# 🎈 בשליטתי או לא בשליטתי? – משחק מיון

🌿 חוסן, לחץ ותמיכה הדדית · מסלול: תיכון · חנ"מ · יצרה: רוית ראש בן ישי

## 📘 מהדורת המורה – עם תשובות

✏️ מיינו את המילים ממאגר המילים לטבלה, לפי הקטגוריות.

**מאגר מילים:** איך אני מגיב/ה לביקורת · מאיפה אני צורך/ת חדשות · למי אני פונה כשקשה · הגבולות שאני מציב/ה · ההרגלים היומיים שלי · איך אני מדבר/ת אל עצמי · מצב ביטחוני · תוצאות הבחירות

| ✋ בשליטתי | 🎈 לא בשליטתי |
|---|---|
| איך אני מגיב/ה לביקורת | מצב ביטחוני |
| מאיפה אני צורך/ת חדשות | תוצאות הבחירות |
| למי אני פונה כשקשה | |
| הגבולות שאני מציב/ה | |
| ההרגלים היומיים שלי | |
| איך אני מדבר/ת אל עצמי | |

### ✍️ אתגר: בחרו דאגה אחת "לא בשליטתי" – מה החלק הקטן בה שכן בשליטתכם?

💡 תשובה אישית; בדקו נימוק ודוגמה.

# 🎈 בשליטתי או לא בשליטתי? – משחק מיון

🌿 חוסן, לחץ ותמיכה הדדית · מסלול: תיכון · חנ"מ · יצרה: רוית ראש בן ישי

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

✏️ מיינו את המילים ממאגר המילים לטבלה, לפי הקטגוריות.

**מאגר מילים:** איך אני מגיב/ה לביקורת · מאיפה אני צורך/ת חדשות · למי אני פונה כשקשה · הגבולות שאני מציב/ה · ההרגלים היומיים שלי · איך אני מדבר/ת אל עצמי · מצב ביטחוני · תוצאות הבחירות

| ✋ בשליטתי | 🎈 לא בשליטתי |
|---|---|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

**✍️ אתגר: בחרו דאגה אחת "לא בשליטתי" – מה החלק הקטן בה שכן בשליטתכם?**

_____

_____