

בס"ד | גליון 61 | אייר-סיון-תמוז תשע"ד מחיר: 25 ₪

כלים שלובים

כתב עת לענייני נישואין, חינוך ומשפחה

לקראת נישואין

מה' אישה לאיש

הרה"ג שמחה כהן שליט"א

ושכנתי בתוכם

הרב דניאל עשור

לקראת כלה

דר' חנה קטן



המוקד הארצי התנדבותי להפניות לייעוץ אישי, זוגי ומשפחתי

1-700-5000-65

ייעוץ טלפוני ראשוני בתשלום: 012-44-90-80-88-04-22



חרדת טבעת

הרב זאב מנדלסון

10-11



מה' אישה לאיש

הרה"ג שמחה כהן שליט"א

4-5



מה נראה לך?

שי יהודאי

30



דרך לחיים

שונמית דרעי

25



כתב העת יוצא לאור ע"י איגוד יג.ר
יועצי נישואין רבניים בישראל (ע"ר)

מנכ"ל: טו"ר מאיר שמעון עשור
עורכת: טל נחום

העלון בפיקוח הועדה הרוחנית
של איגוד יג.ר:

ביד הדין "שערי הלכה ומשפט".

יועץ משפטי איגוד יג.ר:

עו"ד הרב משה רובינשטיין, טו"ר
עיצוב גרפי: בורדו | 054-8418288

הדפסה: אופיס סנטר הפקות

הפצה: חברי איגוד יג.ר, מנויים,
בתי דין רבניים, מועצות דתיות,

מוסדות וארגונים רלבנטיים
ודוכני עיתונים.

כתובת המערכת: איגוד יג.ר - יועצי
נישואין רבניים בישראל (ע"ר)

ת.ד. 34351 ירושלים מיקוד 91343

טל ראשי: 02-6321600

פקס: 02-6321621

כתובתנו באינטרנט:

www.ynr.org.il

דוא"ל: igud@ynr.org.il

ניתן להעביר מאמרים לפרסום

ניתן לקבל מגזין לדוגמא

ללא תשלום.

טל מחלקת מנויים: 02-6321605

כיתות לימוד מרווחות להשכרה

בירושלים / במרכז

לפרטים: 02-6321604

WWW.YNR.ORG.IL

סניף יג.ר ירושלים: רחוב בית הדפוס 30, גב"ש

סניף יג.ר ברק: רחוב ברוך הירש 14



מוקד יג.ר

ייעוץ נפשי ראשוני: 02-6321622

המוקד מעניק שירותי ייעוץ, הדרכה והכוונה על ידי מומחים ואנשי מקצוע.

מוקד לנשים ונערות: 02-6321623 | מוקד לגברים ונערים: 02-6321624

בהכוונת והמלצת גדולי ישראל.

דעתכם חשובה לנו!

אם יש לכם רעיונות לשיפור או

נושאים שהייתם רוצים לקרוא

עליהם, וכל הארה והערה

אחרת, נשמח לשמוע מכם.

igud@ynr.org.il

בחוברת זו ישנם מאמרים

תורניים והיא טעונה גניזה.



הכתובה זה לא מה שחשבתם



הרה"ג רון אל אהרון, יועץ נישואין ומשפחה, אב"ד לממונות נתיבות ויו"ר לשכת הטוענים רבניים בישראל
ronelahron@gmail.com 050-4146956

במסכת כתובות (נד, ב בד"ה אעפ"י): נהגו שכותב החתן לכלה מאה ליטרין אפילו שאין לו שוה פרוטה? ותירצו התוס' שהחיוב הוא מדין הודאת בעל דין כמאה עדים.

ולכן חובה על מדריכי החתנים או הרבנים מסדרי הקידושין לשבת עם החתן מספר ימים קודם החתונה ולבאר לו את מעמדה של הכתובה וההשלכות ההלכתיות והממוניות הנובעות ממנה. יש להסביר לחתן כי אין אנו מתכננים חס ושלום גירושין ותשלום כתובה, אך במציאות החיים מתרחשים אירועים בלתי צפויים. על כן יש לחשוב היטב לפני כתיבת סכום ההתחייבות בכתובה. אף אחד חוץ מהחתן אינו יכול לקבוע את סכום הכתובה ואין לחתן להתחשב בשום גורם בכתבת הסכום, שכן אם חס ושלום יאלץ לשלם סכום זה אף אחד לא יעמוד לצידו בעזרה כספית. כמובן שאין לזלזל במעמד האשה ויש לכתוב סכום ראוי ומכובד על פי מעמדם הכלכלי של הצדדים.

על מנת לדלג על הדילמה והלחץ של מעמד כתיבת הכתובה באולם תהיה אפשרות בה החתן והרב מסדר הקידושין יכתבו את סכום הכתובה (בלבד ללא תאריך וכדו') מס' ימים קודם מועד החתונה שלא בנוכחות אבי הכלה או אנשים נוספים, וכך לא תהיה אפשרות להתערבות חיצונית או לחצים בשיקול דעתו של החתן מאחר והסכום כבר כתוב ואין כתובה חילופית במקום.

לו מעט הבנה, הרי דואגים כולם לומר לו: "אל תדאג, אף אחד לא משלם כתובה היום".

זוהי טעות. הכתובה הינה מסמך הלכתי/משפטי מחייב לכל דבר ועניין. גם אם הייתה מגמה בעבר של בתי הדין שלא לגבות כתובה על מנת לסיים את הליכי הגירושין בין הצדדים בצורה יפה, הרי שהיום מגמה זו השתנתה כליל ובתי דין רבים מחייבים בכתובה ואפילו בסכומים גבוהים. (בבית הדין הרבני בת"א התקיימו מס' דיונים לחיוב כתובה בסכום של 3,600,000 ₪). טענת "לא ידעתי" או "לא הבנתי" לא תעמוד לזכות החתן כפי שמבואר בשו"ע (חו"מ סי' מא סעיף יג).

מועצת הרבנות הראשית לישראל נדרשה לעניין זה בעבר כאשר היו חתנים רושמים בכתובה סכומים מופרזים כגון: עשרה מליון דולר וכדו'. כתיבת סכום שאינו ריאלי בעליל יכול לפגום במהות הכתובה ולהפוך אותה למסמך לא רציני או בלשון חז"ל אסמכתא. על כן קבעה מועצת הרה"ר סכום מקסימאלי של מליון ₪ לכתובה. ראוי לציין כי מסדרי חו"ק צריכים להיות ערים לנקודה זו ולהודיע לחתן כי אין לרשום מעבר לסכום זה.

למרות התקנה, סכום זה עדיין גבוה יחסית, בעיקר עבור חתן צעיר שאך יצא מהישיבה ובקושי ידו מספקת לכסות את הוצאות החתונה. כיצד, אם כן הוא יוכל להתחייב על כל סכום שלא יהיה בכתובה? שאלה זו כבר שואלים בעלי התוספות

קריאות מזל טוב נשמעות מכל עבר, האורחים הרבים נכנסים לאולם, אוריה של שמחה גדולה. הרב מסדר הקידושין נכנס עם החתן לחדר צדדי על מנת למלא את טופס הכתובה, הצלמים עומדים הכן והיד רושמת ביום... בשבת... שמות הצדדים... והנה מגיע הרב לסכום תוספת הכתובה, הוא פונה לחתן ושואל: "כמה לרשום?" החתן הצעיר והמתרגש פותח את ידיו כאומר איני יודע. הרב מחליט על סכום כפי אווה נפשו, בגימטריות כאלו ואחרות או במספרים סמליים למיניהם כגון 555,555. לעיתים מתערב אבי הכלה בטענה כי הסכום המדובר הינו סכום נמוך שמבייש את בתו ועל כן הוא מבקש להכפיל ולשלש את הסכום, והחתן הנמצא באופוריה של יום שמחת ליבו ולפעמים מעט מבושם ממשקה חריף ששתה לפני כן אינו מתנגד והסכום נרשם. הצדדים מצטלמים במעמד החופה עם הכתובה וזאת עוברת לאם הכלה למשמרת עד מאה ועשרים. אך לעיתים עולה הכתובה משאול תחתית והחתן שהינו כבר בעל ואבא, נדרש בבית הדין לשלם את ההתחייבות שחתם עליה בעבר. אז הוא עומד בפני הדיינים וצווח כי לא הוא כתב את הסכום והוא נכתב על ידי הרב ללא הסכמתו, ומי שהחליט על הסכום הוא בכלל אבא של הכלה והוא היה מבולבל ושתוי וכו'.

כמעט בכל המקרים של כתיבת הכתובה החתן לא מבין את המשמעות של ההתחייבות שלו בסכום הנקוב בה. גם אם יש



הרה"ג שמחה כהן שליט"א, ראש ישיבת "נתיבות עולם", מחבר ספרי "הבית היהודי", "תקשורת קהל ויחיד" ו"ביתך שלום"

המיוחדת לנו...שנה שלמה, מעת שנשא אותה. כדי להרגיל הטבע עמה ולהדביק הרצון אצלה ולהכניס ציורה וכל פעלה בלב, עד שיבוא אצל הטבע כל מעשה אשה אחרת וכל עניינה דרך זרות. כי כל טבע ברוב יבקש ויאהב מה שרגיל בו, ומתוך כך, ירחיק האדם דרכו מאשה זרה ויפנה מחשבתו אל האשה הראויה לו".

בהעמקה בדברי ספר החינוך ניתן ללמוד, שמגמת התורה היא לגרום לאדם להבין ולהרגיש שבן-זוגו הוא חלק ממשמטו, ושהאיחוד ביניהם אינו מקרי, אלא מכוון מאת בורא העולם, בהיותו המשך לחיים המאוחדים שחלקו בעולם הנשמות לפני הירידה לעולם הזה. כמו כן, איחוד זה מקדים את חיותם יחד לנצח-נצחים בעתיד, בגן-עדן. במסגרות המין האנושי קיים חיבור כזה כדבר מובן מאליו בין בני המשפחה. גם כאשר קיים עימות חריף בין ההורים לילדים או בין האחים, עדיין נותרת על כנה ההבנה הפנימית כי גם אם קיימים חילוקי דעות, ואף אם מתעוררות מחלוקות, נשארים הם בני משפחה אחת. לעומת זאת, כאשר מדבר בכך הזוג כלל לא ברור לאדם שבן זוגו הוא מחצית ממשמטו, הוא זה שיועד לו ואין לו תחליף. החסר בהבנה ברורה זו משבש את האיחוד הרצוי והתקין האמור להיות בין בעל לאשתו. הרקע למחשבה כי 'שותפי לנישואין אינו

השלום, וממילא השכינה, לא ישכנו בין בני-הזוג מעצמם ובאופן טבעי, אלא רק לאחר שכל אחד מהם יזכך את אישיותו ואת תכונותיו כדי להתאים את עצמו לזולתו. לכן גם ציוותה התורה בספר דברים (כד, ה), את הציווי לכל הבא בשערי הנישואין להשקיע מאמץ בזוגיותו: "נקי יהיה לביתו שנה אחת ושימח את אשתו אשר לקח".

בספר החינוך (מצווה תקפב) מוסבר כי חובה על הבעל להשקיע מאמץ בבניית זוגיותו ולשמח את רעייתו בשנת הנישואין הראשונה. כמו כן, התורה הטילה עליו מגבלות, כדי שיהיה קשור ו'צמוד' לביתו. כל אלה נועדו לגרום שבני-הזוג יתרגלו זה לזה, עד שיראו את עצמם כמהות אחת, ושלא תחלוף במוחם המחשבה כי שותפותם בנישואין היא מקרית, ולמעשה יכול היה כל אחד מהם להינשא לאחר.

מדברי ספר החינוך אנו למדים שהרגשת הקשר בין בני-זוג אינה נוצרת מעצמה ואינה מובנת מאליה, אלא אדם נדרש ליצור אותה בהתמדה במשך שנה לפחות, שנה שבה בני-הזוג אמורים להתגבר על השוני שביניהם, ולהפוך לתא משפחתי אחד. על ידי קיום מצווה זו יחושו בני הזוג שהם בלעדיים זה לזה, לא הייתה ולא תהיה אפשרות למחשבה על זוגיות אחרת, כפי שנכתב בספר החינוך (שם): "...על כן גזר עלינו...שנשב עם האשה

אחת התחושות המטרידות ביותר את האדם במסגרת חיי הנישואין, היא תחושת אי הביטחון והחשש שמא הוא לא נישא לאדם הנוכח. מחשבה שלילית זו, גם אם היא סמויה, משפיעה לרעה על הקשר הזוגי האמור להיבנות מתוך אהבה, אחווה, שלום ורעות. קשר איתן ויציב בין בני זוג חייב להיות שזור בתחושת ביטחון בלתי-מעוררת ששותפי לנישואין הוא בן זוגי המיועד לי מששת ימי בראשית והבלעדי עבורי לנצח-נצחים.

כאשר אדם רוצה להצליח ולהגיע להישגים בכל תחום שהוא, עליו לעמול ולהשקיע מאמצים בכך. ללא השקעה זו, הוא לא ינחל הצלחה ולא יגיע להישגים (רמב"ל בהקדמה לספרו 'ספר ההגיון'). כאשר אדם רוצה להיות מקובל בחברה, הוא חייב להיות חביב אל סביבתו ולשדר לה ידידות (פירוש הרמב"ם על מסכת אבות, פרק א), שכן מעטים הם הסיכויים שהידידות תיווצר מעצמה, ללא השקעת מאמץ. גם כדי שאדם יצליח בחיי המשפחה שלו הוא חייב להשקיע בהם, כפי שאומר הפסוק: "זכו, שכינה ביניהם"

אמור בהכרח להיות בן-זוגי ה'מקורי' והמיועד לי, וכן ייתכן שהוא נשוי לי באופן מקרי, ובאמת לו רציני, יכולתי להתחתן עם מישהו אחר, נוצר מאחר וקודם נישואיו של האדם המצוי, עומדות לפניו לבחירה אפשרויות נישואין רבות. חלק מהן מעשיות וחלקן תיאורטיות. כתוצאה ממגוון האפשרויות, האדם עשוי לראות את נישואיו לבן-זוגי כתהליך אקראי, ולסבור שבמקום בן-זוגי יכול היה להיות, בעצם, גם מישהו אחר.

◀ בן-זוגי הוא הבלעדי

אולי כיון שבמחשבה האנושית קיים ההרהור 'שמא הייתי אמור להינשא לבן-זוג אחר, התואם יותר לאופיי', כותב בעל ספר החינוך שיש לעשות בשנה הראשונה לנישואין מאמץ יתר כדי ש'נתרגל' לבן-הזוג - למראהו, להתנהגותו, לתנועותיו ולרצונותיו, ובד-בבד גם נשלים עם מה שאיננו מקבלים ממנו. כל זאת כדי שקשר הנישואין עמוייהפך למובן מאליו, כפי שאדם רגיל להתנהגותם של הוריו ואינו מתכנן 'להחליפם', בין אם הוא מרוצה מכך ובין אם לא. בין שאר דבריו כותב בעל ספר החינוך: "כי כל טבע ברוב יבקש ויאהב מה שרגיל בו. ומתוך כך, ירחיק האדם דרכו מאשה זרה ויפנה מחשבתו אל האשה הראויה לו". התוצאה של האיחוד המושלם הזו יבוא לידי ביטוי בילדים: "ויוכשרו הילדים שיוולדו להם ויהיה העולם מעלה חן לפני בוראו". בהקשר זה אף ראוי לציין כי האהבה הטהורה של ההורים זה לזה כמשפיעה חיובית על הילדים, כפי שהיא מוזכרת בספר החינוך, מוזכרת גם בספרי הקבלה. שם נאמר שהצלחתם של הילדים, כישרונותיהם ומציאת החן שלהם בעיני העולם, תלויים מאוד בקשר החזק והאמיץ שבין הוריהם (עיי' גם ב'ספורנו', ויקרא יח, ט).

◀ מה' אשה לאיש

ההרהור החולף בראשו של אדם ש'אולי יש בעולם אשה טובה יותר מרעייתי', או 'שמא יש בנמצא גבר המתאים לי יותר מבעלי', אינו בהכרח תוצאה של זוגיות עכורה, ומקורו אינו מתחום המשפחה. הוא נובע מנטייה טבעית המצויה במין האנושי, לשאוף ולהשיג את מה שעדיין לא הושג ולחוות חוויות שעדיין לא נחו (חובות הלבבות, מבוא לשער הבחינה). השאיפה להשגת הישגים חדשים היא ברובה חיובית שכן בלעדיה היה האדם מסתפק במה שיש לו ולא היה מתקדם, לא ברוחניות וגם לא בגשמיות. מאידך גיסא, השאיפה להישגים נוספים יוצרת קשיים נפשיים,

ובראשם תחושת מתח בחתירה לאותו הישג וחוסר השלמה עם המצוי. גם אם הגשים אדם אתגר מסוים שהציב לעצמו, ותחושת הנאה ורגיעה אופפת אותו, לא יעבור זמן רב ותכונת השאיפה להישגים נוספים תציב לפניו אתגר נוסף, ששוב יגרום שהרוגע יהיה ממנו והלאה. בנוסף לכך, בעקבות תכונה זו, האדם נוטה לגמד בערך ובחשיבות של מה

ההרהור החולף בראשו של אדם ש'אולי יש בעולם אשה טובה יותר מרעייתי', או 'שמא יש בנמצא גבר המתאים לי יותר מבעלי', אינו בהכרח תוצאה של זוגיות עכורה.

שכבר יש לו, עד כדי ההרגשה ש'מה שיש לי, אינו טוב דיו', ומכאן הדרך שוב פתוחה להחלטה ללא ספקות שעליו להשיג את מה שעדיין אין לו.

נטייה זו לבטל את ערכם של הישגים קיימים רווחת מאוד בחיי האדם, ובמישורים רבים. היא קיימת גם באשר לקניינים רוחניים וחיוביים, כשאדם מבטל ומגמד את מה שיש לו בתחום זה, ומפני כך אינו מרוצה מעצמו. אנו מוצאים זאת אצל אנשים המתייסרים על חוסר ידע, וזו תופעה המצויה גם אצל בעלי בקיאות מעוררת השתאות בתורה ובמפרשיה, ואצל אנשים העסוקים בהלקאה עצמית על חסר ביראת שמים, כאשר תופעה זו קיימת אצל מי שיש בו יראת שמים, יותר מאשר אצל מי שאין בו. תהליך דומה עובר אדם בהתייחסו לקנייניו הגשמיים: אין הוא מרוצה לחלוטין מדירתו, גם אם היא מרווחת, אין הוא שבע רצון ממכשיריו היוקרתיים, יש לו תלונות על יצרן מכונתו המהודרת, הוא ציפה שרהיטו המפוארים יהיו מרשימים יותר, ואין לו סיפוק מהנופש היוקרתי שהוא עורך... אין פלא, אם כן, שנטיייה זו משפיעה גם לגבי הדבר החשוב שיש לאדם עלי אדמות - בן-זוג, והוא מתייסר במחשבה מוטעית והרסנית - 'אולי יכולתי למצוא מישהו/י טוב/ה יותר'.

מחשבה זו היא אחד מהקשיים הגדולים ביותר שיש למשודכים לקראת קבלת ההחלטה להתארס. לא אחת תטריד אותם השאלה המנקרת: 'שמא יש מישהו טוב יותר מזה הניצב מולי כרגע?' שאלה זו מטרידה גם כאשר המוצע להם עונה על ציפיותיהם מבן-זוגם לעתיד. לכן אין להיבהל ממחשבה זו, והתחבטות בה אינה מעידה על חוסר שלמות נפשית ועל חוסר ביטחון לגבי

ההצעה הנוכחית. היא תצוץ ותעלה בנוגע לכל הצעה אחרת, אם תוצע; שכן המחשבה המציקה הזו אינה קשורה להתפתחות הקשר ולהתאמה בין בני-הזוג, ומקורה בתכונות האדם הטבעיות הנוגעות לכל תחומי החיים, בלי קשר לנישואין.

שאלה זו מנקרת שוב גם בתקופה שבין האירוסין לחתונה ופעמים רבות ממשיכה ללוות את האדם גם לאחר נישואיו. בכל פעם שהוא נתקל בקושי בנוגע לבן-זוגו או באכזבה בעקבות דבר שלא קיבל ממנו, עשוי לחלוף בלבו הרהור: 'אולי יכול הייתי למצוא שידוך טוב יותר'. זאת ועוד: כיון שכל אחד מבני-הזוג מגיע ממשפחה אחרת ובעלת התנהגויות שונות, עלולה להיווצר הפחתה בתחושת ההתאמה, וממילא גם מתחזקת ההרגשה ש'לאמיתו של דבר, בן-זוגי צריך היה להיות מישהו אחר'.

נוסף לכל ההסברים, התשובה לשאלה האם יתאכזב אדם מבן-זוגו או שיהיה מרוצה ממנו, תלויה גם באישיותו של האדם. יש אנשים שתמיד טוב להם עם מה שיש להם, ובאופן דומה הם מתייחסים גם לבן-הזוג. לעומתם, יש אנשים שאינם מרוצים מכל דבר שהם עושים, רואים או שומעים והם מלאי ספקות בכל נושא, ותכונה זו משפיעה גם על התייחסותם לבן-זוגם.

גם אם אדם נתקל בקשיים, את חלקם הגדול הוא עצמו יוצר לעצמו, וחלק אחר נועד מאת בורא העולם לנסותו ולגרום לו למלא את תפקידו עלי אדמות. אדם אינו יכול לברוח מניסיונות אלו, כי הוא אמור לעבור אותם בכל מקרה. לכשתופנם הבנה זו, היא תעזור לאדם להתעלות על קשיים, ואף לראותם כאתגר שנועד לטובתו.

אדם שהאמונה חקוקה באישיותו, מאמין שהקב"ה מוביל כל פרט בעולם. כל פרוטה הניתנת לאדם אמורה היתה להינתן, וכל פרוטה הנלקחת מאדם אמורה היתה להילקח - "אין אדם נוגע בדבר המוכן לחברו אפילו כמלוא הנימה" (יומא לח, ע"ב). בדומה לכך, כל צער הבא על האדם אינו מקרי, אלא נגזר עליו משמים: "ואמר ר' חנינא, אין אדם נוקף אצבעו מלמטה, אלא אם כן מכריזין עליו מלמעלה" (חולין ז, ע"ב). כך גם לגבי מקום מגורי האדם - ביתו של אדם מיועד דווקא לו, ולא לאיש אחר. כך, גם בן-זוגו של אדם הוא המיועד לו מאז ומעולם, כדברי הגמרא (מועד קטן יח, ע"ב): "מה' אשה לאיש".

חברותא או מיתותא

על הצורך ללמוד את חיי הנישואין

פרופסור קלייר רבין | תרגום: ורד איל-סלדינגר



כוחות עמוק, שפעמים רבות יוצא מכלל שליטה. באופן טבעי, רגשותיהם זה כלפי זה נצבעים על ידי כעס ועל ידי המתח שהם שרויים בו. שניהם חושבים לעצמם לעיתים קרובות: "אילולא הילדים, הייתי עוזב/ת". הם מוצאים את עצמם מתנהגים בצורה, שאילו ניסו אותה בעבודה, היו מפוטרים.

רוב הזוגות, למעשה, מתמודדים עם אותם אתגרים. זוגות בעלי מיומנויות יודעים לנהל את הבעיות האלה. אנו יודעים כיום שוויסות רגשי הוא המפתח לשימוש בכל המיומנויות האחרות. המיומנויות האחרות שיש ללמוד הן איך להישאר חיוביים גם כשמתרחשים אירועים שליליים. זוגות צריכים ללמוד למתן את דרך התקשורת שלהם ולשלוט בה, ואיך להתמודד עם כל הנושאים הסותרים שאי אפשר למנוע את התעוררותם. המיומנויות שעל בני הזוג ללמוד לפתח הם:

- « **ויסות עצמי של רגשות:** היכולת להישאר בטוח הרגוע.
- « **חיוביות:** היכולת להעביר רגשות חיוביים על ידי הערכה, הומור, הסכמה וחיבה.
- « **תקשורת:** זרימת מידע חלקה, ודיבור מכבד.
- « **התמודדות עם עימותים:** טיפול בכעס במטרה לפתור עימותים כך שאין מנצח ומפסיד.

אריאלה וציון עברו תהליך טיפולי שבמהלכו הושם דגש על פיתוח מיומנויות אלה. בתחילת הדרך שניהם היו סקפטיים לגבי יכולתן של המיומנויות שילמדו ללמד אותם משהו שאינם יודעים עדיין. אבל כבר מן ההתחלה הם הבינו, שאף שאכן הכירו רבות ממיומנויות התקשורת והשתמשו בהן במקומות העבודה שלהם, הדבר הראשון שעובד בנישואים הוא שליטה רגשית. נישואים ועבודה הם שתי מערכות חברתיות שונות מאוד. גם אם אנו יודעים להקשיב

היחסים הביא אותנו למקום בו אנו יודעים אילו סוגי התנהגות תורמים להצלחת הנישואים, ואילו מהם מנבאים גירושים. המיומנויות הדרושות כדי לשמר את החברות, את ההתלהבות ואת המחויבות, רק מחכות למי שמוכנים להסתכל, ללמוד ולתרגל; לאנשים שמבינים שנישואים הם עבודה קשה, וכדי ליהנות מיתרונותיהם, וכדי ששני בני הזוג יהיו מאושרים, דרושים ידע ומיומנויות ברמה גבוהה.

ניקח לדוגמה את אריאלה וציון. לשניהם מיומנויות מערכות יחסים מצוינות בעבודה. שניהם מנהלים, שעובדים עם סגני מנהלים ועם עובדים. שניהם יודעים את הכללים הבסיסיים של המיומנויות הדרושות לניהול מערכות יחסים טובות, כמו למשל, לדעת לתת מחמאות, עידוד ותמיכה. הם יודעים להתמודד עם עימותים ולפתור בעיות. הם דואגים שהצוות העובד תחתם יהיה מרוצה, על ידי ארגון מסיבות ימי הולדת וסדנאות גיבוש, והם מעניקים תשומת לב מלאה לאקלים הרגשי. הם יודעים שכמנהלים חייבים להיות להם ידע ומיומנות אמיתיים כדי להצליח להוביל את עובדיהם להשגת מטרת החברה. בעבודה יש לכל אחד מהם הכוח ליצור את מה שהוא רוצה, והעובדים צריכים להתנהג בצורה שהם קבעו.

בבית המצב שונה לחלוטין. איש מהם אינו המנהל, ולשניהם סמכות שווה פחות או יותר. הם היו נשואים חמש שנים בלבד כשנכנסו העימותים והמתח למערכת היחסים שלהם, לאחר לידת בנם השני. הם האשימו זה את זה בוויכוחים ביניהם, וכל אחד הרגיש פחות ופחות מוטיבציה לפתור את בעיותיהם. אריאלה רואה את התנהגותו של ציון אגואיסטית המביאה בחשבון את צרכיו שלו בלבד, ציון מגיב בהיאטמות, ומוצא לעצמו עיסוקים מחוץ לבית בכל הזדמנות אפשרית. הם מתחפרים בעמדותיהם במאבק

למרות העובדה הידועה שנישואים מאושרים הם המפתח להצלחה בעבודה, עם ילדים, ובחיים בכלל, החינוך וההשכלה הבסיסיים שרובנו רוכשים במהלך החיים אינם מלמדים אותנו כיצד לבנות חיי נישואין יציבים. כשנישואינו טובים אנו בריאים גופנית ונפשית, ובכל זאת, אנחנו מצפים איכשהו לדעת איך להיות נשואים ללא כל הכשרה.

רוב בני האדם אינם רואים בנישואים משהו הדורש ידע ומיומנות. התפתחותה של מערכת יחסים המביאה אותנו להציג את "האני הטוב ביותר שלנו" לצד השני, גורמת לנו להאמין שכשמתפתח קשר רצוי לא צריך ללמוד שום דבר. הכול יקרה אינסטינקטיבית.

מחקרים הוכיחו את העובדה העצובה ש-60% מן הזוגות הנישואים מעל שבע שנים אומרים שאינם מאושרים יחד. זהו מספר עצום, והוא בעיית עוד יותר משיעורי הגירושים הגבוהים. ובכל זאת, רוב הזוגות אינם רואים צורך ללמוד על נישואים. מרבית בני האדם מאשימים את עצמם בבעיותיהם ורואים את הבעיה בהבדלי האישיות ביניהם. אבל האם לא יתכן שרוב הבעיות בזוגיות נובעות מהיעדר מודעות וידע על הנישואים עצמם? האם לא יתכן שכניסה לנישואים ללא הכנה היא ממש כמו נהיגה במכונית בלי לקחת אפילו שיעור אחד?

בעשרים השנה האחרונות הצטברו מחקרים מדעיים רבים על הנישואים. אנו יודעים כיום אילו סוגי התנהגות ומיומנויות דרושים כדי לשמר את הנישואים כמערכת התומכת שהם אמורים להיות. מדע מערכות

ולדבר, כשאנו כועסים ומתרחמים, המיומנויות האלה מפסיקות להיות זמינות לנו.

אריאלה וציון למדו על ביטוי רגשות ושליטה עצמית. הם מילאו שאלון קצר שגרם להם לראות את השליטה העצמית המועטה שלהם, שהורסת את האינטראקציה ביניהם. במהלך הטיפול הם למדו לפתח מיומנויות בשליטה רגשית, כמו למשל מיומנות פסק הזמן. במיומנות זו זוגות לומדים לנתק מגע כשהם מגיעים לדרגה רגשית שעלולה לסכן את הנישואים. אריאלה אמרה שכשהיא במצב רגשי עצבני וכועס, היא אינה מסוגלת לעצור את ההסלמה ונעשית שלילית מאוד, מה שמניע את ציון לנתק מגע ולסרב לדבר אתה כשהיא כועסת, כי ההסלמה שלה והמעבר לצעקות מכאיבים לו מדי. בני הזוג יצרו חוזה חדש ביניהם. היא הבטיחה להשתמש בפסק זמן כשהיא מתרגזת. הוא הבטיח להניח לה ולתת לה להירגע. היא הסכימה שברגע שתירגע היא תיזום שיחה ותשתמש בפסקי זמן קצרים יותר ויותר, עד שיוכלו לדבר על הנושא ללא הסלמה ובלי שהוא יעזוב את המקום.

זוהי דוגמה אחת מיני רבות בתהליך הלימוד שעברו בני הזוג ששינה את חייהם מן הקצה אל הקצה.

ניתן ללמוד ולהסיק שהתנהגותו של בן הזוג היא אינה תורה מסיני וכמעט כל זוגיות אפשר לתקן, לשפר ולהעצים אך השינוי מחייב לימוד ותרגול של בני הזוג. נישואין, אם כן, ללא ספק מצריכים לימוד ועבודה משותפת. על השניים להיות כחברותא המאירה את עיני בן הזוג ומכוונת אותו במחוזות הנגלים לשניהם בתהליך המשותף. כשיש שותפות בלימוד, מתפתחת חברות, ובני הזוג מסוגלים לחלוק את מצוקותיהם, מה שמאפשר תמיכה מתמשכת אמיתית במערכת היחסים שהיא קרוב לוודאי החשובה ביותר והמשמעותית ביותר בחיינו.



מרכז י.ג.ר.
לימודי נישואין ומשפחה

שמים את הבית במרכז

לימודי נישואין ומשפחה

תכנית תלת שנתית להכשרת אנשי מקצוע לתפקידי ייעוץ, הדרכה, הכוונה והנחייה בתחום הנישואין והמשפחה.

< הנחיית נישואין ומשפחה >
באישור אגף שפ"י [שרות פסיכולוגי יעוצי במשרד החינוך]

< ייעוץ נישואין ומשפחה >
בחסות אקדמית של היחידה ללימודי המשך, בית הספר לעבודה סוציאלית ע"ש לואיס וגב' וייספלד. אוניברסיטת בר אילן

- שילוב של לימודים עיוניים ועבודה מעשית מדורגת.
- הכשרה לעבודה פרטנית וקבוצתית.
- סיוע והכוונה להשתלבות בשוק העבודה.

תוק הלימודים בפיקוח הועדה הרוחנית של איגוד י.ג.ר. בראשות בית הדין "שערי הלכה ומשפט"

< נמשכת ההרשמה >

לימודי תואר ראשון של האוניברסיטה הפתוחה

- תואר B.A. בפסיכולוגיה
- תואר B.A. במדעי החברה והרוח

ASK ABOUT OUR ENGLISH COURSES 02-6321606

לפרטים: 02-6321620 | 03-7160130

סניף י.ג.ר. ירושלים | רחוב בית הרפוס 30, גב"ש
טלפון: 02-6321600, מוקד: 1700-5000-65
סניף י.ג.ר. בני ברק | רחוב ברוך הירש 14
טלפון: 03-7160130, פקס: 03-7160211
WWW.YNR.ORG.IL igud@ynr.org.il

לתלמידי המרכז קיימת אפשרות להשלמת לימודים לתואר אקדמי ע"י אוניברסיטאות בין לאומיות מוכרות.

ושכנתי בתוכם

על קדושת הנישואין במשפחה



הרב דניאל עשור, יו"ר המרכז להסברה יהודית שע"י איגוד י.נ.ר 052-6881713

גם ההטבה או השכר שרצה הבורא לתת לנו ובפועל גם נותן לברואיו המקדשים ומייחדים את שמו.

אנחנו מייחדים את שמו על ארבע אותיותיו המרמזות באותיות 'יה' לעולם הבא והעולם הזה, "כי ב יה השם צור עולמים". באות "יוד" נבראו כל העולמות הרוחניים, כולל הנשמה בהשתלשלות "חלק אלוקה ממעל", ואילו באות "ה" נבראו כל העולמות הגשמיים בדרך של "יש- מאין" כולל כל מציאות החומר והגוף. האותיות "ואו" והאות "הא" האחרונות של שם השם מסמלות את כל בריאת בחינת ה"זכר" מסומל באות "ואו" ואת כל בריאת בחינת הנקבה באות "הא" האחרונה של שם השם.

לא ניתן לחבר חיבור מתקיים נצחי ואמתי של איש ואישה, אלא כאשר כל אחד בפני עצמו נמצא במצב של שליטת הנשמה על הגוף. אחרת שניהם יהיו עבדים המשועבדים לגופם, ונשמתם שבויה בגוף, או במצב של גלות שבה הגוף הוא העיקר והנשמה טפלה, גולה וסורה. כאשר הנשמה שולטת על הגוף

באמצעות החיים והשמחה, או חלילה גם מתוך הצרה והצוקה או כל נגע ומחלה, אף באמצעות המוות. כאשר האדם מגלה את השם בכל המצבים השונים והמשתנים שמזמנת ההשגחה העליונה, ומקדש אותו, בכך הוא מייחד את השם ומביע את התכלית שהכול רק ממנו. הוא יחידו של עולם, הכול בשליטתו והכל רק ברצונו.

מאחר ויסוד היהדות הוא אמונה בטבעו הטוב של ה', ומטבע הטוב להטיב, בהכרח כל ההשגחה העליונה פועלת לטובה בלבד. גם אם התבונה האנושית המוגבלת אינה מבינה או אינה יכולה להכיל את טוב ההשגחה או את דרכה באופן ישיר בשל מוגבלותה, העמידה אל מול פני אלוקים עם מעט ענווה או התבוננות די היה בה לגרום לנו להבין כי "יחוד השם" היא אמת אבסולוטית, גם אם היא אינה עוברת כרגע את ביקורת התבונה המוגבלת שלנו.

עוד מוסיף הרמח"ל כי היסוד הנלמד שיחוד השם או קידוש השם איננו רק לתכלית העמל בכל עבודתנו אותו, אלא שהוא בעצמו

אנו רגילים לקשור את המושג המפורסם קדושה באופן אינטואיטיבי ואינסטינקטיבי עם מסירות נפש, מוכנות להקרבה, צייתנות, נתינה, הבדלות מחיי מותרות, או קידוש החומר, לצניעות ופרישות מן העריות, לייצג את האלוקות עלי אדמות תוך יצירת כבוד והערכה לנציגות השם בעולם. במילים אחרות, קדושה היא קידוש השם, והמוכנות למות על קידוש שמו. אך המושג של קידוש השם אינו מצטמצם רק במוכנות למות על קידוש השם אלא, ואף בעיקר, התכלית היא דווקא לחיות על קידוש השם.

הרמח"ל מלמד אותנו שלב אחד נוסף ועוד יסוד בסיסי, ואולי החשוב ביותר בהבנת עבודת השם, אשר ממילא לוקח אותנו היישר אל תוך קדושת החיים וקדושת הבית היהודי, אל תוך הסוד פנימה. הרמח"ל מבאר עבורנו באחת את תכליתה הנשגבה של התוכנית האלוקית כולה, ומדבר על כך שכל התכלית בבריאת היקום והעולמות היא גילויי ייחודו של השם. המושג יחוד השם מתבצע כאשר אנו מקדשים את השם בכל דרך ואופן, בין



"החברה בישראל בפרט והעם היהודי ככלל מצוי במלחמת תרבות סביב זהותה היהודית של החברה הישראלית. גורמים רבים מבית ומחוץ מנסים להעביר על דת ולבולל את העם היהודי."

לימודי תאולוגיה

בוא ללמוד מקצוע שישלב אותך במערך ההסברה והשמירה על זהותו היהודית של עם ישראל

לימודי תאולוגיה במרכז י.נ.ר. שע"י המרכז להסברה יהודית

הלימודים בחוג לתאולוגיה יאפשרו לך:

- לרכוש כלים מקצועיים להבנת הבעיות בשטח ופתרון המקצועי
- להיות מומחה בתחום התאולוגיה ולתת מענה מקצועי לבעיות הקשורות לאמונה, השקפה, דתות וכתות
- לשלב תחום מרתק בעל חשיבות עליונה, עם התפתחות אישית רוחנית וכלכלית
- לקחת חלק בהקמה של קבוצת איכות בעלת ידע מנצח, לסייע אמתי מול הבעיות הקשות והדרישה הגבוהה לפתרון

ההרשמה בעיצומה!

הקורס הוא שנתי

וכולל 30 מפגשים חד-שבועיים של 6 שעות אקדמיות

התכנית מיועדת לרבנים, מטפלים, יועצים ומרצים בתחומי התודעה היהודית, מנהיגי ציבור וחברה.

רכז התכנית: הרב דניאל עשור, יועץ ומרצה בכיר בארץ ובעולם בנושאים תאולוגיים, מחבר הספר "על פתחה של רומי".

לפרטים נוספים והרשמה:

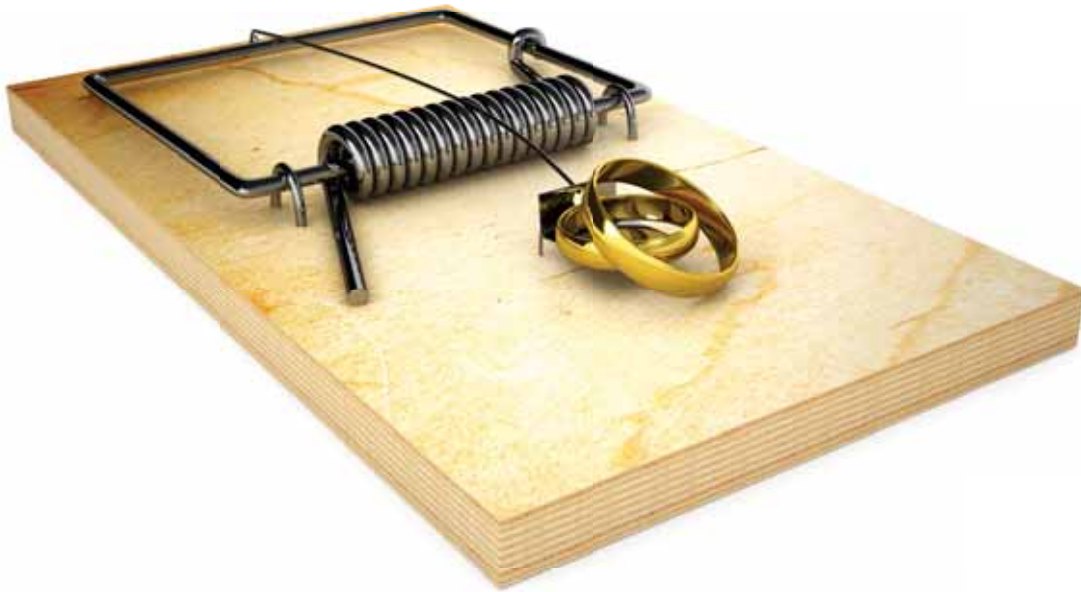
veredasor@gmail.com 052-6881712

באמצעות המצוות אלוקיות אשר מוציאות את אדם "מאורטיגו" (חיים הפוכים) ומקנה לו חיים מאוזנים באמצעות ערכיה המוסרים של התורה, רק אז ניתן לחבר חבור אמתי המתקיים לנצח, ולא אשליה רגעית חולפת, שארוכה ככל שתהיה, היא איננה חיבור נצחי.

כאשר אנו מחברים, מייחדים ומקדשים את שמו אנו גם מתקדשים ומתייחדים על ידו, מפני שהוא משרה עלינו את "קדושתו" ואת "אחדותו" - "ושכנתי בתוכם". הרמח"ל בספר הכללים מלמד כי בששת אלפים השנים של ההיסטוריה הגוף הוא בעל הבית והנשמה היא כמו אורחת, אך ממשיך הרמח"ל שבאלף השביעית הנשמה היא בעלת הבית והגוף הוא האורח. משמעות הדברים היא שכולנו נהיה כמו משה רבינו בהר סיני, היות והגוף יזדכך ויהיה כלי זך המוציא מהכוח אל הפועל את כוחה של הנשמה. השפעה זו תגרום גם לאיחוד רוחני נשגב יותר בין בעל לאשתו, היות שגוף ונשמה, זכר ונקבה, שורשם של אלו הולך ומזדכך, מתקדש ומתאחד באלף השמיני ובאלף התשיעי, עד כי באלף העשירי שורש הגוף ושורש הנשמה, שורש זכר ושורש הנקבה - הכול הופך להיות מזווכ ומטוהר, מקודש ומאוחד בתכלית - עד כי הכול אחד, "אתם קרויים אדם".

מכאן שכל עבודתנו בבית היהודי היא לקדש ולאחד באמצעות עבודה על המידות. אנו עמלים על יסודותיה וראשיתה של האחדות המיוחלת הזו, הנצחית, שבה יתקיים בשלמות "ושכנתי בתוכם" לעולם. אומרת הגמרא בברכות: גם בתפילין של בורא עולם כתוב 'ומי כעמך ישראל גוי אחד בארץ'. לעומת זאת הזה בתפילין שלנו כתוב: "שמע ישראל השם אלוקינו השם אחד". אחד בערכו המספרי שווה שלוש עשרה ועוד אחד, יחדיו שווים עשרים ושש, כמניין שם השם. ה"אחד" של שמע מכוון כנגד ה"אחד" ושניהם מתייחדים. גם "אהבה" בערכה המספרי שווה שלוש עשרה, כך שהאהבה האלוקית לכנסת ישראל מתאחדת עם האהבה של כנסת ישראל לאלוקים וייחוד השם שלם.

הבית היהודי מהווה מרכבה לקדוש ברוך הוא ולשכינה הקדושה בפעולותיו, בתורה ובמצוות. גם הוא באותה המידה נשלם, מתקדש ומתאחד באמצעות השראת הקדוש ברוך הוא ושכינתו בתוכו לעולמים. יש להבהיר כי גדולה מידה טובה ממידת פורענות ולכן אם הגמרא אומרת שלעתיד לבוא הקב"ה מחזיר את הנשמה לגוף ודן אותם כאחד, קל וחומר שכדי לתת שכר גם הוא כך, היות שהנשמה איננה יכולה לקיים מצוות גשמיות ללא גוף. לכן הגוף שותף ומקבל את שכרו בתחיית המתים ובזיכרון אחר זיכרון, עד כי שורש הגוף ושורש הנשמה הכול אחד. וכך הוא גם בענייננו בקדושת הבית היהודי בין איש לאשתו.



חרדת טבעת

בראשית הקשר הזוגי, בתקופה הקודמת לאירוסין, קיימת בקרב בני הזוג ציפייה משותפת לימים קסומים של שמחה ונחת והמתנה נרגשת לקראת נישואין. אולם זוגות רבים חווים מציאות שונה לגמרי, היסוסים וחרדות ממלאים אותם, לבטים, ספקות וסימני שאלה עולים ומרחפים מעל הקשר.

הרב זאב מנדלסון, פסיכותרפיה וייעוץ נישואין ומשפחה - התמחות בייעוץ לקראת נישואין 052-6070066 | 6070066@gmail.com

בדרך כלל לא מרגיעה, שכן פעמים רבות הם חשים את הדהוד החרדה אצל קרוביהם. השאלה העיקרית איתה מתמודדים בני הזוג היא האם זוהי אכן חרדה עליה אמורים להתאמץ ולהתגבר בדומה לחרדות בתחומים אחרים כגון: פחד מנסיעה במעלית, פחד גבהים, חרדת קהל וכדו' או שמא יש כאן תמרוז אזהרה משמעותי שיש סכנה ממשית לעתיד הקרוב והרחוק בהתעלמות מקיומו.

הבשורה הטובה היא, שמציאות זו של חרדה הינה שכיחה מאוד, גם בקרב זוגות שבסופו של דבר יחיו חיים מאושרים מאוד ביחד, וברוב המקרים היא גם נעלמת עם ענידת הטבעת.

אם כן מהו תפקידה של חרדה זו?

אפשר לדמות את החרדה למנגנון אזהרה שנועד להתריע מפני פריצה. בגלל סיבת שונות המנגנון לא מכיל היטב, וגם אם יכנס לחדר זבוב - האזהרה תשמיע קולה למרחקים.

כלומר, ביסודו מנגנון החרדה בא להגן עלינו, כדי שנמנע ממצבי סכנה שונים, אלא

ישנם חתנים או כלות שנשארו בליבם דימוי אידיאלי של בן הזוג המיועד, וכל חריגה, גם מציאותית המחייבת התפשרות והכרה במגבלות, מעלה קושי. ישנם אף שדימו את עצמם בצורה שונה מהדמות המשתקפת לעיניהם במראה בעת יצירת הקשר הזוגי, תופעה שמבלבלת אותם ומעלה בליבם תהיות. לעיתים בגלל מודל זוגי בעייתי שראו בני הזוג בבתי ההורים, נכנסים הצעירים לשרשרת חרדות הנובעות מחוסר בטחון ביכולתם לעמוד באתגרי הנישואין. לפעמים זוהי חרדת החלטה כללית, המצויה בשכיחות גבוהה אצל "לקויי החלטה" ונובעת מדפוס אופי. כולנו מכירים את הטיפוסים שנכנסים לחנות נעליים ואחרי מדידת עשרות זוגות, לא מצליחים להחליט איזה הכי מתאים.

ישנן, אם כן, סיבות רבות ומגוונות העולות להכניס את המשודכים למערכת מטלטלת של רגשות וחוויות. כאשר הסובבים שמים לב ללחץ בקרב בני הזוג, על פי רוב הם מנסים להרגיע בסגנון של "עדי החתונה זה יעבור", האומנם?

הניסיון מראה שאת בני הזוג אמירה זו

האם זוהי נורת אזהרה מפני הבאות המתריעה על הצורך "לברוח" ומוקדם ככל האפשר? או שמדובר בחרדה הנובעת מסיבות מובנות וטבעיות, סביב החלטה משמעותית והרת גורל?

בשפה המקצועית יש המכנים טלטלות רגשיות אלו בשם "חרדת טבעת", חרדה המתרחשת סביב מעשה הקידושין ומסירת הטבעת, שהיא לרוב גם חרדה מפני הטבעת ההולכת ומתהדקת סביב מחויבויות הנישואין.

ניתן להצביע על סיבות רבות הגורמות לתהפוכות בקרב בני הזוג לפני החלטת הנישואין ובתקופת האירוסין. לעיתים ההכנות לחתונה מחדדות את הקונפליקטים בין בני הזוג או בינם לבין ההורים, ואז, פעמים רבות, החדווה והרוממות שבהחלטת הנישואין מתעמעמות מול המתחים הנוצרים סביב אותן הכנות.

ישנם המסבירים שהם חרדים מאובדן החופש שבחיי הרווקות, למרות שהם ציפו בכליון עיניים ליום בו יבואו בברית הנישואין. דווקא כשאותו היום קרב, החשש מפני איבוד החירות, כביכול, עושה את שלו.



CBT פסיכותרפיה קוגניטיבית התנהגותית

ד"ר אהוד דהם Ph.D | ד"ר נפתלי הלברשטאטן | ד"ר עודד בן הרוש Ph.D

**תכנית הבנויה לפי הקריטריונים של איט"ה -
אגודה ישראלית לטיפול קוגניטיבי התנהגותי**

טיפול קוגניטיבי התנהגותי (CBT) הוא טיפול קצר מועד המסייע לבעיות דיכאון, חרדה, כפייתיות וכדומה. יתרון הטיפול הוא בכך שהוא קצר מועד ומאפשר שינוי בזמן קצר יחסית.

מחקרים מוכיחים כי אחוזי היעילות של טיפול קוגניטיבי התנהגותי גבוהים לעומת סוגי טיפול אחרים.



| משך התכנית שנתיים. אחת לשבוע |

« התכנית תכשיר את משתתפיה לטיפול
בשיטה הקוגניטיבית התנהגותית בהתאם
לדרישות איט"ה »

« התכנית תעניק ידע עיוני רחב
היקף ועדכני שילווה בתרגול,
פרקטיקה והעשרת מיומניות. »

« קהל היעד: בעלי רקע והכשרה ב: עו"ס,
ייעוץ חינוכי, טיפול באומנות, פסיכולוגיה,
חינוך מיוחד, ריפוי בעיסוק, ייעוץ נישואין
וכד' »

**ההרשמה בעיצומה
מס' המקומות מוגבל!**

לפרטים: 02-6321612 | ynr.miri@gmail.com

סניף יג'ר ירושלים | רחוב בית הדפוס 30, גב'ש
טלפון: 02-6321600, מוקד: 05-1700-5000
סניף יג'ר בני ברק | רחוב ברוך הירש 14
טלפון: 03-7160130, פקס: 03-7160211
machon@ynr.org.il | igud@ynr.org.il

לחלופי המרכז קיימת אפשרות להשלמת לימודים לתואר אקדמי ע"י אוניברסיטאות בין לאומיות מוכרות.

שכאן הוא פועל שלא במקום, וברגישות יתר.

הדרך להתמודדות במצב שכזה היא, בדרך כלל, התייודות ממשית עם החרדה, הבנת תפקידה החשוב והודאה על כך ששירתה אותנו בנאמנות בעבר. יחד עם זאת, מנגד אנו מעדכנים אותה שכאן ועכשיו היא פשוט מפריעה. במקרים שיש צורך, מומלץ לעשות זאת בסיוע של איש מקצוע מומחה בתחום. כמובן שעל המטפל לאבחן מהו הרצון האמיתי של המתייעץ, מהם הרקע והנסיבות, ובעקבות כך לאבחן האם זו "נורת אזהרה" אמיתית, או שמא "אזעקה מקולקלת". הבירור ייעשה מול בן או בת הזוג ולעיתים עם שניהם יחד מתוך רצון לזהות מהו הרצון האמיתי, הפנימי, והמשוחרר מלחצים, המקנן בליבם של השניים.

ישנם המצפים להתחתן רק מתוך ידיעה וודאית שבן או בת הזוג הוא ההתאמה ו"האמת המוחלטת" עבורם. חשוב לציין ולומר בצורה ברורה: אם תחליטו שזו או זה בן/ת הזוג שלכם - זו תהיה "האמת המוחלטת", שכן זו האמת שעליה החלטתם, ועם בן זוג זה בחרתם לעשות את עבודת חיי הנישואין שלכם.

חשוב שבני הזוג יידעו כי מוסד הנישואין מתבסס על "אי ודאות נתונה". אחרי רמה מסוימת של בירורים, הגזמה בהם עלולה לטשטש את הביטחון והשלווה, ממש כמו בצילום תמונה - ככל שנגדיל ונקרב, הנקודות המרכיבות אותה ייראו מטושטשות יותר.

ניתן לסכם ולומר כי את החלטת הנישואין יש לקבל בשיקול הדעת וברוגע, וככל האפשר בצורה נקייה מלחצים זרים. לאחר ההחלטה צפויות לעיתים לעלות חרדות. אין להיבהל מהן, או לאפשר להן לערער את בסיס ההחלטה, יש לקבלן בבידודות ולתת להן את מקומם הראוי. אולם, אם עוצמתם תפריע להמשך התקדמות הקשר והשמחה בו, ראוי מאוד לפנות בהקדם לדמות המתמחה בייעוץ והנחיה ליחידים או לזוגות לקראת נישואין.

במידה ומדובר בחרדה גרידא - ישנן שיטות שונות לטיפול יעיל בהפחתת הקושי והעומס של החרדה, המאפשרות לבני הזוג להתפנות בשמחה ובנחת להמשך ההכנות הרוחניות והגשמיות לחתונה.

כאשר ההתרשמות היא שישנה אכן בעיה מהותית - גם כאן יש למטפל תפקיד חשוב בליווי, בעיכול ובהפנמת המצב, וביצירת צעדים ופעולות על מנת למעט ככל האפשר במשקעים שעלולים להעיב על קשרים עתידיים, במידה ובני הזוג יחליטו שלא להתקדם בקשר הנוכחי.

ישנן סטיגמות נפוצות העומדות בבסיס החששות, כמו למשל ההנחה כי "אם לפני הנישואין היו כאלה מתחים וירידות במצב הרוח, ודאי וודאי שאחרי הנישואין בעומק מסע החיים יהיה הרבה יותר קשה...". כאן המקום לנפץ סטיגמה זו ולומר בבירור: לרוב אין קשר בין רמת החרדה ומצב הרוח שלפני הנישואין לאיכות הנישואין בעתיד. אולם, מנגד,



מבראשית

שלבי התפתחות הזוג בראשית הנישואין

כל מערכת נישואים, ממש כמו ילד חדש, עוברת תהליך של התפתחות המורכב משלבים רבים. לכל שלב יש את ההזדמנות שלו, ואת מוקד העבודה הזוגית המיוחד לו. הרב אריה אשדת סוקר את מאפייני השנה הראשונה לנישואים ואת ההזדמנויות והאתגרים שהיא כוללת.

אריה אשדת M.A יועץ נישואין ומשפחה, פסיכותרפיסט ורכז התכנית להכשרת מנחי הורים במרכז י.ג.ר. 054-4533450

תהליך טבעי ומבורך, ואין צורך להיבהל ממנו. מאחר ואצל מרבית הזוגות הדברים נראים בשלב זה ורודים ויפים, הם אינם עוסקים בבניין של כלים לפתרון קונפליקטים, משום שעדיין כל אחד מבני הזוג מוכן לויתורים, כדי להימנע מקונפליקט שיפגום את התחושה הנפלאה. כאשר אחד מבני הזוג מזהה תכונה מסוימת שמפריעה לו אצל השני, הוא נוטה להתעלם מכך, ולהתרכז בתכונות הטובות ובהנאה מהקשר.

יחד עם זאת, מתחת לפני השטח, ישנם נושאים שמתחילים להפריע, אך הם עדיין לא מקבלים את תשומת הלב. מבחינה מסוימת אפשר לומר שהלוואי שהיה כך תמיד, משום שאם היינו מצליחים תמיד לראות רק את הטוב בכך זוגנו, יש להניח שהיינו מאושרים הרבה יותר, אבל מצד שני, דווקא בקונפליקטים ישנה הזדמנות לצמיחה, משום שכאשר אדם מזהה תחום מסוים שאינו עובד כשורה בקשר הזוגי, ישנה אפשרות של לימוד ועבודה משותפת שתבנה את הקשר ותרומם אותו. לכן, לאט לאט מופיע מנגנון נוסף, שגורם לבני הזוג לעמוד על ההבדלים, וכך מתחיל תהליך של התפכחות מהחלום

מקדם אותנו לקראת השלב הבא. יש מקום לאושר שאנו חשים תחת החופה, משום שחיי נישואים יכולים לגדל אותנו ולספק לנו תחושת מיצוי עצמי ואושר רב, אבל לשם כך אנחנו נדרשים לעמל משותף של בניה והתקדמות משלב לשלב.

על מנת לאפשר לנו לפתח את החלום הזוגי, בטרם נצלול אל תוך ההתמודדות והעמל, נטע בנו ריבוננו של עולם מנגנון נפשי מופלא, שגורם לנו לראות בתחילת הנישואים כמעט אך ורק את הטוב שבבן או בת הזוג. זהו מנגנון בעל חשיבות רבה, משום שהוא מאפשר לזוג הצעיר להתמסר האחד לשניה וליצור מעין גן עדן משותף, שבו יש רק 'אני ואת', וכביכול אין שום דבר אחר. החוויה החזקה הזאת, חשובה מאוד כדי לספק לנו את האנרגיה הדרושה בהמשך הבניין הזוגי.

זוהי הסיבה שאנחנו רואים זוגות צעירים רבים שאינם רואים כביכול שום דבר סביבם, ומרכזים את כל האנרגיות שלהן זה בזו. חשוב שגם הוריהם של בני הזוג יבינו שבני הזוג לא הפכו לפתע לאטומים לסביבתם, אלא הם עסוקים בבניין הקן שלהם, ולכן האנרגיה כולה מופנית פנימה, אל תוך הקשר הזוגי. זהו

כשנולד לנו ילד חדש, אנחנו יודעים שבטרם יהפוך לאדם בוגר, עליו לעבור שלבי התפתחות רבים, כאשר כל שלב דורש למידה והשקעת מאמץ. לכן, לא נמצא הורים בריאים בנפשם שיתאכזבו למראה התינוק השוכב במיטה ללא מעש. ההיפך הוא הנכון, ההורים מלאים באושר משום שהם יודעים שהתינוק חסר האונים, עוד יגדל ויהיה בוגר לתפארת. חלומות רבים קשורים בתינוק החדש, אבל אף אחד אינו מצפה שהם יתגשמו מיד.

לעומת זאת, כשמדובר בחיי הנישואים, רבים מתחננים מתוך ציפייה בלתי אפשרית שעם לידתה של מערכת הנישואים החדשה, היא תתפקד כמערכת נישואים בוגרת ובשלה. לאשליה זו ישנם יתרונות רבים, משום שהיא מאפשרת לנו את האושר הגדול שאנו חשים תחת החופה, בעת שאנחנו בטוחים שכל החלומות שלנו עומדים להתגשם. מצד שני יש באשליה זו גם סכנות, משום שלא מעט זוגות מתאכזבים כאשר הם מגלים שהחלום דורש שיפוצים לא קלים, בטרם יתממש במלואו.

חשוב לדעת שממש כמו הילד, גם הנישואים עוברים תהליך של התפתחות, כאשר לכל שלב יש חשיבות רבה, והוא

מנחי הורים חינוכיים

באישור אגף שפ"י (שירות פסיכולוגי ייעוצי) במשרד החינוך.
 הכשרת מנחים מוסמכים להנחייה חינוכית עם הורים,
 מורים ומחנכים לשם פיתוח ושיפור כישורים ומומנויות.
התכנית כוללת את יחידות הלימוד הבאות:

- ילדים ונוער בסיכון**
 בשיתוף עמותת אל"י - אגודה להגנת הילד
 הכשרת אנשי מקצוע לעבודה עם ילדים ומשפחותיהם תוך
 העמקת הידע התאורטי והקליני בנושא ילדים ובני נוער.
- נוער נושר ומתבגר**
 הכשרה לעבודה חינוכית עם בני נוער תוך מתן מענה
 מקצועי, אפקטיבי ורגיש לבני הנוער הנושר ומשפחותיהם.
 תופעת הנשירה: אבחון, תסמינים ודרכי מניעה.
- הנחיית קבוצות**
 הקניית כלים ומומנויות במגוון נושאים רלבנטיים
 ותהליכים בהנחיית קבוצות. הלימודים כוללים ידע תיאורטי
 בשילוב פראקטיקה והתנסות אישית.

- מוכר למורים בשנת שבתון.
- מוכר לגמול השתלמות בהתאם למס' הנרשמים.
- הלימודים מתקיימים לגברים/נשים.

פרויקט חדש וייחודי לתלמידי התוכנית
 אפשרות ליישום ועבודה מעשית בהנחיית קבוצות הורים
 בבתי ספר ברחבי הארץ

!! ASK ABOUT OUR ENGLISH COURSES !! uz-0321600

מעוניין להקדיש זמן ומשאבים לבניין התא המשפחתי החדש, ולהישאר בבית ככל האפשר, והאישה, לעומתו, מתגעגעת להוריה ומעוניינת לנסוע אליהם בכל שבת. כדאי שבני הזוג ישבו יחד, כאשר כל אחד ינסה להסביר את עמדת השני ככל האפשר, עד שבן הזוג יאשר שאכן דבריו הובנו. לאחר מכן ינסו בני הזוג למצוא פתרון שיענה על צרכי שניהם. פתרון כזה יכול להיות למשל לנסוע להורים, אבל להשתדל למצוא שם זמן משותף משמעותי רק לבני הזוג, או לנסוע בתדירות נמוכה יותר מרצונה של האישה, אך גבוהה ממה שהבעל מעדיף.

חשוב לציין שגם אם בני הזוג נמצאים ממש בתחילת הנישואים, ובכל זאת חווים קשיים רבים, אין זה אומר שהנישואים אינם טובים, אלא ייתכן שבני הזוג נדרשים לבנות כבר בשלב ראשוני זה את הכלים לפתרון הקונפליקטים, ואת הכוחות שיעזרו להם לבנות את החיים המשותפים בצורה טובה יותר.

במידה ונתקלים בקונפליקטים סוערים חוזרים ונשנים, ומתקשים מאוד לפתח שיחה יעילה שתועיל לבנות את הנושאים השרויים במחלוקת טוב יותר, כדאי לא לחכות, ולבקש סיוע של יועץ זוגי. בשלב כזה, בו התסכול והמרירות עדיין לא השתרשו, הייעוץ עשוי להיות קצר בהרבה ממה שיידרש במקרה שמערכת הנישואים תמשיך כך, וכך יחסך מבני הזוג סבל רב ומיותר.

שלב זה, של מאבק הכוחות יכול לחזור גם בשלבים שונים במהלך חיי הנישואין. חשוב לציין שכל האמור נכון ומתאים לכל זוג, גם לאלו שעברו מזמן את שלב ראשית הנישואין והשנה הראשונה. אף פעם לא מאוחר "לחזור אחורנית" ולבנות דפוסי תקשורת מיטיבים שכן כל זמן שהנר דולק אפשר עוד לתקן.

הרחבה על תקשורת נכונה ניתן למצוא בסידרת סרטונים חינוכית שפורסמו באתר של אריה אשד בכתובת: www.reim-ahu.vim.weebly.com

הוורוד שבו הזוג היה שרוי עד כה. התהליך מתרחש אצל כל זוג בשלב אחר, וזוגות רבים חווים בשלב זה תקופה לא קלה של מאבקי כח וקונפליקטים. בני הזוג שגילו את ההבדלים ביניהם, מתחילים ללחום כל אחד על שלו, ולנסות לשנות זה את זה, בהתאם לדמות בן הזוג האידיאלי שציירו לעצמם בני הזוג בטרם נישאו.

בני הזוג מגיעים לשלב זה מבלי שהכינו בתחילה דרכים יעילות לפתרון קונפליקטים, ולכן התחושות העיקריות המלוות את השלב היא אכזבה, עלבון וחרדות לגבי ההמשך. לא מעט זוגות מעלים בשלב זה לראשונה גם את המילה גירושין על דל שפתותיהם, וגם אם אינם מעיזים לבטא זאת, המחשבה על כך נוטה לחלוף בראש מידי פעם. הפער בין התקופה הראשונה בראשית הנישואין לתקופה זו קשה מאוד, והוא תופס את בני הזוג לגמרי לא מוכנים.

על מנת להיערך נכון לשלב זה, חשוב קודם כל לדעת שזהו שלב נורמאלי, שברמה זו או אחרת מלווה זוגות רבים לאחר תקופת יצירת הקשר הראשוני והאופוריה המאפיינת אותה. זהו שלב חשוב מאוד להמשך התפתחות הקשר מאחר והוא נועד על מנת שבני הזוג יזהו את ההבדלים ביניהם וילמדו לפתח חיים משותפים, על אף ומתוך ההבדלים הללו.

חשוב מאוד לקבוע זמנים לשיחה משותפת, ולא לנהל את כל הקונפליקטים רק מתוך כעס ומריבה. הכעס גורם לקונפליקט לצוף, אבל לא מאפשר פתרון אמיתי. לכן לאחר שנרגעים מהכעס יש לשבת יחד ולשוחח ברוגע על המקרים והרגשות הנלווים להם. מומלץ להתחיל את השיחה בכך שכל אחד יאמר כיצד הוא מבין את עמדתו של בן הזוג, ולאחר ששתי העמדות הובנו כראוי, יציע כל אחד מבני הזוג פתרון שיכלול התייחסות לשתי העמדות.

לדוגמה: אם בני הזוג מוצאים את עצמם בקונפליקט סוער לגבי תדירות הביקור אצל ההורים: הבעל

זוג או פרד

קונפליקט כהזדמנות להעמקת הקשר הזוגי

שאלות מפורום המומחים של י.ג.ר

טלי כהן M.A יועצת נישואין ומשפחה 052-3820012 | taltcc@gmail.com



שאלה ?

אני נשואה טריה. ב"ה, התחלנו את חיינו המשותפים ברגל ימין, יש לנו קשר טוב שכולל תקשורת פתוחה וכנה, הבנה ושיתוף. אך לאחר תקופה של מספר חודשים ראשונים, אני מרגישה שקצת "נחתנו" למציאות, וכשצריך להתמודד עם חיי היום יום, פתאום אנו מוצאים את עצמנו חלוקי דעות בהמון נושאים. בתקופת השידוכים דיברנו ובררנו עמדות בנושאים מהותיים הקשורים להשקפת עולם, אמונה ויראת שמיים, ואכן בנושאים אלו אנחנו תמימי דעים, לפחות עד עכשיו... אבל דווקא בנושאים הקטנים של שגרת החיים אנחנו לא מסכימים. אני לא מרגישה שיש לי את הידע והכלים להתמודד - האם לותר או לעמוד על שלי? ואיך להגיב? והאם זה נורמלי או שיש בכך עדות שמהווה לא בסדר אצלנו?

תשובה !

חילוקי דעות הם דבר טבעי בחיי נישואין. העובדה שהחלטה להינשא היא משותפת לשני בני הזוג אינה מחייבת אותם להיות תמימי דעים בכל מה שהחיים מזמנים להם. מהרה יתברר להם, לעיתים אפילו תוך תקופת ההיכרות שלפני הנישואים, שיחד עם תמימות הדעים בנושאים עקרוניים רבים, עדיין ישנם נושאים רבים בהם דעותיהם חלוקות. חילוקי הדעות נובעים מהשוני בין בני הזוג: שוני מהותי בין איש לאישה, שוני בסגנון האישיות ושוני בסגנון החיים. שכל אחד גדל בו, וכבר אמרו לנו חז"ל ש"כשם שפרצופיהם שונים כך דעותיהם שונות".

בחירה מודעת ולא מתוך תסכול או חשש. זוגות הנמנעים מלהביע את רצונותיהם וצרכיהם מחשש להתלקחות מריבה יתקשו לבנות קשר עמוק ומשמעותי.

על מנת שנצליח למנף את הקונפליקט לצמיחה זוגית ולהעמקת הקשר אנו זקוקים למיומנויות תקשורת שהחשובה בהן היא יכולת ההקשבה. הקשבה מוגדרת כיכולת להיות עסוקים בשני מבלי להיות עסוקים בשיחה פנימית, כלומר זוהי יכולת לעצור את העצמי האישי ולתת לבן הזוג את המקום הנדרש מתוך רצון כן ואמיתי ללמוד ולהבין אותו. ההתעניינות תהיה אמיתית באדם שבו, באישיות שלו, בחוויות שהוא חווה ובהרגשות שהוא מרגיש. כשבני הזוג ילמדו להביע את רצונותיהם תוך הקשבה אמיתית אחד לשני, הקונפליקטים לא רק שלא יזיקו לקשר אלא יעשירו, ירוממו ויעצימו אותו.

בדקו את עצמכם:

- האם אתם מרגישים שאתם מבינים את נקודת מבטו של בן זוגכם?
- האם אתם מקשיבים לרגשותיו של בן הזוג נוסף למסר המילולי?
- האם שאלתם את בן זוגכם, אי פעם, אם הוא מרגיש שאתם מקשיבים לו?

כיצד נראית הקשבה פעילה?

- שפת גוף מאפשרת ונעימה, קשר עין וריכוז.
- שמיעה נטולת ביקורת ושיפוטיות.
- שהייה עם הדובר - לא קוטעים את דבריו
- שיקוף ושיתוף הדובר במה שהבנו מדבריו.

פעולה אמיתית של הקשבה בונה אמון, מעודדת פתיחות ומביאה לשיתוף פעולה והפחתת מתחים, ובניית קשר יציב ואיתן לאורך השנים.

למרות ששוני לגיטימי בין בני הזוג, עליהם לדעת ליישב את המחלוקות בדרך של הידברות ומתוך הסכמה. מריבות חוזרות ונשנות בזוגיות יוצרות קונפליקטים רבים, כעסים, משקעים ופערים שללא התמודדות נכונה יהיה קשה מאוד לתקנם. בהיעדר תקשורת חיובית עלולה להיווצר תחושת ניכור והתנתקות בין בני הזוג. את אט אט הם חשים שהמשותף ביניהם הם רק עניינים טכניים: המגורים בדירה משותפת, הדאגה לפרנסה ולילדים, אבל לא המערכת האישית שלהם.

לעומת זאת חילוקי דעות יכולים להוות הזדמנות מצוינת להיכרות מעמיקה יותר של בן הזוג: היכרות עם רצונותיו, ציפיותיו, חולשותיו וכאביו, וממילא ליצור קשר רגשי וקרוב. כך שלמעשה הסוד לשמירה על חיי נישואין טובים ויציבים אינו טמון בהיעדר עימותים אלא באופן שבו הם מתנהלים.

המוטיב החוזר במריבות בין בני זוג הוא האופן השונה לחלוטין בו תופס כל אחד את העובדות. עלינו להיות מודעים שמה שמובן לי אינו בהכרח מובן מאליו לבן הזוג ומה שבראש סדרי העדיפויות שלי לא בהכרח מצוי גם אצל בן זוגי. בחיי נישואין, ובמערכות יחסים בכלל, אין נכון או לא נכון, צודק או לא צודק. ישנם שני בני זוג שחושבים, מרגישים, מתנהלים ומגיבים אחרת.

קונפליקט נוצר כאשר יש התעלמות מהרצונות של בן הזוג ומהצרכים שלו. באופן פרדוכסלי גם התעלמות של עצמנו מהרצונות שלנו תגרור אותנו לקונפליקט. אמירה כגון: "למען השלום תמיד ויתרתי" משמעותה היא שאותו בן זוג שמרגיש קורבן חיי הנישואין לא הביע את הרצונות והצרכים העמוקים שלו. עומקו של הקשר נבנה כשכל אחד מבני הזוג מבטא את הייחודיות שלו והמקום המיוחד לו. אומנם יש חשיבות לגמישות ולוויתור בזוגיות, אך כשהם נעשים מתוך

הודעה חשובה לציבור

בתקופה האחרונה הגיעו לוועדת האתיקה של איגוד י.נ.ר. תלונות המעידות על כך כי ישנם אנשים המציגים מצג שווא ומציגים עצמם בפני הציבור כיועצי נישואין או מטפלים מומחי י.נ.ר.

חשוב לנו להבהיר:

איגוד י.נ.ר. הינו איגוד מקצועי המאגד תחתיו מזה 15 שנה אנשי מקצוע יראי ה' שומרי תורה ומצוות אשר עברו הכשרה של 3 שנים לפחות ועומדים בפיקוח קפדני תורני, השקפתי ואתי.

כל יתר היועצים והמטפלים העובדים באופן עצמאי ואינם חברי איגוד-

אינם נמצאים תחת פיקוח האיגוד ואין אנו לוקחים אחריות על

התנהלותם המקצועית.

חשוב להבהיר כי לא כל תלמיד או בוגר הכשרה בתכנית כזו או אחרת מומלץ לעסוק בתחום אלא אם הוא רשום תחת איגוד מקצועי.

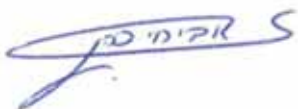
ניתן לצפות ברשימת חברי איגוד י.נ.ר. באתר י.נ.ר. בכתובת: www.yanar-int.com

או בעלון כלים שלובים.

לכל שאלה, ברור והבהרה ניתן לפנות לאיגוד י.נ.ר. בטלפון: 1700-5000-65

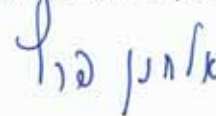
הרב שלום אביחי כהן M.A

יו"ר הנהלת חברי האיגוד




הרה"ג אלחנן פרץ שליט"א

אב"ד שערי הלכה ומשפט





חברי איגוד י.נ.ר. איגוד י.נ.ר. יועצי נישואין רבניים בישראל (ע"ר)

אהרונוב גבריאל

טוען רבני
רחוב גבורי ישראל 4 כניסה ב', בני ברק
050-4116177 | 03-5743343
AHRONOVG@GMAIL.COM

אביב רבקה

מנחת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
חנה סנס 6/2, בני ברק
054-7203212 | 077-3298631
rivka18@013.net.il

אביכזר רות

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת הורים
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
מגשרת | ספרוויזרית
שי 7, רחובות
052-2215684 | 08-9467646
ruth684@gmail.com

אבינועם יצהרי

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
מדריך חתנים
מגשר | מגשר משפחתי
דוד אלעזר 9/2, רעננה
a@ay4u.net | 054-6410460

אביני יאיר

ספרוויזר
יועץ נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסט | מנחה קבוצות
מדריך חתנים | ייעוץ נרטיבי
חפץ חיים 18/3, מודיעין עילית
050-4188877 | 08-9741389
yairav@neto.net.il

אביצור שמואל

מנחה נישואין ומשפחה
הדף היומי 11/1, תל אביב-יפו
050-4112168 | 03-6440621
ashmuel@012.net.il

אברהם רותי

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות | מגשרת
ד.ג. מזרח בנימין ת.ד. 5, בית אל
052-8630065
ruthy@global-report.com

אגבשוב רבקה

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
חנקין 10/6, תל אביב-יפו
054-3454460 | 03-6047317
info@denir.net

אהרוני בנימין

מגשר | מגשר משפחתי
טוען רבני | בורר
ת.ד. 6828, ירושלים 5739675
050-7739675 | 054-6426896
beny6126@zahav.net.il

אוברלנדר משה יוסף, M.A.

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה הורים
פסיכותרפיסט
מנחה קבוצות
דובר שלום 13, קריית בעלז, ירושלים
052-7611166 | 02-5371903
habait.vehanefesh@gmail.com

אופק אלה

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת הורים
נחל נחשון 5/11, בית שמש
054-6455841 | 02-9926466
ellaofek4@gmail.com

אורלי פופקין

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת הורים
מטפלת בשיטת אימאגו
בן ציון 2/34 קרית משה, ירושלים
052-9503229 | 02-6512013
daorpu@gmail.com

אורנוב מלי, M.A.

יועצת נישואין ומשפחה
יועצת חינוכית
מנחת הורים
יהודה הנשיא 18/8, פתח תקווה
mali12@neto.net.il | 03-9320343

אזולאי רוחמה M.A.

מנחת נישואין ומשפחה
יאיר שטרן 36 ת.ד. 18099, קרית ארבע
052-8854113 | 02-9963011

אטיאס פנינה

יועצת נישואין ומשפחה | מנחת קבוצות
052-7155029 | 02-5838554
ניימן 8/7 נוה יעקב ירושלים
pninattias@walla.com

איבגי סמדר

מנחת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
הקשת 2, תל אביב-יפו
052-4785198 | 03-6811536

איזדופר חיים אלעזר B.A.

יועץ נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסט
מנחה קבוצות
מדריך חתנים
יהודה הנשיא 28, קרית ספר
052-7641090 | 08-9285793
chaim.a@orange.net.il

הרב אייל אונגר, Ph.D.

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה הורים
פסיכותרפיסט
מנחה קבוצות | מגשר
אנה פרנק 8/3, רעננה
054-8404260 | 077-3003152
eyal@enativ.com

אילן משה

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
משעול פסמון 7, באר שבע
052-8119872 | 077-7110135
ilanml12@gmail.com

אלדר טלי שרה

התמחויות
יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית | מגשרת
נחום 10, ירושלים
050-7635816 | 08-9719570
tali189@bezeqint.net

דוד אירית

עורכת דין וטוענת רבנית
נוף איילון ת.ד. 166 שוהם 4
050-9790482 | 08-9790482
davidlawyer@gmail.com

אלי גדי, הרב, M.A.

מנחה נישואין ומשפחה
רחוב שיבת ציון 6
ד.ג. מזרח בנימין, כוכב יעקב
054-5465493 | 02-9973763
gadely@walla.com

הרב אליהו בן סימון

יועץ נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסט | מגשר
מדריך חתנים | מנחה קבוצות
רב משיב בתחום המשפחה
רחוב הלל 5 דירה 11, אשדוד
elibs@walla.com | 054-8445421

אלמליח יעל

יועצת נישואין ומשפחה | מנחת קבוצות
הפלמח 52, אור יהודה
050-2498968 | 077-9337514
yael1010@neto.net.il

אמאייב חגית

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות | מגשרת
האלה 7, עכו
050-8718767 | 077-7501493
Bshnaeem@gmail.com

אנקרי חגית, M.A.

מנחת קבוצות | פסיכולוגית
הרב קוק 36/1, רמת השרון
054-4780049 | 03-5408070
hagitankri@gmail.com

אסיג דבורה

פסיכולוגית חינוכית
שאולזון 14/16 הר נוף, ירושלים
052-7137712 | 02-6529506
dyjesa@gmail.com

אסקל אפרים

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות | מגשר
יהונתן בן עוזיאל 32/17, אלעד
050-4143017 | 03-9098529
AFRAIM3@GMAIL.COM

אקשטין חביבה

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
שחל 68/2 גבעת מרדכי, ירושלים
050-4180246 | 02-6788808
havin10@gmail.com

אראל חנוך, M.A.

פסיכותרפיסט | מגשר
רנס 7, קרית מוצקין
050-8574209 | 04-8705346
hanocher@walla.com

הרב ארביב יוסף

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות | מגשר
רח' יצחק הלוי 38, חולון
050-8334127 | 052-7672677
arvivyosef@gmail.com

אריאל לביא

פסיכותרפיסט
ת.ד. 103, אלון מורה
052-6070466
ariellavi11@gmail.com

אריאל רחל

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות | מגשרת
מדריכת כלות
מס' 130, מושב בית גמליאל
052-4498254 | 08-9430545
pinariel@gmail.com

אריה אשד, M.A.

יועץ נישואין ומשפחה
יועץ חינוכי | ספרוויזר
מנחה הורים | מנחה קבוצות
מטפל בשיטת אימאגו
בורר | ייעוץ נרטיבי
מושב נווה, ד.ג. הנגב
aeshdat@gmail.com | 054-4533450

ארנוב יעקב, M.A.

יועץ נישואין ומשפחה | פסיכותרפיסט
מנחה נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות | מגשר
נוף איילון, ת.ד. 81, נוף איילון
052-7203140 | 08-9286472
jacb56@gmail.com

הרב אשר מלכה, Ph.D.

יועץ נישואין ומשפחה | מגשר
רחוב נעמת 28/1, חיפה
050-8344448 | 077-3245673
ashermalka10@walla.com

אשר רוני, B.Ed.

יועץ נישואין ומשפחה
יועץ חינוכי | מנחה קבוצות
רח יפו 217, ירושלים
(מול תחנה מרכזית בכניסה לעיר)
050-5974300 | 02-9961912

הרב בהר דוד

מנחה נישואין ומשפחה | מנחה קבוצות
שערי תורה 18 בית וגן, ירושלים
054-8420177 | 02-6426896

בזגלו ציון

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
מנוחה ונחלה 1/8, רחובות
054-6120336 | 08-9456593

בוקצין מיכאל, M.A.

יועץ נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסט | מגשר
ד.ג. לב השומרון, יצהר
mikebu@neto.net.il | 054-2273970

הרב בטיטו מאיר

יועץ נישואין ומשפחה | מנחה קבוצות
ר' מאיר בעל הנס 46/12, באר יעקב
050-2002102 | 08-9281995
ravmb2010@gmail.com

הרב ביטון אליאב

טוען רבני
בנים ממשיכים 28, ירחיב
054-8409083 | 03-9030505
eliav.btoen@gmail.com

בינובובי אברהם

מנחה נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
שקד 215 ד.ג. מזרח בנימין, מעלה מכמש
050-6375145 | 02-6522618
avbirenboim@gmail.com

בלומברג אסתר

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
עוזיה 18, ירושלים
050-5657218 | 02-5662277
bar-mutav@013net.net

בלמס גילה

מנחת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
הגרא 2/10, פתח תקווה
052-3581197 | 03-9340534
gila.bil@gmail.com

בן כליפא נירית

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
סביון 8, רכסים
050-4119062 | 04-9847019
nirit@arachim.org

בן נתן נעמי

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
פסיכותרפיסטית | סופרוזיוריט
גבעת שאול 17 כניסה ד', ירושלים
052-7456815 | 02-6513778
nbennatan@gmail.com

בן שטרית שמואל

מנחה נישואין ומשפחה | מגשר
חיי טייב 14/5 הר נוף, ירושלים
050-8759664 | 02-6523875
bens652@gmail.com

בנימין רות

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות | מגשרת
ישיבת שעלבים ת.ד. 17,
ד.ג. שמשון שעלבים
052-8118542 | 08-9790371
rut.binyamin@gmail.com

בער מאיר

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות | מדרין חתנים
האדמור מגור 35, בני ברק
054-8425258 | 03-5707031
mayerbar@gmail.com

בקר הנרי

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה הורים | מטפל משפחתי
המשנה 8/2 אשקלון
054-4615331 | 08-6753479
chaibeck@gmail.com

בר זוהר יעקב

מדרין חתנים
שלומציון המלכה 2/4, פתח תקווה
054-8418515 | 03-9343468
uf0102@iec.co.il

בר כץ ראובן

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
עמק יזרעאל 22, בני ברק
052-5616360 | 052-5616360
reuben@moreshet.co.il

בר ששת ניסים

יועץ נישואין ומשפחה
צפניה 9/9, בני ברק
050-2915280 | 03-5785892
nisim508@walla.com

ברויאר רחל

יועצת נישואין ומשפחה
יועצת חינוכית | פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות | מגשרת
מאמנת אישית ומשפחתית
מתתיהו 1, בני ברק
050-4114498 | 03-5745379
rachel@broyer.biz

ברונר אורי

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
ת.ד. 303, ראשון לציון
uribroner@gmail.com | 050-8750737

ברון ידידיה

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
נחל רזיאל 4/4, רמת בית שמש
052-2771737 | 02-9912927
yedidya@ysmz.org.il

ברנשטיין משה

פסיכותרפיסט | מגשר
פרץ 3/6, נתניה
529770452 | 09-8656771
mosheber5@gmail.com

ברקוביץ זיו

טוען רבני
קהילות יעקב 9, פתח תקווה
050-6925410 | 03-9098765
bzil2@nana10.co.il

בש שמואל

מנחה נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
חזון איש 11/14, בני ברק
054-8405233 | 052-7114131
shmuel2844@gmail.com

גוטליב יעקב, M.A.

מנחה נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות | מדרין חתנים
לוי אשכול 18/1, רחובות
077-9313271 | 08-9390802

גוטפריד אסתר

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
מנחת יצחק 16/17, ירושלים
052-7128833 | 02-6235210

גולד אלכסנדר ישראל,

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות | מגשר
רח' פרץ מרקיש 7 נווה שאנן, חיפה
054-8470785 | 04-9040287
g216711@netvision.net.il

גולדשטיין יוסף

יועץ נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסט | מנחה קבוצות
ת.ד. 41126 רחוב אבינדב 18, ירושלים
054-8445551 | 02-5400945
yosef.goldshtein@gmail.com

הרב גולדשמיד יצחק, M.A.

יועץ נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסט
מנחה קבוצות
מדרין חתנים
בית וגן 115, ירושלים
052-7630830 | 02-6419347
goldc@neto.net.il

גורדצקי דונה

יועצת נישואין ומשפחה
שביל הנשר 6/2, עכו
052-4655157 | 04-8228758
dogo13@inn.co.il

גיל אור

מנחה נישואין ומשפחה
קשת, רמת הגולן
052-8348546 | 04-6960546
dvashmisela@gmail.com

גירון נחום מנחם

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה הורים | מנחה קבוצות
התמכריות
שמעיה 16/2, אלעד
050-4119091 | 03-9329853
nachum13@neto.bezeqint.net

ד"ר גלאס יהונתן

יועץ נישואין ומשפחה
מגשר | מטפל משפחתי
מגשר משפחתי
גישור בשיתוף פעולה | בורר
ת.ד. 71150, ירושלים
054-5985906
glassmediation@gmail.com

גלבוע אלה, M.A.

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
מטפלת משפחתית
מדריכת כלות
מגשרת משפחתית

גלבוע 25, נווה שאנן, חיפה
050-7815012 | 04-8236377
amir.gilboa@hotmail.com

גלבוע חיים

יועץ נישואין ומשפחה
הרב לוי 11 רמת גן
058-6706971 | 03-5745039
haim@zug.org.il

גלבוע רותי

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
קרית ארבע 306/28, קרית ארבע
054-7788492 | 02-9963195
ruthgil10@gmail.com

גלבשטיין נתן נטע

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות | מדרין חתנים
שיכונים חדשים ת.ד. 507, כפר חבד
natang8@gmail.com | 054-6761152

הרב גלזמן חנוך חן

יועץ נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסט | מנחה קבוצות
שאגת אריה, מודיעין עילית
050-4171131 | 08-9297950
chanochchen@gmail.com

גלטר אמיר, B.ed.

מנחה נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות | התמכריות
אימון אישי ומשפחתי
הרקפת 15, עלי
052-8209368 | 02-9409852
glater@neto.net.il

גליקסברג אפרים

מגשר | טוען רבני | בורר
שלום סיוון 8, ירושלים
057-3120780 | 02-5710780
ephraim1@014.net.il

גלר צבי

טוען רבני
פנחס בן יאיר 17/16, אלעד
050-7664874 | 03-9096847
sgeller@zahav.net.il

גמליאל אברהם, M.A.

יועץ נישואין ומשפחה
מטפל משפחתי
רמת צבי 835 תד 3791, זכרון יעקב
054-8409197 | 04-6390583
debgamliel@gmail.com

גראוור מלכה, M.A.

יועצת חינוכית | מנחת הורים
מנחת נישואין ומשפחה
אורי צבי 9, פתח תקווה
054-6490900 | 03-9331448
malca-g@zahav.net.il

גרוסמן שמואל

מנחה נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
זנגוויל 11/8, קרית יובל, ירושלים
052-5802242 | 02-6415426
t0525802242@gmail.com

גרזון טליה

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית | מנחת קבוצות
מגשרת | מדריכת כלות
רבי יהודה הנשיא 16/24, מודיעין עילית
050-4153290 | 08-9741595
taliagar1@gmail.com

גרין פנינה, B.A.

יועצת חינוכית | פסיכותרפיסטית
מאמנת אישית ומשפחתית
קהילת יעקב 60, בני ברק
052-7134431 | 03-6780562
pninagr@gmail.com

גרמן סמדר

יועצת נישואין ומשפחה
052-3224644 | 04-8120888
edva@012.net.il

גרשי רוחמה

מנחת קבוצות | מגשרת
יועצת נישואין ומשפחה
ת.ד. 23628, ירושלים
050-4142702 | 077-9330412

המשך: חברי איגוד י.ג.ר - יועצי נישואין רבניים בישראל (ע"ר)

דאי יצחק

יועץ נישואין ומשפחה | בורר פסיכותרפיסט | מנחה קבוצות הרב ינאי 28/6, אשדוד 052-7618852 | 08-8564956 yad-beyad@012.net.il

דהן לימור

מנחת קבוצות | מגשרת מאמנת אישית ומשפחתית יועצת נישואין ומשפחה בן גבריאל 7/6 ארנונה, ירושלים 052-3753836 | 02-6723294 limorlimoridd@gmail.com

דומנוביץ משה

יועץ נישואין ומשפחה הרב זווין 71/2, נוה יעקב, ירושלים 050-6208298 | 02-5853535 moshedom@gmail.com

דור-און (סובל) צילה

יועצת נישואין ומשפחה יועצת חינוכית | מנחת הורים מגשרת | מגשרת משפחתית ת.ד. 61077, ירושלים 057-7241979 | 02-6258349 tsilador@gmail.com

הרב דרעי רחמים

יועץ נישואין ומשפחה מנחה קבוצות הרב רייפמן 19, תל אביב-יפו 054-6457101

דרעי שונמית

יועצת נישואין ומשפחה מנחת קבוצות | מדריכת כלות יגאל 3, בני ברק 052-2314040 | 03-5782229 shulide@netvision.net.il

הוך שלמה

יועץ נישואין ומשפחה מנחה קבוצות | מדריך חתנים קוטלר 9 ג', גבעת שאול, ירושלים 054-8422672 | 02-6512672 shlomorh@neto.net.il

הולצברג צבי

יועץ נישואין ומשפחה מנחה קבוצות מנחה קבוצות ת.ד. 192, אלקנה 052-8905070 | 03-9331191 zviholtz@gmail.com

הירש ברנדי

יועצת נישואין ומשפחה מנחת קבוצות מטפלת משפחתית מאמנת אישית ומשפחתית פנחס 11/1, פתח תקווה 052-2871961 | 03-9300891 bh2468@gmail.com

הירש שי

יועץ נישואין ומשפחה מנחה קבוצות | מדריך חתנים 3118/1, טלמון 052-8836373 | 02-9934090 shayhrs@gmail.com

הלי דורית P.hd

יועצת נישואין ומשפחה פסיכותרפיסטית | מנחת קבוצות מטפלת משפחתית הרטום 16/21, נתניה 052-4700498 | 09-8610785 dorith4@gmail.com

הלוי נאוה, M.A.

יועצת נישואין ומשפחה יועצת חינוכית הלל 7, קרית אתא 050-4204782 | 04-8440327 navahalevy@gmail.com

המבורגר שוקי

יועץ חינוכי הזית 143 צופים, ד.ג. שומרון, שומרון 057-6676210 | 09-7676072 shoki48@walla.co.il

הה שירלי

מאמנת אישית ומשפחתית ההדס 4, קרני שומרון 054-5757469 | 09-7941610 whshirley@gmail.com

הולד אברהם

יועץ נישואין ומשפחה מאמן אישי ומשפחתי יצחק 7/12 ת.ד. 363, טלז סטון, קרית יערים 052-8013838 | 02-5337066 avrahamchaim613@gmail.com

הולך אלעזר

יועץ נישואין ומשפחה מנחה קבוצות ברכת אברהם 24/6, רמת שלמה, ירושלים 054-8418686 | 02-5871329 etwallach@gmail.com

הולף נחמה, B.A.

יועצת נישואין ומשפחה מטפלת משפחתית בורכוב 66/6, קרית אתא 527162843 | 04-8441125 avi.wolf204@gmail.com

הייל חיה

יועצת חינוכית ירושלים ברים 8/5, רמת שלמה, ירושלים 052-7642155 | 02-5713584 hayavale@gmail.com

וינשטיין שיינדי

מנחת נישואין ומשפחה אבן גבירול 8, אלעד 052-5715714 | 03-9096386 s0525715714

וייס בצלאל

יועץ נישואין ומשפחה מנחה קבוצות אבן גבירול 42 דירה 15, אלעד 052-7675187 | 03-9073086 shifrawe@gmail.com

וינברגר גבריאל

מנחה נישואין ומשפחה ת.ד. 61, שבי שומרון, שבי שומרון 052-3317444 | 09-8612665 telehesd@bezeqint.net

וינד נפתלי

יועץ נישואין ומשפחה מנחה קבוצות צפניה 39, רושלים 052-7612820 | 02-5328201 melech2000@walla.com

ויסנשטרן אלחנן

יועץ נישואין ומשפחה האדמור מצאנז 71/1, מושב מתתיהו elchananv@gmail.com | 050-4138250

וירזבינסקי ורדה, M.A.

יועצת נישואין ומשפחה מנחת הורים | מנחת קבוצות סופרווירית בן זכאי 50/7, בני ברק 057-7729897 | 03-6197529 vardavir@walla.co.il

הרב וירניק נפתלי

יועץ נישואין ומשפחה פסיכותרפיסט מנחה קבוצות מגשר | סופרווירית התמכרויות | ייעוץ נרטיבי רח שלמה בן יוסף, אשדוד 057-3100550 gmail.com@3100550

ורון תמר, M.Sc.

יועצת נישואין ומשפחה מטפלת משפחתית 13 מושב מתתיהו, ד.ג. מודיעין עילית 058-6720213 | 08-9144713 tamarvaron@gmail.com

ורס מזל, B.A.

מנחת הורים פסיכותרפיסטית | מגשרת מאמנת אישית ומשפחתית דרך הנוף 195/1 ת.ד. 75, בית חורון 052-2275365 | 02-5367167 mazalv@gmail.com

ושדי איילה, B.A.

יועצת נישואין ומשפחה מגשרת | פסיכותרפיסטית מנחת קבוצות מגיני הגוש 110, אלון שבות 050-6845856 | 02-9932353

זיו עדי, M.A.

יועצת נישואין ומשפחה מגשרת | יועצת חינוכית פסיכותרפיסטית הבשן 1/1, נתניה 052-8801265 | 09-8871096 adi@orziv.com

זמיר אוריה

יועץ נישואין ומשפחה מגשר משפחתי מנחה קבוצות | מגשר חנקין 98/5 כניסה ב, חולון zamir@kabala-oria.net | 050-4846136

זקן אופיר נטע

יועצת נישואין ומשפחה עורכת דין מנחת קבוצות מגשרת משפחתית ורשבסקי 19/12, הר חומה, ירושלים 052-7732585 | 02-6765867 netalaw1@gmail.com

זר צביקה

פסיכותרפיסט ד.ג. ערבות הירדן, מצפה יריחו 052-5665274 | 02-5900654 tegilad@bezeqint.net

חדד אורית

יועצת נישואין ומשפחה מנחת קבוצות מדריכת כלות שקמה 7, אשדוד 052-8586036 | 077-3002093 shalom1818@neto.net.il

חזניוב בת שבע

יועצת נישואין ומשפחה שמואל וינברג 14, בני ברק 054-9133515 | 03-6165002 bat-7@hozainov.com

חיה גור

יועצת נישואין ומשפחה מוסטובוי 6, פתח תקוה haygur@gmail.com | 050-6381117

חיימוביץ הדסה, B.Ed.

פסיכותרפיסטית מנחת נישואין ומשפחה מנחת קבוצות רופין 2/2, שדרות 052-7202633 | 08-8677916 chaimovitz@neto.net.il

חלא ברכיה

יועץ חינוכי מנחה נישואין ומשפחה האצל 154/8, צפת 054-4235768 | 04-6973303 brechya@gmail.com

חלוצי שרה לימור

יועצת נישואין ומשפחה מנחת הורים | מנחת קבוצות ייעוץ נרטיבי | פסיכותרפיסטית הסיגלית 17, חדרה 052-7687347 | 04-6227403

טאובר יצחק

מנחה נישואין ומשפחה קדימה 15 רמות א, ירושלים 054-4443005 | 02-6428068 izikt3@gmail.com

טפלר חיה

יועצת נישואין ומשפחה מנחת קבוצות מנחם בגין 86, פתח תקוה 057-3144454 | 03-9092945

יהודאי שי

יועץ נישואין ומשפחה נופי זהב 169, עלי זהב 052-6582248 | 03-5246629 shaiyeh@gmail.com

יהודית מצליח

יועצת נישואין ומשפחה מנחת קבוצות שער אריות 6/14, אשדוד 052-8782280 | 08-8543097 youditm@gmail.com

יזאב עקיבא B.A.

יועץ נישואין ומשפחה פסיכותרפיסט | מנחה קבוצות דרך מגדיאל 7/2, הוד השרון 050-8742823 | 09-7405199 yoavo@netvision.net.il

יזאל בוקשפן

מנחה הורים מנחה קבוצות | מגשר הריטבא 12/3, מודיעין עילית 052-7110126 | 89790796 yoelbu@neto.net.il

יוסף אמנון

יועץ נישואין ומשפחה מנחה קבוצות יוסף הראה 25, רחובות 057-8002003 | 077-2007787 az1234@neto.net.il

יעקובי ציפורה

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית | מנחת קבוצות
מאמנת אישית ומשפחתית
אלקנה 12 א, ירושלים
054-8448452 | 02-5003570
zipora@kikartravel.co.il

ירושלמי נורית

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת הורים | מנחת קבוצות
ספיר 3, הר שמואל, גבעת זאב
050-4134456 | 02-5823156
nurityr@gmail.com

ישר גבריאל

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה הורים | מנחה קבוצות
מגשר | מגשר משפחתי
אצל 36, נתניה
shab18@bezeqint.net | 052-3333146

ישראל אברהם

יועץ חינוכי | התמכרויות
מגשר | מגשר משפחתי
אגסי 32/5, הר נוף, ירושלים
050-6747513 | 02-6524057
yisraelav@gmail.com

הרב ישרים יאיר מאיר

עו"ס
ירושלים 11, פתח תקווה
050-5988106 | 03-9303385
yairmeir78@gmail.com

כהן אילה

מנחת נישואין ומשפחה
ד.ג. לב השמרון, איתמר
054-8008865 | 02-9975118

כהן אורה

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית | מנחת קבוצות
משק מס 58, ד.ג. מגידו אליקים, מחוז צפון
050-2359466 | 04-9591678
ora50c@017.net.il

כהן אסתר

מגשרת | מאמנת אישית ומשפחתית
מגשרת משפחתית
בן איש חי 27/5, בית שמש
054-5996124 | 02-9991128
ester8281@gmail.com

כהן בת שבע

מנחת הורים | מנחת קבוצות
הלשם 2 הר שמואל, גבעת זאב
050-4485091 | 02-5714140
bat7.cohen@gmail.com

כהן גאולה

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות | מדריכת כלות
טרומפלדור 19 ברנע, אשקלון
054-6784996 | 08-6731466
geulayermiaho@gmail.com

כהן ורה חנה, B.A.

מנחת נישואין ומשפחה
מושב בית מאיר 57, בית מאיר
054-5703442 | 02-5343250
cohen.vera@gmail.com

כהן חן

יועצת נישואין ומשפחה | מנחת קבוצות
פתחיה 25, בני ברק
058-3155050 | 077-2007169
h.leshanot@gmail.com

כהן מימי

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
הגדוד העברי 4, קרית אונו
050-5764217 | 03-5353928
gilr@kono.matnasim.co.il

כהן מרדכי

מנחה הורים | מגשר | מגשר משפחתי
אהרונוביץ 47, בני ברק
054-2254045 | 054-2254045
moti060@hotmail.com

כהן עוזרי טיראן

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
האצל 27, רמת גן
052-8814214 | 077-7009280
tiranco@gmail.com

כהן שלום אביחי, M.A.

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה הורים | פסיכותרפיסט
ספרוויזר | מנחה קבוצות
מאמן אישי ומשפחתי
מדריך חתנים | יעוץ נרטיבי
מבוא התנאים 1, אשדוד
avichai@ksharim.org.il | 08-64-888-67

הרב כהנא משה מרדכי

טוען רבני | בורר
ת.ד. 11, יד בנימין
054-4411640 | 08-6729727

כחול אריאל

מנחה נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות | מגשר
מדריך חתנים
אבן עזרא 4/1, ראש העין
050-6985759 | 03-9382763
arielca@zahav.net.il

כספי גילי

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת הורים | מנחת קבוצות
שד ירושלים 43, מעלות-תרישחא
054-6682770 | 04-9978352
770isnow@gmail.com

לאה אוהיון

מנחת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
מושב נחושה 2/2, נחושה
052-6552538 | 08-8522720
leaoh555@gmail.com

לב שמעון

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
מאמן אישי ומשפחתי
מגשר | מגשר משפחתי
הרב שך 25, בני ברק
052-7640476 | 052-4446473
levssh@gmail.com

לביא תהילה

מטפלת משפחתית
סמטת הרב זינגר 21, גבעת שמואל
050-4050471 | 03-5323579
lavi.tehila@gmail.com

לודמיר אברהם B.ED

יועץ נישואין ומשפחה
יועץ חינוכי | פסיכותרפיסט
מאמן אישי ומשפחתי
שרי ישראל 6א, ירושלים
057-3108007 | 02-5370041
ludmir@enativ.com

לוין ארי, Ph.D, דר

יועץ נישואין ומשפחה
מטפל משפחתי
מושב נוב ד.ג. רמת הגולן, נוב
drlevine@015.net.il | 04-9984271

לוין טובה

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
נתיבות המשפט 50/4, מודיעין עילית
054-5885835 | 08-9740319
Tlevine32@gmail.com

ליבוביץ ציפורה

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
יהודה הלוי 19, נתניה
050-2110305 | 09-8331542
tzipo78@walla.com

מאדא יצחק

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה הורים | מנחה קבוצות
גירושין בשיתוף פעולה
חניטה 85/1, חיפה
052-7633318 | 04-8120655
Maddar100@gmail.com

מאדא מרגלית

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת הורים | פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות | מגשרת
מטפלת משפחתית | מדריכת כלות
שדרות ירושלים 51/2, אשדוד
052-4500532 | 08-8559725
magima55@walla.com

מהדב נורית

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
הדובדבן 115, בית שמש
050-4145594 | 02-9920408
nuritm04@gmail.co.il

מויאל יוסף

יועץ נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות | מדריך חתנים
ת.ד. 3049, אשדוד
054-4718463 | 08-8665041
yosefmoal@gmail.com

מועלם שמואל, הרב

מנחה נישואין ומשפחה
מירסקי 19, ירושלים
050-4119359 | 02-5868469
mualem@arachim.org

מורדוף אהוד

יועץ נישואין ומשפחה
מדריך חתנים
מנחה קבוצות
מאמן אישי ומשפחתי
חי טייב 13/4 הר נוף, ירושלים
052-2871679 | 02-6519138
ehudm@netvision.net.il

מורדוף מלכה

מנחת הורים | מדריכת כלות
כצנלסון 82 ב, בת ים
052-8768045 | 03-5080602
mm01@zahav.net.il

מורדוף מנחם, B.A.

יועץ נישואין ומשפחה
מדריך חתנים
פסיכותרפיסט | מנחה קבוצות
כצנלסון 82 ב, בת ים
052-3350080 | 03-5080602
mm01@zahav.net.il

מזרחי יסכה

מגשרת
מגשרת משפחתית
טוענת רבנית
מצפה נבו 31/3, מעלה אדומים
050-7454247 | 02-5356693
yiskam2@gmail.com

מייזלס אתי

יועצת נישואין ומשפחה
יועצת חינוכית
זית שמן 25/10, אפרת
050-7434179 | 02-9932417
etimei@gmail.com

מילר רונית, B.A.

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
ספרוויזרית
בורכוב 47, הרצליה
050-4165244 | 09-9557008
mronit@etrog.net.il

מלאכי אהרון, B.Ed.

יועץ נישואין ומשפחה
יועץ חינוכי
מנחה קבוצות | מגשר
עוזיאל 51/8, בני ברק
052-7634985 | 03-6744983

מלול מיכאל

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
אסתר המלכה 14/2, נתניה
052-4257589 | 077-3294321

הרב ממן אריאל, B.Ed.

מגשר | טוען רבני
היובל 5/14 ת.ד. 466, נתיבות,
052-4877686 | 08-6279633
ariel@smartdivorce.co.il

ממן דלית

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות | מגשרת
מאמנת אישית ומשפחתית
הדרור 34, מברשת ציון
054-6583854 | 077-9100853
dalitmanan2@gmail.com

מנדלכאום משה, B.A.

מנחה נישואין ומשפחה
פסגות 270 ד.ג. מזרח בנימין, פסגות
054-5449156 | 02-9975574
info@m-m-sh.com

מנדלסון זאב

יועץ חינוכי | פסיכותרפיסט
התמכרויות
מנחה נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
שרץ 6, רעננה
052-6070066 | 09-7426537
zeevmen@walla.co.il

מנלה רבקה, B.A.

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
הקבלן 63 הר נוף, ירושלים
057-3118779 | 02-6514978

מסיקה הדר

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
ההגה 23/5, רחובות
054-6761270
nof.a@memunah.org.il

המשך: חברי איגוד י.ג.ר - יועצי נישואין רבניים בישראל (ע"ר)

מסיקה שרה, B.A.

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
מאמנת אישית ומשפחתית
מטפלת משפחתית | מדרית כלות
אורים, 8 חולון
050-4199226 | 03-5032813

מקסימוף מאיה

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
מאמנת אישית ומשפחתית
אהרונוביץ' 14, בני ברק
052-6232141 | 36181005
maximovemaya@gmail.com

מרב לביא

יועצת נישואין ומשפחה
צ"ג בנות 37ראשון לציון, בני ברק
050-8262770
mlavi.lichyot@gmail.com

מרדכי שטרן

יועץ נישואין ומשפחה
מדרץ חתנים
ארלוזורוב 10, פתח-תקוה
052-6089071 | 08-6521719
stermnoti@gmail.com

מרצי רחל

מנחת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
האלה 11 א' מעלה אדומים
052-6688486 | 077-5324252
rachela01@gmail.com

מרציאנו יוסף יצחק

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
מאמן אישי ומשפחתי
דובדבן 12/7, לוד
052-3331540 | 08-9251505
yossefm01@gmail.com

מרקוביץ בנימין

יועץ נישואין ומשפחה | מגשר
ד.ג. מזרח בנימין, כוכב יעקב
050-8801275 | 02-9975638
binrim@hotmail.com

מרקוביץ שלום

יועץ נישואין ומשפחה | מגשר
יועץ חינוכי
פסיכותרפיסט
מנחה קבוצות
תפוח 1, לוד
052-6071596
shalommarko@gmail.com

נגר אבשלום

מגשר | מגשר משפחתי
טוען רבני
רמב"ם 3/17, אלעד
050-4766211 | 050-4766211
n.avshalom@gmail.com

נוראל רות

יועצת נישואין ומשפחה
הנוף 12, סביון
052-4200711 | 03-9337501
ruti@3144.co.il

נחום טל

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית
שמואל לופו 10 תלפיות, ירושלים
054-8119588
talnahum.ynr@gmail.com

נחום מרגוליס

טוען רבני
הרצל 134/2, צפת
052-7157657 | 46923954
nachummarg@neto.net.il

נימן מרים

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
סופרוויזרית
מימון 36/3 | בני ברק
052-6130280 | 03-6195251
miriamneiman@walla.com

הרב ניר חגי, M.A.

מתמחה בנישואים שניים
יועץ נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסט
מנחה קבוצות
מגשר | ייעוץ נרטיבי
הרב אריה בינה 17/13
הר חומה, ירושלים
052-8622339 | 02-5355205
hagaynir1@gmail.com

נסכך אבי

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
מדרץ חתנים
מרומי שדה 23, מודיעין עילית
052-3070009 | 08-9744416
avi.nesbach@gmail.com

נתן גליק, רב, MA

יועץ נישואין ומשפחה
מטפל משפחתי
גדעון בן יואש 45/19, אשקלון
08-6735234 | 077-4007410
orhahechal@hotmail.com

סבן יונתן

מנחה הורים
סוקולוב 36/26, בני ברק
052-7605642 | 03-6188140
yonthan73@neto.net.il

סודאי יובל

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
ר טרפון 5/5, בית שמש
052-7682251 | 02-9916153
sudaiyubal@gmail.com

סידי כרמלה, M.A.

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית
שזר 31, חיפה
052-7656947 | 04-8247122
carmella.sidi@gmail.com

עמדי גדי

יועץ חינוכי
מנחה נישואין ומשפחה
ברואיר 5/1 בית וגן, ירושלים
050-4119310 | 02-6437466

עמר אילנה

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות | מדרית כלות
הנביאים 33/3 אשקלון, גבעת ציון
052-3394000 | 077-7009910
ilana27_a@walla.com

עמר גליה (טליה)

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
בן ציון 20/11 כניסה ג, ירושלים
050-6535065
galia.talia@gmail.com

ענדען ישראל

טוען רבני | בורר
ת.ת. 86, ערד
052-7638888 | 08-9953050
ev0527638888@gmail.com

עשור מאיר שמעון, Ph.D.

יועץ נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסט | מנחה קבוצות
מגשר | מגשר משפחתי
טוען רבני | בורר
בית הדפוס 30, ירושלים
meir.s.asor@gmail.com | 054-2111288

פוני ישראל

מטפל משפחתי
בגין 27/5, גבעת שמואל
050-5967026 | 03-6189269
mpuni@walla.co.il

פיטוסי זקלין יסכה, B.A.

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית | מנחת קבוצות
קרית גת, הקוממיות 52
054-5656347 | 08-6883092
isca1951@walla.co.il

פיליפ אורית, B.A.

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת הורים | פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
נחל ערוגות 7א, רמת בית שמש
052-2793896 | 02-9952326
hlkt@012.net.il

פינטו רוני, M.A.

יועצת נישואין ומשפחה | מנחת הורים
פסיכותרפיסטית | מנחת קבוצות
הבעל שם טוב 1 ת.ת. 33, קרית יערים
054-4794648 | 02-5341577
doobal@doobal.com

פישר רחל, M.A.

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת הורים | פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
ד.ג. עמק שורק, בית גמליאל
054-6600113 | 08-9437846
rahelfisher@gmail.com

פלק מרב

מנחת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות | מגשרת
מגשרת משפחתית | טוענת רבנית
עורכת דין
ד.ג. עמק בית שאן, שדה אליהו
054-5640985 | 04-6096985
meravfalk@walla.com

פרידמן אורית

יועצת נישואין ומשפחה
רח' גדיד 12 ת.ת. 461, ניצן
050-2237242 | 08-6847126
oritfrie@gmail.com

פרידמן זהבה גולדי M.A.

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
מגשרת
מאמנת אישית ומשפחתית
ראבד 25, בני ברק
052-7650198 | 03-6187552
fridman31@bezeqint.net

פרימן יונת

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
עמרם גאון 3 גבעת שאול, ירושלים
050-4131674 | 02-6535633
054-9412633
meirpriman@gmail.com

פריס מלכה

יועצת נישואין ומשפחה
מאמנת אישית ומשפחתית
מדרית כלות
עציון 2, כפר סבא
054-3979264
malkafries@walla.com

פריעד דינה

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
דובר שלום 5, ירושלים
054-9509800 | 02-5381543
tafnit@etrog.net.il

פרקש מרדכי

פסיכותרפיסט
שמאי 2/14, אשדוד
okmail.co.il@4169 | 052-7610209

קדם יונית

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
חננאל 7 קטמון, ירושלים
yonit770@gmail.com | 052-6877078

קרון קרן

מגשרת
עורכת דין
אלזה 2, ירושלים
050-8756345 | 077-6632004
kosherlawyer@gmail.com

הרב קהתי יוסף

יועץ נישואין ומשפחה
טרומפלדור 19, רחובות
050-4119250 | 08-9410163
kehaty2626@walla.com

קוטאי מלאכי

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
יגאל אלון 39 ב, גדרה
052-4575508 | 08-9963444
2b1@nana.co.il

קיצלשטיין משה

יועץ נישואין ומשפחה
יועץ חינוכי
מנחה קבוצות
מגשר
מדריך חתנים
האורן 50, מבשרת ציון
050-9613613 | 050-9613613
ravmoshe@gmail.com

קירשנבוים ציפי, B.A.

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
מגשרת
מאמנת אישית ומשפחתית
סוקולוב 21, בני ברק
050-4122501 | 03-5791288
zipi4000@gmail.com

קליינר צילה

יועצת נישואין ומשפחה
סופרוויזרית
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
מאמנת אישית ומשפחתית
ייעוץ נרטיבי
אגסי 24 הר נוף, ירושלים
054-4350565 | 02-6524416
zkleiner@gmail.com

קלמן יעקב

מגשר
טוען רבני
ר' עקיבא 32 ת.ד. 83, בני ברק
052-2409644 | 03-6786007
jacobke7@gmail.com

קלמרסקי לאה, B.A.

יועצת נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
הרב לוי 21/4, אשדוד
050-4128817 | 08-8557166
leahk1975@gmail.com

קמיניץ מרגלית

יועצת נישואין ומשפחה
המשוררת רחל 4 בית הכרם, ירושלים
054-4423242 | 077-6516535
makaminitz@gmail.com

קריקנט נידלמן מלכה

יועצת נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
הרב שך 45, בני ברק
052-4446087 | 03-6162571
lionlevy@gmail.com

קרו קליין

יועצת חינוכית
בריסק 8/5, בית שמש
052-7697288 | 02-9917288

קרפנשיף שרה M.A.

יועצת חינוכית | מנחת הורים
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
מגשרת | מטפלת משפחתית
בן נריה 4, בני ברק
050-4156634 | 03-6160760
karpenshif@012.net.il

רביב זבולון

מנחה נישואין ומשפחה
בן זכאי 42/7, אלעד
052-2403134 | 03-7160511
r_zvulun@017.net.il

רבינוביץ אלישע

יועץ חינוכי
מנחה נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
אחיה ד.ג. אפריים, שבות רחל
052-8109536 | 02-9947106
elisharab@gmail.com

רבינוביץ חיה

מנחת קבוצות
מדריכת כלות
אחיה ד.ג. אפרים, שבות רחל
052-8109540 | 02-9947106
rabchaya@gmail.com

רבינשטיין מרים

יועצת נישואין ומשפחה
מגשרת
מגשרת משפחתית
הרב שך 32, בני ברק
052-4337207 | 03-6191408
rubinstein.moses@gmail.com

רוזמרין יהודית

יועצת חינוכית
מנחת הורים
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
מאמנת אישית ומשפחתית
הרב שך 37, בני ברק
057-3180079 | 03-5700079

רוזנבלום לאה רות

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
מקובר 19, בני ברק
052-6267000 | 03-6197012

רוזנצויג מאיר

מנחה נישואין ומשפחה
יהלום 28, רחובות
054-3155048 | 08-9494547
meir1957@gmail.com

רוזנשטיין צביה

עו"ס
מנחת נישואין ומשפחה
העליה השניה 6, בני ברק
ziviar@walla.com | 050-4100650

רוח גבריאל

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
נחל הקישון, בית שמש
052-7637841 | 054-8482440
osherr32@gmail.com

רוט יהודית

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
מדריכת כלות
קהילות יעקב 51, בני ברק
052-7669514 | 03-6765707
yehudithr@012.net.il

רוכורג אסתר

מנחת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
הרב ניסים 16, ראשון לציון
052-7707142 | 03-9661083
esterruchvarger@gmail.com

רון אל אהרון

יועץ נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסט
מנחה קבוצות
טוען רבני | בורר
סופרוויזר
אור לציון 16/9 ת.ד. 314, נתיבות
050-4146956 | 08-9948434
ronelahron@gmail.com

רז יעל

מנחת נישואין ומשפחה
יצחק ניסים 118/5, הר חומה, ירושלים
052-6788993 | 077-4003923
dr.itamarraz@gmail.com

רינהולד מיכל

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
יהלום 12, פתח תקווה
054-7567207 | 077-9344493
m1277@zahav.net.il

רפאלוב רפאל

יועץ נישואין ומשפחה
פסיכותרפיסט
מנחה קבוצות
ברויאר 13 כניסה ב בית וגן, ירושלים
050-4121060 | 02-6434951
refaelre@gmail.com

שאלתיאל חנה

יועצת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
ת.ד. 636, יבנה
050-9791938 | 08-9437755
h-ana@smile.net.il

שולגסר יצחק

מנחה נישואין ומשפחה
שירת הים 8/6, ירושלים
052-7138196 | 02-5714717
yschulgasser@gmail.com

שולמית כהנים

מנחת נישואין ומשפחה
מגשרת
מנחם בגין 23, גבעת שמואל
054-6204619 | 03-5323336
shuli.kohanim@gmail.com

שטריק מיכאל, M.A.

פסיכולוג חינוכי
נווה דניאל 54, ד.ג. גוש עציון
050-5342564 | 02-9934461
mkstrick@neto.net.il

שטרית שרה

מנחת נישואין ומשפחה
מגשרת
זאב חקלאי 6, ירושלים
052-6154474 | 02-6438662
sara00346@gmail.com

שטרן אברהם

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה הורים
פסיכותרפיסט
מנחה קבוצות
מדריך חתנים
דרוק 82 רמת שלמה, ירושלים
052-7695996 | 052-7695996
gmail.com@7695996

שילה חוה

מנחת נישואין ומשפחה
מנחת קבוצות
ת.ד. 7647, חיפה
eva811052@gmail.com | 04-8110529

שלוסברג שרונה

יועצת חינוכית
מטפלת משפחתית
זכרון משה 11, פתח תקווה
052-5305002 | 03-9244664
ssharon11@gmail.com

שלמה לימור

יועצת נישואין ומשפחה
גרושין בשיתוף פעולה
התמכריות
פסיכותרפיסטית
מנחת קבוצות
מטפלת משפחתית
מדריכת כלות
ת.ד. 206 ד.ג. שומרון, קדומים
052-6633492 | 09-7928096
lishalom7@gmail.com

שמחי אלנה-רעות

יועצת חינוכית | פסיכותרפיסטית
מנחת נישואין ומשפחה
מטפלת משפחתית
ד.ג. מזרח בנימין, כוכב יעקב
052-8984505 | 02-9975759
simhi2@bezeqint.net

שפר אסתר

עו"ס | מנחת הורים
מנחת קבוצות
מאמנת אישית ומשפחתית
הרב פוברסקי 2, בני ברק
052-7619664 | 03-5791661
estsfr@gmail.com

שרבי יונה

יועץ נישואין ומשפחה
מנחה קבוצות
ר עזריאל 11 גבעת שאול, ירושלים
050-6535424 | 02-6535428
shyona@walla.com

תור יונה

יועצת נישואין ומשפחה
יועצת חינוכית
מנחת הורים
דוד המלך 37/7 ת.ד. 1558, קרית ארבע
050-6423004 | 02-9961003
ionator@neto.net.il



בחירה באחריות

על האחריות האישית בבחירת בן הזוג

הרב אליהו בן סימון, מו"צ בבית ההוראה "שערי הלכה ומשפט" -
יועץ נישואין ומשפחה ופסיכותרפיסט 054-8445421



הנוסף הוא שבחירה אשר לא נעשתה בצורה המתאימה לאדם הספציפי, סופה שתפגע בערך המרכזי שעל צירו סובבים חיי הנישואין והוא "ואהבת לרעך כמוך".

ניתן להוסיף ולהתבונן על מרכיב הבחירה בחיינו, ועל כך שהבחירה היא שונה ומשתנה מאדם לאדם, ממבט רחב יותר, וזאת דרך המשמעות של היותנו נבראים "בצלם אלוקים", שעל פי פרשנותם של חז"ל הוא "להבין ולהשכיל". שכן בפנייתו של הקב"ה אל המלאכים להתייעצות על בריאת האדם אמר להם: "נעשה אדם בצלמנו כדמותנו" (בראשית א, כו), ופירשו חז"ל: "כדמותנו - להבין ולהשכיל" (ראה רש"י עה"מ). נמצאנו למדים שתפיסות העולם שלנו, דרך החשיבה שלנו, דעתנו בעניינים כאלה ואחרים, הם המגדירים את עצם הווייתנו כ"אדם" - כמי שעליו נאמר "נעשה אדם", זו היא המשמעות והביטוי של היותנו בדמותו של אלוקים.

אך לא רק במרחבי החשיבה והתפיסה נברא האדם בדמותו של בוראו, אלא גם בהיבט הפיגורטיבי - החיצוני. "בצלם אלוקים ברא אותו" (בראשית א, כו), פירשו חז"ל "אותו צלם המתוקן לו, צלם דיוקן יוצרו הוא" (ראה רש"י עה"מ).

בתלמוד (סנהדרין דף לז) נאמר שאחת הסיבות שהאדם נברא יחידי לעומת בעלי החיים שנבראו זוגות, היא: "להגיד גדולתו

בנישואיהם. לפעמים חוסר מחויבות זו נובעת מתחושה ש"לחצו" עליהם להתחתן, או "שכנעו" אותם להינשא, והבטיחו להם שהכל יהיה בסדר, והספקות שעולים הם רק דמיונות וכדומה. אמנם לעיתים אנו מצליחים בתהליך טיפולי לעשות תהליך של "בחירה מחדש" של בן הזוג, אך לא מעט פעמים מדובר בתהליך מורכב, שלא בהכרח מגיע לכלל הבשלה.

חשוב להדגיש כי האדם היחיד שיכול ומסוגל לדעת ולהרגיש, האם אכן בן או בת הזוג הספציפי מתאים וראוי לו, הוא רק האדם בעצמו, ולעולם לא יוכל להיות שום אדם אחר שידע טוב ממנו מה נכון והולם עבורו.

בהקשר זה נציין גמרא מפורסמת במסכת קידושין (דף מא) הקובעת בצורה ברורה ונחרצת: "אסור לאדם שיקדש את האשה עד שיראנה, שמא יראה בה דבר מגונה ותתגנה עליו, ורחמנא אמר ואהבת לרעך כמוך". בפסיקה זו בקשו חכמינו ללמדנו שני עקרונות מהותיים ופרקטיים בנוגע לתהליך בחירת המועמד לזוגיות. העיקרון הראשון הוא שיכולת הבחירה היא סובייקטיבית ומשתנה מאדם לאדם, עד כדי כך שלא ניתן להסתפק ברשימה של קריטריונים ברורים ומדויקים ככל שיהיו, אפילו להגדרת המראה החיצוני של המיועדת. מסיבה זו אסור לאדם לקדש אשה עד שיראנה בעצמו. הלימוד

באופן טבעי והולם אנו פוגשים צעירים וצעירות המתקשים לבצע את הבחירה הנדרשת, ולעיתים אף ממש פוחדים או חרדים להכריע לחיוב או לשלילה. כדאי ונכון להתייעץ עם גורם תורני או מקצועי שלהערכתנו יש לו את היכולת והידע לראות בצורה בהירה ורחבה יותר את הנתונים הנזקקים לביור ולשיקול דעת. יחד עם זאת חשוב שנעשה את ההבחנה בין התייעצות וקבלת סיוע בהבנת ההתלבטויות ומשמעותן, לבין הענקת הזכות והחובה לשאת באחריות של קבלת ההחלטה המשמעותית של בחירת בן זוג בידי אדם אחר, גדול וחכם ככל שיהיה.

חלק מהיכולת האנושית להתמודד עם אתגרי הנישואין המופיעים בהכרח מעת לעת, היא עצם הידיעה כי אנו בחרנו בבן הזוג, וכחלק מהאחריות על הבחירה שלנו נמצא ונמציא כוחות נפש ויצירתיות כיצד, להתמודד, לנהל ולפתור את הטעון טיפול.

פעם אחר פעם אנו פוגשים זוגות שמגיעים ליעוץ עם מחויבות נמוכה מאוד, ולעיתים אף חסרי מחויבות כלל לנשיאה משותפת באחריות לבעיות "שלום הבית"



הכשרה מקצועית ומעשית לאימון אישי וקבוצתי

בשיתוף היחידה להשתלמות והדרכה, ביה"ס לחינוך, אוניברסיטת בר אילן



<<

התכנית כוללת מגוון כלים חווייתיים, קוגניטיביים התנהגותיים ורגשיים.

<<

התכנית בנויה לפי הקריטריונים של לשכת המאמנים.

- פיתוח מודעות לכישורים ומשאבים אישיים.
- מודעות והגשמה עצמית.
- גילוי עוצמות לפיתוח ההערכה ומסוגלות.
- משאיפה למטרה: אני עתידי, חזון וערכים.



לפרטים: 02-6321613

השיעורים מתקיימים בירושלים ובמרכז לגברים / נשים

סניף י.נ.ר. בני ברק | רחוב ברוך הירש 14
טלפון: 7160130 - 03, פקס: 03-7160211
WWW.YNR.ORG.IL

סניף י.נ.ר. ירושלים | רחוב בית הדפוס 30, גב"ש
טלפון: 6321600 - 02, מוקד: 65-5000-1700
7:01: igud@ynr.org.il

לחלומי המרכז קיימת אפשרות להשלמת לימודים לתואר אקדמי ע"י אוניברסיטאות כן לאופיית מוכרות.

נאבד את הזיווג שיועד "ארבעים יום קודם יצירת הולד". במקרים אחרים נשאלת השאלה כיצד אדע שזהו הזיווג שלי. ובכן אין לנו שום דרך בעולם לדעת את מי הועיד לנו הקב"ה ארבעים יום קודם ליצירתנו, אך ברור לנו שאם היה רצונו של מי שאמר והיה העולם, שנשמע את אותה בת קול, או לפחות נדע מה היא הכריזה, הוא היה מגלה זאת לנו בתורתו, או על ידי נביאיו. ריבוננו של עולם בטובו ובחוכמתו, בחר שלא לשתף אותנו בסוד, מה שמלמד אותנו שמדובר בידע שאיננו רלוונטי עבורינו.

נציין בעניין זה ציטוט של מרן החתם סופר (שו"ת, או"ח, סימן נה) המתייחס באופן חד וברור, להכרזת הבת קול בדבר הזיווג: "והכל תלוי בהקב"ה עצמו הוא ציוה ומי יפיר, אבל דבר התלוי בבחירת וחפץ האדם, אין הקב"ה משנה בחירתו של אדם, ואילו לא רצה הזוג הזה להזדווג זה עם זה לא היה ממעשי שמים לכופם לכך, ואין לנו עסק בנסתרות דארבעים יום קודם יצירת הולד".

לסיכום: מצוות "ואהבת לרעך כמוך" כמצוות עשה יסודית ובסיסית, המוגדרת ע"י חכמינו כ"כלל גדול בתורה", הינה המצווה המעשית המשמעותית ביותר המלווה את תהליכי הבחירה של בן או בת הזוג, כשהמטרה הנכספת היא, שיהיה זה הבית משכן לאהבה, לאחוה, לשלום, ולרעות. במאמר זה הדגשנו את החובה הדתית, ההלכתית, היהודית, והאנושית, לבצע בחירה זו באופן שההרגשה תהיה נכונה ושלמה עד כמה שניתן לפי הערכים הקוגניטיביים והרגשיים של כל אדם ואדם על שונותו ומורכבותו. מובן אם כן, שרק הבחור עצמו יכול ומסוגל לדעת ולהרגיש האם זהו האדם שאיתו הוא רוצה לקשור את גורלו, והוא זה שיישא באחריות לכך בימים הבאים שיבואו לטובה בע"ה על שני בני הזוג.

של הקב"ה, שאדם טובע כמה מטבעות בחותם אחד, כולן דומים 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".

האינטליגנציה האנושית, המאפשרת לנו להבין אירועים ומצבים לאשורם, לנתח אותם בדרך קוגניטיבית ורציונאלית, ולקבל החלטות מושכלות בהתאם, הינה הביטוי לכך שאנו נושאים את צלם האלוקים, הגדול, הנורא, והכול יכול בורא העולם הציב אותנו בעולם מלא בתהיות, התלבטויות, שאלות, ובלבולים, אך בחמלתו, נתן לנו גם את הכלים, המצפן, והמפה, איתם נוכל לנווט את עצמנו בסערות החיים.

הדרך היחידה בה אנו יכולים לקחת אחריות על חיינו, ולקבל החלטות כבעלי צלם אלוקים היא בדרך של עיבוד הגיוני של הדילמה הניצבת בפנינו. הכלים העומדים לרשותנו הם החיבור לרגשות ולאינטואיציות שלנו, ההבנה שלהן, התחברות לידע שצברנו לאורך השנים, תוך בבחינת הרלוונטיות שלו, בשימוש בניסיונם של אחרים, וכמובן בניסיונו שלנו.

ומכאן שבבחירת בן או בת זוג, כמו בכל החלטה או החלטות אחרות שהחיים מזמנים לנו, אנו אמורים לקבל החלטות אך ורק ממקום של הגיון ושכל ישר, ומתוך כך תהיה הבחירה שלנו מלווה בתחושת ביטחון ושלמות לאורך זמן. גם אם למפרע יתברר לנו שייכולנו לעשות בחירה טובה יותר, או אפילו אם נגלה ששיגינו, נדע שעשינו את המיטב שהיה ביכולתנו לעשות כיצורי אנוש, שכן מוגבלות היא מאפיין ברור של הטבע האנושי.

לסיום נתייחס לחרדות המתלוות לשלילת בן או בת זוג פוטנציאלים. מקור חרדות אלו הוא במקרים רבים החשש שמא

על המפגש החשוב בין רופאת הנשים לכלה

ד"ר חנה קטן, מומחית בגינקולוגיה, פרייה ומיילדות

מידי יום, מגיעות כלות צעירות למפגש הכנה לנישואין אצל רופאת הנשים. המפגש פותח להן צוהר לעולם שלם שהיה עלום ומודחק עד כה, במטרה להכין אותן כנשים בריאות ושמחות לקראת היום הגדול שבחייהן. זהו מפגש עם נערות, בדרך כלל, ולכן השפה והגישה צריכות להיות מותאמות לרחשי הדור הצעיר.

בקרוב נשים ונערות רבות קיימת תופעה שניתן להגדיר אותה בפשטות כ'הורמונופוביה', דהיינו פחד בלתי גיוני ובלתי מוסבר מהורמונים באופן כללי, ותליה של תופעות לוואי וירטואליות בטיפול ההורמונאלי, הנדרש לעיתים לצרכים רפואיים. חשוב להסביר, להרגיע ולקבל פרופורציות. בנות החוששות מהשפעת ההורמונים על מצבי רוחן מקבלות תשובה מתובלת בהומור: "לפחות יהיה לכן תירוץ טוב לתנודות החדות במצב הרוח לקראת הנישואין, וכך תוכלו לומר לחתן: זו לא אני העצבנית - זה ההורמונים שד"ר קטן נתנה לי!"...

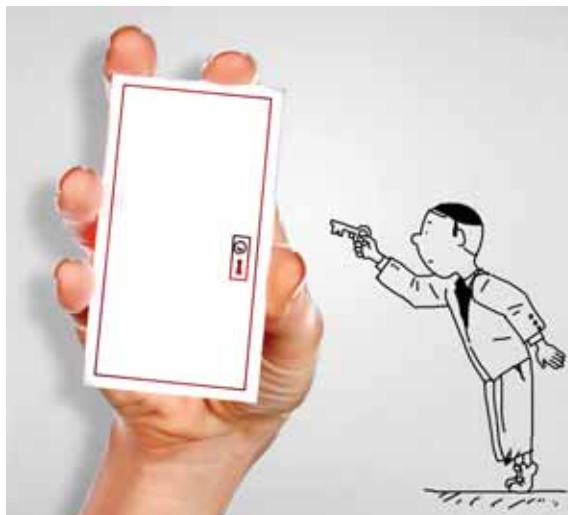
גם כאן, כמו בנושאים אחרים, אינה דומה כלה לרעותה וישנם שינויים בהשפעת ההורמונים על כל אחת באופן שונה, ובדרך כלל בנות שסובלות מהשפעה חדה של הכדור על מצב רוחן רגישות יותר גם בחיי היומיום. בנוסף לכך, מדי חודש בחודשו, בקרב רוב הנשים קיימת תסמונת שמתבטאת בתופעות שונות ומשונות, כמו כאבי ראש, כאבי שרירים, הרגשת נפיחות, עצבות, חרדה, דיכאון, עצבנות, בחילות, הקאות ועוד, וגם זאת במינונים שונים ומשתנים. כמספר התופעות כן מספר הטיפולים המוצעים לתסמונת זו בספרות הרפואית, מה שמצביע על כך ששום טיפול אינו אידיאלי, ושאינן ספרות מדעית מבוססת המצביעה על הטיפול 'הנכון' בתופעות האלו.

באופן כללי, ומתוך היכרות עם אלפי כלות, הרושם הוא שנשים לא מקבלות כיום מספיק הכנה לחיבור הרוחני והפיזי שבחיי הנישואין. חלק גדול מהבנות אף מרגישות רתיעה מהנושא, וקיים נתק רגשי בין לבין גופן. חשוב להדריך בנעימות וברגישות את הכלה הצעירה להתחבר, ראשית לעצמה, על מנת שתוכל לקיים קשר בריא עם הבעל העתידי. לצורך כך ניתן להסתייע בתרגילי הרפיה ודמיון מודרך. בדרך כלל ניתן להתרשם לפי שפת הגוף והבעות הפנים של האשה אם אכן קיימת אצלה בעיה רגשית הגורמת לה להתרחק מהנושא ולהדחיקו, או שמדובר סך הכל בחוסר מודעות.

חשוב להדגיש, שבניגוד למקובל, מסתבר כי הפרעות בתחום אינן נובעות מצניעות יתרה. לעיתים הצניעות רק מהווה כיסוי טוב לבעיה שמקורה יכול להיות בעבר הנערה בעקבות חוויה מרתיעה.

חשוב שהכלה תבין לקראת מה היא הולכת, ולכלול בהדרכה היבטים נפשיים ורגשיים ולא טכניים בלבד. במקרים רבים הנושא מועלה רק במפגש האחרון עם המדריכה ואין לכלה מספיק זמן לעבד, לעכל ולשאול והיא נשארת לבד עם תהיותיה וחששותיה. המסר הברור שצריך להיות מועבר הוא שיסודות הבית מושתתים על קשר נעים וסדיר בין הבעל לאישה, ובמידה וישנם קשיים, יש לפנות ולקבל סיוע והדרכה באופן מיידי על מנת שלא יוצר קיבעון והסלמה שיגרמו לצלקות עמוקות בנפשם של בני הזוג, מה שעלול להעיב על השמחה בבית לאורך שנים.





דור לחיים! תפקיד ההכנה לפני נישואין

שונמית דרעי - יועצת זוגית ומשפחה, מנחת סדנאות בזוגיות, מפתחת סדנת "הצעד לדואט" 052-2314040

מכריעות בקשר, גם אם המציאות בקשר בו הם נמצאים בפועל אינה תואמת את חששותיהם. גם כאן מוכנות וידע תפקידם לסייע להתמודד עם מבחן המציאות באופן אובייקטיבי ומבלי להיות מושפעים בעקבות חוויות העבר. תפקיד ההדרכה יהיה לבסס ולשפר את הקשר בין בני הזוג למרות ההתמודדויות שיצופו מעת לעת בחייהם.

♦ **הכרת השוני וההבדלים בין המינים:** משחר ההיסטוריה בלטו הבדלים בין גברים ונשים, ההבדלים שמקורם בשוני ביולוגי, התנהגותי ותקשורת. הקשר בין האיש לאשה יהיה מיטבי כאשר כל אחד מהם ידע מה מצופה ממנו בקשר מעצם היותו הבעל / האישה, ומהם המאפיינים המגדריים של כל אחד מהצדדים. הדרכה בתחום זה חשובה במיוחד במגזרים שאינם חווים קשר עם בני המין השני לפני הנישואין, למעט משפחה קרובה. חוסר מודעות והדרכה יגרום לכך שהבעל ישוחח עם אשתו כפי שהוא משוחח עם חברותא שלו בבית המדרש, והאשה תצפה לקבל הבנה והקשבה כפי שהיא מקבלת מחברתה בסמינר. הבנת ההבדלים המגדריים תביא לתקשורת טובה יותר ותמנע אכזבות ותסכולים.

♦ **הדרכה כמובילה להבנה, לדרך, לרצון, לכיוון, להצלחה.**

הדרכה נכונה ממקדת ומאירה את דרכם של בני הזוג ומסייעת בפיתוח מיומנויות להסתכלות חיובית על תכונות מהותיות הנמצאות בכל אחד מבני הזוג, ובסופו של דבר להשקיע מתוך בחירה ורצון להצלחת הקשר הזוגי. ההשקעה חשובה עוד יותר בימינו כאשר רוב הזוגות חיים תחת לחץ כמעט מתמיד הנובע מהתמודדויות מורכבות ועול פרנסה קשה. ההדרכה תחסן, תחזק ותמנע משניהם מצבי תסכול בעתיד, תוך הובלתם לקיום חיי נישואין יציבים ומאושרים.

הדרכה נכונה ומקצועית תביא להשפעה חיובית על הקשר הזוגי, וזאת ממספר סיבות:

♦ **הכנה = השקעה:** עצם ההיערכות הרבה, הלמידה והצורך בידיעה משרדת לבני הזוג שנישואין מוצלחים הם פרי השקעה והתמדה. זוהי תובנה שחשוב לשר לבני הזוג לאורך כל ההדרכה, שבמידה ורוצים להצליח, יש להשקיע ולהתמיד ולהמשיך בתהליך של למידה לאורך כל החיים.

♦ **פיתוח מחויבות:** מאחר ורוב הזוגות נישאים בתחילת שנות העשרים, לפעמים חסרה ההבנה הבסיסית של לקראת מה הולכים. העיסוק בשמלה, החליפה ואופן התנהלות השמחה קצת גורם לבני הזוג הצעירים הסחה מהנושאים החשובים באמת. הדרכה מקדימה תכוון לקבלת פרופורציות ובניית סדרי עדיפויות נכונים. המעבר לחשיבה בוגרת תוך כדי הליווי בהדרכה יסייע בהמשך הקשר למחויבות אישית ברמה גבוהה יותר.

♦ **סיוע בקבלת החלטה:** חתנים וכלות לא אחת מוצאים את עצמם מתלבטים רבות לפני הנישואין. מחשבות אודות הבחירה, ודאותה והאופציות הנוספות שאולי קיימות מביאות במקרים רבים לעצירת התהליך. במקום להתקדם בקשר, הם מוצאים את עצמם תקועים במקום, לעיתים עד גיל מבוגר. יש מקרים בהם הרתיעה נובעת שלא במודע מגורמים המשפיעים על חוסר ההחלטה, או על ההתנהלות בתוך הקשר כגון: נישואין כושלים שחוו בסביבתם, או זוגיות חסרת שביעות רצון של ההורים, או מי מבני המשפחה הקרובה שסבל בנישואין, ומבלי להבחין מוטמעת בתוכם סכימה שלילית על מוסד הנישואין ועל הקשר הזוגי בפרט. כך הם נמנעים מלהגיע להחלטות

כמעט בכל תחום ברצף החיים אנו משקיעים הכנה מוקדמת כאשר אנו רוצים להצליח, החל בהכנה לכיתה א', ועד להכשרה ופרקטיקה למקצוע בו אנו בוחרים לעסוק בעתיד. גם לקראת הנישואין יש חשיבות רבה להכנה על מנת לבנות את חיי הנישואין באופן שישיע את רצון שני בני הזוג ויביא לבנין בית מקדש מעט בו שוררת השכינה ושלום הבית מצוי בו באופן תדיר.

בארצות מסוימות בעולם, כמו אנגליה, אוסטרליה, קנדה וארה"ב מתקיימות תוכניות שונות במסגרות אקדמיות או במוסדות ציבוריים לבריאות הנפש, להכנת זוגות צעירים לקראת הנישואין. המטרה הרשמית לקיום תכניות אלה היא הקטנת אחוז הגירושין. מחקרים מצביעים על כך שזוגות שהשתתפו בתוכניות מסוג זה, דיווחו על שביעות רצון רבה יותר מחיי הנישואין מזוגות שלא לקחו בה חלק. הנתונים נבדקו בתקופה של שלוש עד חמש שנים לאחר ההשתתפות בתכנית.

בתוכניות השונות עבדו בני הזוג על פיתוח מיומנויות לבניית הזוגיות, כאשר הנושאים המשמעותיים ביותר כללו יסודות מהותיים בבניין בקשר הזוגי כמו הקשבה, אמפתיה, התמודדות עם קונפליקטים, הבעת רגשות ועוד.

אומנם תוצאות המחקר טרם נבדקו בטווח הארוך, אך גם בטווח הקצר והבינוני התוצאות בהחלט מעידות על כך שההשקעה לפני הנישואין מצדיקה את עצמה ומביאה להצלחה.

במגזר הדתי והחרדי נהוג לקבל הדרכה לפני הנישואין, אך חשוב שההדרכה לא תהיה הלכתית בלבד אלא תכלול אלמנטים של הכנה לבניית חיי נישואין מיטיבים במובן הייעוצי והמקצועי על מנת להכין לבני הזוג את התשתית לחיים המשותפים.



הסכם ממון לקראת נישואין

הרב נחום מרגוליס, טו"ר טל' 0527157657 | דוא"ל <http://toenrabani.org> | nachummarg@neto.net.il

רבים חושבים שעצם המחשבה או דיבור על אירוע שלילי מביאים מזל רע. ישנם רבים שאף תומכים בגישה זו על יסודות יהודיים הלכתיים ורעיוניים. אמנם יש ערך וחשיבות לחשיבה חיובית ואופטימית, בפרט כאשר מדובר בחיי הנישואין כאשר בני הזוג הצעירים עומדים להתחיל שלב חשוב בחיים ולהיכנס יחד בברית הנישואין, אך למרות כל זאת, ההלכה היהודית מתייחסת בחיוב לחשיבה מקדימה 'על כל צרה שלא תבוא'.

דווקא בחיי הנישואין חייבו חז"ל התייחסות מקדימה למקרים שאף אחד לא חושב עליהם כאשר הוא עומד תחת החופה. התייחסות זו באה לידי ביטוי בכתובה הבנויה מרשימת התחייבויות של החתן לכלתו הן במצב שהנישואין ימשכו, וישרור שלום, והן למצבים פחות משמחים כגון גירושין, פטירת החתן, ואפילו נפילה בשבי ח"ו.

במהלך הדורות וההתפתחויות הכלכליות, פעמים רבות נוספו הסכמים ממוניים גם בכתבי ה'תנאים' אותם ערכו המחוננים ובני הזוג בשעת ההתקשרות הראשונית [קשרי השידוכין]. למרות שבדרך כלל עסקו התנאים בהתחייבויות לקראת החתונה, במקרים רבים הם כללו התייחסות לחלוקת הנכסים והרכוש בין הצדדים, ולעיתים הייתה בהם גם התייחסות למקרה של פירוק וגירושין.

• המצב החוקי וההלכתי כיום

כיום גם בתי הדין הרבניים מוסמכים לדון בחלוקת הרכוש, רק בכפוף לחוק יחסי ממון בין בני זוג (תשל"ג-1973). על פי החוק, חלה על הרב רושם הנישואין לידע את בני הזוג בשעת הרישום, שאם לא יערכו הסכם ממון בעל תוקף חוקי, יחולו עליהם ממילא החוק והוראותיו. במצב כזה גם על פי ההלכה נהגו לחייב מכוח ההסכם, על הנישאים מאז שנת תשל"ד, שהיא שנת תחולת החוק למעשה.

על פי החוק הנ"ל, כל רכושם של בני הזוג יחולק [או ליתר דיוק בלשון החוק- יאוזן], עם פקיעת נישואיהם (כלומר: גירושין, או פטירת אחד מהם ח"ו) או בתנאים מסוימים אפילו אם נפתחו הליכים משפטיים בין בני הזוג, או התגלע קרע ביניהם. אמנם, אין החוק מתייחס לממון שרכש כל אחד מבני הזוג קודם לנישואין, או שניתן לו במתנה או בירושה אחרי הנישואין, אך ברור שנטל ההוכחה על כך יהיה מוטל על הצד שמבקש לשמור על זכויותיו מפני חלוקה.

יש לציין כי על פי החוק לא די לרשום נכס כל שהוא על שם אחד מבני הזוג כדי להבטיח שבמצב של חלוקת הרכוש נכס זה לא יחולק, כמו כן עומדת לבית המשפט זכות 'בנסיבות מיוחדות', אם עדין לא הוכרע אחרת, להוסיף נכסים מסוימים שהיו בעבר ביד בני הזוג, או לקבוע חלוקה לא שוויונית של הנכסים [מתוך

ראיה לעתיד כמו כושר השתכרות וכד'].

אמנם לגבי הכתובה נאמר מפורשות כי אינה נכללת בהסדר החלוקה. לכן יכולה האשה לדרוש את הכתובה לאחר שהוסדרה חלוקת הרכוש. אך אם הדבר תלוי רק בבית הדין, בדרך כלל נפסק כי חלוקת הרכוש כוללת כבר גם את חיובי הבעל על פי הכתובה. בנוסף, גם אם בדעתם של בני הזוג לדון רק על פי דיני התורה, יצטרכו להעלות זאת כהסכם כתוב. [או במקרה והגיעו לדון בפני בית הדין הרבני להצהיר על כך בפני הדינים].

• מהו 'הסכם ממון'?

הסכם ממון היא הדרך החוקית היחידה המאפשרת להגיע להסכמות ברורות בשלב מוקדם, ולמנוע בכך חילוקי דעות, אי הבנות וחילוכים בהמשך. בהסכם, מעלים שני בני הזוג על הכתב את ההסכמות ביניהם בצורה ברורה ומפורטת ככל הניתן. הסכם נעשה בדרך כלל לפני הנישואין אך יכול בהחלט להיערך גם בכל שלב לאחר מכן.

חשוב לדעת, כי במצב החוקי כיום, כל סיכום בין בני הזוג לגבי יחסי הממון ביניהם אינו תקף אלא אם נעשה בכתב, ואושר על ידי המוסמכים לכך על פי 'חוק יחסי ממון'. על פי חוק זה יכול לאשר את ההסכם הרב רושם הנישואין אם הוא נעשה לפני הנישואין או בשעת הנישואין, או על ידי בית



ה'הלכה' תא: טוען וחוזר וטוען

הכשרת טוענים רבניים

לשולח האתקאים באיגוד בשבילך

- לימוד מקיף בחומר הרלוונטי לצורך הכשרה פראקטית לייצוג בבתי הדין הרבניים.
- ליווי והכנה לבחינות בהנהלת בתי הדין הרבניים בישראל לצורך קבלת רישיון.

- השיעורים מועברים ע"י ת"ה ודיינים, עו"ד ושופטים.
- אפשרות ליישום ושיתוף פעולה עם לשכת הטוענים הרבניים.
- שעות הלימוד מוכרות לצורך צבירת נקודות זכות לתואר אקדמי
- ביישוב סכסוכים ע"י אונברסיטאות בינ"ל מוכרות.

התכן מלימודים בסניף הדין הרוחנית של בית הדין 'שני' הלכה ומסנה.



לפרטים והרשמה:
02-6321620 | 03-7160130

כדי שלא להגיע למצב שעל אף שיש הסכם אין דרך לממשו.

פעמים רבות אחד מבני הזוג, ובדרך כלל מי שמתכנן את הגירושין מראש, מנסה להבריא חלק מהנכסים כדי להתחמק מקיום חלקו בהסכם. במקרים מסוימים מנסה בן הזוג לעשות פעולות 'מחטף', או לחילופין לסרב בשירותיות לכל מיני פעולות שלדעתו ימעיטו את חלקו במהלך של גירושין. גם במצב כזה מומלץ מאוד לפנות לטוען רבני, כיון שבית הדין יכול במידה וישוכנע שאכן כך הם פני הדברים, למנוע פעולות מעין אלו ולוודא את קיומו של ההסכם.

• על מה כדאי להקפיד כשעורכים הסכם ממון?

ככלל, חשוב מאוד להחשוב על המצב העתידי בטווח הנראה לעין, ובעיקר על מה שמעבר לו. בין השאר חשוב לבדוק, מה יקרה אם ישנם נכסים שלא הוצהר עליהם כרגע, [או שאינם ידועים], או מה יהיה אם אחד מהצדדים [או יורשיו] יתחמק מביצוע חלקו.

כיון שהסכם כזה הוא מטבעו 'צופה פני עתיד', ובדרך כלל בני זוג בשעת עריכת החוזה אינם יכולים לחשבן את כל האפשרויות, מומלץ שהחוזר יערך על ידי איש מקצוע בתחום, כדי שאם יצטרכו להפעילו [חס וחלילה] לא ימצא עצמו אחד מהצדדים עם הסכם ביד, אך ללא מה שהובטח בו.

לסיכום ניתן לומר כי למרות החשש מעיסוק במציאותיות שליליות, בסופו של דבר הסכם ממון מאפשר רוגע לבני הזוג בידיעה שהם נכנסים למחויבות זוגית שלא תפגע בהם או בילדיהם בכל נסיבות שהן. אי הנוחות הזמנית מסתברת במקרים רבים כהרחיית וכמונעת אי נעימויות משמעותיות בהרבה בהמשך. בנוסף לכך, נעים וקל יותר לערוך את ההסכם באווירה טובה וחוביות כששני בני הזוג מעוניינים בהצלחת הקשר, ומסיבה זו הסכמי ממון רבים נעשים מתוך רצון לבוא אחד לקראת השני ומתוך תפילה ותקווה משותפת לחיים טובים ומאושרים.

הדין הרבני, בית המשפט לענייני משפחה, או בתנאים מסוימים על ידי נוטריון. יש להדגיש שמלבד רושם הנישואין, חייבים כל המאשרים הסכם בעניין יחסי הממון לוודא שהצדדים הבינו את הנכתב בחוזה ואת המשמעויות של ההסכם ועשו זאת ללא כפייה ובצורה חופשית.

למי כדאי לערוך הסכם ממון?

אמנם פעמים רבות תתעורר התנגדות לעריכת ההסכם, ולעתים תהיה הצעה כזו מלווה בהרבה אי נעימות, ואף לעורר תרעומת ותהיות לגבי המסתתר מאחורי הרעיון. ואמנם, אם אכן בני הזוג נישאים ללא כל נכסים קודמים או "נכסי קריירה", סביר להניח כי אין הם רואים כל צורך בעריכת הסכם כזה. כך גם אם בני הזוג הגיעו לנישואין מעמדות השקעה שוות פחות או יותר [כמו השקעה שווה בדירה, השכלה מקצועית שוות ערך וכד'], שהסברא היא שבמשך השנים גם אם הונם יגדל יש מן הצדק לחלקם בשווה. לפיכך התקבל הנהוג בדרך כלל כי רק בני זוג המגיעים לנישואין בגיל מבוגר יותר, כמו גם הנישאים בנישואין שניים, שבאמתחתם נכסים כל שהם, הן נכסים 'ממשיים' והן 'נכסי קריירה' או השכלה מקצועית מבטיחה, בוחרים לכתוב ביניהם הסכם ממון. אמנם עם השינויים בנוהגים השונים, יתכן ויש מקום לחשוב גם לכל מי שמגיע למערכת הנישואין עם השקעה שונה, או יכולות שונות בין בני הזוג לבדוק את כדאיותו של הסכם ממון.

• האם הסכם ממון יקיים בכל מצב?

הסכם הממון, ככל הסכם, יכול להיות כפוף לפרשנויות שונות, כמו גם לסירוב של אחד הצדדים [בדרך כלל הצד בעל האמצעים] והתחמקות שונות מלקיימו. לכן כדאי בכל מצב, בשעת עריכת ההסכם וכל שכן כשמגיעים לידי מימוש, להיוועץ בעל מקצוע בתחום, טוען רבני או עורך דין,

פנתנת חתונה

על הצורך בהדרכה נכונה בראשית הנישואין



שלום מרקוביץ' (M.A.) - פסיכותרפיסט ויועץ נישואין - (052-6071596)

שוב ביתר שאת. כך נוצר מעגל זוגיות שהולך ומתרחק, והתסכול, הכעס והייאוש הולכים ומעמיקים. ככל שהמעגל יחריף ויחזור על עצמו לאורך זמן, תעמוד הזוגיות בפני אתגר וסכנה ממשיים. אין אפשרות להיחלץ מן ה"מעגל" האכזרי והמתיש הזה על ידי הימנעות והתרחקות מכיוון שהללו נחוות כמשך ההתעמרות וההתעלמות מהכאב של הזולת. מאידך גיסא, תגובה פעילה, בין אם על ידי ביקורת או פעולה ובין אם על ידי "הסבר" מנומק על טעותו של השני, יחריפו את המצב, וכך עלולה להיווצר "מלכודת" של ממש. על מנת לבנות נכון את חיי הנישואין, על כל אחד מבני הזוג לראות את חלקו במעגל היחסים, וב"תרומתו" לתגובת האחר, ועל שני בני הזוג להשתמש באמצעים ל"פסק זמן", להתחלה מחדש תוך ברור כנה, אמיתי ומעמיק של המאורעות שעברו.

כללים "צריך" "חובה"

זוגות רבים מבקשים כללי התנהגות שיסייעו לזוגיות שלהם. מתוך רצון טוב ותמים מבקשים הם לברר מה הזולת "חייב" ו"צריך", ואילו "חובות" הזולת צריך למלא כדי לחיות באושר. אך כללים לא יכולים לבנות את חיי הנישואין, שכן מה שנכון וטוב לזוג אחד לא יתאים לזוג אחר. בנוסף לכך, במקרים רבים מילוי "חובות" יכול להיעשות באופן טכני, קר ומנוכר שלא יבטא שום רגש וממילא לא יועיל לזוגיות: לא בטוח שבעל שיתקשר לאשתו במהלך היום כדי לשאול בשלומה רק כי היועץ אמר לו לעשות זאת, אכן יגרום לה להרגיש טוב. כמו כן אם יביא לה תכשיט יפה לחג ויאמר בסיפוק שקיים

יחד עם רעות עמוקה הם רק הכותרות לכל מה שניתן להכיל תחת המושגים הללו.

עד כמה שהדבר נשמע פשוט, מדובר בתהליך מורכב למדי. לא תמיד כל אחד מבני הזוג מודע באופן ברור לצרכים ולציפיות שלו מהזוגיות. אלו עשויים גם להשתנות במהלך החיים. לכל אחד מבני הזוג ניסיון חיים שונה, חינוך שונה וציפיות שונות מהחיים. לחלק מהצרכים קשה לבן הזוג להיענות. יש תחומים הנראים מובנים מאליהם לאחד הצדדים וכשהזולת אינו מבין זאת מעצמו נוצר תסכול עמוק ופגיעה.

לעיתים התהליך של הניסיון להיענות לצרכים נעשה מתוך כוונה טהורה להתמסר לבן הזוג, אך תוך הדחקה וויתור על עצמיותו ועצמאותו של בן הזוג השני, או מתוך ציפייה מסוימת שלא תמיד ברורה. במקרים אלו הכוונה הטובה והנאצלת מולידה כאב, אכזבה וכעסים. כך שדווקא הוויתור במקרים מסוימים מחריף את הפערים והתסכולים. מסיבה זו יש ללמוד את הדרך להבעת ולהבנת צרכי בני הזוג והדרך הנכונה לספקם.

זוגיות "קווית" ו"מעגלית"

זוגות רבים מתייחסים אל מערכת היחסים ביניהם כתהליך "קווית". הם מתארים את האירועים כפעולה ותגובה: היא עשתה כך, ולכן הוא הגיב אחרת. הוא לא אמר כך ולכן היא חשה אחרת. תיאור זה אינו שלם כלל ועיקר, שכן מערכת היחסים היא "מעגלית": כשהאחד פוגע על ידי ביקורת או מעשה, השני מגיב בהתרחקות או תוקף בחזרה וכך הראשון חש מתוסכל יותר וממילא עלול להחריף את תגובתו שתגרום לשני להגיב

סוד הנישואין המאושרים מרתק כמעט כל אדם. לא הכול ידונו בכך בגלוי, והשאלות נשאלות בדרך כלל על "אחרים", אך מהר מאוד הדיונים הופכים להיות רלוונטיים לכול. התורה הקדושה מלמדת אותנו ש"לא טוב היות האדם לבדו" (בראשית, ב, יח), אך לאחר שנוצרנו באופן שמאפשר זוגיות, החיבור והקרבה הנפשית והחברית, נותרו אתגר המונח לפתחנו. אנו זקוקים לזוגיות, אך הבנייה שלה עד לחיבור מלא בבחינת "והיו לבשר אחד" (בראשית, ב, כד), מהווה עבודת חיים שראוי להתכונן לקראתה. הדרכה מקצועית וליווי לא רק לפני החתונה אלא דווקא לאחריה, בראשית דרכו של הזוג הצעיר, כשאין עדיין ניסיון המלווה בכשלים, כאבים ופגיעות משמעותיות, היא רעיון חשוב וישים. הדרכה נכונה תכלול מגוון נושאים שיסייעו לבני הזוג להתחיל את הדרך המשמעותית ביותר בחייהם ברגל ימין. מעט מהנושאים שיכללו בהדרכה זו, ועל מתנת החתונה הכי משמעותית שאנו יכולים להעניק לעצמנו, במאמר הבא.

אהבה ואחוה שלום ורעות

אנו מאחלים בברכות החתונה - "אהבה ואחוה שלום ורעות". אחד הפירושים החשובים להצלחת הנישואין והזוגיות, הוא היכולת של בני הזוג להיפתח זה לזו, להכיר את הצרכים של השני ולהשתדל להיענות להם ככל שניתן. כאשר מצליחים בכך ויש תחושה של רצון טוב והיענות הדדית סבירה, יש רגש חזק ויציב של שמחה, טוב לבב וסיפוק. תחושה זו יוצרת קשר משמעותי המתפתח לביטחון ביחסים, ואהבה ואחוה

מרכז י.ג.ר.
לימודי נישואין ומשפחה

כלכלת המשפחה
חכמת להכשרת יועצים לכלכלת המשפחה

מנתוני סקרים מסתבר, כי בקרב משפחות רבות בישראל, קשיים כלכליים מהווים אחוז גבוה בסיבות לקונפליקטים בין בני זוג ואף עילות לגירושין.

הכשרת יועצים לכלכלת המשפחה (60 ש"ל)
בשיתוף "תפנית" - ביה"ס למנהלים של האוניברסיטה הפתוחה ומכון רדליך - יעוץ פיננסי למשפחה.

התכנית תאפשר לזוגות ומשפחות רבות להתנהל נכון מבחינה כלכלית, לקבל החלטות נבונות שישמרו על האיזון, ימנעו מצבי משבר וישפיעו לטובה על כלל המשפחה.

הקורס מיועד לעוסקים בתחום הטיפולי, החינוכי והמשפחתי, מאמנים אישיים וקבוצתיים, מדריכי חתנים וכלות, בעלי עיסוקים משלימים ולכל מי שמתעניין בתחום וברצונו לרכוש מקצוע מאתגר ומספק.

השיעורים מתקיימים לנדרים ונשים בירושלים

תוכן הלימודים בפיקוח הוועדה הרחנית של איגוד י.ג.ר. בראשות בית הדין "שערי הלכה ומשפט"

לעומדים בדרישות התוכנית, תוענק תעודה מטעם "תפנית" - לימודי החוץ של האוניברסיטה הפתוחה בשיתוף מרכז י.ג.ר.

לפרטים והרשמה:
ynr.rivki@gmail.com | 02-6321613

סניף י.ג.ר. ירושלים | רחוב בית הדפוס 30, גב'ש | טלפון: 02-6321600, מוקד: 1700-5000-65
סניף י.ג.ר. בני ברק | רחוב ברוך הירש 14 | טלפון: 03-7160130, פקס: 03-7160211
WWW.YNR.ORG.IL | igud@ynr.org.il | דוא"ל: 07

לימודי המרכז קיימת אפשרות להשלמת לימודים לנאור אקדמי ע"י אוניברסיטאות בין לאומיות מוכרות.

לחשוב באופן דומה ולהסכים עליהם. כאשר כל אחד יותר על הרצון שהשני יתבטל אל החלום שלו ואל המאוויים שלו וילמד לכבד אותו ואת מקומו, רבים מן האיומים המונעים שיח עמוק והבנה ייעלמו. בן הזוג אינו חייב לחשוב כזולתו וכל אחד נכון להבין את האחר ממקומו הוא. כשיש חברות עמוקה בני הזוג עוזרים זה לזו ומיטיבים למצוא דרכים שיתאימו לשניהם גם בנושאים שבהם דעותיהם אינם שוות.

ויתורים

בחלק ניכר מן המצבים, ויתור אינו דרך נכונה לנהל חיים. ניתן לוותר לזמן מה ובאופן נקודתי אך קשה לחיות חיי ויתור. כאשר יש הבנה, שיח ורצון הדדי של שני הצדדים לכבד את השונות ולקבל זה את זה, מגלים שבחלק מהמקרים אין צורך כלל בויתורים. גם כאשר אחד מותר, יש לעשות זאת מתוך מודעות, הבנה ותוך כדי קיום שיח ברור, פתוח ואמיתי. כאשר ויתור נעשה ללא שיח נוצר תסכול ונצברים כעסים, אך לא כן כאשר יש שיח עמוק והבנה הדדית. מסיבה זו יש ללמוד מתי נכון לוותר, ומתי היתור עלול להזיק לחיי הנישואין.

לסיכום

חיי הנישואין הם בסיס חשוב לחיים של צמיחה ובריאות נפשית ורגשית. הזוגיות הטובה נותנת לאדם כוחות ומאפשרת לו נתינה וקבלה בלתי פוסקים. הגישה המקצועית הרווחת בתחום הנישואין היא, שכל זוג שבו שני בני הזוג מעוניינים בתום לב להגיע לצמיחה שכזו ולהבנה מעמיקה שתביא לחיים איכותיים, יכולים לעשות זאת.

מאידך גיסא זהו תהליך שאינו מובן מאליו ודורש סבלנות, השקעה והתמדה של בני הזוג. לאור העובדה שכל כך הרבה תלוי בהצלחת הזוגיות, היה נכון שכל זוג, בנוסף להדרכה לקראת הנישואין, שהפכה דבר מקובל ומובן מאליו, יקבל ליווי של יעוץ מנוסה למשך תחילת הנישואין. במקרים רבים כל כך היה נמנע בכך סבל מיותר לאיש לאשה ולסביבתם.

בכך הלכה חשובה. האם אישה שתעזוב הכול ותקבל את פני בעלה בשווה הביתה, כי זה ה"פנטזי" למנוע מריבה, אכן תספק בכך את בעלה? או האם אישה שתטפל בצורכי בעלה מתוך חובה תזכה בקרבתו? יתכן שכשהקשר הוא טוב וקרוב, עצות מעשיות יועילו לזוגיות, אך ברוב המקרים הציפיה היא עמוקה יותר. כל פעולה או עשייה אמורים להביע רגש, רצון וחברות אמיתית. יש ללמוד היטב ולהכיר את רגשות בני הזוג כדי לוודא שהעשייה אכן תועיל לזוגיות ותעורר רגשות חיוביים.

להבין ולהיות מובן

מערכת יחסים קרובה וחברתית נבנית מתוך שיח אמתי. שיח אמתי נבחן בכך שבני זוג מצליחים להבין באמת זה את המיית הנפש של זו ולהפך, וקיימת תחושה ברורה שהזולת מבין אותי ואני מצליח להיות מובן לו. כשהשיח יודע לרדת לעומק כזה של הבנה ו"הנפשות מדברות" הקרבה הנוצרת נעימה ומרוממת. התחושה של "היות האדם לבדו" נחלשת ומתחלפת בהדרגה בתחושה של רעות ואחוה. כשתהליך כזה מתפתח שני בני הזוג חשים שהם פרצו את מעגל החיים האישי שלהם, ובשלים כתוצאה מכך לצמיחה אישית הדדית בכל אורחות חיים, גם מחוץ לזוגיות. ה"צריך" וה"חובה" מוחלפים ב"רוצה" וה"כדאיות" מובנת מאליה.

אין "פנטזים", שיחליפו או ייצרו שיח כזה. לעיתים נדירות הוא מתרחש ונבנה מאילו. אך בדרך כלל הוא תהליך הנבנה לאורך זמן מתוך סבלנות וסובלנות. חשוב לציין שגם במקרים שבהם נעשו שגיאות, או שבני הזוג לא היו בעלי ניסיון ומיומנויות קודמות, ואף אם קרה, חלילה, להפך מהרצוי, ניתן להגיע לכך בהדרכה מתאימה.

הבנה לעומת הסכמה

רוב בני הזוג שונים בדעותיהם ובאופן חשיבתם. מדהים גללות כי הצורך האמיתי של כל אחד מהשניים הוא הבנה הדדית ולא דווקא הסכמה. מעטים ביותר המקרים שבהם צריכים הצדדים



מה נראה לך?

שי יהודאי M.Sw מטפל זוגי ומשפחתי 052-6582248

ומואשם, לרוב הוא מגיב בהתקפה ומשם מתחיל מדרון חלקלק.

בנקודה זו באים חז"ל ומלמדים אותנו לנהוג אחרת - "ואהבת לרעך כמוך" תקף גם ובעיקר ביחסים שבין איש לאשתו ואשה כלפי בעלה. הפסוק מלמד שעלינו לאהוב את השני כמו את עצמנו. כמו שאנו יודעים לדון את עצמנו לכף זכות, כך עלינו לנהוג עם בני הזוג.

הצלחה בזוגיות היא פרי של עמל רב. זוג הסבור שרק הרגשות יובילו אותם בדרכם הזוגית לאורך השנים, עלולים לנחול אכזבה. לעומת זאת, זוג המודע לכשלים תקשורתיים שעלולים להיווצר במהלך החיים, כבר מראשית דרכו מתחיל לפעול אחרת. לדון לכף זכות זוהי עבודה שצריכה להיעשות בתיקון המידות האישי ולהתבטא במרחב הזוגי, ואינה מתרחשת מאליה. כאשר אשה רואה את בעלה עושה מעשה שאינו לרוחה, או מזניח דברים שלדעתה צריכים להיעשות

- לפני שהיא מבקרת אותו על כך, עליה לחשוב מה גרם לזה לקרות. אולי לא הספיק, אולי ניסה ולא הצליח, אולי היה טרוד בדברים אחרים. באותה מידה, בעל המצפה מאשתו להתנהגות מסוימת, צריך לזכור שישנם גורמים חיצוניים שלא תמיד מאפשרים. כשבני הזוג יהיו מודעים לכך, וישתדלו לדון לכף זכות ולחשוב לפני שהם מגיבים, הם יוכלו ליצור מערכת אמון משמעותית אחד כלפי השני, ולבנות קשר יציב לאורך שנים.

אם אראה מישהו הולך בדרך, מחליק ונופל, קרוב לוודאי שאחשוב עליו שהוא מרושל. אך אם אני אפול, קרוב לוודאי שאייחס את זה למדרכה מחליקה או בליטה באדמה.

כאשר אנו נפגשים עם תופעה זו בתוך התא הזוגי, הבעיה מתעצמת. גם כאן פעמים רבות אנו מייחסים לבן/בת הזוג שלנו סיבות פנימיות הקשורות באופי למעשיהם, ולא בוחנים את הסיטואציה. לדוגמא, אשה שמבקשת מבעלה לזרוק את הפח ואחר שעה נוכחה לראות שלא עשה כן - מה תהיה תגובתה? האם היא תניח שהוא היה עסוק בצרכים אחרים של הבית? אולי דאג לילדים? או שמא תאשים אותו שאינו אחראי או אינו קשוב לדבריה?

לחילופין בעל המגיע מאוחר מהעבודה, ובליבו ציפייה שאשתו הכינה עבורו ארוחת ערב לאחר יום מתיש. כשהוא מגיע, הוא נוכח לראות שאשתו לא הכינה עבורו דבר. האם יחשוב שהיא וודאי הייתה עסוקה כל היום בצרכי הבית, או שמא יחשוב שאינה משקיעה בו או מעריכה את מעשיו?

פעמים רבות בני זוג נוטים להאשים ולייחס התנהגות אחד של השני לתכונות אופי - אתה לא אחראי, את שכחנית, לא אכפת לך מהבית, את לא יודעת לעמוד בזמנים - במקום לייחס אותה לסיטואציה - אני מבין שהיית מאד עסוקה ולכן לא הספקת, אני מבינה שקרו דברים שערכו אותך להגיע בזמן.

עיקרון זה משמעותי, שכן ביקורת בתוך הבית עלולה להיות הרסנית. כשאדם מרגיש שמבקרים אותו לריק, שהוא מותקף

וניח שקבעתם מפגש עם מישהו בשעה מסוימת ובמקום מסויים. אתם מגיעים בזמן ומחכים. האדם השני מאחר ואתם ממשיכים לחכות. לאחר רבע שעה הוא מופיע. מה תהיה תגובתכם? האם תחשבו שהוא אדם שאפשר לסמוך עליו? שהוא טיפוס שמאחר? או שמא תאשימו את הפקקים שהיו בדרך?

ומה היה קורה אילו היה המצב הפוך? אם אתם הייתם המאחרים - האם תאשימו את עצמכם כמי שלא יודעים לעמוד בזמנים? או שמא תאשימו את הפקקים, או תמצאו דרך אחרת להסביר את סיבת האיחור שלכם?

לפי תיאוריית "טעות הייחוס הבסיסית" של הרולד קלי, אנו נוטים להסביר התנהגות של אחרים כנובעת מסיבות של תכונות אופי ואישיות, ואילו בזמן שאנו נדרשים להסביר את מעשינו, לרוב נייחס להם סיבות וגורמים חיצוניים. למשל, אם נראה נהג הנוסע במהירות מאד גבוהה, קרוב לוודאי שנחשוב עליו שהוא לא אחראי ואינו זהיר, אך כשאנו עוברים את המהירות המותרת, סביר להניח שנסביר לעצמנו שאנו מאד ממהרים כרגע. באותה מידה, אם מישהו שקבענו איתו פגישה מגיע באיחור, סביר להניח שנחשוב עליו שאינו יודע לעמוד בזמנים לפני שנחשוב שהיו פקקים שערכו אותו או שברכב שלו הייתה תקלה. אך אם אנו היינו המאחרים, היינו מייחסים זאת לגורמים חיצוניים שאינם תלויים בנו.

כשזה נוגע לנו, אנו פחות שיפוטיים, ולכן



מוגבלות וזוגיות

הרב שלומי אלדר, יו"ר עינבר הכרויות | www.inbardate.org.il

יש להוסיף את הסביבה התומכת של כל אחד מבני הזוג, כמו הורים או מטפלים למיניהם, שבדרך כלל מעורבים יותר בחייהם של בני הזוג, מכורח הנסיבות והתלות בסיוע והליווי שלהם. מעורבות זו במקרים רבים דורשת אף היא התמודדות מיוחדת בתוך הזוגיות.

כיום חברים בעינבר קרוב ל-500 חברים, וכמאה זוגות כבר יצרו קשרים דרך העמותה. בחודש סיוון תשע"ב (יוני 2012) התקיימה החתונה הראשונה של שאול ענבר, ממקימי העמותה ורעייתו נטע, ומאז בוגרים נוספים של פעילויות עינבר עמדו תחת החופה. ענבר מקיימת שיתוף פעולה עם מרכז י.נר על מנת להעניק סיוע מקצועי בתהליך יצירת הקשר ולאחריו, ותלמידי המרכז משתלבים בפעילות ההתנדבותית בעמותה.

למרות המורכבות והקשיים המרובים, תחושת השליחות, החשיבות והסיפוק שבאתגר מוכיחים שוב ושוב שבניית בית יהודי היא הדרך הנכונה והאמיתית בסיוע לבעלי מוגבלויות. אנו מרגישים שיש לנו שליחות לשנות את התפיסה של החברה כלפי אנשים עם מוגבלויות ולהקנות להם את האמונה כי הדבר ראוי ואפשרי.

מקיימת העמותה מפגשים חווייתיים, תמיכה וסיוע לפני ובמהלך הפגישות, סיוע של שדכנים מתנדבים ועוד. חלק מרכזי בפעילות שם דגש על פיתוח מיומנויות של יצירת קשר, תקשורת, דימוי עצמי והכנה לקראת חיי שותפות.

המתנדבים בעמותה מתמודדים עם אתגרים ייחודיים, שאינם מאפיינים אוכלוסיות אחרות בחברה. הקשיים נובעים מהמורכבות שבהתמודדות הפרטית של כל אחד מבני הזוג עם המוגבלות שלו והיכולת לקבלה והכלה של המוגבלות של בן או בת הזוג האחר. המורכבות הזו באה לידי ביטוי הן בשלב ההכרות והן במהלך הקשר. מעבר לקשיים הטכניים הנובעים מהמוגבלות הפיזית כגון עיוורון, שיתוק וכדומה, כל אחד מבני הזוג מגיע עם מטען רגשי שנובע מדרך ההתמודדות שלו עם המוגבלות במהלך חייו. ובמקרים רבים מטען זה טומן בחובו קשיים בקבלה עצמית, ומתוך כך גם בקבלת בן או בת הזוג.

העמותה מסייעת, מלבד לבעלי מוגבלויות פיזיות, גם לאנשים עם מוגבלויות נפשיות או קוגניטיביות. במקרים כאלו נוספות מורכבויות אחרות לזוגיות, שדורשות הדרכה והכוונה של אנשי מקצוע. על כל אלה

הצורך והרצון לבניית חיי נישואין קיימים אצל כל אדם, ואנשים בעלי מוגבלויות אינם שונים מבחינה זו. יש להם את אותו רצון ואותו צורך, ואזרבה - הערך המוסף הגדול של הזוגיות, הריפוי של הבדידות והברכה הטובה שהיא מביאה, יכולים לסייע עוד יותר להתמודדויות המיוחדות הנדרשות מהאדם המוגבל. אולם לצערנו, למרות הצורך הגדול ליצירת קשרים, הקשיים גדולים עוד יותר. בעלי מוגבלויות אינם זוכים כמעט להזדמנויות להיכרות ולמציאת בן או בת זוג. המחסומים הרגילים העומדים בפניהם בחברה מתעצמים עוד יותר, והבדידות הופכת לעיתים להיות הקושי הגדול ביותר עמו נדרש אדם בעל מוגבלות להתמודד על בסיס יומיומי.

מתוך מצוקה איתה התמודד אדם אחד, שהחליט להפוך את הקושי שלו לאתגר והזדמנות לסיוע לאנשים רבים הנמצאים במצב דומה, הוקמה בשנת תשס"ט עמותת ענבר. העמותה מסייעת ביצירת הזדמנויות להיכרות לבעלי מוגבלויות בציבור התורני. על מנת לתת מענה בתחום, העמותה מפעילה מערך פעילויות ותשתיות שנועד ליצור הזדמנויות ותמיכה בבניית קשר זוגי לבעלי מוגבלויות מכל הסוגים. בין היתר

שואף להצליח ←

חדש במרכז י.נ.ר ללימודי נישואין ומשפחה

תואר B.A



האוניברסיטה הפתוחה

- תואר B.A בפסיכולוגיה
- תואר B.A במדעי החברה והרוח

אופי וסגנון הלימודים מותאם למגזרים התורניים | תוכנית לימודים מגוונת ומעניינת
הלימודים מתקיימים במרכז ינר אחת לשבוע: בוקר נשים, ערב גברים | אפשרות לקבלת מילגות



לפרטים והרשמה: 02-6321612 | 02-6321620
ynr.miri@gmail.com | WWW.YNR.ORG.IL