

מנופי הפרואקטיביות- אבחון עצמי:

שאלון זה נועד לעזור לך למפות את סגנון הפעולה והיזומה שלך במצבים שונים.

איך ממלאים?

- בכל סעיף מופיעים שני היגדים - אחד מימין ואחד משמאל.
- יש לסמן על הסקלה שבין 1 ל-5 את הנקודה המשקפת בצורה המדויקת ביותר את הנטייה הטבעית שלך.
- סימון 1 או 5 מעיד על הזדהות מלאה עם ההיגד שבצד זה.
- סימון 3 מעיד על כך שאת/ה נמצא/ת בדיוק באמצע בין שתי הגישות (מזדהה/לא מזדהה עם שתיהן).

חשוב לזכור:

- אין תשובות "נכונות" או "לא נכונות" - לכל סגנון פעולה יש יתרונות בהקשרים מסוימים. המטרה היא שיקוף עצמי ולא ציון.
- התשובה הראשונה היא בדרך כלל הנכונה ביותר : נסה/י לענות מתוך "תחושת בטן" ומתוך היכרות עם התנהגותך בפועל, ולא לפי האופן בו היית רוצה לתפוס את עצמך.
- כנות היא המפתח : השאלון הוא כלי עבורך, וככל שתענה/י בכנות, כך המפה שתתקבל תהיה מנוף אמיתי לצמיחה עבורך.

1

מס"ד:	הצלחה בחיים היא בעיקר עניין של מזל והזדמנות שנקרתה בדרכי.	1	2	3	4	5	הצלחה היא תוצאה ישירה של המאמץ והבחירות שאני עושה.
2	שיש כישלון, אני בוחן קודם אילו נסיבות חיצוניות מנעו את ההצלחה.	1	2	3	4	5	כשיש כישלון, אני מחפש קודם מה אני יכולתי לעשות אחרת.
3	אני מאמין שיש לי יכולת מוגבלת לשנות את התרבות הארגונית סביבי.	1	2	3	4	5	אני מאמין שהתנהגות עקבית שלי יכולה לעצב מחדש את הסביבה שלי.
4	אני מעדיף להשקיע את האנרגיה בפתרון מצוין של בעיות ההווה.	1	2	3	4	5	אני מקדיש זמן קבוע לחשיבה על הצרכים והאתגרים של השנה הבאה.
5	תכנון מפורט מדי הוא בזבוז זמן כי המציאות ממילא משתנה.	1	2	3	4	5	תכנון מוקדם הוא הדרך היחידה למנוע משברים עתידיים.
6	אני פועל הכי טוב כשיש דד-ליין קרוב שמכתיב לי את סדר העדיפויות.	1	2	3	4	5	אני יוצר לעצמי משימות לטווח רחוק גם כשאין עליהן לחץ מיידי.
7	חשוב לי לא לעשות טעויות שיפגעו במוניטין או בתפקוד שלי.	1	2	3	4	5	אני מוכן לטעות ולהיכשל כדי ללמוד ולנסות גישות חדשות.
8	אני זקוק לכל הנתונים והאישורים לפני שאני יוצא לדרך חדשה.	1	2	3	4	5	אני מרגיש בנוח להתחיל לפעול גם כשהתמונה עדיין חלקית.
9	אני מעדיף שיטות עבודה מוכחות שעבדו היטב בעבר.	1	2	3	4	5	אני נהנה לאתגר את הקיים ולנסות דרכים שטרם נוסו.

10	אני מעדיף לבצע משימות שבהן הכישורים שלי באים לידי ביטוי מוכח.	1	2	3	4	5	אני בטוח ביכולת שלי להשתלט על תחומים חדשים לחלוטין.
11	במצבים מורכבים, אני מחפש הנחיה או מנהיגות של משהו מנוסה.	1	2	3	4	5	במצבים מורכבים, אני סומך על האינטואיציה והיכולת שלי להוביל.
12	קשה לי להאמין שהצעה בודדת שלי תשנה מהלך אסטרטגי גדול.	1	2	3	4	5	אני מאמין שיש לי את הכוח להניע שינויים משמעותיים בארגון.
13	אני ממוקד מאוד בביצוע איכותי של הגדרות התפקיד הנוכחיות שלי.	1	2	3	4	5	אני כל הזמן סורק את הסביבה כדי למצוא הזדמנויות לשיפור.
14	אני מעדיף שאחרים יגדירו עבורי מהן הבעיות שדורשות פתרון.	1	2	3	4	5	אני מזהה פערים וצרכים עוד לפני שהם עולים לדיון רשמי.
15	אני מתרכז בתחום המקצועי שלי ופחות במה שקורה במחלקות אחרות.	1	2	3	4	5	אני מחפש באופן פעיל הקשרים וחיבורים בין תחומים שונים.
16	כשיש בעיה, חשוב לי קודם כל להבין לעומק למה היא קרתה.	1	2	3	4	5	כשיש בעיה, הדחף הראשון שלי הוא לעשות משהו כדי לקדם פתרון.
17	אני נוטה להשקיע זמן רב בדיונים ושיח על הקשיים שבדרך.	1	2	3	4	5	אני נוטה לחפש את ה"צעד הבא" הקטן ביותר שאפשר לבצע מיד.
18	אני מעדיף להמתין עד שהפתרון האידיאלי יתגבש בראשי.	1	2	3	4	5	אני מעדיף להתחיל עם פתרון חלקי ולשפר אותו תוך כדי תנועה.

2

איסוף התוצאות:

יש לסכום את הציון המצטבר שנתת עפ"י המיון שלהלן-

מיקוד שליטה	אוריינטציית עתיד	נכונות לסיכון	תחושת מסוגלות	הקשבה סביבתית	הנעה לפעולה
שאלות 1-3	שאלות 4-6	שאלות 7-9	שאלות 10-12	שאלות 13-15	שאלות 16-18
סה"כ:	סה"כ:	סה"כ:	סה"כ:	סה"כ:	סה"כ:

פירוש התוצאות- מפת הפראקטיביות האישית שלך:

השאלון שמילאת מבוסס על מודל "מנופי הפראקטיביות". הדירוג שלך על הסקלה חושף את האיזון שבין תגובתיות (Reactivity) לבין פראקטיביות (Proactivity).

- הפרמטרים המובהקים שלך הינם אלו שקיבלו "ציוני קצוות"- בין 3-6 או בין 11-15.
- ציוני הביניים מצביעים על התנהלות תלוית סיטואציה בפרמטר הרלוונטי.
- ככל שהציון שנתת לעצמך בפרמטר מסוים נמוך יותר ונמצא בטווח של 3-6, המשמעות היא שפרמטר זה פחות דומיננטי בהתנהלות הטבעית שלך עם נטייה לתגובתיות ולא לפראקטיביות.

1. מיקוד שליטה (Locus of Control)

- (ציון 3-6): מיקוד חיצוני. את/ה נוטה להרגיש שהנסיבות, המזל או החלטות של אחרים מעצבים את המציאות שלך. זה יכול להפוך אותך לאדם ריאליסט ומסתגל, אך עלול לגרום לתחושת חוסר אונים מול קשיים.
- (ציון 11-15): מיקוד פנימי (מנוף הפרואקטיביות). את/ה מאמין/ה שההגה נמצא בידיים שלך. גם כשקורה משהו רע, את/ה שואל/ת "מה האחריות שלי בזה?". זהו הבסיס לכל יוזמה – הידיעה שיש לך השפעה.

2. אוריינטציית עתיד (Future Orientation)

- (ציון 3-6): מיקוד בהווה. את/ה "מכבה שריפות" מצוין. את/ה מגיב/ה מהר למה שקורה עכשיו. עם זאת, ללא מבט קדימה, את/ה עלול/ה למצוא את עצמך מופתע/ת שוב ושוב מאותן בעיות.
- (ציון 11-15): מיקוד בעתיד (מנוף הפרואקטיביות). את/ה פועל/ת מתוך תכנון. הפרואקטיביות כאן באה לידי ביטוי במניעת בעיות לפני שהן נולדות ובזיהוי מגמות שמאפשרות לך להוביל, ולא רק להגיב.

3. נכונות לסיכון (Risk Taking)

- (ציון 3-6): שאיפה לביטחון. את/ה אדם יסודי וזהיר. חשוב לך לפעול על בסיס נתונים מוצקים. המחיר הוא שלעיתים "חלון ההזדמנויות" נסגר בזמן שהמתנת לביטחון מלא.
- (ציון 11-15): תעוזה מחושבת (מנוף הפרואקטיביות). את/ה מבין/ה שפרואקטיביות דורשת פעולה בתנאי אי-ודאות. את/ה מוכן/ה "לקפוץ למים" גם כשהם קרים, מתוך ידיעה שהלמידה האמיתית קורית תוך כדי תנועה.

4. תחושת מסוגלות עצמית (Self-efficacy)

- (ציון 3-6): הסתמכות על הקיים. את/ה מעדיף/ה לפעול בתוך גבולות הגזרה המוכרים לך וסומך/ת על סמכות חיצונית. זה הופך אותך לשחקן צוות יציב, אך מקטין את הסיכוי שתפרוץ/י דרך חדשה.
- (ציון 11-15): אמונה ביכולת ההשפעה (מנוף הפרואקטיביות). יש לך "שריר" פנימי שאומר: "אני יכול/ה לפצח את זה". האמונה הזו היא הדלק שמאפשר לך ליזום מהלכים גדולים גם כשאין לך הגדרת תפקיד רשמית לכך.

5. הקשבה סביבתית (Environmental Scanning)

- (ציון 3-6): מיקוד בביצוע (Tunnel Vision). את/ה מבצע/ת את המשימות שלך על הצד הטוב ביותר, אך לעיתים מפספס/ת את ההקשר הרחב. את/ה פועל/ת בתוך הקופסה שהגדירו לך.
- (ציון 11-15): סריקה פעילה (מנוף הפרואקטיביות). הרדאר שלך תמיד פועל. את/ה מזהה צורך של קולגה או לקוח עוד לפני שהם ביקשו עזרה. פרואקטיביות כאן היא היכולת לחבר נקודות ולייצר פתרונות לבעיות שאף אחד עוד לא הגדיר כבעיות.

6. הנעה לפעולה (Action Orientation)

- (ציון 3-6): ניתוח והתבוננות. כשיש תקלה, את/ה נוטה לנתח אותה לעומק או להביע תסכול. זהו מקום של למידה, אך הוא עלול להשאיר אותך תקוע/ה בשלב ה"למה זה קרה".
- (ציון 11-15): דחיפה לביצוע (מנוף הפרואקטיביות). את/ה מתרגם/ת קשיים לצעדים אופרטיביים. במקום להתלונן על המצב, את/ה שואל/ת: "מה הדבר הכי קטן שאני יכול/ה לעשות עכשיו כדי לקדם פתרון?".

סיכום למשיב/ה:

- **אם הרוב ב-15-11:** את/ה אדם פרואקטיבי מאוד. האתגר שלך עשוי להיות סבלנות כלפי אחרים או עבודה בצוותים פחות יוזמתיים.
- **אם הרוב ב-6-3:** הסגנון שלך הוא תגובתי ומחושב. כדי להגביר פרואקטיביות, נסה/י לבחור "מנוף" אחד (למשל: מעבר מבעיה לפעולה) ולהתאמן עליו בשבוע הקרוב.
- **אם הציון מעורב:** יש לך אזורים שבהם את/ה יוזם/ת ואזורים שבהם 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 השליטה (מעבר מ"קורבן" ל"משפיע")

- **התובנה:** אם הציון שלך נמוך, ייתכן שאת/ה מרגיש/ה שהנסיבות גדולות ממך.
- **מה כדאי לעשות?** בכל פעם שאת/ה נתקל/ת בקושי, שאל/י את עצמך: מהו הדבר האחד שנמצא תחת אחריותי המלאה בסיטואציה הזו? התמקד/י ב"מעגל ההשפעה" שלך (דברים שיש לך שליטה עליהם) ושחרר/י את "מעגל הדאגה" (דברים שאין לך איך לשנות).

פיתוח אוריינטציה עתיד (מעבר מ"כיבוי שריפות" ל"תכנון")

- **התובנה:** ציון נמוך מעיד על עבודה במצב תגובתי (Reactive) וניהול משברים בלתי פוסק.
- **מה כדאי לעשות?** הקדש/י 15 דקות בכל בוקר, או שעה בכל סוף שבוע, ל"מבט על". שאל/י: איזו בעיה עלולה לצוץ בשבוע הבא ואיך אני יכול/ה למנוע אותה כבר עכשיו? התחל/י ליזום מהלכים שאינם דחופים, אך הם חשובים לצמיחה שלך.

העזת סיכונים מחושבים (מעבר מ"קיפאון" ל"ניסוי")

- **התובנה:** ציון נמוך נובע לרוב מחשש מטעויות או מרצון בביטחון מוחלט.
- **מה כדאי לעשות?** אמצ/י את גישת ה"ניסוי". במקום להחליט על פרויקט ענק ומפחיד, בצע/י "ניסויים קטנים" (Safe-to-fail) הגדר/י לעצמך שטעויות הן חלק מתהליך הלמידה ולא כישלון אישי.

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

- **התובנה:** אם הציון נמוך, ייתכן שאת/ה ממעיט/ה בערך היכולת שלך להניע שינוי.
- **מה כדאי לעשות?** צור/י לעצמך "רשימת הצלחות". תעד/י מקרים שבהם פתרת בעיה או למדת משהו חדש. בנוסף, מצא/י "מודל לחיקוי" - אדם שדומה לך והצליח ליזום, ולמד/י מה הצעד הראשון שהוא עשה.

הרחבת הקשבה סביבתית (מעבר מ"מיקוד צר" ל"ראיית הקשר")

- **התובנה:** ציון נמוך מצביע על כך שאת/ה מרוכז/ת מאוד במשימות שלך ומפספס/ת הזדמנויות מסביב.
- **מה כדאי לעשות?** צא/י מהבועה. קבע/י "קפה" עם קולגה ממחלקה אחרת, הקשיב/י לאתגרים של לקוחות גם כשזה לא בטיפולך הישיר. שאל/י את עצמך: מה חסר כאן שאיש עדיין לא שם אליו לב?

מעבר ממיקוד בבעיה לפעולה (מעבר מ"ניתוח" ל"יישום")

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

המלצה לסיכום:

פרואקטיביות היא **שריר**. אי אפשר לחזק את כל המנופים בבת אחת. מומלץ לבחור מנוף אחד שבו הציון היה נמוך במיוחד, ולהתמקד בחיזוק שלו במשך 21 יום.