

גליון 77 // שבט תשע"ט // 25 נר

כלים שלובים

כתב עת לענייני נישואין, חינוך ומשפחה שע"י מרכז י.נ.ר



11
הורים מנותקים

פיליפ מרכוס | משפטאי LL.M

12
ותשועה ברוב יעק

חיים דיין | עו"ס MSW

26
בין הקטן לגדול

ד"ר חנה קטן



rishum@ynrcollege.org | 03-7160-130 | 02-6321-620
מרכז י.נ.ר | המרכז המקצועי והמוביל ללימודי טיפול, ייעוץ והנחייה

כלים שלובים

כתב עת לענייני נישואין, חינוך ומשפחה שע"י מרכז י.נ.ר.



בואו לקחת חלק בחיזוק הבית היהודי ע"י הפצת עלוני כלים שלובים באזור מגוריהם.



מעונין לקבל

כלים שלובים

באופן קבוע?

הצטרף כמנוי אלקטרוני ללא תשלום ותקבל את המגזין לכתובת המייל שלך.

ניתן לקבל עותק מודפס של כלים שלובים הצטרפו כמנויים ותוכלו להנות מתכנים איכותיים בנושא חינוך, נישואין ומשפחה בעלות של 100 ש"ח בלבד.

02-6321-602

merkaz@ynrcollege.org



16

הורים ושדוכים הרב שמחה כהן



20

שלום שפטו בשעריכם הרב משה גפני



26

בין הקטן לגדול ד"ר חנה קטן



6

פת מקרבת שונמית דרעי



18

וכל לשון תשבח אוריאל בלמס



24

בדידות חברתית שירלי קורין

כלים שלובים | גליון 77

בנושא:

משפחה: קשרים פנים וחץ משפחתיים

כתב העת יוצא לאור ע"י מרכז י.נ.ר (ע"ר) בשיתוף אגודת היועצים והמטפלים במשפחה בישראל (ע"ר).

מנכ"ל: טו"ר מאיר שמעון עשור יו"ר: הרה"ג יוסף קהתי שליט"א עורכת: טל נחום, מנהלת תוכניות הכשרה ב'מרכז י.נ.ר'

העלון בפיקוח הועדה הרוחנית של מרכז י.נ.ר בראשות הרב אליהו בן סימון והרב דניאל עשור יועץ משפטי: עו"ד צבי גלר, טו"ר עיצוב גרפי ועריכה גרפית: אבישיבנו הפצה: תלמידי ובוגרי מרכז י.נ.ר, חברי אגודת היועצים והמטפלים, מנויים, בתי דין רבניים, מועצות דתיות, מוסדות וארגונים רלבנטיים ודוכני עיתונים.

כתובת המערכת:

מרכז י.נ.ר - (ע"ר) ת.ד. 34351

ירושלים מיקוד 91343

טלפון ראשי: 02-6321600

פקס: 073-3383811

טלפון מחלקת מנויים:

02-6321602

דוא"ל:

merkaz@ynrcollege.org

כתובתנו באינטרנט:

www.kelimeshluvim.org

ניתן להעביר מאמרים לפרסום.

ניתן לקבל מגזין לדוגמא ללא תשלום.

דעתכם חשובה לנו!

אם יש לכם רעיונות לשיפור או נושאים שהייתם רוצים לקרוא עליהם, וכל הארה והערה אחרת, נשמח לשמוע מכם.

בחוברת זו ישנם מאמרים תורניים והיא טעונה גניזה.



בפתחו של עניין

"אנחנו"

על ערך המשפחה היהודית וייחודיותה

הרב יאיר אביני



רגילים לדבר על "חוסנה של המשפחה היהודית", על מדד המבדיל בין העם היהודי לבין אומות העולם, תוך הבעת כבוד והערכה לחשיבותה של המסגרת המשפחתית. אולם מה למעשה מייחד את המבנה המשפחתי בעם היהודי? הרי ברוב אומות העולם, ובתרבויות השונות קיים מבנה משפחתי הכולל זוג ובדרך כלל ילדים. נוכל למצוא לא מעט משפחות שחוות את חייהם בהרמוניה משפחתית נעימה, מנהלים "טקסי משפחה" סדירים ושומרים לאורך כל חייהם על המבנה המשפחתי הקרוב.

הכותב:
יענין נישואין ומשפחה
ופסיכותרפיסט
050-4188877
yairav@neto.net.il

של המסגרת המשפחתית היהודית, אל מול מסגרות הנראות דומות אצל אומות העולם.

הרב דסלר בספרו 'מכתב מאליהו' ח"א 'קונטרס החסד', מבאר את מהותה ותכליתה של המסגרת המשפחתית. הוא מרחיב לבאר על ברייתו של האדם שנוצר "בצלקם אלקים" כאשר התוכן הפנימי של עניין זה הוא שהאדם יעצב את חייו כמי שמכוון רק לתת ולהעניק לאחרים. המובן של הבריאה "בצלם אלקים" עוסק בציווי של החתירה התמידית להיות נוהג כמנהגו של בורא עולם שהוא "נותן" אבסולוטי ולא "נוטל" כלל. למרות הנטיה הטבעית שבו להיות "נוטל" מאחרים, עליו להקדיש את חייו למשימה הפוכה מזו ולהפוך להיות "נותן" לאחרים.

לשם כך, אומר הרב דסלר, הקב"ה טבע באדם את הרצון והדחף להינשא. האדם הבוודד ללא מערכת נישואים יתקשה למצוא מציאות יום יומית שבה הוא נדרש לוותר על חלקים של ה"אני" הפרטי שלו ולעצב אותם מחדש כפי שמציאות ה"אנחנו" שעומדת מולו מזמינה. וכך כתב: "...ובהיות האדם לבדו, הנה הוא חסר. כי לא יוכל למלא את תפקידו".

כאן באה לידי ביטוי ההדגשה של המושגים הנפוצים השגורים במטבעי הלשון כגון "הבית היהודי", "המשפחה היהודית" וכדו'. המבנה המשפחתי היהודי של המשפחה הגרעינית יכול להיות דומה מאד בחיצוניותו למבנים דומים הקיימים גם אצל אומות העולם. אולם התוכן הפנימי והתכלית שונה לחלוטין.

בעוד שאנו רגילים לחשוב על מבנה זוגי - משפחתי כעל מבנה "נח" שמאפשר לאדם לקבל טובות הנאה שהיו נבצרים ממנו כל עוד והוא רווק, עוסק התוכן של המשפחה היהודית במהות שונה והפוכה בתכלית.

המעבר ממצב של "אני" בודד למצב של "אנחנו" כזוג נועד על מנת להרבות ולהרחיב את השטחים בהם האדם יוכל להיות ממוקד בנתינה לזולת. אכן, בהחלט ישנם חלקים שונים של ה"אני" הפרטי שנאבדים בתוך המרחב של ה"אנחנו" שנוצר, או לפחות מצריכים שינוי ועיבוד מחודש תוך קניית הרגלים חדשים וכו'. זו אכן המטרה והתכלית. נישואים ככלי בהם בני הזוג יוכלו לעבד את חומר הגלם הנקרא "אני" על ידי עשייה של נתינה מרובה לזולת, ובכך לזכות ולמלא את הייעוד היחיד שלשם כך בא האדם לעולם - להתדמות ולהתקרב לבוראו - בצלקם אלקים.

נוכל גם לראות במבנה המילה "אני" את ייצוג הרעיון הזה. האות "א" הינה בעלת מבנה סגור, מכוסה פנימה, שומר על הגבולות הפרטיים לכל יחיד זר אליהם. לעומתה האות "נ" היא אות בעלת מבנה פתוח, הרגל התחתונה "מושיטה יד" אל האחר ומזמינה אותו להיטמע ולעצב את האני הקודם למשהו רחב יותר - "אנחנו".

דרך כלל אנו רואים שכל אדם בריא חווה דחף להינשא ולקשור את גורלו עם אדם אחר. לרוב האנשים האפשרות של לא להנשא מתורגמת לתחושת בדידות. הרמב"ן על הפסוק "על כן יעצב איש את אביו ואת אמו וידבק באשתו והיו לבשר אחד" (בראשית ב כד) אומר שדחף זה ניטע באדם כחוק טבע, וכל זמן שהאדם לא יקלקל את צורת הבריאה שהוטבעה בו ע"י הקב"ה, הוא ירגיש דחף להנשא, ובדידות עם חייו יהיו ללא מבנה משפחתי. וכך כתב: "...ויחפוץ בה להיותה תמיד עמו. וכאשר היה זה באדם, הושם טבעו בתולדותיו, להיות הזכרים מהם דבקים בנשותיהם, עוזבים את אביהם ואת אמם, ורואים את נשותיהן כאלו הן עמם לבשר אחד".

יחד עם זאת, אנו מוצאים לא מעט אנשים שמתוך בחירה הם מעדיפים שלא להנשא, וטענתם בפיהם, מאחר שכל עניין המבנה הזוגי נוצר רק כדי לתקן פגמים כביכול וכמו שהעידה התורה: "לא טוב היות האדם לבדו אעשה לו עֵזֶר כְּנֶגְדּוֹ" (בראשית ב ח), הרי שלי באופן אישי, אומר אותו אדם, טוב יותר להיות רווק מבלי להשתעבד לטרחי הכרוכה בהקמת ושמירת המבנה המשפחתי.

ובאמת רבותינו התייחסו לטענה זו: "לפי שנמצאים קצת בני אדם, מעלים בדעתם המשובשת, כיוון שלטובתי עשה לי את העזר כמו שנאמר "לא טוב היות האדם לבדו אעשה לו עזר כנגדו". הנה אין אני חפץ בטובה זו ואי אפשרי בה. כי לדעתו יותר טובה הוא לו כשישב בלא אשה, וממציא לו עזר ברע או אח אשר נפשו קשורה בנפשו. ועל כן, להוציא טעות זה מן הלב, אמר, כי הוא יתברך היודע מה שהוא עזר, לא כמחשבת לבו של אדם הטועה בדעתו להמציא לו עזר כנגדו" (בית חדש' אבן העזר א).

מבואר בדברי הרב, שאכן עשויה להיות למקצת מהאנשים תחושה שהיו מעדיפים שלא להנשא. אולם הם טועים בהבנת התכלית של המבנה המשפחתי. הם מדברים על 'נוחות' בעוד שהבורא נטע את הדחף להינשא למטרת קיום 'טוב'. כלומר, בהחלט עשויים להיות מצבים בהם יהיה 'נח' יותר לאדם שלא להנשא, ולא להיות מחויב לכל הטרחה הקיימת במסגרת הזוגית. הוא עשוי גם לחשוש שמא ה"אני" הפרטי שלו על רצונותיו והרגליו יטמע ויאבד בתוך ה"אנחנו" החדש שיווצר לאחר הנישואים. ואכן החשש שלו מוצדק.

המטרה הייעודית לדחף שטבע הקב"ה באדם להנשא, נועדה אכן להקל מעליו את החששות ההגיוניים הנ"ל, כי אכן בתוך המרחב המשפחתי ישנם חלקים של "אני" שנאלצים לעבור שינוי ולפנות את מקומם לאור מציאות ה"אנחנו" החדשה שנוצרה.

כשנבין את הסיבה והתכלית לכך, נבין גם את מיוחדותה



מדריך למשתמש התורני

בפסיכותרפיה

איך אדע מי המטפל המתאים לי?

מאמר
שביעי
בסדרה

הרב שלום אביחי כהן

האם המטפל מצליח לזהות את רגשותיכם?

גם כשמדברים על רגשות בהקשר טיפולי זה נשמע די פשוט, אבל הסיפור האמתי הוא הרבה יותר מורכב. מערכת הרגשות שלנו מתנהלת באופן ספירלי. ישנם רגשות שנמצאים בנקודה הפנימית והעמוקה יותר, עליהם מגוננים רגשות אחרים גלויים יותר, אך מכוסים גם הם ברגשות צפים ומוחצנים. כשמישהו כועס בגלל שלא עשו את מה שביקש כל כך הרבה פעמים, הרגש המוחצן הוא כעס. במקום עמוק יותר אולי תהיה אכזבה מהאחר, ובמקום עמוק עוד יותר עשוי להיות רגש של אכזבה מעצמי, זוהי המחשבה פשטנית אך פשוטה להבנה של קומות הרגש שלנו.

ככל שאתם מצליחים לנגוע ברובד יותר פנימי של ספירלת הרגשות שלכם, כך אתם מעבדים, משחררים, פותרים, ומצמיחים את אישיותכם. אם תשבו מול מטפל ובאמצעות הקשבתו העמוקה והכוונתו המקצועית תצליחו לנגוע בקומת רגשות עמוקה יותר, אתם תרגישו את זה. אתם תרגישו שונה, תרגישו שיש מישהו שמצליח להבין אתכם, ויותר מזה, יש מישהו שמצליח לעזור לכם להבין ולבטא יותר את עצמכם בפני עצמכם.

כמוכן שעל מנת לעזור לכם להיכנס פנימה אל קודש הקודשים של נפשכם, תצטרכו להיות שותפים בתהליך שאורך יותר משעת מפגש אחד, אבל כבר בפגישה אחת תוכלו להרגיש שהאדם שמולכם מצליח לזהות את רגשותיכם, הוא מצליח להבין אתכם טיפה יותר עמוק מההבנה הרגילה שאתם חווים מחוץ למפגש הטיפולי. אם ככה אתם מרגישים, אתם יכולים לסמן חיובי בקריטריון הנוסף לבחירת המטפל המתאים לכם.

האם אתם יודעים ומבינים כיצד מתנהל התהליך?

המטפל והמטופל או המטופלים בטיפול זוגי ומשפחתי, נעשים שותפים לתהליך שכל עניינו הוא עולמו של המטופל. בתהליך הזה המטופל אמור לדעת כיוון כללי של הגישה הטיפולית, הוא אמור להיות מסוגל לשאול והמטפל צריך להיות מסוגל להסביר את הדרך, את התנאים להצלחת התהליך, וגם את כללי המסגרת כמו תדירות המפגשים, משך כל מפגש, הבהרת ציפיות והפרכת תקוות שווא. כל הדברים הללו כמו גם הידיעה שהסודיות במסגרת הזאת נשמרת בקפדנות, נכללים במה שנקרא "החווה הטיפולית".

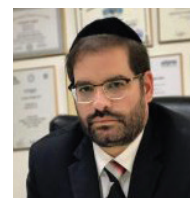
אם אתם מרגישים חופשיים לשאול את המטפל את כל השאלות על גישתו הטיפולית ועל כללי המסגרת, ואם המטפל אינו משאיר אתכם עם תשובות בסגנון "אני יודע מה אני עושה, אתם רק תגיעו לכאן ותסמכו עלי", אלא עונה על שאלותיכם ומסביר את העקרונות בצורה ברורה, ויש לכם בסופו של דבר כיוון בהיר יחסית על המשך התהליך ואתם כמוכן מתחברים לסגנון הטיפולי הזה - אתם ממשיכים בכיוון חיובי.

יום אתם יודעים טוב יותר שאם הגעתם להחלטה על פנייה לטיפול, לא פונים לכל מי שתולה שלט "מטפל" על דלת חדרו. אתם מחפשים אדם שרכש השכלה רחבה בתחום, אתם מבינים שהאדם הזה צריך בעצמו לעבור תהליכי הדרכה וטיפול, הוא חייב להיות מקושר לאגודה מקצועית, ובאופן כללי אתם פשוט מחפשים "איש מקצוע" ולא חובבן. ניתן לחשוב שיש לכם ביד את הנוסחה למציאת המטפל הטוב ביותר עבורכם, אלא שכאן מחכה לכם הפתעה. אתם מגלים שלאחר שעברנו את מבחן המטפל המקצועי והאחראי, נשארו עם מגוון מטפלים ומטפלות מצוינים, שעובדים בצורה מקצועית מאוד - כל אחד וגישתו, והתיאוריה או התיאוריות שעליהן מושתתות דרכי העבודה שלו. אז עם מי בכל אופן כדאי לצעוד בתהליך חקר הנפש והריפוי האישי או הזוגי שלכם? וכיצד תדעו מי מתאים להיות המטפל שלכם?

כמוכן ששאלות אלו לוקחות אותנו למשתנה המכריע והמנבא יותר מכל את הצלחת הטיפול והוא **הקשר הטיפולי** שעסקנו בו באחד מפרקי הסדרה. מחקרים רבים מראים שההבדלים בין שיטות הטיפול השונות עשויים להיות זניחים כאשר נוצר קשר של אמון בין המטפל למטופל, וכשהמסגרת הטיפולית הופכת להיות מקום בטוח. זה בעצם לוקח אותנו לצורך לבחון איך אנחנו מרגישים את הקשר הזה? האם המקום שאליו הגענו מרגיש לנו מקום בטוח עבורנו? האם נוצרת ברית טיפולית ביננו ובין המטפל או שלמרות שמו הטוב ומקצועיותו הגדולה, הוא פשוט לא מתאים לנו ואנחנו צריכים לנסות מישהו אחר. לפניכם מספר שאלות לבחינת ההתאמה של המטפל עבורכם, אם ענייתם תשובה חיובית על כל השאלות הללו נראה שהגעתם לאדם המתאים לכם.

האם המטפל מקשיב לכם?

הקשבה זהו מוצר שבהסתכלות ראשונה נשמע טריוויאלי, במיוחד בהקשר טיפולי, אבל האמת שזהו אתגר לא פשוט. להקשיב למישהו באופן שגם הוא ירגיש שאנחנו מקשיבים לו, זה מצריך המון עבודה פנימית להיות שם בשבילו לפני שאנחנו מביאים מפרי חכמתנו. זה גם מצריך להתאים את עצמנו לצורות ודפוסי הדיבור והמחשבה של האחר - וכשמדברים על התעסקות בעולם פנימי של האחר שעשוי להיות מורכב לא פחות מעולמנו הפנימי, זוהי בהחלט משימה מאתגרת. לעתים מטופל אחד ירגיש שהמטפל הקשיב לו, ואחר יתלונן על אותו מטפל שאינו מקשיב לו מספיק. ולכן, כאשר אתם באים לענות על השאלה האם אני מרגיש שהמטפל מקשיב לי, אתם צריכים לבחון האם בצורת הקשבתו המטפל הצליח לעודד אתכם לדבר יותר על עצמכם. כי כאשר אתם מרגישים שהאדם מולכם נמצא אתכם, מקשיב לכם באמת, אתם מסוגלים לדבר יותר, לפתוח יותר זוויות, ולחלוק יותר מחשבות.



כל כך הרבה גישות ושיטות טיפול קיימות, ויש כל כך הרבה הגיון במחשבה שאין גישה אחת שיכולה לכסות באמת את כל נבכי ונפתולי נפשו המורכבת של האדם. אז איך בסופו של דבר נוכל להחליט לאיזה מטפל לפנות ועל פי איזו גישה? האם נכון לפנות לתהליך טיפולי פסיכואנליטי על פי גישתו של פרויד? או אצל ממשיכיו בטיפול פסיכו-דינאמי ארוך הטווח? אולי דווקא בגישות עכשוויות כמו תהליך דינאמי קצר מועד, או טיפול התנהגותי? אולי דווקא הגישה המערכתית, ההומניסטית, האקזיסטנציאליסטית? מאמר שביעי של המדריך למשתמש ממשיך לעשות לנו סדר.

הכותב:

פסיכותרפיסט,
מטפל זוגי בכיר
וסופרוויזר,
רכז התכנית
להכשרת יועצי
נישואין במרכז י.ג.

כדי לשמור על
שלמות המשפחה

הכשרת יועצי נישואין ומשפחה

בחסות האוני' הפתוחה
מערך לימודי החוץ



הצטרפו ללימודי מקצוע שהם
דרך חיים ובואו לשלב פרנסה
ותרומה לקהילה

התכנית
מיועדת לבעלי
B.A. וניסיון
בעבודה חינוכית
- קהילתית

התוכנית המקצועית ביותר
המכשירה למתן ייעוץ זוגי
ומשפחתי להתמודדות עם
אתגרים במעגל החיים.



טכניקות מובילות הכוללות ניתוח
מקרים, הדרכה קבוצתית ופרטנית
וצפיה בטיפולים חיים.



פראקטיקה מעשית, ליווי
אישי, הדרכות וסיוע בהשמה



מרכז י.נ.ר.
החותמת שלך להצלחה
כבר 18 שנה

להרשמה עכשיו

rishum@ynrcollege.org
מרכז י.נ.ר. | המרכז המקצועי והמוביל
ללימודי טיפול, ייעוץ והנחייה

02-6321-620 <
03-7160-130 <

האם אתם מרגישים שמפגש מתנהל ביעילות?

מפגש טיפולי עשוי להיות מרתק ומורכב מאוד. בשעה הזאת, בה יושבים מטפל ומטופליו ועוסקים בהוויות נפשו של אדם, ישנם רגעים של דיבור ורגעים של הקשבה, רגעים של תהיות ואחרים של הרהור. זוהי שעה של תנודות מגוונות, מהן מאפיינות חוסר אונים ומהן תקווה וצמיחה, חלקי שעה זו עשויות להיות טבולות בדמעות של צער ועגמת נפש, ולעתים יהיו אלו דמעות התרגשות ואושר. גם שתיות מלאות קול ומשמעות עשויות להיות חלק מאותה שעה דרמטית, ולעתים קולות גבוהים חסרי ניגון וחן מוסיקלי יכסו על שתיקה עמוקה של אותם קולות אחרים, עמוקים ועדינים שזועקים פנימה זעקה של ריחוק או של קירוב - אלו וגם אלו לא מצליחים עדיין למצוא מקום בחלל שמחוץ לתהומות הנפש.

בין כך ובין כך, זוהי שעה משמעותית. והתחושה בשעה הזאת צריכה להיות תחושה של משמעות, של התחלה של משהו או של המשך או הכנה למשהו. אם אתם מרגישים בשעת המפגש עם המטפל שלכם שהפגישה מנוצלת כחלק מתהליך, שהמטפל מכוון אתכם ואת המפגש לטובת המסלול הרחב יותר, זה אומר שהמפגש מתנהל ביעילות. אבל אם אתם באים ומדברים, מתפזרים ולא מכוונים למשהו משמעותי, אינכם מצליחים להרגיש חלק מתהליך, הפגישה נראית מחוררת בחורים ללא כל חוט מקשר, זהו סימן לא חיובי לשאלת יעילות המפגש.

האם באופן כללי אתם מרגישים שזה האדם וזה המקום עבורכם?

אל תזלזלו כלל בקריטריון הזה. הוא פונה לאינטואיציה שלכם, ומכבד את הקול הפנימי שלכם. האם אתם מרגישים טוב בחברת המטפל הזה? האם האווירה בחדר היא אווירה נעימה ומאפשרת פתיחות? תסתכלו על המטפל או המטפלת שלכם, האם הוא מעלה בכם תחושה של ביטחון, תחושה שאפשר לסמוך עליו? יכול להיות שהמטפל שאל אתכם שאלה שהפגישה אתכם עם משהו לא פשוט בעולמכם פנימה, אולי החוויה הייתה מטלטלת, אולי הוא אמר משפט שגרם לכם להרהר באותה נקודה שממנה התרחקתם, יתכן וזה גרם לכם להיות עצובים, לדמוע, לחשוב על מה שנמנעתם מלחשוב עליו. אולי הוא היה יכול לומר את המשפט הזה בשלב מאוחר יותר, אבל הוא אמר אותו עכשיו, יתכן שהוא התכוון לכך ויתכן גם שלא, בכל מקרה, כדאי שתקשיבו לקול הלא רצוני שלכם, האינטואיטיבי, זה שאולי אומר לכם "הוא גרם לי להרגיש רע, אבל זה האדם שאני מרגיש בטוח בחברתו, זה האדם שאני מרגיש שהוא מבין אותי". אותו קול יכול לומר לכם על מטפל אחר שהיה מאוד רך, קשוב ועוטף: "הוא נחמד, מבין, אבל אני לא מרגיש ממש שזהו האדם שעליו אני רוצה לסמוך". מן הסתם אפשר וחשוב לחקור את הקולות הללו, אבל יש בזרימה שלהם משהו מכוון שאי אפשר להתעלם ממנו, לעתים אנחנו זקוקים גם "לישון על זה לילה" ואז הקולות הללו עולים וצפים בתוכנו. בכל מקרה, בבואכם לבחון האם המטפל שאליה הגעתם הוא המטפל המתאים עבורכם, תקשיבו גם לקול הפנימי שלכם, אל תתעלמו ממנו.

ועוד מילה אחת לסיכום:

זכרו! גם אם עניתם בחיוב על כל השאלות הללו, ובהחלט אתם יכולים לסמן את האדם שאליה הגעתם כמי שמתאים להיות שותף לתהליך שלכם, אם גיליתם שהוא חורג מגבולות ההלכה והאתיקה, עליכם לעצור, לבחון איתו את הדברים ובמידת הצורך להיוועץ עם גורם חיצוני אחר.





פנימה

פת מקרבת

על חשיבות הארוחה המשפחתית בחיי המשפחה

שונמית דרעי

תחושות של דאגה, איכפתיות, אהבה וחום. כשאדם קרוב מכין עבור קרובו את המאכל האהוב עליו, זהו ביטוי לצורך להעניק לו ולבטא את חשיבותו בעיניו. לא בכדי מתכונים רבים נכתבים מתוך געגועים לדמות האוהבה חיכרון של מאכל מסוים נחרט בזיכרון כמקור המסמל חמימות ורגש.

לארוחות יש תפקיד חשוב בגיבוש המשפחה והן דרך ליצירת לכידות משפחתית. כשבני משפחה אוכלים ארוחה משותפת, פירוש הדבר שהם לא רק צורכים יחד קלוריות, אלא מייחדים זמן לשיבה משותפת סביב השולחן, תוך שהם חולקים הנאה משותפת מעצם האכילה, ובזמן בו החייך נהנה, מתקרבים האנשים ומתחברים הלבבות. ארוחות מקבלות משמעות גם בהקשר הזוגי. עצם הישיבה ביחד לארוחה, היא ערך רב וחשוב, כאשר זו תורמת לתחושת שייכות ונתינה של כל אחד מבני הזוג. הישיבה יחד, לפחות פעם ביום, מעידה כי כל אחד מהם, ושניהם יחד, מאפשרים ובוחרים לנהל את הזמן לתועלת הקשר הזוגי, ומייחדים מזמנם לצורך כך. אלו רגעים בהם הזמן עוצר מלכת, אפילו רק לעשר דקות משותפות.

ארוחה משפחתית כמנהג קבוע, תורמת רבות לאווירה זוגית והמשפחתית. הארוחה היא הזדמנות מצוינת לפיתוח מיומנות שיחה, הכוללת הקשבה והתעניינות באחר, הזדמנות לשתף, להביע, או להתייעץ. היא יכולה להיות הזמן בו מתקבלות החלטות משפחתיות, ומועלים לדיון נושאים הקשורים להתנהלות המשפחתית. רווח נוסף ולא פחות חשוב הוא הדוגמא האישית של ההורים, בשיח מכבד ומתחשב וגם בהקניית הרגלי אכילה נכונים ומאחזים. זהו הזמן בו ניתן גם להחמיא למי שהכין את הארוחה, ו/או טרח לקנות את המצרכים, להעניק תשומת לב מיוחדת למי שזקוק לה, ע"י הכנת

חוץ החיים, שעות העבודה הרבות והאינטנסיביות של חיי היומיום מביאים אותנו לחפש קיצורי דרך העשויים להקל מעלינו בלא מעט תחומים. כיום, כל פעולה נעשית בעשירית מהזמן שהיה נדרש לה בעבר, ובמינימום מאמץ, התעשייה מציעה אינספור הקלות ודרכים נוחות למגוון מטלות - מתשלומים, משלוחים, וקניות דרך המחשב ועד מזון שמוכן ברגע אך עם הברכה שהקדמה מביאה איתה (או הקללה, תלוי בעיני המתבונן), חשוב לא לאבד את הכיוון ולזכור שישנם תחומים בהם ההשקעה שווה את המאמץ, וכל קיצור דרך מסיט אותנו מהדרך העיקרית שבחינו. על פת מקרבת, וחשיבות המזון בהקשר הזוגי והמשפחתי - במאמר הבא.

מזון הוא לא רק אמצעי שימושי להישרדות. מרגע שאנו נולדים ועד סוף ימינו, אנו מטעינים אותנו בהרבה מאוד משמעותיות. מהקשר הראשוני שנוצר בשלב הינקות, וקשרי המשפחה שנוקמים סביב שולחן האוכל, דרך חיי החברה שסובבים ברובם סביב עולם המזון ועד מערכות רגשיות שנועות סביב מושג הרעב. האוכל, כך מסתבר, מזין הרבה ממערכות היחסים שאנו מקיימים עם העולם.

הסופרת וירגינייה וולף כתבה פעם: "אדם לא יכול לחשוב היטב, לאהוב היטב ולישון היטב, אם לא סעד היטב", ואכן, מחקרים רבים שנערכו בעבר מצאו קשר ישיר בין האוכל, צורך בסיס שהוא הבסיס לפירמידת ההישרדות, כמחבר כל אדם לתרבות אליה הוא שייך, ביחסיו לחברה, וכמובן - לבית, למשפחה ולקשר עם האם. גם בחז"ל, מכונה האוכל כצורכי אוכל נפש ולא צורכי אוכל גוף, כלומר, האוכל מזין את הנפש.

ואכן, לאורך השנים, וכתופעה חוצת תרבויות, מגזרים ועמים, נתפש המזון כצורך אנושי שדרכו מועברות גם

הכותבת:

יועצת זוגית,
פסיכותרפיסטית
ומנחת סדנאות
מפתחת סדנת
"הצעד לדואט"
052-2314040

בואי לבנות
בית חדש
בישראל



הכשרת מדריכות נישואין

באישור הרבנות
הראשית לישראל

תכנית הכשרה המעניקה ידע
הלכתי ותורני לצד כלים מעשיים
ומקצועיים, לבנית הקשר הזוגי
בבנין הבית היהודי.

זיהוי מוקשים בראשית הדרך

תקשורת אפקטיבית והתמודדות עם
קונפליקטים

קדושת חיי המשפחה והיבטיים
רפואיים במעגל חיי האישה

הקניית דידקטיקה מעשית להדרכה



קבוצה חדשה נפתחת בבני ברק!

מרכז י.נ.ר.
החותמת שלך להצלחה
כבר 18 שנה

ההרשמה עכשיו:

02-6321-603 < rishum@ynrcollege.org

מרכז י.נ.ר. | המרכז המקצועי והמוביל ללימודי טיפול, ייעוץ והנחייה



מאכל אהוב, ואפילו לתת ביטוי למי שמעוניין ע"י שיוכל לקחת חלק בהכנת הארוחה. ככל שהקרבה הרגשית גדלה ליד השולחן כך מיטשטשים הגבולות בין האנשים הסועדים.

מעבר להיבטים הרגשיים הרבים, הארוחות המשפחתיות מייצרות הרגלי אכילה נכונים. להרכב התזונה יש השפעה משמעותית על איכות החיים. לתזונה לא בריאה יש קשר ישיר כגורמת להשמנה, להרגשה כללית שלילית, לתחושת כבדות ועייפות, ולעיתים אף נגררת ההשפעה עד כדי יצירת דימוי עצמי נמוך, חוסר הערכה עצמית, ובעיות פסיכולוגיות בעקפיך. ארוחות מסודרות, הכוללות מזון בריא ומגוון המורכב מכל אבות המזון, הן הדרך שלנו, להקנות לילדים מודעות לאכילה מאוזנת ובריאה.

לסיכום, קיימת חשיבות רבה להרגל של ארוחה משותפת כחלק מהתרבות הזוגית והמשפחתית. זוגות צעירים - חשוב להתחיל כבר בתחילת הדרך, ולמצוא את הזמן הנכון לשני בני הזוג - בוקר, צהריים או ערב, כך שלפחות ארוחה אחת תהיה משותפת. ההרגל ילך ויעמיק עם התרחבות המשפחה. גם זוגות בוגרים יותר, שאיפשהו איבדו את הדרך, אף פעם לא מאוחר להקנות הרגלים טובים. ניתן להתחיל מפעם בשבוע (לא כולל ארוחות שבת), ולאט לאט למצוא את הזמן הנכון במהלך היום - גם לבני הזוג וגם למשפחה. במהלך הארוחה, אפשר להשמיע ולהקשיב. דברו על מה שקרה במהלך היום או על מה שעומד לקרות. בכך, היפכו את המזון החומרי כסמלי למזון הנפשי, שבסופו של דבר מהווה תוסף תזונה אמיתי ובונה בקשר הזוגי והמשפחתי: לאט לאט, תהפוך הארוחה הזוגית והמשפחתית לדרך חיים קבוע ונכס משפחתי אותו יעבירו הצאצאים גם הלאה למשפחותיהם העתידיות.

כבוד הורים

חיוב בכבוד חמיו וחמותו

הרה"ג חגי שושן שליט"א

יועץ נשיא ביה"ד הרבני הגדול, מגיד שיעור וראש בית ההוראה "שערי הלכה ומשפט" | hsl10000@gmail.com

שאלה:

האם מותר לבעל לקרוא בשמם הפרטי של חמיו וחמותו, וכן להיפך האם מותר לאשה לקרוא בשם חמיה או חמותה?

תשובה:

א. מקור החיוב לנהוג כבוד בחמיו

1. מקור ראשון: הוא מדברי הכתוב (שמות יח ז), ויצא משה לקראת חותנו וישתחו וישק לו, וישאלו איש לרעהו לשלום ויבואו האהלה. ופרש"י וישתחו וישק לו, איני יודע מי השתחוה למי, ומי נשק למי, כשהוא אומר וישאלו איש לרעהו מי קרוי איש זה משה, שנאמר והאיש משה. ומקור דברי רש"י הוא המכילתא, ושם סיום הדברים הוא אומר משה השתחוה ונשק לחמיו, מכאן אמרו שיהא "אדם מוכן לכבוד חמיו".

2. מקור נוסף: בחיוב כבוד בחמיו, מבואר בדברי חז"ל בילקוט שמעוני (שמואל, רמז קלג, מובא במדרש שוחר טוב על תהילים מזמור ז), בהתנהגות דוד עם שאול חמיו, וכפי שמסופר בספר שמואל (א' פרק כד) שבעת שברח דוד מפני שאול והתחבא במערה, נכנס שאול להסך רגליו במערה, ולאחר שיצא שאול פנה אליו דוד ואמר לו, "ואבי ראה גם ראה", את כנף מעילך בידי, כי בכרתי את כנף מעילך בידי, ולא הרגתיך.

ופי' הילקוט, אמר ליה דוד (לשאול) "ואבי" ראה גם ראה, מכאן שחייב אדם "בכבוד חמיו ככבוד אביו", אמר ר' יהודה ואבי ראה, אמר לשאול, וגם ראה, אמר לאבנר. ורבנן אמרין, ואבי ראה אמר דוד לאבנר דהוא מאריה דאורייתא (פ' אביו בתורה. רבו שלמדו תורה), גם ראה, אמר דוד לשאול חמיו. [ולפי רבנן אין ראייה שחייב בכבוד חמיו]

הטור (חיו"ד הלכות כבוד אב ואם ס"ו רמ) כתב, חייב אדם בכבוד אחיו הגדול "ככבוד אביו", וחייב לכבוד חמיו, דכתיב "אבי ראה גם ראה". ע"כ. (וכדברי הילקוט שמעוני הנ"ל, ולא הביא ראייה ממשה רבנו כדברי המכילתא). וכן **פסק בשו"ע** (שם סעיף כד) חייב אדם לכבוד חמיו.

ב. תוקף החיוב בכבוד חמיו, האם הוא ככבוד אביו ואמו או לא?

בכבוד אב ואם, נפסק בשו"ע סי' רמ"ע"פ הגמ' בקידושין (לא): שיש שתי חובות;

1. "כבוד", כיבוד, מאכיל ומשקה, מלביש ומכסה, מכניס ומוציא.
2. "מורא", איזהו מורא: לא עומד במקומו, ולא יושב במקומו, ולא סותר את דבריו, ולא מכריעו, וחייב לעמוד מפניו".

השאלה הניצבת בפנינו, באיזו דרגת כבוד חייב אדם לכבוד את חמיו-כפי שנפסק בשולחן ערוך (הנ"ל, סי' רמ"ע"כ), האם הוא שווה לכבוד אביו ואמו? והנה רוב הפוסקים השמיטו דין זה של חיוב כבוד חמיו, וכפי שעמד על כך הב"ח (סי' רמ"ס"ק יג בד"ה וחי"ב). וכן בתורה תמימה פרשת יתרו (פרק יח הערה ח), תמה מדוע הרמב"ם בפ"ו מהלכות ממזרים לא הובא כלל דין זה (שם כתב כל דיני כבוד ואם, והשמיט דין כבוד חמיו). ועוד תמה (התורה תמימה) מדוע הטור שהביא דין זה הביא מקורו, ממדרש שוחר טוב ממה שקרא דוד לשאול וכו' ושם רבנן חלקו עליו, ולא הביא מקור מלשון המכילתא-מכאן אמרו. משמע דהוא הלכה ברורה וידועה. ע"כ.

ובאמת המעיין קצת בסוגיות הש"ס יראה לכא' קצת ראיות להיפך, שאין אדם חייב בכבוד חמיו, הנה בגמ' קידושין (פא): אמר ליה רב חסדא

לחמיו רב חנן בר רבא, מר נמי עבר ליה אדשמואל! ע"כ. ואילו לגבי אביו קימ"ל, אסור לומר כן, וכמו שאמרו (קידושין לב) הרי שהיה אביו עובר על דברי תורה, אל יאמר לו עברת על דברי תורה, אלא אומר לו אבא כך כתוב בתורה וכו', אלא ודאי שאין דין כיבוד חמיו ככבוד אביו. וכן הביא ראייה זו בשו"ת בצל החכמה (ח"ג סי' צה). ע"ש.

וכן בגמ' פסחים (נא). תניא: עם הכל אדם רוחץ, חוץ מאביו וחמיו. ובעל אמו, ובעל אחותו. ורבי יהודה מתיר באביו מפני כבוד אביו. (ופ' רש"י שמשמשו במרחץ). ומוכח לכא' שרק בכ"ב אביו חייב ולא בכ"ב חמיו, ובקושיא זאת עמד החקרי לב (יו"ד ח"ב סצ"ח) דמכאן נראה קצת ראייה להפוסקים שהשמיטו מה דאמרו חז"ל (שוח"ט מזמור ז) דחייב אדם בכבוד חמיו, דאם איתא דחייב גם בכבוד חמיו דאין כבוד חמיו רק מדרבנן לא רצה ר"י להתיר מחמת זה חשש הרהור ערוה. (וכתב דלפ"ז אין גורסין "וה"ה בעל אמו" דגם חיוב זה אינו אלא מדרבנן).

וכן יש להוכיח ממה שאמרו בקידושין (ל): תנו רבנן, איש אמו ואביו תיראו, אין לי אלא איש, אשה מנין, כשהוא אומר תיראו הרי כאן שנים, אם כן מה תלמוד לומר איש, איש סיפק בידו לעשות, אשה אין סיפק בידה לעשות מפני שרשות אחרים עליה. ופירש רש"י, רשות אחרים עליה, בעלה. ואם "הוא חייב בכבוד חמיו ככבוד אביו", למה אין סיפק בידה לעשות, הרי היא ובעלה חייבים בכבוד אביה. ודמי למה שאמרו (קידושין לא) אבא אומר השקני מים ואמא אומרת השקני מים מי קודם, אמר ליה הנח כבוד אמך ועשה כבוד אביך, שאנתה ואמך חייבים בכבוד אביך. (ועיין תוספות יבמות ה: סוף ד"ה כולכם חייבים בכבודי). וכן כתב להוכיח בספר ארוחת תמיד (בקונטרס דברי שמואל דרוש יא) שהטעם להשמטת הפוסקים דין זה שחייב לכבוד חמיו, מכח הסוגיא דקידושין שאשה אין סיפק בידה לעשות.

לאור כך צ"ל שכבוד חמיו לא שווה לכבוד אביו, וכמ"ש הב"ח (שם) שמדברי הטור יראה שאינו חייב כי אם לכבוד דודן שמכבד הזקנים בקימה והידור וכיוצא. וטעמו נראה דמשום דבמדרש שוח"ט רבי יהודה סבר "אבי ראה אמר לשאול", ורבנן סברי "אבי ראה אמר לאבנר", וכיון דרבנן אמרי דלא קרא לשאול אבי, אין ראייה משם דצריך לכבוד חמיו כאביו, וכוותייהו נקטינן שהם רבים ומשום הכי השמיטוהו הפוסקים. אבל רבינו סבירא ליה דמכל מקום חייב לכבודו כמו שאר זקנים חשובים כדפרישית דמדאמר גם ראה אלמא שסמכו במקצת לכבוד אב. עכת"ד. וכ"כ הש"ך (שם ס"ק כב) בשם הב"ח, שחייב בכ"ב חמיו דהיינו שסמכו במקצת לכבוד וחייב לכבודו כמו שאר זקנים חשובים.

ועפ"ד הב"ח כתב מרן החיד"א (ברכ"י ס"ק כ) שלעולם הטור ראה מה שאמרו במכילתא פרשת יתרו (פרשה א) וישתחו וישק לו וכו', מכאן אמרו שיהא אדם מוכן לכבוד חמיו. ע"כ. וסבר הטור דהך מכילתא אתיא ככ"ע, חדא דקאמר מכאן אמרו, ומשמע דחכמים אומרים, ולא פליגי רבנן התם אלא שאינו **ככבוד אביו**, ולא יצדק לומר ואבי ראה על שאול. ועוד דהכי מוכח לשון המכילתא, דקאמר שיהא אדם מוכן לכבוד חמיו, משמע **דיכבדו כבוד בעלמא**, אבל לא כאביו. והא אתיא כרבנן דשוחר טוב. ולמדנו דלכ"ע יש לנהוג כבוד בחמיו.

בוא ללמוד ולרכוש פרנסה. תורנית.

תוכניות לימוד והכשרות תורניות
של שערי הלכה ומשפט

תוכנית להכשרת רבנים "יורה יורה"

איסור והיתר / חופה וקידושין מפקחי מקוואות

תוכנית להכשרת דיינים "דין ידין"

לימוד והכשרה מקצועית ומעמיקה והכנה ממוקדת למבחני הרבנות הראשית

תוכנית להכשרת מדריכי חתנים ויועצים כהלכה

הכשרה ייחודית ומקצועית בתחום ההדרכה והיעוץ והכוונה לתעסוקה בעולם הישיבות

תוכנית להכשרת שוענים רבניים

הכשרה מקצועית גבוהה ותוכנית השמה בשיתוף עם לשכת השור

הכשרת מו"צ לענייני משפחה

תוכנית הכשרה למענה הלכתי בתחומים רגישים במשפחה

הכשרת רבנים לכתיבת חוות דעת משפטית

תעסוקה מפרנסת התוכנית מיועדת לבעלי כושר דייונות

וע"ע בשיורי ברכה אות ט"ו, שכבר מהר"ג בעץ החיים הביא ראיה מהמכילתא. ובשד"ח (מע"כ כלל ק"כ), הביא שכלל דברי רבינו כתב מהר"י אלגאזי בשמע יעקב ריש פר' יתרו. ותמה על כולם אם המקור במכילתא אמאי הטור לא הביא המכילתא. ע"ש. והנה י"ל שכך היא דרכו של הטור לכתוב הדינים מחז"ל ללא מקור. וכן ראיתי שכ"כ הרב המגיה בהערות על ברכי יוסף (שם הערה כד).

הן אמת הגר"א בליקוטיו (שם ס"ק לב) ציין מקור לדברי מרן השו"ע שחייב אדם בכב' חמיו, ממדרש שוחר טוב על פ' הזה והביאו בליקוט שם, וכתב הגר"א, וע"ש מחלוקת ר"י ורבנן, **מ"מ לדינא משמע דלא פליגי**. ע"כ. ומשמע דס"ל שחכמים מודו לר"י שחייב אדם בכב' חמיו ככבוד אביו. וכן שעמד על כך בקובץ תחומין ח"ב (286 - 293) הרה"ג הרב רפאל אויערבך.

ג. העולה לדינא בחיוב כבוד חמיו וחמותו.

העלו האחרונים ומרן פאר הדור הגר"ע יוסף זצ"ל בשו"ת יחווה דעת (ח"ו ס' נא), כדברי רבותינו האחרונים שחייב אדם לכבד את חמיו בקימה והידור, כשמגיע לתוך ארבע אמותיו, כמו שמכבד לזקנים חשובים.

אבל אינו חייב לכבדו ככבוד אביו, שכבוד אביו ואמו יש גם "דין מורא" שאינו בחמיו ובחמותו. שלכן צריך לקום מפניהם מזמן שרואה אותם מרחוק כמלוא עיניו. וצריך לעמוד מלוא קומתו. ולא ישב עד שאביו או אמו ישבו במקומם או יעמדו במקומם, או עד שיתכסו מעיניו ולא יראה קומתם, או שיתכסו לרשות אחרת, משא"כ בכבוד חמיו וחמותו אינו צריך לקום רק שמגיע לתוך ד' אמותיו ואז צריך לעמוד עד שישבו עוד לאחר שעברו מנגד פניו ד' אמות. (וע"ע בספר הליכות עולם ח"ח ע' קד, וקעה). וגדולה מזו העלה בספר הגר"ע יוסף בספרו הליכות עולם ח"ח ע' קסד הלכ' כה) כשעולה חמיו לספר תורה יעמוד לכבודו עד שיסיים הקריאה, ואז יגש אליו "לנשק ידיו", כמו שנוהגים לעשות כן בעליית ספר תורה של האב.

ויש נוהגים גם כן לנשק ידי חמיו דרך כבוד ויקר. וכן ראוי לעשות. ובפרט כשחמיו הוא בן תורה ובעל מעשים טובים. והוא הדין שחייב לכבד את חמותו כראוי לה, וכמו שאמרו ביורה דעה (סימן שעד סעיף ו'), משום כבוד חמיו וחמותו. ע"ש. וכן כתב בספר צדה לדרך, והביאווה להלכה הבית חדש והטורי זהב (ס"ק ט), והברכי יוסף (ס"ק כא). [ובתשובה מאהבה (ח"ג ס' שע"א) העיר דע"פ המבואר בשו"ע הנ"ל בהזדיא יש חיוב גם לכבד חמותו, והב"ח והט"ז והברכי יוסף יו"ד ס' ר"מ הביאו כן רק מהצדה לדרך. וקצ"ע דעי' בב"ח בסי' ר"מ שלמד בדעת הטור דאין חיוב כבוד חמיו רק כזקנים חשובים, וא"כ אמאי חייב לקרוע לכבודם. ועי' בפתחי תשובה (ס' ר"מ ס"ק כ').]

וכן האשה חייבת לכבד את חמיה וחמותה כמיטב יכלתה, וכמו שכתוב בסדר אליהו רבה (פרק נו): כבד את אביך וסמך ליה לא תנאף, ללמדך שאם נשא אשה ואינה מכבדת אביו ואמו לעת זקנתם הרי הוא כאילו נואף כל ימיו. ע"כ. והובא בספר חרדים (ריש פרק רביעי).

ד. קריאה בשם הפרטי של חמיו וחמותו

באשר לאב ואם פשיטא, שאין לקראם בשמותם, וז"ל הרמב"ם הל' ממרים (פ"ו ה"ג) איזהו מורא, ואיזהו כבוד, מורא: לא עומד במקומו, ולא יקרא לו בשמו, לא בחייו, ולא במותו, אלא אומר אבא מרי וכו' וכן כתב בשו"ע שם ס"ב.

אמנם מה שיש לדון אם מותר לקרוא בשם הפרטי של חמיו וחמותו, בשלמא לפי פשוט דברי הגר"א שהבאנו לעיל שנראה מדבריו שגם בחמיו וחמותו ייתכן שיש חיוב ג"כ של מורא, א"כ יהיה אסור לקרוא בשם, אמנם לדעת הב"ח והש"ך והפוסקים ההולכים בעקבותיהם, וכן אנחנו נוקטים וכו', שחובת כבוד חמיו וחמותו, אינו אלא ככבוד זקנים חשובים, יש מקום לדון אם יש איסור לקרוא בשם הפרטי, ומ"מ נלע"ד שאין ראוי לקראם בשמותם שהרי אף לזקנים חשובים אין קוראים בשם הפרטי, וכן ראיתי שכן העלה מרן הגר"ע יוסף זצ"ל בספרו הליכות עולם ח"ח ע' קסד הלכ' כה) שכתב, ולא יקראנו בשמו אלא עם תאר "רבי" פלוני. וכן העלה בקובץ תחומין הנ"ל.

ויש לסיים במ"ש הרב רפאל אויערבך בקובץ הנ"ל:

כמדומני שדווקא בדורנו דור אשר יש בו מסימני עקבתא דמשיחא אשר ציינום חז"ל סוטה (מט): נערים פני זקנים ילבינו, זקנים יעמדו, מפני קטנים בן מנוול אב, בת קמה באמה, וכלה בחמותה, ראוי לנו להתחזק בכבוד והידור להורים ולישישים ולהשריש בילדינו דרך ארץ וכבוד למבוגרים מהם, ואף אם אין הדבר מקובל, במקומות אשר להם אורחות חיים כשלנו, כדאי וראוי המאמץ למען שלמותה של משפחתנו.



חשוב לדעת

הורים מנוכרים

חשיבות מניעת כישלון קשר בין הורה לילד ודרכי התמודדות

פיליפ מרכוס | משפטן L.L.M

הורה אשר פועל להפסקת הקשר בין ילדו להורה השני עובר עבירות חמורות. כל הורה מצווה לחנך את ילדיו וחינוכו של ילד כוללת מצוות כיבוד אב ואם, ויראת אב ואם. הורה שאינו מאפשר לילדו לקיים מצוות עשה נושא בעונו. זאת ועוד, הוא מוסיף חטא על פשע, שכן במניעת קשר הוא עובר גם על "לפני עוור לא תתן מכשול".

הצורך במניעה

לכישלון הקשר יש נטייה להחמיר עם הזמן, כל עוד הוא אינו מאובחן ומטופל. כיום, ברוב המקרים ההתמודדות מתחילה מאוחר מדי, לאחר שהקשר כבר נכשל, הילד נפגע, ואז כבר קשה מאוד לתקן את המעוות. מכאן עולה הצורך במניעה.

מניעה ראשונית

למניעה ראשונית של כישלון קשר וניכור הורי יש צורך בהסברה ובהעלאת המודעות בקרב הציבור הרחב, גורמי חינוך וגורמים בקהילה. המודעות תתמקד בצרכים של הילד ובצורך להעדיף על פני כל קונפליקט, חשוב ומשמעותי ככל שיהיה, בין ההורים. את התכנים יש להתאים לאוכלוסיות היעד, והדגש צריך להיות על הנזק לילד, בטווח הקצר והארוך, ולא על סבלם של ההורים.

אפשר להיעזר גם בגורמים חינוכיים כדי שיוסיפו לתוכניות הקיימות העוסקות במערכות יחסים התייחסות להורות שכוללת מחויבות לדאוג שהילד יפיק תועלת מהקשר עם שני הוריו, גם אם ההורים אינם ביחד; וכך יעשה גם לזוגות הפונים להדרכה לפני מיסוד היחסים ולעזרה זוגית לאחר מכן.

מניעה שניונית - גילוי מוקדם

גילוי מוקדם של סימני מצוקה אצל ילד, שנראה שהם נובעים מהמצב בביתו ובכלל זה בעיות בין הוריו, יתאפשר לאחר שאלה שבאים במגע מקצועי שוטף עם ילדים יקבלו הדרכה - על ילדים בסיכון, על הורים העלולים לסכן את ילדיהם, על ההתנהגויות המצביעות

מהו כישלון קשר

מצבים של פירוק משפחה במקרים רבים מידי מעמידים את הילדים במוקד הקונפליקט. יש ילדים שמנסים לפתור את הבעיה על ידי בחירת הורה אחד ושליטת השני. יש ילדים שנפגעו, פיזית ו/או פסיכולוגית, על ידי הורה אחד, ולכן הם דוחים באופן טבעי את ההורה הפוגע לטובת ההורה האחר. במצבים אלו הקשר בין הילד להורה כשל והם מקשים על הילד מבחינה רגשית.

ישנם מצבים חמורים בהם אחד ההורים פועל בזדון להפסקת הקשר של הילד עם ההורה השני. מעשים או מילים שאומר הורה לילד, ללא כל הצדקה במציאות, השוללים את ההורה ומציגים אותו כאדם רע, פוגע, לא אמין, עברייני, אכזרי, שקרן וכיו"ב - הם מצבים בהם הילד מגויס על ידי הורה אחד לקמפיין נגד ההורה האחר, והם מוגדרים כניכור הורי.

התוצאות של כישלון קשר חמורות. הן משליכות על חייו הבוגרים של הילד, ומשפיעות על יכולותיו לקיום מערכות יחסים תקינות. הילד מאבד את האמון ביחסים הזוגיים, נמנע מלראות את עצמו כאדם עצמאי, ודימויו העצמי מתדרדר; הוא חי בעולם לא מציאותי, כאשר הוא מרצה הורה אחד על ידי בדיות, האשמות ועלילות שווא

נגד ההורה האחר ובני משפחתו. הוא מפתח רגשות אשמה; והוא עלול להידרדר למצבים של פגיעה עצמית. כמבוגר, הוא נמצא בקבוצת סיכון גבוהה יותר למחלות לב ולדיכאון, ולסיכויים גבוהים יותר מהממוצע לגירושין. היחסים שלו עם ילדיו עשויים להיות קרים ומנוכרים; הוא עלול לפתח כעס וטינה, ואפילו שנאה כלפי ההורה המנכר, על שהוא הופעל בתור ילד נגד ההורה השני. כל התוצאות ההרסניות הללו מבוססות על מחקרים שבוצעו בארץ ובח"ל, ואינם שנויים במחלוקת, והם מובילים להגדרה הקשה של גורמי בריאות בינלאומיים, לפיה ניכור הורי מהווה סוג של התעללות נפשית חמורה בילד.

בנוסף לפגיעה החמורה בנפש הילד, חשוב לציין כי



כשהורים אינם מסתדרים, ברור לכולנו שיש בכך השפעה ישירה על הילדים. מצבים של קונפליקטים וקרע משפחתי גורמים לילדים מתחים שעלולים להשפיע על כל תחומי חייהם ולאורך שנים. הבעיה מתעצמת כאשר הילדים מוצאים את עצמם בקונפליקט נאמנויות בין שני האנשים החשובים בחייהם ומוסטים על ידי הורה אחד כנגד ההורה האחר. על כישלון קשר, ניכור הורי והמסוכנות שבמצבים אלו - במאמר הבא.



SUCCESS

B.A.

של
האוניברסיטה
הפתוחה
במרכז י.נ.ר



ההרשמה לסמסטר אביב בעיצומה

חדש!

B.A.

בניהול ובכלכלה

B.A. יוקרתי המאפשר
השתלבות במשרות בכירות במשק.



B.A.

בפסיכולוגיה



B.A.

במדעי החברה והרוח



B.A.

בחברה בדגש חינוך



סביבת לימודים מותאמת לציבור התורני



תכנית לימודים מובנית



תמיכה, סיוע וליווי אישי ומקצועי לכל סטודנט



קבלה ללא תנאי סף • לימודים בירושלים ובני ברק
מלגות לזכאים • לימודים פעם / פעמיים בשבוע

לפרטים והרשמה:

02-6321-614 < openu@ynrcollege.org

מרכז י.נ.ר | המרכז המוביל ללימודי טיפול, ייעוץ והנחייה

מרכז י.נ.ר
החותמת שלך להצלחה
כבר 18 שנה

על תגובות ילדים לזכויות בין ההורים, ועל אפשרות של
הידרדרות הקשר וכישלון.

לשם כך יש להכין מורים, גננות, יועצים חינוכיים, רופאי ילדים,
רופאי משפחה, אחיות סיעוד ועובדים סוציאליים, וכל אלה
שתפקידם כולל טיפול בילדים ומגע עם ההורים. ההכנה
צריכה להיות גם בשלבי ההכשרה למקצועות אלו, וכן במהלך
העבודה. אפשר להכין תכניות הדרכה מותאמות לגיל הילדים,
לסוגי הסימנים, וכן להיבטים תרבותיים שעשויים להשפיע
על ההחלטה אם וכיצד להעיר להורים, ועל הצורך בהתערבות
מקצועית.

התערבות שלישונית

ייתכנו מצבים שהקשר בין ילד להורה הידרדר עד כדי ניתוק,
לפני שמי מההורים פנה לבית המשפט. במקרים אלה המענים
השיפוטיים והטיפוליים צריכים שיהיו מידיים, ברורים
וסמכותיים. שופט אשר מובאת לפניו בקשה בנושא הקשר
בין ילד להורה, צריך שיתן לבקשה טיפול דחוף ומיידי, ולו רק
מן הטעם שכל יום שעובר ללא התערבות עלול להחריף את
המצב. לכן (למעט מקרים שבהם יש חשש מבוסס על ראיות
משכנעות של נזק חמור לילד אם ייפגש עם ההורה המבקש,
ואין אמצעי פיקוח למניעת הנזק) יש ליתן צווים ברורים וחד-
משמעיים על הסדרי הקשר, מועדיהם ומיקומם. יש גם להורות
על התערבות טיפולית מיידית בילד ובשני הוריו. במקרה של
אי ציות להוראות אלו, בדבר קשר ובדבר טיפול, יש להטיל על
המפר סנקציות מתאימות, ובכלל זה קנס או מאסר על-פי פקודת
ביזיון בית משפט. רק בדרך זאת אפשר להראות שבית המשפט
רואה חשיבות רבה בקשר בין הילד לבין ההורה, גם אם הסיבה



להידרדרות הקשר היא אצל אחד ההורים, וגם אם הילד הוא זה
אשר יזם את ההידרדרות בשל מאבק הנאמנות שהוא חווה.

כמובן, יש צורך במענים טיפוליים מתאימים לילד ולהוריו על-
ידי מומחים בתחום, כדי שייבנו את חומרת המצב ויעזרו לילד.
בפרט, יש להקים מרכזים נגישים ליעוץ והתערבות מיידית, ללא
המתנה וללא עלויות גבוהות. מיזם "ילדים לפני הכל", הפועל
במסגרת עמותת "טופז", מתכנן לפתיחת מרכזים מסוג זה: ראה
www.yeladimb4.org

פיליפ מרכוס שימש שופט בית המשפט לענייני משפחה
בירושלים במשך 15 שנה. מאז פרישתו, הוא עוסק במחקר
בענייני משפחה, בפרט בנוגע לילדים והורים. הוא חיבר
מאמרים שפורסמו בכתבי עת מקצועיים בארץ ובח"ל, ומרצה
בכנסים בינלאומיים. הוא מרצה ותיק של י.נ.ר, בקורסים להכנת
יועצים, על ההיבטים המשפטיים של מקצוע הייעוץ ועל אתיקה
מקצועית. הוא משמש מומחה מוזמן בועדות הכנסת על חקיקה
בתחום המשפחה. הוא חבר בועדה המקצועית המייעצת של
"ילדים לפני הכל".

מאמר זה מבוסס בחלקו על מאמר שהוגש לפרסום בכתב העת "רפואה ומשפט",
ובאנגלית - לפרסום בספר של International Society of Family Law, וכן על סדנה
שניתנה בכנס Association of Family and Conciliation Courts, יוני 2018, בווינגטון
ארה"ב. חלק ממאמר זה הופיע גם ב"נקודת מפגש", של מכון חרוב, גליון מס' 15,
יולי 2018, בשם מאמר דיעה: ניכור הורי או סרבנות קשר? כישלון הקשר בין ילד
להורה ומניעתו.



מן המקורות

ותשועה ברוב יועץ

חיים דיין



דסלר: "כאשר ברא אלקים את האדם עשהו לנותן ונוטל... שני הכוחות האלה - הנתינה והנטילה - הם שורשי כל המידות וכל המעשים" (מכתב מאלהו, קונטרס החסד, עמ' 32). מורכבות זו מתעצמת בעת הצורך לפנות לעזרה בכלל ועזרה נפשית בפרט.

לאור זאת, כאשר מזהים שהקושי או חלקו נעוץ בעצם הנזקקות, יש להבחין האם עיקר הקושי הוא כלפי עצמו או כלפי נותן הטיפול. יש לזכור ולהזכיר שגם עמדת המקבל היא לגיטימית וטבעית לאדם, והחלוקה הדיכוטומית נותן-מקבל אינה הכרחית.

במחקרים נמצא כי ככל שאדם רואה עצמו קשור לחברה ותורם לה, כך הוא ייטה לבקש עזרה. עזרה זו תיתפס על ידו כגמול של החברה כלפיו או כהשקעת החברה בו. במילים אחרות, ככל שהאדם חש יותר "נותן" כך הוא פחות יחשוש להיות "מקבל". אפשר להזכיר למטופל הפוטנציאלי שהוא לא רק נעזר מהמטפל, הוא גם עוזר לו. הוא מסייע לו להעמיק את הבנתו, הוא מפרנס אותו, והוא עוזר לו למצוא משמעות וסיפוק. יש מקום להזכיר ש"גלגל חוזר הוא בעולם", ובאופן טבעי אנשים מגיעים בשלב זה או אחר למצב של צורך בקבלת עזרה מאחר. שאפשר שזה צורך זמני, עד שיצליח לעמוד על רגליו.

ב | הנגדה - זה אני או זו בעיה?

את האופן שבו אנחנו חווים מצבים נפשיים ניתן להגדיר כנקודה על פני רצף שבין שתי קצוות: בקצה האחד ישנה חווית הלימה עם המצב הנפשי, הוא נתפס כחלק מהעצמי של האדם ולא כבעיה שהיא זרה לו - הוא והמצב חד הם. בקצה השני של הרצף קיימת הזרה והנגדה - המצב הנפשי המסויים הוא לא אני, זו מחלה או בעיה שיש לי, אני רוצה להיפטר ממצב זה. לשם המחשה, וידי של תשובה בא לסמן את החטא כנפרד מהאדם, כמי שאינו עוד חלק מאורח חייו.

היחס לקטבים אלו אינו דיכוטומי, אדם לא נמצא פה או פה. זוהי נטייה על פני רצף, והיא דינאמית ומשתנה מעת לעת. כאשר אנחנו נותנים תיאור והגדרה כלשהי למצב נפשי, אנחנו הופכים אותו ממצב סובייקטיבי למצב אובייקטיבי. אנחנו מכניסים אותו לפרופורציה ולגבולות תחומים. כאשר רגש מוגדר, קל יותר לשלוט בו, לדבר עליו, לאמוד אותו, להשוות אותו למצבים אחרים. באותה מידה ההגדרה גם מכה את החוויות שבו. היא הופכת אותו מחוויה שהיא חלק בלתי נפרד מהאדם עצמו - מצב של "מובן מאליו" בתוכו האדם שרוי, למצב מובחן שאפשר להתבונן בו מבחוץ ולדבר עליו, לתהות על קנקנו, לערער עליו או להציב לו חלופות.

ישנן גישות שונות בהתייחסות למצבים נפשיים. למשל, הגישה הפסיכיאטרית שואפת לאובייקטיביות: להגדיר

חקרים שבדקו התנהגות של אנשים הזקוקים לעזרה נפשית הראו כי בהתחלה אנשים מנסים לעזור לעצמם, לאחר מכן פונים לעזרת בני משפחה וחברים, ורק כמוצא אחרון פונים לעזרת גורמי מקצוע מתחום בריאות הנפש. ישנם אנשים שנמנעים מפנייה לעזרה נפשית, עד שהמצב מחמיר ולא נותרת להם ברירה. במצבים רבים התנהגות זו מחמירה את המצב, שכן יש בעיות שכאשר אינן מטופלות במועד, הן מידרדרות ומחמירות.

גורמים רבים מעורבים בשיקולים האם ומתי לפנות לעזרה נפשית. חלק מהשיקולים הם **תוך-אישיים**, כמו השלכת הפנייה על דימוי העצמי של האדם, וחלקם **בין-אישיים**, כמו היחס שצפוי להתקבל מהחברה אם ייוודע שהוא "מטופל נפשית".

לסביבה המשפחתית והחברתית של האדם יש השפעה ואחריות לסייע לאדם לזהות את המצוקה ולכוון לפנייה לעזרה נפשית. נציג כמה חסמים העומדים בדרכו של הזקוק לעזרה. כמובן שלא כולם נמצאים אצל כל אחד, אך רשימה זו יכולה לתת מפה כללית להבנת האדם בשעת משבר ולהעלות רעיונות כיצד לסייע לו.

א | הכרה בנזקקות ובחוסר מושלמות

עצם הפנייה לעזרה היא הכרה בכך ש"אני לא יכול לבד" וזקוק לעזרה מבחוץ, כי "אני לא מצליח להתמודד בכוחות עצמי". הפנייה לטיפול יכולה גם להתפס כעדות לכך ש"אני לא שלם" וזקוק לתיקון. התהליך מזכיר למטופל את נזקקותו וחולשתו לכאורה. הקושי להיפרד מאשליית השלמות יכול להתעצם בחברות המסתייגות מבינוניות וחותרות למצוינות. ההכרה בצורך לקבלת סיוע יכולה להתפס כמי שממקמת את האדם בעמדת "מקבל", בעוד אנשים רבים חשים נוח יותר להימצא בעמדת "נותן".

השאיפה להיות שלם ולהיות נותן, היא ביטוי של הכמיהה להידמות לבורא. בתורה מופיעים שני תיאורים על בריאת האדם, והם מלמדים אותנו על המורכבות של חווית הקיום האנושית: בתיאור הראשון מודגש הפן של האדם שנברא בצלמו של הבורא, ובדומה לו הוא שולט בבריאה, "כובש ורודה" ומעצב אותה על פירצונו: "ויאמר להם אלקים: פרו ורבו ומלאו את הארץ וכבשה ורדו בדגת הים ובעוף השמים ובכל חיה הרומשת על הארץ" (בראשית א כח). בתיאור השני התורה מראה גם את החלק החומרי והמוגבל שבאדם. תיאור זה מבליט את היותו נברא מעפר - נזקק שצריך להתמודד עם המציאות "לעובדה ולשומרה": "ויקה ה' אלקים את האדם וינחהו בגן עדן לעבדה ולשמרה" שם ב, טו). אדם בו-זמנית הוא גם "דומה" לבורא והוא גם נברא, ובלשונו של הרב

לרובנו לא קל להודות בצורך לקבלת סיוע נפשי. מהאמונה שהכל יהיה בסדר, דרך חסמים וקשיים תרבותיים ורגשיים, ועד חוסר רצון ומחוייבות להיחשף גם בפני עצמנו, התחלת תהליך טיפולי היא בחירה מאתגרת. המאמר יתמקד בסוגיית הפנייה לעזרה נפשית, והאתגרים הכרוכים בעצם הפנייה לעזרה, תוך מתן דגש להתמודדויות של הייחודיות של הציבור התורני.

הכותב:

בעל תואר שני בעבודה סוציאלית בהתמחות קלינית, קצין מבחן לנוער, יוזם מכון "הקשב" קשב, רגש והתנהגות. תלמיד מחקר באוניברסיטה העברית בתחום הפרעת קשב. הפרעת קשב. 03-7445691 haymdayan@gmail.com

הטיפול. לפעמים צודק הפונה בכך שלא ניתן לשנות את המציאות, אך הטיפול יכול לעזור ולשכלל את ההתמודדות עם המציאות. ייתכן שהאדם חסר אמון באנשי הטיפול או בשיטות הטיפול. מצב כזה יכול לנבוע מעמדות אנטי-פסיכולוגיות שונות, עמדות שיכולות להתעצם בקהילה שמגלה יחס חשדני כלפי מקצועות בריאות הנפש. לפעמים חוסר אמון בטיפול קשור לכישלון של ניסיונות טיפול קודמים, אם בשל אי התאמה בין המטפל/שיטת הטיפול למטופל ואם בשל "טיפול" על ידי אנשים חסרי ידע והסמכה מתאימה. ולפעמים פשוט לא הייתה בשלות רוחנית או גשמית להצלחת הטיפול, כפי שאמרו חכמים: יסורין, בשעה שמשגרין אותן על האדם, משביעין אותן: שלא תלכו אלא ביום פלוני, ולא תצאו אלא ביום פלוני ובשעה פלונית, ועל ידי (מטפל) פלוני ועל ידי סם פלוני. (בבלי, עבודה זרה, נהא).

ישנם מצבים בהם אדם מחזיק בעמדת חוסר אמון בעצמו. הוא לא מאמין שיש לו את הכוחות להתמודד עם אתגרי הטיפול, להתמיד בו ולהצליח לעשות שינויים בחייו. לפעמים החשש יכול לנבוע מתוך היכרות עם הכאבים הרגשיים שעשויים לצוץ במהלך הטיפול. "לב יודע מרת נפשו" (משלי יד י), והוא יודע אילו זיכרונות וקשיים עשויים לצוץ, על כן הוא נוטה להימנעות מטיפול.

לפעמים אדם יודע שיש לו משימות "בוערות" יותר לטפל בהן בתקופה הקרובה ולכן אינו יכול להרשות לעצמו להפנות משאבים כלכליים, רגשיים, או משאבי זמן הנדרשים לטיפול. סולם עדיפויות זה יכול לשקף את היחס של האדם לעצמו, לבריאותו, ואת המקום שהוא נותן לעצמו לעומת שאר המחויבויות שלו. יחס כזה יכול לנבוע מחוסר אהבה עצמית אשר קשור להזנחה והתעלמות של האדם מצרכים שלו עצמו. לפעמים זה קורה אצל אנשים שקיבלו יחס כזה בילדותם ואינם מכירים רגשית מצב שונה.

זיהוי נקודת הקושי הספציפית של האדם יכול לסייע בהצעת עצה הוגנת לו. למשל, לערוך יחד סדרי עדיפויות, ולהבדיל בין משימות דחופות למשימות חשובות.

ה | חשש מעצם הטיפול

מסופר בגמרא (ירושלמי, סנהדרין, פ"י, ה"ב. בתרגום לעברית): "בשעה שבא דוד לחפור את יסודות בית המקדש, חפר חמשה עשר מאות אמה ולא מצא את התהום. לבסוף, מצא עציץ חרס אחד וביקש להרימו. אמר לו החרס: אינך יכול. אמר לו: למה? אמר החרס: שאני כאן כבוש על התהום (פוקק אותו). אמר לו ומאימתי אתה כאן? אמר לו משעה שהשמיע ה' קולו בסיני "אנכי ה' אלקיך", רעדה הארץ ושקעה, ואני נתון כאן, כבוש על התהום. אף על פי כן, לא שמע לו דוד והרימו. כיון שהרימו, עלה התהום וביקש להציף את העולם". (המשך הסיפור בבבלי, סוכה, נג).

לפעמים תחושתו של המטופל היא שאם הוא רק יסיט את עציץ החרס המכסה על בעיותיו, אזי מצוקות וכאבים יעלו מן התהום וישטפו אותו במבול של פחדים, עצב, קנאה, בלבול ויצרים גועשים. הוא יכול לחשוש מפני איבוד שליטה על עצמו, שקיעה בעצמו או ערעור היציבות שקיימת בחייו.

זהו אתגר לכונן מערכת יחסים עם מטפל. לסמוך עליו, להפתח בפניו. ואפילו לבטוח בו שישמור את הטיפול בסודיות. הדבר מחמיר כאשר המסגרת הטיפולית נתפסת כזרה ולא מוכרת. למשל, ההקפדה על עמידה בכללי הטיפול (מקום, שעה, תשלום) יכולה ליצור תחושה מסוימת של חוסר אכפתיות, משום שעולם החסד התורני והמוכר נושא אופי של עזרה פחות פורמאלית ומעשי חסד.

הסיטואציה הטיפולית בה אדם נדרש לשים עצמו במרכז, לתת לרגשותיו ומחשבותיו מקום כה מרכזי, יכולה להיתפס כזרה למטופל בן הקהילה התורנית. יש שאפילו יתפסו אותה כנהנתנות יתירה ואגואיסטיות. קושי זה עשוי להחריף כאשר המשפחה מתמודדת עם בעיות נוספות והמטופל "מבזבז" משאבים עבור עיסוק ברגש ובשיחות על עניינים שלא ברור כעת איך הם ישפיעו על התנהגותו. בכלל בחברה שמעריכה את שלטון הדעת, מעשיות, עמידה בכללים וציות, יש קושי לתת מקום נרחב לעיסוק ברגשות.

הטיפול מעלה שורה של שאלות הלכתיות. למשל, על המטופל להתמודד עם השאלה האם דבר שאסור לעשותו - אסור גם לחשוב עליו, להרגיש אותו או לדבר על אודותיו? האם מותר לו לבטא רגשות שליליים או מכיחות אסורות, כגון: רגשות כעס וטינה, קשיים ביחסים עם ההורים

מצבים נפשיים על פי סימפטומים חיצוניים, לקבוע להם זירוג חומרה ואמות מידה, לחתור אחר אטיולוגיה פזיולוגית ולהציע תרופות וטיפולים מתאימים. יש לכך יתרונות רבים, למשל, כך מעבירים את הבעיה מהאדם ל"מחלה". הקטלוג וההגדרה מאפשרים קיום שפה מקצועית משותפת דרכה ניתן לתאר את מצבו הנפשי של האדם, ולהתאים את דרכי הטיפול. לעומת זאת הגישה האנטי-פסיכיאטרית טוענת שהפיכת החוויה הנפשית-פנימית לאובייקטיבית-חיצונית, נוטלת ממנה את הסובייקטיביות והמשמעות האנושית. האנטי-פסיכיאטרים טוענים שמצבים נפשיים הם תכנים הקיימים בעולמו הפנימי של האדם, והניסיון לתת להם הגדרות אובייקטיביות, מעוות אותם ונותן להם איכות חיצונית, בעוד הם פנימיים במהותם. לטענתם, הגדרת מצבים גורמת לכך שאנחנו מדברים על קודים סטטיסטיים ולא על החוויה הפרטית של האדם. תארו לעצמכם שרגש האהבה שלכם ליקיריכם יהיה מוסבר רק כתגובה של חומרים הפועלים במוחכם בשעה שאתם חושבים עליהם. חלקם טוענים שהגדרות פסיכיאטריות הן דרך לשלוט בחברה, למשמע אנשים ולנדות את מי שאינו הולך בתלם ה"נורמלי".

כשאדם פונה לעזרה הוא מחליט בעצם "לוותר" על המצב הנפשי הפרטי שהוא חלק ממנו, ולהפוך אותו ל"בעיה" חיצונית מוגדרת. הוא מוותר על משהו מהייחודיות שלו ופונה לאיש מקצוע שיגדיר אותו. הוא "מודה" שמצבו לא תקין, שאולי יש כאן כשל של המערכת שלו והוא נזקק לעזרה חיצונית. הוא עלול לחשוש שכעת התחושה שלו תיהפך להגדרה רפואית כלשהי, אבל הוא אינו חווה אותה כהגדרה. הוא חווה רגש קשה וכאב ייחודי לו.

רוח איש יכלל מחלהו ורוח נכאָה מי ישאָאָה (משלי יח ד). כשהגוף חולה והרוח בריאה, אדם יכול לטפל בעצמו. אך כשהחולי הוא ברוח, מי יטפל בה? ההזרה היא צעד ראשון בפנייה לעזרה. ההכרה בכך שיש פה מצב שהוא אינו אני. ניתן לעזור לאדם לחשוב עם עצמו עד כמה הוא חושב שהבעיה היא הוא עצמו, אפשר אפילו להציע לו לדרג 1-10, כמה המצב שלו משקף את רצונו האמתי וכמה הוא עושה דברים שאינם רוצה לעשותם.

ג | דבקות בבעיה - לא מוכנים לוותר עליה

אם נתבונן במסע שמשה הנהיג בו את עם ישראל מציאת מצרים עד שערי הכניסה לארץ ישראל, נוכל ללמוד מכך שקיימת נטייה אנושית לדבוק במוכר, גם אם הוא בעייתי. משה רבינו הוציא את בני ישראל ממצב של עבדות, לעם ההולך קוממיות לארץ המובטחת, תוך שענני כבוד מגנים עליהם. אבל, כמה קשה היה להם להיפרד ממצרים! וברגע שמשבר הם קראו "ניתנה ראש ונשובה מצרימה!"

מה גורם לאנשים לדבוק בבעיות שלהם? זו לא שאלה רק בנוגע לטיפול, היא רחבה יותר. מה גורם לאנשים להיצמד להרגלים רעים? לחברויות מזיקות? או מדוע הם לא פותרים את הבעיות שלהם? ייתכנו לכך סיבות רבות, ובין היתר:

נטייה אנושית להיצמד למוכר והידוע גם אם הוא גרוע (מורה נבוכים, א, לא). למשל, אדם הסובל ממצוקה נפשית, מתקשה לדמיין את חייו ללא הבעיה. תחושה שאין המשך בלעדיה. זו, למשל, תחושה של מעשנים רבים. הם סובלים מהעישון, אך לא מצליחים לדמיין את חייהם ללא הליווי הצמוד של הסיגריה;

"רווחים משניים" - מצבי מצוקה נפשיים יכולים לספק לאדם רווחים משניים מגוונים, כמו התענגות על הסבל; שקיעה במסכנות וקרבת שנותנת לו חופש מאחריות; תשומת לב, חמלה ורחמים מהסביבה; פטור ממשומות או סלחנות כלפי כישלונות.

במקרים כאלה יש להסיט את השיח מהיעד הסופי, ולמקד את האדם בשלבים הראשונים של הטיפול. לא בשינוי המיחול. המטרה של הסביבה היא לגרום לו להגיע למפגשים הראשונים, מכאן עובר עיקר התפקיד של גיוס המוטיבציה לידי המטפל.

ד | ייאוש, חוסר אמון וחוסר פניות נפשית לטיפול

ייאוש יכול לנבוע מאמונה שהבעיה בלתי פתירה. הוא יכול להיות גם חלק ממצב נפשי חמור המצריך פנייה לעזרה רפואית. לפעמים אדם מתהלך בתחושה שבעייתו כה עמוקה וארוכה/תורשתית, כך שאין סיכוי להיחלץ ממנה. תפיסה זו יכולה להיות קשורה למגוון סיבות, למשל חשיבה דיכוטומית או פרפקציוניזם וחוסר נכונות לקבל גם הצלחה חלקית של

והחרדית, הקהילה מתגוננת ויש בה יותר ויותר מקום לאינדיבידואל. גם הסטיגמה הולכת ופוחתת והזרות כלפי עולם הטיפול הנפשי הולכת ודוהה, אף כי עדיין קיימת.

כאשר יש צורך בפנייה לטיפול על ידי מישהו שהוא מחוץ לקהילה, עולים חששות שונים, כמו חשש לא להיות מובן נכון על ידי המטפל שתורתו שונה; לפעמים ישנו חשש מפני "חילול ה'", כי המטופל חושב שעליו להציג את ציבור התורני כלפי חוץ כמי שאין בו התמודדויות ומצוקות. לפעמים ישנה דאגה מפני תחושת זרות וניכור וחשש מיצירת יחסי אמון עם מישהו מחוץ לקהילה. כאשר המטפל מתוך הקהילה יכולה לעלות דאגה מסודיות וחסינות, ממפגשים מביכים בעתיד וכדומה.

ח | הסתייגות תורנית מהפסיכולוגיה

בתחילת דרכה הפסיכותרפיה והדת היו צרות זו לזו. עם השנים הלכו הפערים והצטמצמו, אך עדיין נותרו גושים הדים מן העבר וגם הסתייגויות מן ההווה, והם יכולים להשפיע על ההחלטה לפנות לעזרה נפשית.

קיים החשש שהמטפל ישפיע לרעה על מצבו הרוחני-תורני של המטופל. השפעה זו יכולה להיות באמצעות מתן עצות שנוגדות את רוח התורה, או באמצעות השפעה של דוגמה אישית ומסרים סמויים. דאגה זו תיתכן גם כלפי מטפל מתוך הקהילה שהלך ללמוד את תורת הטיפול "בחוץ".

דרכי העבודה של הפסיכותרפיה התפתחו על רקע תרבות המערב והיא - בדעת ובבלי דעת, משמשת כ"נשאית" של עקרונות וערכים מערביים. ככל שמדובר במינוח, הלכה ערוכה היא ש"אין מתרפאין" מהן (עבודה זרה, כז). אך גם אם אין הדברים מגיעים כדי מינות ואפיקורסות, חז"ל קבעו: "אם יאמר לך אדם: יש חכמה בגוים -- תאמן [...] יש תורה בגוים -- אל תאמן" (איכה רבה ב, יג). אמנם "חכמה בגוים - תאמן". ברם, קשה מאוד לדעת היכן עובר הגבול בין ה"חכמה" שבפסיכותרפיה, לבין ה"תורה" שבה. ככל שהפסיכותרפיה מקדמת ערכים לא-תורניים, אזי היא בבחינת "תורה בגוים אל תאמן". כך שעצם הפנייה לטיפול נפשי מקצועי על ידי מי שקיבל הכשרה בשיטות טיפול מערביות, מהווה מקור דאגה.

ניתן להציע לפונה תמיכה משפחתית/חברתית לאורך הטיפול, להזכיר לו שהוא לא לבד. אפשר לכוון אותו להיות בקשר עם רבו ולהיעזר בו בדילמות שעולות במהלך הטיפול. הרב גם יוכל להסביר לו על חשיבות העיסוק ברגש ועל הנחיצות בשיתוף פעולה עם המטפל. הרב והמטפל יכולים לייצר שיתוף פעולה חשוב לטובת המטופל ולסייע לו כל אחד ממקומו, בהתאם לסמכות והמימונות של כל אחד. למעשה הסיבות לא לפנות לעזרה כה רבות, עד כי יש אומרים שאדם פונה לעזרה רק כאשר מחיר אי הפנייה גבוה ממחיר הפנייה עצמה. הבנת האתגר הייחודי של האדם יכולה לסייע לו לפנות לטיפול. לפעמים הוא עצמו מבין את המצב לאשורו, אבל "אין חבוש מתיר עצמו", והוא זקוק לדחיפה מבחוץ. זו תפקידה של הסביבה, להשכיל על מצבו ולהנחותו ליציאה מאפלה לאורה.

מקורות: Greenberg, D. (1991). Is psychotherapy possible with unbelievers?: The care of the Ultra-Orthodox community. *Israel Journal of Psychotherapy and Related Sciences* ברוכין, א. (2014). נכונות פניה לעזרה נפשית מקצועית בחברה החרדית. עבודת תזה אוני' חיפה ב"ס לעבודה סוציאלית.

גולדשמיד, א. (2012). טיפול נפשי והחברה החרדית. עבודת תזה, אוני' חיפה, החוג לפסיכולוגיה. דין, ח' (2015). כשהתנגדות לטיפול עטופה בטלית - אתגרים בטיפול בנער חרדי. אפר, 04/15. דין, ח. (2016). לתת או לקחת? נתינה וקבלה ביחסי מטפל - מטופל. כלים שלובים 04/16. דין, ח. (2018). בין רפואת הרוח לרפואת הנפש - תפקיד הרב ותפקיד הפסיכולוג צריך עיון - כתב עת להגות חרדית.

הופמן, ש' (2008). פסיכולוגים ורבנים - וילכו שניהם יחדיו" (בראשית כב, ו) או "היפרד נא מעלי" (בראשית, יג, ט). פסיכולוגיה עברית.

מלמד, ל. (2003). אורתודוקסיה ובריאות נפשית: היבטים קליניים ותיאורטיים. אקדמות, 75, 14-86. נוביס-דויטש, נ' (2010). עימותים רכים: זהות המורכבת של פסיכולוגים דתיים בישראל. עבודת דוקטור. האוניברסיטה העברית בירושלים;

סוסבסקי, ב' (2001). פסיכותרפיה ויהדות: קונפליקטים ופתרונות. עמותת עתיד; Hess, E., & Pitariu, H. (2011). Psychotherapy of ultra-orthodox Jews in Israel: A qualitative assessment of conflicts and reconciliations. *Europe's Journal of Psychology*, 7(3), 502-533;

Margolese, H. C. (1998). Engaging in psychotherapy with the Orthodox Jew: A critical review. *American Journal of Psychotherapy*, 52(1), 37-53.

Schnall, E. (2006). Multicultural counseling and the Orthodox Jew. *Journal of Counseling & Development*, 84(3), 276-282.

וכדומה? גם כאשר הוא יקבל היתר מרבו, הפונה עלול לראות בדבורים כאלו ביטוי למידות רעות, הפרת מצוות כיבוד הורים או הפרת איסור לשון הרע. הבעת תסכול על קשיים בחיים יכולה להיתפס כדבר בעל סיכון - כפירה בטוב של ההשגחה העליונה ו"פתיחת פה לשטן". רוב הפוסקים קבעו הלכה ביחס למותר ואסור בכיבוד הורים בטיפול נפשי, לדוגמא, ועדיין זו התמודדות לא פשוטה למטופל לדבר על הוריו.

ו | הבנייה תורנית לבעיה נפשית

הפסיכותרפיה בצורתה המקובלת כיום היא תוצר מודרני והיא לא מופיעה במקורות היהדות הקדומים. ביחס למצבים נפשיים רבים ישנה התייחסות רוחנית במקורות, כלומר שהמענה להם הוא מענה תורני ולא מענה מקצועי. כתוצאה אנשים רבים מתקשים לקבל את הרעיון שמצוקה נפשית זקוקה למענה טיפולי מקצועי, והם חושבים שיש להסתפק רק בתשובה ותפילה. הדבר נובע מכך שבריאות הנפש נתפסת כשונה מבריאות הגוף. בנוגע לבריאות הגוף כבר הוטמע היטב לאורך הדורות שיש לפנות לרופא - לצד התפילה ותשובה, אך לא כן לגבי טיפול נפשי, שם עומדת לה לעיתים התהייה האם יש רשות לרופא לרפא? האם יש הצדקה לפנות לטיפול רפואי או שמא רוחני-תורני? ומדוע אפוא כיום אדם זקוק ללכת לטיפול נפשי? אולי זו רק הטמעה של תרבות הגויים: "עובדה - אבותינו לא הלכו לפסיכולוגיים".

לעיתים קיימת אי בהירות בהבדל בין החלקים הגשמיים - הנפש לבין החלקים הרוחניים - הנשמה. מכך נובעת לפעמים הציפייה שהתחזקות בתורה ומצוות היא הפתרון הבלעדי למצוקה נפשית. ברוח זו נעשית הבנייה במסגרתה האדם מתכחש ל"מצוקה נפשית" ומייחס את הכל ל"מצב רוחני". ההתנגדות להכיר בבעיה גשמית "מתעטפת בטלית" ומתורצת על ידי אמתלות ותירוצים תורניים שונים ומשונים. לדוגמא, שזו גזירת שמים ואין דרך לשנות אותה, או שהפעולה לשינוי צריכה להיות רק ברובד רוחני ולא גשמי ולכן יש לקבל את הדין באהבה. הדין בשאלה מתי אפשר להסתפק במתן מענה רוחני ומתי נדרש גם מענה פסיכולוגי, חורג ממסגרת המאמר, אך ישנם מצבים רבים בהם אדם אינו מצליח לשפר את מצבו והוא זקוק גם לעזרה נפשית מקצועית. עמדה זו הובעה על ידי רבים מפוסקי ההלכה בזמנינו (לסקירת דעות הרבנים, ראו מאמרי "בין רפואת הרוח לרפואת הנפש - תפקיד הרב ותפקיד הפסיכולוג". צריך עיון - כתב עת להגות חרדית).

לפעמים אנו נתקלים באמונה שאם בעיה זו תיפתר אולי תגענה בעיות חמורות יותר, לכן "צריך לומר תודה על מה שיש ולהמשיך הלאה". יש אנשים שחושבים שהם באו לעולם כדי לסבול, או שמגיע להם עונש וזשה רצון ה' שהוא ימשיך לסבול ולכן אסור להתערב ולהפיג את הסבל. למשל חולה שסבר שבעצם הסבל הוא עושה "תיקונים" רוחניים שונים ועל כן אין לטפל ולמנוע את קיומו.

לעיתים קיים בלבול בין "מידות רעות" שזקוקות להתערבות תורנית-מוסרית, לבין "מצוקות נפשיות" שהרבה פעמים זקוקות דווקא לעזרה מקצועית. לפעמים מצבים נפשיים מוצגים כ"מידות רעות", דוגמאות שכיחות: דימוי עצמי נמוך - ענווה; כפייתיות - צדיקות; חוסר תפקוד - ביטחון בה'; תוקפנות - יצר הרע וכדומה.

ז | חסמים על רקע חברתי

ישנם אתגרים הנובעים מהסגנון של חיי הקהילה. ככל שהחברה נוטה יותר לכיוון הקהילתי, כך היא זקוקה למכנה משותף רחב וחזק יותר והפרט צריך לוותר על הייחודיות שלו לטובת הידמות לרוב האנשים. הגברת ערך הקהילתיות טומן בחובו ציפייה לאחידות גבוהה בין חברי הקהילה, לצד חשש מפני שונות אנושית. חבר קהילה שונה עלול לנגוס באחידות הקהילתית. זו אחת הסיבות לכך שיש בחברה החרדית חשש גבוה מאוד מסטיגמה פסיכיאטרית. סטיגמה כזו יכולה לפגוע בהשתלבות של האדם בקהילה, למשל בשידוכים לו ולבני משפחתו. לכן כאשר אדם עומד בפני מצוקה נפשית, הוא ירצה לעשות הכל כדי למצוא לה פשר כלשהו, העיקר שלא יהא זה פשר פסיכיאטרי. הפיתוי להכחיש את המצוקה הוא עצום.

כיום יותר ויותר אנשים פונים לעזרה נפשית, גם בקהילה הדתית

ראיון עם בוגר מרכז י.נ.ר
וחבר אגודת היועצים
והמטפלים במשפחה
בישראל



אחד משלנו

שם: אילונה קריספין גיל: 47 עיר מגורים: ירושלים

תחום עיסוק לפני הלימודים: בעלת תואר שני בחינוך, עסקתי בחינוך בלתי פורמאלי עם נוער בסיכון, נוער נושר, וניהלתי הוסטל לנערות בקצה הרצף

תחום לימודים במרכז י.נ.ר: שילבתי בין שתי תכניות מרכזיות: ייעוץ נישואין ומשפחה והנחיית הורים, המשלמות בראיית האחת את השנייה כמערכת משפחתית - הורית חוגית.

בחרתי ללמוד את התחום כי: עסקתי בתחומים אלה במהלך כל תחומי עבודתי, אך לא באופן פורמאלי, והחלטתי ללמוד, להתמקצע ולעסוק בכך באופן רשמי ולהביא את יכולתי וניסיוני לחיי משפחות רבות.

כיום אני: מנחת הורים ומשפחות, מורה להוראה מתקנת ולשפה ומנחת קבוצות הורים וצוותים בתחומי הורות בכלל ומתבגרים בפרט **העקרונות המנחים אותי בעבודה שלי:** לאתר את הקושי האובייקטיבי של הילד / ההורה בהקדם האפשרי, ולבצע עבודה מערכתית המשלבת בין כל הגורמים המקיפים את הילד: בית, מסגרת חינוכית וחברה, תוך מתן כלים המותאמים אישית לילד בכל הרבדים להתמודדות הורית מולו. עיקרון נוסף שלי הוא הרצון להגיע לכמה שיותר הורים החווים התמודדויות ואתגרים בחינוך מתוך אמונה שהכוונה מקצועית מניבה תוצאות. דווקא בדור שלנו, כל הורה, בכל מצב סוציאקונומי, השכלה ובכל מגזר, שיקבל הנחיה חיצונית, ידע להתמודד נכון וטוב יותר, ויחסוך מעצמו ומילדיו משברים ומשקעים.

סיפור הצלחה: לפני מספר חודשים קיבלתי פניה כואבת של הורים שזעקו לעזרה. ילדם בן ה-9 החל להתנהג באלימות ובחוצפה. מצבו הלימודי הידרדר ובבית הספר החליטו להעביר אותו לכיתת חינוך מיוחד. ההורים, שלא הבינו מה עובר על הילד שלהם, הפעילו עליו לחץ ואף עונשים וסנקציות, מה שגרם להתנהגות להחריף עד כדי חוסר שיתוף פעולה מצדו באופן מוחלט. במהלך ההנחיה ההורים למדו לתקשר עם הילד, להכיל אותו ולאפשר לו אווירה בטוחה בבית. מתוך כך, הילד העלה בפני ההורים קשיים חברתיים איתם הוא מתמודד, ושהוא שמר בסוד עד לתהליך ההנחיה. ההורים, שהיו קשובים יותר לילד ולצרכיו, עשו תהליך מול הצוות החינוכי של בית הספר ובהתערבות משותפת, שיפרו את מעמדו בחברה. כיום הילד פעיל חברתית בבית-הספר ובשכונה, מצבו הלימוד השתפר, ובעיקר מצבו הרגשי. ההורים שיפרו את יכולות התקשורת שלהם בינם לבין עצמם ובינם לבין בנם, כמו גם עם שאר הילדים בבית, והם נמצאים בתהליך של למידה מתמדת. מבחינתי הצלחה היא שינוי בתודה ובהכרה ורצון ללמוד על מנת להשתפר.

הרווח האישי שלי מהלימודים: הלימודים במרכז י.נ.ר פתחו בפני אפיקי חשיבה רבים, כלים מגוונים ומעשיים לעבודה אמיתית בשטח ואף יכולת גבוהה לפרוץ ולהתחיל בעשייה ויישום מידי, וזאת הודות לצוות המרכז והמרצים

ההמלצה אישית שלי: מניסיוני עתיר השנים במערכת החינוך הפורמלי והבלתי פורמלי עם נוער נושר, למדתי שמערכת החינוך לא תמיד מאתרת קשיים חברתיים ושינויים רגשיים אצל ילדים. בהיעדר זיהוי, יותר ויותר תלמידים הופכים לשקופים עד לפליטתם ממערכת החינוך. על כל הורה לגלות ערנות ומעורבות בהתנהלות הילדים בבית-הספר, מתוך אמונה שכל קושי, ככל שיאתר במהרה כך הדרך לפתרון תהיה קלה וטובה יותר.

מזכור: כי ילדינו זקוקים לנו ההורים חזקים, יציבים ואיתנים מתוך רצון להגנה על בריאותם הפיזית והנפשית. ההמלצה שלי היא לא לחכות לקשיים, אלא למנוע אותם ע"י לימוד דרכי תקשורת עם הילדים וזיהוי ואיתור מצבים סיכון.



הכשרת מנחי הורים חינוכיים במיקוד נוער בסיכון

בשיתוף המועצה
הציבורית להורים
בישראל



באישור אגף שפ"י
(שירות פסיכולוגי ייעוץ)
משרד החינוך



ובחסות האוניברסיטה הפתוחה,
מערך לימודי החוץ



הצטרפו לתוכנית המקצועית ביותר
להכשרת מנחי הורים להתמודדות עם
אתגרי השעה: ילדים ונוער בסיכון, נוער
נושר ומתבגר, הפרעות קשב ועוד.

שילוב של הכשרה לייעוץ
פרטני והנחיה קבוצתית



תכנית המשלבת לימודים עיוניים
ופראקטיקה: השתלבות בפרוייקט
הנחיית הורים ארצי



מתן דגש על האתגרים העומדים
בפני הורים ומחנכים



מקצוע נצרך ומבוקש המשלב שליחות ותרומה לקהילה!

מרכז י.נ.ר
החותמת שלך להצלחה
כבר 18 שנה

ההרשמה עכשיו:

02-6321-625 < rishum@ynrcollege.org

מרכז י.נ.ר | המרכז המקצועי והמוביל ללימודי טיפול, ייעוץ והנחייה

אילונה קריספין- מנחת הורים ומשפחות, מתמחה
בחינוך בלתי פורמאלי, הנחיית קבוצות והוראה מתקנת
נייד | 0544769049 דוא"ל | elylonak@walla.co.il



הורות באחריות

הורים ושידוכים

הרב שמחה כהן

על מעורבות ההורים בתהליכי שידוכים



תהליך השידוכים הינו יצירת קשר בין בחור ובחורה צעירים העומדים להקים משפחה. אך יש בנישואין גם 'התחברות' בין הורי הבחור לבחורה והורי הבחורה לבחור. בנוסף לכך נוצר קשר בין המחנותנים - הורי הבחור והורי הבחורה. הרב שמחה כהן מציב תמרורי הנחיה ואזהרה להורים.

הכותב:

מחבר ספר 'הבית היהודי', 'ביתך שלום'

כמו כן, פעמים שההורים מקדימים לראות את הבן או את הבת המוצעים לבניהם, והאם מתבטאת בביטוי 'פרווה' ביחס למראה כגון 'המראה די בסדר', או ביטויים אחרים שלא הייתה כוונה ממש להתבטאות וגם נבעה מראיה שטחית לחלוטין. מילים אלו הנאמרות על ידי ההורים שהם סמכות מיוחדת כלפי בניהם הצעירים, עלולות ללוות את הבנים בהחלטה לטוב או למוטב. גם אם השידוך יצא לפועל, עשויות מילים אלו לצוץ באיזו מהמורה העלולה להתגלות בהמשך החיים, ומיד יעשה לעצמו תנא דמסייע שהרי אפילו אמי או אבי אמרו כך וכך, ואמנם לא יצאה מפיהם החלטה להוריד את השידוך בגלל זה, אך אם הייתי יותר זהיר הייתי צריך לנהוג אחרת. הדברים אמורים גם ביחס למילים הנאמרות אודות המשפחה שכנגד, או מוסד לימוד שלמד בו הבחור או בית הספר שלמדה בו הבחורה, וע"ז נאמר (משלי י"ד כ"ג): 'ודבר שפתים אך למחסור'.

אם ההורים סבורים שהצעת הנישואין ראויה, והבן שואל לדעתם, תשובתם אמורה להיות כדלהלן: ברור שאנו חושבים שההצעה ראויה, לולא זאת לא היינו מציעים לך, או לחילופין היינו מתנגדים למפגש. אתה צריך להחליט בעצמך, כיוון שההתלהבות או ההסתייגות שלנו היתה מבטאת אם ההצעה היתה מתאימה לנו, ואתה צריך לבחון אם היא מתאימה לך". ה'רמיזות' שראוי להימנע מהם קיים למשל מצב שאם ישנן שתי הצעות נפלאות במקביל, ופנו לאחת ההצעות, לא נכון לספר לבן או הבת על דבר קיומה של הצעה נוספת, משום שהימצאות הצעה נוספת מפחיתה את המיקוד בהצעה שנבחרה, כיון שכל שאלה וספק שהנפגשים מתלבטים בהם, במקום לבחון את הצדדים לעומק, אומרים בלבם למה לי להיכנס לספיקות הרי מסתבר שבשידוך השני אין רקע לספק דומה (על אף שסביר שיש שם ספקות אחרים). דבר זה יוצר בלבול וחוסר המרצה להתמודד עם ההחלטה, וזאת בגלל חלומות שספק אם יתגשמו.

ט בעי שבחברה הדתית ההורים מרכזים תחת ידם את הטיפול בנושא השידוכים. המידע אודות השידוך מצוי באמתחתם, והם מעורבים מאוד בהתהוות השידוך. ההחלטה אם לגשת להצעה זו או אחרת היא שלהם, ולפעמים אף יותר משל הבחור והבחורה העומדים להיפגש. בדרך כלל הבן והבת שואבים מההורים את היחס לשידוך. מעורבותם של ההורים טבעית הן משום שלילדים אין ניסיון ביצירת זוגיות, כמו כן כיון שהנישואין נעשים בגיל צעיר יחסית, הילדים עדיין מצויים בקשר קרוב וממושמע להורים, והן משום שלרוב, ההורים הם שאמורים לשאת בנטל הכלכלי של הקמת המשפחה. כמו כן, על פי רוב ההורים מצויים ב'חרדת אחריות' לגבי ילדיהם, והתאמת המוצע לבנם או לבתם, יותר מאשר הצעירים עצמם העומדים להקים את ביתם מבלי לדעת ולהכיר את האתגרים הנכללים בקשר הזוגי.

מסיבה זו, ובאופן טבעי, כאשר ההורים דואגים להצעה התואמת את בנם או בתם, בלא משים הם מושפעים גם ממגמה שההצעה תתאים להם. אין בכך חסרון כל עוד ההתאמה לבניהם נמצאת בראש סדרי העדיפויות.

מצוי מאוד שהבנים והבנות רוצים לרצות את הוריהם ובלא משים, לעיתים, הם מחליטים חיובית על הצעה המתאימה להורים ולא דווקא להם. רק אחרי הנישואין הם מבחינים שהתחתנו עם אישיות חיובית אבל לא כל כך מתאימה להם ולמה שהם היו רוצים. למשל האמא נוטה להעריך בחורה שקטה והבן מעדיף בחורה סוערת, האמא מעדיפה בת חברותית והבן בחורה צנועה יותר, האמא מעדיפה בחורה בעלת נטיה לפתיחות והבן מעדיף בחורה שקטה.

מותר להורים להציג בפני הבנים את העדפות שלהם, אך עליהם לזכור שבפועל מי שיחיה רגע רגע עם המוצע להם הם הבן והבת ולכן ראוי למזער את הבעת עמדותיהם בשיחותיהם עם ילדיהם.



קורס אבחון הערכה וייעוץ

קדושת המשפחה והבית היהודי

**התכנית המקצועית ביותר
להתמודדות עם בעיות, קשיים
והפרעות הנובעים מחוסר הדרכה,
פערים ואתגרי הדור והתקופה.**

בחסות האוני' הפתוחה
מערך לימודי החוץ

הפרעות, דרכי אבחון וטיפול.



מעגל החיים וסוגיות ייחודיות:
נכות, חולי, ובעיות שכיחות.



היבטים תרבותיים,
פסיכולוגיים וחברתיים.



היבטים בהלכה ובהשקפה.



הצגת מקרים קליניים וניתוחם.



**התכנית מיועדת לבעלי רקע והכשרה
בתחום הייעוצי והטיפולי בלבד.
הקבלה מותנית בראיון אישי**

**[קבוצת גברים]
[נפתחת בירושלים]**



לפרטים והרשמה

03-7160-130 rishum@ynrcollege.org

מרכז י.ג.ר. | המרכז המוביל והמקצועי ללימודי טיפול, ייעוץ והנחיה

מן הראוי לברר נושאים כספיים בתחילתו של התהליך. מכאן
מאוד לראות שידוכים אשר נרקמו היטב והנפגשים 'נקשרו'
זה לזה, אך בגלל עניין כספי נותק הקשר בניהם. למצב זה
התייחס הרב אלחנן וסרמן זצ"ל הי"ד בהבהרת עמדתו של
החפץ חיים זצ"ל שעוד לפני שהמשדכים נפגשים, על
ההורים להגיע להסכמה (כללית) על הפרטים המרכזיים
המוסכמים בניהם לגבי השאת ילדיהם:

"הנני להודיע לרם המעלה את אשר שמעתי מפה קדוש, בעל
החפץ חיים זצוק"ל, כי מנהג העולם בשידוכין - להתראות
בטרם כל, הוא שלא כהוגן. כי מהראוי לאחר את המפגשים
אחרי כל החקירות ודרישות משני הצדדים וכל פרטי הדין
ודברים שבין הצדדים, ואחר כך, כאשר הושו בכל הפרטים אז
יפגשו, ולא קודם."

נכון לומר לבנים באופן כללי על איזה מערכת כלכלית עשוי
להיבנות השידוך, אך לא נכון לערב את הנפגשים במשא ומתן
בעניינים הכספיים. כל משפט שיאמר ביחס לרוח 'החסכנות'
השוררת סביב ארנקם של המחוננים, יחרטו ויצרבו בזיכרונם
של בני-הזוג, ועלולים להיות מצע לגידול חיידקי ארס
שעלולים לחלחל בקשר הזוגי בהמשך החיים.

מעורבות ההורים

כאשר ההצעה מוצאת חן בעיני ההורים, והם מבחינים
שבנם או בתם מהססים, אם ההססנות היא לגבי אישיותו
של המוצע להם, על ההורים להימנע לחלוטין מלחוות דעה,
ועליהם לסייע לבנם ובתם בנייתוח המעלות והחסרונות של
אישיותו, תוך זהירות יתר לא לתת תחושה שהם נוטים לכיוון
מסוים. אולם אם נראה להם שקשיי ההחלטה של בנם נובעים
מפחד לעשות צעד כה גורלי, מותר להורים לעודד קמעא את
בנם או בתם, כדי להקל על קבלת החלטה בלב שלם. אולם
גם במקרה זה יש להבהיר למתלבט בעדינות, אך בצורה חד
משמעית, שההחלטה היא שלו ורק שלו. ההורים כאנשים
קרובים ואוהבים, יכולים רק לקרבו עד ההחלטה, אך לא
להחליט במקומם.

טוב תעשה המשפחה אם תתייעץ עם גדול בתורה, הן כדי
לקבל את חוות דעתו - דעת תורה, והן כדי לקבל את ברכתו.
פעולה זו, בנוסף לתועלת הישירה שבה, תיסוך יתר בטחון
אישי בבנים הצעירים שלא הזדמן להם עד היום להחליט
החלטה כה חשובה.

כמו כן, בקהילה שהבנים והבנות נישאים בגיל צעיר, מאד לא
יהיה נכון להטיל את כל נטל ההחלטה על כתפי הבן והבת
בגלל גילם הצעיר ואי היכולת שלהם להקיף את משקל
החלטותיהם. במקרה זה, נכון, וכך הנוהג, לקבל הסכמת
הבחור והבחורה, אבל עיקר ההחלטה מונחת על ההורים
ומחובתם לברר היטב על המוצע ורק לאחר מכן לעודד את
בניהם להחליט כפי שהם חושבים לנכון.

ראוי שההורים לא ילחצו על ילדיהם להחליט ולהכריע כאשר
הם מסתפקים. יתרה מכך, כיון שלעיתים קרובות לילדים
חשוב מאוד מה דעתם של הוריהם, והם מושפעים מהם,
הזהירות צריכה להיות גדולה עוד יותר.

יש בנים או בנות שמערכת היחסים שלהם עם ההורים היא
כזו שהם עשויים לקבל החלטה חיובית רק בגלל שהדבר נראה
בעיני ההורים, אם בגלל המצב הכלכלי או חשיבות המשפחה.

אין ספק שתפקיד ההורים משמעותי ובעל השפעה, ומשום
כך עליהם לנהוג בשום שכל תוך מודעות למשקל דעתם.
תקשורת יעילה וכנה תסייע להורים ולילדים לקבל בע"ה
החלטות נכונות.



גשר לקשר



וכל לשון תשבח

אוריאל בלם

מאשר לחזק ולאמץ בדיבור חיובי מעצים ומגדל? מדוע רבים מבני האדם נצרכים להתאמץ בכדי לפרגן ולשבח את הזולת?

אם נתבונן לעומק, נגלה כי מחמאות או מילות שבח אמתיות נובעות מההכרה הפנימית של האדם בטוב הטמון בזולתו. מחמאה אמיתית מבטאת תנועת נפש מצד המשבח כלפי המשתבח. פידבק חיובי אמתי מגלם בתוכו הערכה כנה למוערך על תכונותיו או מעשיו. מכאן ניתן להבין, כי הקושי בהבעה מילולית חיובית נובע בעיקר ממקום של ספקות פנימיים באדם. אבל לא רק, קיימים חסמים נוספים לנתינה המילולית הרגשית שמקורם בבחינה רציונאלית - האם נכון או לא נכון לשבח? האם הוא ראוי או לא? היבטים של אמת ושקר, רווח לעומת הפסד, וחשבונות שונים מעידים על הקושי שלנו להביע פרגון באופן טבעי וזורם.

מחמאות במשפחה

בתקשורת בין אישית ישנם מספר סגנונות ומודלים לקשר מיטבי ואיכותי: מחמאות ופידבקים, הבעת הערכה וסגנון דיבור מרומם המשמש כאחד המודלים המוצלחים בתקשורת בריאה. מעבר להיותם ממלאים ומספקים צורך רגשי חברתי, הם גם מהווים מנגנון ייחודי לבניית קשר בין אישי וזוגי.

כלל התקשורת בין בני אדם, ובוודאי במערכת הזוגית יש את החלק הטכני הכולל שותפות וניהול, חינוך ילדים ומשק הבית, ויש את החלק הנפשי והאנושי הכולל את בסיס הקשר והחיבור האישי, עומק הקשר ואיכותו. למחמאה תפקיד כפול: חיזוק הקשר הנפשי והעמקתו, ונטרול חסמים מצטברים ואפרוריות השגרה. טבעו של אדם להימצא בסביבת אנשים המכירים את ערכו ואוהבים אותו. משכך, הוא חש רצון פנימי לנצל הזדמנויות לשהות במחיצתם ולשוחח עמם. כך גם בין בני זוג ובין הורים לילדים. הקשר מושפע במידה רבה מהיחס הכנה והמכבד ומהאהבה המוענקת. ילדים מרגישים מתי ההורים שמחים בהם ומתי שמחים מהם. הם יודעים לזהות האם שמחת ההורים שלימה בהצלחתם ובעצב ליבם כשלא הולך כל כך טוב. תהליכים זהים ומקבילים קיימים גם בזוגיות. בין בני הזוג יכול להיווצר קשר עמוק ואמתי המבוסס על הערכה

פידבקים חיוביים ומחמאות נחשבים כ"מוצר צריכה" בסיסי בתקשורת הבין אישית, הזוגית והמשפחתית. על חשיבות המילה הטובה והצורך לקבל הערכה ניתן למצוא התייחסויות רבות במקורות חז"ל ובספרות המקצועית.

היחסים בין בני אדם מושפעים מגורמים רבים ומשתנים שונים, כאשר אחד המשמעותיים שבהם הוא הקשר המילולי, שכן למילים יש כוח רב ובכוחן להשפיע על התקשורת עם הזולת, על האופן בו אנו נתפסים בעיניהם והדרך בה אנו רואים אותם.

מילות הערכה ומחמאות, ולחלופין, מילות שלילה וביקורת יכולות להגדיר את צורת התקשורת עם הסובבים אותנו, ואת טיב ואיכות היחסים עמם. על כן ישנה חשיבות גדולה בהגברת המודעות לתרבות הדיבור ולאומנות הפידבק לתקשורת חיובית בונה ומצמיחה בפקן, החברתי והמשפחתי בכלל.

קבלת הכרה, הערכה ופידבק חיובי מהווים את הצורך החזק ביותר הטבוע באדם. וכפי שמצינו בגמרא תענית כא' ע"א בדברי רבא על חוני המעגל: "או חברותא או מיתותא"

מחמאות צורך קיומי

המשפט של רבא מחדד את המסר האדם אינו מצליח לחיות בעולם הזה ללא קשרים חברתיים ומערכת רגשית המכירה בו.

מערכת התמיכה החברתית הרגשית מתבטאת בשלל דרכים. יש שיבואו בתמיכה ממשית בגופו של אדם, יש שיבואו על ידי נתינה ותמיכה כספית, ויש תמיכה הבאה מתוככי הלב-דרך חיוך, מאור פנים, מילה טובה ופידבק מעצים.

למה קשה להחמיא?

בעולם יש מאות אלפי אנשים הפועלים ועושים רבות ונצורות למען האנושות, למען היחיד ולמען הכלל. ההשאלה נשאלת מדוע קל יותר לסייע לזולת בגוף ובממון

העולם שסביבנו מלא וגדוש במסרים נפלאים על כוחן של מילים ומחמאות. חדשים וחדשים לבקרים יוצאים מחקרים ומאמרים בשבח הפידבק והמילה הטובה כגורמים משפיעים על מערכות יחסים וחיי משפחה. ובכל זאת, על אף העושר והשפע בתכנים, עדיין רוב בני האדם מתקשים להחמיא ולשבח באופן ספונטני, קולח וחלק, ובפרט לקרובים לנו יותר. במאמר הזה נתמקד במקור המחמאות ומשמעותן לחיי האדם, באפשרויות השונות לקושי בהסתגלות לסגנון דיבור של שבח והערכה, וכיצד ניתן לסגל לעצמנו אורח חיים חיובי ותקשורת חברתית מעצימה ומשמעותית.

הכותב:

יעף חינוכי מנחה הורים וקבוצות מדרך שפ"י משרד החינוך למצבי חירום ומשבר ומניעת אובדנות 050-865 1717

הכשרת מאמנים אישיים COACHING

באישור לשכת המאמנים



**הכשרה מקצועית לאימון אישי
בשילוב כלים טיפוליים מ-NLP ו-CBT**
הצטרפו להכשרה שתקח אתכם רחוק.



**ארגז כלים מעשי לשילוב
האימון בתחומי חינוך,
ניהול, ייעוץ וטיפול**



**תעודה מוכרת
מתעם לשכת
המאמנים**



**לימודים עיוניים
בשילוב פראקטיקה
מעשית**



**קבוצות גברים /
נשים נפתחות**

02-6321-617

מרכז י.נ.ר. | rishum@ynrcollege.org
המרכז המוביל והמקצועי ללימודי טיפול, ייעוץ והנחיה

ונתינה ומשם היא מתרחבת ומתפתחת לאהבת אמת וליחידה אחת, וזאת דרך יחס ראוי ומילים נכונות.

במערכות יחסים קיימת ציפייה גלויה וסמויה לביטויי הערכה, לאוזן קשבת והבנה. ציפייה זו גוברת ככל שהקשר הולך ומתחזק, העדר הערכה והכלה עלולים ליצר אכזבה גדולה ופגיעה, כפי שאומר המשפט העממי "כגודל האהבה כך גודל הציפייה", וכגודל הציפה כך גודל האכזבה". הבסיס המהותי לחיבור איתן ויציב במערכת זוגית ובתקשורת בין אישית הוא מערך התמיכה הרגשי הכולל הקשבה והכלה, הערכה ונתינה. כאשר הוא נוכח וקיים יש כוח לנפשות הפועלות להתמודד עם אתגרים נוספים. אך כאשר הבסיס חסר, העיקר חסר.

למחמאה יש יכולת להסיר מחיצות, לעורר מוטיבציה, לגייס ולהזמין, לרכז ולפשר, להעצים ולפתוח לבבות. הורים ומחנכים יודעים כי מילים טובות מחוללות פלאים בקרב ילדים, והאמת היא שמילים טובות מחוללות פלאים בכל תחום, בוודאי בעולמם של מבוגרים ובמערכות יחסים.

רוצים שינוי

כולם רוצים וגם יודעים כמה חשובה האווירה החיובית והאנרגיות הטובות על שלימות הבית וחינוך הילדים. כולם חפצים בהתבוננות חיובית ואופטימית, בעין טובה ויחסי חברה איכותיים. מה שחסר לנו זה את היכולת להוציא מן הכוח לפועל ולחולל את השינוי הרצוי.

כמו בכל תבשיל טוב, לאיכות התהליך יש חשיבות מכרעת על גודל ההצלחה. אנשים לא משנים הרגלים ביום אחד. אם קראתם בערכה של המילה הטובה וההערכה, ואם בחרתם לאמץ הנהגה שכזו לעצמכם,



החלק הזה יכול לסייע לכם בהשלמת התהליך:

- תחמיאו כל יום לפחות שלוש פעמים. חשוב שהמחמאה תהיה אמיתית ולא מזויפת.
- הקפידו לתת מילה טובה בזמן אמת ולא להשהות אותה, לפעמים פידבק שאינו במקומו נחשב כקרבן שעבר זמנו.
- חשוב להחמיא גם פנים מול פנים וגם בפרהסיה. אם אתם מסתפקים מה נכון לעשות תשאלו את עצמכם מה היה עושה לכם טוב, או מההכרות עם האדם שמולכם מה יעשה לו טוב.
- תנו מחמאות על התהליך וההשקעה. היזהרו ממחמאות יתר על האדם עצמו, פעמים שריבוי מחמאות גורם לזילות וללחץ מיותר על מקבל המחמאה.
- החמאתם, אמרתם מילה טובה, בדקו האם היא התקבלה בטוב. בין בני זוג ועם ילדים כדאי לדבר על ערכה של המילה הטובה והאם המחמאה שקיבלו הייתה נעימה להם. המשוב חשוב מאוד.
- אל תפתחו ציפייה. פרגנתם, שיבחתם, עודדתם, הערכתם, הרווח הראשוני והעיקרי מהשינוי שבחרתם ליישם הוא שלכם. אל תצפו להערכה חוזרת ובפרט לא לאופן בו אתם בחרתם לעשות. זכרו כי לא כל בני האדם מודעים לחשיבותה הגדולה של המילה הטובה, ואל תתנו הרגשה שאמרתם רק כדי לקבל חזרה. זה מוריד מהערך.
- התמידו בדרך שבחרתם, הקביעות היא זו שתסייע לכם להטמיע את ההרגל המבורך בחיי היומיום שלכם ובסביבתכם.
- "לשון רכה תשבר גרם" (משלי כה, טו). היכן שיש תנועה יש חיים. פידבק הוא ביטוי לתנועת נפש. אנחנו בוחרים אלו תנועות יהיו בחיינו ובסביבתנו.



נסיים באמרה הידועה "ומוות וחיים ביד הלשון". נזכור כי בכוח הדיבור שיש בנו אפשר להחיות מתים ולהמית את החיים. יהי רצון שנזכה להשתמש בכוח האדיר שקיבלנו לחולל נפלאות ולהרבות שלום בעולם



יש לי חושג

ש"לום

שפטו בשעריכם

הגישור כדרך המועדפת ליישוב סכסוכים ביהדות

הרב משה גפני



די אם נציין, כי רבים מיסודות ומדרכי הגישור אשר אומצו כיום על ידי עולם הגישור ועל ידי המומחים המובילים בתחום הגישור, מופיעים הם בעומק דברי חז"ל ורבותינו הראשונים והאחרונים.

בשורות הבאות ננסה לעמוד על קצה המזלג, על הגרעין, על השורש של המחלוקת, של מציאות המחלוקת, על פי השקפתה של התורה ועל פי מבט של היהדות. הבנה זו נחוצה, הואיל וכמו בכל דבר ובכל תחום, השלב הראשון של הריפוי הוא הבנת הבעיה, כך גם כאן, השלב הראשון אשר דרוש לצורך מלאכת הגישור הוא, הבנת מהותו וטיבו של הגרעין ושל השורש ממנו צומחת המחלוקת, ממנו צומחים חילוקי הדעות, הקונפליקטים והריבים.

ובכן, המחשבה הרווחת הינה, כי המחלוקת ביסודה הינה מציאות שלילית, מציאות אשר איננה רצויה. ואולם, מעניין הוא, שביהדות אנו מוצאים גישה שונה ומבט שונה. "כל מחלוקת שהיא לשם שמים סופה להתקיים, ושאינה לשם שמים אין סופה להתקיים, איזו היא מחלוקת שהיא לשם שמים, זו מחלוקת הלל ושמאי, ושאינה לשם שמים, זו מחלוקת קרח וכל עדתו" (מסכת אבות פרק המשנה ז). חז"ל רואים איפה את מחלוקת הלל ושמאי כמחלוקת חיובית, מחלוקת כזאת אשר סופה להתקיים, זאת לעומת מחלוקת קרח ועדתו אשר הייתה מחלוקת שלילית ואשר עד היום משמשת כדוגמא לשליליות ולתוצאות הטרגיות אשר ישנן במחלוקת.

למעשה, דבר זה אנו רואים כבר בבריאתה ובעצם מציאותה של המחלוקת. בראשיתה של הבריאה, בבריאת השמים והארץ נאמר בתורה (פרשת בראשית פרק א פסוק ו) - "ויהי מבדיל בין מים למים" ואומרים על כך חז"ל (מדרש רבה פרשת בראשית פרשה ד אות ו) - "רבי חנינא אמר, שבו נבראת מחלוקת, שנאמר ויהי מבדיל בין מים למים".

חז"ל מגלים לנו כאן, כי חלוקה זו אשר על ידה נבראו שמים וארץ, היא איפה המקור והיא השורש לבריאתה ולמציאותה של המחלוקת, כאשר עצם המושג של החלוקה, עצם המעשה של החלוקה, הוא איננו בהכרח

כ אשר אנו מתבוננים בתורה, במדרשי ובדברי חז"ל, אנו מבחינים, כי למעשה כבר לפני אלפי שנים, התורה וחז"ל, ראו את הגישור כדרך המועדפת לפתרון וליישוב סכסוכים. על דברי הפסוק (שופטים פרק יז פסוק כ) "צדק צדק תרדוף", אומרת הגמרא במסכת סנהדרין (דף לב, עמוד ב), שהסיבה לכך שהתורה כפלה וכתבה פעמיים את המילה 'צדק' היא, הואיל ו"צדק" אחד נאמר ביחס לדין ו"צדק" שני נאמר ביחס לפשרה, הווה אומר שכשם שצריך לרדוף אחר הדין כך צריך לרדוף אחר הפשרה.

כמו כן הגמרא מאריכה בעניין החשיבות, המעלה והעדפות אשר ישנם בעשיית הפשרה על פני עשיית הדין, כדוגמת דברי הגמרא (שם דף ו עמוד ב) - "רבי יהושע בן קרחה אומר מצווה לבצוע" - (מצווה לעשות פשרה), וכך הגמרא מסבירה את דברי הפסוק שנאמר בזכריה (פרק ח פסוק טז) "אמת ומשפט שלום שפטו בשעריכם", שהכוונה היא לפשרה שיש בה את השילוב של שני הדברים הללו גם יחד, גם משפט וגם שלום.

ואכן, על פי זה פוסק השולחן ערוך (חושן משפט סימן יב סעיף ב) - "מצוה לומר לבעלי דינים בתחילה, הדין אתם רוצים או הפשרה, אם רצו בפשרה עושים ביניהם פשרה", ופרשני השולחן ערוך מביאים על כך את דברי הסמ"ע - "צריך הדין להסביר לבעלי דינים שבפשרה נוח להם, ולדבר על לבם אולי יסכימו על הפשרה... כי כן הוא נכון לעשות פשרה".

בעניין זה, די אם נזכיר, כי למעשה המגשר הראשון בעולם, היה אהרון הכהן, עליו אומרים חז"ל (מסכת אבות פרק א משנה יב) שהיה - "אוהב שלום ורדוף שלום אוהב את הבריות ומקרבם לתורה", ובאבות דרבי נתן (פרק ח) חז"ל מרחיבים ומתארים כיצד אהרון היה הולך אל הצדדים השונים בסכסוך, ומשכנעם בדרכי נועם להתפשר, להגיע אל עמק השווה ולהשלים זה עם זה, עד ש - "כשפוגעין זה בזה, גופפין ונושקין זה את זה".

קצרה היריעה במסגרת זו להביא את דברי חז"ל בעניין זה, כמו גם לחקור ולהעמיק אל יסודות ואל דרכי הגישור על פי השקפתה של התורה ודרכה של היהדות.



תורת הגישור - פתרון סכסוכים וקונפליקטים באמצעות גישור, הופיעה ופרצה אל תוככי האקלים החברתי והעולם המשפטי אי שם באמצע המאה הקודמת, כאשר בשני העשורים האחרונים זינק תחום הגישור והפך לאלטרנטיבה המובילה והמועדפת ליישוב ופתרון סכסוכים. כיום עשרות אחוזים מן התיקים הנפתחים בתחומי ובענפי המשפט השונים, נסגרים ומסתיימים בתוך עולם הגישור, כאשר משנה לשנה המספרים אך עולים ועולים. מסתבר שהעולם מבין כיום את מה שהיהדות הנחילה מהדורות הראשונים.

הכותב:
מומחה להליכי גישור ע"פ ההלכה.



**חדש
לציבור
בני
תורה**

**קורס
גישור
ויישוב
סכסוכים**

**מרכז י.ג.ר.
שמח להודיע על פתיחת קורס גישור
לציבור התורני:**



**תכנית המוכרת ע"י משרד
המשפטים, המקנה תעודת מגשר
המוכרת ע"י משרד המשפטים
ורשויות המדינה.**



הכשרה מקצועית באווירה תורנית.



**מיומנות מעשית תוך לימוד
והקניית עקרונות הגישור ושיטות
בפתרון סכסוכים, קונפליקטים
ומשא ומתן בקהילה החרדית.**

אפשרויות השמה:

למסיימים בהצלחה תנתן אפשרות להשתלבות
במרכז גישור ויישוב סכסוכים רב תחומי:
סכסוכי ממון, נזיקין, שכנות, מעסיקים ועוד.



לפרטים והרשמה:

02-6321-617 | המרכז המוביל והמקצועי ללימודי טיפול, ייעוץ והנחיה
rishum@ynrcollege.org

שלילי, במקורו הוא אפילו חיובי, באמצעותו נבראו שמים וארץ. הווה אומר, שהמחלוקת זה הוא הכח אשר בלעדיו עולמנו היה אחיד, אפילו השמים והארץ היו מחוברים, כך כל העצמים ובתוכם בני האדם היו אחידים, ובאמצעות ומכח המחלוקת, השמים והארץ נחלקו, העצמים השונים הינם מחולקים וכך גם בני האדם מתחלקים ומחולקים הם זה מזה.

אלא שכמו בכל דבר, כך גם במחלוקת, השאלה היא מה הם המניעים שלה ולהיכן לוקחים אותה. אם נחזור לדברי חז"ל ביחס למחלוקת הלל ושמאי לעומת מחלוקת קרח ועדתו, על פני השטח, ניתן היה לחשוב ולטעות, שוויכוחם ושמחלוקתם של בית הלל ובית שמאי הינה בדיוק כמו הוויכוח והמחלוקת של קרח ועדתו, שהרי בשתי המחלוקות האלו, נושא המחלוקת לכאורה נסוב סביב עניינים רוחניים ותורניים.

אלא שחז"ל אומרים לנו, כי נקודת ההבדל ביניהם היא, שמחלוקת הלל ושמאי הייתה מחלוקת שהיא לשם שמים, המניעים והמטרה שלה היו לשם שמים, על מנת להגדיל תורה ולהאדירה, להרבות את הדעת ולחקור אחר האמת, ועל כן חז"ל מספרים לנו כי - "לא נמנעו בית שמאי מלישא נשים מבית הלל ולא בית הלל מבית שמאי, ללמדך שחביבה ורעות נוהגים זה בזה, לקיים מה שנאמר והאמת והשלום אהבו, ולפיכך, סופה להתקיים, עד היום במשך אלפי שנים יושבים בבתי המדרש ולומדים ודנים ומעמיקים בעומק דבריהם ומחלוקתיהם.

לעומת זאת מחלוקת קרח ועדתו אשר הייתה מחלוקת שלא לשם שמים, המניעים והמטרות שלה היו מניעים פסולים, נגיעות אישיות, הניסיון למלא אחר הצרכים האישיים של משתתפיה, ולפיכך, אין סופה להתקיים. למעלה משלושת אלפים שנה חלפו מאז אשר משתתפיה ירדו תהום שאולה, כאשר מאז הינם משמשים כסמל ודוגמא למחלוקת ולשנאת חינם.



כאמור, אין במסגרת זו כדי להעמיק, ובוודאי שלא להקיף נושא זה, ואולם זאת למדנו מן הדברים האמורים, המחלוקת ביסודה אינה בהכרח שלילית, להיפך המחלוקת היא כלי אשר יכול לשמש ואשר נועד כאמצעי להפרות את העולם, להרבות את הדעת ולגוון את המחשבה, אלא שהשאלה היא מה הם המניעים שלה, מה הן המטרות שלה, לאן משתתפיה הולכים בה ולהיכן הם מוליכים אותה.

**שערי
הלכה
ומשפט**
בית דין ובית הוראה
מרכז ללימודים תורניים גבוהים



בית ההוראה "שערי הלכה ומשפט"

לשאלות הלכתיות: 02-6321608
לשאלות בדיני ממונות: 073-2345808
שאלות בתחום שלמות המשפחה: 073-2345811



מוקד סיוע משפטי בענייני "בתי הדין הרבניים"

בשיתוף לשכת הטוענים הרבניים
073-2345822



מרכז גישור ויישוב סכסוכים

מגשרים מורשים ע"י הנהלת בתי המשפט
073-2345822



אני ואת

בין נישואין משפטיים, נישואין רגשיים וחלוקת מטלות בין בני הזוג הרב אליהו בן סימון

והאמונות של זוגות החווים 'שביעות רצון' מנישואיהם הוא חלוקת מטלות הוגנת בין בני הזוג בכל הנוגע לזוגיות ולמשפחה. מאוד ברור לזוגות אלו שחלק משמעותי ובסיסי בנישואיהם, הוא מעין 'קואופרטיב' או 'חברה בע"מ', שבשום אופן לא יוכלו להתנהל בצורה מיטבית ללא חלוקת מטלות הוגנת בין השותפים במערכת.

אכן שבשנים עברו ובתקופות אחרות "חזרה הנישואין" הבלתי כתוב, כמובן, הכליל בתוכו את רוב ככל הנושאים הזקוקים לחלוקה בין הגבר והאישה. הגבר תפקד כ'שר החוץ' והאישה כ'שרת הפנים', והכל בא על מקומו בשלום. אך עם השנים, ושינויי התרבות והחיברות השתנתה גם ההתנהלות הזוגית והמשפחתית, מה שמצריך מבני הזוג הרבה יותר בגרות, אחריות, רצינות ויכולות תקשורת שיאפשרו להם דיון רציני וכנה בחלוקת התפקידים והמטלות הנגזרות מנישואיהם.

אנו מוצאים לנכון שעל בני הזוג לנהל משא ומתן סביב 'חלוקת הנטל' ממקום פתוח וחופשי ללא דעות קדומות וסטראוטיפים על "תפקידי הגבר ותפקידי האישה", אלא באופן אינדיבידואלי בנוגע למורכבות הספציפית של הזוגיות והמשפחה שלהם, מתוך מוטיבציה למצוא את הנוסחה המתאימה והנוחה ביותר עבורם כשני אנשים שעל כל אחד מהם נאמר "בשבילי נברא העולם..."

אך עדיין ישנם המתקשים לצאת מתוך הקיבעון המחשבתי המייעד לכל מגדר תפקידים ייעודיים, ונצמדים בצורה נוקשת לתכתיבים חברתיים פרימיטיביים שעבר עליהם הכלח, אשר אינם רלוונטיים לתקופה בה מתנהלת הזוגיות שלהם או שאינם מתאימים לזוגיות בה הם חיים, מה שלא מאפשר לזוגיות להשתלב באופן טבעי עם הדינמיות של החיים והתרבות ועל כן זוגות אלו אינם חווים שביעות רצון מחייהם הזוגיים, וכחלק מהחוויות השליליות שהם יחוו בזוגיות מהסוג הזה הם גם יחוו תחושה של חוסר הוגנות, תסכול,

ודל הקונסטרוקציה של הזוגיות הוא מודל עבודה שפותח במהלך עבודה עם זוגות רבים במהלך השנים. המודל מציג את הזוגיות האולטימטיבית כפירמידה בעלת שלש קומות הבנויות ומורכבות זו על גבי זו כאשר כל קומה הינה הבסיס לקומה שתחתיה.

הקומה התחתונה המהווה את בסיס הפירמידה, הינה בבחינת 'דרך ארץ שקדמה לתורה' העוסקת ביחסי אנוש תקינים ונורמטיביים בין בני הזוג, כמו כבוד, הוגנות, אמינות, יושר, ועוד ערכים אשר כוחם יפה והינם רלוונטיים והכרחיים לכל מערכת יחסים באשר היא ובפרט במערכת יחסים של זוגיות ונישואין.

בקומה שמעליה, ורק בקומה שמעליה יכולים להתפתח רגשות של אהבה, קרבה, אכפתיות, געגועים, ועוד מצבים רגשיים הקשורים ושייכים למערכת זוגית קרובה ואוהבת. ולכן אם יספרו לנו שאי שם ישנו זוג שיש ביניהם אהבה גדולה ומרגשת אך אין ביניהם כבוד או הוגנות וכדומה, הרי שאנו לא נקבל זאת כמצאיות אפשריות, בבחינת: "לא יגעת, ומצאת - אל תאמן!", שכן התרבות היחידה שתאפשר התפתחות וצמיחה של רגשות חיוביים, היא רק באמצעות מצע בטוח של יחסי אנוש סבירים, מכובדים ותקינים.

ורק אחרי ששתי הקומות הללו עומדות וניצבות כצוק איתן הרי שאז ורק אז תפתח לאט וברוך, הקומה השלישית בקצה הפירמידה העוסקת בקודש הקודשים של הזוגיות, קדושת הבית היהודי, תחום המתנהל כלשונו הזהב של הרמב"ם "ברצון שניהם ובשמחתם" (פרק ה' הלכה ד' מהלכות דעות).

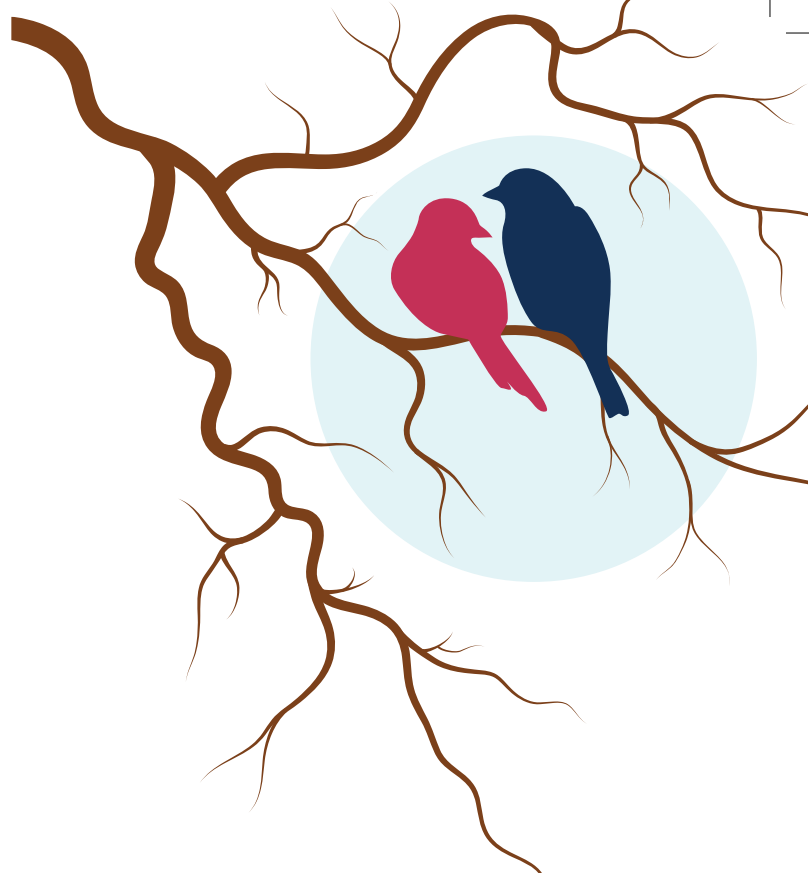
הניסיון להפריד בין הקומות מתוך מוטיבציה לנהל את אחת הקומות העליונות בנפרד מקומות הבסיס, עתידה לנחול כישלון חרוץ, ואף מריד, כואב, מאכזב ומתסכל.

אנו מוצאים באופן ברור שאחד מבסיסי התפיסות



רבות מההרצאות וברבים מן הספרים העוסקים והעוסקות במערכות יחסים של זוגיות ונישואין, נראה שהמיקוד המרכזי נמצא בכל מה שקשור לחלקים הרגשיים של אהבה, אחווה, שלום ורעות. אך נראה שיש לתת יותר דגש על חלק אחר ונוסף של הזוגיות שלמעשה מהווה בסיס להתפתחות מערכת יחסים רגשית חמה ואוהבת.

הכותב:
מו"צ "שערי הלכה ומשפט", יונגן נישואין ומשפחה, ופסיכותרפיסט
054-8445421







NLP

שיטת הטיפול המובילה

NLP PRACTITONER - הסמכה

בואו לקבל הכשרה והסמכה
בינלאומית לשינוי דפוסי
חשיבה והתנהגות, שחרור
חסמים ומצוקות רגשיות.

- אימוץ גישה חיובית לחיים
ושיפור מוטיבציה בכל תחום. 
- שימוש במשאבים פנימיים
ליצירת שינוי והגשמת מטרות. 
- כלים טיפוליים לבעיות
דיכאון, חרדה והרגלים מזיקים. 
- שחרור מהרגלים כפייתיים. 
- שיפור בעיות תקשורת
ויחסים בין-אישיים. 

קבוצות חדשות לגברים / נשים
לפרטים והרשמה



02-6321-625 rishum@ynrcollege.org
מרכז י.נ.ר. | המרכז המוביל והמקצועי ללימודי טיפול, ייעוץ והנחיה

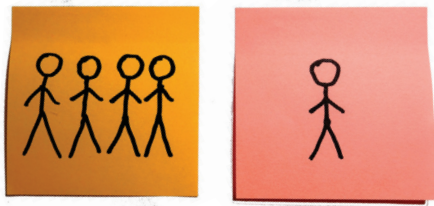
מרמור, ואף תחושה של קורבנות לעיתים. אמנם נכון הדבר שהתורה הקדושה שתורת חיים היא, וחכמי ישראל לאורך הדורות דאגו לפתח ולטפח מערכת כללים הלכתיים - משפטיים שיתנו מענה לזוגות שאינם מצליחים לפתור קונפליקטים בנוגע לניהול הזוגיות והמשפחה ובכללם חלוקת מטלות הוגנת, וקבעו עבורם "פסקי הלכה" ברורים ובהירים בנוגע לתפקידי הגבר ותפקידי האישה תוך ירידה לרזולוציות מדויקות של הגדרת המחויבות של הבעל למשל לפרנס, איזו כמות של אוכל ואיזה סוג של אוכל, איזה בגדים וכמה צריך הבעל לקנות לאשתו, וכן על זה הדרך לגבי חיובי האישה לבעלה.

זוגות אלו, הבוחרים לחיות "נישואין משפטיים" זקוקים להנחיות מדויקות בנוגע לחלוקת החובות והזכויות במרחב הזוגי בכדי שהמערכת תוכל לתפקד ולהתנהל ע"י קוד התנהגותי ברור ומדויק, ואף נוקשה במידת מה מעצם היותו חלק מהנחיה משפטית.

אך הזוגות הבוחרים לחיות במערכת של "נישואין רגשיים" המבוססים על חברות ועל רגשות חיוביים של אהבה ואחוה ושלוש ורעות, אינם זקוקים למערכת חיצונית שתורה להם את אופן חלוקת המטלות, אלא הם מתייחסים לחלוקת המטלות בבית כאל קונפליקט אפשרי ופותרים אותו בינם לבין עצמם בכבוד, חברות וידידות, בצורה הוגנת ונוחה לשני הצדדים.

ניתן להתבונן במבט היסטורי מעניין דווקא על הזוגיות של ציבור האברכים שתורתם אומנותם שמתוך בחירה שינו, בהנחייתם ועידודם של גדולי ישראל, את חלוקת התפקידים המסורתית של הגבר כמפרנס ואשה כעקרת בית, ועיצבו נישואין חדשים בכל מיני ורסיות של אישה העסוקה ראשה ורובה בפרנסה, קריירה והתפתחות אישית, כשהבעל השוקד על תלמודו עוסק באהבה בבישול ארוחות וטיפולים משמעותי בילדים, וזאת מתוך אידיאל של לימוד תורה וגדלות בתורה, זהו כוחם של גדולי וחכמי ישראל.

ובמרחב הפרטי, נכון לכל זוג למצוא את הנוסחה הייחודית המותאמת לו, כשבבסיסו מושתתים יחסי אנוש של כבוד והערכה לשני.



משפחה במחקר

בדידות חברתית

על המגפה הנסתרת של העידן המודרני

שירלי קורין

בדידות היא תופעה חברתית רווחת ונפוצה הרבה יותר מכפי שבדרך כלל חושבים. לא סתם היא קיבלה את ההגדרה "מגיפה נסתרת" עקב מימדיה הגדולים מחד, והיותה נסתרת מהעין מאידך. מעניין שדווקא בעידן המודרני המשופע לכאורה בקשרים חברתיים, דיגיטליים, תופעת הבדידות רק הולכת וגדלה.

כן אנשים בודדים נוטים להיות דרוכים ורגישים מאד לאימונים סביבתיים חברתיים (5). הדריכות מביאה להטיות קוגניטיביות המתבטאות בנטייה לתפיסת העולם כמקום מאיים, ולציפייה זכירה של יותר אינטראקציות שליליות. עמדה זאת מביאה פעמים רבות ל'נבואה שמגשימה את עצמה', כך שהאדם הבודד אכן חווה יותר אינטראקציות שליליות וחש בודד יותר. לעמדה זאת, נלווים רגשות של עוינות, פסימיות, לחץ, חרדה ופגיעה בערך העצמי. כיום, בדידות נחשבת למבנה ביולוגי שבדומה לתחושות פיסיות כרעב צמא וכאב, מהווה רמז פנימי שמפעיל התנהגות שמטרתה למנוע פגיעה באדם. כפי שרעב גורם לחפש מזון וכאב גורם להימנע מחשיפה לגירוי המכאיב, כך תחושת הבדידות, מכוננת אותנו לתור אחר אינטראקציות חברתיות חיוניות ולהימנע מאינטראקציות בלתי מספקות.

השלכות

נמצא כי אנשים בודדים סובלים יותר ממגוון בעיות בריאותיות: כאבים כרוניים, עייפות, איכות שינה ירודה, פגיעה באיזון הורמונאלי, מערכת חיסון חלשה ועוד. בוגרים שחוו בידוד חברתי בילדותם, היו פגיעים יותר למחלות לב, השמנת יתר, לחץ דם וכולסטרול גבוהים. עוד נמצא כי בודדים היו בסיכון גבוה יותר להידרדרות קוגניטיבית, דמנציה ואלצהיימר בגילאים מבוגרים. מבחינה נפשית, בדידות קשורה לפגיעות קוגניטיביות, תחושת מצוקה, סימפטומים זיכאוניים, מחשבות והתנהגות אובדניים. חוקרים רבים קושרים בין דיכאון לבדידות. במחקר שהשווה בין 3 קבוצות מבוגרים: בודדים כרוניים, בודדים בשל מצב זמני ואנשים לא בודדים, נמצא כי מבחינה בריאותית הבודדים הכרוניים חולים יותר, נמצאים במצב סיכון גבוה יותר לתמותה, ומחציתם סובלים ממגבלה אחת לפחות בפעילות יומיומית אינסטרומנטאלית, לעומת רבע מאלו החווים בדידות זמנית. מבחינה נפשית, מצבם גרוע באופן מובהק. רמת הדיכאון גבוהה יותר משמעותית, ו 40% מהם אינם נשואים, לעומת 16% בלבד מאלו הבודדים באופן זמני (6).

דרכי התמודדות

לנוכח השפעותיה הרבות של הבדידות, פותחו ונעשו ברחבי העולם תכניות רבות במטרה להפחית מצבי בדידות והחל משנות ה-30 נעשו מחקרים רבים שבחנו את יעילותן. נמצא כי ההתערבויות היעילות ביותר מתמקדות בדרך כלל באחד מתוך ארבעה היבטים מרכזיים: שיפור מיומנויות חברתיות, הרחבת התמיכה החברתית, הרחבת ההזדמנויות לקיום אינטראקציות חברתיות והתייחסות לקוגניציות חברתיות לקויות. ממצאים אלו עולים בקנה אחד עם המלצות הועדה הבין משרדית בהשתתפות כלל הגורמים המטפלים בקשישים ציבוריים ופרטיים כאחד, שבדקה את נושא המענים לבדידות בקרב קשישים. מבין 150 תוכניות ההתערבות שנועדו להפחית בדידות

בדידות מופיעה בקרב כלל שכבות הגיל מילדות ועד זקנה ובכל רבדי החברה. בבריטניה הוקם לאחרונה משרד חדש: משרד לענייני בדידות, זאת מתוך הכרה שמדובר בתופעה חברתית מדאגה ומזיקה שיש לגבש עבורה מדיניות ממשלתית מקיפה.

הגדרה

בדידות מוגדרת כפער בין רצונו של האדם למערכות יחסים חברתיות לבין קשריו החברתיים בפועל. היא מומשגת כתופעה סובייקטיבית וכתוצר של תהליך הערכה של הקשרים החברתיים העומדים לרשותו של האדם, שביעות רצון נמוכה מהם בשל מספרם או איכותם, וכן פער בתפיסה בין הרצוי למצוי בתחום זה. כך שאדם יכול לחוש בדידות גם אם הינו בעל קשרים רבים, אך מעטים בעיניו, או כאלו שאינם עמוקים דיים. ישנה התייחסות מחקרית לבדידות על ציר הזמן: בדידות כרונית מוגדרת כמצב בו חוסר שביעות הרצון מהקשרים החברתיים נמשך שנתיים ומעלה. בדידות זמנית או מצבית: בדידות הנגרמת בשל משבר או מעבר התפתחותי צפוי, שגרם לשינוי ברשת החברתית. לפני ואחרי מצב זה, אנשים מפתחים קשרים חברתיים טובים ומשביעי רצון.

נתונים

60% מהצעירים הבריטיים חווים בדידות, בעיקר בגילאים שבין 18-34, אפילו יותר מאשר אנשים מעל גיל 55. 5-7% מקרב הבוגרים חשים בדידות קבועה (1). בארץ, לפי מחקרים שונים, בין 47% - 36.5% בקרב בני 65 ומעלה הינם בודדים, ומי שחי לבד מדווח על בדידות יותר מאשר אנשים החיים בזוגיות. מבחינה מגדרית, 44.8% נשים מדווחות על בדידות, לעומת 26% גברים. כנס ועידת הרווחה הרביעי שהתקיים השנה בת"א, עסק רובו ככולו בבדידות, ובו דווח על נתון מדהים - 60% מבני הנוער בארץ חווים בדידות (2). נתון מעניין נוסף שנמצא הוא שבקרב האוכלוסייה החרדית, מדד הבדידות נמוך בכמחצית לעומת הקבוצות האחרות באוכלוסייה (3). זאת בשל הון חברתי גבוה המורכב, בין השאר, מקשרים חברתיים (לא וירטואליים) רבים ומערכת תמיכה חברתית חזקה.

גורמים

אחד הגורמים לבדידות, הוא הגורם האישי: בדידות כרונית היא תוצר של קושי ברקימת קשרים משמעותיים על פני זמן. נמצא כי אנשים בודדים ניגשים לאינטראקציות חברתיות מתוך עמדה צינית. הם רואים את עצמם ואת זולתם באופן שלילי, ונוטים יותר לצפות לדחייה מצד אחרים. הם נוטים יותר להאשים את עצמם בכישלונות חברתיים ולאמץ התנהגויות שיגבירו את הסיכון לדחייה חברתית. הדחייה החברתית מגבירה את הבדידות וחוזר חלילה, כך שנוצר מעגל שלילי בו בדידות ודחייה חברתית מזינים זה את זה. חוקרים (Hawkey et al 2010) הציעו מודל בדידות, המדגיש כי חוויה של בדידות נחוות כאיום לאדם, ועל

הכותבת:

עובדת סוציאלית, מטפלת בטרואמה, פגיעות במשפחה, הפרעות חרדה, דיכאון, התמכרויות, קשיים חברתיים, הערכה עצמית נמוכה, אובדן ואבל 050-6998715 skorin@walla.co.il



הכשרת מטפלים ב-CBT

באישור **אס"ה** אגודה ישראלית לטיפול התנהגות קוגניטיבי

הצטרפו גם אתם לתכנית המבוקשת להכשרת מטפלים בשיטת הטיפול המובילה בעולם!

כלים מעשיים ומיומנויות לטיפול בהפרעות חרדה, דכאון, טראומה וכפייתיות באמצעות ה-CBT

קבוצות גברים/נשים נפתחות!

בהתאמה לדרישות אס"ה

ליווי אישי והדרכה פרטנית

תרגול מעשי, פרקטיקה והעשרת מיומנויות

התוכנית מיועדת לבעלי תואר אקדמי במקצועות טיפוליים כגון: יעוץ חינוכי, עו"ס, חינוך מיוחד, טיפול באומנות.

מרכז י.נ.ר. החותמת שלך להצלחה כבר 18 שנה

לפרטים והרשמה:

02-6321-603 < rishum@ynrcollege.org

מרכז י.נ.ר. | המרכז המקצועי והמוביל ללימודי טיפול, ייעוץ והנחייה

בקרב זקנים, צעירים וילדים במדינות שונות, נותחו לעומק 50 תוכניות. המחקר מצא שתכניות שנקטו באסטרטגיה של שינוי דפוס התנהגות בלתי מסתגלת מבחינה חברתית הינן היעילות ביותר בהפחתת תחושות בדידות. בנוסף נמצא כי תוכניות שמעודדות אינטראקציות חברתיות כחלק מובנה שלהן, אפקטיביות יותר. לעומת זאת, "קבוצות זקנים בודדים למקום אחד לא בהכרח יעודד פיתוח יחסי ידידות ביניהם משום שדפוס ההתנהגות והמחשבה שאנשים בודדים מביאים איתם לסיטואציה אינם מעודדים מלכתחילה התקרבות בין אישית" (מתוך דו"ח הוועדה לבחינת דרכי התמודדות עם בדידות בקרב אנשים זקנים).

לאור זאת הציעה הוועדה, לפתח תכניות בעלות שבעה מדדים, ארבעה מהן אלו תוכניות המעדיפות פעילות קבוצתית, המכוונות לטיפוח יכולות ליצירת קשרים חברתיים וכן מותאמות תרבותית לקבוצות ספציפיות.

כיום, רוב התוכניות והמענים החברתיים מתמקדים בעיקר בקשישים, מכיוון שעד השנים האחרונות נהוג היה לחשוב שבבעיקר קשישים סובלים מבדידות.

קיימות גם מסגרות חברתיות יעודיות או משולבות לבעלי צרכים מיוחדים וכאלו הסובלים מלקווי תקשורת או בעיות נפשיות, כמו גם לבעלי מאפיינים וקשיים ספציפיים הזקוקים למסגרת השתייכות מותאמת.

בשנים האחרונות החלו לקום יותר ויותר מסגרות לצעירים נורמטיביים רגילים - מרכזי צעירים, מתוך הבנה כי בעידן של ניכור חברתי, גם הם צריכים מסגרת חברתית כלשהי להשתייך אליה.

בקרב דתיים ודתיים מסורתיים, ישנן יוזמות רבות שמטרתן יצירת מצע עליו יכולות לנבט הכריות למטרת נישואין באווירה מותאמת לציבור, אך מסגרות חברתיות הנותנות מענה לצורך הפשוט בקשר חברתי כלשהו, כמעט ולא קיימות.

היכולת ליצור קשרים חברתיים משפיעה גם על תהליך בניית קשר זוגי. דפוס התנהגות מסתגלים מבחינה חברתית ומיומנויות חברתיות טובות ישפיעו על היכולת ליצור קשר רגשי עמוק ויהפכו את שלב ההיכרות ובניית הקשר לתהליך נעים ומיטיב. יכולות אלה נרכשות בדרך כלל בשלב המוקדם יותר בחיים, אך יש כאלו שלא רכשו מיומנויות אלה ולכן יתקשו בכך.

בדומה לקשישים, שלא מצאו מענה לבדידותם מעצם הימצאותם הפיזית יחד, גם אנשים המתקשים ליצור קשרים חברתיים או לשמר אותם בשל מיומנויות חברתיות לוקה בחסר, לא יפיקו תועלת מפגישות זוגיות ללא מתן מענה הולם לקשיים שמובילים אותם לבדידות חברתית. היכולת להיתרם ממפגשים קיימת, כשאדם אינו סובל מחרדה חברתית, ביישנות או מעצורים ועכבות המחבלים ביכולתו ליזום וליצור קשר.

סיכום

בדידות חברתית לא חייבת להיות גזרת גורל. קשיים מתמשכים בתחום זה מגיל ילדות לא יפתרו עם הזמן. במקרה הזה, הזמן אינו מרפא אלא מקבע את הבעיה ומחריף אותה. טיפול פרטני מאפשר לעבוד על ההטיות הקוגניטיביות והעמדות הלא אדפטיביות שמשמרות מצב זה. יחד עם זאת, הניסיון הטיפולי מעיד שקיימת תועלת רבה יותר בעבודה קבוצתית שבה מתבטאים ביתר שאת דפוס ההתנהגות הלקויים והעדר המיומנויות החברתיות. עם הזיהוי ההבנה וההתנסות, יכולה להיפתח בהדרגה הדלת לשינוי.

שירלי הקימה ויזמה את מיזם חבר'ה -

קבוצות חברתיות (<https://chevreger.wixsite.com/chevreger1>).

מקורות: 1. דו"ח הוועדה לבחינת דרכי התמודדות עם בדידות בקרב אנשים זקנים, דרור ורתם, 2014.

2. כנס ועידת הרווחה ה-4 בנושא בדידות. מתוך ההרצאה "כיצד חווים בני נוער בדידות ומה ההשלכות".

3. הקשר בין הון חברתי לבריאות בקרב חרדים. דוב צ'רינובסקי חן שרונן: מרכז טאוב

4. על הבדידות: סקירת ממצאים מחקרים, מתוך פסיכיאטריה, גיליון ינואר 2014 עמ' 51-57

5. http://www.psychology.org.il/sites/psycho/UserContent/files/psycho_1_14.pdf

6. Loneliness matters: A theoretical and empirical review of consequences and mechanisms. Hawkey, Louise C.; Cacioppo, John T. Annals of Behavioral

Medicine, Vol 40(2), Oct 2010, 218-227.

7. שייבץ-עזרא, שי (2011) בדידות לעת זקנה: בחינת התופעה בישראל ובארצות

הברית. חברה ורווחה, ל"א (1) 91-111.



נקודת מבט

בין הקטן לגדול

על יחסים בין אחים במשפחה

ד"ר חנה קטן

'החכם' כבר תפוס, לכן הם ינסו לתפוס נישה אחרת שתייחד אותם משאר הבנים.

מדהים לראות שגם מבחינה פיזיולוגית, יש השפעה להיריון ראשון - היריון בכור. מחקר שנעשה באוניברסיטה העברית בירושלים העלה כי גוף האישה עושה שימוש בזיכרון הנצבר בתחילת ההיריון הראשון כדי לשפר את ההריונות הבאים ולהפוך אותם למוצלחים יותר. התופעה שהריון חוזר מוצלח יותר היא ידועה. התינוקות לרוב במשקל לידה גבוה יותר והסיכונים לרעלת הריון ועיכוב בגדילה ובהתפתחות נמוכים יותר. עד כה הסיבה לכך לא הייתה ידועה ולא נמצא לה הסבר פיזיולוגי.

אחד מפלאי הטבע הוא שיש תאים אימהיים מיוחדים, הנמצאים בכמויות גדולות במיוחד ברירת הרחם במהלך ההיריון, שהופכים מ"תאי הרג טבעיים" לתאים התומכים בהשרשת השליה. בעקבות זיכרון של ההיריון הראשון, התאים מפרישים יותר חומרי גדילה בהריונות הבאים, ויצירת כלי הדם והתרבות התאים טובות יותר.

לעומת הבכור, בן הזקונים זוכה 'לגדל' את הוריו הקשישים. הוא לא מאפשר לנו לשכוח רגע את גילנו המופלג. אולי מאכן ניתן להסביר את הצורך של ההורים בפינוק יתר כפיצוי על כך, או שפשוט הקטן נולד אל המוכן - אל משפחה מוכנה, זוג הורים מנוסה, ובדרך כלל לאחר ביסוס מעמד חברתי וכלכלי. ההיולדות אל המוכן גורמת לא אחת לבני הזקונים להיות מפונקים יותר ועצמאיים פחות.

איזה דרך נבור בה כדי שלא נסבול ממכת בכורות אך גם לא ממעלליהם של בני הזקונים? ככל שנגדל משפחות ברוכות, ירד חלקם היחסי באוכלוסייה, וכך נפגוש הרבה ילדי סנדוויץ' במספור מגוון. בהסתכלות רחבה, גידול משפחה ברוכה תורמת לעצמאות הילדים במשפחה, מסיבה נחת להורים ומחזקת את העם היהודי מבחינה ערכית ודמוגרפית. אכן, ההשקעה משתלמת.

הקשר שלנו עם אחינו ואחיותינו משפיע על ההתפתחות הרגשית שלנו ועל זהותנו. האחים איתם גדלנו בבית הם שמלווים אותנו לאורך חיינו יותר מכל אדם אחר עלי אדמות. מגיל הינקות והלאה, הם השותפים שלנו למסע החיים, ודרכם נרכוש כלי השחזה לכישורים החברתיים שלנו: אחריות, סובלנות, אמון, הכלה, בטחון והערכה עצמית. מהחיים יחד בבית נשאב תובנות חברתיות ומיומנויות בין-אישיות לכל מערכות היחסים שנפגוש בהן בבגרותנו. רק בבית נוכל ללמוד איך נכון להביע אכזבה, תסכול, וחוסר אונים.

מחקרים מראים כי ההתפתחות הפסיכולוגית והתגבשות הזהות העצמית שלנו תלויה באינטראקציה המתרחשת בין האחים ובמקום הסידורי שלנו במשפחה. הילד הבכור גדל בהרגשה שכל עולו של עולם מוטלות על כתפיו, כאשר הוא מהווה מעבדת שדה לתעתועי ההורים הרכים בשנים. בתקופת המקרא ובימי חז"ל הבכור היה הנפש המרכזית בבית, מעין סגן של הוריו, ולכן יש מצווה דאורייתא לכבד גם אח בכור. מחקר חדש שנוערך על אוכלוסייה רחבת היקף, מצא שבדרך כלל, הילד הבכור במשפחה יהיה בעל מנת המשכל הגבוהה יותר מבין האחים. המחקר הזה מצטרף למחקרים הקיימים בהם נמצא כי ילדים בכורים נוטים להיות הישגיים ומוצלחים יותר.

כיצד ניתן להסביר את הגורם לכך? ההורים, רכי השנים, משקיעים יותר אנרגיות בטיפוח התינוק הבכור, כל עוד כוחם במותניהם, ואולי אף הסבים הצעירים בשנים. אך בהמשך הדרך, תשומת ליבם 'מדוללת', כשהיא מחולקת בין כמה ילדים. ישנן גם תאוריות אחרות. תאוריה אחת גורסת שהבכור 'מחנך' את האחים הצעירים, מכיר להם את העולם, וכך הוא נדרש לשדרג את השגותיו השכליות.

הסבר אחר לכך הוא שהאחים הצעירים תופסים את עצמם פחות חכמים מהאחים הגדולים. לידים, תפקיד

מאמרים ומחקרים רבים נעשו אודות הקשר בין האחים במשפחה מתוך הבנה שהמשפחה היא המצע עליו אנחנו צומחים ומעוצבים. מיקומו של הילד במשפחה, כך מסתבר, ישפיע מאד על התפתחותו והישגיו במהלך החיים. דר' חנה קטן במאמר על היחס בין האחים במשפחה.

הכותבת:

מומחית בגניקולוגיה, פריון ומיילדות



ניתן להאזין גם בטלפון: 073-3383800

שידורי קול המשפחה

הרצאות שיעורים שידורים חיים

<< radio-family.org.il >>





פרוייקט ייחודי של מרכז י.נ.ר בקורס ייעודי לציבור אברכים בני תורה

המשתתפים נהנו לשמוע את התכנים המקצועיים חזק להכיר מקרוב את פעילות מרכז י.נ.ר כמרכז מוביל בתחום



חיזוק הבית היהודי. הרב אליהו בן סימון, מרצה הקורס: "שמחתי לראות את ההיענות של המשתתפים שהיו צמאי ידע לקבל עוד ועוד תוכן מקצועי וידע איכותי. אני רואה ברכה בשיתופי פעולה בין הציבור היקר, האברכים, הרבנים ונשותיהם לאנשי ייעוץ וטיפול בכל התחומים, ורואה ערך וחשיבות עליונה להעניק ידע מעשי ומקצועי לקהילה היהודית בכל אתר ואתר".

בימים אלה, מרכז י.נ.ר פותח את שעריו לשנת לימודים חדשה ומציע מגוון לימודים העוסקים בתחומי ההנחיה, הייעוץ והטיפול. מרכז י.נ.ר הוא מוסד מלמד של האוני' הפתוחה ובו ניתן להשתלב הן בלימודי תואר והן בלימודי תעודה.

מרכז י.נ.ר קיים בימי "בין הזמנים" קורס שהוצע לכלל הציבור החרדי ל"מנהיגות בקהילה".

בקורס נלמדו נושאים מגוונים מתוך רצון להעשיר את ארגז הכלים של הדמויות המשפיעות בקהילה בכלל ואת הרבנים וכלי הקודש בפרט. במהלך הקורס למדו המשתתפים לשכלל ולשפר את יכולות ההתערבות ברגעי בתחום האישי, זוגי ומשפחתי. נושאי הקורס מגוונים וכוללים תהליכים ועקרונות במנהיגות קהילתית, התמודדויות ואתגרים בחינוך ובעבודה עם בני נוער, התפתחות אישית, זוגית ומשפחתית במעגל החיים, מיומנויות בגישור ויישוב סכסוכים, עקרונות ביהדות ועוד.



הקורס כלל 12 מפגשים, 60 שעות סך הכל, וקיבל את החסות המקצועית של האוני' הפתוחה, מערך לימודי החוץ, ולמשתתפים בהצלחה תוענק תעודה מטעם האוני' הפתוחה ומרכז י.נ.ר.

סיוע בלימודי אנגלית לסטודנטים של האוניברסיטה הפתוחה במרכז י.נ.ר

המרשים התקיים בנוכחותו של מנכ"ל מרכז כיוון, מר יחיאל אמויאל ומר ארז צרפתי, מנחה הקורס. הסטודנטים קיבלו תעודות סיום בהתרגשות רבה והודו למנכ"ל מרכז



כיוון על הסיוע במימון הקורס שאיפשר להם להמשיך את לימודיהם לקראת התואר הראשון. מר יחיאל אמויאל: "אני מברך על שיתוף הפעולה בין מרכז כיוון, יואל גבע, מרכז י.נ.ר והאוניברסיטה הפתוחה, שהביא לעוד ציון דרך משמעותי בדרך אל התואר המיוחל. הקורס הזה מעיד על כך שעם רצון טוב וליזוי מקצועי, כל אחד יכול להצליח".

בטקס חגיגי הסתיים השבוע קורס אנגלית ייחודי מסוגו שנערך לסטודנטים של האוניברסיטה הפתוחה. הטקס התקיים במרכז י.נ.ר, מרכז מלמד של האוניברסיטה הפתוחה, המקיים לימודי תואר ראשון פסיכולוגיה ובמדעי החברה והרוח. הקורס התקיים כחלק מהמעטפת הלימודית המוצעת ע"י מרכז י.נ.ר ומרכז כיוון במהלך הלימודים לתואר, ועל מנת להתגבר על קשיי השפה, בעיקר בקרב סטודנטים בוגרי ישיבות. הקורס תוכנן והועבר ע"י הצוות המקצועי של יואל גבע, שהנחיל לסטודנטים את עקרונות השפה תוך התגברות על מכשולים, קשיים ורתיעה מהשפה. הטקס





חייב האישה במזונות הילדים וחייב סבים במזונות הנכדים



שו"ד וטו"ר צבי גלר | חבר הנהלת לשכת הטוענים הרבניים
וטו"ר הרב נדב טייכמן

מאחר שברור שאשה חייבת בצדקה, גם סדר הקדימויות במצוות הצדקה חל עליה ומבואר בשלחן ערוך יורה דעה רנא סעיף ג שבדין צדקה יש להקדים את ילדיו וזו לשונו: "הנותן לבניו ובנותיו הגדולים, שאינו חייב במזונותיהם, כדי ללמד את הבנים תורה ולהנהיג הבנות בדרך ישרה, וכן הנותן מתנות לאביו והם צריכים להם, הרי זה בכלל צדקה. **ולא עוד אלא שצריך להקדימו לאחרים. ואפילו אינו בנו ולא אביו, אלא קרובו, צריך להקדימו לכל אדם.**"

מכל האמור עולה בבירור שניתן לחייב אשה לזון ילדיה שמעל גיל שש מדין צדקה. ההיגיון העומד מאחורי חייב הצדקה הוא, שלא יתכן שהורה יהיה אכזרי על ילדיו ויביא אותם לעולם ולא ידאג להם. סברה זו נכונה אצל האם באותה מידה שהיא נכונה אצל האב ולכן ניתן יהיה להשית עליה חייב זה. אמנם קיימת מחלוקת בפוסקים האם חייב צדקה לקרוב תלוי בדין ירושה (חוט השני מובא בפת"ש אהע"ז עז סק"א) ולכן אב חייב יותר מאם, או שחייב צדקה תלוי בהיותו שאר בשר (גבעת פנחס סימן סד) ואין חייב לאב יותר מלאם, בין כך ובין כך לדעת כולם האם אינה פטורה מצדקה. המסקנה העולה מכל הנ"ל, שיש מקום לתקן תקנה חדשה בנוגע למזונות הילדים מעל גיל שש ולקבוע באופן חד משמעי שהרחבת מזונות הילדים עד גיל 18 הינה מדין צדקה (ולא להשאיר את המצב כמו שהוא היום, שהדבר נתון במחלוקת בין הדיינים האם הרחבה עד גיל 15 או 18 היא הרחבה של חובת צדקה או הרחבה של חובת מזונות קטני קטנים) וממילא יפתח הפתח להתחשב בהכנסות ההורים כאשר באים לקבוע חייב מזונות.

חייב האם במזונות קטני קטנים מדין צדקה

גם בקטני קטנים, בהם תקנו חכמים חובה על האב לבדו, כאשר לאב אין יכולת לכלכל את ילדיו, ניתן יהיה להשית על האם חייב מדין צדקה. הרמ"א באבן העזר (פ"ב, ה) פוסק: "ויש אומרים הא דגרשה אינה מחוייבת להניק אם אינו מכירה, היינו כשמוצא מינקת אחרת ויש לו להשכיר, אבל אם אין לו, כופה אותה ומניקתו". בספר בני אהובה (אישות כא, טז) מבאר שהלכה זו מקורה בדין צדקה וזו לשונו: "הרמ"א (בסימן פ"ב סעיף ה) כתב דאם אין לו להשכיר כופין אותה להניק ותמה החלקת מחוקק למה לא יהיה מוטל על הבית דין לשכור מינקת כמו פרנסה דלאחר כ"ד חודש, ונראה דודאי אם האשה עשירה אף לאחר כ"ד חדשים כופין את האם לזון בניה דהא כופין על הצדקה ואין לך צדקה יותר מזה, ואם כן היא שיש לה חלב בדדיה ותוכל להניק הרי היא עשירה לדבר הזה וכופין אותה כמו שכופין על כל צדקה." גם

חובת מזונות ילדים באב שאינו אמיד

ש"ע פסק (אהע"ז ע, א): "חייב אדם לזון בניו ובנותיו עד שיהיו בני שש, אפילו יש להם נכסים שנפלו להם מבית אבי אדם". הב"ש (שם) פוסק כי "אפילו האב שאינו אמיד חייב לזון את ילדיו". שו"ת שופריה דיעקב סימן ס' (לרבי יעקב בירדוגו זצ"ל) מתייחס לחובת אב שאינו אמיד ומחלק בין אינו אמיד לבין עני וכותב כדלהלן: "בידוע שאין לו כי אם כדי סיפוקו, אין עליו חייב לזון את בניו, דעד כאן לא חלקו חכמים בין שש לאחר שש אלא כשאינו אמיד ליתן צדקה המספקת או אמיד ליתן דבר מועט שאינו מספיק, אבל באינו אמיד ליתן כלום, אין הפרש בין שש לאחר שש ובכל גוונא פטור, וסברא היא דכיון שאין לו כי אם כדי סיפוקו פשיטא דחייב קודמים דמאין לחייבו לחזור על הפתחים ולזונם וחז"ל לא חייבוהו אלא אם יש לו מה ליתן להם אחר די סיפוקו".

מדבריו עולה שגם חייב האב מדינא במזונות ילדיו הוא רק במקרה שיש לאב מספיק כדי לתת משלם.

לאחר שהוברר שלא ניתן לחייב אב עני במזונות ילדיו, אפילו הם פחות מבני שש, כל שכן שלא ניתן לחייבו במזונות ילדים למעלה מגיל שש, שאז חובתו נובעת מדין צדקה, כמבואר בדברי הרמ"א על השולחן ערוך (יורה דעה רנא, ג): "**פרנסת עצמו קודמת לכל אדם, ואינו חייב לתת צדקה עד שיהיה לו פרנסתו ואח"כ יקדים פרנסת אביו ואמו, אם הם עניים, והם קודמים לפרנסת בניו.**" במצבים אלו עולה ביתר שאת שאלת חייבה של האם במזונות ילדיה. הגר"ש שפירא שליט"א האריך בזה (ביה"ד אזורי נתניה תיק מס' 913242/1) ודן באפשרות לחייב את האם במזונות הילדים ורובם של הדברים מתבססים על פסק הדין הנ"ל.

חייב אשה מדין צדקה

דבר פשוט הוא שגם אשה חייבת במצוות צדקה וניתן לכפותה על כך כמבואר בלשון המחבר (יר"ד רמ"ח, א): "כל אדם חייב ליתן צדקה, אפילו, עני המתפרנס מן הצדקה חייב ליתן ממה שיתנו לו. ומי שנותן פחות ממה שראוי ליתן, בית דין היו כופין אותו ומכין אותו מכת מרדות עד שיתן מה שאמדהו ליתן, ויורדים לנכסיו בפניו ולוקחין ממנו מה שראוי לו ליתן". אמנם בשלחן ערוך שם (סעיף ד) כתוב שאין לקבל צדקה מהנשים אלא סכום מועט, אולם שם מדובר באשה שאין לה כסף משלה וכל מה שהיא נותנת זה משל בעלה ולכן מותר רק דבר מועט שבזה מניחים שבעלה איננו מקפיד, אך מכספה שלה אין שום הגבלה על קבלת צדקה מאשה שהרי גם היא חייבת במצוות צדקה וממילא ניתן לכפותה על כך.

ההלכה הפשוטה היא שעל האב חובה לספק לילדיו את צורכיהם הבסיסיים. הבסיס לחייב זה משתנה בהתאם לגילם של הילדים, כאשר בקטני קטנים (עד גיל שש) חייב זה הינו מעיקר הדין ומעל גיל שש החייב מדין צדקה. אולם לא תמיד יש ביכולתו של האב לכלכל את ילדיו וממילא מתעוררת השאלה האם ניתן לחייב את האם לשאת בעול מזונות הילדים? השאלה מתחדדת לאור העובדה שנשים בעידן המודרני יוצאות לעבוד ומתפרנסות בכבוד ולעיתים מרוויחות אף יותר מבעליהן, ומאידך האבות לוקחים חלק יותר פעיל בגידולם של הילדים, יש לשאול האם ניתן לחייב את האם להתחלק בעול המזונות מכח מצוות צדקה, ואם כן עד כמה. שאלה נוספת הקשורה אף היא למזונות מדין צדקה, מה דינם של הסבים לגבי מזונות נכדיהם כאשר אין ביכולת ההורים לפרנס את ילדיהם?



הטיפול הדינמי מהווה את הבסיס לעבודה ייעוצית וטיפולית ונותן ביטוי לתת המודע, לקשרים ואירועים מהעבר, ולחשיבות הקשר בין המטפל למטופל.

הקבלה מותנית בריאיון אישי.

יחידות לימוד מרכזיות:

- < **יסודות הטיפול הדינמי: הנחות יסוד, מטרות, מיומנויות המטפל, התפיסות ההתפתחותיות וההשלכות בטיפול הדינמי**
- < **תהליכי הערכה ואבחון: פסיכופתולוגיה, קווי אישיות, הפרעות אישיות, עצמי אמיתי ועצמי כוזב.**
- < **תהליכים ושלבים בטיפול: מסגרת הטיפול, יצירת קשר, גבולות, אתיקה מקצועית, חוזה טיפולי, תהליכים של העברה והעברה נגדית, הזדהות והשלכה,**
- < **התערבויות מקצועיות: הקשבה טיפולית, שתיקה, שיקוף, שאילת שאלות, עימות, פירוש ועוד.**

הקורס מיועד לבעלות הכשרה, עו"ס, יועצות, מטפלות, בעלות תואר אקדמי ונסיון מעשי.

מרכז י.נ.ר. החתמת שלך להצלחה כבר 18 שנה

לפרטים והרשמה:

02-6321-603 < rishum@ynrcollege.org

מרכז י.נ.ר. | המרכז המקצועי והמוביל ללימודי טיפול, ייעוץ והנחייה

בשורת ישכיל עבדי (חלק ו אבן העזר סימן ל"ח סק"ו) כתב דברים דומים וזו לשונו: "והנה יש לדון אם אין לאב והאם עשירה, אם יש לכוף אותה מתורת צדקה, הנה ביורה דעה סימן רנ"א ס"ד פסק מר"ן ז"ל וזו לשונו: מחייבים את האב לזון את בנו עני ואפילו אם הוא גדול מחייבים אותו יותר משאר עשירים שבעיר (וכן שאר קרובים) ושם בסימן רנ"ז פסק עני שיש לו קרובים עשירים שיכולים לפרנסו אין גבאי העיר חייבים לפרנסו וכו' ע"ש, נמצא דאם באמת האשה היא עשירה ויש לה האפשרות לטפל בילדה לפרנסו והאב אין לו היכולת אז יש לכפות על האשה לפרנסו, דאין לך קרוב יותר מהאם לבנה, ואין מקום לחלק בין טיפול לפרנסה, דאם היא עשירה הרי יכולה לשלם לאחרת שתטפל בו, וטיפול לא נפיק מכלל פרנסה."

חיוב סב במזונות מדין צדקה

בשורת "חוט השני" לרבי יאיר בכרך סימן ח (הובא בפת"ש אבהע"ז ס' ע"א סק"א) נכתב בזו הלשון: "על מי מבני המומר הם מוטלים לפרנסם אם על אבי אמם או על אחי אביהם והעלה שהחיוב הוא על אחי אביהם וכל דבריו האמת והצדק, ואני מוסיף על דבריו שענין המזונות תולים יותר בירושה". בהסתמך על האמור פסק הדין הרב שנאור פרדס (בד"ר נתניה, והביאו את דבריו ביה"ד הרבני בירושלים בתיק מס' 924081/2), בזה"ל: "נמצא שהסב מחויב מדין צדקה לסייע במזונות נכדיו, ולפי האומד של יכולתו. דיני הקדימה תלויים בדיני ירושה ולכן חיובו של הסב מצד האב קודם לחיובי משפחת האם. באם אין לסב ממון, מחויבים שאר קרובי האב. באם אין בידי קרובי האב ממון, אזי חיוב הצדקה מוטל על קרובי האם." במסקנת דבריו בסוף פסק הדין כותב הרב פרדס כך: "נמצא לסיכום: סב אמיד, חייב במזונות נכדו מדין צדקה וכפי שכתב ב"חוט השני", ובכלל זאת מדורם, רפואתם, כסותם וכל צרכיהם, וכ"ש שחייב בשכר המלמדים מדין צדקה. החובה מדין צדקה מוטלת על קרובים מצד האב קודם לקרובים מצד האם. לפיכך חובת אחי האב קודמת לאבי האם. וכ"ש חובת אבי האב קודמת לאבי האם..." מדברי הרב פרדס עולה בבירור ובאופן שאינו משתמע לשני פנים כי סב חייב במזונות נכדיו, לרבות מדור רפואה כסות וכל צרכיהם. גם ביה"ד האזורי בחיפה בראשותו של כבוד הרב דניאל אדרי (תיק מס' 362998 מיום 23/03/2014) קבע כי יש לחייב סב לזון את נכדיו, וז"ל הרב אדרי בסיכומו של הדין ההלכתי: "מכל מקום ניתן לחייב סב במזונות נכדו מכוח חובתו לתת צדקה בכלל, כפי שהובא בחוט השני, ולקרוביו בפרט, וכן נוהגים בתי המשפט ובתי הדין במדינת ישראל כאמור גם בסעיף 4 לחוק לתיקון דיני המשפחה (מזונות), התשי"ט 1959. ראה ע"א 36/83-35 לאה חסין ואח' נ' רחל פלדמן ואח', פ"ד לז (4) 721.....". אמנם באותו מקרה, בשלב מתן פסק הדין נמנע הרב אדרי מלחייב את הסב במזונות, אך כתב בסוף דבריו בזה"ל: "... בית הדין בשלב זה לא מחייב את הסב על אף שניתן לחייבו, אם הבעל ימשיך בסירובו ליתן גט בית הדין ישקול לחייב את הסב במזונות ראויים וכפי מעמדו". גם בפסק דין של ביה"ד האזורי באשקלון בתיק מס' 89396/3 מיום 08/09/2015, נפסק בהסתמך על שורת "חוט השני" הנ"ל כי הורי האב חייבים לזון את נכדיהם.

סיכום

במאמר זה התייחסנו לאשה ולסבים כחייבים נוספים במזונות הילדים/הנכדים. עניין זה מחודש מעט לאור התפיסה ההלכתית הראשונית כי רק האב הוא המחויב במזונות ילדים. תוספת החיוב תואמת הנאמר בתקנת הרבנות הראשית מיום י"ח בכסליו תשע"ו 31.11.15 הקובעת; "היות שתנאי החיים השתנו והמציאות כיום היא שגם האם נושאת בעול פרנסת הבית, על היושבים על מדין להוסיף לשיקול הדעת בפסיקת מזונות הילדים את היכולת הכלכלית של האם". וכמובן שכל מקרה נידון ונשקל לגופו כאשר טובת הילדים היא הקו המנחה.

לתשומת ליבכם, מאמרים אלו אינם מהווים תחליף לייעוץ משפטי, אינם מהווים חוות דעת משפטיות, ואין אחריות למסתמך עליהם. בהחלט יתכן שעבודות או הלכות משפטיות שונות ישנו את האמור בהם. בנסיבות כל מקרה ספציפי חובה להתיעץ עם טוען רבני מומחה טרם נקיטת כל צעד בעל משמעות משפטית. כמו כן המחבר אינו לוקח על עצמו לעדכן מי מהמאמרים המופיעים ויש לבדוק כל עניין לנסיבותיו במועד הרלוונטי.

ליעוץ ניתן לפנות - טו"ר צבי גלר: 050-7664874 | טו"ר נדב טייכמן: 0528371250

כנס רבנים ייחודי

לראשונה: כנס המשלב רבנים עם נושא פגיעות במשפחה בציבור החרדי

כשהוא עייף? ומתי הבכי שלו הוא מחמת רעב? אמא לא טועה! אמא מרגישה את הילד! גם אבות יודעים, אך אמא יודעת יותר, כשאמא קובעת על ילד שהיא מוחלת לו על הגנבה, זאת אומרת שהיא מזהה בו שהוא לא מאה אחוז יעמוד בפרשת דרכים וילסטם את הבריות! שיכול להיות שיש בו משהו טוב, ובעזרת אהבה, הקשבה והכלה, היא תוציא אותו מהמקום בו הוא נמצא! הדברים החזקים הדהדו באולם, והרב המשיך בדבריו: "אנו הרבנים, משמשים כהורים לאנשי קהילה, במחויבותנו ללמוד ולקבל כלים מקצועיים להתמודדות עם התופעה! וככל שנרחיב את הידע, נוכל לסייע לאנשי הקהילה בהענקת טיפול הן לפוגע והן לנפגע תוך שיתוף פעולה עם גורמי משטרה, רווחה, ואנשי טיפול. כפי שהדברים מתנהלים במרכז הטיפול לנפגעים המנוהל על ידי אגודת היועצים והמטפלים במשפחה בישראל". הרב סיים את דבריו, וההנהונים מצד הרבנים נראו כמוקירים את דבריו.

האם המציאות אכן קיימת?

ניתאי מלמד, מטפל בטרואמות ומתמחה בנפגעי עבירה העביר לרבנים המשתתפים הרצאה מרתקת ומלאה בכאב, על משמעות הפגיעה והשלכותיה על הקרבן ומעגלי המשפחה.

הרב אשר מלמד, מנכ"ל אגודת היועצים והמטפלים במשפחה בישראל, פנה ב"קול קורא" בא הוא מבקש לראות באגודה כתובת לליווי הרבנים בכל ההתמודדויות של החברה החרדית בתחום פגיעות במשפחה ומחוצה לה. מהיום תוכלנה פניות המגיעות לרבנים לקבל מענה הולם בכל הקשור לטיפול בפגיעות במשפחה ומחוצה לה. הטיפול שהאגודה מעניקה הינו מותאם במדויק למקרה, ומקצועי במיוחד. באגודה ישנם מקורות מימון לטיפול, וליווי משפחות מול רשויות החוק ככל הנדרש. בנוסף, הדגיש הרב מלמד את חשיבות המניעה והמוגנות.



הוא שיתף את הרבנים בתוכנית יזומה של האגודה הפועלת ברחבי הארץ לצמצום התופעה בקרב סגלי ההוראה, הורים וילדים.

ניצב משנה מאיר ברקוביץ, ראש מחלקת נוער ארצי במשטרת ישראל, דיבר על חוק חוות הדיווח ופעילות וועדת הפטור.

גב' יהודית שוורץ, מנהלת מוקד האגודה מציינת כי "הכנס הייחודי בא לתת מקום על מציאות כזו של פגיעות בתוך המשפחה ומחוצה לה, וכן את חשיבות ערנות הקהילה ומנהיגיה בתחום רגיש זה. בנוסף לכך, האגודה מעניקה מענה מקצועי כפי שמתבצע במרכזי הטיפול של האגודה. במקרים מעין אלה הפונים מקבלים מעטפת טיפולית הן לנפגע והן למעגל הקרוב אליו"

הכנס הינו מסד לשיתוף פעולה עתידי וארוך טווח בין האגודה לרבנים, לטובת התמודדות וצמצום היקף תופעת הפגיעות במשפחה ומחוצה לה. יש לציין שפעילות זו הינה מרכז אחד באגודה מתוך חמשת מרכזים העוסקים בתחום הזוגי והמשפחתי, נוער וילד ובריאות הנפש.

וּם עיון חשוב ומרתק בנושא התמודדות החברה בפגיעות במשפחה ומחוצה לה, נערך מטעם 'אגודת היועצים והמטפלים במשפחה בישראל'.

הכנס יועד ומוקד לרבנים ומורי הוראה לצורך העלאת המודעות לתופעת הפגיעות במשפחה ומחוצה לה תוך מתן כלים להתמודדות נכונה עבור טיפול מונע, סיוע ראשוני או תהליכי.

ערנות והתעניינות רבה גילו 150 הרבנים אשר השתתפו ביום העיון, הם הביעו את שמחתם ללמוד ולהרחיב את הידיעות שלהם בנושא רגיש זה. הם גם הביעו את קורת רוחם מהביטחון שהם מקבלים מעצם הידיעה כי ישנו גוף מקצועי ואמין הנותן מענה רחב היקף להתמודדות עם פגיעות במשפחה ומחוצה לה.

את הכנס פתח הרב הראשי לישראל ונשיא ביה"ד הגדול, הרה"ג דוד לאו שליט"א. בתחילת דבריו הביע את הערכתו הרבה לרבנים הבאים בימי אלול, ימי הרחמים והסליחות ואמר כי "אין מן הנמנע מלהגיד שתופעה זו אינה קיימת אצלנו בציבור. הוכחה לכך הביא מפרשת "כי תצא" בה מסופר על איש שפוגע, על דיני אונס ועוד כהנה וכהנה. זוהי ההוכחה הטובה ביותר שדברים אלו קיימים. כי התורה לא הייתה סתם כותבת את הדברים. הרב המשיך בפניה לרבנים וציין כי: "העברת הידע המקצועי לרבנים ולרבניות חשוב ביותר, היות והרבנים הם אלה שמדברים עם הקהל והם אלה שיכולים לזהות קשיים, שינויים והתמודדויות בקהילה".

אבחון זיהוי

הרב לאו ירד לעומק הצומת הייחודית בו עומדים הרבנים המשתתפים בכנס, ובירר את נקודת האמון המדויקת בה הם יכולים להעלות אדם שפגע תוך כדי טיפול נאות לדרך חדשה ובריאה. וכה אמר: "הכרתי בירושלים יהודי גדול שהיה

מגדולי ישיבת נובהרדוק, ר' חיים אפריים זייציק זצ"ל, שמעתי ממנו חידוש על נקודה בפרשת השבוע המדברת על פרשת בן סורר ומורה שאינו שומע בקול אביו ואמו.

מדובר באדם שהוא זכאי, הוא לא חטא, אך הוא בהתדרדרות נוראית. בית הדין יודע להחליט האם עדיף שהאיש הזה יענש היום וימות זכאי. כי סופו נורא. אך, כאן הביא הרב לאו את החידוש העצום והבהיר מיד: אם ההורים מוחלים לו, אין חלים עליו דיני סורר ומורה. "שאל הרב זייציק ואמר: אם זה ילד סורר, עוד רגע יגנוב לא רק מאביו ואימו אלא יעמוד בפרשת דרכים וילסטם את הבריות? וירצח ויפגע ויעשה את כל הפשעים הרעים. מה הקשר אם אבא ואמא שלו סולחים ומוחלים לו על זה שהוא גנב? אחד כזה, המחילה של ההורים לא אמורה לשנות משהו!

'התורה מלמדת אותנו שאחד כזה שההורים מוחלים לו- זה בסדר' אמר הרב זייציק נקודה משמעותית. אימהות מזהות! ואימהות יודעות מתי הבכי של הילד נובע כי כואבת לו האוזן ומתי הבכי שלו



טיפ מהמומחים

האם נכון לתלות את הכביסה המלוכלכת בחוץ?

יהודית שוורץ

בכל מערכת נישואין קיימים רגעים כאב, תסכול, כעס ואף ייאוש. לעיתים, המערכת שאמורה להיות כעגון ומקום של מנוחה ושלוה בתוך מסע החיים הופך לזירת מאבק ומטיל עלינו תחושת בדידות כואבת. כדי להפיג את הבדידות ואת הרגשות הקשים של הריחוק, פעמים נחוש את הצורך בשיתוף אחרים בקשיים וזאת לצורך קבלת אמפתיה, הכלה, שמיעת נקודת מבט שונה משחשבנו, ואולי גם כמה טיפים שיסייעו לנו.

הנחת היסוד היא שזוגיות טובה היא כזו שמשלבת בין תקשורת פתוחה וגלויה עם אחרים מחוץ לקשר, לבין שמירה על גבולות האינטימיות של השניים. השאלה היא כיצד שני החלקים משתלבים יחד? את מי כדאי לנו לשתף? והאם בשיתוף אנחנו מועילים או מזיקים לקשר?

חברות קרובה היא מתנה ענקית. חבר שאפשר לסמוך עליו, שידוע לתמוך, לספק אחזן קשבת ולאחר שנחלוק עימו את התחושות, הרגשות והקשיים ייתכן ונגיע לתובנות שונות ולנקודות מבט חדשה שתאפשר לנו לגשת לבן או בת הזוג ולדבר על שקרה באופן מווסת יותר.

יחד עם זאת, חשוב לזכור כי כאשר קשר זוגי נמצא בהתהוות, נדרשים שינויים טבעיים בהעדפות: בדרך כלל בשלב הראשון לנישואין בני הזוג חווים את שלב ההתאהבות המאופיין פעמים רבות באידיאליזציה של הפרטנר הנבחר. כל פרט בו מוצא חן בעינינו: המראה, הדיבור, הצחוק החם, ההומור השנון וכד'. בשלב זה הקשרים חברתיים מקבלים חשיבות נמוכה.

מאפיין הקיים בכל קשר זוגי הוא דעיכת ההתאהבות. כאשר שוככת מעט אש ההתאהבות, צצים פגמים טבעיים בקבלה מלאה של הצד השני ונחשפים צדדים פחות יפים של הנסיך/ה על הסוס הלבן. בשלב זה, אט אט נפתח המרחב לחברים הקרובים של כל אחד מבני הזוג.

המשמעות של כל זה היא שהימנעות מוחלטת משיתוף עם חברים קרובים, איננה בריאה ומטילה על הקשר הזוגי לחץ כבד. יחד עם זאת, חשוב לקחת בחשבון שבשלבים שונים בזוגיות, הצורך לחלוק והמהות של השיתוף יהיו שונים.

הדבר הנכון הוא להביע את רצונותינו בבהירות ונדע להגיד בשפוטות למה אנחנו מוכנים ולמה לא. ככל שניטיב להגדיר את עצמנו כך הקשר שלנו יהיה מאוזר וחיוני יותר.

חשוב לציין כי במקרה שהמצוקה הזוגית מתחילה להיראות כמו דפוס שחוזר על עצמו, עדיף ואף מומלץ לפנות יחד עם הפרטנר לכמה מפגשים של ייעוץ זוגי מקצועי, כדי לעבד תכנים ולקבל כלים להתמודדות בשעת משבר.

הכותבת:

מנהלת מוקד אגודת היועצים והמטפלים במשפחה בישראל | *2837

אגודת היועצים והמטפלים במשפחה בישראל



שמים את הבית במרכז

מרכזי טיפול והעצמה

- מרכז להנחיית הורים וטיפול בילדים ונוער
- מרכז ייעוץ וטיפול בנישואין ומשפחה
- מרכז טיפול ב-CBT
- מרכז לייעוץ וטיפול נפשי
- מרכז טיפול בקדושת המשפחה
- מרכז מידע וטיפול לפגיעות במשפחה



דיסקרטיות



פריסה ארצית



מטפלים מקצועיים שומרי תורה ומצוות



המלצת והכוונת גדולי ישראל



*2837

אנחנו כאן בשבילך!

24 שעות ביממה

לתרומות כנסו לאתר: www.acft.org.il

דוא"ל: acft@acft.org.il



מרכז י.נ.ר. - המרכז המקצועי והמוביל ללימודי טיפול, ייעוץ והנחייה הצטרפו להצלחה!

אתרישום 052-7653370



87%
אחוזי השמה



8,000
בוגרים



19
שנות פעילות

קידום תכנית לאומית לשלמות המשפחה

שיתופי פעולה, השמה והכרה ע"י אגודת היועצים והמטפלים במשפחה בישראל

השתלמויות מקצועיות וימי עיון לבוגרי תכניות הכשרה

שילוב אקדמיה ולימודי תעודה במגוון תחומים

אימון אישי	הנחיית הורים	טיפול ב- CBT	ייעוץ נישואין
דולה	NLP	טיפול דינמי	טוענות
האוניברסיטה הפתוחה של B.A	גישור	אבחון וייעוץ תעסוקתי	נוער מתבגר

ההרשמה בעיצומה <<

לתיאום פגישת ייעוץ ומידע:

סניף ירושלים < 02-6321-620 סניף בני ברק < 03-7160-130
rishum@ynrcollege.org < מרכז י.נ.ר. | המרכז המקצועי והמוביל ללימודי טיפול, ייעוץ והנחייה