ו... התנפלות!

שאלות ומחשבות שלכם?



תודה רבה



הסגידה לטאלנט – כוכב נולד



הסגידה לטאלנט – כוכב נולד

האמונה שמי שמצליח הינו בעל
כישרון מולד מפריעה ללומדים בדרך
להצלחה

