קיר התכונות שלנו · ז–ט



כָּבוֹד

התכונה בגרסה בוגרת

הכרה בערך של כל אדם – גם כשהוא שונה ממני או חושב אחרת.

איך זה נראה?

- להתווכח על רעיונות בלי לפגוע באנשים.
- לכבד גבולות ופרטיות של אחרים, גם ברשת.

שאלה למחשבה: איך אני מראה כבוד למי שחושב אחרת ממני?

כבוד הוא אור שאני נותן/ת לאחרים – והוא חוזר אליי.

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

קיר התכונות שלנו · ז–ט



שִׁתּוּף

התכונה בגרסה בוגרת

שיתוף פעולה: לתרום, להקשיב ולהגיע יחד לתוצר משותף.

איך זה נראה?

- לחלק משימות בפרויקט לפי החוזקות של כל אחד ואחת.
- לשתף רעיון – ולתת קרדיט לרעיונות של אחרים.

שאלה למחשבה: מה אני מביא/ה לקבוצה?

יחד – האור שלנו חזק יותר.

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

🔥 קיר התכונות שלנו · ז–ט 🔥



חֲבֵרוּת

התכונה בגרסה בוגרת

קשר של אמון, הדדיות ונאמנות, שבו כל אחד ואחת מרגישים בטוחים להיות עצמם.

איך זה נראה?

- 🔥 לשמוח בהצלחה של חבר או חברה – בלי לקנא.
- 🔥 לעמוד לצד חבר או חברה כשפוגעים בהם.

שאלה למחשבה: מה עושה אותי חבר/ה טוב/ה?

חברות אמיתית היא אור בדרך.

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

קיר התכונות שלנו · ז–ט



תִּקְוָה

התכונה בגרסה בוגרת

אמונה שאפשר לשנות ולהשתפר – יחד עם תכנון של צעדים קטנים לשם.

איך זה נראה?

- לקבוע מטרה קטנה אחרי ציון מאכזב.
- לראות בקושי שלב בדרך, ולא את סוף הדרך.

שאלה למחשבה: מה נותן לי תקווה?

גם נר קטן אחד מגרש הרבה חושך.

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

קיר התכונות שלנו · ז–ט

הַכָּרַת תּוֹדָה



התכונה בגרסה בוגרת

היכולת לראות את הטוב שבחיים ובאנשים, ולהביע הערכה במילים ובמעשים.

איך זה נראה?

- לשלוח הודעת תודה למי שעזר לי – בלי סיבה מיוחדת.
- לכתוב כל ערב דבר אחד שאני מודה עליו.

שאלה למחשבה: למי לא אמרתי תודה כבר הרבה זמן?

תודה קטנה – אור גדול.

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

קיר התכונות שלנו · ז–ט



סְלִיחָה

התכונה בגרסה בוגרת

לקחת אחריות על פגיעה – וגם לשחרר כעס, כדי שהקשר יוכל להמשיך.

איך זה נראה?

- לבקש סליחה פנים אל פנים, לא רק בהודעה.
- להקשיב להסבר של מי שפגע בי לפני שאני מחליט/ה.

שאלה למחשבה: מה עוזר לי לסלוח?

סליחה פותחת דלת – והאור נכנס.

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

קיר התכונות שלנו · ז–ט



יוזְמָה

התכונה בגרסה בוגרת

היכולת לזהות צורך או הזדמנות ולצאת לפעולה – בלי לחכות שמישהו אחר יתחיל.

איך זה נראה?

- להציע לארגן פעילות לכיתה.
- לפתוח שיחה עם מי שעומדים לבד.

שאלה למחשבה: איזה רעיון שלי מחכה לצאת לדרך?

כל שינוי גדול מתחיל בניצוץ אחד.

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

🔥 קיר התכונות שלנו · ז–ט 🔥

שְׁלִיטָה עַצְמִית

התכונה בגרסה בוגרת



ניהול של רגשות, דחפים והרגלים – כדי לפעול לפי המטרות שלי.

איך זה נראה?

- 🔥 לשים את הטלפון בחדר אחר בזמן הכנת שיעורים.
- 🔥 לענות להודעה רק אחרי שנרגעתי.

שאלה למחשבה: מה עוזר לי לעצור לפני שאני מגיב/ה?

רגע של עצירה – ובחירה טובה יותר.

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

🔥 קיר התכונות שלנו · ז–ט 🔥



יֹשֶׁר

התכונה בגרסה בוגרת

אמת והגינות במילים ובמעשים – גם כשאף אחד לא רואה.

איך זה נראה?

- 🔥 לא להעתיק עבודה מהרשת ולהגיש אותה בשמי.
- 🔥 לומר את האמת בעדינות, גם כשהיא לא נוחה.

שאלה למחשבה: מתי קשה לי להיות ישר/ה – ומה עוזר לי?

האמת מאירה את הדרך.

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

קיר התכונות שלנו · ז–ט



חֹסֶן

התכונה בגרסה בוגרת

היכולת להתמודד עם קושי, להיעזר באחרים ולצמוח מתוך האתגר.

איך זה נראה?

- לפנות למבוגר שאני סומך/ת עליו כשקשה.
- להיזכר בקושי שכבר עברתי – ומה עזר לי אז.

שאלה למחשבה: מה עוזר לי להתחזק?

גם אחרי סערה – האור שבי ממשיך לדלוק.

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