



מפת גבולות לבית שלנו

דף עבודה להדפסה, המטרייה המשפחתית

1. שלושה גבולות לחדד השבוע

גבול 1: _____
מה קורה אם חוצים אותו: _____

גבול 2: _____
מה קורה אם חוצים אותו: _____

גבול 3: _____
מה קורה אם חוצים אותו: _____

2. משפט גבול בלי צעקה

תבנית: "אני רואה/ת ש____. הגבול שלנו הוא _____. אם _____, אז _____".

המשפט שלי: _____

3. רגעים שהצלחתי להישאר רגוע/ה

יום א': _____ ☐

יום ב': _____ ☐

יום ג': _____ ☐

יום ד': _____ ☐

יום ה': _____ ☐

גבול עקבי אחד שווה יותר מעשר תזכורות בצעקה.