



רגשי

משחק קלפים לפיתוח תקשורת רגשית ואמפתיה לזולת



מטרות המשחק:

1. להעלות את המודעות למגוון הרגשות הקיימים בנו ולתת להם ביטוי
2. להבין כי כל אירוע מעורר קשת רחבה של רגשות
3. לעודד שיח ולהמשיג רגשות
4. לתת למדריך בסיס לשיחות המשך עם החניך לאחר המשחק

מטרת המשחק:

להיפטר מכל הקלפים

גילאים:

רב גילי

מספר משתתפים: 4-6

ערכת הקלפים כוללת:

- 76 קלפים ירוקים – קלפי רגשות
- 56 קלפים אדומים –
- 39 קלפי מצבים
- 9 קלפים מיוחדים (3 החלף קלפים, 3 קח קלף, 3 קלף מתנה)
- 8 קלפי שיתוף

מהלך המשחק:

מסדרים במרכז 2 ערימות של קלפים הפוכים: ערימה ירוקה וערימה אדומה.

מחלקים לכל משתתף 8 קלפים ירוקים (רגשות).

משחקים לפי כיוון השעון. כל שחקן בתורו מרים קלף מהקופה האדומה. בכל תור ההתייחסות היא אל השחקן שהרים את הקלף.

יצא קלף תמונה – המשתתפים (מלבד השחקן עצמו) בוחרים מבין הקלפים שברשותם קלף רגש (ירוק) אחד שלדעתם מעוררת התמונה אצל השחקן שהרים את הקלף. מניחים את הקלף הפוך במרכז. השחקן חושף את הקלפים, בוחר מתוכם רק את אלה המתאימים לרגשותיו ומסביר את בחירתו. בשלב זה המשתתפים מסבירים את בחירתם ומחזירים את הקלפים לתחתית הערימה. מי שהקלפים שלו לא נבחרו על ידי השחקן לוקח קלף רגש (ירוק) חדש מראש הערימה.

יצא קלף שיתוף – השחקן משלים את המשפט שכתוב על הקלף ונפטר מקלף רגש (ירוק) מהקלפים שבידו. במידה ובחר לא לשאת, עליו לקחת קלף ירוק נוסף מהערימה.

יצא קלף מיוחד – פועלים לפי ההנחיות:

- **החלף קלפים** – כל משתתף מעביר את הקלפים שברשותו לשחקן היושב משמאלו.

- קח קלף – משתתף שהרים את הקלף לוקח לידיו קלף נוסף מערימת הקלפים הירוקים (רגשות).
- קלף מתנה – משתתף שהרים את הקלף זכאי להיפטר מאחד הקלפים שברשותו.

קלפי שאלות:

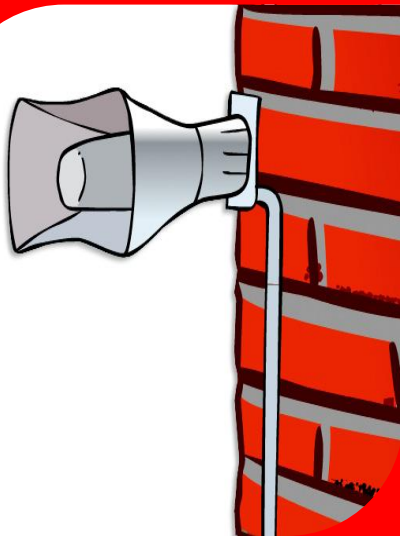
- אני מרגיש שמח כש...
- מכעיס אותי...
- הייתי עצוב כש...
- אני אוהב...
- מלחיץ אותי...
- מדאיג אותי ...
- מרגיע אותי...
- אני שונא ש...
- אני מרגיש מעודד כש...

קלפי מצבים:

אזעקה/ צבע אדום , צפירה של אמבולנס, צלצול בית ספר, מסיבת יום הולדת, תמונה של מורה בכיתה, תמונה של מבחן, גלידה, מיטה עם כרית ושמיכה מפנקת, פיצה, גשם, ים, מקלט, פיצוץ, התקהלות של אנשים, סכין, חדשות בטלוויזיה, ילדים משחקים, תמונת נוף, חיילים, מדריך מקריא סיפור, מבוגר בוכה, פרפר, לילה, כלב, ג'וק, חתול שחור, תחנת אוטובוס, מעלית, תיק, מטוס, רופא, טלפון נייד, שעון, נדנדה, מגרש ספורט, כדורגל, עגלה של תינוק, חדר אוכל, מריבה בין ילדים

קלפי רגשות:

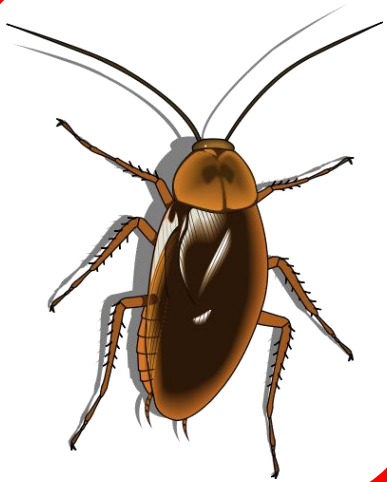
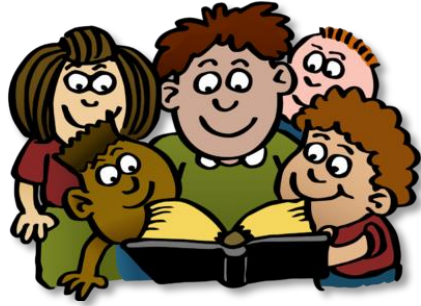
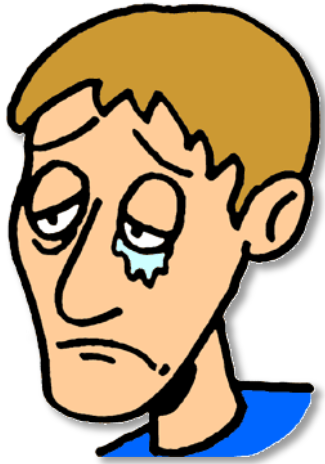
שמחה, עצב, פחד, התרגשות, חשש, כעס, בהלה, חשדנות, אושר, מבוכה, פגיעות, עלבון, תשישות, שנאה, הפתעה, הלם, אכזבה, שביעות רצון, עצבנות, דאגה, כאב, תסכול, אשמה, עומס, דכאון, בלי מצב רוח, בדידות, בושה, געגועים, ייאוש, מרירות, צער, קנאה, רחמים, שעמום, תדהמה, תקווה, מרץ, היסטריה, דכדוך, אהבה, התאהבות, רוגע, סבלנות, גועל, רגישות, מועקה, נחת, נקמה, סבל, סיפוק, סקרנות, עניין, פליאה, קנאה, שמחה לאיד, אדישות, התעלמות, חוסר אמון, מחנק, אי נעימות, חוסר סבלנות, מתיחות, עצבנות, לחץ, אי נוחות, עייפות, תקיעות, חוסר רגישות, שלוה, קלילות, סלחנות, שעשוע, אופטימיות, פסימיות, התלהבות, פיוס, אדישות

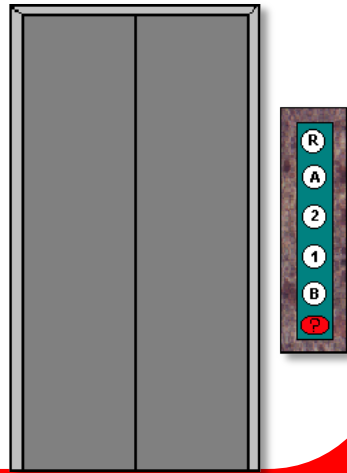


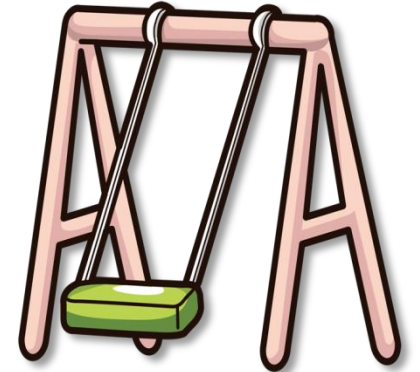
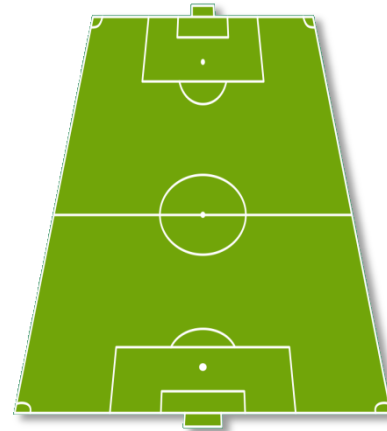
צבע אדום











אני

אוהב



...

הייתי

עצוב



כש...



מכעיס

אותי...

אני מרגיש

שמח



כש...

אני מרגיש

מעודד



כש...



מרגיע

אותי...



מדאיג

אותי...



מלחיץ

אותי...



התרגשות



פחד



עצב



שמחה



חשדנות



בהלה



כעס



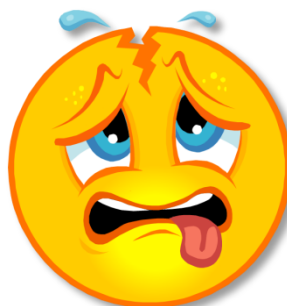
חשש



עלבון



גועל



מבוכה



אושר



הלם



הפתעה



שנאה



תשישות



דאגה



עצבנות



**שביעות
רצון**



אכזבה



אשמה



תסכול



כאב



פגיעות



בדידות



בלי מצב רוח



דכאון



עומס



מרירות



ייאוש



געגועים



בושה



שעמום



רחמים



קנאה



צער



היסטריה



מרץ



תקווה



תדהמה



נחת



מועקה



אהבה



דכדוך



סקרנות



סיפוק



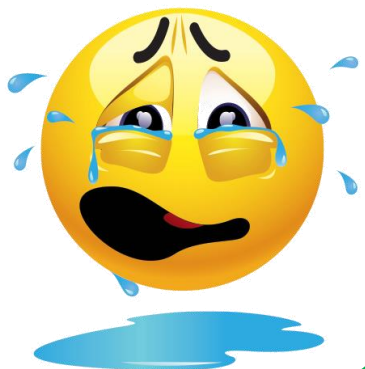
סבל



נקמה



רגישות



שמחה
לאיד



פליאה



עניין



מחנק



חוסר אמון



התעלמות



אדישות



עצבנות



מתיחות



**חוסר
סבלנות**



אי נעימות



תקיעות



עייפות



אי נוחות



לחץ



קלילות



פיוס



שלווה



חוסר
רגישות



פסימיות



אופטימיות



שעשוע



סלחנות



סבלנות



רוגע



התאהבות



התלהבות

