בס"ד

"הביתה"
אימון אישי נשי
נעמה אריאל

המודל שלי

כתבי עשרה אנשים שאת מעריכה

1	6
2	7
3	8
4	9
5	10

מהם התכונות, היכולות והכישרונות שמצאת בהם

שבזכותם את מעריכה אותם?

1	11
2	12
3	13
4	14
5	15
6	16
7	17
8	18
9	19
10	20

בס"ד

רשימת החוזקות שלי

חוזקה – ביצוע ברמה גבוהה לאורך זמן שאת שמחה לבצע. תכונה שמאפיינת אותי.

את מרגישה טוב כשאת עושה את זה. מתקדמת, שמחה, לא מרגישה שהזמן עובר.

את משתכללת בזה ככל שאת עושה את זה. זה לא מעייף אותך.

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

אני _____

שאלות אימון

איזו חוזקה שלך גלית כאן?

באיזה חוזקה תרצי להשתמש השבוע יותר?

כיצד תעשי זאת?

מה זה ייתן לך?

"הביתה"
אימון אישי נשי
נעמה אריאל