🪜 צעד אחר צעד: שיחה ארנבית, הפניה ובנייה מחדש

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

📘 מהדורת המורה – עם תשובות

✏️ כתבו בכל ריבוע את מספר השלב לפי הסדר הנכון.

1. שיחה ארנבית בחמישה צעדים

1	מתקרבים ומתיישבים ליד החבר/ה
4	משקפים: "שמעתי ש..."
3	מקשיבים בלי לקטוע
2	אומרים "אני כאן" ונותנים שקט

2. כשצריך לפנות למבוגר/ת

2	אומרים בכנות: "את זה אני לא שומר/ת לבד"
3	מציעים ללכת יחד
4	פונים ליועצת או לנאמני החוסן המורים
1	שמים לב לסימן מדאיג או למצוקה מתמשכת

3. המשל: מהתמוטטות לבנייה מחדש

1	משהו שבנינו מתמוטט
2	מגיעות תגובות שממהרות לתקן
4	הרגשות עוברים, אחד אחרי השני
3	מגיע/ה מישהו/י שפשוט מקשיב/ה

✍️ אתגר: איזה צעד בשיחה הארנבית הכי קשה לכם? למה?

💡 תשובה אישית; בדקו נימוק ודוגמה.

🪜 צעד אחר צעד: שיחה ארנבית, הפניה ובנייה מחדש

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

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

✏️ כתבו בכל ריבוע את מספר השלב לפי הסדר הנכון.

1. שיחה ארנבית בחמישה צעדים

☐	מתקרבים ומתיישבים ליד החבר/ה
☐	משקפים: "שמעתי ש..."
☐	מקשיבים בלי לקטוע
☐	אומרים "אני כאן" ונותנים שקט

2. כשצריך לפנות למבוגר/ת

☐	אומרים בכנות: "את זה אני לא שומר/ת לבד"
☐	מציעים ללכת יחד
☐	פונים ליועצת או לנאמני החוסן המורים
☐	שמים לב לסימן מדאיג או למצוקה מתמשכת

3. המשל: מהתמוטטות לבנייה מחדש

☐	משהו שבנינו מתמוטט
☐	מגיעות תגובות שממהרות לתקן
☐	הרגשות עוברים, אחד אחרי השני
☐	מגיע/ה מישהו/י שפשוט מקשיב/ה

✍️ אתגר: איזה צעד בשיחה הארנבית הכי קשה לכם? למה?