

שאלון תחומי חיים וערכים – חלק א'

הטבלה שלהלן מציגה תחומי חיים/ערכים שונים.. אנא דרג/י את חשיבותו של כל אחד מהתחומים/ערכים הללו כפי שאת/ה חווה אותם בחייד על גבי סקאלה מ-1 עד 10.

1 (לא חשוב כלל), 10 (חשוב במידה רבה מאוד).

כל אדם מעריך תחומים/ערכים שונים בדרגות חשיבות משתנות. אנא דרג/י את התחומים על פי מידת החשיבות שאת/ה מייחס/ת להם באופן אישי

[illegible]

חלק ב': בטבלה זו הנך מתבקש/ת לדרג עד כמה פעולותיך בתקופה האחרונה היו בהתאמה עם הערכים/תחומים השונים שהערכת בטבלה הקודמת. כל אדם מצליח לממש תחומים מסוימים יותר או פחות בהשוואה לתחומים אחרים. השאלון אינו מתייחס למצב אידיאלי בו יש הגשמה מלאה אלא רוצה לדעת כיצד את/ה מגשים בפועל בתקופה האחרונה את התחומים/הערכים השונים בחיידך בהשוואה למידת החשיבות שנתת להם בטבלה הקודמת.

לדוגמה: תחום קריירה ותעסוקה: בטבלה הראשונה מילאת עד כמה חשוב לך תחום/ערך זה. בטבלה השניה אתה מתייחס לשאלה עד כמה בשבועות האחרונים השקעת בתחום/ערך הקריירה והתעסוקה.

אנא דרג/י את המידה בה השקעת בתחום/ערך זה בחייד (בשבועות האחרונים).

הדירוג ייעשה על גבי סקאלה מ-1 עד 10. 1 (כלל לא עקבי בהשקעה בתחום), 10 (עקבי מאד בהשקעה בתחום).

[illegible]