🗂️ עוזר או פחות עוזר?

הארנב הקשיב: סדנאות חוסן והקשבה לנאמני החוסן · מסלול: חט"ב · עולים חדשים · יצרה: רוית ראש בן ישי

📘 מהדורת המורה – עם תשובות

📖 **מילון בתמונות**

👂 **הקשבה** – לשמוע באמת, עם תשומת לב · 💪 **חוסן** – הכוח לקום ולהמשיך אחרי קושי · 🤝 **נאמן** – מישהו שאפשר לסמוך עליו, עם תפקיד לעזור · 🪞 **שיקוף** – להגיד במילים שלי מה האחר מרגיש · 🧍 **נוכחות** – להיות ליד מישהו, באמת, עכשיו · 🤫 **שתיקה** – שקט, בלי מילים · 🫂 **תמיכה** – עזרה ונתינת כוח · 😣 **מצוקה** – מצב שבו קשה מאוד

✏️ מיינו את המילים ממאגר המילים לטבלה, לפי הקטגוריות.

מאגר מילים: "אני כאן. רוצה לשבת קצת ביחד?" · "נשמע שזה ממש תסכל אותך." · שתיקה של כמה שניות, עם הנהון · "מה היה עוזר לך עכשיו?" · "תודה שסיפרת לי." · "זה בסדר להרגיש ככה." · להניח את הטלפון ולהסתובב אל החבר/ה · "נדבר שוב מחר? אני אבוא לבדוק מה שלומך." · "זה כלום, יש דברים הרבה יותר גרועים." · "תפסיק/י לבכות, זה לא עוזר." · "גם לי היה ככה, ואצלי היה יותר גרוע..." · "הנה מה שאת/ה צריך/ה לעשות עכשיו:" · "חחח, נו באמת, תצחק/י על זה." · "בוא/י נלך עכשיו להגיד לו מה אנחנו חושבים עליו!" · לשלוח אימוג'י ולהחליף נושא · "למה לא חשבת על זה קודם?"

🐰 עוזר – תגובה של ארנב	🌀 פחות עוזר – כמו החיות האחרות
"אני כאן. רוצה לשבת קצת ביחד?"	"זה כלום, יש דברים הרבה יותר גרועים."
"נשמע שזה ממש תסכל אותך."	"תפסיק/י לבכות, זה לא עוזר."
שתיקה של כמה שניות, עם הנהון	"גם לי היה ככה, ואצלי היה יותר גרוע..."
"מה היה עוזר לך עכשיו?"	"הנה מה שאת/ה צריך/ה לעשות עכשיו:"
"תודה שסיפרת לי."	"חחח, נו באמת, תצחק/י על זה."
"זה בסדר להרגיש ככה."	"בוא/י נלך עכשיו להגיד לו מה אנחנו חושבים עליו!"
להניח את הטלפון ולהסתובב אל החבר/ה	לשלוח אימוג'י ולהחליף נושא
"נדבר שוב מחר? אני אבוא לבדוק מה שלומך."	"למה לא חשבת על זה קודם?"

✍️ **אתגר: בחרו תגובה אחת מ"פחות עוזר" ונסחו אותה מחדש כתגובה של ארנב.**

💡 תשובה אישית; בדקו נימוק ודוגמה.

✍️ **אתגר: איזו תגובה "פחות עוזרת" יוצאת לכם הכי הרבה? למה?**

💡 תשובה אישית; בדקו נימוק ודוגמה.

🗂️ עוזר או פחות עוזר?

הארנב הקשיב: סדנאות חוסן והקשבה לנאמני החוסן · מסלול: חט"ב · עולים חדשים · יצרה: רוית ראש בן ישי

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

📖 **מילון בתמונות**

👂 **הקשבה** – לשמוע באמת, עם תשומת לב · 💪 **חוסן** – הכוח לקום ולהמשיך אחרי קושי · 🤝 **נאמן** – מישהו שאפשר לסמוך עליו, עם תפקיד לעזור · 🪞 **שיקוף** – להגיד במילים שלי מה האחר מרגיש · 🧍 **נוכחות** – להיות ליד מישהו, באמת, עכשיו · 🤫 **שתיקה** – שקט, בלי מילים · 🫂 **תמיכה** – עזרה ונתינת כוח · 😣 **מצוקה** – מצב שבו קשה מאוד

✏️ מיינו את המילים ממאגר המילים לטבלה, לפי הקטגוריות.

מאגר מילים: "אני כאן. רוצה לשבת קצת ביחד?" · "נשמע שזה ממש תסכל אותך." · שתיקה של כמה שניות, עם הנהון · "מה היה עוזר לך עכשיו?" · "תודה שסיפרת לי." · "זה בסדר להרגיש ככה." · להניח את הטלפון ולהסתובב אל החבר/ה · "נדבר שוב מחר? אני אבוא לבדוק מה שלומך." · "זה כלום, יש דברים הרבה יותר גרועים." · "תפסיק/י לבכות, זה לא עוזר." · "גם לי היה ככה, ואצלי היה יותר גרוע..." · "הנה מה שאת/ה צריך/ה לעשות עכשיו:" · "חחח, נו באמת, תצחק/י על זה." · "בוא/י נלך עכשיו להגיד לו מה אנחנו חושבים עליו!" · לשלוח אימוג'י ולהחליף נושא · "למה לא חשבת על זה קודם?"

🐰 עוזר – תגובה של ארנב	🌀 פחות עוזר – כמו החיות האחרות

✍️ **אתגר: בחרו תגובה אחת מ"פחות עוזר" ונסחו אותה מחדש כתגובה של ארנב.**

✍️ **אתגר: איזו תגובה "פחות עוזרת" יוצאת לכם הכי הרבה? למה?**