

דברים שאותי משמחים:

מה זה שמחה בשבילי?

מה משמח אותי?

מתי פעם אחרונה שמחתי וממה?

מה אני עושה כדי להיות שמחה?

דמויות בחיי:

אדם שאני מעריכה

במיוחד: _____

למה? _____

דמות מהתנ"ך שאני מתחברת אליה במיוחד

למה? מה למדתי ממנה? _____

עד כמה דעה כל אנשים משפיעה לי על החיים?

אני:

שני משפטים שמתארים אותי:

הפעם האחרונה שבכיתי הייתה על:

דבר אחד שאני שמחה באופן מיוחד שיש בחיי:

דבר שחסר לי בחיי במיוחד:

מצבים שבהם אני נכוכה במיוחד:

השפעה:

מה אני יותר, מושפעת או משפיעה?

מה משפיע עליי?

על מה אני משפיעה?

האם אני יודעת לעמוד על העקרונות שלי?

האם זה טוב להיות מושפעת?

מישפחה:

מה זה מישפחה בשבילי:

קשר מיוחד שיש לי עם מישהו מהמישפחה:

איך הקשר שלי עם ההורים? מה הייתי רוצה לשפר בו?

איך לדעתי המישפחה רואה אותי?

פנאי:

מה אני אוהבת לעשות בשעות הפנאי?

עם איזה חברות אני אוהבת לדבר?

כמה אני עוזרת בבית כשיש לי זמן?

על מה אני חולמת? מה השאיפות שלי?

עבודת ה:

איזה קשר יש לי עם ה'? איך אני מגדירה אותי?

3 מצוות שאני ממש מתחברת אליהן:

על מה אני מתפללת באופן מיוחד?

קטע מהתפילה שאני מתחברת אליו:

כל אחד - הוא מיוחד:

3 תכונות שאני אוהבת בעצמי:

תכונה שהייתי מוכנה לוותר עליה:

תכונה שהייתי רוצה לשנות:

2 מידות שאני חושבת שאני צריכה לעבוד עליהן מאד:

מידה שחזקה אצלי:

החטא שלי: