

# מי מפחד מזוגיות

המדריך לעולם הפנויים בישראל מי, למה ואיך...



חיים רוטר

## מפתח העניינים

3.....	פתח דבר
4.....	זוגיות
6.....	מושגים בסיסיים
6.....	פנויים
6.....	פנויים לקשר
7.....	רווקים
7.....	רווקות חד הוריות
7.....	גרושים
7.....	גרושים בלי
7.....	אלמנים
8.....	פרודים
8.....	בהליכים
9.....	"עולם הפנויים"
12.....	פעילות חברתית ובילויים ל"פנויים"
13.....	מועדוני ריקודים
15.....	חוגים והרצאות
16.....	טיולים
16.....	"חבורות"
17.....	ציפיות ואכזבות (מן הפעילויות)
18.....	למה הם לבד?
19.....	הרווקים - למה הם לבד?
21.....	גרושים ואלמנים - למה הם לבד?
22.....	"התאהבות" - "להיות מאוהבים"
23.....	א ב ה
26.....	בניית קשר זוגי
28.....	בחירת בני-זוג (בין חלומות למציאות)
30.....	אמונות מגבילות
31.....	"אז מה לעשות? - לעשות!"
32.....	"אז, איך עושים את זה?"
34.....	"עשה זאת בעצמך"

- 34.....הכרות מקרית
- 35.....הכרויות באמצעות אתרי הכרויות ורשתות חברתיות
- 36.....להכיר, בעזרת אחרים
- 37.....להכיר בעזרת חברים, מכרים וקרובי משפחה
- 38.....להכיר בעזרת "אנשי מקצוע"
- 43.....כלכלה ו"קשר זוגי"
- 47.....מגורים משותפים
- 48.....השכלה ו"קשר זוגי"
- 50.....איך "מתחילים"?
- 50.....דרכים ליצירת "קשר ראשוני"
- 53.....קשר טלפוני ראשוני
- 54.....אין תחליף לפגישה "פנים אל פנים" !
- 55.....קביעת פגישה ראשונה ("פנים אל פנים")
- 57.....גם זה קורה !
- 57.....הפגישה:
- 58.....השיחה:
- 59.....תשלום החשבון:
- 60.....למה זה לא הולך ?
- 64.....מצבים לא רצויים בפגישה הראשונה
- 65.....מין וקשר ראשוני
- 66.....לסיכום:
- 67.....על המחבר :
- 67.....חיים רוטר

## פתח דבר

למה החלטתי לתת במתנה מדריך זה למעוניין בנושא האמור בו? לאחר שנות פעילות רבות בתחום הזוגיות, הן בעזרה ליצירת קשרים אישיים בין יחידים המעוניינים בקשר זוגי והן בהקניית תובנות וכלים מעשיים: איך ליצור, לטפח ולשמר זוגיות טובה ומוצלחת, הגעתי למסקנה, כי שורר בילבול מושגים ומידע חלקי בלבד, בקרב רבים מן הפנויים וגם מי שאינם פנויים – בכל הקשור לתחום זה.

מה שתמצאו בספר זה, מהווה מעין מדריך נבוכים והצצה אל "עולם הפנויים" בישראל. ויתן לקוראים מעט ערך מוסף להבנת המתרחש ב"שטח".

מובן, שערך מוסף רב יותר, קיבלו ומקבלים אלו, העוברים אצלי אימון אישי, כהכנה טובה לחוויית הזוגיות הטובה והמוצלחת.

אם על ידי כתיבת מדריך זה בפשטות ובשפה מובנת לכל, אצליח לסלק כמה אי הבנות, להבהיר דברים ולהביא את הקוראים ליכולת להתוות דרך טובה יותר לקשר זוגי מוצלח, הרי שבזאת אראה שכר לעמלי וסיפוק אישי רב.

השימוש בלשון רבים או יחיד - מכוון לשני המינים.



## זוגיות

**זוגיות** - מילת קסם נכספת, המופיעה במאווייהם ובחלומותיהם של ה"פנויים", אשר שואפים וכמהים לשתף בחייהם בני-זוג, העשויים, לדעתם ותקוותם, לגרום להם להיות מאושרים יותר ולמלא חלל בחייהם ולהוות ערך מוסף לחווייתם, אך אינם יודעים, למרבה הצער, כיצד להביא את הרצון להגשמה.

**זוגיות** – מילה שבה ממוקדים דבר והיפוכו: "סיפור הצלחה" לרבים, מול בעייתיות אצל אחרים מהנמצאים בקשר זוגי, אשר אינו מהווה תרומה להרגשת האושר והסיפוק אשר קיוו להשיג באמצעותה (יש אומרים כי הזוגיות היא כמו אוטובוס; הנמצאים בחוץ רוצים לעלות והנמצאים בפנים, רוצים לרדת).

**זוגיות** אינה אלא מילת מסגרת, אשר רק בנו תלוי הדבר, האם נמלא אותה בתוכן של ממש אשר גם יביא לנו תחושת אושר ושותפות או הרגשת אומללות ואכזבה.

כי "זיווג זיווגים קשה מקריעת ים סוף" (כבר נאמר ע"י חז"ל).

הזוגיות כשלעצמה אינה ניקנת אלא ניבנת נדבך על גבי נדבך.

גם במקורות היהודיים, משתמשים במושג "לבנות בית בישראל" לגבי בני-זוג הנישאים.

### לזוגיות טובה נחוצים שני דברים חשובים:

נכונים.	בני-זוג	<b>למצוא</b>	לדעת	1
			לדעת להיות בני-זוג נכונים.	2

"זוגיות היא כמו צמח, החי ומתפתח כל עוד אנו דואגים למילוי צרכיו וטיפוחו, אך נובל ומתייבש כאשר אנו חושבים, שימשיך לחיות בעצמו ומעצם כח ההתמדה וההרגל, מבלי שיהיה עלינו לדאוג לתנאים הנחוצים להמשך התפתחותו. בכל זוגיות ניתן למצוא די סיבות לפרידה ופירוק השותפות, אך החוכמה היא, כיצד למצוא את הסיבות לקיומה ולחיזוקה: טוב לדעת שיש מי שעליהם נוכל לסמוך, בהם נוכל לבטוח ובעזרתם נוכל להתפתח ולגרום להם להיות גאים בנו. זוגיות טובה מעניקה משענת להרגשת יציבות וידיעה שאנו לא לבד בעולם המורכב שמסביבנו."

## מושגים בסיסיים

אנו שומעים או משתמשים במושג כוללני "פנויים", אך איננו תמיד יודעים להבחין בין המאפיינים השונים של השייכים לאוכלוסיית ה"פנויים/פנויות", לבין אלה הניבדלים ממנה. מושגים כמו "פנויים", "פנויים לקשר", "רווקים", "רווקות חד-הוריות", "גרושים", "אלמנים", "פרודים", "בהליכים", "גרושים בלי" - לרבים אינם ברורים לגמרי ולכן אפרט כאן ביתר הרחבה את המושגים הללו.

### פנויים



"פנויים" - מי שאינם נשואים באופן רשמי. לא כל "פנוי" אכן פנוי לקשר. ישנם "פנויים" המעדיפים להיות לבד או שאינם יכולים או מסוגלים ליצור קשר זוגי, מסיבות שונות. ישנם "פנויים" הנמצאים בקשר זוגי ואינם פנויים לקשר חדש או כאלה שאינם רוצים ליצור קשר זוגי קבוע.

### פנויים לקשר



"פנויים לקשר" - מי שאינם נמצאים בקשר זוגי ומעוניינים ביצירת קשר כזה. על ה"פנויים לקשר" נמנים גם אלו, אשר עדיין נשואים רשמית, אך חיים בנפרד מבני-זוגם (ה"פרודים") או הנמצאים בהליכי גירושים.

**רווקים**

3

"רווקים" - מי שאינם נשואים ולא היו נשואים אף פעם. ישנם רווקים רבים הנמצאים בקשר זוגי או היו בקשר כזה לפרקי זמן קצרים או ארוכים ואף כאלו שחיים או חיו בעבר תקופות ארוכות של חיים משותפים "כמו זוג נשוי" אך לא נישאו רשמית.

**רווקות חד הוריות**

4

"רווקות חד הוריות" - מי שלא נישאו מעולם, אך ילדו ילדים כתוצאה מקיום קשר זוגי "לא מחייב" או שקיבלו החלטה ללדת לבד, ללא בן-זוג שילווה את תהליך ההורות, כדי לא לאחר את מועד "השעון הביולוגי" ומסיבות אחרות.

**גרושים**

5

"גרושים" - מי שהתגרשו רשמית.

**גרושים בלי**

6

"גרושים בלי" - מי שהתגרשו ולא הולידו ילדים מעולם.

**אלמנים**

7

"אלמנים" - מי שבני-זוגם הלכו לעולמם.



**פרודים**

8

"פרודים" - מי שנשואים רשמית עדיין, אך נפרדו מבני-זוגם, חיים בנפרד מהם ולא החלו בהליכי גירושים או שאינם מעוניינים בגירושים רשמיים, מסיבות שונות (ילדים, רכוש...), בשלב זה או בכלל. ה"פרודים" אינם "פנויים", אך יכולים להיות "פנויים לקשר".

**בהליכים**

9

"בהליכים" - מי שנפרדו מבני-זוגם ונמצאים בהליכי גירושים רשמיים (ברבנות, בדיונים משפטיים ועוד...). גם אלו יכולים להיות "פנויים לקשר".

ה"פרודים" והנימצאים "בהליכים", "נופלים בין הכיסאות". אלה מביניהם, המעוניינים ליצור קשר זוגי, נתקלים במקרים רבים, בחשש או סרוב להכנס למערכת יחסים עימם, כל עוד המצב הנוכחי בו הם שרויים, אינו משתנה – כלומר – קבלת הגט.



## "עולם הפנויים"

"המהפכה הפמיניסטית", המאבק לשוויון זכויות הנשים והקידמה הטכנולוגית, גרמו בין היתר, לשינויים גם ביחסים בין גברים לנשים. בעבר, היתה האשה תלויה בגבר מבחינה כלכלית והגבר היה תלוי באשה בכל הנוגע לצרכים בסיסיים בחיי היום יום ובשרותי משק בית. ברוב חלקי החברה האנושית, היה הגבר המפרנס העיקרי והאשה אחראית למשק הבית ולגידול הילדים.

כיום, בעידן שוויון הזכויות והקידמה הטכנולוגית, יכולות הנשים לפרנס עצמן גם ללא עזרת הגברים ולגברים היכולת לדאוג לצרכי היום יום, גם ללא עזרת הנשים.

המזון המוכן, המקררים / מקפיאים, מיקרוגלים, שרותי הסעדה למיניהם, מכבסות ועוד... משחררים הן את הגברים והן את הנשים, מהיותם קשורים יתר על המידה למשימות המעיקות של משק הבית. "חברת השפע" מציעה לנו פיתויים רבים, מוצרים, בילויים, נסיעות, השכלה, תקשורת וכו'. כל זה משפיע על השינויים בסדרי העדיפויות בכל הנוגע לזוגיות.

בעוד שבעבר היה הגיל הממוצע של הנישאים 20 - 25 והדגש היה על המשך קיומה של המשפחה, הרי שכיום, הגיל הממוצע של הנישאים בחברה ה"מודרנית" עלה ל- 25 - 35 בעוד שהדגש הוא על המימוש העצמי ורק אחר כך הקמת משפחה.

החברה ההשגית והתחרותית, גורמת לצורך להשקיע מאמצים, זמן ומרץ במרוץ לרכישת מעמד, השכלה ושכר גבוהים יותר, לבלות במקומות רבים יותר, להיראות טוב יותר ועוד... וכתוצאה מכך: נותר לנו פחות זמן ופחות אנרגיה להשקיע בבניית קשר זוגי ולטפח אותו.

הייצור ההמוני והזול, מניע אותנו להחלפה תדירה של מוצרים במוצרים חדשים (כמו: מכוניות, מחשבים, טלפונים ושאר מוצרי צריכה ומותרות) או קניית חדשים כתחליף לאלו שהתקלקלו וגורמת לנו התייחסות שטחית אל המוצרים בהם אנו משתמשים .

לכל זה יש השלכות על יחסנו אל זוגיות, ההופכת גם היא, לשטחית יותר במקרים רבים וקלה יותר לניתוק והחלפתה בקשר זוגי חדש. כאשר מתעוררות בעיות כלשהן בין בני-זוג, במקרים רבים בוחר אחד מהם או שניהם, במוצא של פרידה, במקום להשקיע מאמצים במציאת פתרונות לתיקון המצב והבאת הזוגיות למסלול של הבנה הדדית והנאה מפירותיה.

"מהפכת התקשורת" האלקטרונית, אשר הביאה לחיינו מוצרים מופלאים כמו: הטלפון, הפקס והאינטרנט (הדואר האלקטרוני והויזואלי), מקלה על חיינו ומגוונת אותם, אך "מהפכה" זו, ככל שהולכת ומתפתחת, הולכת ומצמצמת את הקשר הבין אישי והמגע הישיר (פנים אל פנים) בין בני האדם.

התקשורת האלקטרונית מביאה אל בתינו את הבידור באמצעות הטלוויזיה (מבחר של תוכניות וערוצי שידור), המחשבים (משחקים והגלישה באינטרנט), אפשרויות להתקשרות עם כל אחד כמעט ובכל מקום כמעט, מבלי לצאת מהבית.

ה"התמכרות" לצפיה בתוכניות שונות בטלוויזיה או ל"גלישה" באתרי האינטרנט השונים, משפיעה גם על יתרת הזמן הפנוי והעיתוי שבו אנו יכולים לקבוע פגישות ישירות עם קרובינו, חברינו, השתתפות במפגשים חברתיים וכמובן, פגישות לשם יצירת קשר זוגי ובנייתו.

מחקרים שנערכו לאחרונה בארצות הברית, מוכיחים כי ככל שמתקצר יום העבודה, כך נותר לאנשים פחות פנאי: יש להם עיסוקים קבועים הנכנסים לסדר יומם השגרתי והרשמי כמו ספורט, מכוני כושר, חוגים, מגוון בילויים ועוד.

הצרכים בחייהם של ה"פנויים" וה"פנויים לקשר", אינם שונים מצרכיהם של הנשואים, אך בגלל היותם לבד, הצרכים מוקצנים יותר. לכולנו משותף הצורך בביטחון כלכלי, שייכות, חמימות, הבנה, אהדה, אהבה, מין, בידור, בילוי וקשר חברתי.

מאחר והקשר החברתי בין "הפנויים" כיחידים לבין זוגות נשואים, הוא בעייתי לרוב, מעדיפים אלו וגם אלו, להמצא בקשר חברתי עם אלו הנמצאים במצבם והקרובים לתחושת ה"שותפות לגורל".

הבדידות היא ה"אויב" של רובנו, מלבד של אלה, הבוחרים בה.

להיות **לבד**, אין פירושו, להיות בודד.

להיות **לבד**, זהו מצב זמני או קבוע, לפי בחירה (לרוב), של חוסר בקשר זוגי. על **הבדידות** ניתן להקל בעזרת קשרים חברתיים ומשפחתיים, אך את בעיית ה"לבד" פותר רק קשר זוגי (על כך ארחיב בהמשך).

## פעילות חברתית ובילויים ל"פנויים"

פעילות חברתית רבה ומגוונת, מתקיימת בקרב ועבור ה"פנויים", אך קיים חוסר מודעות והתייחסות שגויה לנושא, הן בקרב רבים מן הפוקדים את מקומות הבילוי והמפגש ל"פנויים" והן בקרב אלו שאינם יודעים כיצד להתייחס אל הפן החברתי של אוכלוסיה זו. הפעילויות ל"פנויים" כוללות מועדוני ריקודים על גוניהם, חוגים שונים, טיולים, קבוצות תמיכה, הרצאות, סדנאות וכדומה, אשר רובן מיועדות לגילאי 30 ומעלה ולציבור חילוני בעיקר (לרווקים הצעירים יותר, מקומות בילוי משלהם, אשר אינם פועלים תחת הכותרת "פנויים"). הפעילות החברתית על גוניה, נועדה בעיקר לתת אפשרות למפגש חברתי, יציאה זמנית מהבדידות, הרגשת שייכות והזדהות עם הנמצאים במצב דומה, ואולי גם סיכוי להכרות ובניית קשר רציני. אכן, קשרים כאלה נרקמים לעיתים, כתוצאה מהכרות באחד ממקומות הבילוי הללו.

## מועדוני ריקודים

ברחבי הארץ פועלים מועדוני ריקודים ל"פנויים", הממוקמים במקומות שונים כגון קיבוצים, אזורי תעשייה, מתנ"סים, בתים פרטיים וכדומה. מועדונים מסוימים פועלים כ"מועדון חברים" למנויים בלבד ומפעיליהם מקפידים (מי יותר ומי פחות) על בדיקת ה"סטטוס" (היותם "פנויים"), בני אותה קבוצת גיל ורמה אחידה של המשתתפים, במידת האפשר. רוב המועדונים פועלים למטרות רווח (אין בכך כל פסול) ולכן, מפעיליהם אינם בודקים ואף לא מתחייבים לבדוק, אם המשתתפים "פנויים" אם לאו.

המועדונים מציעים בעיקר: מוזיקה לריקודים (על גוניה), משקאות וכיבוד.

מטבע הדברים, הבאים בשעריהם, הם אנשים האוהבים לרקוד או לבלות ערב באווירה המוצעת.

במועדונים רבים מתכנסים מאות "פנויים", אשר נהנים (או לא) מן הדוחק וההמולה (כהגדרת רבים מהפוקדים אותם: "המקום היה מפוצץ") ומועדונים אחרים מציעים בילוי באווירה סולידיית יותר ולמספר משתתפים קטן יותר.

באופן פאראדוקסלי, ככל שישנם משתתפים רבים יותר במקום הבילוי, כך יצירת קשר ביניהם קשה יותר ("מרוב עצים לא רואים יער") וכמעט בלתי אפשרי.

את באי המועדונים, ניתן לחלק לקבוצות שונות: יש הבאים לבדם, אחרים באים בקבוצות / חבורות של מספר גברים או נשים, או בחבורה מעורבת של "פנויים", המכירים מזה זמן רב ומרגישים נוח בקרב

החבורה ובהשראתה. באים זוגות ה"וצאים קבוע" או כאלו שהגיעו כזוג לערב מסויים.

בקרב באי המועדונים ניתן להבחין ב"טיפוסים" שונים אשר ניתן לסווגם תחת "תזית" של דפוסי התנהגות:

ישנם ה"בליינים", המופיעים באופן קבוע במקומות שונים כבר שנים רבות ומבקשים "להעביר ערב" ואולי גם ליצור "קשר מזדמן". אפשר לראותם בערבים שונים במועדונים שונים.



ישנם ה"ציידיים" העומדים בדרך כלל ליד הכניסה ובוחנים את הנכנסים ("בודקים את הסחורה" כהגדרת אחדים מהם) בתקווה "לשים עין" על דמות מעניינת.



ישנם ה"ביישנים", חסרי הביטחון, אשר אינם ניגשים להזמין לריקוד או ליצור קשר לשיחה, פן יתקלו בסירוב (אז מה?) וכך מבלים ערב שלם בישיבה או עמידה בצד עם כוס משקה ביד....



ישנן ה"סרבניות", אשר אינן מוצאות עניין אף בגבר אחד מבין באי המועדון, כדי להענות להזמנתו לריקוד או לשיחה, או שמעונינות רק להתבונן, לראות ולהראות.



ישנם ה"דון ז'ואנים" הרוצים ואוהבים להתבלט ומזמינים לריקוד נשים רבות ככל האפשר, או עוברים בין היושבות ומפזרים מילים אחדות, אך אינם מסוגלים (או לא מעוניינים) ליצור קשר עם בת-זוג אחת (מובן שישנן גם נשים כאלה – אך פחות).



ברבים מן המועדונים, מבקרים גם נשואים / נשואות, אשר יש באפשרותם לצאת לבדם ו"להתפרק" בריקודים ובחברה ו"לגוון" בכך את חיי הנישואים שלהם (ישנם כמובן, כאלו המפתחים רומנים "מהצד" בעקבות קשרים שנוצרו במועדונים).

יש מי שאמר בהלצה, כי מועדון פנויים, זהו מקום שאליו באות "חתיכות" לחפש בעלים, ובאים בעלים לחפש "חתיכות".

### חוגים והרצאות

פעילויות שונות ומגוונות, מלבד מועדוני הריקודים, מוצעות לציבור ה"פנויים".

חוגים והרצאות בנושאים שונים, המתקיימים במקומות ציבוריים ובבתים פרטיים, המיועדים לרוב, לקהל "סולידי" יותר, המעוניין בבילוי "רוחני / תרבותי" ושקט יותר, בהרחבת הידע ומפגש חברתי עם בעלי עניין בנושאים דומים.

את משתתפי הפעילויות הללו, ניתן לסווג לשתי קבוצות עיקריות:

1 בעלי עניין בנושאים המוצעים, אלו, אשר הנושא המוצע גורם להם להשתתף, והצד החברתי הוא חלק נילוה ואולי אף מהנה, לכן הם יכולים להפיק הנאה מהפעילות.

2 בעלי עניין **בעלי העניין**, אלו מהמגיעים לפעילות, אשר הנושא המוצע מעניין אותם פחות מאשר באי הפעילות עצמם, לכן לרוב, נוחלים אכזבות נוכח ציפיותיהם הגבוהות.



ברוב החוגים ובערבי ההרצאות, בולטת השתתפות רבה יותר של נשים לעומת הגברים, וכן ניכרים גם פערי הגילאים בין הנשים לגברים (לשני הכיוונים).

### טיולים

ל"פנויים", מוצעים טיולים במסגרות שונות. את המשתתפים בהם, מאפיינים, בדרך כלל, אהבת נופים, מקומות וחויית הנסיעה בחברותא. גם במסגרת זו בולטים, ברוב המקרים, פערי הגילאים וריבוי הנשים לעומת הגברים.

מארגני טיולים אחדים, מקפידים "למיין" את המשתתפים לפי קבוצות גיל או רמות השכלה, האחרים לא.

כאשר המטיילים "מצויידים" בפתיחות ובמצב רוח טוב, יש באפשרותם להפיק הנאה מבילוי כזה.

### "חבורות"

בקרב הפנויים, קיימות "חבורות", המאורגנות באופן יזום או "ספונטאני".

ל"חבורות" אלה, משתייכים לרוב, בני קבוצות גיל מתאים, הנהנים מחברה קבועה ומוכרת, המעניקה להם תחושת שייכות וביטחון אמיתי או מדומה.

ל"חבורות" אלה, מצטרפים גם בני-זוג חדשים, של החברים בהן ומהן פורשים בני-זוג של אחרים, אשר "הקשר הזוגי" שלהם נותק.

המשתייכים ל"חבורות" כאלה, עשויים להפיק הנאה מרובה יותר, מכל פעילות בה הם משתתפים בצוותא ולהרגיש ביטחון רב יותר, גם לגבי

יצירת קשרים עם "פנויים" אחרים, אך הצמדות לחוג חברים מסויים מפחית אפשרויות להכרות עם בני זוג ממקורות אחרים.

### **ציפיות ואכזבות (מן הפעילויות)**

המפתחים ציפיות גבוהות למציאת זיווג תוך כדי השתתפות בפעילויות השונות ל"פנויים", נוחלים לרוב אכזבות, אך בכל זאת ישנם כאלו (ולו גם מעטים), המצליחים לפתח קשר זוגי, במקומות הבילוי ובפעילויות המוצעות.

המתייחסים לכל הפעילויות הללו בקנה-מידה מושכל ונכון, מצליחים ליהנות מהן ולהפיג את בדידותם ולו לשעות ספורות בלבד.

## למה הם לבד ?

"פנויים" רבים למדי מכירים את השאלה "מדוע את/ה עדיין לבד ?"  
להיותם לבד, ללא קשר זוגי, סיבות רבות.  
סיבות אחדות להיותם לבד משותפות ל"פנויים" ככלל (רווקים, גרושים, אלמנים..) ואחרות אופייניות לקבוצות המוזכרות בהמשך, בפרט.  
סיבות כמו:

- **חוסר בשלות לקשר זוגי.**
- **פחדים** (מה יהיה אם...).
- **טראומות ואכזבות מקשרים קודמים...**
- הרגלים....
- רגשי אשם...
- אמונות מגבילות

אני מכיר אדם מבוגר, איש פשוט, שלא נשא אישה מעולם. פעם סיפר, כי הסיבה לרווקותו, נעוצה בדברי אימו, אשר אמרה לו בצעירותו כי "הבעל חייב להכות את האישה מדי פעם" כיוון שהאיש עדין נפש וטוב לב, לא רצה להכות אישה ולכן גם לא נשא אחת.  
(הסיפור אינו אופייני, אך משמש דוגמה לאמונות מגבילות, אשר רבים סופגים או מפתחים בקשר לזוגיות ודברים אחרים בחיים).

"בררנות יתר" - חיפוש אחר בני זוג "מושלמים" ובעצם, הבלתי ניתנים להשגה.

אמירות כמו: "אני יודע/ת בדיוק מה אני רוצה ומה טוב בשבילי" או "מגיע לי..." חוסמות את הדרך לרבים, להתנסות בכיוונים שלא חשבו עליהם, אשר דוקא בהם עשויים למצוא

אושר גדול יותר, מאשר בכיוון ובדרך עליהם "התבייתו" בקו מחשבותיהם.

### הרווקים - למה הם לבד ?

רווקים רבים אינם חשים עצמם "בשלים עדיין" לקשר זוגי של ממש ומעדיפים להיות לבד או בקשר זוגי זמני (ללא קשר לגילם). יש החוששים מכישלון קשר זוגי, מנטל האחריות שבמחויבות כלפי בני-זוג ומהחיים המשותפים (על כל המשתמע מכך). יש החוששים מאובדן העצמאות (היכולת "לעשות מה שבא לי"), לאחר שהתרגלו לחיות ואף ליהנות מחייהם, ללא מסגרת של קשר זוגי. יש החושבים, שעדיין "לא מיצו עצמם" ולא הגיעו אל רמת ההשגים והמטרות אשר הציבו לעצמם (או הוצבו להם על ידי אחרים) וקשר זוגי עלול להפריע בדרכם אל השגת המטרות. ככל שעולה רמת ההשגים והערכה העצמית של הרווקים, כך עולה רמת הציפיות והעדפות לגבי בני-זוג בעלי הישגים דומים (לפחות) או "מוצלחים" יותר (אך אלה הולכים ומתמעטים). במקרים רבים, שומעים הרווקים ומפנימים את דברי הקרובים להם: "לך מגיע את הטוב ביותר ולא צריך להתפשר על פחות מזה". כתוצאה מאימרות ומחשבות כאלה, מגיעים הרווקים לגיל מתקדם ללא יכולת יצירת קשר, אשר יוביל בסופו של דבר לנישואין. רבים המקרים, בהם ההורים "לוחצים" על ניתוק קשר זוגי של הרווקים, בגלל שלדעתם בני-זוגם אינם "ראויים" לילדיהם (אם כי זכותם להשמיע דעתם בנושא), כדוגמת הסיפור על רווק בגיל 40, שחברו שואל: "איך זה, שלא מצאת עדיין בת-זוג

מתאימה?" ענה הרווק: "כל אחת שהבאתי הביתה והצגתי בפני הורי, אמא שלי פסלה אותה" "אז תביא אחת הדומה לאמא שלך" אמר החבר, "הבאתי אחת כזו" אומר הרווק, "אז אבא שלי פסל אותה". רווקות ארוכה (ככל שעולה הגיל), הופכת להרגל, אשר קשה יותר לשנותו, במקרים רבים, גם כאשר מחליטים, שהגיע הזמן לקשר זוגי. רווקים "בררנים" יתר על המידה, נאלצים לא פעם, לבצע "ויתורים" גדולים יותר ולהגמיש את רצונותיהם לגבי בני זוג, בהגיעם לגיל "מתקדם".

בקרב הרווקות, בגילאים "מתקדמים", בולטת התופעה ביתר שאת. הרווקים "המוצלחים", נישאים לרוב בגיל סביר, לכן היצע הרווקים הולך ופוחת ברבות השנים, כך שכבני-זוג אפשריים, חייבים לבוא בחשבון גם הגרושים.

שמעתי פעם הלצה, האומרת כי:

הרווקות עד גיל 25, שואלות "איך הוא" ? (חתיך ?).

בגילאים 25-35, שואלות "מה יש לו"?

מעל גיל 35, שואלות "איפה הוא" ?

רווקים רבים (בעיקר רווקות) חשים רגשי אשם, במצבים בהם הם נותרים אחרונים מבין האחים, בבית ההורים (או שהינם יחידים), כאשר לרוב נותר הורה מבוגר אחד ("מי ידאג לאמא / אבא שלי, אם לא אני"?)

סיבה נוספת לרווקות ארוכה;

מעורבות ב"רומנים אסורים" חסרי תכלית, עם בני-זוג נשואים או שאינם "פנויים לקשר מחייב".

## גרושים ואלמנים - למה הם לבד ?

לגרושים ואלמנים, סיבות דומות לאלה של הרווקים - להיותם לבד, אך עליהן נוספות סיבות אחרות, הקשורות לנישואיהם, אשר הסתיימו ביזמתם או בעל כורחם (במקרים של עזיבת בן-זוג או התאלמות). הדאגה לילדים, לרכוש, מהווים גורם משפיע על השיקולים לגבי אפשרות ליצירת קשר זוגי חדש.

ישנם החושבים, כי עליהם לעבור "תקופת צינון" עד אשר יהיו מוכנים להתחלת קשר זוגי חדש. במקרים רבים נמשכת "תקופת הצינון" זמן רב מדי וכתוצאה מכך הופך מצב ה"לבד" להרגל, המקשה על היציאה ממנו.

יש, החשים עצמם פגועים מיחסם או התנהגותם של בני-זוג הקודמים כלפיהם ומפתחים חשדנות וחוסר אמון כלפי בני המין האחר, מתוך חשש, פן ייכשל הקשר החדש כדוגמת הקודם ובהמנעות מיצירת קשר כזה – כך הם מאמינים - הם מגינים על עצמם מפני אכזבות נוספות (אך כמובן, בזאת הם מונעים מעצמם אפשרות לקשר זוגי אחר, טוב יותר אולי, מאשר בעבר).

רבים מהגרושים, מוצאים עצמם במצב כלכלי ירוד, עקב פירוק מסגרת הנישואין, על כן הם חושבים, כי במצבם הכלכלי (הזמני או לא) אין באפשרותם לפתח קשר זוגי העלול, לדעתם, להכביד את הנטל על רמת חייהם הנוכחית. יש הממתינים לשיפור מצבם הכלכלי ומאמינים כי רק אז יוכלו לפתח קשר זוגי הולם. אחרים, אף כאלה שמצבם הכלכלי שפיר, חוששים מקשר זוגי המחייב (לדעתם) שותפות כלכלית מסוג כלשהו.

גרושים ואלמנים רבים נותרים עם ילדיהם בבית כהורים יחידים ו"מקדישים עצמם" לגידולם, לחינוכם ולרווחתם, על חשבון האפשרות לייצירת ובניית קשר זוגי חדש. הם חוששים, כי קשר זוגי חדש, יפגע ביכולתם למלא את המשימה אשר נטלו על עצמם: למלא את תפקיד שני ההורים (דבר שאינו אפשרי, כמובן).  
אחרים חוששים להכניס בני-זוג חדשים לחיי ילדיהם, אשר יהוו או ייחשבו על ידי ילדיהם, כתחליף להורה החסר, במסגרת המשפחתית.

## **"התאהבות" - "להיות מאוהבים"**

רבים מאיתנו התנסו, או מתנסים, במצב של "להיות מאוהב ב...".  
כבר בילדות, בגיל ההתבגרות (וכמעט בכל גיל) מוכרות החוויות של "להיות מאוהבים" בילדה "הכי יפה" בכיתה, ב"מלך הכיתה" או "חתיך" אחר, במורה, באמנים שאנו מעריצים, ב"בוס", במזכירה, במרצה, בחניכה, במתמחה ועוד...  
במצב של "התאהבות", אנו מעריצים תכונות מסוימות בדמות, בה "התאהבנו" (כמו: מראה חיצוני, כישרון, חוכמה, הצלחה...) ומפתחים אשליה, שהדמות הנאהבת ונערצת תגרום לנו להיות מאושרים, כאשר "נשיג אותה" לעצמנו.  
מושג המוכר לכולנו: "אהבה ממבט ראשון", משקף מילולית מצב, בו ישנם המשוכנעים, כי ב"מבט ראשון" הצליחו לזהות את כל הסיבות הטובות והנכונות, להצדקת רצונם להתחבר בקשר זוגי, אל הדמות הנכספת והנערצת על ידם.

זהו מצב, בו אין צורך, לדעתם, במבט שני, שלישי ויותר. במצב כזה, אין הם מנסים או מוכנים לראות, לגלות או לשמוע, על צדדים אחרים הפחות יפים, בדמות הנערצת, אשר עלולים לגרום לאכזבות ואף לאומללות.

"**התאהבות**", זהו מצב של "שיכרון חושים", אשר אינו מאפשר חשיבה הגיונית ושיקול דעת מעמיק, לגבי טיב הקשר הזוגי או מהותו. "**התאהבות**", כמוה כהתמכרות. כאשר מתפכחים ממנה ומתחילים להיות מודעים לכך, שהיא אינה טובה ואף מזיקה, קשה להיגמל ממנה. כאשר מגיעים למצב ההתפכחות, כמו בכל מצב של "אשליה", "שיכרון חושים" או שכנוע עצמי, חשים אכזבה, הרגשה ש"רימו" או "סידרו" אותנו, על כן מופיעים כעסים, תסכול וכאב, העלולים לגרום לפגיעה בצד "המאוהב", ב"צד האחר" או בשניהם.

## **א ה ב ה**

"**אהבה**", מילה הנשמעת, הנאמרת והנכתבת ביותר, אשר פרושים אין ספור לה ואיש אינו יכול להגדירה באופן חד משמעי. מילה, המציתה את הדמיון, אשר שימשה ומשמשת בסיס ליצירות בכל תחומי האמנות, בכל הדורות.

אין כנראה, הגדרה מדויקת לאהבה, אך בכל זאת ישנם מושגי יסוד מקובלים ומוסכמים, אשר עליהם או על חלקם, ניתן לבנות קשר זוגי איתן, המבוסס על האהבה.



---

**לאהוב**, פירושו: להכיר, להעריך ולקבל את בני-זוגנו בשל מה שהינם, מבלי רצון לשנותם למה שהיינו רוצים שיהיו.

**לאהוב**, פרושו כבוד הדדי, חברות, כנות, פתיחות, סבלנות וסובלנות, יכולת הקשבה והבנה, יכולת נתינה - כשם שהיינו רוצים אנו, לקבל מבני-זוגנו.

**לאהוב**, פרושו לתת "מרחב מחיה" לבני-זוגנו, אפשרות להתפתח ולהגשים עצמם ובכך לגרום להם להעריך ולאהוב אותנו. מטיבה לבטא זאת במילים יפות ובחכמה, וירגיניה סאטיר בשירה "**יחד**":

---

אני רוצה לאהוב אותך – בלי להיצמד,

להוקיר אותך – בלי לשפוט,

להתקרב אלייך – בלי לפלוש,

להזמין אותך – ללא דרישות,

לעזוב אותך – ללא רגשות אשם,

לבקר אותך – בלי להאשים

ולעזור לך – בלי להעליב.

אם אפשר, שגם אקבל זאת ממך,

הרי שאנחנו יכולים להפגש

ולהעשיר זה את זו באמת.

**אהבה** אמורה לספק הרגשת נוחות והנאה מעצם היותנו במערכת זוגית עם מי שאנו אוהבים ורצון לחלוק עימם את חוויתנו "לטוב ולרע...".

**אהבה** "כפייתית ומלחיצה" מצד אחד על האחר, גורמת לתגובה הפוכה ויחס שונה מהמקווה והרצוי להשגה.

רבים "חונקים מאהבה" את מושא אהבתם וגורמים להם לרצון להשתחרר מ"טבעת החנק", במקום לספק סיבות טובות לרצון "להחזיר אהבה".

**אהבה**, פרושה לאהוב את בני-זוגנו בגלל מה שאנו **יודעים** עליהם (מתוך הכרות קרובה ומעמיקה יותר), בניגוד ל"התאהבות", שפרושה "להיות מאוהבים" בבני-זוג (או מי שחושקים בם כבני-זוג) בגלל מה שאנו **חושבים** עליהם או מדמיינים אותם.

## **בניית קשר זוגי**

בניית קשר זוגי חדש, כמוה כפתיחת "דף חדש" בחיים. כדי להבטיח את ביסוסו והצלחתו של הקשר, יש להתייחס אליו כאל תחילת התנסות חדשה, אשר "כמוה לא ידעתי בעבר" (אני יודע שזה נשמע לא מעשי כמעט, לאור החוויות והתנסויות בעבר, שאנו נושאים איתנו).

גישה והתייחסות כזאת אל התחלה חדשה, תקל על הפניית מחשבות, כוונות וכוחות הדרושים להשקעה בבניית קשר זוגי.

להיות שבויים בידי העבר, מעקב אותנו בהתקדמות אל העתיד. אמירות כמו: "מה הייתי....", "מה היה לי...." או מי היו בני-זוגנו ולחפש כדוגמתם, מונעות פתיחות להתנסויות אחרות.

יש לזכור, שאין שני אנשים זהים (גם אצל "תאומים זהים" קיים שוני באישיותם, ככל שהם מתבגרים) ולכן, קשר זוגי חדש יהיה אחר; אולי טוב פחות, אולי טוב יותר, אבל אחר.

התייחסות לקשר זוגי בעבר, רצויה בעיקר לשם הפקת לקחים, איתור השגיאות שנעשו, כדי להימנע מחזרה עליהן. חשיבה וחיפוש אחר תשובות לשאלות כמו: "מה השתבש?", "למה זה נגמר?", עשויות להיות לעזר רב.

אבן יסוד, עליה ניבנה קשר זוגי, היא **התקשורת** (ואין הכוונה לפלאי טכנולוגיית התקשורת האלקטרונית, על גווניה וסוגיה, אלא תקשורת בין אישית ישירה, להעברת והבהרת מסרים). ככל שנשכיל להשתמש בערוצי התקשורת האישית (דיבור, מגע ומעשים) תוך איתור "ערוצי קשר" ברורים, אשר יאפשרו לשני בני-זוג "קליטה טובה" והבנת המסרים, כך יפחתו אי ההבנות ופרושים שגויים, העלולים להיות למכשול בבנייתו של קשר זוגי חדש.

ישנה נטייה בקרב רבים מאיתנו לציפיה, שבני-זוגנו ינהגו כלפינו כפי שאנו היינו רוצים ואנו מאוכזבים כאשר הם אינם מנחשים (או מנבאים) את מחשבותינו ורצונותינו.

בני-זוג אינם צריכים לעסוק בניחושים ובניבוי !! עלינו לבקש, לרמוז ולכוון. הדרך הטובה להביע את משאלותינו ואת רצונותינו היא באמצעות מסרים כמו: "היה משמח אותי, אילו...", "היה עושה לי טוב, אם...", "מה דעתך ש... " וכדומה.

התעניינות כנה בבני-זוגנו ובמעשיהם, כמו: "מה עבר עליך היום?", הקשבה, תגובות עידוד או השתתפות וכן שיתופם במה שעובר עלינו, יוצרת תחושה, אצל בני-זוגנו, ש"איכפת לו/ה ממני...". מחמאות, חיזוקים, הוקרות, הבעת רגשי חיבה או אהבה, הן מעין נוסחות פלא לבניית קשר זוגי, לביסוסו ולקימו.

## **בחירת בני-זוג (בין חלומות למציאות)**

משחר ילדותנו, אנו מפנימים בתודעתנו דמויות "וצאות דופן", דמויות "יפות", "מושלמות" וכו'. כבר בסיפורים ואגדות, רואים הילדים את דמויות ה"נסיכים ונסיכות", את הדמויות הנערצות בסרטים ובתוכניות הטלוויזיה. המתבגרים והמבוגרים, רואים את "גיבורי" הסרטים, המחזות, הטלוויזיה, הדוגמנות, העסקים, הפוליטיקה, האקדמיה והאמנות, כ"עולם הזוהר". בתוך תוכנו, אנו מזדהים עם הדמויות "המדברות אל ליבנו" ושואפים להידמות להן או להשיג כמותן כבני-זוג. כמסונוורים על ידי "הזוהר" של "עולם היפים והמצליחים", אנו נוטים להתעלם מן הבעיות, הסבל והאומללות, אשר חווים "גיבורינו", במקרים רבים (די לראות את קורות בית המלוכה הבריטי ובעיקר את פרשיות הגירושין של שני זוגות הנסיכים ומותה של דיאנה), כדי להבין, ש"לא כל הנוצץ - זהב". אלה, אשר "חשקה נפשם" במועמדים מסויימים, הרצויים על ידם כבני-זוג, היו מיטיבים עם עצמם, אילו היו עושים "חשבון נפש אמיתי"

ומבררים במחשבתם "מה יש לי להציע, למי שהייתי רוצה להשיג, כדי שה"צד השני", ירצה בי.....".

חשיבה כזאת מאפשרת להגיע למסקנות, כי הדבר הוא מעל לכוחם/יכולתם או שאכן יש בכל זאת ביכולתם האפשרות להשיג את מטרתם ולממשה.

בבחירת בני-זוג, יש לשאוף לקשר, שבו נרגיש נעים ונוח. בני-זוג "מתאימים" הם כאלה, שאמורים לעשות לנו "טוב" ולגרום לנו לרצות לעשות להם "טוב".

רבים רוצים להוכיח לעצמם ולאחרים, שהם מסוגלים...., לכן בוחרים בני-זוג צעירים בהרבה, אמידים בהרבה, משכילים בהרבה.... וכדומה. הם נמצאים במצב, בו עליהם להוכיח עצמם "ראויים" ו"כשירים" לעמוד בציפיות של בני-זוגם, משקיעים מאמץ רב ומתמשך לרצות אותם וחוששים מכישלון ואכזבה (זהו מצב מעייף ומתסכל, לאורך זמן).

ידועים ומוכרים סיפורים רבים, אשר פורסמו בתקשורת ובשיחות "מפה לאוזן", אודות זוגות נשואים המאופיינים בפער גילים גדול (ברוב המיקרים מדובר בגבר מבוגר ורעיתו הצעירה, אם כי מוכרים גם מיקרים הפוכים), פערים גדולים במעמד כלכלי או פערים גדולים בהשכלה.

רבים מהסיפורים הללו אינם מסתיימים במשפט:

**"....והם חיים באושר עד עצם היום הזה".**

אין עלינו החובה להוכיח דבר לאיש!

רק כאשר נהיה טבעיים ונאמין בעצמנו, גם האחרים, הקרובים והחשובים לנו, יאמינו בנו.

עלינו לדעת, שמי שירצה אותנו, ירצה בגלל מי ומה שאנחנו. מי שירצה לשנות אותנו על פי צרכיו, רצונותיו, הוא אינו מתאים לנו.

## אמונות מגבילות

**אמונות מגבילות / דעות קדומות** ככלל, מבוססות על אוסף מסרים שאנו קולטים ומפנימים, המועברים אלינו על ידי אחרים, "נגד" או "בעד", בנושאים שונים, מבלי שנבדקו על ידינו או מסתמכים על נסיונו בעבר. אנו מפתחים אמונות מגבילות גם על ידי התנסות יחידה וכתוצאה מכך, מגיעים למסקנות והכללות של כל הדומה לדבר – הריהו אותו הדבר.

**אמונות מגבילות** הקשורות לקשר זוגי או לבני-זוג, עשויות להיות גורם המצמצם הזדמנויות ואפשרויות לקשר זוגי טוב. אין זאת אומרת, שעלינו לוותר על הדברים והתכונות החשובות לנו בבני-זוג הרצויים, אך יש להעניק סיכוי להתנסות אישית, תוך שימוש ב"מסנן" האישי שלנו, לחיוב או לשלילה. ככל שיש פתיחות ונכונות רבה יותר לפגוש, להכיר ולהתרחם, כך גדל הסיכוי למציאת בני-זוג כלבבנו.

כחלק **אמונות מגבילות** ניתן להזכיר, פסילה או העדפה גורפת, של מועמדים אפשריים מארצות מוצא ועדות שונות, מאזורי מגורים, תחומי עיסוק שונים, רמות השכלה וכלכלה שונות ועוד....

כאשר מחלקים אנשים לקבוצות אתניות, כלכליות, רמות השכלה שונות, ברור כי יש שוני ביניהן, אך יש לזכור כי גם בתוך הקבוצות השונות קיים שוני בין הנמנים עליהן.

באחד הימים, תוך כדי שיחה, שמעתי אישה בוגרת ומשכילה, אומרת: "אני לא מבינה את הגברים, מה הם רוצים? ..". אמירות דומות ניתן לשמוע גם מפי גברים, לגבי הנשים.

על הגברים והנשים גם יחד להבין, כי עולמם של שני המינים הוא שונה (על כך נכתב ונאמר רבות). על אף השוני המהותי, ישנם תחומים, תכונות ורצונות דומים, המהווים "נקודות חיבור" בין המינים.

לפני השאלה "מה רוצים/ות הגברים/הנשים?..?", רצויה הגדרה והבנה נכונה, של הנושא: "מה אני רוצה להשיג באמצעות הקשר הזוגי, מהן התכונות הרצויות עבורי בבן/בת-זוג ומהם הדברים עליהם אוכל להתפשר, במה אוכל לתרום בעצמי למען זוגיות טובה...".

הגדרה כזאת תקל על זיהוי בני-זוג הרצויים והעשויים להתאים לנו. רווחת דעה בקרב הנשים, כי להן קשה יותר להשיג בן-זוג והן ה"סובלות יותר" במצב ה"לבד" שלהן, בהשוואה לגברים.

אכן, לגברים קל יותר "להתחיל" עם נשים, אך אין זאת אומרת שקל להם יותר **למצוא** את האשה/חברה ה"נכונה".

### **"אז מה לעשות? - לעשות!"**

מה לעשות, כאשר יש רצון ונכונות להכיר מועמדים אפשריים לקשר זוגי, אך לא נמצאו כאלה עד כה?

הפתרון הגרוע ביותר הוא, לבחור ב"שב ואל תעשה" ולצפות שה"נסיך/ה על סוס לבן" או שליחיהם עם "נעל הזכוכית" יופיעו על סף הבית ויקישו על הדלת...



אמרות כמו: "העולם שייך לאמיצים" או "האל עוזר למי שעוזר לעצמו" ואחרות כמותן, נאמרו במרוצת הדורות ומבוססות על ניסיונם הרב של הנחשבים מצליחים בתחומים רבים.

מילות המפתח לקידום הנושא, הן:

נכונות, פתיחות **והשקעה** (לאו דווקא כספית).

מציאת בני-זוג מתאימים, זאת משימה. כמו בכל משימה, כדי להצליח בה, יש צורך בהשקעת מחשבה, כוחות נפש והרבה "רצון טוב". ישנם כמובן כאלה, שהצלחת המשימה "באה" להם בקלות יחסית וישנם אחרים, החייבים בהשקעת מאמץ גדול יותר מצידם על מנת להצליח.

הדבר נכון בכל משימה, שאנו נוטלים על עצמנו.

לחשוב, כמה מאמץ, זמן וכסף (כן - כסף), מושקעים בהשגת רשיון נהיגה, תעודת גמר או תואר אקדמי, התמחות מקצועית או פתיחת עסק... בכל משימה, אין ערובה להצלחה בקלות.

ישנם מכשולים ואכזבות, בדרך להשגת המטרה, אך בעזרת נחישות ורצון, ניתן להשיגה.

להצלחת המשימה, מציאת בני זוג מתאימים, כל האמצעים (הנעשים בצורה מכובדת, לפי הבנת כל אחד בעצמו) כשרים.

ישנן דרכים שונות ואמצעים שונים אשר ניתן לבחור בהם לאיתור מועמדים לקשר זוגי; חלקן בעזרה עצמית ואחרות בעזרת אחרים.

## **"אז, איך עושים את זה?"**

דרכים, אמצעים ומקורות, למציאת מועמדים והצעות להכרות.

לרשות אלה, ה"פנויים לקשר", אשר החליטו לקחת את היוזמה לידיהם, אך אינם יודעים איך ומה לעשות, מוצע כאן מגוון של צעדים, אשר באפשרותם לנקוט ולעשות, במהלך ההליכה (ולא הריצה!) בדרך אל קשר זוגי.

עליהם להצטייד, כמו בכל יציאה למסע, ב"אביזרים" חיוניים, אשר ישרתו אותם ויקלו את ההתקדמות אל היעד ואף יאפשרו ליהנות מן השלבים וההליכה בדרך אליו.

ה"אביזרים" החיוניים אשר רצוי להצטייד בהם (וכאן עלי לחזור על מילים ומושגים שכבר הוזכרו, אך רצוי מאד לקרוא, לשנן, לזכור ולהפנים אותם):

פתיחות, חביבות וסובלנות, אורך רוח ומצב רוח מרומם . יש לזכור, כי את מה שאנו מקרינים ומשדרים, את זה האחרים קולטים. הקשרים בין בני-אדם, מבוססים על "תן וקח", במערכת של "הצע וביקוש", בכל התחומים (אני יודע, שאחדים לא יאהבו את הניסוחים והביטויים, השאולים מעולם המסחר, השיווק והכלכלה, אך הם מוכרים לרובנו, מעט מוקצנים, אך עשויים להיקלט ולהקל על הבנת המהות). עלינו לדעת לכבד ולהעריך את עצמנו, כדי שאחרים יכבדו ויעריכו אותנו.

לעיתים ניתן "לדרוש מחיר" גבוה יותר בעבור מה שיש לנו להציע ולעיתים "מחיר" נמוך יותר, אך לרוב יש צורך לדעת גם להתפשר. תמיד יש לחפש את "שביל הזהב" ולא להגזים לשום כוון; אם "נמכור" עצמנו "זול מדי", אולי לא יעריכו אותנו כראוי. אם נציב "מחיר גבוה מדי" אולי לא יהיו "קונים".

גישה נכונה והכנה נכונה, נפשית וחזותית (ה"תוכן" וה"אריזה"), יגדילו את סיכויי ההצלחה!

## **"עשה זאת בעצמך"**

הכרזות בעזרה עצמית

כל אחד, כמעט, יכול לעשות כל דבר כמעט, בעצמו. לשם כך יש צורך בנכונות, ידע (מה ואיך לעשות), יכולת, זמן ואמצעים.. הדבר נכון גם, בעניין חיפוש אחר בני-זוג אפשריים. ניתן להכיר "מועמדים מעניינים" באופן מקרי וניתן להכיר באופן יזום, תוך שימוש ב"אמצעי עזר" שונים.

### **הכרות מקרית**

הכרות מקרית אפשרית במקומות ומצבים רבים, בהם יש מפגש ישיר או בלתי ישיר בין אנשים. ניתן להכיר במקומות צבוריים, בחוגים חברתיים, במופעים ובפעולות תרבות, ברחוב, בטיולים, בנסיעות ועוד. בעזרת "גישה נכונה" ומודעות, ניתן להפיל את "חומות המגן" הפנימיות, אשר מגינות בפני "אויב וצר"(החשש פן ניפגע בגלל קשר לא נכון). במילים אחרות: ניתן לאמץ גישה חיובית של פתיחות ונכונות להכיר, תוך נקיטת אמצעי זהירות לשם כך, סבירים ומובנים. אפשר לחדד את החושים ולדעת "לשדר ולקלוט" בצורה נכונה, את המסרים של נכונות ליצירת "קשר ראשוני" (על ידי מבט, חיוך, מילה, שפת גוף וכמדומה), תוך סינון וזיהוי מסרים בלתי רצויים.

בהכרות מיקרית, כמו בכל דבר, ישנם יתרונות וחסרונות, סיכוי וסיכון. הכרות כזאת, מאפשרת "התרשמות ראשונית" לחיוב או לשלילה (תלוי בנסיבות המפגש המקרי, המקום, החברה ואורך הזמן). בהכרות מקרית יכולה להיווצר משיכה, עניין הדדי ולפעמים התלהבות ואף "התאהבות ממבט ראשון", מבלי לדעת את הרקע האישי והכוונות לגבי סוג הקשר הזוגי הרצוי על ידי הצד השני), או לחלופין, דחייה וחוסר עניין אשר לא היו מתעוררים אולי, אם הרקע האישי והכוונות, היו ידועים.

הנכונות להתעכב ולהתעמק מעט יותר, היא הסיכוי הטוב יותר להגיע להחלטות שקולות, נכונות יותר ולא למהר לפסול אפשרות לקשר ("ראיתי, זה לא בשבילי").

### **הכרויות באמצעות אתרי הכרויות ורשתות חברתיות**

אחת הדרכים, כדרך מוכרת ומקובלת לאיתור מועמדים לקשר זוגי היא: הכרות באמצעות "מודעות אתרים שונים ב"אינטרנט".

למעוניינים, יש אפשרויות לבחירה:

1 לפרסם נתונים אישיים ולקבל פניות ממועמדים, היישר לתיבת הדואר האלקטרוני, באמצעות הטלפון, SMS, פייסבוק... המעוניינים לפרסם נתונים אישיים, חייבים לקחת בחשבון את הנחוץ לשם כך:

ניסוח מסרים, האמורים למשוך תשומת לבם של המתעניינים ה"נכונים", אשר אליהם אמורים להיות מופנים. יש לבחון היטב, באילו אתרים רצוי לפרסם את הנתונים.

מבין היוצרים קשר באמצעות האתרים, ישנם גם מי שמבקשים לראות תמונה של המועמד/ת. רצוי לצרף תמונה לכרטיס באתר או לשלוח באמצעות המייל. מטרת התמונה, לקבל מושג חזותי על המועמד/ת, אך במקרים רבים התמונות אינן משקפות נכונה את המצולמים בהן. ישנם, הנראים בתמונה טוב יותר מאשר במציאות ("פוטוגניים" יותר) וישנם מי שהמצלמה "אינה אוהבת" אותם במיוחד ויש מי שנראים בתמונה צעירים יותר או רזים יותר מאשר במציאות - "לך תדע מה האמת" מאחורי התמונה, שאולי צולמה לפני זמן רב.

### **להכיר, בעזרת אחרים**

אנו יכולים ומסוגלים לעשות בעצמנו דברים רבים, אך לעיתים, הדברים יכולים להיעשות טוב יותר (אולי) או מהר יותר (אולי), "עם מעט עזרה מידידים".

גם בתחום ההכרויות לקשר זוגי, ישנה אפשרות להיעזר באחרים: בני משפחה, חברים, מכרים וכמובן, גם באנשי מקצוע.

מעצם היות תחום ההכרויות למטרת קשר זוגי, רגיש ואישי, קיימת רתיעה מצד רבים, לאפשר לאחרים לעזור להם ביצירת "קשר ראשוני" עם מועמדים אפשריים.

הענות לעזרה כזאת, מתפרשת בעיני רוחם כפקפוק ביכולתם לעזור לעצמם, דבר הפוגע ב"אני" העצמי ("ה"אגו") שלהם ("מה חסר לי, שאני זקוקה לעזרה על מנת להכיר?").

כבכל תחומי החיים; כאשר אנו "מסתדרים לבד" לשביעות רצוננו, ניתן לוותר על עזרת אחרים, אך כאשר נתקלים בקושי, כזה או אחר, אל לנו "לסגור דלתות" בפני המציעים עזרה.

ייעוץ וסיוע הם לעיתים המפתח להצלחה בהשגת מטרה כה חשובה. רצוי להתגבר על מחסום הבושה או חששות למיניהם ולהפתח גם כלפי המציעים את עזרתם בנושא.

### **להכיר בעזרת חברים, מכרים וקרובי משפחה**

כמעט כל מי ש"פנוי" (רווקים, גרושים, אלמנים...) או היה במצב דומה בעבר, שמע לא פעם הצעות כמו: "יש לי בשבילך מישהו" - משהו, משהו...".

רבים רוצים ומוכנים לסייע ל"בודדים", להכיר בני-זוג, כדי "שלא יהיו לבד", כדי "שיקימו משפחה", "כי הגיע הזמן", "שיהיה להם טוב יותר כלכלית" וכדי שימשיכו להיות בחברתם הזוגית של המציעים את עזרתם, מבלי להרגיש או לגרום להרגשת "אי נוחות" בשל היותם מעין "גלגל חמישי בעגלה".

לעיתים, יצירת קשר בין בני-זוג, גורמת סיפוק ל"עושי השידוך" ומובן שבמקרים רבים ישנן גם הצלחות, אך בכוונות הטובות אין די. לעיתים נגרמות גם אכזבות ואי נעימויות לשני הצדדים - למועמדים להכרות ולמציעים אותה.

המועמדים להכרות, אשר להם "בעלי רצון טוב" רוצים לעזור, אינם תמיד מעוניינים בקשר זוגי כלל, בשלב זה של חייהם. יש כאלה, אשר אינם מעוניינים לשתף אחרים בנושא כל כך אישי עבורם, או מעדיפים לבחור בעצמם במי להעזר.

לרוב מציעי ההכרות (ה"שדכנים החובבים"), אין מידע מספיק, על נתוניהם ורצונותיהם של המועמדים להכרות (אחד מהם או שניהם, גם

יחד) לכן מתפלאים לרוב, שה"שידוך" שלהם לא הצליח וממהרים להגיע למסקנות מוטעות כלפי מי מהצדדים ה"משודכים".

### להכיר בעזרת "אנשי מקצוע"

"שרותי הכריות" ו"משרדי שידוכים" ה"שדכנות" (Matchmaking), הינה אחד העיסוקים עתיקי יומין, הידועים ומוכרים בתרבויות שונות. ה"שדכנים" מוזכרים ביצירות ספרות ותיאטרון רבות, לרוב, בצורה הומוריסטית וסאטירית, דבר, התורם לתדמית ה"לא כל כך חיובית", שדבקה בעיסוק הזה. עיקר תפקידם של העוסקים ב"שידוכים", היה (והינו עדיין, במגזרי אוכלוסיה שונים), לשדך בין המשפחות, באמצעות בניהן ובנותיהן. בדרך כלל, המשפחות ה"משודכות" היו מסכמות ביניהן "תנאים" להסדר הנישואין שבין ילדיהן, בין אם בהסכמת הצעירים, בין אם לאו ולעתים למורת רוחם הגלויה וכך קובעים עובדה מוגמרת עבורם. כיום, ב"עידן החדש" של "חופש הפרט", כאשר כל אחד רשאי להחליט בעצמו בכל הקשור לדרכו ולעתידו, עוסקים ה"שדכנים" ב"הכריות" (Introductions) בין בני-זוג, העשויים להיות מתאימים על פי נתוניהם ומסגרת רצונותיהם. ברוב המקרים, מחליטים בני-זוג בעצמם, להינשא או לחיות חיים משותפים, בלא קשר להסכמת המשפחות (אם כי, ישנם גם רבים, המתחשבים בדעת בני משפחותיהם ופועלים בעצתם). "משרדי שידוכים" ו"שרותי הכריות" לסוגיהם, מהווים המשך לקיום מוסד ה"שדכנות" המסורתי (אם כי בגירסה משופרת ומעודכנת). העיסוק ב"שדכנות / הכריות" אינו פשוט או קל (בלשון המעטה) ודורש מהעוסקים בו, תכונות של סבלנות מרובה, כוחות נפש ויכולות,

הנחוצים להתמודדות עם מציאת פתרונות לבעיות הפונים אליהם, לשם השגת בני-זוג מתאימים, תוך שמירה על האיזון שבין הרצון לעזור לבין ניהול עסק, עם כל הכרוך בכך.

העיסוק ב"שדכנות / הכרויות" אינו מוכר רשמית, לפי שעה, כמקצוע ואין אפשרות ללמוד אותו בצורה מסודרת, המאפשרת הכרה או הסמכה על ידי מוסד ציבורי כלשהו, לעוסקים בו. דרושה, על כן דרושה מערכת כללים מתאימה ופיקוח מתאים, שימנעו מאנשים הלא מתאימים, לקבל רשות לעיסוק בתחום זה.

שרותי "הכרויות / שידוכים", קיימים בצורות שונות וימשיכו להתקיים ולשרת את לקוחותיהם (מי בצורה טובה יותר ומי פחות), כל עוד יהיה צורך בהם.

בשרותים אלה נעזרים אנשים, אשר ב"מעגלי החיים" שלהם (מקום מגורים, עבודה, חוג חברתי, נסיעות ועוד..) לא מצאו עדיין בני-זוג כלבבם, או שאין להם הזמן והיכולת הנחוצים, להשקיע ב"עשה זאת בעצמך" (כאמור בפרק בשם זה).

הפונים לשרותים אלה, מעוניינים בהכרות שתוביל לנישואין, חיים משותפים או קשר זוגי דומה.

הפונים הם בעלי רמות השכלה שונות (מקצועית, תיכונית וגבוהה..)

- צעירים, מבוגרים וגימלאים...
- שכירים, עצמאיים, בעלי עסקים...
- ממעמד כלכלי מגוון,
- חילוניים, מסורתיים ודתיים.



- בעלי נתונים אישיים סבירים, טובים ומצוינים (ישנם שרותים, העוזרים גם לבעלי מגבלויות שונות) וכמובן, בעלי רצונות הניתנים להשגה!

"שרותי הכרויות" ו"משרדי שידוכים", אינם "מענה פלא" לכל המאוויים, רצונות, חלומות ודמיונות (פנטזיות) של הפונים אליהם, הם אמורים להגדיל את הסיכוי למציאת בני-זוג "מתאימים".

מילת המפתח ליחסי הגומלין בין השרותים הללו, ללקוחותיהם, היא:

### השקעה!

מצד הלקוחות, דרושה **השקעה** כספית ונכונות לשיתוף פעולה. מצד נתני השרותים הללו, דרושה **השקעה** של ידע, המאמצים והאמצעים הדרושים, העומדים לרשותם לצורך זה, על מנת להגיע יחד עם לקוחותיהם, לסיום המוצלח של השרות (Happy End) והוא: קשר זוגי מוצלח!

### **שרותי הכרויות / שידוכים - תדמית ודעות קדומות**

ישנם "פנויים לקשר", הנמנעים מפניה לשרותי הכרויות / שידוכים, בגלל דעות קדומות המבוססות על חלקי מידע, ששמעו או קראו, על מקרים בהם היו "אי נעימויות" אשר קרו בין לקוחות מסויימים, לשרותים מסויימים וכתוצאה מכך, מגיעים למסקנה (מוטעית, לרוב), מבלי לבדוק עובדות הנוגעות למקרים המסויימים, ש"כל שרותי הכרויות / שידוכים, הם אותו הדבר" ובכך חוסמים בפני עצמם את האפשרות, להיעזר בשרותים הפועלים ומצליחים (על אף ה"שמועות") לעזור לרבים וטובים, להגיע לקשר זוגי כרצונם.

כבכל תחום עיסוק, כך גם בין העוסקים בהכריות/ שידוכים, יש העושים עבודתם נאמנה ובדרך מקצועית ויש, העושים זאת פחות... כבכל תחומי שרות, כך גם לשרותים אלה, ישנם לקוחות מרוצים מאד, מרוצים, מרוצים פחות ושאינם מרוצים. הרצון לתת שרות טוב ללקוח, הוא שווה כלפי כלל הלקוחות (או אמור להיות כזה) ונובע מן העניין להגיע לסיומו המוצלח של השרות, בזמן הקצר ככל האפשר, הן מבחינה מסחרית והן מבחינת המוניטין והתדמית. היכולת והאפשרות לתת שרות טוב ללקוח, אינה יכולה להיות שווה לכולם, בהיות הלקוחות שונים זה מזה ובעלי אישיות ורצונות שונים. ככל שהלקוחות הם בעלי נתונים סבירים ומעלה, רצונות סבירים, פתיחות ורצון טוב, כך גם האפשרויות עבורם רבות יותר מאלו, שאינם כאלה. אי שביעות רצון ואכזבות משרותי הכריות / שידוכים נובעים לרוב, מאי התאמה בין ההסבר על מהות השרות המוצע (באם ניתן הסבר כזה בעל פה ובכתב, כפי שצריך להינתן) לבין הבנתו ופיתוח ציפיות גבוהות מדי ביחס אליו. סיבה נוספת: הבטחות "גבוהות" מדי מצד נותני השרות, ללקוח, אשר אינן תואמות את נתוניו ורצונותיו. יש מבין לקוחות השרותים הללו, המגיעים לאחר שנים של "הזנחה" בנושא יצירת קשר זוגי, מאוכזבים מקשרי זוגיות בעבר, מרירים וחסרי אמונה בעצמם, באחרים או ביכולת נותני השרות לעזור להם. יש ה"עושים טובה" לבני משפחתם המודאגים וה"לוחצים" או לעצמם ולמצפונם.

"לחץ" מצד הלקוחות על נותני השרות, לקבל קשר "כאן ועכשיו", מזמין תגובה של "לצאת ידי חובה" ואינו מאפשר לנותני השרות, שיקול דעת וקשר "נכון" בזמן הנכון.

יש מבין הלקוחות, העסוקים ב"לחפש" ולא ב"למצוא" וככל שמכירים יותר (ואף כאלה ה"מתאימים" להם), חושבים ש"מפסידים משהו טוב יותר"...

יש, מי שנתוניהם האישיים אינם מאפשרים השגת בני-זוג הרצויים על ידם. לא לכולם, היכולת והנכונות, לעמוד מול הראי ולעשות "חשבון נפש": "מי אני ומה אני יכול/ה להציע לבן/ת זוג שאני הייתי רוצה..."

**יתרונות** (בהנחה, שעבודת ה"משרדים" נעשית כראוי):

מתן שרות אישי ללקוחות, המבוסס על ההכרות עימם, הצעות של מועמדים בהתאם לנתונים ורצונות של שני הצדדים (עד כמה שניתן), סינון וניפוי של אלה, אשר מראש אינם מתאימים ובכך לחסוך בזמן וטרחה מיותרים, המושקעים בפגישות שאין בהן תועלת. אפשרות לקבלת "שרות לבית הלקוח", באמצעות קשר טלפוני, מייל / דוא"ל ופקסים, בלא שיהיה צורך בהגעת הלקוחות למשרדים, בכל פעם שישנה הצעה ל"קשר".

הידיעה, ש "יש מי שדואג לך" ועושה ליצירת קשר זוגי עבורך. הקטנה משמעותית של הסיכון שבפגישת בעלי כוונות "שליליות". אפשרות לשמירת חסיון (דיסקרטיות) וסודיות.

חסרונות:

הסתמכות על "אחרים" לקבלת הצעות לקשר, על יכולתם המקצועית, כנותם ויושרם העסקי, כנותני השרות. חוסר ה"ספונטניות" בהכרות שכזאת, לעומת הכרות מיקרית.

"פגישות עיוורות" עם בני-זוג, על פי נתניהם האישיים ותיאורם (אם כי, מציעי "הקשר", אמורים להכיר את שני הצדדים ולהתאימם). מחירי השרות הגבוהים (אך שווים את ההשקעה, באם התוצאות הן חיוביות ומספקות את הלקוחות) והמונעים מרבים, שאינם יכולים להרשות לעצמם את ההשקעה הכספית הדרושה, להיעזר בשרותים אלה.

## כלכלה ו"קשר זוגי"

מאז ומעולם, היתה החברה האנושית מחולקת למעמדות כלכליים שונים (בנוסף לחלוקה לעמים, עדות וכדומה) וכך תהיה גם, כנראה, לעולם.

אין פלא, על כן, שקיימת השפעה של הכלכלה על הקשר הזוגי. ישנם רבים, שעבורם "כמה אתה שווה" אינו פחות חשוב מ"מה אתה שווה" ואולי אף יותר. ככל שעולה גילם של המעוניינים ביצירת קשר זוגי, כך גוברת ההתייחסות לשיקולים הכלכליים, בבחירת בני-זוג. "האוהבים הצעירים" הנמצאים בתחילת דרכם לביסוס מעמדם החברתי, מונחים לרוב על ידי הרגש ומאהבתם הם שואבים את כוחם, לעמוד יחד כזוג, מול אתגרי החיים ואת נכונותם לבנות במשותף את עתידם הכלכלי.

רובם מתחילים את חייהם הזוגיים, על בסיס "התקדמות בשלבים" לקראת מצב, שיאפשר ניהול חיים סדירים ונוחים ככל האפשר, הן כזוג והן כמשפחה.

מובן שגם בקרב הצעירים השואפים לקשר זוגי, קיימת מודעות לפן הכלכלי של החיים.

חלקם מושפעים על ידי התבוננות ב"מנעמי החיים" המוצעים על ידי "חברת השפע" וב"חיים המתוקים" של בעלי המעמד הכלכלי הגבוה משלהם.

חלקם מושפעים מאורח החיים של משפחותיהם המבוססות כלכלית, אשר בקירבן גדלו ולרמת חייהם הורגלו.

ישנם כאלה, המודרכים ומכוונים על ידי בני משפחותיהם (הורים בעיקר), ליצירת קשר זוגי של "תועלת" וכדאיות כלכלית (גם אם הדבר בא על חשבון הרגש).

כיום, בקרב הצעירים רבים, קיימת מודעות גוברת לעריכת "הסכמי ממון" טרם כניסתם בברית נישואין, מתוך ידיעה כי החוק מכיר ברכוש הנצבר על ידי בני-זוג בתקופת נישואיהם, כרכוש משותף. רכוש השייך לאחד מהם, לפני נישואיהם, יהיה שייך לבעליו גם אם הנישואין ייכשלו ובני-זוג יתגרשו (חלילה), אלא אם נכתב אחרת בהסכם.

"האזהבים המבוגרים", כלומר; הרווקים בגילאים מתקדמים, הגרושים, האלמנים, הם מחושבים יותר לרוב, ביחס לבחירת בני-זוג והנושא הכלכלי מקבל משמעות רבה יותר בשיקולים והחלטות בעד או נגד ביסוס קשר זוגי עם מועמדים אפשריים ובחירתם.

ההתייחסות לפן הכלכלי של קשר זוגי, בקרב ה"פנויים לקשר", אינה אחידה כמובן, ומשתנה בהתאם למעמד הכלכלי, השקפת העולם, העדפות לגבי האישיות, החיצוניות, הפתיחות והנכונות לתת ולקבל (לאו דווקא בתחום החומרי), נסיון החיים, הפקת לקחים מכשולן זוגיות קודמת ועוד.

בחברה, בה הכסף והרכוש מהווים "ערך עליון" כמעט, אין רבים המוכנים לומר "שלי שלך"... ולחלוק עם אחרים אשר "אין להם" או יש

פחות באופן משמעותי. בעלי מעמד כלכלי איתן (המבוססים), מעוניינים, ברוב המקרים, בקשר זוגי עם בעלי מעמד כלכלי הדומה לשלהם. הסיבות העיקריות: להמשיך את רמת החיים הגבוהה אליה הורגלו, מבלי לחלוק "יתר על המידה" מכספם או רכושם, עם בני-זוגם. מובן, שקשר זוגי כזה הוא נוח ומונע תלות או מחוייבות כלכלית מצד בני-זוג. אך אם זהו השיקול העיקרי בבחירת בני-זוג, הופך קשר זוגי מעין זה, ל"קשר עסקי" כמעט, העשוי להיות מלווה בחסכים על רקע רגשי בעתיד.

גישה "עסקית" לבחירת בני-זוג, מצמצמת משמעותית את מספר המעומדים לקשר זוגי ומובילה לא פעם, לצורך בפשרות על "איכויות אישיות" שלהם.

אלה מה"מבוססים כלכלית", המוכנים לחלוק בצורה זו או אחרת, מ"טובם" עם בני-זוגם או להתאים עצמם לרמת חייהם הנמוכה יותר, עשויים לקבל תמורה בצורת יחס חם ואוהד (גם אוהב), הערכה וכבוד, הנובעים מתוך "הכרת תודה" ורצון להעניק בחזרה ממה שיש להם להציע.

יש, מבעלי מעמד כלכלי "סביר" או מאלה ש"אין להם", המעוניינים ביצירת קשר זוגי עם בני-זוג "מבוססים", מתוך רצון להיטיב את רמת חייהם בעזרת בני-זוגם.

האם ה"עושר" הוא ערובה ל"אושר" ?

במקרים רבים, בהם הפער, הכלכלי בין בני-זוג גדול משמעותית ו"גודל ליבם" של בני-זוג "המבוססים" אינו כ"גודל כיסם", עשויה להיווצר תלות כלכלית מצד אחד והרגשה של "ניצול על ידי..." מצד שני, גם אם אין כוונה כזאת כלל.

לעיתים, כאשר השיקול הכלכלי הוא העיקרי (הדומיננטי) בבחירת בני-זוג "מבוססים", הוא הופך, גם במקרה זה, לגורם "המוביל לפשרות" לגבי האיכויות האישיות של בני-זוג וכן נוצרת אפשרות לתסכולים ורגשות שליליים, המופיעים כאשר "התלות הכלכלית" באחד הצדדים, תהווה גורם עיקרי, ה"מחזיק" את בני-הזוג יחדיו.

רבים מבין "הפנויים לקשר", בעלי רכוש (בעיקר דירת / בית מגוריהם), נמנעים מקשר זוגי עם מי שאין להם בעלות על מקום מגורים משלהם (לפחות), אף אם אלו מתקיימים בכבוד בזכות עצמם ואולי אף יותר מכך, גם אם נתוניהם האישיים "מעניינים" ותואמים את רצונותיהם. הם חוששים מ"השתלטות", כזאת או אחרת, על רכושם או "התנחלות" בני-זוגם בבתיהם (מושגים ששמעתי לא פעם, בשיחותי עם ה"פנויים לקשר").

בעזרת מודעות נכונה, התעניינות וייעוץ הולם, ניתן להתגבר על חששות מעין אלה ולדאוג להגנות מתאימות.

בהגיע השלב בקשר זוגי, בו מדובר על מיסוד הקשר ומעבר ל"חיים משותפים", ניתן לעגן את ההבנות המושגות בין בני-זוג, על צורת ניהול החיים המשותפים, ב"הסכמי ממון" או הסכמים דומים המוצעים על ידי אנשי מקצוע (עורכי דין בעקר).

ישנן אפשרויות מגוונות לביסוס הקשר הכלכלי בין בני-זוג:

"שנינו ביחד וכל אחד לחוד"

קשר, שבו בני-זוג מנהלים מערכות משקיות עצמאיות ונקודת החיבור ביניהם היא בבילוי ה"זמן הפנוי" יחדיו (ערבים, לילות, סופי שבוע וכדומה) לפי המוסכם ביניהם, במימון אחד הצדדים, חלוקה שווה של המימון או כל צורת חלוקה אחרת, הבאה מתוך רצון והסכמה.

### מגורים משותפים

אפשרות לגור יחדיו בבית אחד מבני-הזוג או שכירת דיור משותף, תוך ניהול משק בית המבוסס על "קופה משותפת". בהסדר כזה, כל אחד מבני-הזוג מפקיד סכום שווה ל"קופה המשותפת", למימון כל הוצאות המחיה, אחזקת הבית / הדירה, הבילויים המשותפים ועוד. הוצאות אישיות אחרות, הקשורות לכל אחד מהם, הן במימון עצמי (אין הדבר מונע הענקת מתנות או "הפתעות" אחרות במימון עצמי של אחד מהצדדים כלפי מישנהו). אפשרויות נוספות: מימון עיקרי של אחד מהצדדים במסגרת "חיים משותפים", מימון מוחלט של אחד מהם או, "מיזוג כלכלי" מלא של האמצעים והרכוש של שני הצדדים (במקרים נדירים). למרות כל הנאמר עד כאן בנושא הכלכלי, רבים מחפשים את ה"אדם" שבמועמדים לקשר זוגי והנושא הכלכלי הוא מישני עבורם. הם מוכנים להתאים עצמם לקשר זוגי בכל צורה, אשר תתרום לתחושה טובה והרגשת סיפוק.



## השכלה ו"קשר זוגי"

בעולמנו ה"מודרני", בו הטכנולוגיה והמדעים השונים, מתפתחים ב"צעדי ענק" וכמות המידע והידע גדלה ללא הפסק, דרושה השכלה רחבה, ככל האפשר, על מנת להתקדם ולהשתלב במקצועות, עיסוקים ומישרות, בהם יש דרישה לידע ומיומנות מוכחים בצורת תארים ותעודות. למרבה הצער, אין התארים והתעודות יכולים להבטיח הצלחה בתחומי העיסוק השונים. על מנת להצליח בכל תחום (כמעט), יש צורך ב"חכמת חיים" ו"טיפ, טיפה מזל". ההשכלה היא דבר נרכש / נלמד (חשבוה ובעלת ערך). הבינה (האינטליגנציה), היא דבר שאיתו נולדים, המקנה יכולת לפתח "חכמת חיים" (אשר ערכה רב יותר, במקרים רבים).

אין ספק, כי השילוב של שני הדברים גם יחד: השכלה ו"חכמת חיים", הוא הצירוף הטוב ביותר.

בתחומי החיים האישיים בכלל, ובקשר זוגי בפרט, על אף חשיבותה של ההשכלה, "חכמת החיים" היא ה"מכשיר", שבעזרתו ניתן לנווט את "ספינת הזוגיות" ב"ים החיים" היום יומיים ולהשיטה על "מי מנוחות" ל"חוף מבטחים" או על "מים סוערים"....

מאחר והתקשורת בין בני-זוג מהווה בסיס חשוב לקשר זוגי מוצלח, יש צורך ב"שפה משותפת" ביניהם. כאשר הפערים בהשכלה בין בני-זוג גדולים מדי, עשוי להיווצר "קצר" בתקשורת בשלב כלשהו ולהוות איום על קיום בסיס ההבנה שביניהם.

יש המעדיפים בני-זוג, בעלי השכלה זהה או דומה לשלהם ואינם מוכנים ליצור קשר זוגי עם בעלי השכלה נמוכה יותר (אקדמאים הרוצים

אקדמאים), גם אם הצדדים האחרים באישיות הצד ה"מועמד", מתאימים לרצונותיהם.

יש, המעדיפים בני-זוג, בעלי השכלה נמוכה יותר משלהם (בוודאי לא גבוהה ממנה), דבר, המקנה להם הרגשת חשיבות ואף עליונות מסוימת על פני בני-זוגם.

יש מי שחשים "מאוימים" על ידי בני-זוג, בעלי השכלה הגבוהה משלהם והדבר גורם להם לחוסר בטחון בדבר תדמיתם בעיני בני-זוגם. יש, מי שמעדיפים בני-זוג, בעלי השכלה הגבוהה משלהם, הדבר מקנה להם הרגשת ערך עצמי רב יותר, נוכח העובדה שהם רצויים על ידי בני-זוג משכילים יותר, למרות השכלתם הנמוכה יותר. במקרים רבים מהווים בני-זוג המשכילים יותר, מושא להערכה, כבוד ואולי אף הערצה כלפי ה"צד שכנגד"....

יש כמובן, מי שמחפשים את ה"אדם" כבני-זוגם, ללא קשר להשכלה ובלבד שיהיו בעלי תכונות באישיותם, העשויות להקנות תחושה של יחד, כבוד, חום, הבנה, הרגשת "נוחות" ו...אהבה.

## איך "מתחילים"?

### דרכים ליצירת "קשר ראשוני"

רבים מה"פנויים לקשר" שואלים עצמם: "למה לא הולך לי?" ומקנאים באלו שכן "הולך להם".

אחרים אינם מעיזים לעשות צעד בכיוון יצירת "קשר ראשוני", מתוך חשש לכישלון או דחייה על ידי ה"צד שכנגד". יש השואלים עצמם: "איך מתחילים, בעצם?" (איך יוצרים "קשר ראשוני"?) מה לעשות, על מנת להגיע לידי פגישה "פנים אל פנים" מוצלחת ככל הניתן?

התשובה היא: אין דרכי קיצור. כמו בכל משימה אשר רוצים להצליח בה, כך גם ליצירת "קשר ראשוני" דרושה התייחסות, מחשבה, פתיחות, כוונה והכנה מתאימה.

נכון שרבים מצליחים ליצור "קשר ראשוני" ולהגיע לקשר זוגי מוצלח גם ללא הכנות, בצורת מקרית (ספונטאנית) או יזומה, אך הדברים כאן, מכוונים לאלה ה"רוצים ואינם יכולים" או אינם יודעים איך ומה לעשות....

בין הגורמים לאי הצלחת "הקשר הראשוני", ניתן לציין:

- חוסר סובלנות, סבלנות ופתיחות לזולת.
- התניה מוקדמת של "אנטי" (אני נגד...).
- דיבור יתר בקשר טלפוני ראשוני לפני הפגישה הראשונה.
- קביעת פגישה, במקום לא נכון ובצורה לא נאותה.
- הופעה לפגישה בלבוש לא נאות או מרושל, ועוד...

גורמים נוספים לאי הצלחת "הקשר הראשוני" יזכרו כאן בצד עצות ודרכים נכונות יותר ליצירתו, על בסיס נסיונם של רבים מה"פנויים לקשר".

על מנת ליצור "קשר ראשוני" עם מועמדים לזוגיות, יש צורך ב"תרבות חיזור" כלשהי.

"תרבות החיזור" כוללת בתוכה כללי התנהגות וקודים מקובלים בחברה ה"מערבית" ה"נאורה", המאפשרים יצירת "קשר ראשוני" או נסיונות לקשר כזה, באופן בו, גם כאשר ישנה אי הענות לחיזור או סירוב, לא יחשב הדבר כפגיעה כלפי צד זה או האחר.

לרבים מה"פנויים לקשר", מוכרים המצבים, בהם במסגרת חברתית כלשהי "העין צדה" דמות, המעוררת עניין ו"מוצאת חן" בעיני המסתכל (הדברים מכוונים לשני המינים גם יחד), אך על אף הרצון לגשת וליצור מגע, אין די אומץ לעשות צעד בכיוון. מחשבות ושאלות כמו "מה אגיד?" "מה אם אענה בסירוב..." וכדומה, מהוות מעצור בפני עשיית צעד שכזה.

כמה פשוט הדבר, למצוא רגע הנראה כמתאים (רצוי לוודא, שמי שיש ברצוננו לדבר איתם, לא נמצאים בחברת המין השני, אלא אם כן ידוע כי אין הם בקשר זוגי, בבחינת "מה ששנא עליך, לחברתך אל תעשה"....), לגשת ולפנות בנימוס (נוסח פניה אפשרי או דומה לו) "סליחה, אפשר להחליף איתך כמה מילים ביחידות?.." "אני פנוי/ה ומעוניין/ת בקשר-זוגי. האם את/ה?.."

פניה כזאת, גם אם תיענה בשלילה, עשויה להחמיא למקבלי ההצעה. התשובה יכולה להיות "אין לי עניין..." או "אני לא פנוי/ה לקשר..."

תשובה שלילית כזו או אחרת, אינה צריכה להיות גורם לעלבון או פגיעה ב"אני שלי" (האגו) של הפונים להציע קשר. לכל אדם יש את הסיבות השמורות עימו ואת הזכות, לדחות הצעה לקשר או להיענות לה.

כאשר ישנה היענות חיובית לפניה הישירה, רצוי לא להיכנס לשיחת הכרות מעמיקה יתר על המידה (שאלות כמו "מי, מה, כמה ולמה...") בו במקום. רצוי להחליף כמה מילות נימוס ואולי גם מחמאה כלשהי ולהסתפק בהחלפת מספרי טלפון, לאחר שאלות כמו "האם נוכל ליצור קשר טלפוני כדי לבדוק אפשרות לפגישה? מתי נוח ומתאים ליצור קשר איתך?".

דווקא אי כניסה לפרטים אישיים רבים, בשיחה הראשונה, יוצרת סקרנות לדעת ולהכיר יותר בפגישה הבאה וכך גם סיבה ועניין בפגישה נוספת.

לעיתים, אחד הצדדים מבקש לקבל מספר טלפון של ה"צד שכנגד" מבלי למסור את מספר הטלפון שלו או להפך: לתת את מספר הטלפון מבלי לקבל את מספר הטלפון של השני. במקרה כזה, אין למהר להסיק מסקנות או לחפש סיבות "למה לא אוכל לקבל את מספר הטלפון, כפי שאני הסכמתי למסור?" או "למה לא נתבקשתי למסור מספר טלפון ואני צריך ליצור את הקשר הבא?".

רצוי לזכור: אין כללי התנהגות אחידים וקשוחים, שעל פיהם חייב לנהוג צד זה או אחר ובלבד שהכללים יהיו מוסכמים על שני הצדדים.

ישנם גברים, המעדיפים ליזום ו"לכוון את מהלך העניינים" וישנם כאלה, המעדיפים להשאיר את היוזמה בידי הנשים, אם מתוך היותם "בישנים" או כמי שלא רוצים להחשב כ"לוחצים". מנגד, ישנן נשים, המעדיפות

את הגברים היוזמים ויש, המעדיפות "לעשות את הצעד הראשון" והסיבות הן שונות לכל אחד ואחת.

### קשר טלפוני ראשוני

הטלפון (הקווי או הנייד) ! המצאה גאונית העוזרת ליצור קשר קולי כמעט עם כל אחד ובכל מקום כמעט, על כל יתרונותיה וחסרונותיה ... שימוש נכון או לא נכון, באמצעי תקשורת זה לשם יצירת "קשר ראשוני" (וגם בהמשך), עשוי להוות גורם להצלחתו או כישלונו.

קשר טלפוני ראשוני אמור לאפשר למעוניינים בקשר זוגי, לבדוק אפשרות לקביעת פגישה "פנים אל פנים". בין אם מדובר בשיחה טלפונית בעקבות הכרות מקרית או ביוזמה ל"הכרות באמצעות אחרים" (המלצת חבר, מכר, קרוב, "שרות הכריות") או כל דרך אחרת, רצוי לא להאריך בשיחה מעבר לכמה דקות ולהשאיר את הנושאים העיקריים למפגש אישי.

אכן, ישנם מי שמעדיפים שיחה טלפונית קצרה ועניינית, שמטרתה: קביעת פגישה ויש מי שנוטים "להיסחף" בשיחה טלפונית ומרבים לדבר לעיתים, יתר על המידה (לרוב, מתוך רצון ליצור "רושם טוב" וכדומה). אין למהר ולהסיק מסקנות לגבי מי שממעטים לדבר בשיחת טלפון, על היותם "סגורים" ו"לא זורמים..." או להפך. הרי מדובר בשני זרים שהכירו באקראי או שלא הכירו כלל - עדיין.

ישנה אימרה: "פרח שנפתח לאט, מחזיק זמן רב יותר". יש המנהלים שיחות טלפוניות ארוכות ובמשך ימים רבים, עד הגיעם לידי פגישה "פנים אל פנים" ואז, נוחלים אכזבה, כאשר ההתרשמות

האישית אינה תואמת את הציפיות. אם כך, מה הטעם בכל השיחות הטלפוניות, לחשיפת יתר והשקעת זמן ו"אנרגיות" לפני הפגישה? כאשר השיחה הטלפונית משמשת תחליף לפגישה האישית, אשר אינה מתקיימת תוך פרק זמן סביר, עשוי אחד הצדדים לאבד את סבלנותו או להסיק מסקנה בדבר "חוסר הרצינות" באשר לכוונות ליצירת קשר זוגי ולבקש לעצמו קשר אחר, ממשי יותר.

### **אין תחליף לפגישה "פנים אל פנים"!**

כאשר מקבלים הצעה להכרות המעוררת עניין, רצוי למצות את ההזדמנות ולהשתדל להגיע לידי פגישה אישית (אלא אם במהלך שיחה טלפונית מוקדמת נשמעים דברים, אשר אינם "ערבים לאוזן...") רצוי מאד לחשוב במושגים של "רווח והפסד".

ה"הפסד" עלול להסתכם ב"איבוד זמן" בפגישה "על כוס קפה", על אף שהפגישה עצמה עשויה להיות נעימה, גם אם "זה לא זה"..

ה"רווח": יצירת קשר זוגי טוב לפרק זמן מסוים או "לחיים". בפגישה "פנים אל פנים", פועלים החושים ה"מסננים" את ההתרשמות:

**הראייה** (איך נראה ה"צד שכנגד", איך הוא לבוש ומתנהג...).

**השמיעה**: (איך נשמע הקול, אופן הדיבור והעניין שבו...).

**הריח** (האם יש ריחות נעימים, או חלילה, דוחים וכדומה...).

קורה, שבפגישה כזו, ההתרשמות הראשונית תואמת את הציפיות המוקדמות או שאינה תואמת אותן, אך למרות אי ההתאמה לציפיות, מתגלה צד באישיות, ה"שובה את הלב" ו"מקסים" (כדברי המשורר "בכל זאת יש בה משהו..."), העשוי בכל זאת לעורר עניין בהמשך הקשר.

מסופר בהלצה, על גבר נאה וגבוה, המלווה באישה "מכוערת" ונמוכה (זה יכול להיות גם להפך...). פגש אותם חברו של הגבר, לקח אותו הצידה ושאל "מי זו?" ענה הגבר "זו חברתי החדשה", שאל החבר "איך זה שאתה והיא....?" ענה הגבר "מה אתה מבין בפיקאסו?!".

גם צפייה מוקדמת בתמונות המועמד/ת לפגישה, אינה מהווה תחליף לפגישה. אמנם צפייה כזו עשויה לחסוך בזמן וטירחה, במקרים מסוימים, אך גם למנוע אפשרות ל"משהו טוב", בהסתמך על התרשמות חלקית בלבד, אשר אינה יכולה לשקף את התמונה השלמה: **המקור!**

### **קביעת פגישה ראשונה ("פנים אל פנים")**

בהגיע השלב בו שני בני-זוג אכן מעונינים בפגישת הכרות, רצוי לזכור, כי ישנה חשיבות רבה לזמן ולמקום של עריכת הפגישה, אך גם הדרך להצעת הפגישה ולקביעתה חשובה לא פחות.

מומלץ שימוש בשאלות כמו: "מתי נוח לך להיפגש איתי...?" או "מה דעתך שניפגש ביום ... בשעה ... במקום ...". אם ההצעה נשמעת מתאימה ל"צד שכנגד", אפשרית תשובה כמו: "בשמחה", "זה נישמע טוב" או כמדומה.

אם ההצעה אינה מתאימה, בנוגע לזמן או המקום, אפשרית הצעה נגדית בנוסח: "אשמח להיפגש איתך, אבל היום או המקום שהצעת אינו מתאים לי. האם נוכל להיפגש ביום ... במקום ...?".

הכתבת זמן הפגישה ומקומה על ידי אחד הצדדים עשויה לגרום לתחושת אי-נעימות ולהתפרש כ"לחץ" או "שתלטנות". קביעת הפגישה



מתוך הסכמה והתחשבות הדדית בצורת הצעה וקבלתה או הצעה נגדית וקבלתה, יעידו כבר בשלב הזה בצורה חיובית, על נכונות להתקשר על בסיס הבנה, התחשבות והידברות.

מטרת הפגישה הראשונה בין בני-זוג, היא, התרשמות והכרות ראשונית הדדית מן המראה החיצוני, הלבוש, דרך דיבור ואופן התנהגות, לכן ישנה חשיבות לצורת הפגישה ומקומה.

על מנת לאפשר התרשמות ראשונית טובה ככל האפשר, נחוצה תשומת לב הדדית, תוך הסתכלות, אבחנה, דיבור במידה נאותה **והקשבה**. הדבר אפשרי בצורה מירבית, תוך ישיבה פנים אל פנים ליד שולחן, באווירה נינוחה, במקום מכובד (מומלץ בית-קפה).

כאשר נקבעת פגישה בין בני-זוג, יש לוודא, שמקום הפגישה מוכר לשניים וכך גם נקודת המפגש בו ידועה במדויק.

לדוגמה: אם הפגישה נקבעת במרכז קניות מסוים, המוכר לשניים, יש לוודא שהכניסה המסוימת, בית-הקפה, קופת הקולנוע, החנות, ידועים גם כן. קורה, שקובעים פגישה במקום גדול, כל צד מחפש את השני בנקודה אחרת ולבסוף אולי גם לא נפגשים (תוך הרגשה של "סידרו אותי").

כאשר הפגישה נקבעת מספר ימים לפני כן, רצוי לבדוק ביום הפגישה (לשם כך יש לדאוג, שתהיה אפשרות לקשר טלפוני לשני הצדדים או לצד אחד לפחות) שלא חל שינוי של "הרגע האחרון" כדי למנוע מסקנות מוטעות.

תוך השיחה לוידוא קיום הפגישה, רצוי לשאול לסימנים מזהים, כמו פרטי לבוש וכדומה (מתוך הנחה, כי פרטים עיקריים לגבי מראה חיצוני של הצדדים ידועים).

יש להקפיד על לבוש נאות ו"אסתטי" (אין צורך בלבוש חגיגי מדי), דיבור ברור אך גם יכולת הקשבה והתבוננות, חשובים מאד.

### **גם זה קורה!**

ישנם מקרים, בהם אחד הצדדים (או שניהם) מזהים כבר בתחילת הפגישה, ש"זה לא זה".

במקרה כזה, ישנן שתי אפשרויות להתנהגות נאותה ומכובדת:

1 להמשיך את הפגישה כמתוכנן ואולי אף ליהנות מעצם המפגש ושיחה נעימה... (ובדרך זו ליצור "רושם טוב" גם אם אין רצון במשך הקשר).

2 להחליף כמה מילים ולומר בנימוס רב: "את/ה מאד נחמד/ה, אבל לא נראה לי שנוכל להתאים...."

כדי למנוע מראש מבוכה במצב שכזה, אפשר להציע כבר בשיחה הטלפונית, בה נקבעת הפגישה: "נסכים על כך, שאם אחד מאיתנו לא ימצא חן בעיני השני, לא נראה בכך פגיעה אישית, אם נאמר זאת בגילוי לב... ובכך לצמצם או למנוע את הרגשת ה"דחייה" של מי מהצדדים.

### **הפגישה:**

לאחר הצגה עצמית של כל צד ("אני.... נעים מאד, גם לי...."), רצוי שהגבר יציע לשבת בבית-קפה או מקום דומה ואם ישנה לכך הסכמה, יתן את האפשרות לבת-זוג לבחור את מקום הישיבה הרצוי, אלא אם ישנו ויתור על זכות זו. שאלה כמו: "מה תירצי לשתות" כבר בהתחלה,

עוזרת ל"שבירת הקרח" בין בני-זוג ומראה על התחשבות וכיבוד בת-הזוג.

מומלץ מאד, על ניתוק הטלפונים הניידים תוך כדי הפגישה, תוך הדגשת הרצון, למנוע הפרעה בשיחה ובתשומת הלב.

### השיחה:

בפגישה הראשונה "פנים אל פנים", בין אם היתה שיחה טלפונית מקדימה, ארוכה או קצרה יותר, קיימת מבוכה כלשהי אצל רבים, אשר אינם יודעים איך לנהל שיחה בצורה נכונה.

הרצון לדעת הכל על ה"צד שכנגד" או לספר הכל על עצמם, כבר במעמד זה, עשוי להוביל להיווצרות רושם מוטעה או הפוך מן הכוונה המקורית.

טבעי הדבר, כי כל צד רוצה להציג עצמו בצורה הטובה והמרשימה ביותר וכך קורה לעיתים, שמתוך התלהבות, מי מהצדדים לפגישה, מדברים בשטף על עצמם ונוטים לשכוח, כי בעצם חשוב גם לשמוע ולא רק להשמיע. דיבור יתר רצוף, על אף הכוונה הטובה, עשוי להתפרש כעדות לחשיבות עצמית מוגזמת ("אגו מנופח"), חוסר נימוס, "חפירה" וכדומה.

נושאים המומלצים לשיחה: תחומי עיסוק, תחומי התעניינות ובילוי, תוך כדי הצגת שאלות ומתן תשובות, בצורה הדדית.

מומלץ להימנע מלדבר בהרחבה על אחרים: הורים, ילדים (או קרובים אחרים, על אף היותם יקרים וחשובים), מכרים משותפים, ה"בוס" וכדומה. כמו כן אין לספר על צרות, בעיות, חובות ותלונות על ... (אנשים אינם אוהבים לפגוש "קוטרים" או לחוש, כמי שעומדים "להכניס

ראש בריא למיטה חולה"). אין להיכנס לויכוח פוליטי, דתי, או כלכלי. אין זה רצוי לדבר על בני-זוג קודמים, לטוב או לרע. שאלות כמו: מה (יש לך ?), כמה (הכנסה או רכוש), איך (אורח החיים) ולמה....., אינן רצויות כבר בפגישה ראשונה. הן עשויות לעורר רתיעה והרגשה של ישיבה מול פקיד שומה במשרדי מס-הכנסה, או חוקר פרטי.

### תשלום החשבון:

על הגבר (לפי דעתי ונסיוני) לבקש את החשבון ולשלמו (אם מדובר בשתייה ועוגה), אך יהיה זה "נחמד" אם בת-זוג תציע לפחות, לשלם את חלקה בו (אם הגבר יסכים, אלא אם ישנה עמידה מפורשת על כך, לא יחשב הדבר לזכותו. התנהגות כזאת עשויה להתפרש כקמצנות).

בסיום הפגישה, רצוי להמנע מלשאול "האם נראה לך שנמשיך את הקשר?", כדי לא להעמיד במצב לא נעים את מי שאינו מתכוון להמשיך. כדאי להשאיר זאת לקשר טלפוני שלאחר הפגישה. יומיים או שלושה, לאחר הפגישה (או למחרת אם "בוער" כל כך), רצוי להתקשר ל"צד שכנגד" (מומלץ לא "לשחק משחקי כבוד", לגבי מי יתקשר ראשון. גם האישה יכולה ליצור קשר ביזמתה, אם ברצונה לבדוק אפשרות להמשך) ולשאול. מומלץ לומר (נוסח מוצע) "אני נהייתי מהפגישה אתך, האם נוכל להיפגש שוב?"

## למה זה לא הולך?

מקרים ודוגמאות להתנהגות "שגויה" בדרך ליצירת קשר זוגי. מניסיוני הרב, כמתאם ומקשר בין המעוניינים ביצירת קשר זוגי, יש באפשרותי לפרט קשת רחבה ומגוונת של דוגמאות להתנהגות "שגויה", אשר גורמת לרוב לאי הצלחת הקשר הזוגי עוד לפני תחילתו. כבר בשלב קשר טלפוני ראשוני, יש המתקשרים ל"צד שכנגד" בשעות "לא מקובלות" כגון: לאחר 22:00, לפני 08:00 (בבוקר) או לפני 10:00 בימי המנוחה (שבתות וחגים).

הערה: יצירת קשר טלפוני בשעות "לא מקובלות", עשויה להעיד על חוסר התחשבות בזולת (אלא אם יש אישור מראש, להתקשר בשעות כאלו), זילזול בכללי התנהגות "מקובלים" ולהשפיע על ההתרשמות הראשונית, לשלילה.

יש, מי שמנסים להתקשר יותר מפעם ואינם מצליחים לדבר ישירות עם ה"צד שכנגד", אך אינם משאירים הודעה המאפשרת קשר חוזר, בתיבה קולית, אך בכל זאת יש להם טענות, שלא ניתן ליצור קשר מאחר ו"..." אף פעם לא זמין/ה."

הערה: במקרה כזה, מי שמנסה ליצור קשר טלפוני ואינו מצליח, עשוי להסיק מסקנה מוטעית ולהתייאש מהמשך הקשר, בעוד שה"צד שכנגד" אינו מודע כלל לניסיונות ההתקשרות או שאין באפשרותו להחזיר "צלצול" אם לא הושארה הודעה מתאימה, הכוללת מספר טלפון, גם ב-SMS.

יש, הקובעים פגישה ראשונה כב"דרך אגב": "...אהיה בסביבה, אז אולי ניפגש...." או כדומה.

צורה כזו של הצעה לפגישה פוגעת, ואינה מעידה על רצון וכוונה ליצירת מפגש אמיתי, אשר מושקעת בו "תשומת הלב" הראויה. אין להתפלא איפה, אם אחד הצדדים לא יתייחס להצעה כזו ברצינות. יש, הבאים לפגישה ראשונה, בלבוש מרושל, ללא טיפוח עצמי (היגינה ואסטטיקה) וכדומה. במקרים כאלו, גם אם יש משהו "מעניין" באישיות המועמדת לקשר-זוגי, הרי שהופעה חיצונית מרושלת עשויה ליצור רתיעה והתרשמות, אשר תיפגע בסיכוי להצלחת "הקשר הזוגי". יש, מי שמציעים לקיים את הפגישה במקום לא נאות, כגון: ברחוב, במכונית, תוך כדי הליכה, בגן ציבורי וכדומה. הערה: קביעת מקום "לא מתאים" לפגישה ראשונה, עשויה להתפרש כעדות לחוסר רצינות, קמצנות, חוסר "תרבות חיזור", זלזול וכדומה או ליצור רושם מוטעה לגבי הכוונות ומטרות הקשר. ישנם רבים, הנושאים עימם הרגשות תסכול, בגלל אכזבות מבני-זוג קודמים. הם מקרינים זאת בדיבורם והתנהגותם, כלפי "מועמדים" חדשים ובכך מפחיתים את הסיכויים להצלחת המפגש. הערה: איש אינו אוהב להיכנס לקשר זוגי עם "מרי נפש", "כעסנים", "מלאי טענות" ובעלי "מזג שיפוטי" כלפי כולם והכל, המרגישים ש"כל העולם נגדם". יש המתייחסים לבני-זוג בפגישה הראשונה, כמי שעליהם "להתמודד על תפקיד" בעבודה או במופע ונותנים הרגשה של "הנה אני כאן, יש לך הזדמנות להוכיח את עצמך...". והם עצמם נותרים אדישים.

הערה: יחס כזה, גורם למתיחות בין בני-זוג, מעורר התנגדות וחוסר רצון להיפתח. כמעט כל מי ש"עובר מבחן", אינו מתנהג באופן טבעי, יש צורך על כן, בפתיחות ויצירת אווירה טובה.

ישנם מקרים, בפגישה הראשונה ("פגישה עיוורת") בהם כבר ממבט ראשון של אחד הצדדים (או שניהם), נוצרת תחושת אכזבה. יש המגיבים במצב זה, בהתנהגות פוגעת ובקרירות מופגנת, מילים לא "נאותות" או שאינם ניגשים כלל ל"צד האחר" והולכים לדרכם.

הערה: גם אם ישנה אכזבה כזאת, אין להתנהג כלפי ה"צד שכנגד", בדרך שהיתה עשויה לגרום לך לעלבון. התנהגות כזאת יכולה ליצור "שם רע" שיעבור הלאה ויקלקל סיכוי לקשר אחר, מוצלח יותר. בל נישכח שאנו חיים בחברה, בה רבים מכירים רבים ו"שם טוב משמן טוב" ושם רע יישאר ואף "יצמיח כנפיים". לעומת זאת, גם כאשר ישנה הרגשת אכזבה, אך הדבר אינו מורגש בהתנהגות, חשוב מאד להותיר רושם טוב, העשוי להיות מועבר לגורם אחר, אשר עשוי להיות מעוניין בקשר איתך בעתיד.

יש, שהדברים, הנשמעים במהלך השיחה, אינם מובנים דיים למי מהצדדים ומתפרשים בצורה שונה מזו שהתכוונו להם. הדבר תורם לא פעם, להסקת מסקנות מוטעות, הגורמות לכישלון .

הערה: במקרים, בהם ישנה אי בהירות כלפי הדברים הנאמרים, רצוי לשאול שאלות הבהרה, ללא חששות כלשהם. שאלה כמו "למה התכוונת/ה" או שאלות הבהרה דומות, יכולות למנוע אי הבנות. במיקרים רבים, לא הדברים הנאמרים "צורמים את האוזן" אלא הפרוש הניתן להם.

ישנם כאלה, שלמחרת הפגישה הראשונה, יוצרים קשר טלפוני עם "הצד שכנגד" ובחוסר סבלנות מצפים לשמוע התרשמות: "איך היה?", "איך התרשמת?" וכדומה. כמו כן, הם "לוחצים" לקיום פגישה נוספת "בדחיפות"..

הערה: גם אם הפגישה הייתה מוצלחת והותירה רושם חיובי ורצון להמשך הקשר, אין "ללחוץ" לקיום פגישה "דחופה" נוספת או לצורך ב"חלוקת ציונים". לחץ כזה יוצר התנגדות, רתיעה ו"מחשבה שניה": "האם התרשמתי הייתה נכונה?".

רצוי לתת ל"צד האחר" את הזכות להחמיא או לומר את התרשמותו "לצד שכנגד" ולקבוע פגישה נוספת (אם יש רצון הדדי לכך) בתאום הזמן והמקום הנוח לשני הצדדים.



## מצבים לא רצויים בפגישה הראשונה

מניסיוני ומניסיונם של אחרים, מוגשת כאן רשימה של מצבים מסוימים, מהם רצוי להימנע, העשויים לפגום ביצירת קשר זוגי, כבר בתחילת דרכו.

**רצוי להימנע** לקבוע פגישה ראשונה במסעדה, לארוחה. מלבד "תשומת לב" רבה המוקדשת לנושא האוכל (הזמנת התפריט והאכילה), קיימת אפשרות למצבים מביכים כמו מנהגי אכילה, דווקא כאשר מנסים ליצור "רושם טוב", התעסקות בתפריט, תשומת לב לשרות ומבוכה בעניין החשבון.

**רצוי להימנע** מלקבוע פגישה ראשונה במסגרת חוג חברתי, עם חברים נוספים, או כל פעילות חברתית אחרת. מלבד חוסר האפשרות ל"תשומת לב" ראויה, קיימת אפשרות ל"פזילה" לעבר אחרים ואולי אף יצירת קשר אקראי אחר... (ואין צורך להרחיב בנושא...). גם הזמנה לסרט, הצגה, הרצאה וכדומה, אינה מומלצת בפגישה הראשונה, על אף הכוונה הטובה ו"נדיבות הלב".

**רצוי להימנע** מלהזמין הביתה בפגישה הראשונה, או להיפגש ליד הבית, כדי שהבית או סביבתו, לא יהוו גורם משפיע לחיוב או לשלילה, על מערכת השיקולים לפני ההכרות "פנים אל פנים".

**רצוי להימנע** לשאול שאלות מביכות, כבר בפגישה הראשונה, כגון "איך זה שאת/ה עדיין רווק/ה?", "למה התגרשת?", או "באילו נסיבות התאלמנת?". אין ספק, כי תשובות לשאלות הללו, תינתנה במישרין או בעקיפין, בפגישות הבאות, אם וכאשר תהיינה כאלה.

## מין וקשר ראשוני

אין ספק כי המין מהווה מרכיב חשוב במכלול מרכיבי הקשר הזוגי. אין בכוונתי להרחיב בנושא, רבות נאמר ונכתב על כך, אך אני רואה חשיבות באיזכור נושא המין, בהקשר ליצירת קשר הראשוני. גבר, המשדר רצון למגע מיני כבר בפגישה הראשונה, משדר בעצם "זה מה שאני רוצה וזה הדבר החשוב לי בקשר הזוגי וזו מטרת הפגישה" (גם אם אינו חושב כך או מתכוון לכך). אישה, הנעתרת למגע מיני כבר בפגישה הראשונה או יוזמת אותו, משדרת גם היא, כי זה הדבר החשוב לה, או זו דרכה להגיע אל ליבו של הגבר (גם אם אין היא אינה מתכוונת לכך). יתכן ושני הצדדים ייהנו מהמגע המיני המתרחש מהר כל כך, אך לאחר מכן עשויה לעלות המחשבה "אולי הוא/היא עושה את זה עם כל מי שהוא/היא פוגש/ת בפעם הראשונה?..." כאשר ישנה כוונה ליצירת קשר זוגי למטרה "רצינית", יש לתת את הדעת "עם מי ומתי" רצוי המגע המיני הזה.

**לסיכום:**

אני מקווה, כי בכתיבתי עד כאן, הצלחתי להתוות שביל כלשהו להליכה לקראת יצירת קשר זוגי.

**הליכה כן, אך לא ריצה!**

לרצים, שאצה להם דרכם, אין זמן או סבלנות להבחין בפרטים חשובים בדרך לזוגיות, בין אם אלה פרטים העשויים להוות מאיץ לקשירת קשר זוגי ובין אם אלה פרטים, העשויים להוות תמרורי אזהרה לאי יצירתו של הקשר הזוגי והימנעות ממנו, במקרים הפוכים.

מה שחשוב באמת:

**בהצלחה !!**

**על המחבר :****חיים רוטר**

למד ניהול שיווק (טכניון), עתונאות ויחסי ציבור (בית הספר לעתונאות)  
וקורסים ליחסי אנוש (בארץ ובח'ל).

כמו כן, כ- *NLP Master Practitioner*, משתמש בהצלחה בבכלים

המעולים והתובנות המבוססים על תחום מרתק זה.

במשך שנים עבד כמראיין מועמדים למישרות רגישות במסגרת  
מערכת ממשלתית.

מזה כשני עשורים מקדיש את עיקר זמנו ומרצו להקניית כליים מעשיים  
ותובנות, למעוניינים ביצירת קשר זוגי, אהבה וזוגיות, איך ליצור, לטפח  
ולשמר זוגיות נכונה וטובה.

העניין הרב שמצא בעיסוקו הנוכחי, מגעיו עם קהל הפנויים,  
הרקע האישי וקשריו הענפים שנירקמו תודות לעיסוקיו בעבר ובהווה,  
גישתו הרצינית המביאה לידי ביטוי את הידע והניסיון הרב שניצבר  
במשך שנים, מאפשרים לו לעזור לרוצים בכך, הן בצורה ישירה  
(הכרויות) והן בצורה עקיפה

(אימון אישי, אימון זוגי, הרצאות ובנחיית סדנאות).

לתגובות, שאלות ויצירת קשר:

03-6966222 או 052-2721232 [rotterh@015.net.il](mailto:rotterh@015.net.il)