

שם:

כיתה:

תאריך:

«צביטה בלב»: רגישות למצבי פגיעה בין חברים ותיקון

דף עבודה

1 השלימו במילים מן המחסן.

לאחות | מילים | נפגע | התעלמות

- כינוי מעליב הוא פגיעה ב _____ .
- כשלא מזמינים ילד שוב ושוב, זו פגיעה ב _____ .
- ילד שהשתתק פתאום אולי _____ .
- את הלב השבור אפשר _____ בסליחה אמיתית ובמעשה.

2 מיינו: מילים שפוגעות ומילים שמאחות.

«אתה תמיד הורס הכול» | «סליחה, לא התכוונתי» | «רוצה לשחק איתנו?»
 «מי בכלל רוצה אותך» | «אני מבין שזה פגע בך» | «חחח, תראו מה הוא לובש»

מאחות	פוגעות

3 נכון או לא נכון? תקנו את הלא נכונים.

- פגיעה יכולה להיות גם בלי מילים, למשל בהתעלמות.
- אם התכוונתי רק לצחוק - החבר לא יכול להיפגע.
- סליחה אמיתית כוללת הבנה של מה שהחבר הרגיש.
- מי שרק עומד וצוחק אינו משתתף בפגיעה.

נכון / לא נכון

נכון / לא נכון

נכון / לא נכון

נכון / לא נכון

4 התאימו לכל סימן את מה שהוא עשוי לומר.

טור א

טור ב

1. חבר מתרחק מהקבוצה

☐ אולי משהו הרגיש אותו

2. העיניים של חברה דומעות

☐ אולי היא עצובה או נפגעה

3. חבר עונה בכעס פתאום

☐ אולי הוא מרגיש לא רצוי

4. ילדה אוכלת לבד כל יום

☐ אולי היא בודדה

5 בחרו את התגובה המתאימה.

- א. אריאל קרא לחבר בכינוי מעליב, והחבר הלך משם עצוב. מה כדאי לאריאל לעשות?
- להעמיד פנים שלא קרה כלום
 - לגשת, לבקש סליחה ולהבטיח לא לחזור על זה
 - להגיד לכולם שזה היה רק צחוק

- ב. ראית שילדים צוחקים על תלמיד בתור לברייה. מה תעשה?
- אצחק גם אני
 - אעמוד לידו, אגיד "די, זה לא מצחיק" ואספר למורה
 - אצלם את זה

6 השלימו את הטבלה.

מה קרה?	מה הנפגע הרגיש?	איך אפשר לתקן?
לא הזמינו את דניאל למסיבה של כל הכיתה		
צחקו על התספורת החדשה של אורי		
חטפו לנועה את הכדור באמצע המשחק		

ההזמנה ששכחו

בכיתה של מיכל תכננו טיול אופניים בשבת. ההודעות עברו מילד לילד, ובסוף כמעט כולם ידעו. רק תמר שמעה על הטיול ביום ראשון, כשכולם סיפרו עליו בהפסקה וצחקו מהנפילה של יהונתן לשלולית.

תמר שתקה וחזרה לשבת במקומה. מיכל שמה לב שהיא לא צוחקת עם כולם. היא ניגשה ושאלה בשקט: "את בסדר?" תמר אמרה: "לא סיפרו לי. כנראה שלא רצו אותי."
מיכל הסבירה שזה קרה בטעות, אבל הבינה שהטעות כאבה. היא ביקשה סליחה בשם החבורה, והן תכננו יחד את הטיול הבא.

8 שאלות על הסיפור.

- א. איך הבינה מיכל שמשהו לא בסדר?
- תמר צעקה עליה
 - תמר לא צחקה עם כולם ושתקה
 - המורה סיפרה לה
- ב. למה תמר חשבה שלא רצו אותה?
- כי היא לא אוהבת אופניים
 - כי לא הודיעו לה על הטיול
 - כי מיכל כעסה עליה

9 הפגיעה בתמר קרתה "בטעות". האם זה אומר שהיא לא כאבה? נמקו.

10 כתבו סליחה אמיתית שאריאל יכול לומר לחבר שקרא לו בכינוי מעליב. השתמשו בשלושה חלקים: מה עשיתי, מה הבנתי, מה אעשה מעכשיו.

11 ציירו «לב שבור» ועליו כתבו שלוש מילים פוגעות שכדאי להימנע מהן; לידו ציירו «לב מאוחד» ועליו שלוש מילים שמרפאות.

12 מה אתם יכולים לעשות כשאתם רואים שילד אחר נפגע? כתבו שתי דרכים.

13 אתגר: למה לפעמים קשה לבקש סליחה? הציעו דרך שתעזור לילד שמתבייש לבקש סליחה.

תשובות – «צביטה בלב»: רגישות למצבי פגיעה בין חברים ותיקון

1 השלימו במילים מן המחסן.

- א. כינוי מעליב הוא פגיעה במילים.
- ב. כשלא מזמינים ילד שוב ושוב, זו פגיעה בהתעלמות.
- ג. ילד שהשתתק פתאום אולי נפגע.
- ד. את הלב השבור אפשר לאחות בסליחה אמיתית ובמעשה.

2 מיינו: מילים שפוגעות ומילים שמאחות.

פוגעות	מאחות
«אתה תמיד הורס הכול», «מי בכלל רוצה אותך», «חחח, תראו מה הוא לובש»	«סליחה, לא התכוונתי», «רוצה לשחק איתנו?», «אני מבין שזה פגע בך»

3 נכון או לא נכון? תקנו את הלא נכונים.

- א. פגיעה יכולה להיות גם בלי מילים, למשל בהתעלמות. **נכון**
- ב. אם התכוונתי רק לצחוק – החבר לא יכול להיפגע. **לא נכון** – גם בדיחה יכולה לפגוע; מה שקובע הוא איך החבר הרגיש
- ג. סליחה אמיתית כוללת הבנה של מה שהחבר הרגיש. **נכון**
- ד. מי שרק עומד וצוחק אינו משתתף בפגיעה. **לא נכון** – צחוק של הצופים מחזק את הפגיעה; עדיף לא להצטרף ולתמוך בנפגע

4 התאימו לכל סימן את מה שהוא עשוי לומר.

טור א	טור ב
1. חבר מתרחק מהקבוצה	3. אולי משהו הרגז אותו
2. העיניים של חברה דומעות	2. אולי היא עצובה או נפגעה
3. חבר עונה בכעס פתאום	1. אולי הוא מרגיש לא רצוי
4. ילדה אוכלת לבד כל יום	4. אולי היא בודדה

5 בחרו את התגובה המתאימה.

- א. אריאל קרא לחבר בכינוי מעליב, והחבר הלך משם עצוב. מה כדאי לאריאל לעשות?
 - להעמיד פנים שלא קרה כלום
 - **לגשת, לבקש סליחה ולהבטיח לא לחזור על זה**
 - להגיד לכולם שזה היה רק צחוק
- ב. ראית שילדים צוחקים על תלמיד בתור לברזייה. מה תעשה?
 - אצחק גם אני
 - **אעמוד לידו, אגיד «די, זה לא מצחיק» ואספר למורה**
 - אצלם את זה

6 השלימו את הטבלה.

מה קרה?	מה הנפגע הרגיש?	איך אפשר לתקן?
לא הזמינו את דניאל למסיבה של כל הכיתה	עלבון, בדידות	להתנצל ולהזמין אותו בפעם הבאה
צחקו על התספורת החדשה של אורי	מבוכה, עלבון	לבקש סליחה ולהפסיק לצחוק
חטפו לנועה את הכדור באמצע המשחק	כעס, תסכול	להחזיר את הכדור ולבקש סליחה

8 שאלות על הסיפור.

א. איך הבינה מיכל שמהו לא בסדר?

○ תמר צעקה עליה ● **תמר לא צחקה עם כולם ושתקה** ○ המורה סיפרה לה

ב. למה תמר חשבה שלא רצו אותה?

○ כי היא לא אוהבת אופניים ● **כי לא הודיעו לה על הטיול** ○ כי מיכל כעסה עליה

9 הפגיעה בתמר קרתה "בטעות". האם זה אומר שהיא לא כאבה? נמקו.

תשובה אפשרית: לא. גם פגיעה בלי כוונה כואבת; תמר הרגישה לא רצויה ובודדה. לכן חשוב לבקש סליחה ולתקן גם כשלא התכוונו.

10 כתבו סליחה אמיתית שאריאל יכול לומר לחבר שקרא לו בכינוי מעליב. השתמשו בשלושה חלקים: מה עשיתי, מה הבנתי, מה אעשה מעכשיו.

תשובה אפשרית: "סליחה שקראתי לך בכינוי בהפסקה (מה עשיתי). הבנתי שזה העליב אותך ופגע בך (מה הבנתי). מעכשיו אקרא לך רק בשם שלך (מה אעשה)."

11 ציירו "לב שבור" ועליו כתבו שלוש מילים פוגעות שכדאי להימנע מהן; לידו ציירו "לב מאוחד" ועליו שלוש מילים שמרפאות.

תשובה אפשרית: שני לבבות: על השבור מילים פוגעות (למשל "טיפש", "לך מפה", "אף אחד לא רוצה אותך"); על המאוחד מילים מרפאות (למשל "סליחה", "בוא איתנו", "אני איתך").

12 מה אתם יכולים לעשות כשאתם רואים שילד אחר נפגע? כתבו שתי דרכים.

תשובה אפשרית: לא להצטרף לצחוק; לתמוך בנפגע ולעמוד לצידו; לומר בשקט "זה לא בסדר"; לספר למורה או ליועצת.

13 אתגר: למה לפעמים קשה לבקש סליחה? הציעו דרך שתעזור לילד שמתבייש לבקש סליחה.

תשובה אפשרית: קשה כי מתביישים, כי חוששים להיראות חלשים או כי לא בטוחים שיסלחו. דרכים: לבקש סליחה בשקט ביחידות, לכתוב פתק, לבקש עזרה ממבוגר, לזכור שסליחה היא סימן לאומץ.