

פרק א'

דחייה: סיבה ומרפא

דחייה זו ההפך מקבלה. היא יוצרת תחושה של לא רצוי, יוצא דופן, חסר ערך, לא שייך, מביט מבחוץ פנימה ולא יודע כיצד להשתלב; מדובר על חוויה פנימית ותחושה פנימית. אינספור אנשים חיים בתחושה הזאת, וללא ספק, רבים יוכלו לזהות את מקור הבעייה שלהם דרך השיעור הזה.

מהם שני השלבים הנדרשים על מנת להתגבר על בעיית הדחייה?

1.
2.

מהן שתי התוצאות החיצוניות של דחייה?

1.
2.

מהי התוצאה הפנימית של דחייה?

.....

מהו הקושי העיקרי באיבחון והגדרת פצעים ברוחנו?

.....
.....

מהו אחד הגורמים השכיחים ביותר לפצעים ברוחנו?

.....
.....

ציין/ני שלושה גורמים שכיחים לדחייה בחיינו.

1.
2.
3.

אילו שלושה גורמים עיקריים גורמים לפצע של דחייה מצד ההורים?

1.
2.
3.

מראי מקום רלוונטיים:

אל תיראי כי לא תבושי ואל תכלמי כי לא תחפירי; כי בשת עלומיך תשכחי וחרפת אלמנותיך לא תזכרי עוד. כי בעליך עשיך, יהוה צבאות שמו; וגאלך קדוש ישראל, אלהי כל הארץ יקרא. (ישעיהו נד, 4-5)

רוח איש יכלכל מחלהו ורוח נכאה (רוח פצועה) מי ישאנה. (משלי יח, 14)

לב שמח ייטב פנים ובעצבת לב רוח נכאה. (משלי טו, 13)