קיר התכונות שלנו · ז–ט



אֹמֶץ

התכונה בגרסה בוגרת

היכולת לפעול לפי הערכים שלי גם כשיש לחץ חברתי, סיכון או חשש מכישלון.

איך זה נראה?

- לנסות תחום חדש גם אם עוד לא מצליחים בו.
- לעמוד לצד מי שמדברים עליו מאחורי הגב – גם ברשת.

שאלה למחשבה: מתי בפעם האחרונה עשיתי משהו למרות הפחד?

אומץ הוא לא חוסר פחד – הוא צעד קטן קדימה למרות הפחד.

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות

קיר התכונות שלנו · ז–ט



סַבְלָנוּת

התכונה בגרסה בוגרת

היכולת להכיל עיכוב, קושי או אנשים שונים ממני – בלי להתפרץ ובלי לוותר.

איך זה נראה?

- להסביר שוב לחבר או לחברה שלא הבינו, בלי לזלזל.
- לתת לעצמי זמן ללמוד מיומנות חדשה.

שאלה למחשבה: במה הייתי רוצה להיות סבלני/ת יותר?

דברים טובים צומחים לאט – כמו נרות שנדלקים אחד אחרי השני.

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות

קיר התכונות שלנו · ז–ט



אַחֲרָיוּת

התכונה בגרסה בוגרת

להבין שלמעשים שלי יש תוצאות, ולקחת חלק פעיל בתיקון ובשיפור.

איך זה נראה?

- להגיש עבודה בזמן, או לעדכן מראש כשיש קושי.
- להודות בטעות ולהציע איך לתקן אותה.

שאלה למחשבה: על מה אני לוקח/ת אחריות השבוע?

אחריות היא להגיד „עליי" – ולקיים.

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות

קיר התכונות שלנו · ז–ט



נְדִיבוּת

התכונה בגרסה בוגרת

נתינה בלי לצפות לתמורה – של זמן, ידע, תשומת לב או עזרה.

איך זה נראה?

- להסביר לחבר או לחברה חומר שאני מבין/ה היטב.
- לתרום מזמני לפעילות התנדבות.

שאלה למחשבה: מה אני יכול/ה לתת שלא עולה כסף?

כשמדליקים נר מנר – האור לא נחלש, הוא רק גדל.

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות

קיר התכונות שלנו · ז–ט



הַתְמָדָה

התכונה בגרסה בוגרת

היכולת להמשיך לעבוד לקראת מטרה לאורך זמן, גם מול מכשולים ותסכול.

איך זה נראה?

- לבנות לוח למידה לפני מבחן – ולעמוד בו.
- לחזור לאימון אחרי הפסד או פציעה.

שאלה למחשבה: איזו מטרה שווה בשבילי התמדה?

כל ניסיון הוא עוד צעד – גם כשעוד לא רואים את הסוף.

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות

קיר התכונות שלנו · ז–ט



סַקְרָנוּת

התכונה בגרסה בוגרת

רצון אמיתי להבין את העולם ואת האנשים סביבי, ופתיחות לרעיונות חדשים.

איך זה נראה?

- לחקור נושא מעבר למה שנדרש בשיעור.
- לשאול שאלה כדי להבין דעה שונה משלי.

שאלה למחשבה: מה הייתי רוצה לגלות השנה?

כל שאלה היא ניצוץ שמדליק ידע.

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות

קיר התכונות שלנו · ז–ט



הַקְשָׁבָה

התכונה בגרסה בוגרת

תשומת לב מלאה לאחר – בלי לשפוט ובלי למהר לענות.

איך זה נראה?

- להניח את הטלפון בצד כשמישהו מספר משהו חשוב.
- לחזור במילים שלי על מה ששמעתי, כדי לוודא שהבנתי.

שאלה למחשבה: מי זקוק/ה להקשבה שלי השבוע?

כשאני מקשיב/ה – אני נותן/ת לאחר מקום להאיר.

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות

קיר התכונות שלנו · ז–ט



שִׂמְחָה

התכונה בגרסה בוגרת

גישה שמחפשת את הטוב ומאמינה שאפשר להשתפר – גם בימים פחות טובים.

איך זה נראה?

- לסיים את היום ברשימה של שלושה דברים טובים.
- לפרגן בקול רם להצלחה של מישהו אחר.

שאלה למחשבה: מה ממלא אותי בשמחה?

חיוך אחד יכול להאיר חדר שלם.

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות

🔥 קיר התכונות שלנו · ז–ט 🔥



אֶמְפַּתְיָה

התכונה בגרסה בוגרת

היכולת „לנעול את הנעליים" של מישהו אחר – להבין את הרגשות שלו ולפעול ברגישות.

איך זה נראה?

- 🔥 לחשוב איך הייתי מרגיש/ה אם היו כותבים עליי תגובה כזאת ברשת.
- 🔥 לשאול „איך אפשר לעזור?" במקום למהר לתת עצות.

שאלה למחשבה: מתי מישהו הבין אותי בלי שהסברתי?

כשאני מרגיש/ה את הלב של האחר – אנחנו מתקרבים.

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות

קיר התכונות שלנו · ז–ט

עֶזְרָה לַזּוּלַת



התכונה בגרסה בוגרת

פעולה יוזמת למען אחרים – בכיתה, במשפחה ובקהילה.

איך זה נראה?

- להציע לתלמידים חדשים להכיר את בית הספר.
- להתנדב בפרויקט קהילתי.

שאלה למחשבה: למי אני יכול/ה לעזור השבוע?

יד אחת שמושטת – ועוד אור נדלק.

יצרה: רוית ראש בן ישי · © 2026 כל הזכויות שמורות