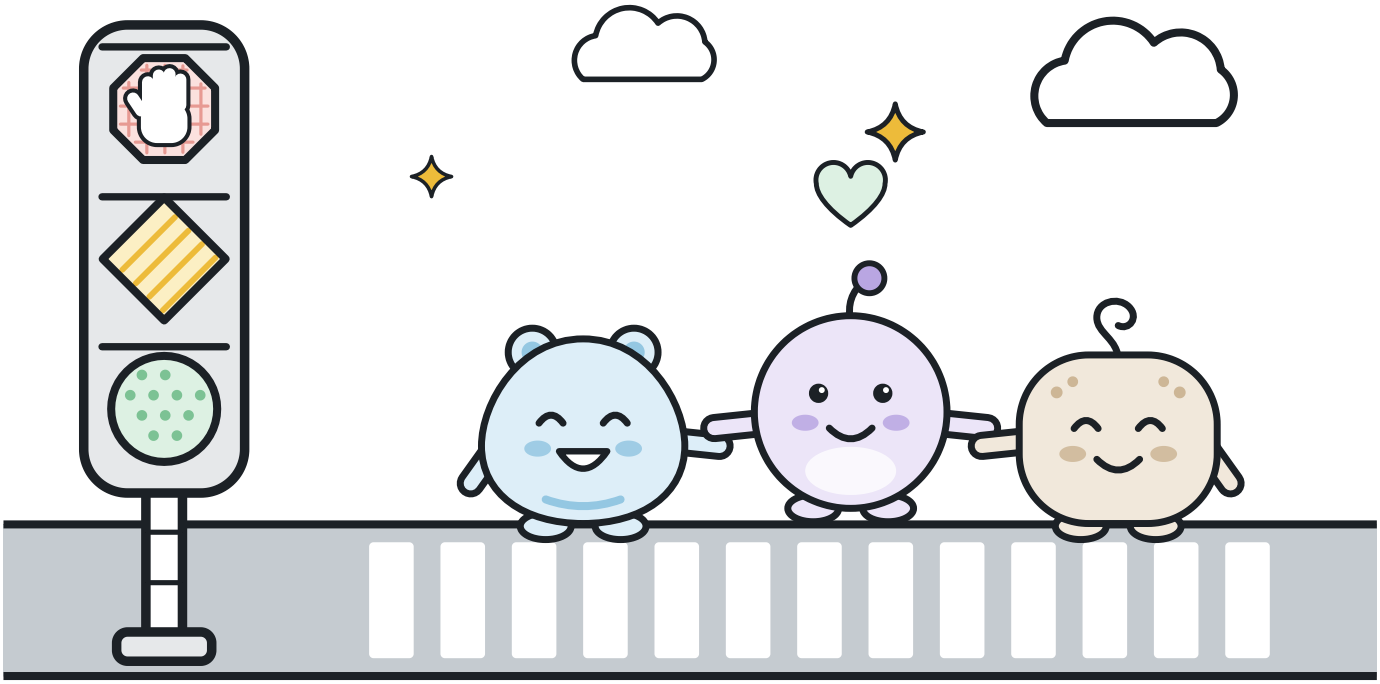
חברות שעושה טוב

מתבוננים על חברות



ירוק: סימנים של חברות טובה **צהוב:** רגע שצבט בלב **אדום:** מספרים מיד למבוגר

אחרי שהיינו ביחד, איך היה לי? שיעור שנותן לכל הכיתה שפה משותפת לחברות, בלי להדביק תווית לאף ילד.

לצוות החינוכי ולכיתה

מערך השיעור	**2**
צוות הייעוץ, התאמות ותשובות	**4**
פוסטר לכיתה: רמזור של חברות	**5**
קלפי מצבים	**6**
גב לקלפים	**8**

דפי עבודה לילדים

ירוק או צהוב? לוח מיון	**9**
פעם אחת או שוב ושוב?	**10**
מה אפשר להגיד?	**11**
גם אני לפעמים	**12**
מתי מספרים מיד למבוגר	**13**
כרטיס יציאה	**14**

להדפסה, בחינם עובד גם בשחור לבן ניסוח לבנים ולבנות

מערך השיעור



בכיתה ד' החברויות נעשות קרובות יותר, ואיתן מגיעים גם עלבונות, הוצאה מהמשחק וקבוצות בווטסאפ. השיעור לא מחלק את הכיתה לטובים ולרעים: הוא מתאר מעשים ורגעים, ונותן לכל ילד וילדה דרך לבדוק איך היה לי, ומה עושים עם זה.

מטרות

- **לתאר חברות טובה במעשים.** הקשבה, עזרה, שמירה על דברים פרטיים, ומקום להגיד "לא".
- **להבחין בין רגע לדפוס.** צביטה של פעם אחת מתקנים יחד. מה שחוזר מביאים למבוגר.
- **להכיר את הרגעים שבהם לא מחכים.** פגיעה בגוף, סוד מפחיד, איום, חרם והפצת תמונה.
- **לתרגל מילים של תיקון.** לבקש, להתנצל ולהציע דרך אחרת.
- **להתבונן גם בעצמנו.** כולנו לפעמים צובטים, ואפשר לשים לב בלי בושה.

חומרים והכנה

עמ' 1	**השער**	להקרנה בפתיחה
עמ' 5	**פוסטר רמזור של חברות**	לתלייה, ויש גם קובץ בגודל כפול
עמ' 6 עד 8	**קלפי מצבים**	סט לכל קבוצה של ארבעה
עמ' 9	**לוח מיון**	עותק לכל קבוצה
עמ' 10 ו-11	**פעם אחת או שוב ושוב, מה אפשר להגיד**	להקרנה, או עותק לכל ילד וילדה
עמ' 12 ו-14	**גם אני לפעמים, כרטיס יציאה**	עותק לכל ילד וילדה
עמ' 13	**מתי מספרים מיד למבוגר**	להקרנה, ולתלייה ליד הפוסטר

הכנה, כרבע שעה: גוזרים סט קלפים לכל קבוצה (רצוי על נייר עבה), תולים את הפוסטר, ובודקים מי בצוות הייעוץ זמין באותו יום.

מהלך השיעור

א · פתיחה · איך היה לי?

5 דק' · מדקה 1 עד 5

השער

- כותבים על הלוח: "אחרי שהיינו ביחד, איך היה לי?" ומבקשים לחשוב על רגע טוב עם חברים, בלי לספר עם מי.
- אוספים על הלוח מעשים, לא שמות: מה עשו שם שעשה טוב.
- קובעים כלל כיתה: צובעים מעשים, לא ילדים. מדברים על הקלפים ולא על ילדים מהכיתה, ומותר לדלג על תור.

שאלות לשיחה

- מה עשו חברים שעשה לנו טוב?
- איך יודעים שטוב לנו ביחד?

ב · רמזור של חברות

8 דק' · מדקה 6 עד 13

עמודים 5 ו-13

- תולים את הפוסטר ועוברים על הסימנים הירוקים. משווים למעשים שעל הלוח.
- מציגים את הצהוב: רגע שצבט בלב. מדגישים שריב לא אומר שהחברות נגמרה.
- מציגים את האדום רק כפעולה, בכרטיס שבעמוד 13. אין ילד אדום ואין חברות אדומה, יש רגעים שבהם פונים למבוגר.
- כותבים על הלוח את כלל האצבע: פעם אחת, מדברים ומתקנים. שוב ושוב, מספרים למבוגר.

שאלות לשיחה

- איזה סימן ירוק הכי חשוב לנו?
- למה צובעים מעשים ולא ילדים?

מערך השיעור, המשך



ג פעם אחת או שוב ושוב?

8 דק' | מדקה 14 עד 21

עמוד 10

- קוראים בקול את סיפור א. שואלים: מה צבט כאן? מה עזר לתקן?
- קוראים את סיפור ב, שבו אותו רגע חוזר כל יום. שואלים: מה השתנה?
- עוברים על הטבלה "ריב רגיל או פגיעה שחוזרת?" ומסמנים יחד מה כדאי לעשות בכל סיפור.
- מסכמים במשפט: לספר למבוגר זה לא להלשין. זה לבקש עזרה.

שאלות לשיחה

? איך יודעים שזה כבר לא ריב רגיל?

? מה מקשה לפעמים לספר למבוגר?

ד ממיינים רגעים

16 דק' | מדקה 22 עד 37

עמודים 6 עד 9, ועמוד 11

- מתחלקים לקבוצות של ארבעה. כל קבוצה מקבלת סט קלפי מצבים ולוח מיון.
- כעשר דקות: קוראים כל קלף בקול, מחליטים יחד אם הוא ירוק או צהוב, מניחים על הלוח ורושמים את המספר.
- כל קבוצה בוחרת קלף צהוב אחד ומחפשת בעמוד 11 מה אפשר להגיד כדי לתקן. שתיים או שלוש קבוצות מציגות.
- על הקלפים הצהובים שהוצגו שואלים את השאלה הקבועה מעמוד 4, ומראים שוב את הכרטיס שבעמוד 13.

שאלות לשיחה

? על איזה קלף התווכחנו? מה שכנע אותנו?

? מה הופך רגע צהוב לירוק?

? מה אפשר לעשות כשזה קורה בווטסאפ?

ה סיום גם אני לפעמים

8 דק' | מדקה 38 עד 45

עמודים 12 ו-14

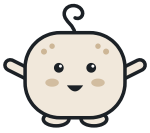
- מחלקים את הדף "גם אני לפעמים" ומסבירים שהוא אישי: לא משתפים, לא אוספים ולא בודקים. כשלוש דקות של כתיבה בשקט.
- ממלאים כרטיס יציאה. מסבירים שאת הכרטיסים קוראים רק המחנכים, ומזכירים בשמם את המבוגרים בבית הספר שאפשר לפנות אליהם.
- קוראים את הכרטיסים אחרי השיעור. לילדים שסימנו "חשוב לי לדבר עם מבוגר" פונים עוד באותו יום, בשיחה קצרה ושקטה.

♡ רגעים רגישים בשיעור

- ילד או ילדה עשויים לספר על מקרה אמיתי מול הכיתה. עוצרים בעדינות: "זה חשוב, נדבר על זה אחרי השיעור", וחוזרים לקלפים. ומקיימים את השיחה עוד באותו יום.
- אם מצביעים על ילד מהכיתה ("זה בדיוק כמו..."), מחזירים לכלל: צובעים מעשים, לא ילדים.
- ילדים עשויים לזהות את עצמם בקלף צהוב, כמי שנפגעו או כמי שפגעו. המסר: כולנו לפעמים צובטים, ואפשר לתקן.
- הדף "גם אני לפעמים" לא נאסף ולא נבדק. מי שבוחרים לא לכתוב בו, זה בסדר.
- חברויות בגיל הזה משתנות. גם חברות שנגמרת היא לא כישלון של אף אחד.

איך מדברים בלי שמות ובלי תוויות

- מספרים מה קרה, בלי שמות של ילדים מהכיתה. כל השמות בקלפים בדויים.
- מדברים על מעשים: "המעשה הזה לא היה חברי", ולא "הוא חבר רע".
- שואלים "מה קרה?" ו"איך היה לך?", ולא "מי התחיל?".
- מה שנאמר בשיחה נשאר בינינו, וכל אחד מספר לאחרים רק על עצמו.
- מילים שכדאי להשאיר מחוץ לשיעור: רעיל, חבר מזויף, דגל אדום, בריון. במקומן מתארים מה קרה.



צוות הייעוץ, התאמות ותשובות

מתי פונים לצוות הייעוץ

השיעור מחזק מיומנויות חברתיות, ואינו מחליף את נהלי בית הספר. פונים לצוות הייעוץ עוד באותו יום:

- כשילד או ילדה מספרים על פגיעה בגוף, איום, סוד שמפחיד, חרם או הפצת תמונה.
- כשמתברר שאותו ילד או ילדה נפגעים שוב ושוב, או פוגעים שוב ושוב.
- כשילד או ילדה מספרים שלא רוצים להגיע לבית הספר בגלל מה שקורה עם חברים.
- כשבכרטיס היציאה סומן "חשוב לי לדבר עם מבוגר", ושיחה אחת לא הספיקה.

בפגיעה ברשת, כמו הפצת תמונה או צירוף לקבוצה שמחרימה, אפשר לפנות גם למוקד 105, המוקד לפגיעה ברשת. כדאי להכיר אותו לילדים ולהורים.

התאמות

לכיתה ג'

- שמונה קלפים בלבד, ארבעה ירוקים וארבעה צהובים, בקריאה בקול מול כל הכיתה.
- נשענים על השפה של מריבה ופיוס, המוכרת מתכנית כישורי החיים לכיתה ג'.
- בכרטיס היציאה אפשר לצייר במקום לכתוב.

לכיתה ה'

- כל קבוצה כותבת קלף מצב משלה, מהחצר או מהווטסאפ, ומעבירה לקבוצה אחרת למיון.
- מרחיבים על לחץ חברתי: מה עושים כשלוחצים עליי, וכשלוחצים על מישהו לידי.
- מכירים את מוקד 105, ומדברים על צירוף לקבוצות ועל הפצת צילומי מסך.

הערות ותשובות

עמודים 6 עד 9: סימנים של חברות טובה: קלפים 2, 3, 5, 8, 10, 11, 13 ו-14. רגעים שצבטו: קלפים 1, 4, 6, 7, 9, 12, 15 ו-16. קלף 10 ירוק כי היה בו תיקון: גם בחברות טובה רבים, ומה שחשוב הוא איך יוצאים מזה. ויכוח על קלף הוא חלק טוב מהשיעור.

גבולות: קלפים 7, 9 ו-15 נוגעים בגבול: אם הם חלק מחרם, או חוזרים כל יום, הם כבר בכרטיס של עמוד 13.

עמוד 10: בסיפור א הרגע קרה פעם אחת, ואחרי שדיברו הוא תוקן: מדברים ומתקנים. בסיפור ב הוא חוזר גם אחרי שביקשו שיפסיק, ומגיע עד רצון לא ללכת לבית הספר: מספרים למבוגר.

על השפה: השפה נשענת על יחידת כישורי החיים של שפ"י לכיתה ד' ("צביטה בלב"), ועל מחקרים שמראים שבגיל הזה המבחן הוא החזרה, ולא המעשה הבודד.

כשמדברים על רגע צהוב

- על כל קלף צהוב שואלים גם: "ומה אם זה קורה שוב ושוב?" עד שהילדים עונים לבד: מספרים למבוגר.
- כדאי להתעכב על קלף 6 (איום להפסיק להיות חברים) ועל קלפים 9 ו-12 (צוחקים עליי מול אחרים). גם הסימן "חברים איתי רק כשרוצים ממני משהו" שבפוסטר שווה שיחה.
- כעבור כשבוע שואלים את הכיתה: "מה קרה עם הצביטה?" ובשקט גם את מי שסיפרו על רגע צהוב.

עוד מתנות מהסטודיו

בונים גשר. שיעור על מחלוקת וגישור.
https://hut-mahshava.pages.dev/gishur/

יוצרים קשר. דפי עבודה במיומנויות חברתיות.
https://hut-mahshava.pages.dev/kesher/

מבט מעבר לגדר. שיעור על קנאה.
https://hut-mahshava.pages.dev/kina/

אחרי השיעור

- משאירים את הפוסטר ואת הכרטיס שבעמוד 13 תלויים בכיתה, ומפנים אליהם כשעולה רגע שצבט.
- אחרי ריב בהפסקה אפשר לשאול: ירוק או צהוב? פעם אחת, או שוב ושוב?
- שולחים להורים את כלל האצבע ואת שמות המבוגרים בבית הספר שאפשר לפנות אליהם.
- אפשר לחזור בעוד חודש לדף "גם אני לפעמים", וכל ילד וילדה בודקים לבד מה השתנה.

רמזור של חברות



הרמזור מתאר מעשים ורגעים. אף אחד מאיתנו לא ירוק, צהוב או אדום.

✓ **צובעים מעשים, לא ילדים.**





ירוק

סימנים של חברות טובה

ביחד טוב לנו, ושומרים זה על זה.

- נעים לנו לשחק ולבלות ביחד.
- עוזרים כשקשה.
- אפשר להגיד "לא" או לחשוב אחרת, ונשארים חברים.
- צוחקים ביחד, לא עליי.
- מקשיבים זה לזה, ולכל אחד יש מקום לדבר.
- שומרים על דברים פרטיים שסיפרתי.
- אפשר לשחק גם עם ילדים אחרים, וזה בסדר.
- כשרבים, מדברים, מתנצלים ומתקנים.



צהוב

רגע שצבט בלב

יכול לקרות גם בחברות טובה.

- מחליטים בשבילי עם מי מותר לי לשחק.
- לוחצים עליי לעשות משהו שלא רציתי, ולא מקבלים את ה"לא" שלי.
- מספרים לאחרים דברים פרטיים שלי.
- מתעלמים ממני כדי להעניש.
- מאיימים להפסיק להיות חברים אם לא אעשה מה שרוצים.
- צוחקים עליי ואומרים "סתם, זו בדיחה".
- חברים איתי רק כשרוצים ממני משהו.
- מעליבים אותי מול אחרים, בכיתה או בווטסאפ.

1. **אומרים מה צבט לי:** "כשצחקת עליי מול כולם, נעלבתי."
2. **בימים הבאים, שמים לב אם זה הפסיק.**
3. **אם זה חוזר, או שקשה לדבר, מספרים למבוגר.**

🔁 **רגע צהוב שחוזר הופך לאדום**



אדום

מספרים מיד למבוגר

לא מחכים לפעם הבאה.

- כשפוגעים בי בגוף.
- כשמאיימים עליי.
- כשמפיצים תמונה או צילום מסך שפוגעים.
- כשמבקשים לשמור סוד שמפחיד, או שלא נעים לשמור.
- כשמחרימים, או משכנעים אחרים לא לדבר עם מישהו.

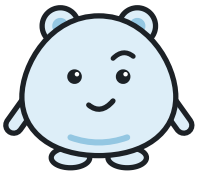
① **פעם אחת: מדברים ומתקנים.**

🔁 **שוב ושוב: מספרים למבוגר.**

לגזירה ולמיון בקבוצות

קלפי מצבים 1 עד 8

קוראים כל קלף בקבוצה ומחליטים יחד: סימן של חברות טובה, או רגע שצבט בלב?



---

1 בחצר

ביקשתי להצטרף למשחק בהפסקה, ואמרו לי: "אין מקום, אולי מחר." עמדתי בצד עד הצלצול.

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

2 בכיתה

שכחתי את הקלמר בבית. גל ואני ישבנו יחד, וכל היום השתמשתי בעפרונות של גל.

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

3 בווטסאפ

בקבוצה של הכיתה שלחתי תמונה של ציור שלי. ענו לי: "איזה יפה! איך עשית את זה?"

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

4 בכיתה

בעבודה בזוגות, כל ההחלטות היו של הדר. כשהצעתי רעיון, לא הקשיבו לי.

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

5 בבית

כשנפגשנו אצלי בבית, סיפרתי לרוני משהו שמביך אותי וביקשתי לשמור את זה בינינו. עבר שבוע, ואף אחד לא יודע.

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

6 בחצר

אמרו לי שאם אשחק עם אגם, לא נהיה חברים יותר.

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

7 בווטסאפ

הוציאו אותי מהקבוצה של המשחק בווטסאפ, ולא אמרו לי למה.

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

8 בחצר

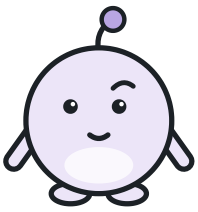
כשקלעתי לסל בפעם הראשונה, כל הקבוצה קפצה ושמחה איתי.

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

לגזירה ולמיון בקבוצות

קלפי מצבים 9 עד 16

עוד רגעים מהחצר, מהכיתה, מהבית ומהווטסאפ. כל השמות בדויים.



9 בכיתה

צחקו על התספורת החדשה שלי. כשביקשתי שיפסיקו, אמרו: "סתם, זו בדיחה."

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

10 בבית

רבנו על משחק במחשב, ואמרתי משהו מעליב. למחרת התנצלתי, דיברנו, וחזרנו לשחק.

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

11 בכיתה

קיבלתי ציון נמוך במבחן, והיה לי עצוב. בהפסקה ישבו לידי ושאלו מה קרה.

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

12 בווטסאפ

שלחתי הודעה בקבוצה של הכיתה, וענו לי בשורה של פרצופים צוחקים. לא הבנתי על מה צוחקים.

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

13 בחצר

בהפסקה רציתי לשחק עם ילדים מכיתה אחרת. עדן ואני נפרדנו לרגע, ובהפסקה הבאה שוב שיחקנו יחד.

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

14 בבית

ביום ההולדת שלי לא רציתי לשחק במשחק שכולם בחרו. אמרו לי: "בסדר, בואו נבחר משהו אחר."

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

15 בכיתה

בהפסקה לא הסכמתי לתת את הכדור. אחר כך, כל היום בכיתה לא דיברו איתי.

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

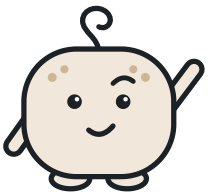
16 בכיתה

סיפרתי לשקד סוד, ולמחרת כמה ילדים בכיתה כבר ידעו.

צבט? אומרים. חוזר? מספרים למבוגר.

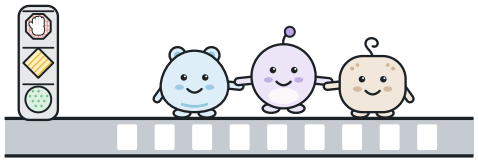
לא חובה

גב לקלפים



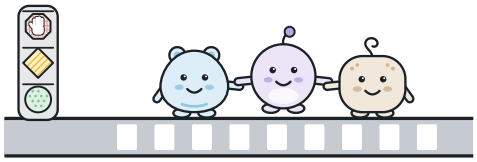
לא חובה. מדפיסים על הגב של עמודים 6 ו-7, בהדפסה דו צדדית עם היפוך בצד הארוך.





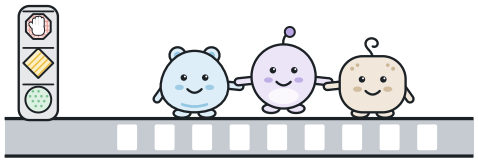
חברות שעושה טוב

מתבוננים על חברות, סטודיו חוט מחשבה



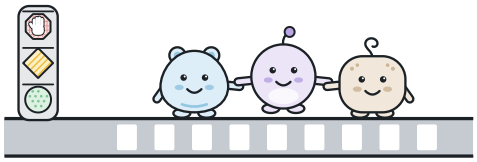
חברות שעושה טוב

מתבוננים על חברות, סטודיו חוט מחשבה



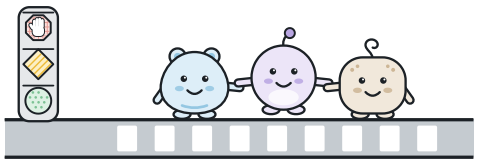
חברות שעושה טוב

מתבוננים על חברות, סטודיו חוט מחשבה



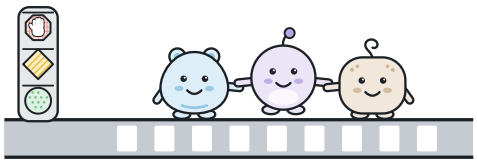
חברות שעושה טוב

מתבוננים על חברות, סטודיו חוט מחשבה



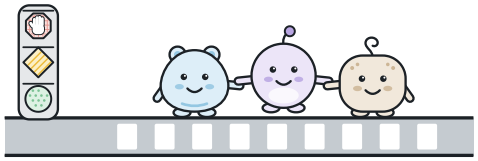
חברות שעושה טוב

מתבוננים על חברות, סטודיו חוט מחשבה



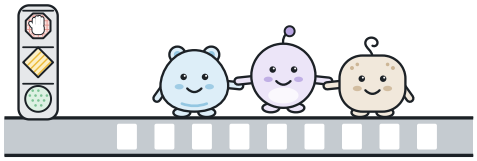
חברות שעושה טוב

מתבוננים על חברות, סטודיו חוט מחשבה



חברות שעושה טוב

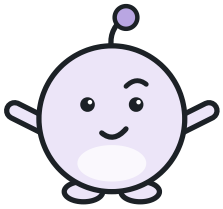
מתבוננים על חברות, סטודיו חוט מחשבה



חברות שעושה טוב

מתבוננים על חברות, סטודיו חוט מחשבה

ירוק או צהוב?



לוח מיון לקבוצה. קוראים כל קלף בקול, מחליטים יחד, מניחים אותו באזור המתאים ורושמים את המספר שלו.

ירוק

סימנים של חברות טובה

מניחים כאן את הקלפים

מספרי הקלפים:

צהוב

רגע שצבט בלב

מניחים כאן את הקלפים

מספרי הקלפים:

על איזה קלף היה לנו קשה להחליט? למה?

קלף צהוב שבחרנו, מספר _____

מה אפשר להגיד כדי לתקן? (עוזרים לנו המשפטים בעמוד 11)

ואם הרגע הזה חוזר שוב ושוב? מסמנים: ☐ מדברים ומתקנים ☐ מספרים למבוגר

סימן ירוק שהיינו מוסיפים לפוסטר: _____

דף עבודה

פעם אחת או שוב ושוב?



ריב או עלבון, שמתרחשים לעיתים רחוקות, עשויים להופיע גם בין חברים. כשאותו דבר חוזר גם אחרי שביקשתי שייפסק, זה כבר משהו אחר.

תופסת בהפסקה

① סיפור א

ביום ראשון כל החבורה שיחקה תופסת. כשביקשתי להצטרף, אמרו לי: "עכשיו לא, כבר התחלנו." צבט לי בלב. אחרי ההפסקה אמרתי שהיה לי לא נעים. התנצלו, ולמחרת שיחקנו יחד מההתחלה.

מה כדאי לעשות?

- ☐ מדברים ומתקנים
- ☐ מספרים למבוגר

למה? _____

סיפור ב

ביום ראשון אמרו לי: "עכשיו לא." ביום שני שוב, וגם ביום שלישי. ביקשתי שיפסיקו, וזה המשיך. ביום רביעי כבר לא רציתי ללכת לבית הספר.

מה כדאי לעשות?

- ☐ מדברים ומתקנים
- ☐ מספרים למבוגר

למה? _____

① ריב רגיל בין חברים	פגיעה שחוזרת
קורה לפעמים	קורה שוב ושוב
כולם רוצים לתקן	גם אחרי שביקשתי, זה ממשיך
אחרי שמדברים, חוזרים לשחק	אחרי שמדברים, זה חוזר
לכל אחד יש מקום להגיד מה רוצה	תמיד אותו צד מחליט
עצוב או מעצבן, אבל לא מפחיד	יש פחד, או רצון לא להגיע לבית הספר
ועוד הבדל שגילינו: _____	_____

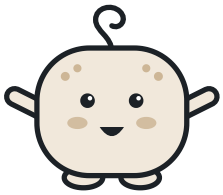
① פעם אחת: מדברים ומתקנים.

שוב ושוב: מספרים למבוגר.

לספר למבוגר זה לא להלשין. זה לבקש עזרה.

דף עבודה

מה אפשר להגיד?



אחרי רגע שצבט, מילים טובות עוזרות לתקן. בוחרים משפט, וממשיכים במילים שלי.

כשצבט לי בלב

- כש... היה לי לא נעים.
- די, זה לא מצחיק אותי.
- חשוב לי ש...
- אפשר לדבר על מה שקרה?
- לא מתאים לי. בואו נבחר משהו אחר.

כשאני צבטתי

- סליחה ש...
- לא שמתי לב. עכשיו הבנתי.
- לא התכוונתי לפגוע, ובכל זאת נפגעת. סליחה.
- מה יעזור לתקן?
- בפעם הבאה אנסה...

כשרואים רגע כזה בצד

- רוצים להצטרף אלינו?
- די, זה כבר לא מצחיק.
- בואו נשחק כולנו יחד.
- שמתי לב שזה צבט. רוצים לדבר?

✓ מה עוזר לתקן

- מדברים אחרי שנרגעים
- מנסים להבין מה היה לצד השני
- מתנצלים, גם כשלא התכוונו
- מבקשים עזרה ממבוגר

מתרגלים בזוגות: קוראים בקול קלף צהוב, ועונים במשפט מהעמוד. אחר כך מתחלפים.

בוחרים קלף צהוב, וכותבים מה אפשר להגיד:

קלף מספר _____

_____

_____

_____

_____

קלף מספר _____

_____

_____

_____

_____

ואם המילים לא עזרו, והרגע הזה חוזר? מספרים למבוגר שסומכים עליו.



גם אני לפעמים

כולנו לפעמים צובטים בלב, גם בלי לשים לב. כששמים לב, אפשר לתקן.

הדף הזה שלי. לא משתפים אותו ולא מגישים אותו.

סימנים ירוקים שלי

מסמנים ליד כל סימן:

	כמעט תמיד	לפעמים	עוד מתאמנים
להקשיב עד הסוף	☐	☐	☐
לעזור כשקשה	☐	☐	☐
לשמור על סוד שסיפרו לי	☐	☐	☐
לשמוח כשלאחרים הולך טוב	☐	☐	☐
לקבל את ה"לא" של מישהו אחר	☐	☐	☐
לתת גם לאחרים להחליט	☐	☐	☐
לצחוק יחד, ולא על מישהו	☐	☐	☐
להתנצל ולתקן אחרי ריב	☐	☐	☐

רגע שבו אולי השארתי צביטה בלב של מישהו:

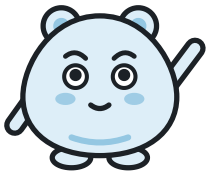
מה אפשר לעשות כדי לתקן?

בפעם הבאה אנסה:

כרטיס לכיתה

מתי מספרים מיד למבוגר

כרטיס לכיתה. אפשר להקרין, לתלות ליד הפוסטר, או לתת לכל ילד וילדה עותק.





אדום: לא מחכים

מתי מספרים מיד למבוגר

יש רגעים שבהם לא מחכים לפעם השנייה. מספרים למבוגר כבר בפעם הראשונה:

- כשפוגעים בי בגוף.
- כשמבקשים לשמור סוד שמפחיד, או שלא נעים לשמור.
- כשמאיימים עליי.
- כשמחרימים, או משכנעים אחרים לא לדבר עם מישהו.
- כשמפיצים תמונה או צילום מסך שפוגעים.

ובכל דבר שחוזר שוב ושוב, גם אחרי שביקשתי שיפסיק.

לספר למבוגר זה לא להלשין. זה לבקש עזרה.

למי אפשר לספר?

בבית הספר: _____

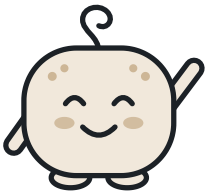
בבית: _____

ועוד מבוגר שסומכים עליו: _____

אם המבוגר הראשון לא עזר, מספרים למבוגר אחר.

איך מתחילים?

- קרה משהו, ואני רוצה לספר.
- אפשר לדבר איתך בשקט?
- זה קרה כבר כמה פעמים.
- לא ברור לי מה לעשות.



לגזירה, אחד לכל ילד וילדה

כרטיס יציאה

כרטיס יציאה

מה גיליתי היום על חברות?

איך היה לי בשיעור? מקיפים:

השם:

סימן ירוק אחד שאשמור עליו:

☐ חשוב לי לדבר עם מבוגר
את הכרטיס קוראים רק המחנכים.

כרטיס יציאה

מה גיליתי היום על חברות?

איך היה לי בשיעור? מקיפים:

השם:

סימן ירוק אחד שאשמור עליו:

☐ חשוב לי לדבר עם מבוגר
את הכרטיס קוראים רק המחנכים.

עוד דפים ומתנות
בעמוד הפייסבוק שלנו

מותר להדפיס ולצלם לשימוש בכיתה ובבית. בבקשה לא למכור.