

«צביטה בלב»: רגישות למצבי פגיעה בין חברים ותיקון

דף סיכום: לזחות פגיעה בין חברים, לבקש סליחה אמיתית ולתמוך בנפגע

סוגי פגיעה

סוג	דוגמה
במילים	בינוי מעליב, לעג
במעשה	דחיפה, חטיפת חפץ
בהתעלמות	לא עונים, לא מזמינים, מרחיקים

לשים לב לסימנים

1. חבר משתתק או מתרחק פתאום.
2. הפנים נופלות או העיניים דומעות.
3. שואלים: «נראה שמשהו הציק לך, רוצה לספר?»

איך מאחים לב שבור?

סליחה אמיתית בנויה משלושה חלקים, ואחריה מעשה של תיקון.

דוגמה:
«סליחה שחיקיתי אותך (מה עשיתי). הבנתי שזה הביך אותך (מה הבנתי). זה לא יקרה שוב (מה אעשה).»

נפגעתי? ראיתי פגיעה?

1. נפגעתי: «מסר אני» – אני מרגיש... כש... ואני מבקש...
2. ראיתי: לא מצטרפים לצחוק ועומדים לצד הנפגע.
3. מספרים למורה או ליועצת.

זכרו! פגעתי? עוצרים, מודים, מבקשים סליחה אמיתית ומתקנים. נפגעתי? אומרים «מסר אני» או פונים למבוגר. ראיתי פגיעה? תומכים בנפגע ומספרים למבוגר.

דוגמה פתורה: ילדים מתלחשים וצוחקים כשנועם עובר. מה עושה ילד עם לב זהב?

1. מזהה שזו פגיעה בצחוק ובהרחקה.
2. לא מצטרף, ואומר בשקט: «די, זה לא נעים».
3. ניגש לנועם, מזמין אותו להצטרף, ואם זה חוזר – מספר למורה.

התשובה: לא מצטרף לצחוק, תומך בנועם ומספר למבוגר אם הפגיעה חוזרת.

בודקים את עצמנו – השלימו: ✓

א. התעלמות מכוונת היא סוג של _____ .
ב. סליחה אמיתית כוללת: מה עשיתי, מה _____ ומה אעשה.
ג. ילד עם «לב זהב» לא _____ לצחוק על חבר.

תשובות לבדיקה עצמית: א. פגיעה • ב. הבנתי • ג. מצטרף