



משרד החינוך

# مَنْظُومَةُ الْبَيْتِ الْقُطْرِيَّةِ

# خَلِيْطٌ مِّنَ الْمَشَاعِرِ

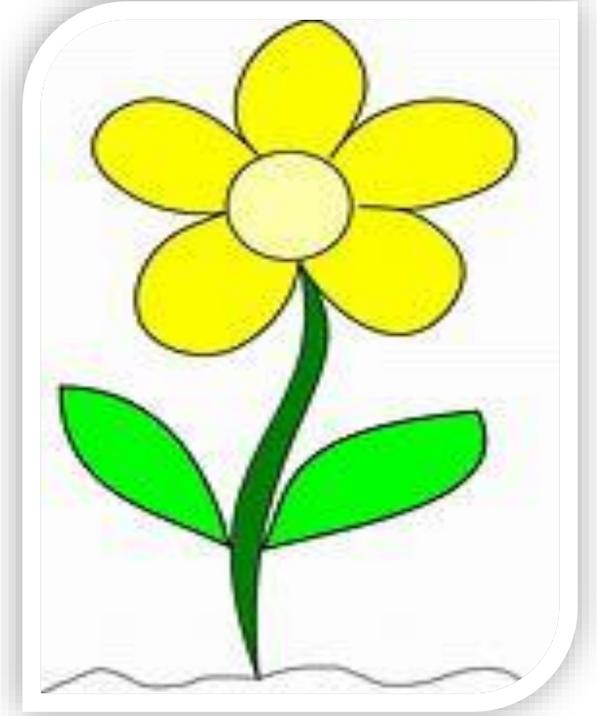
مَعَ الْمُسْتَشَارَةِ التَّرْبَوِيَّةِ مَهَا سَعِيدِ

# عَمَّا سَنَتَحَدَّثُ الْيَوْمَ؟



- كيف نَتَعَامَلُ مع مشاعرنا المختلفة وردود فعلنا؟
- لدينا خليط مُمَيِّز من المشاعر، يظهر أحياناً في وقتٍ واحد.
- مشاعرنا المُختلفة كُلُّها مُهمّة.

هِيَ تَنْفَسُ مَعًا...

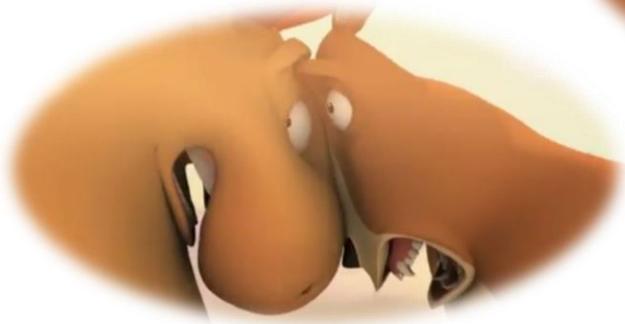


# فيلم اثنان على الجسر

<https://www.youtube.com/watch?v=7ZpVXe7gD4Q>

# مزيجٌ من المشاعرِ المختلفةِ في وَقْتِ واحدٍ

تعالوا نرسمُ على وجوهنا تعابيرَ مُختلفة  
بماذا يشعر الدُّب؟ أيّ تعابير نرى على وجهه؟  
بماذا يشعر الغزال؟ أيّ تعابير نرى على وجهه؟  
بماذا يشعر الدُّب الصغير؟  
بماذا يشعر الأرنب؟  
هل شعرتُم مرّةً بمثل هذه المشاعر؟



# أحاسيسُ مختلفة



الدُّبُّ والغزاةُ لم يَجِدَا الحِلَّ!

# تَعَلَّمْنَا مِنَ الْفِيلِمِ...



هنالك بعضُ المواقف تجعلنا نشعرُ بمشاعر مختلفة، مثل: القلق  
والبلبلة...  
من المهمَّ أن نعرفَ ما الَّذي يساعدنا على مواجهة هذه  
المشاعر.

# كيف نُواجهُ هذه المشاعر؟



# وصلنا إلى نهاية لقائنا...



■ ماذا تعلّمنا؟

■ لدينا خليطٌ مِنَ المشاعر

■ اكتسبنا العديدَ من الوسائل التي تساعدنا في السيطرة على رُدود فعلنا

# مع نهاية اللِّقاء تعالوا نستمع معًا لأغنيَّة «قلبي غابة»

<https://www.youtube.com/watch?v=THi7INQQTww>



# شُكْرًا لِكُلِّ مَنْ سَاهَمَ فِي هَذَا الْعَمَلِ

• إعداد وتحضير: أورانيت اسيف روي – مستشارة تربوية

نتي رويتمان واورن – مستشارة تربوية

• ترجمة: مها سعيد – مستشارة تربوية





دولة إسرائيل  
وزارة التربية والتعليم

## استخدام الأعمال الفنيّة والأدبيّة المحميّة بحقوق النّشر وتحديد أصحابها

تمّ استخدام الأعمال خلال هذا الببّ بموجب البند 27أ من قانون حُقوق المُلكيّة الفكرية للعام 2007. إن كُنْتَ صاحبَ الحُقوقِ على إحدى الموادّ التي جرى استخدامها يمكنك أن تطلبَ منّا التّوقّفَ عن استخدامها، وذلك بالكتابة إلى العنوان التالي: [rights@education.gov.il](mailto:rights@education.gov.il)