

סליקה

כְּשֶׁהַלֵּב מוֹכֵן לְתִקְוָה וּלְהַתְחִיל
מִחֲדָשׁ



מַהִי סְלִיחָה?

סְלִיחָה היא בְּחִיכָה לְנִסּוֹת לְהִשְׁקִיט אֶת
הַכֶּעַס וְלִפְתּוֹחַ פֶּתַח לְהִתְחַלָּה חֲדָשָׁה.

• אֲפָשָׁר לִסְלַח וְעַדִּין לִסְפֹּר לְמַבְגֵּר אִם
מִשְׁהוּ לֹא נָעִים.





למה חשוב לומר

"סליחה"?

כשאנו אומרים סליחה, אנו מראים
ששמנו לב שמישהו נפגע.

- המלה חשובה

- והמעשה שאחריה חשוב לא פחות



איך מבקשים סליחה?

• 1. עוצרים ונושמים

• 2. אומרים מה קרה

• 3. אומרים: סליחה

• 4. שואלים: איך אפשר לתקן?

• 5. נותנים זמן לצד השני



לסלם לחבר או לחברה

אפשר להקשיב, לספר מה הרגשנו
ולראות אם החבר מנסה לתקן.

- לא תגיבים לסלם מיד

- מתר לבקש עוד זמן



מה הסליחה עושה

ללב?

היא יכולה להקל על הלב, לפנות מקום לשקט ולחזק את הקשר.

- סליחה לא מוחקת את מה שקרה

- היא עוזרת לנו להמשיך בדרכי טובה יותר



בבית: בין אחים

הפלתי את מגדל הקביות של אחי
בטעות.

• אמר: סליחה

• אָעזר לָבנות אותו מחדש



בהפסקה: בין חברים

בעטתי בכדור והוא התרחק מהמשחק.

• אמר: סליחה, זה הָיָה בטעות

• אביא את הכדור ונמשיך יחד



עם ההורים

שפכתי מים ולא אמרתי מיד.

• אמר את האמת

• אבקש סליחה ואעזר לנגב



זמן של סליחה

בימי הסליחות ויום הכפורים אנו
עוֹצְרִים לְהִגֵּעַ וְחוֹשְׁבִים:

• ממי אני רוצה לבקש סליחה?

• למי אני רוצה לפתח פתח חדש?

• מה אני יכול לתקן?



מעגל סליחה

העבירו לב מיד ליד. מי שרוצה ישלים
משפט אחד:

• פעם בקשתי סליחה ו...

• כש מבקשים ממני סליחה, עוזר לי...

• השבוע אני רוצה לתקן...