

גליון מס' 13 מנכ"ל: מאיר. ש. עשור, רכז ועדה רוחנית: הרב חנוך חן גלזמן שליט"א

עורך: ד"ר עמי שקד, מפיקה: ריקי בן זיו

כתובת המערכת: "איגוד ינ"ר" - הקדש עולם שע"י ביה"ד להקדשות י-ם
ת.ד. 16130 ירושלים מיקוד 91161 טל: 02-6412970 פקס: 02-6422432

Email: igud@ynr.org.il www.ynr.org.il

שרותי גרפיקה והדפסה: דפוס עמירם מרכז שטרנ 2 גבעת שאול ירושלים טלפון: 02-6525850

בנין הבית

מאת: הרה"ג ראובן אלבז שליט"א
ראש מוסדות "אור החיים"
ורב שכונת בית ישראל י-ם ת"ז

בעיני שמשון ואמר אותה קח לי היא ישרה בעיני. ידמה כי חשק בה ליופייה וכן באחרות אשר חשק ולקח לתאוותו אליהן". למרות שכונתו הראשונה של שמשון היתה לטובה "שהיתה רצון הקב"ה כמו שכתוב כי מה' היתה כי תואנה הוא מבקש מפלשתים, נראה לי בתחילה היתה כוונתו לטובה לבקש תואנה מפלשתים ואח"כ גברה עליו התאוה בראותו אותה וישרה בעיניו והפסיד את כוונתו האלוהית בכונתו הגופנית אשר התערבה בה" וגו' (רד"ק על שופטים י"ג ד' ד"ה ואל תשתי יין שכו). בעניין זה עיין עוד בתוספתא מסכת סוטה פרק ג' ד"ה ישרה בעיניו וגו'. גם במקור זה מסבירים רבותינו כי שמשון הלך אחר מראה עיניים, מבלי שהתייחס לפנימיות שהיא עיקרית ומהותית יותר.

אנו מביאים דברים אלה בהשאלה על מנת ללמוד מהם שקשר נישואין המבוסס על הסתכלות חיצונית, מראה עיניים בלבד, מבלי שיהיו בו מרכיבים עמוקים של פנימיות, רוחניות, וקשר המתבסס על התאמה אישיותית סופו להתפרק. אף על פי שבתחילת הקשר קיימת התרקות של אהבה בין בני הזוג, אין היא מאריכה ימים, מאחר והיא מבוססת על גורמים שטחיים. לעומת זאת אדם שנושא אשה מתוך הסתכלות והתבוננות עמוקה בנושאים פנימיים, אדם כזה נאמר עליו שהוא נזקק לשנה אחת על מנת לפתח אהבה וידידות. עם השנים, אהבה שמתפתחת גם ובעיקר על בסיס של התאמה פנימית, רגשית ורוחנית, תלך ותפתח ותעצים מעלה מעלה. עם השנים שני בני הזוג ישכילו לראות מעלות ומידות טובות שיש לכ"א מהם, שקודם לכן לא ראו, וההתקשרות הרגשית ביניהם תלך ותתהדק מתוך אהבה פנימית של חיבור בין שתי נשמות. התכלית היא איפוא, שבני הזוג ילמדו להכיר זה את זה מתוך השתדלות להשתלב אחד עם טבעו ומהותו הרגשית של השני תוך שהם לומדים לפתור בעיות ומתחים שמתעוררים ביניהם.

בחור הנושא אשה צריך לשלב את עצמו עם חייה של בת זוגו. עליו ללמוד ולהכיר מהם הדברים שעלולים להיות בעייתיים על מנת לדעת איך להמנע מהם ובעת הצורך איך לפתור אותם לשביעות רצון. בודאי ובודאי שצריך אדם להזהר לא לפגוע באשתו ולא לגרום לה לסבול שהרי היא עיקר הבית.

נאמר בדברים כ"ד פסוק ה' "כי יקח איש אשה חדשה... נקי יהיה לביתו שנה אחת ושמוח את אשתו אשר לקח". אם צווי זה נועד לאפשר לבני הזוג הסתגלות הדדית, יתכן ומספיקה לכאורה תקופה קצרה יותר של הסתגלות? ספר החינוך מסביר שבני הזוג נזקקים לשנת ה"נקי יהיה לביתו" מאחר וברית הנישואין מחברת בין שני אנשים שונים, כשכל אחד מהם אישיות שונה ומערך גנטי שונה, והיסטוריה אישית ומשפחתית שונה. לא רק ששני בני הזוג, הבעל והאשה שונים הם, הרי שכל אחד מהם מהווה ישות שונה לגמרי. לכל אחד מהם יש הסתכלות שונה על העולם, אפיוני חשיבה ותפיסה שונים וכדומה. על מנת שכל אחד מהם יגיע לכלל הבנה של האחר, עולמו המיוחד ורגשותיו, ועל מנת שיפתחו יכולת להגיע להסכמה, צריך שיעברו יחד את תקופת ההסתגלות שנמשכת לפחות שנה אחת. וכדי שתשרור ביניהם אהבה ורעות ואחדות שלמה, יש צורך בזמן שיאפשר התפתחות זו. כמובן שגם אחרי שהשלימו את שנת ההסתגלות הראשונה, ימשיכו השניים לטפח ולפתח מעלה מעלה את קשר הנישואין שלהם על מנת לעצבו וליצבו בבחינת בנין עדי עד. זהו עיקר מצוות התורה של "ושמוח את אשתו" הסוללת דרך לבנייתו של תא הנישואין והמשפחה היהודי.

ספר שופטים (פרק י"ד) מתאר את ירידתו של שמשון תמנתה, שם ראה אשה נוכריה שרצה לקחתה לו לאשה. להוריו חרה הדבר שנאמר "ויאמר לו אביו ואמו האין בבנות אחיך ובכל עמי אשה כי אתה הולך לקחת אשה מפלשתים הערלים". על כך עונה אותם שמשון לאמר "אותה קח לי כי היא ישרה בעיני".

רבינו בחיי (על שמות פרק ט"ו פסוק א') כותב "שמשון במה שנתגאה בו נפרע ממנו. נתגאה בעיניו שנאמר אותה קח לי כי היא ישרה בעיני, נפרע ממנו בעיניו שנאמר ויאחזוהו פלשתים וינקרו את עיניו". שמשון הלך אחר עיניו מתוך הסתכלות על גורמים חיצוניים (למרות שפרשו שראה ברוח הקודש שצריך לקחתה לו לאשה) שהם אינם בהכרח הדברים המהותיים שאדם צריך למצוא בבת זוגו, באשתו העתידית.

הרד"ק אף הוא מתייחס לעניין המשיכה אחר מראה העיניים, החיצוניות השטחיות. בהסבירו את עונש עקירת העיניים של שמשון קובע הרד"ק כי "לפי שאמר ותישר

איך אפשר לנהל תהליך אמירת ביקורת ולסיים בידידות

לכן מוצע שכאשר מעירים לאדם, שלא יגיב כלל אלא יתבונן בפני הדובר, תוך כדי שהוא משדר בשפת גופו למבקר שהוא מקשיב לכל מילה שנאמרת. זאת אפשר לעשות ע"י הנהון בראש, והנחת יד על הפנים בצורה המבטאת הקשבה ואי התעלמות.

לאחר שהמבקר סיים את דברי ביקורתו נכון להמתין עוד מספר שניות, כיוון שפעמים המבקר מתכוון להוסיף עוד כמה מילות ביקורת. (בהקשבה טובה, סביר שאם זו מבקרת היא תסיים את דבריה במילים "אני מקווה שלא פגעתי בך").

ההקשבה בלא הפרעה מועילה כיוון שבביקורת יש יסוד של השתלטות המבקר, ואם נותנים לאדם שנפגע רגשית אפשרות להעיר ולבקר הוא חש טוב בגלל תחושת השליטה המשולבת בביקורתו והרגשת שחרור ממועקת הפגיעה שהוא נפגע.

אם רוצים לפעול בצורה מושלמת יותר, אפשר לנקוט צעד מקדם: לאחר שהמבקר סיים את דברי ביקורתו, נכון לפתוח את דברי התגובה לביקורת במילים הבאות: "תרשה לי לחזור על דברך כדי שאוכל לבחון אם הבנתי אותך נכון". החזרה על דבריו תגביר מאוד את נעימותו של המבקר ותיתן לו תחושה שהבינו אותו, הרגשה שהוא מאוד נצרך לה.

לאחר התנהגות זו, נוצרת ברגשותיו של המבקר פתיחות רבה היוצרת נכונות גם להקשיב לדברי התגובה שיאמרו על ביקורתו. בשלב זה אפשר להסביר את זווית הראיה של המבוקר למקרה הנדון בביקורת, עם סיכוי רב שתשובתו ותגובתו תישמע בקשב סביר, שהרי התלונה שהוזכרה בדברי הביקורת לא נועדה לתקן את המבוקר אלא לשחרר את כעסו ולחציו של המבקר, ואי ההפרעה לדברי הביקורת וההקשבה שיחזרה את המבקר בדרך וצורה הרבה יותר טובה. וחוזר חלילה, בפעם הבאה כשאחד מבני-הזוג ירצה להעיר, הוא לא יבטא את דברי הביקורת בנימת מתח ובפנים כעוסות, כיון שמניסיונו עם בן-זוגו הוא יודע שהביקורת בינו לבין בן-זוגו מסתיימת באווירה ידידותית.

הרקע: נישואין היא מערכת המלכדת שני חצאי נשמה לנשמה אחת. תחושת הערכה מאחדת בין שני אנשים המעריכים זה את זה. ותחושת חוסר הערכה מרחיקה בין שניים. תחושת חוסר הערכה מתקבלת בעיקר בעקבות בקורת שאמר בן-הזוג לזולתו.

יתירה מכך לאחר מספר פעמים שבני-זוג מעירים זה לזה ונכנסים לויכוח, נרשם בזכרוננו של כל אחד מהם, שביקורת פרושה ריב ולכן מיד כשאחד מבני הזוג פותח בביקורת פניו משדרות עוינות וסגירות, כך גם נראה מקבל הביקורת. לעומת זאת, אם ביקורת תסתיים בלא עוינות ירשם בזכרוננו של כל אחד מהם שאפשר לומר, להקשיב ואף לענות לביקורת ולהישאר ידידים. איך מבצעים זאת?

על פי רוב המניע בביקורת הוא עשרה אחוז הרצון לשפר את הזולת, ותשעים אחוז לשקם את הפגיעה שחש המבקר. הרי אם יאמרו לאדם המתכוון לבקר המתן עוד יומיים ואז תאמר את כל אשר על לבך, קיימת סבירות גבוהה שהוא יגיב "אם אמתינו יומיים אז יצא הטעם". אם אמנם הסיבה לביקורת היתה רק הרצון לקדם את המבוקר, הרי שום "טעם" לא יצא אם ימתינו פרק זמן זה.

כיוון שהנחנו שהצורך העיקרי בביקורת הוא לפרוק פגיעה ואולי לפגוע במבוקר, אם המבוקר יעניק למבקר את תחושת הכבוד שהוא נזקק לה, גדול מאוד הסיכוי שהביקורת תסתיים בידידות.

איך עושים זאת?

על פי רוב כשמתעורר ויכוח תוך כדי אמירת הביקורת הרי משך זמן אמירת הביקורת עלול להיות בין חמש דקות לרבע שעה בגלל הויכוחים המתמשכים.

לעומת זאת כאשר מקשיבים לדברי הביקורת ללא הפרעה למבקר, זמן הביקורת יהיה בין חמש שניות לשלוש עשרה שניות. שהרי בדקה אדם רגיל לדבר כ-150 מילים. אם כן בשלוש עשרה שניות יש אפשרות להשמיע כשלושים ושתיים מילים. ויש בכך די כדי שאדם יאמר את המעיק על לבו.

נישואין ומשפחה: התפתחות במעגל החיים של התרחבות המשפחה

הסטטוס (המעמד הרגשי-משפחתי) שלהם מ"סתם" זוג נשוי, לזוג עם מחוייבות נוספת של הורות. תוספת "מעמד" זו משנה גם את הסטטוס שלהם מול משפחות המוצא (ההורים משני הצדדים). שהרי עד להולדת התינוק הראשון, עסקו בני הזוג בגיבושם כיחידת נישואין מופרדת ומובחנת ממשפחות הוריהם. כעת עליהם להסתגל ולפתח סוג חדש של קשר עם הוריהם, שהרי מתבקשת אווירה מחוזקת יותר של משפחתיות וקירבה. שכן ההורים משני הצדדים שהפכו לסבים וסבתות מחפשים קירבה מחודשת עם בני הזוג. שתי מטלות ליבה של ברית הנישואין מקבלות הדגשה והתייחסות מועדפת בשלב זה של התרחבות המשפחה:

א. דאגה הדדית ותשומת לב מיוחדת שעל בני הזוג להפנות זה לזו וזו לזה. נכון שיש להפנות חלק ניכר של דאגה ותשומת לב כלפי התינוק על מנת להכניסו לתוך המרחב הרגשי היוצר משפחה, אך יחד עם זאת ודוקא בשל כך יש גם להדגיש הדגשת יתר את הדאגה, תשומת הלב וההדדיות שבני הזוג מספקים זה לזו.

ב. חיזוק המחוייבות לקשר הנישואין מצד שני בני הזוג במיוחד נוכח התוספת החדשה למשפחה עלול לסמל, או אף לגרום לשחיקה מסוימת במחוייבות הראשונית. מומחים מגדירים זאת בשם "משבר מחוייבות". לפיכך על ההתקשרות הראשונית של האיש והאישה בברית הנישואין להתחזק דוקא במקום ובזמן בהם היא עלולה להשחק ולהפגם. ציפיות מתמשכות מתקופת הזוגיות הבלעדית (שקדמה להבאת תינוק לאויר העולם) שלא עברו אדפטציה הולמת (הסתגלות והתאמה מחודשות) עלולות להעמיד חומה ומחסומים רגשיים בקשר האינטימי בין בני הזוג מטפלים נוכחים לא פעם במצבים בהם בני הזוג "מבוצרים" מבחינה רגשית, כאשר כל אחד מהם חי במעין "מבצר רגשי" וריחוק מן הזוג. הדבר היה נמנע אילו השכילו בני הזוג להבין כי הרחבת המשפחה דורשת הערכות רגשיות מיוחדות, הכנה והסתגלות נאותה. אלה המטפלים נכון (ומסתגלים מחדש) במטלות המחוייבות והדאגה מסוגלים להמשיך ולפתח אווירה של קירבה רגשית ללא תחושת איום על הקשר וללא מחסומים רגשיים. משימות אלה של דאגה ותשומת לב הדדית ומחוייבות לקשר הנישואין דורשות "רענון" והתחדשות מעת לעת, תוך שהן מוגדרות מחדש ומשתנות בהתאם לצורך ולשלב ההתפתחות בו נמצא הזוג. בשלב התרחבות המשפחה, משימות אלה הן בדרגת חשיבות עליונה יותר מכל תקופה אחרת במעגל חיי הנישואין והמשפחה.

זהו חלקה השלישי של סדרת מאמרים העוסקים בהתפתחות תא- הנישואין והמשפחה במעגל החיים. הנחתנו היסודית היא שכשם שהפרט עובר שלבים מוגדרים בהתפתחותו- מינקות לילדות, להתבגרות, לבגרות צעירה ובגרות מאוחרת (זיקנה), כך גם תא- הנישואין והמשפחה עובר שלבים מובחנים של צמיחה והתפתחות. זאת מתוך בנייה מתמדת, התמודדות עם שינויים ומעברי חיים, ותנועה קדימה להשגת מטרות. במאמרים הקודמים לזה, עסקנו בשלבים המוקדמים של התפתחות תא - הנישואין והמשפחה שהם:

א. שלב התנתקות הפרט ממשפחת המוצא לקראת מציאת בת- זוג להתקשרות בברית הנישואין.

ב. יצירת קשר הנישואין בשנה- שנתיים הראשונות להתהוות תא - הזוגיות, היא שנת ה"נקי יהיה לביתו ושמח את אשתו".

במאמר זה נעסוק בשלב השלישי בהתפתחות תא- הנישואין והמשפחה והוא שלב התרחבות המשפחה: הבאת ילדים וגידולם.

לידתו של התינוק הראשון אל תוך תא- הנישואין הנמצא עדיין בשלבי התפתחות ראשוניים, מהווה גורם מרכזי ומשפיע המחייב הערכות נכונה והסתגלות נאותה מצד בני הזוג. השניים שפעלו במשותף לביסוס קשר הנישואין ויצבו, נדרשים לטפל ביצור חדש הדורש תשומת לב והשקעה מרבית והתלוי בהם באופן מוחלט. השמחה וההתרגשות המאפיינים את לידת התינוק הראשון נמהלת עם לא מעט דאגה וחשש. בני הזוג נדרשים לפנות "מקום" במרחב הרגשי שבבית לקליטתו של התינוק. הם צריכים לפנות אנרגיות רגשיות ומאמץ גם כלפי התינוק וזאת ללא שום נסיון מהותי קודם. לא בכדי רבים מרגישים תחושת סטרס (לחץ, דחק) וירידה מסוימת באוירת הביחד וברמת שביעות הרצון מהנישואין. שהרי תשומת הלב והדאגה שהפנו בני הזוג זה כלפי זה נפגמת במידת מה בגין הצורך להפנותם גם כלפי התינוק החדש. בהעדר הכנה ומוודעות לשלב זה בחיי הזוג עלולים הם להרגיש מידה של ריחוק רגשי ואפילו קנאה, תחושה המוכרת בעיקר בקרב הגברים.

כאמור, שלב הרחבת המשפחה מוצא את יחידת הזוגיות בשלביה הראשונים של התפתחות, התארגנות וגיבוש גבולות עם גורמים מחוץ לתא- הנישואין (משפחות ההורים, חברים, עבודה). הולדת התינוק מחייבת מציאת איוון חדש של המערכת הזוגית (איש ואישתו). לדוגמא: בני הזוג, בהופכם להורים, משנים את

תהליך או קסם *

ההבראה הזוגית הינו תהליך של התעלות החיים למדרגה נעלה יותר באופן מהותי ממה שהיה עד עתה. זוג המשקיע במאבקי כוח, במצוקות, בחסר רגשי וחי כך במשך שנים חייב לעבור סדרת חינוך רצינית ועמוקה, כדי להיגאל ערכית ורוחנית.

גאולת מצרים, שהאותות והמופתים היו חלק בלתי נפרד מהופעתה, נזקקה לדרך הארוכה והמפותלת של חינוך איטי ועמוק, ובנית קומה רוחנית חדשה, דרך ארוכה המשולבת בעליות ומורדות, בסיבוכים וקשיים המביאים אף לייאוש מסויים מן הגאולה. המופת והאות מסייעים בתהליך בשעה שהם בבחינת "תנו לכם". זוג המחנך את עצמו ובונה את המערכת הזוגית שלו מחדש, יש בנס ובקסם כלי עזר והופעה המחזקת את יכולת ההבראה של המערכת הזוגית שלהם.

ישנם זוגות הרוצים בפתרון מידי, עכשיו ומהר. רצון זה מוביל לחיפוש "אותות ומופתים" אשר יזרזו את התהליכים. כל מיני "פטנטים וקסמים" קלים ונוחים אשר יוצרים תחושה שהנה הזוגיות מושלמת ואידיאלית, הנה בני הזוג "חוזרים בתשובה" ומבינים זה את זה, מתחשבים זה בזה ומספקים את הצרכים זה לזה.

גם עס- ישראל אשר חווה את המופתים ביציאת מצרים לא מיהר להאמין. גם אחרי קריעת ים סוף שנאמר "ויאמינו בה' ובמשה עבדו" (שמות פרק י"ד פס' ל"א), עדין המשיך עס- ישראל במעשה העגל ובחטאים אחרים, המלמדים כי עדין אין אמונתו שלמה. אסור לנו להתיימש, ואסור לנו לנסות ולקצר תהליכים בגלל חוסר סבלנות ואיבוד הכוחות. פעמים רבות בני הזוג אינם ערים לשלבי התהליך ואינם רואים את דרך התהליך באור נכון. פעמים אף נראה לזוג כי הם הולכים בדרך ההפוכה, אך האמת היא כי גם הצעדים "ההפוכים" מובילים את הזוג להבראת הזוגיות מהמצב בו הם שרויים. "הגאולה נמשכת היא והולכת. גאולת מצרים וגאולת העתיד השלמה היא פעולה אחת שאינה פוסקת. פעולת "היד החזקה והזרוע הנטויה" אשר החלה במצרים, היא פועלת את פעולותיה בכל הנסיבות" (הרב קוק). בניית הזוגיות היא פעולה שנמשכת והולכת ואינה נפסקת והיא בגדר "בנין עדי עד" - בנין שיום יום בונים אותו, בנין שעדי עד עובדים ועמלים עליו.

* מאמר זה מבוסס על המאמר של הרב זאב קרוב "תנו לכם מופת" ובהסכמתו.

שורש המילה תהליך - ה.ל.כ. מלשון הליכה. כלומר עצם המילה תהליך רומזת לנו על הליכה ממקום אחד למקום אחר.

קצב ההליכה שונה מאדם לאדם בהתאם למשתנים של אותו אדם, ואף קצב ההליכה שונה מזמן לזמן, תלוי במשתנים של אותו הזמן. כמו קצב ההליכה, כך גם קצב התהליך שונה מאדם לאדם ושונה בזמנים שונים אצל אותו אדם. כך הדבר גם בתהליך הזוגי, לכל זוג יש קצב אישי משלו.

בגאולת ישראל ממצרים אנו רואים רצף של אותות ומופתים. כאשר התחלת ההזדקקות למופתים היתה בשעה שמשה פקפק בכך שבני-ישראל, פרעה והמצרים יאמינו לו שששלח ע"י הקב"ה, ואף אומר: "והן לא יאמינו לי ולא ישמעו בקולי" (שמות פרק ד' פס' א'). והקב"ה ענה לו: "זה לך האות כי אנכי שלחתיך" (פרק ג' פס' ג'). והוסיף בהמשך: "כי ידבר אליכם פרעה לאמור תנו לכם מופת" (שמות פרק ד' פס' כ"א). בראיה לאחור בולטת העובדה שהאותות והמופתים הוציאו את בני-ישראל ממצרים, אך אותם אותות ומופתים לא הביאו כ"כ מהר לאמונה של ישראל ושל פרעה. המחשבה כאילו האות והנס הם אשר יובילו לאמונה היא מחשבה מוטעית, והיא נובעת מחוסר סבלנות וחיפוש דרך קלה לאמונה.

זוגות הנקלעים למצוקה רגשית, פונים לטיפול זוגי ומצפים לפתור את בעיותיהם בדרך נס. מחפשים דרך קלה לצאת ממצב קשה. כשיש שינוי כלשהו, ובמיוחד אם הוא קורה תוך פגישה אחת או שניים, הם חושבים שהנה קרה הנס, והם הגיעו למצב אידיאלי, ויותר אין צורך בשום תהליך מאחר והם מצאו את הפתרון. הרמב"ם אמר על כך "שכל המאמין בגלל אות ומופת, יש בלבו דופי שאפשר שיעשה האות בלט וכשוף". וכוונתו של הרמב"ם היא שהמאמין במה שקרה בגלל הנס והקסם, ולא כתוצאה מעבודה פנימית של ברור נפשי עמוק עם עצמו על חייו, כלומר, תהליך שדורש עבודה תמידית, ארוכה ולא פשוטה, יכול לתרץ הרבה תרוצים כאשר הקסם פג, והשגרה הקודמת של הקשיים והמצוקות חוזרת לתוך משכנם. כאשר אין אדם רוצה בדבר מסויים, ואין בו הזדהות אמיתית עם הדבר, הרי שכל אות ומופת לא יספקוהו ולא יוכיחו לו דבר. הדרך שבה מוציא הקב"ה את ישראל ממצרים מלמדת אותנו מסר גדול. אין דרך מושלמת ומיהרה אלא ארוכה ומפותלת. גאולה או לחלופין תהליך ההבראה הזוגית, איננו עניין טכני, חיצוני, שיכול להופיע בשלמות בבת אחת. תהליך



אתר המומחים במקצועות הנישואין והמשפחה.
האתר מכיל מידע אודות: איגוד י.נ.ר. המכון, מוקד י.נ.ר., מאגר אנשי מקצוע העוסקים בתחום הנישואין והמשפחה וכי' האתר מאגד בתוכו מספר גופים שחברו יחד למטרה משותפת אחת והיא לחזק את מוסד הנישואין והמשפחה בישראל
כתובתנו באינטרנט: www.YNR.org.il



הננו מתכבדים להזמין אתכם להשתתף
 ביזם עיזון וכנס ארצי לנשים
 להעשרת חיי הנישואין וחיזוק התא המשפחתי

הכנס יתקיים אי"ה ביום ראשון י"ז בסיון ה'תשס"ד 6/6/2004 בשעה 13:30 בבית הארחה רח' הפסגה 8 בית וגן, י-ם אולם האירועים הגדול.

כוכביות:

18:05-18:40	הגב' יהודית פוגל - מנחת נישואין ומשפחה.	13:30-14:00	קבלת קהל.
בנושא: הבדלי מוצא "מוצא או מצא".		14:00-15:00	דברי פתיחה - מנחה: הגב' סיגלית עשור
18:40-19:00	הפסקה ורישום: סדנאות קצרות מועד - מוקד י.נ.ר.	15:00-15:45	הקרנת סרט אודות פעילות המוקד.
לקורסים מקצועיים - המכון הישראלי.		הרה"ג שמחה כהן שליט"א	בנושא: כלה וחמותה
רישום למנויים וחברות באיגוד - איגוד י.נ.ר.		יחסי גומלין והשפעתם על הזוגיות.	15:50-16:20
...אופעיס...אופעיס...אופעיס...אופעיס...		ד"ר עמי שקד	בנושא: בנין עדי עד
19:00-19:45	הצמד מירב ושגית	התפתחות תא הנישואין במעגל החיים.	16:25-17:10
בנושא: "הבנה הדדית" - מופע סטנד-אפ		ד"ר אלחנן בראון	בנושא: רפואה במשפחה עפ"י ההלכה
20:00-21:30	מופע מרכזי - הגב' אהובה כהן תחי'	17:15-18:00	הרב מנחם בורשטיין שליט"א
בנושא: "טללי התחדשות"		בנושא: פוריות	תהליכי פוריות ומה שביניהם.
מופע דרמה ושירה מרהיב מרהיב בליווי מחולות.			

מס' המקומות מוגבל
 כיבוד קל במקום.
 מחיר כניסה ליום העיון: 60 ₪

מכירת כרטיסים בטלפון: 054-4665107 02-6421057

לפרטים והרשמה: 1700-5000-65

תפקידו של הדיבור בכבוד בין בני הזוג

את הפגיעות העמוקות ביותר לשבור את רוחנו ואת ביטחוננו העצמי. המילים יכולות להפוך לכלי נשק שבו בני הזוג פוגעים זה בזה, התגובה הטבעית לפגיעה היא בריחה והתגוננות. רגש האהבה הוא רגש חמקני והוא בורח ונמלט על נפשו כשמעליבים את בעליו. נראה כי רבקה וצבי שכחו, לצערם, כי בדרך לפתיחת דלת הקסמים של האהבה, עומדים שני חיילים נאמנים ששם דרך ארץ וכבוד השומרים על הרגש הענוג הזה ומאפשרים לו לגלות את פניו בתוך הבית. אם כן השאלה הנשאלת היא כיצד נמחקת נוכחותם של שומרים נאמנים אלו מהבית? התשובה לכך היא האבסורד בהתגלמותו. דווקא הקירבה, המהווה חלק בלתי נפרד מהווית המשפחה והנישואין, היא זו הגורמת לכבוד ולדרך-ארץ להיעלם. תחושת הקירבה בתוך המשפחה היא בעצם חרב פיפיות. מצד אחד היא נעימה ומבטיחה המשכיות וביטחון ומצידה השני מכיוון שהיא גורמת לנו להאמין ש"על כל פשעים תכסה האהבה", אנו מרשים לעצמנו להתבטא בחוסר כבוד כלפי בן זוגנו ובטוחים שהוא יסבול את הפגיעות הקטנות האלה ויעבור הלאה. דווקא תחושת הקירבה הזו גורמת לכך שכשבני הזוג רבים, הם חוצים את גבולות הכבוד ביניהם ופוגעים זה בזה, ביחסים ביניהם, וכמובן בכבודם האישי. מי שחושב שאפשר לעבור על התבטאויות אלו לסדר היום, שישאל את עצמו מה היה קורה בינו לבין הבוס אם היה מדבר אליו באופן הזה? מה למשל היה עתידו בעבודה? ויותר מכך, לאיזו רמה אנושית, נימוסית והתנהגותית היו מסווגים אותו מכריו. ומה אם כן היא העיצה לרבקה וצבי? בשלב הראשון - כדאי שישאלו את עצמם, האם הייתי אומר דבר שכוה לבוס שלי? לשכן? או אולי לרב? תשובתם תהיה קרוב לוודאי שלילית. אם כן, בשלב השני - כדאי להם להעריך מה מידת הסיכון לקשר הזוגי המתלווה למילים פוגעניות אלו. ובשלב השלישי - עדיף להם לחזור ביחסיהם קצת לאחור ולחשוב שהם אינם נמצאים לבדם ויש מי שרואה אותם. כשיש עיניים המתבוננות בנו התנהגותנו מתמתנת וזה מועיל גם אם העיניים דימוניות. לעתיד לבוא אומרים חז"ל- יעידו קירות ביתו של אדם על מעשיו. וכל שיחה, אף קלה שבקלות, שהתרחשה בין איש ואישתו תשמע לאוזני כל. ואם זה כך, האם לא כדאי שיתגלו הכבוד והדרך-ארץ שבין בני הזוג והם יראו במיטבם? ובעזרת ה' יאפשר הכבוד המחודש הזה ליצור ביניהם בעתיד אינטימיות וקשר אהבה אמיתי.

רבקה וצבי, יושבים במרחק זה מזה. רבקה עדיין לבושה במעילה על אף שהחדר מחומם, ועל ברכיה היא הניחה את תיקה כמבקשת להגן על עצמה. צבי יושב בכבדות על הכסא, ידיו נשענות על המסעדים, וראשו מכופף קדימה בתנועת הקשבה שמרמזת על עקשנות. "ככה הוא אמר לי" חזרה בפני רבקה על דברי בעלה כשהיא מצטטת את הכינוי שהטיח כלפיה בשעת כעסו, "ולא תאמיני", הדגישה, "הוא אמר את המילים האלה לפני הבנות!", ותוך שהיא מדברת היא שולחת בו מבט, "אל תחשבי שזה אכפת לי, שיגיד מה שיגיד, הוא אומר זאת בגלל שהוא בעצמו כזה!". היא משתמשת בממה בכדי להחזיר לו עלבון על עלבונו, ומיד אח"כ היא חוששת שעברה מעט את הגבול, ומשדרת לו דרכי שדר מרכז, "אבל אני בכל זאת סולחת לו". היא אומרת, ובקולה נשמע צליל של זיוף.

מאוחר יותר כשביקשה רבקה יותר תשומת לב מבעלה קפץ צבי ממקומו בחוסר סבלנות ואמר. "אני לא הבעייתי, זו היא הבעייתית. היא מקבלת ממני הכל, פרנסה, בית, נהג כמעט צמוד, אבל היא כל הזמן מתלוננת. אני לא מבין מה אנחנו עושים פה, אין לנו שום בעיות, הכל בסדר אצלנו". מילים חריפות, כביטוי של כעס, נשמעות, אם בכלל, בחדרי חדרים. אך לפעמים נאמרים הדברים גם באוזני הילדים שבבית המשמשים כקהל, כמו במקרה שהצגנו או, לצערנו, באוזני ציבור רחב יותר. השאלה העולה מכך היא האם אחרי שנאמרות ונשמעות מילים מסוג כזה תתכן אהבה או קירבה בין בני הזוג?

הדיבור זו שפת המחשבה. אחת הסיבות שבכדי להגיע למודעות עצמית צריך לדבר היא-שכאשר אנו מדברים, אנו מבינים את מה שקורה לנו. משפטים חיוביים שאנו אומרים לעצמנו עוזרים לנו לשנות את המחשבה שלנו, ואת המעשים והעמדות שלנו. כשם שהתפילה היא דיבורי אהבה בשיבחו וגדולתו של הקב"ה. כך גם כאשר אנו רוצים לבנות קשר של אהבה עלינו לדבר באהבה-להחמיא ולשבח ... מי מאיתנו לא יכול לעצום את העיניים ולזכור איזה משפט אוהב ומאוד משמעותי שאמר לו אדם מקרוביו, ואיזה תחושה המשפט הזה יצר ויוצר בו עדיין. באופן הזה, יכול לחוש כל אדם כיצד הדיבור מקיים את האהבה.

מילים, כשם שיש בכוון לרפא את כאבי הנפש, כמו מילות נחמה, עידוד, הבנה ואהבה, יש בכוון לפגוע

ההרגל לדאוג

הדאגות שלנו הן קשורות לדברים שלא יתרחשו אף פעם. חלק נוסף גדול- קשור לפעולות שהיו בעבר וכבר אי אפשר לשנות אותן. אנחנו מושפעים הרבה מדעות של אנשים, שממילא אין להם השפעה ממשית על חיינו.

ורק מעט מהדאגות שלנו קשורות למה שאנחנו יכולים לשנות. אם נלמד לזהות את סוג הדאגה- נוכל לבחור לוותר על דאגות שממילא אי אפשר לשנות, זה ישפר את המצב בהרבה.

עצה רביעית - תנו לעוד מישהו אחר לדאוג. או במילים אחרות - אם אתה עוזב את הדאגה והאחריות, יש סיכוי שמישהו אחר לוקח אותן.

אם אדם אחר כבר דואג בעניין שמדאיג אותך, האם לא די בכך?

שני ראשים שטרודים בבעיה אינם יותר טובים מראש אחד. צריך לחסוך באנרגיה. מתוצאות מחקרים שנערכו בחולים, עולה- כי אנשים שאינם דואגים, מחלימים טוב יותר לאחר ניתוח. נבדקים שהניחו את הדאגה לרופאים ולאחיות המטפלים בהם- סבלו מפחות סיבוכים לאחר הניתוח, ועזבו מהר יותר את בית החולים.

האדם הדאגן אינו יודע מתי להפסיק. הלא - דאגן לומד מה שנחוץ לו לדעת, ואז מפנה את הבעיה למומחים, ומניח להם לדאוג בשבילו.

עצה חמישית - חפשו קנה מידה. האם מישהו מלבדכם התמודד אי פעם עם בעיה דומה? האם יכול המצב בו אתם נתונים להיות גרוע יותר? האם אתם מכירים אחרים שנתונים במצב קשה וטראומטי יותר?

חשבו על אנשים אחרים ובעיותיהם. האם הם עמדו בכך? אם כן, סביר להניח שגם אתם תעמדו בכך. אפשר ללמוד מנסיונם של אחרים. צריך לשם כך לפתוח שני דברים- את האזניים, ואת הלב.

עצה שישית - למדו להחליט. ברגע שקיבלתם החלטה בעניין כלשהו, אל תמשיכו לדאוג לגביו. מספיק שדאגתם לפני שהחלטתם.

עצה שביעית - לימדו לצחוק קצת מעצמכם. כדאי לזכור איך גם בפעמים הקודמות כשדאגתם, הייתם בטוחים שזה סוף העולם, והנה, הקב"ה דאג לכם. לא הגיוני לחשוב שהוא ידאג לכם גם בעתיד?

עצה שמינית - זכרו שדאגה היא הרגל, והיא נוצרת מחשיבה אוטומטית שלילית אותה טיפחנו במשך השנים. אפשר וכדאי להתחיל לטפח אופטימיות וחשיבה חיובית. זה משתלם מאוד, כי זה פותר את הדאגות עוד לפני שהן נוצרות.

ולסיכום- אמר מחבר אלמוני "אינך יכול לשלוט באורך חיך, אך אתה יכול לשלוט ברוחבם ועומקם. אינך יכול לשלוט בדפוס תווי פינך, אך אתה יכול לשלוט בהבעתם. אינך יכול לשלוט במגו האורך, אך תוכל לשלוט במגו נפשך. ומדוע לדאוג בעניינים שאינך יכול לשלוט בהם, בשעה שאתה יכול להעסיק את עצמך בשליטה בדברים שתלויים בך?"

הרבה אנשים חווים את תחושות הדאגה, החרדה והפחד- בלי להיות מסוגלים אפילו להודות בכך.

משהו מטריד נמצא שם בפנים, ומקשה עלינו לתפקד. מה עושים אותו?

הדור שלנו הוא דור מוכה חרדות דאגות ובלבולים. אנחנו מוצפים ברגשות של חוסר בטחון, וחוסר שליטה, אולי משום שאנחנו פוחדים להתחייב.

פוחדים להתחייב לבורא עולם, פוחדים להתחייב לזוגיות עמוקה, אמת ברורה ומוצקה בחיים, פוחדים להתחייב לזוגיות עמוקה, על כל המשתמע ממנה. אנו פוחדים לעשות את הדבר הנכון - להתחייב באופן רגשי דווקא למה שישכיל לעזור לנו להתגבר על הפחדים, הדאגות והבלבולים...

אנשים מפחדים לקשור את עצמם למקור של בטחון, ואחר כך מתלוננים שהם סובלים מהרגשת חוסר בטחון ושלוה בחייהם.

ומסתבר, שגם אנשים מאמינים ושומרי מצוות לא ניצלים ממכת "הדאגה", ודואגים כל הזמן מה יהיה? אולי משום שאמונה שכלית, לא תמיד יורדת ללב.

צריך באמת לבדוק את השורש של הדאגות שלנו. אם הבעיה היא חוסר אמונה- כדאי לעבוד עליה במישור ההשקפתי, בשיתוף פעיל של המישור הרגשי.

אבל לפעמים, יש סוג של דאגנות וחרדות שמפריע למהלך התקין של החיים, וזה חבל. כי יש דרכים לשלוט בדאגות ולכוון אותן לפתרון של בעיות בדרך קצרה וישירה. צריך להבין שהדאגה היא תופעה נורמלית, אבל תכונה של דאגנות- זה כבר מצב מתמשך ובעייתי.

מה שקובע האם הדאגנות הופכת לבעיה הוא טיב הדאגה, והמידה שלה.

דאגה כתופעה, בלי מטרה - גורמת לבזבז של אנרגיה, למתח גופני, להרגשת חוסר אונים, ומפריעה לחיים תקינים. יש כמה עצות חשובות לשאלה: איך לדאוג אחרת? או-איך לדאוג "יותר טוב"?

עצה הראשונה - ללמוד לתת את המפתח לבורא עולם. הוא בודאי ידע להתמודד עם מה שאנחנו לא יודעים. אם נתבונן אחורה, ננוכח לדעת שהרבה בעיות שדאגנו להן בעבר נפתרו מעצמן. אנחנו לומדים שאם היינו ממתנינים עם קצת אמונה וסבלנות, היו מתגלות לנו יותר ויותר דרכים לטפל בבעיה ממנה היינו מוטרדים.

לפעמים, דברים שמדאיגים- הם שיעורים חשובים שעלינו ללמוד. לכן, אם נבזבז פחות זמן בלהתמקד בהיבט השלילי של הקשיים והבעיות, ונלמד לראות בהן סימנים בדרך ההתפתחות שלנו, הם יפתרו מאליהם, כי מטרת בואם היה רק ללמד אותנו את השיעור.

עצה השנייה - לזכור שדאגות לא מועילות. ומזל שכך... תארו לעצמכם איך היינו דואגים אם בנוסף לכל, הדאגה גם הייתה מועילה...

הרבה אנשים דואגים למחר, לעתיד, לזיקנה וכו', והדבר מונע מהם את ההנאה העכשווית מההווה הצעיר והנחמד שלהם, אנחנו תמיד נמצאים בהווה נחמד, שהוא העתיד ממנו פחדנו אתמול. אז למה בעצם, אנחנו ממשיכים לדאוג למחר?..

עצה השלישית - ללמוד לסווג את הדאגות שלנו. יותר ממחצית

סיוע משפטי

שקיבלו על עצמם ומרצונם בזמן הנישואין, להקים בית על אדני ההלכה היהודית וכחלק מעניין זה הוא שאם יתגלה פער ביניהם ויגיעו לסכסוך משפטי, יהיו זכאים לפנות, כל אחד מהם לערכאה הדנה על פי ההלכה היהודית. במקרה שלפנינו האשה עשתה שלא כהוגן בכך שפנתה לביהמ"ש נגד ההסכם עם בעלה והמוסכמות החברתיות להם היא משתייכת. ועוד שעשתה נגד ההלכה היהודית בזה שהרימה יד בתורת משה שבחרה והעדיפה ערכאה משפטית שלא על פי כללי ההלכה לעומת ערכאה שדנה על פי דין תורה. (ראה כמה החמירו בזה הפוסקים הראשונים שהובאו ע"י הראש"ל מן עובדיה יוסף שליט"א בשו"ת יחיה דעת חלק ד' סימן ס"ה בנושא צוואות וירושות לאלה הפונים לערכאות שדנים שלא על פי ההלכה) מקרה שכזה לא היה יכול להיווצר אילו היתה האשה מקבלת ייעוץ וייצוג של טו"ר.

המצב המשפטי הנוצר מתהליך זה הוא שהבעל טען בבית הדין הרבני שאינו מעוניין להתגרש כל זמן שלא ידונו בביה"ד מחדש בנושא המזונות והכספים שהוציאה ממנו אשתו שלא על פי ההלכה, ובטענתו הדגיש כי אם ביה"ד יסטה מלדון במכלול בעיותיו בינו לבין אשתו בדין תורה, אזי יסרב לתת גט- פיטורין לאשתו. ועוד דרש הבעל שלא לסייע בידי האשה לכוף עליו גט- פיטורין מאחר ו-"אין להחזיק את החבל בשני קצותיו" ואין להשתמש בתורת משה לסייע לזאת האשה שהרימה יד בה.

בהרבה מקרים כדוגמת המקרה שהובא, ביה"ד מקבל את טענת הבעל ואין בידו לסייע בידי האשה.

במצב משפטי שכזה יהיה קשה לסייע לאשה להתקדם לקראת הגירושין כל זמן שלא תקבל את בקשת הבעל ומה שהצליחה לביהמ"ש יהיה לה לרועץ בבית הדין הרבני. יש לציין שטענה זו של הבעל לא תתקבל כאשר בני הזוג אינם שומרי תורה ומצוות, שהרי הבעל גם בשאר העניינים אינו מקבל על עצמו תורת משה ואין להשתמש בה כ"קידום לחפור בו".

על כן אדם שזכאי לקבלת סיוע משפטי, והוא שומר תורה ומצוות ידע שיש לו זכות מלאה לדרוש מהלשכה, לקבל סיוע משפטי ע"י טו"ר לייצג לו ולייצגו בביה"ד הרבני מתחילת ניהול התיק ועד סופו, או לפעמים כאשר זקוק הוא להגנה גם בבית המשפט, לקבל בנוסף גם עו"ד המתמחה בבית המשפט לענייני משפחה.

כל אזרח ישראלי הנמצא במצב פיננסי דחוק ועומד בקריטריונים ובתקנות של המחלקה לסיוע משפטי של משרד המשפטים זכאי לקבל סיוע משפטי. (על פי חוק-התשל"ג 1973)

אותם אנשים שזכאים לסיוע בתחום המעמד האישי, הכולל תביעה למזונות, גירושין, החזקת ילדים, ניהול מו"מ וגיבוש הסכם גירושין, כפיית גט ועוד, יקבלו על פי החלטה של ראש הלשכה במחוז מגוריהם בכתב כי הם זכאים לשרות. יש פעמים שהשרות כולל ייעוץ משפטי בלבד ויש מקרים בהם ממנים לפונה עו"ד שיטפל במקרה שלהם וייצג אותם, הן בבית המשפט לענייני משפחה והן בבית הדין הרבני.

ידוע כי הסיוע מעדיף כברירת מחדל למנות לכל פונה עו"ד לעומת טוען רבני(טו"ר) מאחר שעו"ד יכול לייצג את הלקוח גם בביהמ"ש לענייני משפחה וגם בבית הדין הרבני, לעומת טו"ר שרשאי לייצג בבית הדין הרבני בלבד, וזאת מטעמי חיסכון ונוחות. פעמים רבות קורה שהלקוחות, ובפרט לקוחות שומרי תורה ומצוות שאינם מקבלים סיוע משפטי הוגן בביה"ד הרבני, מאחר וישנם עורכי-דין שהשכלתם בהלכה העברית מינימלית ובפרט בנושאים שאינם מקבילים לביהמ"ש ולחוק האזרחי והינם ייחודיים רק לביה"ד הרבני כגון: היתר נישואין, התרת נישואין, עילות לגרושין וכפיית גט ועוד. יתרה מזאת קורה הרבה פעמים שעו"ד כנ"ל עלול להכשיל את הלקוח שלו ולטעון כנגד עמדתו וזאת מחוסר ידיעה ובתום לב ולגרום לתוצאה הפוכה מהמתבקש וכך לקבל פסק דין שאין ממנו חזרה, או שתיקון המצב המשפטי טעון ערער וידו של הפונה על התחוננה.

דוגמא למצב כזה: זוג שומרי תורה ומצוות שנישאו זה לזו כדת משה וישראל. כאשר נישואיהם לא עלו יפה, החליטה האשה להתגרש ופנתה לסיוע משפטי. האשה קיבלה ייעוץ מקצועי וייצוג ע"י עו"ד. עורך דינה הגיש תביעת מזונות עבורה ועבור ילדיה וכן תביעה למזון ילדים בבית המשפט לענייני משפחה. במקרה שלפנינו מיצתה האישה את זכויותיה האזרחיות בפני ערכאה משפטית הנראית בעיניה ועשתה כחוק ויתכן כי גם זכתה לקבל מזונות גבוהים לשיעור רצונה. אך יחד עם זאת, עשתה שלא כהלכה היהודית. מאחר ובני הזוג הינם שומרי תורה ומצוות



נמשכת אחרשמה לקורם מגשרים כלליים ומשפחתיים:
קורם ייחודי העומד בדרישות ועדת גדות לצורך רישום במאגר משרד המשפטים ומיועד לעו"ד, טו"ר, אנשי חינוך, מטפלים, יועצי נישואין, בעלי מוסדות וארגונים וכל העוסקים והמתעניינים בתחום.

לפרטים וחרשמה: 02-6413242, 058-915978



קורם לחשורת מדריכי חתנים

נמשכת אחרשמה לקורם חסכשי "מדריכי חתנים" בקורם יועברו נושאים מקצועיים, חשקפתיים ותורניים הרלבנטיים להדרכתם.
הקורם בריכוזו של חרב חנוך חן גלומן שליט"א, חרב שמחה כהן שליט"א ועוד...
משך הקורם: 10 מפגשים בני 4 שעות כ"א

לפרטים וחרשמה: 02-6413242, 058-915978

פיתוח הדימוי העצמי אצל ילדים

מאתנו יכול להיזכר בתקופות שעמד במצבים לא נעימים שכאלה, שבהם, לא כל אחד הצליח לשרוד ולא כל שכן לגדול, בייחוד אם הדימוי העצמי שלו היה נמוך. לכן חשוב מאוד לפתח אצל ילד דימוי עצמי גבוה המשמש ככלי מגן מפני מהמורות החיים, והיכול לתת כח לאדם לקום לאחר כישלון מכאיב להאמין בעצמו ולהמשיך להתמודד. ואיך נעשה זאת?

הכלל הראשון הוא שאנו נלמד להיות פחות תחרותיים, ולא נהיה חייבים להצליח כהורים.

אז, נוכל לאפשר לעצמנו מספיק מרחב, בכדי לתת לילד את הזמן והכוח להתנסות בכישלונותיו, ולהכיר את הכוחות המיוחדים שבהם חנן אותו הקב"ה בכדי לעשות את תפקידו בחיים. אנו נכוון אותו ע"י כך שנכיר בכוחות אלו ונספר לו על כך.

הורה תחרותי שיש לו קושי בחינוך או בזוגיות, מרגיש שהוא לא ממלא את הציפיות שלו ושל החברה לגביו. ובוודאי שהדימוי העצמי שלו יורד בעיני עצמו. מכיוון שכך הוא מצפה להיבנות דרך ילדו, הצלחותיו נחוצות לו בכדי להיות שווה בעיני החברה ובעיני עצמו. ולכן הוא לא יכול לקבל את ילדו ולאפשר לו להיכשל. כשילד לא יכול להיכשל כי ההורה לא יכול להכיל את הכישלון, הילד מפנים את התפיסה שהוא "לא שווה אם הוא לא...". בתפיסה היהודית להיכשל זו מתנה, בתפיסה התחרותית להיכשל זה אסון.

ציפיות גבוהות ודרישות, הן לא "מוקצה מחמת מיאוס", והורים לא נדרשים להפסיק לצפות ולדרוש, אך יש לשים לב האם הציפייה היא תנאי לקבלתו של הילד ולערכו. אם "הילד שווה כי הוא..." או כי הוא יהיה רופא, ת"ח עו"ד וכדומה, אז נוצרת בעיה בדימוי העצמי, כי הילד עצמו מפנים את התנאי הזה ואינו מקבל את עצמו אלא אם הוא...

הורים בעלי ציפיות גבוהות יכולים לגדל ילדים מצליחים מאוד, אם לילדיהם הכישרים המתאימים למימושם, אך הם יכולים גם לגדל ילדים מיואשים מאוד, אם אין להם את הכישרים הנצרכים, כמו אותו נער בדוגמא מתחילת הכתבה שלא התקבל ללימודים במוסד שבו שאף ללמוד.

עלינו להשיל מעלינו את התפיסה המערבית האומרת שמי ששווה הוא מי שמצליח, אין היא נכונה. אין אדם שאין לו ערך, כיוון שבכל אדם יש צלם אלוקים. כל אדם הוא ניצוץ שמיימי שבא לעשות את תפקידו בעולם. בנייתו של הקב"ה לכל אחד יש תפקיד. תפקידו של האחד הוא לגדל שושנים ושל השני לנקות את שבילי הגן, למה לא נכיר בכוחותיו וייחודו של כל ילד ואדם בבריאה? פיתוח הדימוי העצמי של הילד, דורש מההורה הרבה ביטחון ואמונה בכוחות הצמיחה הטבעיים שיש בו, והרבה נתינת מקום וקבלה אמיתית, כמובן תוך העמדת דרישות וציפיות, אבל גם אם יכשל הילד ולא יעמוד בציפייה, תפקידנו כהורים הוא לקבל אותו בשעת הנפילה. דווקא אז מגיע אלינו הזמן שבו ניתן לעודד את הילד עידוד אמיתי, ולהזכיר לו את הפוטנציאל הטמון בו, מתוך אמונה בו ובכוחותיו.

אמא שהגיעה לקבוצה להנחיית הורים סיפרה שמשפחתה מאוד מוצלחת, אך אחד מבניה בדיכאון, ולא מוכן לקום מהמיטה, מאחר ולא קיבלו אותו ללימודים במקום שבו רצה ללמוד. הוא אומר על עצמו כי הוא לא שווה שום דבר.

הוריו מנסים לשכנע אותו לקום ולתפקד, אך הוא בשלו- הוא לא שווה שום דבר, אין לו בשביל מה לקום. במקרה חריף כל כך בוודאי שלא מטפלים בקבוצה להנחיית הורים אבל לימוד ומסר יש בו וכדאי קצת להתבונן בכדי להשכיל.

נער זה משוכנע כי הוא אינו בעל ערך. מי אומר לו זאת? נער בו? המחשבה הזו נובעת מדימוי עצמי נמוך. והשאלה היא, איך הגיע הדבר לידי כך?

הדימוי העצמי של האדם זו מערכת מאורגנת של תכונות והערכות שהאדם מייחס לעצמו, מאמין בהם ומתנהג לפיהם. דימוי זה של האדם על עצמו מתפתח תוך כדי יחסי הגומלין שבינו לבין הסביבה. וכיצד הדבר קורה? כבר מגיל צעיר ביותר קולט התינוק את בבואתו בעיני החברה, כפי שהיא משתקפת בעיני דמויות בעלות סמכות הקרובות אליו ביותר- ההורים, המורים והגננות. הוא שומע וקולט את מה שהם אומרים עליו, את הערכות, הדעות והתגובות שלהם לגביו, "הוא טוב, הוא מוכשר הוא רע, הוא שובב, הוא חכם, הוא צדיק" וכדומה, ומכיוון שהוא מאמין למה שהמבוגרים הסמכותיים אומרים, מפנים את האופן שבו הם רואים אותו ומתנהג בהתאם לכך. ילד, שסיפרו לו שהוא טוב, מוכשר ובעל יכולת. ילד שאהבו אותו, קיבלו אותו, והאמינו בו גם כשלא הצליח, יגדל להיות אדם שמאמין בעצמו וביכולותיו, וכמובן יהיה בעל סיכוי טוב יותר להצלחה ולביטחון עצמי. אנו חיים בחברה תחרותית מאוד. התחרויות זו תמציתה של התרבות המערבית, שבה המנצח עומד למעלה בראש הסולם והמפסיד בתחתיתו.

החברה התחרותית מעלה על נס את ההצלחה, הכסף, הכבוד, היופי ושאר הערכים שעל רובם אין לנו שליטה. כולנו יודעים שרוב הדברים שמניתי הינם מתנות שמיים, ואף על פי כן נראה לנו שאלו שיש להם אותם, מושכים וטובים מאלו שאין להם אותם, כך, אומרת לנו החברה, ולכן חשוב כל כך היחס הבסיסי והראשוני של המשפחה, שזו החברה הראשונית שדרכה הילד נבנה תחילה. התפיסה התחרותית שונה מאוד מהתפיסה היהודית שאומרת שמה שחשוב זה מה שאתה עושה עם הנתונים הטבעיים שלך בכדי לעבוד את בוראך ולהיות צדיק - "הכל בידי שמיים חוץ מיראת שמיים". התחרויות מאלצת את כולנו, גם הורים וגם ילדים לעמוד בקריטריונים גבוהים של הצלחה, ומכיוון שהדימוי העצמי מורכב ממערכת ציפיות שיש לאדם על עצמו ומשפחתו, ברור שכאשר יש פער בין ההישגים לציפייה, הדימוי העצמי הולך ויורד.

אדם פוחד מכישלון, מהשפלה ומחשיפת חולשותיו, כאשר הוא עומד במצבים כאלו בהתמודדות בחיים הוא הופך לפחות מסתגל, ועלול להיכנס לחרדות. אין ספק שכל אחד

תפקידי ההורים בבניית הזוגיות של ילדיהם

הטוב ביותר", "המוצלח ביותר", "היפה ביותר", "החכם ביותר" וכו'... יגרור עמו את התובנה הזו לחיי הנישואין ואז כל מה שבת זוגו תעשה לא יהיה טוב מספיק, חכם מספיק, מהר מספיק וכו'.. תמיד הוא יסתובב עם המחשבה שהוא קיבל הרבה פחות מהמגיע לו, שבת זוגו נחותה ממנו בדרגות רבות וכמובן שהיחס אל בת הזוג יהיה בהתאם. הורים שלא השכילו להנהיג בביתם נורמות של דיונים רציניים אמיתיים וכנים ע"מ לברר צרכים ורצונות של בני הבית בדרך תרבותית, נעימה, וסובלנית, ומתוך דאגה עמוקה וכנה להשביע עד כמה שניתן את רצון כולם, כמעט תמיד ייצרו מבוגרים שהם בני זוג שתלטיניים, קולנייים, לא מתחשבים בבני זוגם ומכירים רק דרך אחת לפתרון בעיות השלטת רצונם הם מבלי להירתע. מאידך, הורים שעמלו לטפח את הכבוד ההדדי בין בני הבית, את האחוה, האחריות הקולקטיבית, את הנתינה שמעבר לשורת הדין, את מאור הפנים, את היכולת להחמיא בצורה אמיתית וכנה, את הנכונות להתמודדות אמיצה מול סיטואציות שונות, בעצם נתנו לידי ילדיהם את "ארגז הכלים" הכל כך חיוני ושאינו לו תחליף לבניית זוגיות איתנה וטובה.

אבל גם מהרגע שהילדים כבר עזבו את הבית ויצאו לבנות את ביתם, עדיין ממשיכים ההורים להוות חלק מכריע ונכבד במרקם החדש ההולך ונוצר. הפן החשוב ביותר בתקופה זו הוא האופן שבו מקבלים ההורים את הבן-זוג של ילדם. ההורים הביקורתיים ימצאו חיש קל סיבות למכביר להפנות חיצונית ביקורת איומים כלפי התופסת החדשה במשפחה.

ההורים הסוגדים לילדיהם ישאלו כמעט מיד- איפה אתה ואיפה היא... ועוד מצבים קורעי לב רבים. נדמין לי פעם לראות תפילה שחיברה לעצמה כלה צעירה ליום חופתה. החלק המרכזי בתפילה נפלאה ונוגעת ללב זו נסוב סביב:

"שההורים שלי יקבלו אותי, שיאהבו אותי, שישתלב במשפחתנו וילמד לאהוב את היקרים לו..." ועוד ועוד משפטים מתחננים שכאלה. ניתן כמובן לראות מתפילה זכה זו של כלה ביום חופתה את דרגת החשיבות העליונה שמייחסים בני הזוג לצורה שבה יתקבלו בני זוגם בבית הוריהם. התפיסה הראשונית שבה נתפס בן הזוג ע"י הורי הצד השני מקבעת במידה רבה את תדמיתו בעיני בן זוגו.

מקובל לחשוב שתפקיד ההורים מסתיים כאשר הבן או הבת התחתנו בשעה טובה ועזבו את הבית. הם השקיעו 20 שנה בגידולם ובחינוכם, השיאו אותם, ומכאן ואילך הילדים עומדים ברשות עצמם, והם לבדם יקבעו את מסלול חייהם לטוב או למוטב. כמובן, שבמידה מסוימת אכן אלו הם פני הדברים. מהרגע שהילדים עזבו את הבית הם אכן נחשבים כיישות נפרדת, כחטיבה עצמאית, ורק כשלוחה של התא המשפחתי הראשוני - ההורים ומשפחת המוצא. התנתקות נכונה בזמן הנכון ממשפחת המוצא היא אבן יסוד בהתהוות הבית החדש, בביסוסו ובהמשך דרכו.

דא עקא, שהורים רבים במודע או שלא במודע מתקשים לבצע - ולעזור לילדיהם לבצע - את ההתנתקות הזו בדרך נכונה ובונה. ולפעמים, אפילו בתום לב, הם אף משבשים את התהליך, יוצרים מכשולים רבים בדרך אשר עלולים לגרום נזקים רבים לזוגיות של ילדיהם, ואולי גם נזקים בלתי הפיכים.

הכנת הילדים לזוגיות טובה מתחילה בשלב מוקדם ביותר. יש המרחיקים לכת וטוענים שהכנה לחיי נישואין מתחילה כבר עם הולדת הילד! כלומר, יש להעניק לילד הרבה חום ואהבה, בטחון עצמי, להעצים את היכולות הטובות שלו, להנחיל לו ראייה נכונה ומפוקחת של החיים, אופטימיות, יכולת להתמודד ועוד כישורים טובים למיניהם שיהוו בעתיד את המרכיבים לזוגיות טובה.

אחרים אומרים שעיקר עבודת הכנת הילדים לזוגיות טובה צריכה להתרחש דווקא בגיל ההתבגרות, אז המתבגר מבין אולי יותר, מקבל יותר, מפנים יותר, בתקווה שהוא גם יישם את התובנות הללו בביתו ובמשפחתו.

בעבודתי עם זוגות- בד"כ עם זוגות צעירים בשנים הראשונות לנישואיהם עולה כמעט תמיד שאלת היחסים עם ההורים, מדהים לראות עד כמה דומיננטית ומוחשית היא "נוכחותם" של ההורים משני הצדדים בקשר. ניתן לזהות בברור בבני זוג את שיטת ההתנייחות והחינוך של ההורים אליהם בשנותיהם בבית ההורים.

הילד שהיה נתון לביקורת מתמדת, לעיתים קשה ומוחצת מצד הוריו כאילו במטרה לשפר את אופיו ואת ביצועיו יהיה גם בקורתו כלפי בת זוגו בצורה בלתי נסבלת שתגרור בעקבותיה קשיים חמורים בזוגיות.

לעומת זאת, הילד שכל הזמן שמע מהוריו "אתה

תפקידי ההורים בכניית הזוגיות של ילדיהם המשך...

מחושבת של סיכונים לעומת חוסר מעש ואזלת יד הנובעים מהפחד שמא לא נצליח. פעמים רבות דברתי עם בני זוג מבוגרים יותר שעדיין התאבלו על החמצות בחייהם כי ההורים "הפחידו" אותם, תיארו בצבעים קודרים ומפחידים את הסיכונים, ציירו בפניהם תרחישים קשים במידה ולא ישמעו ל"עצתם", ובכך בעצם קצצו את כנפיהם הצעירות, נטרלו יוזמות מעניינות וטובות, קטלו תקוות.

להורים ששואלים אותי "אז מה נעשה"? האם נעמוד מנגד ונראה אותם עושים שגיאות? האם נעמוד מנגד ונראה אותם מסתבכים?!! אני אומרת, הורים לילדים נשואים הם כמו פנס, אדם שנמצא במקום חשוך ולא מוכר מדליק פנס. הפנס לא אומר לו מה לעשות ולאן ללכת, הפנס רק מאיר לו את הנקודה שבה הוא נמצא, את האפשרויות, את המקומות המסוכנים ואת הבטוחים למעבר, היכן נמצא השביל ואיפה הדרך, להאיר (לא להעיר!) להם את הדרך....

לפעמים בן הזוג לא מודע לכך בתחילת הדרך, אבל בהמשך צצות פתאום אותן אמירות לא מכבדות של ההורים כלפי בן הזוג, מילה פוגענית ומגמדת כאן, חיוך של בוז ולעג שם, והביקורת הגלויה או הסמויה שהיא תמיד הרסנית וקטלנית ביותר, במוקדם או במאוחר עוברת הביקורת לקנן גם בנפש הילד כלפי בן זוגו, רגשות "האנטי" שמשדרים ההורים קונים שביתה איתנה גם בליבו ומכאן ועד קשיים רציניים בזוגיות הדרך קצרה.

לכן חשוב כ"כ להפנים את הצורך העצום לקבל את בני זוגם של ילדינו בסבר פנים יפות, ברגשות אמיתיים וכנים (בזיוף רגשות ניתן להבחין מיד וללא דיחוי), בהשקעה, בללמוד לאהוב את מידותיהם הטובות ולהשלים עם הפחות טובות, להדגיש לעיתים מזומנות בפני הילד עד כמה שפר מזלו שזכה בבן זוג ראוי כ"כ, לשבח מידי פעם את בן הזוג באזני הילד, לציין ולשבח את תפקודם כזוג. גם ההישג הקטן ביותר יזכה להתייחסות, להביע אימון ביכולותיהם, לטפח את האמביציות שלהם (הם צעירים, לא עייפים וכבדים כמונו!) ללמד אותם שיקול דעת נכון ונטילה

נקודה למחשבה

"האצנה הקלבה"

הקלבה אצול מהווה אמאנה שקטה אלא מילוי. היא משדרת אמספר שהוא אצבריו גשבים ושוויס הגייגסו. בהאצנה ישנן כמה רמזות/רובדים שכל אהן מהן האמאנה גדולה וגשבה יוגר, כיוון שהיא משדרת יוגר הגייגסו.

ארבעת הרובדים הם:
א. מקשיב אלא גם עוסק גוך כדי בדברים אגריס כסידור הניינג שסל השולגן וכו' ארפסמים גם ארזיס ואוגר אני מקשיב דבר האה..

ב. האצנה פסיבית. אינו עוסק בדברים אגריס אלא גם אינו משדר שהוא מקשיב, מבין וצווד יוד עם האספר.

ג. האצנה אקטיבית. מראה שאכן הוא

דרך גבר בעלמה

אילוץ או מאי ידיעת העתיד, ההיפך, מתוך ידיעה ובטחון מוחלט בהשגת המטרה, יש מקום להרפיה ושעשוע מכוון. הנהגה זו מכונה דרך ע"י שלמה המלך "דרך גבר בעלמה" (משלי ל', י"ח).

זו, כל עוד הינך שולט במצב - תנודתיות אינה סטייה, כל עוד בידך להגיע למחוז חפצך באופן רצוני -תוכל להרפות את עצמך לשעשועי הרוחות וזרמי השמיים. אל תיבהל אם עולה אתה או יורד מעט כאשר שולט אתה ובכל עת שתחפוץ לתעשת ותנצל את יכולותיך ואת כוחותיך להשגת מטרותיך אין כאן סטייה אלא שימוש נכון וראוי בדרך, כך משתמשים בדרך.

כלל הנשר -תנודתיות היא שימוש נכון ורגיל בדרך ואינה סטייה כל עוד שולט אתה במצב. הנחש אף הוא בא ללמדנו, פונה הוא לשמאל ומיד לימין. אולי לא היה לו טוב בשמאל והחליט לשפר, שוב פונה לשמאל. יתכן וראה שבימין טוב עוד פחות ועדיף השמאל וכך חוזר חלילה מה קורה לו? מדוע הזיגוג הזה? הישר דרכך! קרא לו. "אני הולך ישר" יענה הנחש, כך הולכים קדימה, כך מישרים ע"י פניות חוזרות ונשנות, כך מתקדם נחש. מדגיש שלמה המלך בפסוק "דרך נחש עלי צור", דווקא עלי צור- עלי סלע, כי על חול ניכרות תנועות הנחש ורישומן נותר בחול, כל פניה כל סטייה נכרת והשפעתה ברורה, עלי סלע- עלי צור אין רושם והסטייות לא ניכרות ומשמעותן לא ברורה, אין הן חשובות ואין להן תפקיד בפני עצמן. כל כולן נועדו לשרת את המטרה הכללית את כוון ההתקדמות. יכולים אנו ללמוד שסטייה אינה סטייה כל עוד אין היא מתכוונת לסטייה מצד עצמה ונועדה אך ורק לשרת את המטרה העיקרית.

לעיתים צריך לפנות שוב ושוב על מנת להגיע למטרה הנכספת כמו בסולם, סולם הוא סמל הישרות, הצמד אותו לקיר ישר הרי ייפול, סולם צריך להטות מעט על מנת שיעמוד בטוחה אמנם אין זה "ישר" אך זה הישר של הסולם, ישר ממש כמו קיר- לגבי סולם זה עקימות, הטיה לגביו היא ישר.

כלל נוסף לפנינו **כלל הנחש- סטייה אינה סטייה אם אין בה חשיבות כשלעצמה ומשרתת היא את המטרה העיקרית.** אין כאן סטייה כלל וכלל יש כאן שימוש נכון וישר בדרך.

אניה בלב ים מתנהלת באופן מכוון ומחושב קיים נתיב אופטימאלי והוא מצוין על גבי מפות ימיות מפורטות בדיוק נמרץ הוא מתחשב בכל שרטון הידוע בדרך, מתרחק ממערבולות וממקומות המועדים לפרוענות ונעזר בזרמי הים הקבועים.

"שלושה המה נפלאו ממני וארבעה לא ידעתים, דרך נשר בשמיים דרך נחש עלי צור, דרך אוניה בלב ים ודרך גבר בעלמה"... (משלי ל', י"ח).

דרך דרוכה היא מכיוון שדרכו בה, אחד דרך ועוד אחד ועוד והרי היא דרך, כבושה וסלולה על ידי פסיעות הדורכים. התהוותה תלויה בריבוי ההולכים בדרך ובדריכותיהם בשווה.

דרך היא מערכת כללית משותפת לרבים ומתהווה על ידם. לעומתה מערכת יחסים זוגית היא אינדיבידואלית, פרטית ואישית משתנה מאדם לאדם, כל אחד יוצא לדרכו מנקודת הזינוק הפרטית שלו ואין בה זולתו.

עלילות הדרך ניסיונותיה והרפתקאותיה גם הן בלעדיות לו, ברור שנקודת הסיום אף היא שונה לחלוטין, כל אחד ואחד הצלחותיו וכישלונותיו. מדוע, איפה, מכנה שלמה המלך החכם מכל אדם את מערכת היחסים שבין איש לאשתו, בין גבר לעלמה בכינוי "דרך"?

האומנם דרך היא זו? אכן דרך היא זו. עלינו ללמוד, להעמיק ולהבין את כוונת שלמה המלך בהגדרת המושג "דרך", דרך אינה צמצום או מקובעות, מלאת תנועה היא הדרך, תנודות, שינויים ומרחב תמרון, רב גונית היא ועם כל זאת ועל אף כל זאת דרך היא. התנודתיות אינה סטייה אלא חלק ממרכיבי הדרך ומאופני השימוש הנכון והראוי בה. נלמד זאת מן הדוגמאות בהן משתמש שלמה המלך להמחיש את רעיון הדרך:

הנשר הינו מלך העופות, כוחו עצום ורב נחון בראיה חדה וממוקדת המאפשרת לו להבחין מגובה עצום בפרטי פרטים על הקרקע. הוא נוהג לדאות במרחב האוויר נישא אל- על, על גבי זרם אויר חם ומתרומם איתו לגבהים. כשמתקרר זרם האוויר גולש הנשר בעזרת כנפיו העצומות עד שחש באברותיו שוב בזרם אוויר חם העולה ונוסק עליו כלפי מעלה, שוב גולש ושוב נוסק וחוזר חלילה, מפקיר את עצמו לחסדי הזרמים ולכיווניהם האקראיים, הניתן לכנות התנהגות זו כדרך? לכאורה ההיפך הוא הנכון יש כאן הרפיה ואעפ"כ מגדיר שלמה המלך את התנהגות הנשר כדרך, "דרך נשר בשמים".

הדברים צריכים לימוד ייתכן שכוונתו להורתנו שהנשר מפקיר עצמו במתכוון, אך ורק מכיוון שכוחו רב וסמוך ובטוח הוא שבכל עת שיחפוץ יוכל להגיע למחוז חפצו בקלות, בטחון זה מאפשר לו להשתעשע במרחב האווירי, מתוך תחושה של שליטה מלאה במצב. אין כאן הרפיה מתוך חוסר אונים, חשש,

(המשך בעמוד 13)

דרך גבר בעלמה המשך...

ב"דרך גבר בעלמה", החיים אינם מונוטוניים יש בהם עליות וירידות חלקם טבעיים ונגזרים מעלילות החיים, כלל האונייה - יש צורך להשקיע בחיים במסגרות אחרות, על חשבון המערכת המרכזית- הזוגיות כגון: לימוד, תפילה, עבודה, הורים, ילדים, בריאות, חינוך וכו'. כל העיסוקים הנ"ל מפריעים אמנם לטיפוח הזוגיות במידה זו או אחרת אך הם חלק מן החיים ואי אפשר בלעדיהם יש להיערך לקראתם ולשאת אותם כחלק מן הדרך. לעיתים נדרשת התרחקות בין בני הזוג מתוך צורך באורור וכדי ליצור התקרבות מחודשת רענון וחינוך. התרחקות זו צורך ההתקרבות היא - כלל הנחש- תועלת יש בה לזוגיות, חיובית היא, חלק מן הדרך היא.

חייבים אנו לזכור כי תמיד אנו צריכים להיות בשליטה, להיות יכולים להתקרב, לבנות ולעלות, להתקדם להתחבר ולפייס- כלל הנשר- רק אז השימוש הוא נכון בדרך החיים ומוביל לטוב, לקרבה, למקום משכן לשכינה, אין כאן אקראיות דרך יש כאן "דרך גבר בעלמה".

כל ספן יודע שהים נתון לשינויים בלתי צפויים והוא מלא רוחות משתנות וזרמים הפכפכים. אין כל אפשרות לדייק בנתיב הימי לכן בכל אוניה מצוי נווט, המציין כל הזמן את מיקומה של האונייה יחסית לנתיב האופטימלי ובודק את סטיותה, מורה לספנים לתקן ולהחזיר את האונייה לנתיב הנדרש. אין זה אפשרי להתמיד בנתיב האופטימלי מאחר וזה בלתי מציאותי ולכן צריך לתקן סטיות בעקביות, המציאות יוצרת שינויים והחי במציאות נאלץ לתקן, כלומר סטיות שהן חלק מהמציאות ואין אפשרות לשלוט עליהן ולבטלן יש לבחון את פרטיהן והיקפן ולהיערך לקראתן כראוי בכל האמצעים הנדרשים על מנת לתקן את השפעתן. לא מדובר ברוע או בכשל אלא בחלק מן המציאות הדורש התחשבות ותיקון עקבי.

הנה כלל נוסף לפנינו, **כלל האונייה - מציאות קיימת אינה כשל או סטייה והיא צריכה להילקח בחשבון ודורשת הערכות מתאימה.**

אין כאן סטייה אלא חלק מן הדרך ומתלאותיה. הכללים הנזכרים לעיל מיושמים גם בחיי זוגיות

מרכז שטנר 2, א.ת. גבעת שאול ת"ד 6660 ירושלים מיקוד 91066
טל. 02-6525850, פקס. 02-6525190 amiraml@bezeqint.net

עמירם
שרותי דפוס והפקות

- מעטפות בכל הגדלים
- ניירת משרדית
- כרטיסי ביקור
- פינקסים
- קפסולציות, למינציות
- ספירלות
- הדבקות בחום

- מחלקה לעיצוב גרפי
- חוברות
- פליירים
- עלונים
- פרוספקטים
- הדפסות דיגיטליות
- הזמנות לאירועים

ברית מילה

מוהל מוסמך ומקצועי

ללא מטרת רווח - בכל רחבי הארץ

המוהל ילווה וידריך אתכם ההורים לפני הברית ולאחריה.

הברית נעשית תוך הקפדה מדוקדקת על כללי ההלכה והרפואה

ומתוך שמחה רבה

להזמנות נא ליצור קשר: אביעד לוי - מוהל מוסמך 065-532418



הקונפליקט כאתגר

והמאיים. עם תבונה זו נתפנה רגשית ושכלית לפיתוח מיומנויות לפתרון האתגר ששמו "קונפליקט". וכעת ל"אומנות" הדו-שיח: יצירת אווירה נינוחה ורגועה לפני שמעלים נושא השנוי במחלוקת. להתיישב ביניה שקטה ורגועה ולנתק טלפונים (גם את הסוללריים!) דברו בקול נינוח ונעים, עם הארת פנים. קול גבוה וכועס מערים קשיים רגשיים ומציב מחסומים. לא להסתער על הבעיה עם כל האנרגיה בחמשת הדקות הראשונות. להקדיש דקות מספר לדיבורים על הא ועל דא. להקשיב עד תום בלי לקטוע. האזנה כשלעצמה מעניקה הזדמנות לפרוק רגשות וסלילת דרך לשיחה בונה. מעל הכל, אם תטו אזינכם יש לכם סיכויים טובים לשמוע דברים שלא הייתם ערים או מודעים להם, דבר שיוציא את הרוח מהמפרשים ויהפוך את הויכוח לשיחה ידידותית. לדבר בגוף ראשון, לתאר את המצוקה שלכם, מה מפריע לכם בלי להתקיף ובלו להאשים. נסו למצוא לעיתים את עמדתו של האחר וגלו הבנה לעמדתו של בן הזוג גם כאשר אתם לא מסכימים: הבנה והסכמה הן לא היינו-הך, אולם שילוב אלמנט ההבנה מקרב את הלבבות. לעולם לא להעליב, להשפיל או לפגוע בכבודו של בן הזוג או משפחתו. גם בלהט הויכוח יש לשמור על כבוד הזולת. מילים לא ניתן להשיב ולעיתים קרובות הן משאירות משקעים לאורך זמן. לא ל"ייבא" לקונפליקט הנוכחי ציטטות מויכוחים קודמים. נוהג זה רק מסיט אותנו מהנושא, מרחיק אותנו מפתרון הבעיה הנידונה ומלבה רגשות שליליים. ובכלל, יש לזכור שהנישואין הם לא שדה קרב יש בו מנצחים ומנוצחים. הודאה בטעות היא לא תבוסה, וגם מי שבמקרה זה "צודק" עדיין לא זכאי לכתר של מנצח. יתירה מזו, אין פה כלל שאלה של צדק. מדובר באנשים שונים עם רגשות והשקפות שונות כפי שצינו בתחילת המאמר. ברגע שנמחק מהלקסיקון הרגשי שלנו את רעיון "הצדק" יקל עלינו להגיע לפשרות והבנות. אנו בסך הכל שני בני אנוש השטים יחדיו בין נחשולי החיים וכמהים להגיע בשלום לחוף מבטחים.

קונפליקטים בחיי הנישואין צפים ועולים לא אחת כבר אחרי "השבע ברכות" אם לא לפני כן. שאלות טריוויאליות כגון: היכן נהיה בשבת הבאה? או - האם לקנות מערכת סטריאו או מחשב? הופכות לנושאי חיכוך. עצם הופעת הקונפליקטים עלולה להביא את הזוג הצעיר לחלישות הדעת. היכן השלום, האחוזה והרעות אשר הבית שזה עתה החלו ביציקת יסודותיו אמור להיות מושתת עליהם. אפשר להירגע. מה יותר טבעי ולגיטימי מאשר חשיבה נקודת מבט אישית וייחודית השייכים רק לי. מובא בגמרא, סנהדרין ל"ז: "ולהגיד גדלותו של הקב"ה, שאדם טובע כמה מטבעות בחותם אחד, כולן דומין זה לזה ומלך מלכי המלכים הקב"ה טבע כל אדם בחותמו של אדם הראשון ואין אחד מהם דומה לחברו. לפיכך כל אחד ואחד חייב לומר בשבילי נברא העולם". ובכן היותנו שונים אינו מציאות שלילית שכפתה עלינו, זוהי ברכת שמים שעלינו להכיר בה ולהודות עליה. אני יחיד ומיוחד הריני מטבע נדיר שאין שני לו בכל העולם. מן הבחינה הפיזית והרוחנית אין שניים בכל העולם שזהים זה לזה. לכל אחד מאתנו נקודת מבט משלו, צרכיו, טבעו ומבנה אישיותו. בהתאם לכך קבע הקב"ה תפקיד מיוחד לכל יצור אנושי. תפקיד המתאם רק לו, משימה אשר רק הוא יכול למלא בעולמו של הקב"ה: פלוני מתאפיין ב"יעו כנמר" אלמוני ב"קל כנשר" השלישי ב"רץ כצב"י הרביעי ב"גיבור כארי" וכן הלאה, וכולם מצווים לעשות רצון אביהם שבשמיים. אז אם כ"כ טוב, למה כ"כ רע?.. מדוע ויכוחים ומריבות ממלאים את חללו של הבית, גורמים לניכור וריחוק, עוינות וכעס, לזוגות רבים הזועקים "הצילו!" מאמר זה אינו מתיימר להעמיק בנושא אלא, רק לגעת בו זעיר פה וזעיר שם ואידך זיל גמור.

ראשית לכל, אם נתייחס לחילוקי הדעות הקיימים במערכת הנישואין שלנו כאל דבר "נורמלי" ולגיטימי ההתמודדות תהיה קלה יותר, דברים יקבלו את הפרופורציות הנכונות. ההבנה כי חוסר הסכמה וחילוקי דעות הם לגיטימיים מוציאה את האויר מהבלון הגדול



המכון הישראלי ללימודי נישואין ומשפחה שמח להודיע על פתיחת קורס

"יועצי נישואין - רבניים"

שבחסות האקדמית של היחידה הלימודי המשך, ב"ה"ם לעבודה סוציאלית באוניברסיטת בר אילן ובחמלצת הראשל"צ הרצה"ג שלמחז עמאר שליט"א.

משתתפי הקורס יקבלו הסמכה למנחי נישואין ומשפחה וישתלבו ביחידה מיוחדת להכשרת יועצי נישואין רבניים - יחידה העוסקת בנושאים הלכתיים והשקפתיים הרלוונטיים למקצוע.

משך הקורס: 3 שנים

לפרטים והרשמה: 02-6413242, 058-915978



בעיות בשלום בית? רוצה שיסתדר...!?

מוקד י.ג.ר - יעוץ נישואין ראשוני 1700-5000-65

המוקד הארצי ההתנדבותי ליעוץ אישי, זוגי ומשפחתי בפקוח ועד רבנים ואנשי מקצוע המומחים בתחום.

במי א-ה' בין השעות: 10:00-18:00 מוקד לילה בין השעות: 18:00-24:00 | Email: moked@ynr.org.il

מוקד י.ג.ר יעוץ נישואין ראשוני המוקד הארצי ההתנדבותי ליעוץ אישי, זוגי ומשפחתי - 1700-5000-65

שידוכים בזרמי אבות

לכן צריך להשתדל, שישתייכו המוצעים לשידוך לאותה תרבות לאותו חוג ולאותה קהילה, בעלי רמת פקחות דומה, וללא שוני גדול וקיצוני, בעלי חינוך השקפתי זהה והעיקר שאיפות חיים דומות. כמו כן כדאי להקפיד שיהיו השניים נושאים חן זה בעיני זה ולא שידחפו אותם להחליט, אלא תהיה ההחלטה מרצונם ובהסכמתם.

בחברה הכללית עושים פולחן מיופי וכוח, והדברים בעלי המשמעות האמיתית שהחזיקו את בני ישראל בכל הדורות אינם קיימים, כנתון בחחלטה, אדם הולך אצל ליבו במקום אצל שכלו, ומושפע ממה שיגידו בחברה, ואז לא אחת אנו שומעים על בעיות שנוצרות כתוצאה מהחסר של היתדות האמיתיים של חסד נתינה ואהבת אמת שאינה תלויה בדבר.

אמרו רבותינו: "איזו אישה כשרה? כל שעושה רצון בעלה. (משלי י"ד, א): "אמרו חכמי המוסר, אל תיקח אישה לממון או ליופי, כי הכל ילך וישאר הדופי" (תנא דבי אליהו).

ואמרו בשם ה"חזון איש" זצ"ל, כשלוקחים חתן צריך לשים לב היטב למידותיו הטובות, ולא ללמדנותו, כי יכול להיות בן לשושלת תלמידי חכמים ולמדן גדול, ובשל מידותיו עלולה דווקא אצלו להפסיק השושלת. ולעומת זאת יכול להיות לא למדן גדול כ"כ, אך בעל מידות טובות, ובשל מידותיו תתחיל ממנו שרשרת חדשה של דורות תלמידי חכמים.

הסטייפלר הקדוש כשחיפש שידוך לנכדתו, חיפש שלושה דברים, התמדה, שכל ישר, ומידות טובות. הוא לא חיפש "למדן", הוא אמר ש"ללמדן יש שלום בית תמידי עם הסטנדר והגמרא, מכיוון שהם לא דורשים ממנו כלום, אבל אישה שזקוקה לעיתים לעזרה ליחס הולם למי שיקשיב לה, וידבר על ליבה דברים טובים ומנחמים, זקוקה לבעל עם מידות טובות. כי השקידה המופלגת לא הרגילתו לכך, ומי שהוא שקדן לא בהכרח בעל מידות טובות. אנו חלילה לא חושדים שהסטייפלר הקדוש זלזל אפילו במקצת בהתמדה, ואש התורה שיקדה בו מאירה לכולנו אך הוא ידע בידעה ברורה שמידותיו של האדם הם אלו שמסייעים לנישואין מוצלחים שיביאו לאדם את האשה שתעשה הכל בשביל שיגדל בתורה הלא כבר נאמר "אין מזווגין לאדם אלא עפ"י מידותיו".

אמרו חז"ל "מה אישה לאיש" (מו"ק יח.). דווקא מאת ה', ושום בריה לא תמנע שידוך, או תגרם לכך שבהכרח יתקיים שידוך, כי הכל מאיתו יתברך.

הזהר הקדוש אומר שבמושגים רוחניים מהווים בני זוג ישות אחת. איחודם בקשר נישואין ע"י סיבות שזומנו מאת ה' היא להחזירם למקורם הראשון. בני זוג הם שני חצאי נשמות שהולבשו בשני גופים נפרדים, וקשר הנישואין מאחד אותם.

רבי משה פינשטיין זצ"ל כותב בספרו "דרש משה" (תחילת ויקרא): מה התועלת בבת הקול המכרות "בת פלוני לפלוני"? והשיב, התועלת היא שבת הקול דינה כדן נבואה, וכל אדם חייב בכל יכולתו לעזור להגשים נבואה זו, ולהקים את דבר ה' שבת פלוני לפלוני.

למרות הידיעה הברורה שזיווגים נקבעים ע"י הבורא יתברך, עלינו לזכור שהמרכיב של בחירה חופשית שריר וקיים. כאשר זיווגים נפגשים וגם אלו הבאים בברית הנישואין, הנשמות מכירות זו את זו היטב, אך הלבוש הגשמי עדיין חוצץ ביניהם.

הזיווג אמנם נקבע משמים, אך מימושו נעשה באמצעים "אמצעים" מאד.

לכן קיים חלק ההשתדלות שדורשים מאיתנו. רבותינו מנחים אותנו אך עלינו להשתדל ועל מה לשים דגש, לזכות להקים בית של שלום בנין עדי עד שהשכינה תשרה בתוכו. לא לשבת בבית ולחכות שהשידוך יבוא אליך. אמרו חז"ל: יש שהוא הולך אצל זוווג ויש שזוווג בא אצלו" יצחק בא זיווגו אצלו. "ויצא יצחק לשוח בשדה... וישא עיניו וירא והנה גמלים באים". (בראשית כ"ד, ס"ג). יעקב הלך אצל זיווגו. "ויצא יעקב מבאר שבע".

אנו לומדים מהשידוך הראשון בתורה, על מידת ההשתדלות של ההורים לילדיהם, ועל הקו המנחה לזיווג הגון וראוי. שליחתו של אליעזר עבד אברהם אבינו למצוא אישה ליצחק. הם מחפשים אישה עם תכונות טובות שהם היסוד החשוב לקיום. אליעזר מבקש ליצחק אישה בעלת חסד דווקא, כי מי שהוא בעל חסד ואינו "אנוכיי", הריהו מוכשר לקבל אמת ואף להעבירה לזולת.

"ישתדל האדם לישא אישה ההוגנת לו וראויה להדבק בו... כי לא יהיה דיבוק אמיתי בבלתי דומים, אבל יהיה בדומים בלבד, כי אז יכוונו לדעת אחת". (רבינו עובדיה ספורנו, בראשית כ, כ"ד)

סוגיות לזכרון

שידוכים - סיוע והכוונה לפנויים/ות במציאת בן/בת זוג.

מיועד לציבור: החרדי על כל גונו, דתי לאומי והמסורתי

מטרת המרכז להעניק סיוע והכוונה לפנויים/ות במציאת בן/בת הזוג. בעזרת צוות אנשי מקצוע המתמחים בתחום הנישואין והמשפחה המלווים את בני הזוג ביעוץ, הדרכה והכוונה עד לנישואין

לפרטים: 02-6433232

e-mail: mesima.bishnaim@ynr.co.il



מכון וישראל



◆ **לכט, הראיט מתא הנישואין חשיבות וצרכ צליון.**
◆ **לכט, הצלי הכיון לצולר ולסיוע ופצלי נפש אפיה.**
◆ **לכט, האמוניוים אקבל כלים מקצועיים לצסוק בתחום.**

נפתחה הרשמה למחזור חדש לקורס מנחי נישואין ומשפחה

◆ גברים/נשים – ירושלים ◆ נשים – אזור המרכז

לימודים ייחודיים המשלבים כלים מקצועיים לצד אווירה נעימה ברוח התורה והיהדות ע"י סגל רבנים ואנשי אקדמיה מומחים בתחום הנישואין והמשפחה: הרב שמחה כהן שליט"א, ד"ר עמי שקד, ד"ר אלחנן בר און, ד"ר נפתלי פיש, עו"ד א. אשר רוט, מר אברהם כ"ץ, ד"ר חנה קטן ד"ר רבקה קליין ועוד.
בוגרי הקורס יקבלו תעודה מהמכון הישראלי ללימודי נישואין ומשפחה עם זכאות לצבירת שעות לצורך קבלת תעודה ממשרד החינוך וכן אפשרות לשידרוג מעמדם ל"יועצי נישואין רבניים".

הקורסים מוצגים בצגרים ונשים הכיתות נפרדות

לפרטים והרשמה: 02-6413242 נייד: 058-915978 e-mail: machon@ynr.org.il



קורס להכשרת מדריכות כלות

החלה הרשמה לקורס חדש ומורחב הכולל בתוכו חלקים תאורטיים – השקפתיים וחלקים הלכתיים ומטודיקות להעברתם.
לבוגרות הקורס תוענק תעודה מ"המכון הישראלי ללימודי נישואין ומשפחה".
הקורס יועבר ע"י הרבנית רחל פרץ תחי' וזרבנית אביבה ויסמן תחי'.

לפרטים והרשמה: 02-6413242, 058-915978



מכון "לב טהור"

מרכז ליעוץ עפ"י שיטת הגשטאלט
בנהלת הגב' הבה פרידלנד 02-5710318, 056-784292

ימי עיון לנשים במלון כינר

בנושא: ◆ מודעות עצמית,

◆ תקשורת בין אישית ויעוץ עפ"י שיטת הגשטאלט

כמו"כ במכון: * סדנאות מודעות * יעוץ אישי

המכון הישראלי ללימודי נישואין ומשפחה

שמח להודיע על פתיחת קורס חדש וייחודי

למנחים / יועצים / מטפלים / מדריכי חתנים וכלות / העוסקים והמתעניינים בתחום

"בעקרונות תרפיית הגשטאלט"

הקורס בהיקף של 100 שעות לימוד וכולל חלקים ותאורטיים. חוויתיים והתנסויות. התעודה לבוגרים תוענק מטעם "מכון הישראלי ללימודי נישואין ומשפחה" בוגרי הקורס יוכלו להתקבל כחברים נלווים באגודה הישראלית לגשטאלט

פרטים נוספים: 02-6413242, 058-915978 הקבלה לקורס מותנת בראיון אישי

מכון וישראל



19 שנות ניסיון והצלחה

שיעורים אקדמיים

בנה קינך



יעוץ והכוונה לנישואין ◆ לגילאים השונים ◆ לכל גווי היהדות הדתית מכל רחבי הארץ

לכל רמות ההשכלה והעיסוקים ◆ אפשרות ללא ידיעת המועד/ת ◆ אחוזי הצלחה מרשימים ◆ יחס אישי ◆ סודיות מוחלטת

טלפקס: 02-6242428

ירושלים: רח' המלך ג'ורג' 12 קומה ב'

טלפון: 08-6283263

באר שבע: רח' הפלמ"ח 71 (בסמטה)

טלפקס: 03-6133010

רמת גן: מגדלי התאומים בנין 1 קומה 7 חדרים 732-733 (רח' ז'בוטינסקי 33)

טלפון: 06-77614024

ניס (הרביירה הצרפתית):

טלפון: 06-79933570

פריז:

www.bne-kincha.co.il Email: shiduchim@bne-kincha.co.il