**לייקי – פרוייקט דיגום:**

**כתוב כותרת או משפט המגדיר את תמצית פרויקט הדיגום שלך:**

אמונה עצמית, מקצועיות ונחישות בדרך להגשמה עצמית מקצועית.

**לאיזה מיומנויות או תוצאות הפרויקט שלך מכוון. יש למפות את רמת המורכבות של המיומנות: פיזיולוגי, קוגניטיבי, לשוני ?**

אמונה עצמית ונחישות: ברמה הפיזיולוגית – עמידה זקופה ואיתנה, מראה מסודר.

קוגניטיבי – ידע רב בתחום המקצועי.

לשוני: שפה חדה ושנונה. אנגלית שוטפת ושליטה מלאה בשפה זרה נוספת.

**את מי אתה עומד לדגום? יש לרשום את רשימת המועמדים – במידה ומחפשים מיומנויות / או את שמו, גיל, סטאטוס סוציו-אקונומי של הנדגם.**

גאולה אבן-סער, בת 46, נשואה בשנית לפוליטיקאי, אם ל-5 ילדים, עיתונאית ואשת רדיו וטלוויזיה ישראלית. מצב סוציו-אקונומי בינוני-גבוה.

**האם יהיו מקרים שבהם אתה חייב להפעיל ולצפות בנדגם? אם כן, כתוב הסבר.**

אינני חושבת שהכרחי מאחר ואני מדברת על יכולות מנטאליות-קוגניטיביות. במידה ואמצא לנכון לצפות בנדגמת, אעשה זאת באמצעות המדיה האלקטרונית.

**מה הם המטרות שלך בתהליך דיגום זה?**

מטרותיי הן למפות את המיומנויות המאפשרות/מסייעות לנדגמת להאמין בעצמה, לפעול בנחישות להשגת מטרותיה ולהפגין שליטה פנומנאלית במיומנויות הנדרשות ממנה בפן המקצועי.

**מה הם האפקטים הצפויים בפרויקט דיגום שלך?**

לאחר שהודעתי על התפטרותי ממכללת לוינסקי ועל התמקדותי בפן הטיפולי, אני מקווה שאצליח לגייס את הכוחות ואת המשאבים הדרושים לי כדי להתמיד בכיוון זה, להאמין ביכולות המקצועיות והאישיותיות שלי, ללמוד, להתמקצע, להעמיק ולהחכים בתחום הטיפולי ולפעול בנחישות לעיבוי הקליניקה הפרטית ולהקמת מרכז טיפולי רב-תחומי. אני מאמינה שארוויח משמעות וסיפוק מעצם היכולת להשפיע לטובה על אנשים, והמטופלים/מבקרי המרכז יתרמו מגישות טיפוליות מגוונות ובתקווה שגם יהיו תרפויטיות.

**מה היו המדדים / הערכים / האמונות שינחו את פרויקט הדיגום שלך? ובאיזה אופן אתה מתכוון ליישם את תוצאות פרויקט הדיגום שלך?**

תנחה אותי האמונה שיש ביכולתי לאמץ מיומנויות המסייעות למימוש החלומות המקצועיים שלי.

**מדדי מצוינות ללא פשרות, ערכי הנחישות וההתמדה והאמונה בעצמי וביכולותיי.**

בכוונתי לדגום את אותן אסטרטגיות המאפשרות לנדגמת להיות לאורך שנים "בחמישייה הפותחת" של עיתונאי ישראל.

**מה יהיו המוצרים שיצאו כתוצאה מפרויקט הדיגום שלך?**

בעיקר מוצרים מנטאליים: נחישות ועקביות, התמדה, למידה וכשכל זה יתקיים, תגיעה, כך אני מאמינה, גם אמונה עצמית חזקה יותר מזו הקיימת כיום.

**כמה זמן אתה מעריך את תקופת הפרויקט שלך עד להשגת דגם איכותי?**

כשנתיים לפחות.

**מצא מודל למצוינות אמיתית:**

כאמור: גאולה אבן.

**ברר: פיסיולוגיה, פילטרים, אסטרטגיות.**

אני מתרשמת מהנדגמת בעיקר על סמך הכרת הביוגרפיה שלה וצפייה והאזנה חוזרת בתכניות טלוויזיה ורדיו בהם הובילה ראיונות והנחייה איכותית.

דומה שהנדגמת מכוונת מטרה. היא יודעת מה היא רוצה, מתבייתת עליו, אוספת מיידע רלוונטי עבורה וצועדת לקראת. משעלה בידה להשיג את הפרוייקט, היא לומדת היטב כל פרט עד שקשה לתפוס אותה לא מוכנה.

גאולה אבן משלבת "רצינות מחוייכת", יודעת כל דבר עד לאחרון הפרטים ושולטת בצורה פנומנאלית במגוון שפות. היא משדרת ידענות וביטחון מעצם יציבתה הזקופה והבוטחת, מבטה הרציני אך הקורץ ושילוב של סרקאזם שנון ומתחכם.

**בדוק על עצמך. נסה, חווה וראה אם קיבלת תוצאות דומות.**

קיבלתי תוצאות חלקיות בלבד. עלי לחדד את האנגלית המדוברת שלי עד לרמת מצוינות וללמוד שפות זרות נוספות. עלי ללמוד ולהתנסות לא מעט שנים בתחום הטיפולי עד שארגיש שזהו "המגרש הביתי שלי". כל זאת לבצע בנחישות ובהתמדה. אני מאמינה שברגע שארגיש שליטה טובה דייה בתחום המקצועי, השמיים יוכלו להיות לי לגבול.

**דמיין המודל בסיטואציה בה הוא משתמש ביכולות שלו**

**1) זהה את ההקשר שבו הוא פועל ומשתמש ביכולות שלו? (היכן ומתי):** אולפן החדשות של ערוץ 1 (עד לפני מס' חודשים).

2**) מטרות ומוטיבציה:** להיות הגרסה הכי טובה של עצמה.

**מה היו המטרות המנחות את פעולותיו?** למשוך את קהל הצופים לצפות בערוץ 1, על אף התחרות הקשה בין הערוצים; לתת חדשות ברמה המדויקת ביותר; לשדר אמינות, מקצועיות וידע רב.

**מה היו הסיבות שנתנו לו מוטיבציה?** חינוך מבית: גאולה בת לאב פסיכיאטר (נפטר לפני כשנה וחצי) תובעני ויסודי. היא גדלה כבת יחידה תחת מרותו של חינוך סובייטי תובעני המתיימר ומכוון למצוינות חסרת פשרות. מידע זה לקוח מביוגרפיות כתובות במדיות החברתיות ומשיח עם אנשים שהיו שכניה ומכירים אותה היטב.

**3) פיזיולוגיה: מה בולט בפיזיולוגיה שלו כשהוא בסיטואציה? מה בפיזיולוגיה שלו**

**תומך ומאפשר לו להיות יעיל? ( לדוגמא: קצב נשימה, יציבה, מבט בעיניים, תנועות גוף ):** ישיבה זקופה, חיוך זהיר, מבט חודר, מצמוץ עיניים תכוף (ריכוז?).

**6) איך הוא מתמודד עם קשיים ואתגרים שהמתעוררים בדרך?** איננה מוותרת וממשיכה בשלה. המטרה והשאיפה למצוינות, מנחה ומובילה אותה.

**אלו פעולות הוא נוקט כדי להתגבר על מכשולים בדרך? מה עוזר לו לשאוב כח?** אהבה וגידול הילדים.

**מה הגישה שלו כלפי האתגרים שבדרך?** דומה שגאולה אבן אוהבת אתגרים. היא אם לחמישה ילדים ובראיונות טוענת שעל אף הקושי הגדול היא מעריצה אימהות המצליחות "לג'נגל" בין בית לעבודה תובענית. אבן מתמשאבת מילדיה, מהאהבה לבעלה הנוכחי ומכתיבה.

**7) בדרך אל המטרה: במה הוא מאמין? אילו אמונות מובילות אותו?** בשביל להצליח חייבים להתמיד, ללמוד, להתמקצע ולהיות הכי טוב בתחומך.

**8) אלו ערכים חשובים לו בדרך למטרה?** מקצועיות, התמדה, יושרה.