

מנופי הפרואקטיביות - אבחון עצמי:

שאלוון זה נועד לעזור לך למפות את **סגנון הפעולה והיוזמה** שלך במצבים שונים.
איך מלאים?

- בכל סעיף מופיעים שני היגדים - אחד מיomin ואחד משמאלי.
- יש לסמן על הסקלה שבין 1 ל-5 את הנקודה המשקפת בצורה המדוקית ביותר את **הנטיה הטבעית** שלך.
- **סימן 1 או 5** מעיד על הדזהות מלאה עם היגד שמצד זה.
- **סימן 3** מעיד על בר שאותה נמצאת בamuן בamuן בין שתי הגישות (מזהה/לא מזהה עם שתיהן).

חשיבות לחוכר:

- **אין חשיבות "נכונות" או "לא נכונות"** - לכל סגנון פעולה יש יתרונות בהקשרים מסוימים. המטרת היא שיקוף עצמי ולא ציון.
- **התשובה הראשונה** היא בדרך כלל הנכונה ביותר: נסה/י לענות מתוך "תחושת בטן" ומثار היכרות עם התנהגותך בפועל, ולא לפי האופן בו הייתה רוצה לתפוס אותך עצמן.
- **בנות היא המפתח**: השאלה הוא בלי עבורך, ובכל שעתנה/י בכנות, בר המפה שתתקבל תהיה מונף אמיתי לצמיחה עבורה.

1

1	הצלחה בחיי היא בעיקר עביון של מזל והזדמנות שנקרתה בדרכי.	5	4	3	2	1	מס'ד:
2	שיש בישלון, אני בוחן קודם אליו נסיבות חיৎניות מנעו את ההצלחה.	5	4	3	2	1	1
3	אני מאמין שיש לי יכולת מוגבלת לשנות את התרבות הארגונית סביבי.	5	4	3	2	1	
4	אני מעדיף להשיקע את האנרגיה בפתרון מצוין של בעיות הווה.	5	4	3	2	1	
5	תכנן מפורט מדי הוא באזבוז זמן כי המציאות ממלאת משתנה.	5	4	3	2	1	
6	אני פועל הכי טוב כשיש-DD-ליין קרוב למabitיב לי את סדר העדיפויות.	5	4	3	2	1	
7	חשוב לי לא לעשות טיעות ולהיכשל כדי ללמידה ולנסות במוניטין או בתפקיד שלי.	5	4	3	2	1	
8	אני זקוק לכל הנסיבות והאישורים לפני שאני יוצא לדרכך חדשה.	5	4	3	2	1	
9	אני מעדיף שיטות עבודה מוכחות שעבדו היטב בעבר.	5	4	3	2	1	



2

איסוף התוצאות:

יש לסקום את הציון המctrבר לשנתה עפ"י המין שללהן.

הנחה לפעולה	הקשבה סיביתית	תחושת מסוגולות	נכונות לסיכון	אוריננטציית עתיד	מיקוד שליטה
שאלות 16-18	שאלות 13-15	שאלות 10-12	שאלות 9-7	שאלות 6-4	שאלות 3-1
סה"כ:	סה"כ:	סה"כ:	סה"כ:	סה"כ:	סה"כ:

פירוש התוצאות- מפת הפרואקטיביות האישית שלך:

השאalon שמייל את מבוסס על מודל "מנופי הפרואקטיביות". הדירוג שלך על הסקללה חושף את האיזון שבין **תגובהות** (Reactivity) לבין **פרואקטיביות** (Proactivity).

- הפרמטרים המובוקים שלר הינט אלו שקיבלו "ציון קצוט"- בין 6-3 או בין 11-15.
 - ציוני הבניינים מצבעים על התנהלות תלוית סיטואציה בפרמטר הרלוונטי.
 - ככל שהציוון שנთת לעצמר בפרמטר מסוים נמור יותר ונמצא בטוחה של 6-3, המשמעות היא שפרמטר זה פחות דומיננטי בהתנהלות הטבעית שלר עם נטייה לתגובהות ולא לפרואקטיביות.

1. מיקוד שליטה (Locus of Control)

- (צון 6-3): **מיקוד חיצוני**. את/ה נוטה להרגיש שהנסיבות, המזל או החלטות של אחרים מעצבים את המציאותות שלך. זה יכול להפוך אותך לאדם ריאליסט וمستגל, אך עלול לגרום לתהוcharת חוסר אונים מול קשיים.
- (צון 15-11): **מיקוד פנימי (מנוף הפרואקטיביות)**. את/ה מאמין/ה שההגה נמצאת בידיהם שלך. גם בשקורה משווה רע, את/ה שואל/ת "מה האחריות שלי בזה?". זהו הבסיס לכל יוזמה – הידיעה שיש לך השפעה.

2. אורינטציה לעתיד (Future Orientation)

- (צון 6-3): **מיקוד בהווה**. את/ה "מבלבב שריפות" מצין. את/ה מגיב/ה מהר למה שקרה עבשו. עם זאת, ללא מבט קדימה, את/ה עלול/ה למצוא את עצmr מופתעת/ת שוב ושוב מאותן בעיות.
- (צון 15-11): **מיקוד בעתיד (מנוף הפרואקטיביות)**. את/ה פועל/ת מתור תכנון. הפרואקטיביות כאן באה לידי ביטוי במניעת בעיות לפני שهن נולחות ובזיהוי מגמות שמאפשרות לך להוביל, ולא רק להגיב.

3. נוכנות לסתיכון (Risk Taking)

- (צון 6-3): **שאייפה לביטחון**. את/ה אדם יסודי זהיר. חשוב לך לפעול על בסיס נתונים מוצאים. המחיר הוא שליעיתים "חלון החזרמניות" נסגר בזמן שהמתנת לביטחון מלא.
- (צון 15-11): **תועזה מחושבת (מנוף הפרואקטיביות)**. את/ה מבין/ה שפרואקטיביות דורשת פעולה בתנאי אי-ודאות. את/ה מוכן/ה "לקפוץ למים" גם כשהם קרים, מתור ידיעה שהلامידה האמיתית קורית תוך כדי תנועה.

4. תחושת מסוגלות עצמית (Self-efficacy)

- (צון 6-3): **הסתמכות על הקיימן**. את/ה מעדיף/ה לפעול בתחום גבולות הגזרה המוכרים לך וסומר/ת על סמכות חיצונית. זה הופך אותך לשחקן צוות יציב, אך מקטין את הסיכוי שתתרחש/י דרך חדשה.
- (צון 15-11): **אמונה ביכולת ההשפעה (מנוף הפרואקטיביות)**. יש לך "שריר" פנימי שאומר: "אני יכול/ה לפצח את זה". האמונה הזה היא הדלק שמאפשר לך ליזום מהלכים גדולים גם בשאן לך הגדרת תפקיד רשמייה לך.

5. הקשאה סביבתית (Environmental Scanning)

- (צון 6-3): **מיקוד ביצוע (Tunnel Vision)**. את/ה מבצע/ת את המשימות שלך על הצד הטוב ביותר, אך לעיתים מפספס/ת את הקשר הרחב. את/ה פועל/ת בתחום הקופה שהגדירו לך.
- (צון 15-11): **סירה פעילה (מנוף הפרואקטיביות)**. הרדאר שלך תמיד פועל. את/ה מזהה צורך של קולגה או לך עד לפני שהם ביקשו עזרה. פרואקטיביות כאן היא היכולת לחבר נקודות וליצור פתרונות לבעיות שאף אחד עוד לא הגדר בבעיות.

6. הנעה לפעולה (Action Orientation)

- (צון 6-3): **ניתוח והתבוננות**. בשיש תקללה, את/ה נוטה לנתח אותה לעומק או להביע תשוכן. זהו מקום של למידה, אך הוא עלול להשאיר אותך תקועה/ה בשלב ה"למה זה קרה".
- (צון 15-11): **דחיפה לביצוע (מנוף הפרואקטיביות)**. את/ה מתרגמת/ת קשיים לצעדים אופרטיביים. במקום להתלונן על המצב, את/ה שואל/ת: "מה הדבר הכי קטן שאני יכול/ה לעשות עבשו כדי לקדם פתרון?".



סיכום למשיב/ה:

- אם הרוב ב-11-15: את/ה אדם פרואקטיבי מאוד. האתגר שלך עשוי להיות סבינותם כלפי אחרים או עבודה בצוותים פחות יזמותיים.
- אם הרוב ב-3-6: הסגנון שלך הוא תגובתי ומחושב. כדי להציג פרואקטיביות, נסה/ו לבחור "מנוף" אחד (למשל: מעבר מבעיה לפעולה) ולהתאמן עליו בשבועו הקרוב.
- אם הציוון מעורב: יש לך אזרחים שביהם את/ה יוזם/ת ואזרחים שביהם את/ה נמנע/ת. הבנה של ה"למה" (למשל: אולי אני מאמין בעצמי אבל מפחד מסיכון?) היא המפתח לצמיחה שלך.

המדריך לחיזוק מנופי הפרואקטיביות שלך

חיזוק מיקוד השליתה (מעבר מ"קורבן" ל"משמעות")

- התובנה: אם הציוון שלך נמוך, יתכן שאתה/ה מרגיש/ה שהנסיבות גדולות מך.
- מה כדאי לעשות? בכל פעם שאתה/ה נתקל/ת בקושי, שאל/י את עצמך: מהו הדבר האחד שנמצא תחת אחריותי המלאה בסיטואציה זו? התמקד/י ב"מעגל ההשפעה" שלך (דברים שיש לך שליטה עליהם) ושחרר/י את "מעגל הדאגה" (דברים שאין לך איך לשנות).
- פיתוח אוריינטציית עתיד (מעבר מ"כיבוי שריפות" ל"תכנון")
- התובנה: ציון נמוך מעיד על עבודה במצב תגובה (Reactive) וניהול משברים בלתי פוסק.
- מה כדאי לעשות? קדש/י 15 דקות בכל בוקר, או שעה בכל סוף שבוע, ל"מבט על". שאל/י: איזו בעיה עלולה ל策ץ בשבוע הבא ואיך אני יכול/ה למנוע אותה בבר עכשווי? התחל/י ליום מהלים שאינם דוחפים, אך הם חשובים לצמיחה שלך.

העת סיכונים מוחשבים (מעבר מ"קייפאון" ל"ניסוי")

- התובנה: ציון נמוך מוביל לרוחה מתחשש מטעויות או מרצון בביטחון מוחלט.
- מה כדאי לעשות? אמץ/י את גישת ה"ניסוי". במקומות להחלטת על פרויקט ענק ומפheid, בצע/י "ניסויים בטנים" (Safe-to-fail) הגדרי/י לעצמך שטויות הן חלק מתהליך הלמידה ולא בישלו איש.

העלאת תחושות מסוגלות (מעבר מ"היסוס" ל"אמונה")

- התובנה: אם הציוון נמוך, יתכן שאתה/ה ממעיט/ה בערך היכולת שלך להניע שינוי.
- מה כדאי לעשות? צור/י לעצמך "רישימת הצלחות". תעדי/י מקרים שבהם פתרת בעיה או למדת משהו חדש. בנוסף, מצא/י "מודול לחייקוי" - אדם שדומה לך והצליח ליזום, ולמד/י מה הצעד הראשון שהוא עשה.

הרחבת הקשبة סביבתית (מעבר מ"מיקוד צר" ל"ראיות הקשר")

- התובנה: ציון נמוך מצביע על ברשותך/ת מאוד בנסיבות שלך וmpsps/ת ההזדמנויות מסביב.
- מה כדאי לעשות? צא/י מהבואה. קבע/י "קפה" עם קולגה ממחלקה אחרת, הקשיב/י לאתגרים של לקוחות גם בשזה לא בטיפולך הישיר. שאל/י את עצמך: מה חסר כאן שאיש עדין לא שם אליו לב?

מעבר מיקוד בעיה לפעולה (מעבר מ"ניתוח" ל"ישום")

- התובנה: ציון נמוך מעיד על נטייה להיתקע בשלב התסכול או הנition המגעמי (Analysis Paralysis).
- מה כדאי לעשות? אמץ/י את "חוק 5 הדקות": ברגע שזיהית בעיה, הקצב/י 5 דקות לפעולה הראשונה. אל תחפש/י את הפתרון המושלם, חפש/י את ה-(MVP) Minimum Viable Product - הפעולה הקטנה ביותר שתתחיל תנועה.

המלצה לסיכום:

פרואקטיביות היא שריון. אי אפשר לחזק את כל המונופים בביטחון אחד. מומלץ לבחור מנוף אחד שבו הציוון היה נמוך במיוחד, ולהתמקד בחיזוק שלו במשך 21 ימים.