

# חוזה אישי

**הכלי נוצר ע"י בי"ס דקל, אשקלון**

**חוזה אישי מורה-תלמיד להשגת יעד לימודי/ חברתי / התנהגותי.**

**א. מהו השינוי שאני בוחר להתמקד בו?**

רשום משפט התכוונות לתקופה הקרובה במונחים חיוביים:

בתקופה הקרובה אני מתכוון או רוצה...

---



---

**ב. כיצד איישם את השינוי?**

צור לעצמך תוכנית פעולה, רשום ארבעה צעדי פעולה, כולל

לוחות זמנים:

1. \_\_\_\_\_

-----

2. \_\_\_\_\_

-----

3. \_\_\_\_\_

-----

4. \_\_\_\_\_

-----

**ג. מה או מי יעזור לי להגיע למטרה?**

רשום גורמים שיעזרו לך לזכור את תוכניתך ולהתמיד בה. הגורמים יכולים להיות פנימיים (אתה עם עצמך), או חיצוניים (אחרים). חשוב על אדם שבו אתה יכול לתת אמון. אילו נקודות חוזק יש לך או לקרובים שלך? כיצד תוכל להסתייע בהן? איזו תמיכה הם יכולים להעניק לך? מה היית רוצה לבקש מהם?

---



---

**ד. הערכה עצמית**

החלט בעוד כמה זמן מהיום ברצונך לבדוק את עצמך.

כיצד תעשה זאת? כיצד תדע אם השגת את היעד שהצבת?

---



---

תאריך כתיבת התוכנית: \_\_\_\_\_

חתימות: \_\_\_\_\_

תלמיד: \_\_\_\_\_

הורה: \_\_\_\_\_

מורה: \_\_\_\_\_

מנהלת: \_\_\_\_\_