❓ חידון: מה הכי ארנבי לעשות?

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

📘 מהדורת המורה – עם תשובות

✏️ הקיפו את התשובה הנכונה.

1. חבר אומר: 'נו, ספר כבר מה קרה, עכשיו!' – לאיזו חיה בסיפור זה דומה?

א. 🐰 הארנב ב. 🪶 היען **✔ ג. 🐔 התרנגולת**

💡 התרנגולת דוחקת לדבר מיד. כוונה טובה – אבל לפעמים עוד לא מוכנים למילים.

2. למה הילד בסיפור שולח את כל החיות?

✔ א. כי כל אחת רצתה שירגיש או יעשה משהו מסוים – והוא עוד לא היה מוכן

ב. כי הן היו רעות ג. כי הוא לא אוהב חיות

💡 כל חיה הביאה פתרון משלה. הילד היה צריך קודם מישהו שיהיה איתו – בלי פתרון.

3. היען מציע להתחבא ולהעמיד פנים שלא קרה כלום. מה הסכנה בתגובה כזאת?

✔ א. הרגש לא נעלם – הוא נשאר בלי מקום ב. אין סכנה, זה מרגיע

ג. זה גורם לצחוק

💡 התעלמות לא מעלימה את הכאב. הארנב נותן מקום לרגש, וכך הוא יכול לעבור.

4. נועה כותבת בקבוצה: "אני כזאת אפס, נכשלתי שוב." מה התגובה הכי "ארנבית"?

א. "גם אני נכשלתי, לא נורא." ב. "די, את לא אפס! תפסיקי."

✔ ג. שולחים לה הודעה פרטית: "ראיתי מה כתבת. אני כאן אם בא לך לדבר."

💡 פנייה פרטית נותנת נוכחות ומקום, בלי להקטין ובלי להעביר את השיחה אליך.

5. חבר מספר שהוריו נפרדים ונשתק. מה עושים?

✔ א. שותקים איתו, ואחרי רגע: "זה נשמע ממש קשה."

ב. ממלאים את השקט בעצות ג. מספרים על חבר אחר שעבר את זה

💡 שתיקה בנוחות ושיקוף קצר נותנים לו לבחור אם להמשיך.

6. חברה מספרת שהיא חושבת לפגוע בעצמה ומבקשת "לא לספר לאף אחד". מה נכון?

א. מנסים לשכנע אותה שהכול בסדר

✔ ב. אומרים: "אני שמחה שסיפרת. זה גדול מדי לשתינו – בואי נלך יחד ליועצת."

ג. מבטיחים סוד – היא סמכה עלייך

💡 כשיש סכנה לא מבטיחים סוד. מלווים את החברה למבוגר/ת – זו הדרך הכי אמיתית לשמור עליה.

✍️ אתגר: כתבו מצב משלכם מבית הספר ושלוש תגובות אפשריות – אחת מהן "ארנבית".

💡 תשובה אישית; בדקו נימוק ודוגמה.

❓ חידון: מה הכי ארנבי לעשות?

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

שם: _____ כיתה: _____ תאריך: _____

✏️ הקיפו את התשובה הנכונה.

1. חבר אומר: 'נו, ספר כבר מה קרה, עכשיו!' – לאיזו חיה בסיפור זה דומה?

א. 🐰 הארנב ב. 🪶 היען ג. 🐔 התרנגולת

2. למה הילד בסיפור שולח את כל החיות?

א. כי כל אחת רצתה שירגיש או יעשה משהו מסוים – והוא עוד לא היה מוכן

ב. כי הן היו רעות ג. כי הוא לא אוהב חיות

3. היען מציע להתחבא ולהעמיד פנים שלא קרה כלום. מה הסכנה בתגובה כזאת?

א. הרגש לא נעלם – הוא נשאר בלי מקום ב. אין סכנה, זה מרגיע

ג. זה גורם לצחוק

4. נועה כותבת בקבוצה: "אני כזאת אפס, נכשלתי שוב." מה התגובה הכי "ארנבית"?

א. "גם אני נכשלתי, לא נורא." ב. "די, את לא אפס! תפסיקי."

ג. שולחים לה הודעה פרטית: "ראיתי מה כתבת. אני כאן אם בא לך לדבר."

5. חבר מספר שהוריו נפרדים ונשתק. מה עושים?

א. שותקים איתו, ואחרי רגע: "זה נשמע ממש קשה."

ב. ממלאים את השקט בעצות ג. מספרים על חבר אחר שעבר את זה

6. חברה מספרת שהיא חושבת לפגוע בעצמה ומבקשת "לא לספר לאף אחד". מה נכון?

א. מנסים לשכנע אותה שהכול בסדר

ב. אומרים: "אני שמחה שסיפרת. זה גדול מדי לשתינו – בואי נלך יחד ליועצת."

ג. מבטיחים סוד – היא סמכה עלייך

✍️ אתגר: כתבו מצב משלכם מבית הספר ושלוש תגובות אפשריות – אחת מהן "ארנבית".
