



שאלון החוזקות שלי



נקודות האור שלי - חט"ע

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

אין תשובות נכונות או לא נכונות. סמנו ✓ בעמודה שמתאימה לך. השאלון שייך לך.

#	היגד	1 לא מתאר אותי	2 מעט מתאר	3 מתאר די טוב	4 מתאר מאוד אותי
1	אני נמשך/ת לשאלות פתוחות ולרעיונות שעוד לא הכרת. 🔍	☐	☐	☐	☐
2	כשמשוה לא עובד, אני מחפש/ת פתרון שאחרים לא חשבו עליו. 🎨	☐	☐	☐	☐
3	למידה בעיניי היא הנאה ולא רק חובה. 📚	☐	☐	☐	☐
4	אני מוכן/ה לשנות את דעתי כשמוצגות לי ראיות טובות. 🧠	☐	☐	☐	☐
5	אני עומד/ת מאחורי מה שנכון גם כשזה לא פופולרי. 🦁	☐	☐	☐	☐
6	אני מסיים/ת את מה שהתחלתי גם כשהדרך ארוכה. 🏃	☐	☐	☐	☐
7	אני כן/ה עם עצמי ועם אחרים, גם כשזה לא נוח. 💎	☐	☐	☐	☐
8	אני משקיע/ה את כל כולי במה שאני עושה. ⚡	☐	☐	☐	☐
9	אני משקיע/ה בקשרים קרובים ומשמעותיים. ❤️	☐	☐	☐	☐
10	אני נותן/ת מזמני ומכוחי לאחרים בלי לצפות לתמורה. 🌻	☐	☐	☐	☐
11	אני קורא/ת מצבים חברתיים ויודע/ת להגיב ברגישות. 🤝	☐	☐	☐	☐
12	אני שם/ה את הצלחת הקבוצה לפני הקרדיט האישי. 👥	☐	☐	☐	☐
13	אני רגיש/ה לעוול ופועל/ת כדי לתקן אותו. ⚖️	☐	☐	☐	☐

☐	☐	☐	☐	אני מניע/ה אנשים לפעולה ומקשיב/ה להם בדרך. 🙅	14
☐	☐	☐	☐	אני מצליח/ה לשחרר כעס ולהמשיך הלאה. 🕊	15
☐	☐	☐	☐	אני מכיר/ה ביכולות שלי בלי להקטין אחרים. 🌾	16
☐	☐	☐	☐	אני מצליח/ה לוותר על הנאה רגעית בשביל מטרה חשובה. 🎯	17
☐	☐	☐	☐	אני מכיר/ה טובה לאנשים ולרגעים בחיי ואומר/ת את זה. 🙏	18
☐	☐	☐	☐	אני מציב/ה מטרות ומאמין/ה שאוכל להשפיע על העתיד שלי. 🌈	19
☐	☐	☐	☐	הומור עוזר לי להקל על אחרים ועל עצמי. 😊	20

5 החוזקות שלי (ההיגדים שסימנתי בעמודה האחרונה - הכי "אני") 🌟

משפט חוזקה לעש"ן ד"ק (שלב ה'ד' - דיבור עצמי) 🧠
