

המסע לצחצוח בכיף

7 תחנות פשוטות — מהמצב של מלחמות ותזכורות, לילד שמצחצח בשמחה
מבוסס על שיטת "7 העקרונות לצחצוח שיניים בכיף" מבית "השיניים שחיפשו פה חדש"

מצחצחים בכיף · עינת לבי כהן

מכינים את השטח

1

לפני הכל בודקים את תנאי השטח: האם טעם המשחה טעים לילד? האם המברשת נעימה ולא קשה מדי? שיתוף פעולה מתחיל בשלב מוקדם — וגם תנוחת צחצוח נוחה עושה הבדל גדול. ומעל הכל: התחייבות הורית. "כל מה שילד צריך, זה מבוגר אחד שיאמין בו" (הרב שלמה קרליבך).

אז מה עושים תכל'ס?

- לכו ביחד לחנות ותנו לילד לבחור את מברשת השיניים שלו
- קנו שתי משחות — כך יש לו בחירה בכל צחצוח
- נסו כמה תנוחות צחצוח ומצאו את הנוחה ביותר לילד שלכם
- הדפיסו וחתמו ביחד על אמנת מצחצחים בכיף — ותלו על המקרר

[הכלי בפורטל: אמנת המצחצחים — בארגז הכלים](#) 

משלבים משחקים

2

משחק הוא מצב שבו הילד בזרימה — פתוח לקבל וללמוד דברים חדשים. שילוב של משחק בלמידה תורם למוטיבציה, להנאה ולעניין.

אז מה עושים תכל'ס?

- הדפיסו את כרטיסיות המשחק לעידוד צחצוח
- בשעת הצחצוח לפני השינה — הילד בוחר כרטיסייה
- מצחצחים לפי ההנחיות שבכרטיסייה 😊

[הכלי בפורטל: כרטיסיות המשחק + סרטוני המשחקים](#) 

מתאמים ביקור הכרות

3

ביקור הכרות מוקדם — עוד לפני שיש בעיה — יוצר לילד חוויה נעימה וחיובית אצל רופא השיניים או השיננית, ומלמד לצחצח נכון מהרגע הראשון.

אז מה עושים תכל'ס?

- קבעו תור לביקור הכרות קצר במרפאת שיניים ידידותית לילדים
- צפו יחד עם הילד בסרטון "ביקור אצל רופא השיניים" לפני הביקור
- אחרי הביקור — חגגו את החוויה (מדבקה, מחמאה, סיפור לפני השינה)

[הכלי בפורטל: סרטון "ביקור אצל רופא השיניים"](#) 

4 עושים התאמה אישית

4

צחצוח שיניים הוא כישור חיים שהילד לומד. ברגע שנדע איך הילד שלכם לומד הכי טוב — דרך העיניים, האוזניים או הידיים — נוכל לעזור לו בדיוק בדרך שמתאימה לו.

אז מה עושים תכל'ס?

- מלאו את שאלון סגנון הלמידה (2-3 דקות)
- קבלו את התוצאה + טיפים מותאמים בדיוק לילד שלכם
- יישמו טיפ אחד כבר בצחצוח הבא

[הכלי בפורטל: שאלון סגנון הלמידה](#)

5 משלבים סיפורים

5

סיפורים הם כלי להעברת מסרים בצורה חווייתית — הם מתרגמים ערכים וחוקים לסיפורים מהנים. לפי מחקרה של פרופ' דורית ארם, הקראה טובה כוללת 4 שלבים: לוודא שהילד הבין את הסיפור, לדבר על הרגשות של הדמויות, לקשר לחיים של הילד — ולתת לילד לספר את הסיפור בעצמו.

אז מה עושים תכל'ס?

- קראו לילד את "השיניים שחיפשו פה חדש" כמה ערבים ברצף
- שאלו: איך השיניים מרגישות? למה הן מחפשות פה חדש?
- דברו על השיניים של הילד עצמו — למה חשוב לשמור עליהן
- תנו לילד לספר לכם את הסיפור בעצמו

[הכלי בפורטל: הספר הדיגיטלי עם קריינות מלאה](#)

6 יוצרים תחושת הצלחה

6

חשוב להצביע על מה שמצליח — גם על הצעדים בדרך, לא רק על התוצאה. חוויית הצלחה יוצרת הרגל, ההרגל יוצר שגרה — והשגרה יוצרת מומנטום. שרשרת ההתמדה הופכת את ההצלחה למשהו שהילד רואה וממשש: חרוז על כל צחצוח.

אז מה עושים תכל'ס?

- הכינו יחד שרשרת התמדה — חוט וחרוזים
- על כל צחצוח — הילד משחיל חרוז
- כשהשרשרת מתארכת, מספרים יחד את סיפור ההצלחה שלה

[הכלי בפורטל: שרשרת ההתמדה — בארגז הכלים](#)

כשאנחנו מלמדים אחרים, זה עוזר לנו להטמיע את החומר, להרגיש טוב עם עצמנו — ומעודד אותנו להמשיך. גם אצל ילדים זה עובד בדיוק כך.

אז מה עושים תכל'ס?

- בקשו מהילד להראות לאח, לאחות או לבובה איך מצחצחים נכון
- שתפו את המסע עם חברים שמתמודדים עם אותו אתגר
- שלחו לנו את סיפור ההצלחה שלכם — זה ייתן כוח להורים אחרים!

כל הכלים, הסרטונים והשאלון מחכים לכם בפורטל "מצחצחים בכיף"

brushyourteeth.co.il · עינת לבי כהן · שיהיה צחצוח נעים! 🧡💙