🎭 משחקי תפקידים בשלשות: מספר/ת · ארנב · צופה

הארנב הקשיב – להקשיב לחבר/ה · יחידת חוסן לחט"ב ולחט"ע

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

איך משחקים: (1) קוראים תרחיש ומחלקים תפקידים. (2) המספר/ת מדבר/ת 2 דקות. (3) הארנב מקשיב/ה, משקף/ת ושואל/ת – בלי עצות. (4) הצופה ממלא/ת את רשימת התיוג. (5) מחליפים תפקידים.

תרחישים – 🟠 חט"ב

- ☐ כל הכיתה מדברת על מסיבה – ואותי לא הזמינו.
- ☐ השקעתי שבועיים במבחן וקיבלתי ציון נמוך.
- ☐ החבר/ה הכי טוב/ה שלי מבלה עכשיו רק עם חבורה אחרת.
- ☐ כתבו עליי משהו מעליב בקבוצת הכיתה ברשת.

תרחישים – 🔴 חט"ע

- ☐ הלחץ של הבגרויות – אני מרגיש/ה שאני לא עומד/ת בציפיות של אף אחד.
- ☐ נפרדנו אחרי שנה, ואני לא מצליח/ה להתרכז בכלום.
- ☐ תמונה מביכה שלי הופצה, ואני מתבייש/ת להגיע לבית הספר.
- ☐ ריב גדול עם ההורים על מה שאני רוצה לעשות אחרי התיכון.

רשימת תיוג לצופה

הארנב...	✔ / ✘	דוגמה ששמעתי
ישב/ה קרוב ושם/ה לב		
שתק/ה ונתן/ה זמן		
שיקף/ה במילים שלו/ה		
שאל/ה שאלה פתוחה		
לא נתן/ה עצה ולא הקטין/ה		

שאל/ה מה עוזר עכשיו		

מה הרגיש המספר/ת כשהקשיבו לו/לה? מה היה הכי קשה לארנב?