



אזור רגשות

מעובד מתוך תדריך באתר משרד החינוך מנהל חברה ונוער

מטרת הפעילות: לעודד שיח רגשי, פתוח ומקרב.

חומרים: כרטיסיות היגדים (נספח)

סט ההיגדים מתאים לכל שלבי עבודת מועצת החניכים ואפשר להשתמש בו גם כפתיח/סיכום לכל נושא שתבחרו.

רשימת ההיגדים:

1. מרגש אותי...
2. אני מאמין ש...
3. הייתי רוצה ש...
4. אני לא מאמין ש...
5. אני חושש ש...
6. אני מאוכזב מ...
7. טוב ש...
8. אני מבולבל מ...
9. אני סומך על...
10. אני מודאג מ...
11. אני לא מבין...
12. אני מפחד...
13. אני בטוח ש...
14. אני מצפה ל...
15. אני לא בטוח ש...
16. אני מרגיש ש...
17. אני חולם על...

אני
מאמין ש...

מרגש
אותי...

אני לא
מאמין ש...

הייתי
רוצה ש...

**אני
חושש ש...**

**אני
מאוכזב מ...**

**אני מבולבל
מ...**

טוב ש...

אני לא
מבין...

אני
סומך על...

אני מודאג
מ...

אני מפתח...

**אני
מצפה ל...**

**אני
בטוח ש...**

**אני לא
בטוח ש...**

**אני מרגיש
ש...**



אני חולם
על...