

מחון AM I - גורמים מאפשרים (Enablers)

*מבוסס על מספר מקורות (פירוט בהמשך)

מימדים	רכיב	פירוט הרכיב	התנהגות נמוכה	התנהגות בינונית	התנהגות גבוהה
חוללות עצמית	כללי	האמונה של הפרט ביכולותיו להתמודד בהצלחה עם דרישות הסביבה והאתגרים הניציבים בפניו. תהליך שינוי הרגלים מורכב מצעדים קטנים שאדם עושה לעבר המטרות שלו. החוללות העצמית של האדם בנויה מאוסף הצלחות קטנות (1% - atomic habits).	אינו מאמין ביכולותיו להתמודד עם קשיים או משימות לא מוכרות	מאמין באופן חלקי ביכולותיו להצליח ולהתמודד היטב עם משימות גם כאשר נתקל בקושי או במשימה לא מוכרת	מאמין ביכולותיו להצליח ולהתמודד היטב עם משימות גם כאשר נתקל בקושי או במשימה לא מוכרת
	דפוס חשיבה מתפתח (Growth Mindset)	האמונה ביכולת ללמוד ולהתפתח בכל גיל. באמצעות מאמץ ולמידה ניתן לפתח ולטפח יכולות בסיסיות כגון אינטליגנציה וכישורים.	אינו מאמין שיכולותיו ניתנות לפיתוח	מאמין באופן חלקי שאם יתאמץ יוכל ללמוד ולהתפתח עד לרמה מסוימת	מאמין שאם יתאמץ יוכל ללמוד ולהתפתח עקבי, יכול ללמוד ולהתפתח
חוסן - GRIT	התמדה ונחישות (GRIT)	GRIT מורכב מלהט, התמדה ונחישות ביחס למטרות ארוכות טווח, תוך התמודדות עם אתגרים וכישלונות.	כאשר נתקל בקושי או במשימות הדורשות עבודה מתמשכת- נוטש את המשימות	מתמיד באופן חלקי בביצוע משימותיו וצריך תמיכה בהתמודדות מול קושי	מתמיד בביצוע משימותיו באופן עקבי, ולאורך זמן גם כאשר מתעוררים קשיים
	חוסן והתמודדות עם כישלון	יכולתו של אדם להתמודד עם מצבי דחק ומשבר, להסתגל לתוצאות אפשריות של מצבים אלה ולחזור לתפקוד כאשר הם חולפים. יכולת התמודדות עם כישלון ותפיסתו כהזדמנות ללמידה והתפתחות במצבים אלה.	משוב שלילי או כישלון, עוצר אותו ומרפה את ידיו	מסתייג ממשוב, כאשר מתמודד עם כישלון לעיתים פועל באקטיביות ולעיתים עוצר ונעשה פאסיבי	מפיק לקחים מכישלונות ורואה בהם הזדמנות ללמידה והתפתחות. נכנס לדפוס אקטיבי כאשר מקבל משוב
פרואקטיביות	אחריות (LOC), בחירה, יוזמתיות, פעולה למימוש	גישה המדגישה את חשיבות הבחירה האישית ולקיחת האחריות הפעילה של אדם על חייו. התנהגות היא פועל יוצא של החלטות יוזמות ולא רק של ההקשר והתנאים החיצוניים הנתונים.	זקוק להכוונה צמודה באשר לשימוש בכלים דיגיטליים להעברת מסרים והצגת מידע באמצעים דיגיטליים (טקסט , נתונים , תמונה , צליל)	משתמש בכלים דיגיטליים להעברת מסרים והצגת מידע במידה בינונית, כאשר לרוב יעדיף אמצעי אחד	משתמש במגוון אמצעים דיגיטליים במיומנות גבוה, שימוש בכלים דיגיטליים להעברת מסרים והצגת מידע
מוטיבציה	דחף פנימי להצליח	הדחף לפעול, כוח ההנעה אשר מעורר את התנהגות הפרט להשגת מטרה מסוימת.	משלים עם המצב הקיים, מתנהל ואינו מנהל את עצמו ואת עבודתו	עושה מאמצים להתפתח באזורי הנוחות	תשוקה/ להט להתקדם, להתפתח ולהצליח, תוך הצבת יעדים ומטרות
	מוכנות לשלם מחירים	נכונות לשאת בהשלכות של החלטות ובחירות. להשקיע ולשלם מחיר לטובת השינוי הרצוי.	אינו מוכן להשקיע ומאמץ לטובת התקדמותו ושיפור מצבו	מוכן להשקיע מאמץ להתקדמותו באופן חלקי מבלי לפגוע בשגרה שלו	מוכן לשלם מחירים לטובת התקדמותו האישית

* מקורות עליהם מבוסס מחון AM I (המאפשרים)

Self-Regulation of Learning Self-Report Scale (SRL-SRS) - ברוקדייל מתוך

Gouëdard, Pierre & Valle, Rodrigo. (2021). Growth mindset, students, and schools in PISA. OECD

Solberg, Good, Nord, Holm, Hohner, Zima, Heffernan, & Malen. (1994). Career Search Efficacy Scale.

Rigotti, T & Schyns & Mohr. (2008). A Short Version of the Occupational Self-Efficacy Scale

Maggiori C, Rossier J, Savickas ML. Career Adapt-Abilities Scale-Short Form (CAAS-SF)

Angela Lee Duckworth & Patrick D. Quinn (2009). Short Grit Scale (Grit-S)

Bateman, T. S., & Crant, J. M. (1999). Proactive behavior

De Cooman, Rein & De Gieter, Sara & Pepermans, Roland & Jegers, Marc & Van Acker, Frederik. (2009). Work Effort Scale