

בחינה פסיכומטרית מותאמת

המרכז הארצי לבחינות והערכה (מאל"ו) מאפשר להיבחן בתנאים מותאמים (הקלות).

נתחיל דווקא מהסוף. לכל מי שחושש שבחינה בתנאים מותאמים תפגע בסיכויי הקבלה שלו למוסדות אקדמיים, דעו שאין כל הבדל בין ציון פסיכומטרי רגיל לציון פסיכומטרי מותאם. כלומר, 700 בבחינה רגילה ו-700 בבחינה מותאמת זה בדיוק אותו דבר.

מתי נבחינים? בחינות בתנאים מותאמים מתקיימות בכל מועד בחינה (אביב, קיץ, סתיו וחורף). בשונה מהבחינה הרגילה, לה יש תאריך אחד או שניים קבועים מראש, בחינות אלו יכולות להיערך בתאריך אחר, עד מספר שבועות אחרי הבחינה הרגילה. קחו זאת בחשבון, ואל תקבעו תכניות שלא תוכלו להזיז.

איך מגישים בקשה להיבחן בתנאים מותאמים?

ניתן להגיש בקשה לבחינה בתנאים מותאמים **רק לאחר שנרשמתם לבחינה**. התאריך האחרון בו ניתן להגיש את הבקשה הוא תאריך סיום ההרשמה לבחינה, אך אנו ממליצים בחום להגיש את הבקשה לפחות חודשיים לפני תאריך זה, כדי שיהיה לכם מספיק זמן לשלוח מסמכים נוספים או להגיש ערעור במידת הצורך. המרכז הארצי נוהג לקחת את הזמן בטיפול בבקשות לבחינה בתנאים מותאמים, והתשובה יכולה להגיע עד 25 ימי עבודה מיום הגשת הבקשה. אם שלחתם בעבר מסמכים למרכז הארצי, הם שמורים אצלם ואין צורך לשלוח אותם שוב. הוספת מסמכים לאחר הגשת הבקשה והגשת ערעור כרוכים בתשלום. המרכז הארצי מקבל מסמכים בשפות עברית, אנגלית וערבית בלבד.

את הבקשה ניתן להגיש דרך [האזור האישי](#) באתר המרכז הארצי, [דרך דואר ישראל או באופן ידני במשרדי המרכז הארצי](#).

מי זכאים להתאמות בפסיכומטרי?

- בעלי לקות למידה
- בעלי הפרעת קשב ופעלתנות יתר (היפר אקטיביות)
- בעלי מגבלה גופנית או נפשית, ונבחנים הנמצאים על הרצף האוטיסטי (ASD)

אילו מסמכים יש להגיש כדי לקבל את ההתאמות?

שאלון למבקש תנאים מותאמים בבחינה

כל בקשה צריכה לכלול את [השאלון למבקש תנאים מותאמים בבחינה](#). את השאלון מלאו בעצמכם, בשפה שלכם. להלן מספר טיפים למילוי השאלון:

1. למבקשים תנאים מותאמים בגין לקות למידה/הפרעת קשב ופעלתנות יתר/מגבלה נפשית/הפרעה על הרצף האוטיסטי (ASD):

מה הם הקשיים שיש לך כיום ואשר בגינם אתה מבקש תנאים מותאמים?

כאן יש לתאר את הקשיים שאתם חווים בהווה. לדוגמה:

- קשב ופעלתנות יתר: אתם מתקשים להתרכז לאורך זמן, דעתכם מוסחת בקלות, יש לכם קושי לשבת במקום במשך זמן רב.
- קריאה: הקריאה שלכם איטית, יש לכם קשיים בהבנה שגורמים לכם לקרוא את אותם משפטים יותר מפעם אחת.
- כתיבה: הכתיבה שלכם איטית, יש לכם הרבה שגיאות כתיב, כתב היד שלכם לא ברור.
- חשבון: יש לכם קשיים בביצוע חישובים פשוטים, אתם מתקשים להבין ולזכור כללים וחוקים, יש לכם קשיים בהבנת של צורות גאומטריות.
- זיכרון: יש לכם קשיי זיכרון באופן כללי, וקושי בזכירת אוצר מילים בפרט.
- אנגלית: יש לכם קשיים דומים לעברית, שמחריפים כאשר עוברים לשפה האנגלית – מתקשים בקריאה ובכתיבה, אוצר המילים שלכם דל ואתם מתקשים לזכור אוצר מילים.

א. מתי הרגשת בקשיים לראשונה?

חישובו על הגיל המוקדם ביותר בו הרגשתם את הקשיים, עוד לפני שאובחנתם. **שימו לב** – אם הרגשתם בקשיים לראשונה בגיל התיכון, לא כדאי לכתוב זאת. נסו בכל זאת להיזכר בקשיים שהיו לכם בגיל צעיר יותר.

ב. כיצד השפיעו קשיים אלה על תפקודך ועל הישגיך בלימודים?

כאן המקום לספר על האופן בו הקשיים איתם התמודדתם פגעו בכם בתור תלמידים. חשוב להראות שלמרות הקשיים, התאמצתם ללמוד ולא ויתרתם. לשם כך, ספרו פחות על כך שלא נכנסתם לשיעור או לא הגעתם לבית הספר, הפרעתם בשיעורים וכו'. התמקדו בעיקר בקשיים עצמם ותארו כיצד הם הפריעו לכם: גרמו לכך שהייתם זקוקים לעזרה רבה בשיעורי הבית, הכנת עבודות וכו', גרמו לכך שלמרות השקעה רבה מצדכם, ההישגים שלכם היו נמוכים או בינוניים, וכיצד הם גרמו לכם לתסכול.

ג. באילו דרכים התמודדת עם קשיים אלו?

ספרו על כל הדרכים השונות בהן התמודדתם עם הקשיים, החל משיעורים פרטיים והוראה מתקנת, דרך שימוש בתרופות כמו ריטלין וכו', וכלה בהקלות שקיבלתם בבגרויות. ניתן ואף רצוי גם לספר על דרכי התמודדות שמצאתם שעוזרות לכם באופן אישי.

ד. מתי אובחנת לראשונה, ומי יעץ לך לפנות לאבחון?

כאן כתבו את השנה בה אובחנתם לראשונה, ומי ייעץ לכם לפנות לאבחון.

ה. אם עברת אבחונים נוספים, מי אבחן אותך ומתי?

כאן ציינו את כל האבחונים הנוספים שעברתם, גם אם אין לכם אותם.

ו. האם צירפת לבקשה את תוצאות כל האבחונים שעברת? אם לא, מדוע?

יש לכתוב כן או לא, ואם לא, להסביר למה.

ז. האם קיבלת התאמות בבחינות הבגרות? אם כן, אילו התאמות קיבלת?

אם כן, תארו את כל ההתאמות שקיבלתם בבחינות הבגרות.

ח. האם טופלת בהוראה מתקנת בבית הספר היסודי? אם כן, באילו כיתות, באילו תחומים ולמשך כמה זמן? אם כן, מלאו את הפרטים המתאימים.

ט. האם קיבלת טיפול או סיוע אחרים בעבר? אם כן, מאיזה סוג?

תארו כל טיפול או סיוע אחרים שקיבלתם.

שאלה נוספת למבקשי תנאים מותאמים בגין הפרעת קשב ופעלתנות יתר: האם קשיי הקשב משפיעים על חיידך או השפיעו עליהם גם בתחומים שאינם קשורים ללימודים? אם כן, כיצד? (אם ברשותך מסמכים המעידים על קשיים אלו, יש לצרפם). כאן המקום להוסיף כל דבר שנראה לכם רלוונטי ולא התאים לאחת מהשאלות הקודמות. למשל, קשיים בצבא, קשיים בעבודה בעבר או כיום, קשיים חברתיים בגיל הילדות וכיום, קשיים במציאת זוגיות וכו'. אפשר גם לספר על דרכי התמודדות שלכם.

2. למבקשים תנאים מותאמים בגין מגבלה גופנית

לבקשת תנאים מותאמים בגין מגבלה גופנית יש לצרף חוות דעת רפואית כמפורט באתר המרכז הארצי לבחינות. בנוסף, עליכם לציין מה המגבלה הגופנית שבגינה אתם מבקשים תנאים מותאמים, ואילו תנאים נדרשים לכם בגין מגבלה זו.

מסמכים נוספים שיש להגיש בהתאם לסוג הבקשה:

לקות למידה

את הבקשה יש לבסס על אבחון עדכני, שאלון למאבחן, ומידע על התפקוד שלכם בבית הספר. את המסמכים המתאימים תמצאו [באתר מאל"ן](#).

על מנת שתוכלו לקבל התאמות בבחינה, המרכז הארצי רוצה לוודא שאתם בעלי לקות למידה ראשונית חמורה. כלומר, לקות למידה שהופיעה בגיל צעיר. לכן, חשוב שתוכיחו שלקות הלמידה שלכם הופיעה כבר בבית הספר היסודי. כדי לעשות זאת, יש לצרף לבקשה מסמכים כמו:

- דוחות אבחון משנות בית הספר היסודי – אם אובחנתם יותר מפעם אחת, יש לשלוח דוחות מלאים של כל האבחונים שעברתם
- סיכום טיפולים התפתחותיים (ריפוי בעיסוק, טיפול שפה וכו')
- תיעוד של הוראה מתקנת
- תעודות מבית הספר היסודי, החטיבה והתיכון
- מכתבים ממורים, סיכומי פגישות של הורים עם צוות מטפל, ושאר מסמכים שיכולים להעיד על הקשיים שהיו לכם.
- חוות דעת של מורים ושל אנשי מקצוע אחרים – [שאלון למורה](#)

מה אפשר לעשות אם אין לכם מסמכים כאלה?
הדבר יכול להפחית את הסיכוי לקבלת התאמות בבחינה, ולכן כדאי מאד לפנות לבית הספר היסודי בו למדתם ולנסות להשיג תיעוד של קשיי הלמידה שחוויתם. בתי ספר רבים שומרים העתקים של תעודות, חוות דעת ומסמכים אחרים.
אפשר גם לפנות למורים ולאנשי מקצוע אחרים שעבדו אתכם במהלך שנות בית הספר היסודי, ולבקש מהם למלא את [השאלון למורה](#). אפשר לאתר אנשים כאלה בעזרת חברים, רשתות חברתיות, או חיפוש בגוגל.

הפרעת קשב ופעלתנות יתר

את הבקשה יש לבסס על הערכה עדכנית ומפורטת של תחום הקשב ופעלתנות היתר, ועל אבחונים קודמים ומידע על התפקוד בבית הספר היסודי. את המסמכים המתאימים תמצאו [באתר מאל"ן](#).

קשיים בתחום הקשב ופעלתנות יתר נפוצים באוכלוסייה מאד, וכדי שתוכלו לקבל תנאים מותאמים בבחינה אתם צריכים להוכיח שיש לכם הפרעת קשב ראשונית וחמורה, אשר הופיעה לפני גיל 12 ומשבשת את התפקוד במידה ניכרת **בכמה** תחומי חיים, כמו לימודים, עבודה, חיי חברה, תעסוקה ויחסים בין-אישיים. לכן, חשוב מאד לצרף לבקשה תיאור של התפקוד שלכם בשנות בית הספר היסודי (א-ו). ללא מידע מספק כזה, לא תמיד אפשר לקבוע שהקשיים אכן נובעים מהפרעת קשב ופעלתנות יתר, ובמצב כזה המרכז הארצי אינו מאשר תנאים מותאמים בבחינה.

מסמכים שיש לצרף לבקשה כדי להוכיח שיש לכם הפרעת קשב ראשונית וחמורה:

- דוחות אבחון משנות בית הספר היסודי – אם אובחנתם יותר מפעם אחת, יש לשלוח דוחות מלאים של כל האבחונים שעברתם
- סיכום טיפולים התפתחותיים (ריפוי בעיסוק, טיפול שפה וכו')
- תיעוד של הוראה מתקנת
- תעודות מבית הספר היסודי, החטיבה והתיכון
- מכתבים ממורים, סיכומי פגישות של הורים עם צוות מטפל, ושאר מסמכים **שיכולים להעיד על הקשיים שהיו לכם**.
- חוות דעת של מורים ושל אנשי מקצוע אחרים – [שאלון למורה](#)

מה אפשר לעשות אם אין לכם מסמכים כאלה?
הדבר יכול להפחית את הסיכוי לקבלת התאמות בבחינה, ולכן כדאי מאד לפנות לבית הספר היסודי בו למדתם ולנסות להשיג תיעוד של קשיי הלמידה שחוויתם. בתי ספר רבים שומרים העתקים של תעודות, חוות דעת ומסמכים אחרים.

אפשר גם לפנות למורים ולאנשי מקצוע אחרים שעבדו אתכם במהלך שנות בית הספר היסודי, ולבקש מהם למלא את [השאלון למורה](#). אפשר לאתר אנשים כאלה בעזרת חברים, רשתות חברתיות, או חיפוש בגוגל.

מגבלה גופנית, נפשית או הפרעה על הרצף האוטיסטי

אם נעזרתם בעבר או שאתם נעזרים כיום בטיפול או בליווי של אנשי בריאות הנפש, כמו פסיכולוגים, עובדים סוציאליים וכו', כדאי מאד לבקשה דו"ח בו הם מתארים את הקשיים איתם אתם מתמודדים, ואת השפעתם האפשרית על תפקודכם בבחינה.

בנוסף, כדאי גם לצרף [שאלון למורה](#), בו יתאר מורה המכיר אתכם את השלכות המגבלה הנפשית על תפקודי הלמידה שלכם ועל תפקודכם בבחינות.

בעלי הפרעה על הרצף האוטיסטי

את הבקשה יש לבסס בעזרת [המסמכים המתאימים](#) המופיעים באתר מאל"ן.

מבקשי תנאים בגין הפרעה על הרצף האוטיסטי צריכים לשלוח אבחון פורמלי של הפרעה על הרצף האוטיסטי, תיאור של הרקע ההתפתחותי והלימודי, כפי שתועד במסמכים שונים (אבחונים, תעודות, חוות-דעת של מורים ומטפלים שסייעו לכם), ותיעוד עדכני של התפקוד שלהם.

את [המסמכים המתאימים](#) ניתן למצוא באתר מאל"ן.

אילו התאמות אפשר לקבל במבחן הפסיכומטרי?

דוגמאות להתאמות שאפשר לקבל:

- מבחן פסיכומטרי על גבי מחשב (מפע"ם)
- הפסקות במהלך הבחינה
- הגבלת מספר הנבחנים בכיתה
- חוברת בחינה מוגדלת – גודל A3
- גיליון תשובות מוגדל
- השמעת חלק מהבחינה או כולה
- מחשבון שאפשר לבצע בו את ארבע פעולות החשבון הבסיסיות – ניתן לרוב לנבחנים בעלי דיסקלקוליה.
- תוספת זמן בחלק מהבחינה או כולה
- הקלדת מטלת הכתיבה
- תנאים פיזיים בהתאם למגבלה גופנית (לדוגמה, שולחן במקום כיסא סטודנט, עזרים המקלים על ישיבה ממושכת)
- הגעה עם מלווה שישב מחוץ לחדר הבחינה

התאמות שלא ניתן לקבל:

- שימוש במילון אלקטרוני
- פטור מחלקים מהבחינה
- הסברים לשאלות
- סימון התשובה בחוברת הבחינה במקום בגיליון תשובות

מפע"ם – מבחן פסיכומטרי על מחשב

בחינת מפע"ם היא בחינה פסיכומטרית על מחשב. ניתן להיבחן בה באישור היחידה לבחינות מותאמות במאל"ו.

בדומה לבחינה הפסיכומטרית הרגילה, גם בחינת מפע"ם מודדת את יכולת הנבחן בשלושה תחומים: חשיבה כמותית, חשיבה מילולית ואנגלית. השאלות בבחינה זהות לאלו שבבחינה הרגילה, ולכן קורס ההכנה שלנו מכין אתכם באופן מיטבי גם לבחינה זו.

ההבדלים בין בחינה פסיכומטרית רגילה לבחינת מפע"ם הם במבנה הבחינה, והזמן שניתן לפתרון השאלות.

אם וכאשר תקבלו ממאל"ו אישור להיבחן במפע"ם, אנו ממליצים בחום לעדכן באופן מידי את המרצה שלכם, כדי שיוכל להכווין אתכם כיצד להתכונן לבחינה באופן מיטבי.