



נדבר על

הושע אשכנזי

שיעור הגירושין העולה בהתמדה במודיעין, מביא לכאן את ד"ר רבקה נרדי וד"ר חן נרדי, מטפלים אישיים וזוגיים, המעלים בשישי הקרוב מופע שמטרתו לשנות את המגמה ■ תהיו דולפינים ותבואו

הכניסיני תחת כנפך והיי לי אם ואחות", היגג המשורר לבת זוגו, ולא ידע שאלה הדברים שלא ישובו לעולם. לא עוד "קוצי פוצי", ארוחה מוכנה וילדים רחוצים בפיג'מה, בזמן שאתם מניחים רגל על רגל מול משחק הכדור רגל. תשכחו מזה - או שתתחלקו במטלות הבית או שתתחילו לארוז את החפצים שלכם. רעידת אדמה ביחסי הכוחות מתרחשת בימים אלה, והיא זאת המזועזעת את חיי הנישואין אצל כולנו. כך לפחות לפי דברי ד"ר חן נרדי וד"ר רבקה נרדי, מטפלים אישיים וזוגיים. "הזוגיות המודרנית מייצגת שינוי דרמטי ביחסי גברים ונשים כתוצאה ממעמד האישה החדש. פעם היה מובן שהגבר הוא המוביל והמנווט כאשר העניינים נשואות אליו, אבל האג'נדה המשפחתית השתנתה מן היסוד. האישה השתנתה - היא השכיחה, למדה, התפתחה ברמה האישית ועכ"ש היא דורשת שוויון, גם אם היא לא אומרת זאת במילים וגם אם היא לא הצטרפה לתנועה הפמיניסטית".

לגברים זה קשה, מסבירים בני הזוג נרדי, מהפכת השוויון מתחוללת אצלם בבית, והם מבולבלים לגמרי. האחד יילחם עד חורמה וישען שאשתו "לא סופרת אותו", והאחר יהפוך לסמרטוט. בשפתם המקצועית הם מכנים אותם ה"כריש" וה"סרדין", ואותם אנחנו כנראה נפגוש על מדרגות הרבנות. רגע, יש גם דרך ביניים. בהמשך. ויש גם מופע של בני הזוג בנושא, שיעלה ביום שישי הקרוב במרכז הרב-תחומי במודיעין.

הם לא חפנימים

"מהפכת השוויון שחוללו הנשים היא מתנה גדולה ויפה לגברים בשנות האלפיים. הבעיה הגדולה היא שהגברים לא מפנימים את זה, ועדיין נאבקים להחזיר עטרה ליושנה ולהחזיר לעצמם את ההגמוניה הגברית", אומרים השניים המטפלים כבר שנים בקייסת מערכות של חיי נישואין. רבקה: "יש הבדל ברמת המודעות בין גבר לאישה בהתפתחות האישית. היא מבינה מה זו שותפות וחברות, והוא ברמת מודעות פחותה משלה. קשה לה עם הפער הזה, וכדי שלא להפוך לאימא או מטפלת שלו, היא צריכה לספוג גם את מה שלא מקובל עליה". ד"ר חן: "יש גברים שידעיים להעריך את המתנה הזו ולהרחיב את מגוון ההתנהגויות שלהם, אבל קיים פער בין גברים לנשים בהבנה האידיאולוגית של מה זה דמוקרטיה ושוויון. גברים המתקשים להיפרד מתפקיד ההובלה, תופסים את רצונה של האישה בשוויון כסוג של התרסה. היא משנה סדרי עולם ולא מסכימה לרבריו, והוא רואה בכך תוקפנות".

האם הטבע לא לימד אותנו להיות כוחניים ותוקפניים?

"בטבע אנחנו יצורים כאלה, אבל לטבע האנושי יש יכולת להתגבר על התנהגויות אלו למרות הרצון לפגוע, להעליב או לגנוב. גם במקום העבודה לפעמים בא לך לתת לבוס איזו מכה כואבת, ואתה מצליח לרסן את עצמך. השאלה היא לא אם אתה יכול, אלא אם זה כדאי לך ואיך עושים זאת נכון".

יש רגישות גבוהה אצל גברים ונשים, והאפשרות שלא להשקיע בזוגיות היא מאוד קלה. עולם הפנויים-פנויות מאוד מפתה. אנחנו מרגישים שהאהבה נעלמה, או בעצם שבביל מה להתאמץ? עושים עושים את פעולת הגירושין במהירות מתוך מחשבה שיש להם את הזכות למצוא את האושר במקום אחר. הגבר שבוגד אומר לעיתים שסוף סוף משהי התייחסה אליו כמו לגבר. כשאני מוצא עצמי רגע לבד מול ד"ר

חן, אני מגניב שאלה "בינינו": "תגידי", אני אומר לו, "זה אנחנו הגברים שאשמים בכל?". "בו", הוא עונה, "הפער הזה הוא בעייתי. נשים באות לזוגיות עם מודעות גבוהה יותר, ויש לנו מה ללמוד מהן. זה מתסכל, ואף אחד לא מוכן להודות בזה". ד"ר רבקה חוזרת אלינו, ואנחנו לא נותנים לה להתערב בשיחת הגברים שהתפתחה לה לרגע.

בין הכריש לסרדין

אתם מדברים על מהפכת המינים, ואני אשאל על קשיי היום-יום. אולי האשמה היא בסך הכל בקשיי הפרנסה. המשכנתא והילדים?

רבקה: "אני שומעת את הקול הגברי והנשי, ולא תמיד נוקטת עמדה. הם משיבים, אני רואה איך כאבי הלב אכן נובעים משם. למשל, אישה המרגישה כשלון כאימא, קורסת מעול התפקידים בבית, והוא מגיע מאוחר ומתחיל בסדרה אין-סופית של טלפונים. היא מתמודדת, והוא נקלע



זוה בבית

למבוי סתום.

חן: "האישה נהייתה כריש, והגבר הפך לסרדין. לפתע קשה לו להתקרב לאשתו מהסיבה הפשוטה שהוא לא מתבטא. הוא מתרצה לכל דרישותיה ומתרחק נפשית. היא עושה רעש ומאיימת כל הזמן בגירושם, והוא זה שבעצם עובד כבר מזמן מבחינה רגשית. היא מדברת על שוויון כל הזמן והופכת לכריש. מצד שני, הוא הופך לסרדין, מבטל עצמו, לא מדבר, מתנתק. עכשיו הוא צריך

להיות אסרטיבי."

"ויעכשו אתם בבלתם אותי - ככה לא טוב וככה לא טוב", אני מתפרץ בתסכול מה. חן: "השוב להבין שזה לא או-או. יש את דרך הביניים, זו המורכבת יותר: תהיה דולפין". בני הוגג נרדי הוציאו לאור, בין ספריהם הרבים, ספר עצות המבוסס על המשל הבא: **סרדין - ברחן, כריש - תוקפן ודולפין - חכם** הם שלושה יוצאים פנימיים המציעים לנו דרכים

להתמודד עם עוינות, תובענות, ביקורת ועוד. סימטתו של הסרדין היא "ברח פן תיטרף", סימטת הכריש היא "טרוף פן תיטרף" והדולפין הוא החוק והידרודי, מפני שהוא היה היחיד מכל היצורים שהצליח להרגיע את הסרדין והכריש שלנו. "הרבה בני זוג בוחרים להיות כריש או סרדין, ואנחנו רוצים לעזור להם לבחור בדרך המורכבת והטובה יותר", אומרים השניים, "בני זוג צריכים לדעת לפרגן. זוג שיודע לפרגן אחד לשני ולהתפייס יצליח בדרכו. הסביבה הווגית מלאה אהבה, רכות וארוטיקה, אבל אנשים לא יודעים להתפייס, לא רוצים לצאת פראירים". "או מה עושים, דוקטור", אני שואל את שניי הם וזוכה לתשובה פה אחד: שיחה ווגית, לדבר עם בן או בת הוגג על בסיס של שגרה. שיחה ווגית (עם הקשבה) היא חיונית להתמודדות עם בעיות קטנות בכל יום ולא להמתין לשיחה הגדולה, כי הבעיות תהינה ברמות אטומיות שאי-אפשר יהיה להתמודד איתן אחר-כך.

שיחה בחמישה חלקים

"שיחה ווגית" הוא גם שם המופע שלהם, המבוסס על ספרם המשותף האחרון. המופע מחולק להמישה עולמות תוכן: "האם אתה יכול בבקשה לעזור לי?" - מצב בו האישה קיבלה קידום בעבודה ומבקשת מבעלה שיחזור הביתה מוקדם; "על מה שקשה לדבר" - שלב בו כל אחד מהם מדבר על הטריטוריה והקשה בחייו; "על סקס וכסף" - משחק תפקידים הסובב את כרטיס האשראי; "התפייסות לאחר מריבה" וכן על "חיוור ואהבה" - מופע המוקדש לדיאלוג הבין-זוגי.

"שיחה ווגית" זה מושג יפה, אבל האם הגברים יודעים לדבר? חשבתי שאין לנו כלים לבטא עצמנו, ואז אנחנו מתפרצים בכעס. אנחנו מוצאים שגברים כן יודעים להגיב למצבים רגשיים. מעבר לכך, כמות הדיבור של גברים בעולם העבודה גבוהה יותר מאשר אצל נשים. אז אם אתה יודע לדבר הרבה בעבודה, אז דבר גם בבית. אבל כאן נדרשת שפה אחרת - לא לתת ביקורת, לא לגעור, לא לחלק הוראות. שיחה ווגית היא בעיקרה הקשבה, צריך גם לדעת להקשיב. אם האישה מספרת לך את קורותיה, היא לא מצפה להערות מתנשאות מצידך, והיא לא צריכה את הביקורת שלך. אל תסיף מוסר ואל תפצח בנאומים בנושא, גם להיפך, כי אז מתחילים השקרים הקטנים."

חן: "שקרים קטנים הם כמו פתיתי שלג, רכים מאוד ושקטים כשהם נופלים על האדמה. הבעיה היא שהם מצטברים והופכים לקרחון שמטביע את הטיטאניק. הבעיה היא שאתה הולך עם מסיכה בבית, והשקרים האלה הולכים ונעשים כבדים עד שהם קורבים את הווגיות. אנחנו, השקרים הקטנים, לא מבינים את הקשר בין השקרים להתפוצצות הגדולה שמגיעה לפעמים עם המשפט המיתמם 'מה בסך הכל אמרתי, שאין סוכר בכלי?!'". "אמנם רצוי לשמור על פינות פרטיות", מוסיפה ד"ר רבקה נרדי, "כי לא כל דבר צריך להגיד. הבעיה היא כשהאישה משקרת שהיא קנתה משהו ב-300 שקל כשזה עלה באמת 800 שקל, והגבר מבטיח כבר חודשיים להרכיב את המדפים מאייקאה, כשבצעם הוא פוחד לומר שהוא לא יודע איך עושים זאת."

למה בעצם אנחנו משקרים?

חן: "זה בגלל הפחד שלנו להודות שאנחנו לא פורעים את הצ'ק שהבטחנו, שאני לא כל כך חכם כמו שרציתי שתחשבו או מוכשר כפי שאני עושה מעצמי, וכשאת מגלה את האמת, את כל

"לגברים זה קשה" מהפכת השוויון מתחוללת אצלם בבית והם מבולבלים לגמרי. האחד יילחם עד חורמה ויטען שאשתו "לא סופרת אותו", והאחר יהפוך לסמרטוט. בשפתם המקצועית הם מכנים אותם ה"כריש" ו"הסרדין", ואותם אנחנו כנראה נפגוש על מדרגות הרבנות"

"יש הבדל ברמת המודעות בין גבר לאישה בהתפתחות האישית. היא מבינה מה זו שותפות וחברות, והוא ברמת מודעות פחותה משלה. קשה לה עם הפער הזה, וכדי שלא להפוך לאימא או מטפלת שלו, היא צריכה לספוג גם את מה שלא מקובל עליה"

"אנשים עושים את פעולת הגירושין במהירות מתוך מחשבה שיש להם את הזכות לחצוא את האושר במקום אחר. הגבר שבוודא אומר לעיתים שסוף סוף חישהי החייחסה אליו כמו לגבר"



נדבר על זה בבית

כך כועסת שאני מעדיף לשקר. אל תשכח שבני הווג מכירים היטב אחד את השני והם חשופים מאוד, ולכן פגיעים ונעלבים בקלות. בן/ת הווג יודע/ים בדיוק היכן להכות". רבקה: "העניין הוא שהאישה כבר יודעת שבעלה הוא לא כל כך אמיץ וחכם, והיא יודעת שהוא משקר ומוכר לה לוקשים. זה הרגע בו הוא מאבד את כבודו בעיניה".

למה האישה משקרת?

שמפחדים מנשותיהם בגלל שמנעו מעצמם את האסרטיביות".

האם יש לנו זמן להשקיע בזוגיות?

"אין לנו ברירה אם אנחנו רוצים לשמור על חיי המשפחה. לשם כך צריך לשנות את סדרי העדיפויות, לעצור רגע ולראות היכן עוד ניתן לשפר בכל יום ויום - האם לענות לשיחת הטלפון בשמונה בערב ולהרוס את הערב או לומר למטלפן שתחזור אליו מחר. צריך להיות כל הזמן עם היד על הדפוס".

מטופלות 500 משפחות חד-הוריות".

אומרים שמודיעין היא עיר הגרושות. האם זה נכון?

"זה לא מדויק כלל. בדקנו, סתם זכינו לכו-תרת".

אומרים גם שהמערכת הממסדית היסטורית לגבי הזוגות המסוכסכים בגלל המקרים האחרונים של רצח נשים וילדים בידי הבעלים.

"המערכת היא היסטורית, אני מודה. זה נכון, וזה רשמי. קיבלנו הרבה מכתבים וחוזרי מנכ"ל לפקוח עין ולזהות נורות אדומות, כי במקרים האחרונים של רצח ילדים, חלק גדול מהם היו בהקשרים של סכסוכי גירושין", אומר אלמוג, "אולי טיפה יותר ממה שצריך, אבל כולם ערניים כל הזמן".

בזכות המוכנות הזו, עמוס האגף לשירותים

"בני זוג צריכים לדעת לפרגן. זוג שיודע לפרגן אחד לשני ולהתפייס יצליח בדרכו. הסביבה הזוגית מלאה אהבה, רכות וארוטיקה, אבל אנשים לא יודעים להתפייס, לא רוצים לצאת פראירים"

"האישה כבר יודעת שבעלה הוא לא כל כך אמיץ וחכם, וכשהוא משקר ומוכר לה לוקשים, זה הרגע בו הוא מאבד את כבודו בעיניה"

יעקב אלמוג, מנהל האגף לשירותים חברתיים: "נושא הגירושין והסכסוכים המשפחתיים הוא משמעותי ביותר במודיעין, משום שמדובר במשפחות צעירות בדירוג סוציו-אקונומי טוב יחסית, המועדת לפורענות"



ד"ר חן נרדי

שוחפים לחיים ולעבודה

בני הווג נרדי נשואים זה לזו למעלה מ-30 שנה, ושניהם מטפלים פרטניים וזוגיים שהחלו בשיתוף פעולה מקצועי לפני כעשור במכון "דיאלוג" שהוקם על ידי ד"ר רבקה.

ד"ר רבקה נרדי היא בעלת תואר דוקטור לפילוסופיה מטעם UNION INSTITUTE, סינסינטי ארה"ב, עם התמחות בפסיכולוגיה חברתית ובמגדר. בין תחומי התמחותה העיקריים: החזרת עקרונות בית לעולם העבודה, הפסיכולוגיה של האישה, אסרטיביות בעולם האישי, התמודדות עם המתח בין קריירה ומשפחה, אמצע החיים, זוגיות, יחסי נשים גברים בעולם העבודה ועוד. בעוד כחודש ייצא לאור ספרה ה-12, העוסק ככל ספריה הקודמים בנושאי התמחותה.

ד"ר חן נרדי, בעל תארי M.A, B.A בעבודה סוציאלית, דוקטור לעבודה סוציאלית (מאוניברסיטת תל-אביב), מטפל ומנחה קבוצות גברים. שירת בצה"ל 22 שנה בתפקידי פיקוד, ביניהם, מפקד בסיס טירונים. כקצין בריאות נפש בכיר, טיפל והנחה קבוצות לטיפול בנפגעי הלם קרב וייעץ למפקדים בנושא ההתמודדות עם לחצים וטראומות.

לשניים ספר משותף, "שיחה זוגית - על מה שקשה לדבר", עליו מבוסס המופע אותו הם מעלים בסוף השבוע במודיעין.



ד"ר רבקה נרדי

מודיעין - מועדת לפורענות

לא בכדי מגיעים בני הווג נרדי למודיעין עם המופע לשיפור הזוגיות. את ההזמנה הם קיבלו מהאגף לשירותים חברתיים בעיריית מודיעין, שגם מסבסד את מחירי הכרטיסים לתושבי העיר. "אנחנו נמצאים בעלייה מתמדת בדרישות לתס"קירי משמורת והסדרי ראייה", מודה יעקב אלמוג, מנהל האגף. "בשנת 2009 טיפלנו בתחום זה ב-153 משפחות, ובשנת 2010 כבר מגיע מספרן ל-180 משפחות, ואני מדבר איתך רק על בני הווג שלא מצליחים להגיע להסכמה ביניהם ונדרשים לנו ולבית המשפט. נושא הגירושין והסכסוכים המשפחתיים הוא משמעותי ביותר במודיעין, משום שמדובר במשפחות צעירות בדירוג סוציו-אקונומי טוב יחסית, אך זוהי בדיוק האוכלוסייה המועדת לפורענות. מודיעין-מכבים-רעות דומה בהרכבה לרעננה וכפר סבא ולנתוני הגירושין הגבוהים יחסית בערים החילוניות. אצלנו באגף, למשל,

חברתיים בעבודה מול משפחות בעיר. האגף מטפל במתן חוות דעת, הסדרי ראייה ומשמורת. בנוסף, הוא מספק שירותים משלימים לזוגות המסוכסכים: "כתף למשפחה", קבוצת תמיכה להורים וילדים הנמצאים במשבר גירושין, פועלת בעיר בשיתוף המתנג"ס (15-20 משפחות מגיעות למפגשים), "המרכז לטיפול משפחתי" באגף מנסה לסייע לבני זוג להתמודד עם משבר הנישואין (30-40 משפחות בטיפול, ויש רשימת המתנה) ולאחרונה הופעל שירות חדש של גישור משפחתי, לא טיפולי אלא למען פרידה מוסכמת ומושכלת של בני הזוג, בעלויות מסובסדות מאוד לעומת מחירי הגישור המקובלים בשוק הפרטי. עוד מקיים האגף פעולות יחידניות, כגון הבאת עו"ד לענייני משפחה להוצאת אורח או מופעים מן הסוג של בני הווג נרדי. מופע זה, אגב, מתאים לכל אדם הנמצא בקשר זוגי, לאנשים שנפרדו ועדיין שואלים עצמם מה התקן לקל בדרך ואפילו הוא מתאים להורים לילדים נשואים הנדרשים להתערב מדי פעם בחיי ילדיהם. ❖

רבקה: "נשים פוטרות מעצמן את הדברים, כי אין להן חשק להיכנס למריבות. היא לא מפחדת מבעלה, אבל היא לא רוצה מלחמות, או היא מעדיפה לעגל פינות. אנחנו לא משקרים כל הזמן, אחרת קשר הנישואין היה נגמר מזמן, אבל צריך לקחת את היחסים בידיים לזוגיות טובה יותר. לטיפול גורם לאנשים להסתכל אחרת על בן או בת הזוג. הוא יבין את צרכיה, והיא לא תיבהל מהתוקפנות שלו".

ואנשים באים לטיפול?

"כיום יש תופעה שזוגות מגיעים אלינו עוד לפני התחנה כדי להתמודד עם בעיות שהם כבר מתקשים להתמודד איתן. בעיות יש לכולם, צריך רק לעלות על פשרן. הוא רוצה לראות פורנו או להוסיף פרטנרים לסקס, היא מסרבת והוא כועס. היא מופחזת ומשותקת מפני הגבר שאיתה בגלל אבא דיקטטור בעברה. הגברים והנשים באים עם פרשנויות שונות לבשרות השוויון, וזה כל הזמן דינמי, כולל הגברים