



נספח 4א'- גרפים מדידים

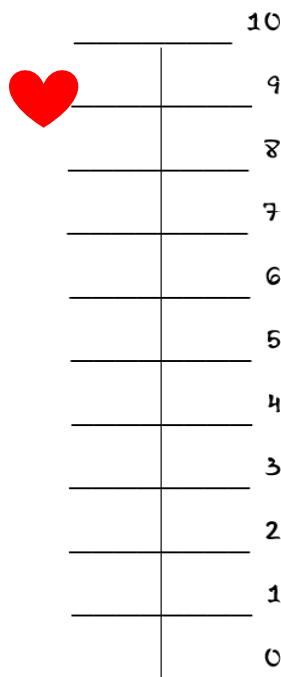
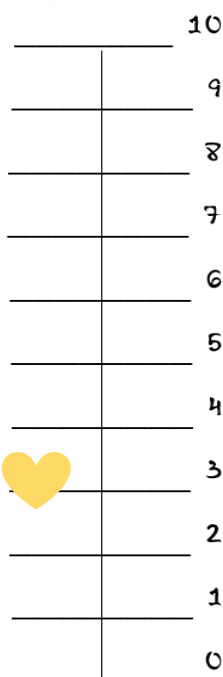
הצבת יעדים מדידים להיגדים אותם בחרת לשפר

דוגמה להצבת מטרות מדידות-

מ 1 עד 10...

כמה אני אוהבת תותים?

כמה אני אוהבת בצל?



מתוך כך למדתי...

- אני אוהבת הרבה יותר תות מבצל.
- יש דברים שאני אוהבת יותר מתותים (זה לא 10)
- אם חשוב לי מאוד לאהוב בצל כיצד אעשה זאת?



נספח 4ב'-

הצבת יעדים מדידים להיגדים אותם בחרת לשפר

דרג/י את היכולת שלך את
היכולת שלך בהיגד
מספר 3
מ- 1 עד 10
סמן נקודה במקום המתאים

	10
	9
	8
	7
	6
	5
	4
	3
	2
	1
	0



מה למדתי מכך :

דרג/י את היכולת שלך את
היכולת שלך בהיגד
מספר 2
מ- 1 עד 10
סמן נקודה במקום המתאים

	10
	9
	8
	7
	6
	5
	4
	3
	2
	1
	0



מה למדתי מכך :

דרג/י את היכולת שלך את
היכולת שלך בהיגד
מספר 1
מ- 1 עד 10
סמן נקודה במקום המתאים

	10
	9
	8
	7
	6
	5
	4
	3
	2
	1
	0



מה למדתי מכך :
