



# חֻבֶּרֶת הַחֶסֶן שְׁלִי

שְׁמִי: \_\_\_\_\_

The Israel Center  
for the Treatment of  
Psychotrauma

המרכז הישראלי  
לטיפול  
במסיכוראומה

טל: 02-6449666  
www.traumaweb.org

רחוב סומסום 123  
شارع سمسم



© 2010 כל הזכויות שמורות ל Sesame Workshop

SESAME STREET

סימני המסחר וזכויות העיצוב הינם כבעלות ובהרשאת © Sesame Street "רחוב סומסום" מ, הדמויות הנלוות, זכויות היוצרים





קוֹרְאִים לִי

אֲנִי בַת

אֲנִי גֵרָה ב

אֲנִי לוֹמֵדֶת בְּכֵתָה

מִשֶּׁהוּ מְעַנֵּין עָלַי:



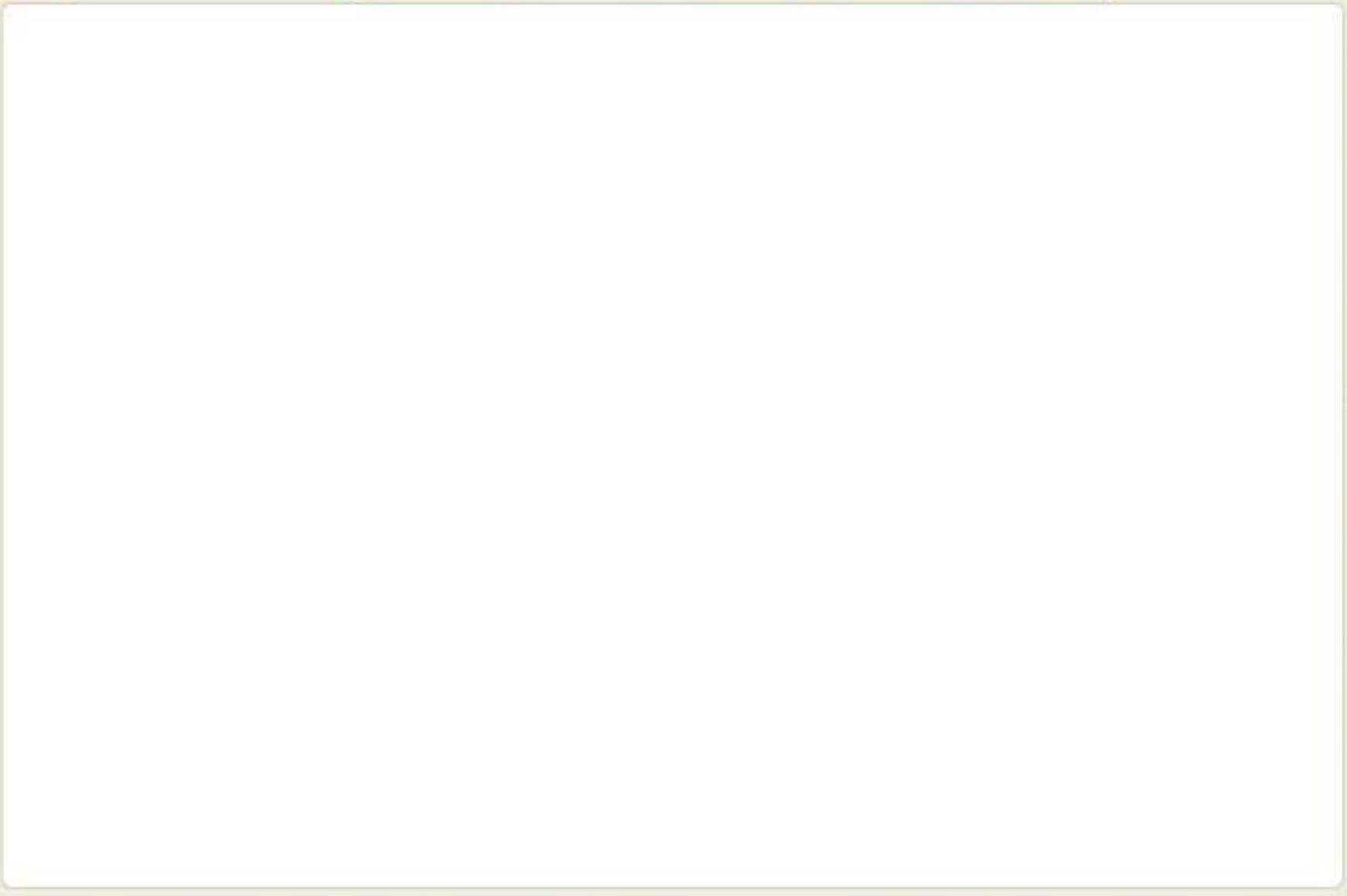
### שְׁלוֹם יְלָדִים!

יְלָדִים מְרֻנְשִׁים הֵרְבֵה רְנִישוֹת - חֶלְקִים נְעִימִים וְחֶלְקִים נְעִימִים פְּחוֹת.  
 הַחוּבֵרֶת הַזֶּה הִיא לְגַמְרֵי שֶׁלְךָ.

אֶת יְכוּלָה לְשָׁמֵר אוֹתָהּ לְעֶצְמְךָ אוֹ לְשִׁתְךָ בְּה אַחֲרִים.  
 אֶפְשָׁר לְכַתֵּב בְּה הֵרְבֵה אוֹ מְעַט, לְצִיר בְּה, וְאוּלַי אֶפְלוּ  
 לְהוֹסִיף דְּבָרִים מִשְׁלֶךְ... לְהַנְאֹתְךָ!

# ציורי את עצמך...

רחוב סומסום  
شارع سمسم







# כְּשֶׁאַנִי שְׂמֵחָה ...

123  
רחוב סומסום  
شارع سمسم



A large, empty white rectangular area intended for drawing or writing.



# כְּשֶׁאֲנִי שֶׁמְחָה ...

123  
רחוב סומסום  
شارع سمسم



כְּשֶׁאֲנִי שֶׁמְחָה -  
מָה רוֹאִים עָלַי?

---

---

---

---

---

---

---

---

דְּבָרִים שְׂגוֹרְמִים לִי שֶׁמְחָה  
אוֹ הַתְּרַגְּשׁוֹת:

---

---

---

---

כְּשֶׁאֲנִי שֶׁמְחָה אֲנִי אוֹהֶבֶת:

---

---

---

---

כְּשֶׁאֲנִי שֶׁמְחָה - מָה קוֹרָה בְּגוֹךְ שְׁלִי?

---

---

---

---

---

---

---

---





# כְּשֶׁאַנִי מְפַחֵדָת ...

123  
רחוב סומסום  
شارع سمسم





# כְּשֶׁאֲנִי מִפְחַדָּת ...

123  
רחוב סומסום  
شارع سمسم

כְּשֶׁאֲנִי מִפְחַדָּת - מָה עוֹזֵר לִי?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

דְּבָרִים שְׂגוֹרְמִים לִי לִפְחַד:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

כְּשֶׁאֲנִי מִפְחַדָּת אֲנִי אוֹהֶבֶת:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---



כְּשֶׁאֲנִי מִפְחַדָּת - מָה קוֹרָה בְּגוֹךְ שְׁלִי?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





# כְּשֶׁאֲנִי עֵצוּבָה...

129  
רחוב סומסום  
شارع سمسم







# כְּשֶׁאֲנִי עֵצוּבָה...

123  
רחוב סומסום  
شارع سمسم

יודעים שאני עצובה כשאני:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

דברים שגורמים לי להרגיש עצב:

---

---

---

---

---

---

---

---

כשאני עצובה אני אוהבת:

---

---

---

---

---

---

---

---

כשאני עצובה - מה קורה בגוף שלי?



---

---

---

---

---

---

---

---





# מתחיי קו בין הרגש לפרצוף המתאים בְּעִינֵיךְ:

123  
רחוב סומסום  
شارع سمسم











מתחי קו מהרגש למקום בגוף שבו  
את מרגישה את הרגש הזה:

123  
רחוב סומסום  
شارع سمسم



פחד



עצב



שמחה



אהבה



כעס



# מה עוזר לי להרגיע את עצמי?



צירי עגול מסביב למה  
שעוזר לך להרגיע:



לדבר עם אבא  
או עם אבא שלי



לשחק עם חברים



לקרא ספר



מוזיקה

צירי את מה שעוזר לך:

A large, empty white rectangular area intended for the child to draw or write their answer to the question.





ציורי מקום מיוחד שבו את מרגישה שמחה ובטחה

רחוב סומסום  
شارع سمسم

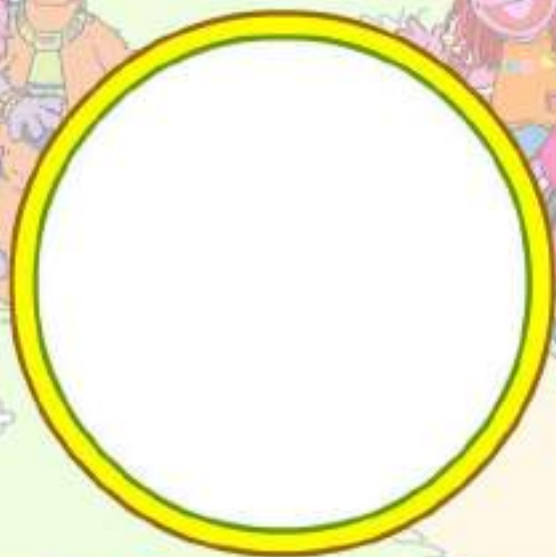
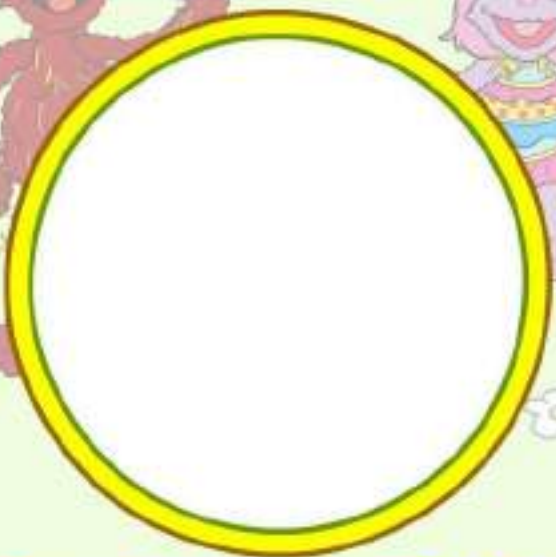




# מי ומה עוזרים לי?

רחוב סומסום  
شارع سمسم

צירו או כתבו בעגולים אנשים או דברים שעוזרים לכם!



אני



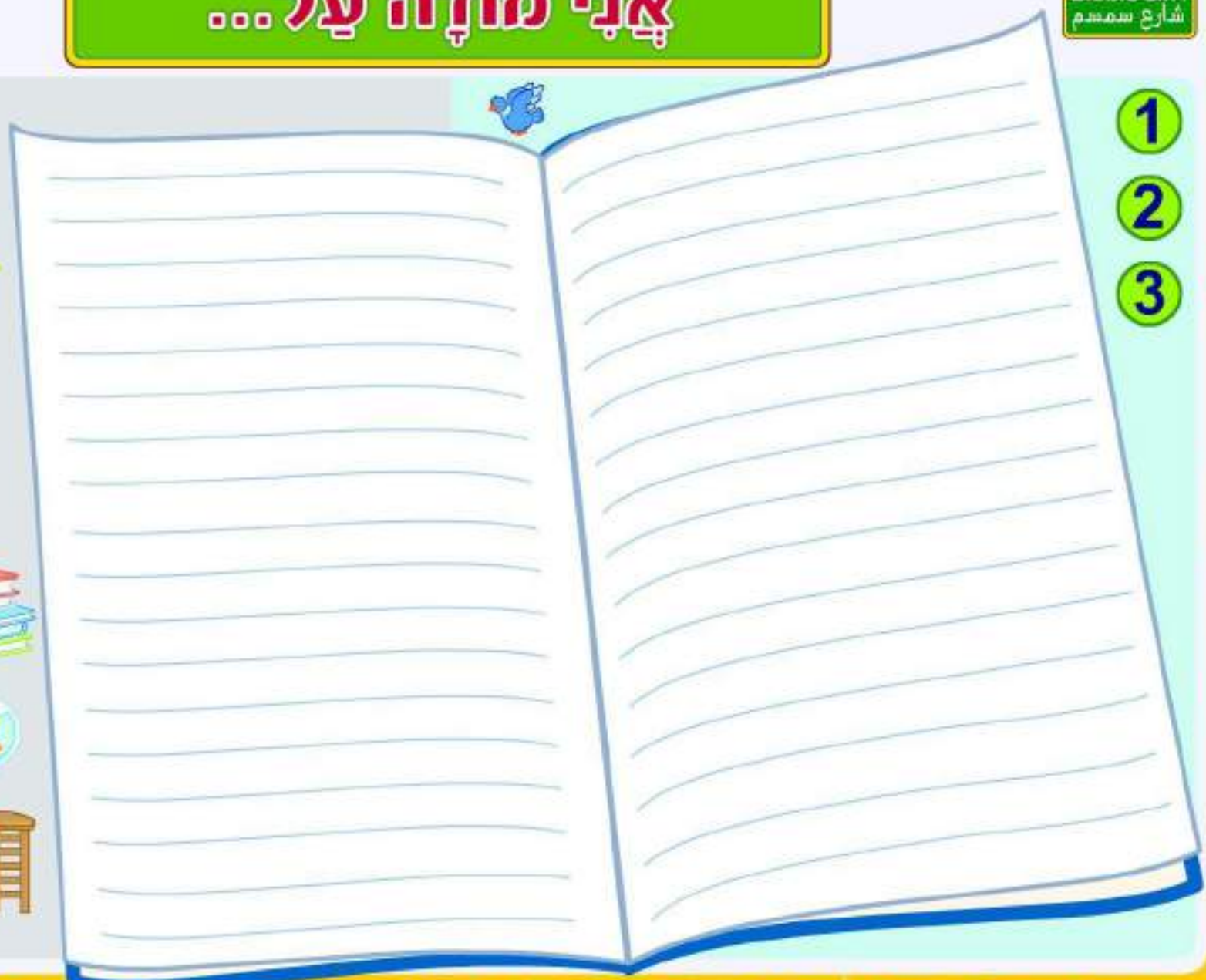
# אַני מוֹדָה עַל...

רחוב סומסום  
شارع سمسم

1

2

3





# אני מקווה ש...

למה אתה מקווה?

Lined writing area for the student's response.





