

# במועצה האזורית עמק יזרעאל דואגים לשלום המשפחה

| כתבה: גלית בצלאל |

כאמור, כאן נכנס לתמונה **המרכז לשלום המשפחה ומניעת אלימות\*** הפועל כבר חמש שנים במועצה האזורית עמק יזרעאל ומנוהל ע"י יסכה שחר, מטפלת משפחתית מוסמכת. המרכז משמש כתובת לכל אותם זוגות ומשפחות, ומעניק ייעוץ וטיפול אישי שניתן ע"י עובדים סוציאליים המוסמכים לטיפול באלימות במשפחה, הכל בדיסקרטיות מלאה ובסבסוד ניכר, לפי מבחן הכנסה, בעלויות נמוכות באופן משמעותי מטיפול אצל מטפל פרטי.

המרכז עוסק גם בייעוץ מידי בשעת משבר, ייעוץ ותיווך לגופים בקהילה, פעולות מניעה והסברה לאנשי מקצוע ובעלי תפקידים והעברת סדנאות הסברה לקהל הרחב. בנוסף מציע המרכז טיפול אישי לאנשים המצויים בתהליך פרידה מן זוגם ומעוניינים לשמור על תקשורת נעימה וטובה עם הגרושה/ה, וקבוצות טיפוליות לגרושים וגרושות שנמצאים בשלבים שונים של פרידה ומתקשים להתמודד עם התהליך.

**אלכס סוסנר**, עו"ס ומטפל במרכז, מסביר: "עיקר הטיפול מתמקד בגברים ונשים שפשוט מרגישים שנגמר להם האוויר בבית, ושהם לא מצליחים לתקשר עם בן או בת הזוג. פתאום אותם אנשים מרגישים שהם נמצאים במקום שהם לא בחרו להיות בו. הטיפול מתמקד בראש ובראשונה בשינוי שעליהם לבצע בתפיסת העצמי שלהם בתוך המערכת הזוגית. אנחנו מאפשרים למטופל להסתכל פנימה אל תוך עצמו, מבלי לבקר אותו או לשפוט אותו. המטרה היא לא לשנות את בן הזוג, אלא את ההרגשה הסובייקטיבית שלך בתוך הדבר הזה שנקרא זוגיות. אתה הרי לא יכול לשנות אנשים אחרים, אבל אתה יכול לשנות את עצמך, לקחת אחריות, להבין מה החלק שלך בסיפור, לשנות את צורת החשיבה שלך, ולחזק את אותם אלמנטים באישיות שלך שגורמים לך להיות אלים, או מאידך לבטל את עצמך ולהרגיש קורבן. זו עבודה עצמית לא קלה, אבל זה, יחד עם מחויבות של שני בני הזוג לתהליך, הם אלה שבסופו של דבר יחזירו את האמון למערכת הזוגית ויהפכו את הקשר למיטיב".

**יסכה שחר** מוסיפה: "פעמים רבות אנחנו נתקלים באנשים ממעמד גבוה, שעובדים במשרות בכירות או פעילים ואהודים מאוד בקהילה, שבביתם יש אווירה של כוחניות וקורבנות. כלפי חוץ הכל נראה בסדר, אבל בפנים הכל סוער. מחוץ לבית הם מרגישים חשופים ואסרטיביים ובבית הם פתאום מנוטרלים, חסרי ערך ויכולת. בפרט כזה יש קושי לזהות ולהכיר במצב ולפנות לקבלת עזרה. פנייה לעזרה ולהתייעצות חשובה במיוחד אם יש ילדים במשפחה שעדים לקונפליקט בין הוריהם. אלה מוצאים עצמם לא פעם נקרעים בין הצדדים ונדרשים לנקוט עמדה לטובת אחד ההורים, מה שעלול לגרום להם נזק רגשי עמוק. זו אחריות של כולנו לדאוג שזה לא יקרה ולא להשאיר את המצב על כנו. צוות המרכז לשלום המשפחה ישמח לסייע להחזיר את השלווה והרוגע הביתה".

**המרכז לשלום המשפחה ומניעת אלימות - מועצה אזורית עמק יזרעאל, אגף קהילה ורווחה - 04-6520066**

**יסכה שחר - מנהלת ומטפלת משפחתית מוסמכת - 052-8735881**  
[yiskas@eyz.org.il](mailto:yiskas@eyz.org.il)

**אלכס סוסנר - עו"ס ומטפל במרכז**  
[alexs@eyz.org.il](mailto:alexs@eyz.org.il) 050-6409370

\* המרכז לשלום המשפחה ומניעת אלימות במימון משרד הרווחה ועיר ללא אלימות

אני רוצה ברשותכם לפתוח בשאלון קצרצר של "בחן את עצמך" (השאלון מיועד לבני שני המינים - הפנייה בלשון זכר מטעמי נוחות בלבד):

- **האם אתם או בן זוגכם מתקשים לשלוט בכעסכם אחד כלפי השני, מתפרצים וכועסים בלי פרופורציה למהות העניין?**
- **האם שתיקה רועמת או צעקות הפכו לצורת התקשורת העיקרית בבית?**
- **האם אתם "מושכים" מריבות במשך ימים שלמים מבלי לתקשר אחד עם השני?**
- **האם כשאתם עושים קניות אתם מודאגים מאיך בן הזוג יגיב לכן, או מבקשים את אישורו?**
- **האם אתם חשים שכן הזוג שלכם לא נותן לך מקום משמעותי בבית?**
- **האם בן הזוג שלכם לא מעריך את דעתכם ואתם מרגישים שאתם באמת לא ראויים להערכה?**
- **האם בן הזוג שלכם רכושני וקנאי, וחושד לעתים קרובות שאתם בוגדים בו?**
- **האם הוא לועג לכם, משפיל אתכם ומזלזל בכם בנוכחות אחרים?**
- **האם הוא מאשים אתכם בכל דבר שלא מסתדר לו?**
- **האם הוא מפגין אלימות פיזית או מילולית?**
- **האם הוא מנסה לבודד אתכם ממשפחתכם ומחבריהם?**

וכעת למסקנות. אתם מוכנים? אם עניתם על אחת מהשאלות בחיוב, יתכן שיש בעיה כלשהי במערכת הזוגית שלכם. זה הזמן להודות באמת ולהסתכל לה בלבן של העיניים.

א', תושב אחד מקיבוצי העמק, חווה מערכת זוגית סוערת עם בת זוג, כזו שכללה התעללות ותוקפנות מילולית שפגעה קשות בדימויו העצמי וגרמה לו סבל רב ומתמשך בחיי היומיום. בצר להם פנו בני הזוג לטיפול זוגי, אך זה לא צלח ולא יצר את השינוי המיוחל. כך הגיע א' לפני שלוש שנים אל המרכז לשלום המשפחה ומניעת אלימות של אגף קהילה ורווחה במועצה האזורית עמק יזרעאל, ובתהליך טיפולי איטי ועמוק הצליח להשיב לעצמו את תחושת הביטחון והערך העצמי שהיו כה חסרים לו, מה שאיפשר לזוגיות שלו ושל אשתו לפרוח מחדש. "בעקבות הטיפול במרכז, חזרתי להיות עצמי, וזה שווה הכל", כך סיפר לי.

א' הוא רק דוגמה אחת מני רבות של אנשים שחווים אלימות בין זוגית פיזית או מילולית, המערבת כוחנות או תוקפנות במערכת היחסים. כשמדובר באלימות פיזית, ודאי תסכימו איתי שאין מקום לספק ומדובר בבעיה חמורה שדורשת התערבות וטיפול מידיים. אך אלימות אינה מסתכמת במכות. לא הכול שחור ולבן. יש גם שטחים אפורים. בתוך אלה נכללות מערכות היחסים שבהן אחד מבני הזוג הוא שתלטן יותר, נוטה לבטל ולהשפיל את האחר ומכתיב לו את דרך החיים. אופי הפגיעה יכול להיות פיזי, נפשי, מילולי, כלכלי או הטרדה מאיימת. בכל מקרה מדובר בבעיה שכדאי לפתור, על אחת כמה וכמה אם יש לכם ילדים בבית, שרואים וחווים את אותה מערכת יחסים כוחנית ונפגעים ממנה. בל תטעו, מדובר בתופעה חברתית הכוללת אוכלוסיות מכל השכבות והגילאים ואינה שייכת רק לקבוצות מסוימות בעלות מאפיינים סוציו-אקונומיים או תרבותיים כאלה ואחרים.