

מד רגש הקנאה

רשמו עם הילדים מצבים הגורמים להם לקנא

דרגו אותם מ- 1-10.

1-הכי פחות מקנא/ת

5- מקנא/ת

10- מקנא/ת מאוד

צבעו את מד הרגש בגווני הרמזור

ירוק – הכי פחות מקנא/ת

כתום- מקנא/ת

אדום- מקנא/ת מאוד

מטרת מד הרגש להעלות למודעות

של הילדים את המצבים השונים בהם חשים קנאה.

בעזרת המד ניתן לכתח שיח רגשי

ולאכשר שינוי התנהגותי הבא לידי ביטוי בעקבות הרגש.

