

# קנאה

## 1. מאיזה יסוד בנפש נובעת מידת הקנאה ?

- א. יסוד האש
- ב. יסוד הרוח
- ג. יסוד המים
- ד. יסוד העפר

## 2. מהו מעגל הקנאה ?

- א. תאוה - כבוד - רדיפת בצע
- ב. דעה קדומה - קנאה - ענווה
- ג. גאווה - קנאה - עצלנות
- ד. קנאה - תאוה - חמדה

## 3. מהי ההשפעה הפיזית של הקנאה על הגוף ?

- א. רוגע ושלווה
- ב. חיזוק השרירים
- ג. מתח ודופק מואץ
- ד. שיפור התיאבון

## 4. מתי הקנאה נחשבת לחיובית ("קנאת סופרים") ?

- א. כשהיא גורמת לנו לרצות להרוס לשני
- ב. כשהיא גורמת לנו לקנות דברים יקרים
- ג. כשהיא מביאה לצמיחה אישית ולריבוי חכמה
- ד. קנאה היא תמיד שלילית ואין בה צד חיובי

## 5. מה המקור הפנימי של הקנאה ?

- א. ביטחון עצמי מופרז
- ב. חוסר ערך עצמי ותחושה שהטוב של האחר מאיים עליי
- ג. אדישות לסביבה
- ד. אהבה עצמית גדולה

## 6. מה משמעות העיקרון "אין אדם נוגע במוכן לחברו" ?

- א. שאסור לגעת בחפצים של אחרים בלי רשות
- ב. שכל אחד מקבל בדיוק את השפע המיועד לו
- ג. שאפשר לקחת מה שרוצים אם מתאמצים
- ד. שצריך לחלוק הכל עם כולם

## 7. מהו הצעד הראשון בהתמודדות עם קנאה בזמן אמת ?

- א. להתעלם מהרגש
- ב. להאשים את מי שאנחנו מקנאים בו
- ג. מודעות והודאה בכך שאני מקנא כרגע
- ד. להגיד למי שאנחנו מקנאים בו

## 8. איזה דפוס התנהגות שלילי מקשה על העשייה אצל אדם מקנא ?

- א. עשייה מרובה ושמחה
- ב. הימנעות מעשייה אם אני לא הכי טוב
- ג. שיתוף פעולה עם אחרים
- ד. התמדה במשימות קשות

## 9. מהי ההמלצה למניעת קנאה ?

- א. לדמיין מציאות אחרת
- ב. להתעלם מהמציאות
- ג. לתרגל הסתכלות חיובית על מה שיש לי בחיים ("עין טובה")
- ד. לבדוק מה יש לאחרים

## 10. מי נחשב ל"עשיר" לפי העקרונות המוזכרים בסיכום ?

- א. מי שיש לו הכי הרבה כסף
- ב. מי שמפורסם ברשתות החברתיות
- ג. מי שיש לו בית גדול
- ד. מי ששמח בחלקו

ג.1

ב.2

ג.3

ג.4

ב.5

ב.6

ג.7

ב.8

ג.9

ד.10