

📖 מילון מושגים: עברית · English · Русский

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

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

מילון קצר לכל המושגים של היחידה. הוסיפו בעמודה האחרונה מילה בשפה שלכם או ציור.

עברית	English	Русский	הסבר קל	בשפה שלי / ציור
הקשבה	listening	слушание	לשים לב באמת למה שמישהו אומר ומרגיש	
נוכחות	presence	присутствие	להיות שם, קרוב, בלי להסתכל בטלפון	
שיקוף	reflecting	отражение	להגיד במילים שלי מה שמעתי	
תיקוף	validation	признание чувств	להגיד שהרגש הגיוני ומותר	
אמפתיה	empathy	эмпатия	להבין מה מישהו אחר מרגיש	
תמיכה	support	поддержка	עזרה שנותנת כוח	
חוסן	resilience	устойчивость	הכוח לקום ולהמשיך אחרי קושי	
משבר	crisis	кризис	רגע קשה מאוד, כשמשהו "מתמוטט"	
משל	metaphor / parable	притча / метафора	סיפור שמלמד משהו על החיים	
עצה	advice	совет	רעיון מה לעשות	

הקטנה	minimizing	преуменьшение	להגיד שמשהו "לא נורא"	
הפניה	referral	направление к взрослому	ללכת יחד למבוגר/ת שיכול/ה לעזור	
נאמני חוסן	resilience peer leaders	лидеры устойчивости	תלמידים ומורים שתפקידם לתמוך ולהקשיב	
שתיקה	silence	молчание	רגע של שקט, בלי מילים	

כתבו משפט אחד עם שתי מילים מהמילון: