מהדורה למורה – מפתח תשובות

מטרות הדף:

- להכיר את שלוש השורות בקיר החוסן: יש לי, אני, אני יכול/ה
- לזהות דוגמאות ללבנים מכל שורה
- לתרגל זיהוי חוזקות ותמיכה דרך סיפורי מקרה

גרסה רגילה – כל הפריטים.

חלק א' – הבנת המודל

1. ב – שלוש
2. ב – אנשים ודברים שתומכים בי
3. ג – דברים שאני יודע/ת לעשות כשקשה
4. ב – להיות בעצמנו לבנה עבורו/ה ולפנות ליועצת
5. ג – נאמני חוסן תלמידים

חלק ב' – נכון או לא נכון

1. לא נכון – כל קיר שונה ואישי
2. לא נכון – חוסן נבנה לאט, לבנה על לבנה
3. נכון – כל אדם תומך הוא לבנה אפשרית בשורה זו
4. נכון – זו יכולת להתמודד עם קושי

חלק ג' – לאיזו שורה שייכת הלבנה?

1 – ה (יש לי)
2 – ג (אני)
3 – ו (אני יכול/ה)
4 – א (יש לי)
5 – ב (אני)
6 – ד (אני יכול/ה)

חלק ד' – השלימו את המשפט

1. שורות
2. לבנה
3. יש לי
4. אני
5. אני יכול/ה

חלק ה' – סיפורי מקרה

1. חסרה לבנה בשורת 'אני' שלא קשורה לכדורסל; אפשר להוסיף חוזקה אחרת שיש לה, כמו תכונה אישית או תחביב
2. חבר/ה חדש/ה בכיתה, או מורה/יועצת שאפשר לפנות אליה
3. לנסות שוב, להתמיד למרות כישלון

חלק ו' – כתיבה אישית

1. תשובה אישית – בודקים שיש לבנה רלוונטית ומתאימה לכל שורה
2. תשובה אישית – בודקים קישור הגיוני בין המצב ללבנה שנבחרה

כרטיס יציאה – מה לחפש

- כל תשובה מתאימה לשורה הנכונה ומבטאת תמיכה, חוזקה או יכולת אמיתית של התלמיד/ה

טיפים להפעלה:

- אפשר לפתוח בשאלה 'מה מחזיק אתכם השבוע' לפני המעבר למודל
- חשוב להדגיש שאין קיר נכון אחד וכל קיר אישי ושונה
- בסיום הפעילות להזכיר שתמיד אפשר לפנות ליועצת או לנאמני החוסן

דף תרגול: קיר החוסן

דף התלמיד/ה רגיל

שם: _____ **כיתה:** _____ **תאריך:** _____

קיר החוסן בנוי משלוש שורות של לבנים: יש לי, אני, ואני יכול/ה. כל לבנה היא משהו שמחזק אותנו, וכל אחד ואחת בונים קיר שונה משלהם.

1 חלק א' – הבנת המודל

הקיפו את התשובה הנכונה.

1. כמה שורות יש בקיר החוסן?

א) שתיים ב) שלוש ג) ארבע ד) חמש

2. מה כוללת שורת 'יש לי'?

א) החוזקות שלי ב) אנשים ודברים שתומכים בי ג) מה שאני יודע/ת לעשות כשקשה

ד) מבחנים שעברתי

3. מה כוללת שורת 'אני יכול/ה'?

א) אנשים שתומכים בי ב) תכונות שלי ג) דברים שאני יודע/ת לעשות כשקשה

ד) משחקים שאני אוהב/ת

4. אם מישהו/י מרגיש/ה שאין לו/ה אף לבנה ב'יש לי', מה אפשר לעשות?

א) להתעלם מזה ב) להיות בעצמנו לבנה עבורו/ה ולפנות ליועצת ג) לומר שזה לא נכון

ד) לחכות שזה יעבור לבד

5. מי יכול להעביר את פעילות קיר החוסן לחברים בכיתה?

א) רק מורים ב) רק יועצת ג) נאמני חוסן תלמידים ד) רק הורים

2 חלק ב' – נכון או לא נכון

סמנו ✔ נכון או ✘ לא נכון.

#	משפט	✔ נכון	✘ לא נכון
1	יש קיר חוסן אחד נכון שמתאים לכולם	☐	☐
2	חוסן נבנה בבת אחת ולא לאט לאט	☐	☐
3	מורה שאכפת לו/ה יכול/ה להיות לבנה בשורת 'יש לי'	☐	☐
4	לבקש עזרה הוא דוגמה ללבנה בשורת 'אני יכול/ה'	☐	☐

3 חלק ג' – לאיזו שורה שייכת הלבנה?

התאימו: כתבו ליד כל מספר את האות המתאימה מהעמודה השמאלית.

1. משפחה שאוהבת אותי	___	**א.** יש לי

2. מתמיד/ה	____	**ב.** אני
3. לפתור בעיה	____	**ג.** אני
4. יועצת שאפשר לפנות אליה	____	**ד.** אני יכול/ה
5. מצחיק/ה	____	**ה.** יש לי
6. להירגע בעש״ן ד״ק	____	**ו.** אני יכול/ה

4 חלק ד׳ – השלימו את המשפט

השלימו את המילה החסרה.

1. קיר החוסן בנוי משלוש _____ של לבנים

2. כל _____ היא משהו שמחזק אותנו

3. שורת _____ כוללת את האנשים שתומכים בי

4. שורת _____ כוללת את החוזקות שלי

5. שורת _____ כוללת דברים שאני יודע/ת לעשות כשקשה

5 חלק ה׳ – סיפורי מקרה

ענו בקצרה.

1. יעל נפצעה ולא תוכל לשחק כדורסל חודשיים. איזו לבנה חסרה לה עכשיו, ואיזו לבנה אפשר להוסיף לה?

2. עידו עלה לחטיבה ואין לו חברים בכיתה החדשה. איזו לבנה בשורת 'יש לי' אפשר לעזור לו לבנות?

3. נטע וקבוצתה עבדו חודש על פרויקט ולא זכו. איזו לבנה בשורת 'אני יכול/ה' אפשר להזכיר לה?

6 חלק ו׳ – כתיבה אישית

כתבו תשובה מלאה במשפטים שלמים.

1. כתבו לבנה אחת מכל שורה בקיר החוסן שלכם: יש לי, אני, אני יכול/ה

2. תארו מצב קשה שחוויתם, ואיזו לבנה עזרה לכם להתמודד איתו

כרטיס יציאה

כתבו לבנה אחת ב'יש לי'

כתבו לבנה אחת ב'אני'

כתבו לבנה אחת ב'אני יכול/ה'

איך הרגשתי בשיעור? ☹ 😐 🙂 😀