

נספח מס' 27: לדבר בשם עצמי

הפכו את המשפטים הבאים למשפטים שבהם אתם מתארים איך אתם מרגישים.

1. לדוגמה: דניאל אתה ממש מעצבן, במשך כל המבחן עשית קולות מעצבנים.

דניאל מאוד חשוב לי להצליח במבחנים, יש לי קושי להתרכז כאשר יש רעשים במבחן, לכן אני מבקשת ממך לא לעשות קולות בזמן מבחן. תודה.

2. דנה אומרת לחברתה: "זה ממש לא יפה מצידך שלא התקשרת אליי למסור לי מהם שיעורי הבית ביום שהייתי חולה".

3. יוסי אומר לאימו: "אמא תפסיקי להרעיש, את מפריעה לי להכין שיעורי בית".

4. חן אומרת למורתה: "זה לא בסדר שנתת לנו כל כך הרבה שיעורי בית לחופש".
