

דף כתיבה: "השדות שלי / החבל שלי"

לצוות · לסדנה "לקרוע את החבל ולחזור בשלום"

שם: _____ **תאריך:** _____

"השדות" הם מה שמושך אותי החוצה, מסעיר או מבלבל. "החבל" הוא מה שמחזיק אותי – לפעמים מגביל ולפעמים שומר עליי. כתבו בכל עמודה לפחות שלושה דברים.

השדות שלי	החבל שלי
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____
_____	_____

חבל אחד שהייתי רוצה לשחרר קצת:

חבל אחד ששומר עליי ושאני רוצה לשמור:

מסלול הריצה שלי – הכנה לקיר החוסן

מה זורק אותי משיווי משקל בעבודה? (2–3 מכשולים)

אילו עוגנים מחזירים אותי הביתה? (אדם, הרגל, מקום, משפט)

משפט אחד שאגיד לעצמי בפעם הבאה שאתבלבל בשדה:

לא נשארים לבד

פנו ליועצת, לנאמני החוסן המורים או לנאמני החוסן התלמידים.

הסיפור: "איה פלוטו" מאת לאה גולדברג. כל הפעילויות, הניסוחים והקלפים כאן מקוריים ואינם מצטטים מן הספר.