# 🗂️ מקשיבים או מתקנים? מיון תגובות

הארנב הקשיב – להקשיב לחבר/ה: יחידת חוסן לחט"ב ולחט"ע · מסלול: נוער עולים חדשים

## 📘 מהדורת המורה – עם תשובות

**📖 מילון בתמונות**

👂 **הקשבה** – слушание · listening – לשים לב באמת למה שמישהו אומר ומרגיש · 🪑 **נוכחות** – присутствие · presence – להיות שם, קרוב, בלי טלפון · 🪞 **שיקוף** – отражение · reflecting – להגיד במילים שלי מה שמעתי · 💛 **תיקוף** – признание чувств · validation – להגיד שהרגש הגיוני · 💪 **חוסן** – устойчивость · resilience – הכוח לקום אחרי קושי · 📖 **משל** – притча · parable / metaphor – סיפור שמלמד על החיים · 💡 **עצה** – совет · advice – רעיון מה לעשות · 👊 **הקטנה** – преуменьшение · minimizing – להגיד שמשהו "לא נורא"

✏️ מיינו את המילים ממאגר המילים לטבלה, לפי הקטגוריות.

**מאגר מילים:** "אני פה. רוצה לספר מה קרה?" · "וואו, זה נשמע ממש מתסכל." · "מה הכי קשה לך בזה עכשיו?" · "אני לא ממהר/ת לשום מקום." · "בוא/י נכתוב לו הודעה ונסגור את זה עכשיו." · "אני אדבר עם המורה במקומך." · "תן/י לי את הטלפון, אני אמחק את הפוסט." · "בוא/י נלך עכשיו לאחראית השכבה ונגמור עם זה, בלי לשאול אותך." · "פשוט תתעלם/י ממנה." · "תחסום/תחסמי אותו ותשכח/י ממנו." · "את/ה חייב/ת להתחיל ללמוד כבר היום." · "במקומך הייתי עוזב/ת את הקבוצה." · "זה רק מבחן, יהיו עוד מלא." · "די, זה לא כזה נורא." · "בעוד שבוע אף אחד לא יזכור את זה." · "לפחות לא קרה משהו יותר גרוע."

| 🐰 הקשבה | 🔧 תיקון | 💡 עצה מהירה | 👊 הקטנה |
|---|---|---|---|
| "אני פה. רוצה לספר מה קרה?" | "בוא/י נכתוב לו הודעה ונסגור את זה עכשיו." | "פשוט תתעלם/י ממנה." | "זה רק מבחן, יהיו עוד מלא." |
| "וואו, זה נשמע ממש מתסכל." | "אני אדבר עם המורה במקומך." | "תחסום/תחסמי אותו ותשכח/י ממנו." | "די, זה לא כזה נורא." |

| | | | |
|---|---|---|---|
| "מה הכי קשה לך בזה עכשיו?" | "תן/י לי את הטלפון, אני אמחק את הפוסט." | "את/ה חייב/ת להתחיל ללמוד כבר היום." | "בעוד שבוע אף אחד לא יזכור את זה." |
| "אני לא ממהר/ת לשום מקום." | "בוא/י נלך עכשיו לאחראית השכבה ונגמור עם זה, בלי לשאול אותך." | "במקומך הייתי עוזב/ת את הקבוצה." | "לפחות לא קרה משהו יותר גרוע." |

✍️ **אתגר: בחרו תגובה אחת מכל סוג "מתקן" וכתבו במקומה תגובה ארנבית.**

💡 תשובה אישית; בדקו נימוק ודוגמה.

✍️ **אתגר: מתי לדעתכם עצה דווקא כן עוזרת? תנו דוגמה.**

💡 תשובה אישית; בדקו נימוק ודוגמה.

# 🗂️ מקשיבים או מתקנים? מיון תגובות

הארנב הקשיב – להקשיב לחבר/ה: יחידת חוסן לחט"ב ולחט"ע · מסלול: נוער עולים חדשים

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

📖 **מילון בתמונות**

👂 **הקשבה** – listening · слушание – לשים לב באמת למה שמישהו אומר ומרגיש · 🪑 **נוכחות** – presence · присутствие – להיות שם, קרוב, בלי טלפון · 🪞 **שיקוף** – reflecting · отражение – להגיד במילים שלי מה שמעתי · 💛 **תיקוף** – validation · признание чувств – להגיד שהרגש הגיוני · 💪 **חוסן** – resilience · устойчивость – הכוח לקום אחרי קושי · 📖 **משל** – parable / metaphor · притча – סיפור שמלמד על החיים · 💡 **עצה** – advice · совет – רעיון מה לעשות · 🤏 **הקטנה** – minimizing · преуменьшение – להגיד שמשהו "לא נורא"

✏️ מיינו את המילים ממאגר המילים לטבלה, לפי הקטגוריות.

**מאגר מילים:** "אני פה. רוצה לספר מה קרה?" · "וואו, זה נשמע ממש מתסכל." · "מה הכי קשה לך בזה עכשיו?" · "אני לא ממהר/ת לשום מקום." · "בוא/י נכתוב לו הודעה ונסגור את זה עכשיו." · "אני אדבר עם המורה במקומך." · "תן/י לי את הטלפון, אני אמחק את הפוסט." · "בוא/י נלך עכשיו לאחראית השכבה ונגמור עם זה, בלי לשאול אותך." · "פשוט תתעלם/י ממנה." · "תחסום/תחסמי אותו ותשכח/י ממנו." · "את/ה חייב/ת להתחיל ללמוד כבר היום." · "במקומך הייתי עוזב/ת את הקבוצה." · "זה רק מבחן, יהיו עוד מלא." · "די, זה לא כזה נורא." · "בעוד שבוע אף אחד לא יזכור את זה." · "לפחות לא קרה משהו יותר גרוע."

| 🐰 הקשבה | 🔧 תיקון | 💡 עצה מהירה | 🤏 הקטנה |
|---|---|---|---|
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |

✍️ **אתגר: בחרו תגובה אחת מכל סוג "מתקן" וכתבו במקומה תגובה ארנבית.**

✍️ **אתגר: מתי לדעתכם עצה דווקא כן עוזרת? תנו דוגמה.**