

יעוץ זוגי לזוגות לא נשואים - מאת ד"ר שרה ברסלרמן, יועצת פרטנית,

זוגית ומשפחתית

יעוץ זוגי אינו מיועד לזוגות נשואים בלבד. יותר ויותר זוגות שאינם נשואים, מוצאים את דרכם לטיפול הזוגי. אומנם, בשיחת הגישוש הטלפונית הם נשמעים מהוססים יותר מזוגות נשואים, ושואלים אם "זה מקובל?", אך השכיחות הרבה של הפניות אינה מותירה מקום לספק: גם זוגות שאינם נשואים- זקוקים ליעוץ זוגי.

כך הגיעו אלי לטיפול גילי (בת 27) וגל (בן 31), החיים יחד כבר ארבע שנים. בשלוש השנים הראשונות הכול היה טוב ביניהם. בשנה האחרונה, הם נפרדו וחזרו זה לזה שלוש פעמים. במהלך המגורים המשותפים הם גילו שהם טיפוסים שונים: גילי זקוקה לחברה, לשיתוף פעולה, לתקשורת, ולפתיחות. ואילו גל, טיפוס מופנם, לא חברותי ולא מתעניין במה שמתרחש בחייה. גילי רוצה להיות חשובה בעיניו, שלא יתעלם ממנה כשהוא נפגש עם חבריו, שיהיה שותף אמיתי. בנוסף, גילי רוצה לחוש יציבות בחייה, ולכן היא שואלת את גל האם הוא חושב להתחתן איתה, אך גל מתחמק מתשובה ברורה וישירה. בפגישה הזוגית הוא אומר שהלחץ של גילי מפריע לו, והפרפקציוניזם שלה- משגע אותו. יחסיהם של גילי וגל מאפיינים זוגות לא נשואים רבים, המתמודדים עם סוגיות של שליטה, אינטימיות מול אינדיווידואליות, קירבה-מרחק ועוד סוגיות הכרוכות במעבר מאינדיווידואליות לזוגיות.

- מהן, אם כן, הסיבות המביאות זוגות לא נשואים לפנות לייעוץ?
- בראש ובראשונה קיים הביטוי החיצוני של בעייתיות בזוגיות- מריבות, מאבקי כוח, ורצון לשנות זה את זה.
 - חלק מהזוגות לא בטוחים באהבתם או שכבר לא מרגישים "ניצוצות".
 - בני הזוג אינם בטוחים לגבי התאמתם אחד לשני בשל פערים בעמדות, בצרכים ובציפיות: ברומנטיקה, דפוסי בילוי וחברה, בחלוקת התפקידים, ביחס לשוויון בין המינים ועוד.
 - הגבר (לרוב, זהו הגבר...) אינו בטוח ברצונו להתחתן, בעוד האישה מעוניינת למסד את הקשר הזוגי ולהבשלתו לכלל נישואין. חשש של הגבר מאובדן עצמאותו, איבוד זהותו הגברית והשתלטות בת זוגו עליו.
 - בעיות עם משפחות המוצא: אי הסכמה, אי קבלת הבחירה של הבן/הבת, אי התאמה בערכים, מעמד, השכלה, מוצא וכו'.
 - בעיות תקשורת: לא מדברים מספיק, אם כבר מדברים- השיחות לא איכותיות או מעמיקות.
 - חוסר אמון: שקרים, סודות, בגידות, נאמנות רבה יותר למישהו מחוץ לזוגיות.
 - בעיות במיניות: חוסר התאמה ברצון למין- אחד מבי הזוג לוקה בקרירות מינית וחוסר חשק, או שהבעיה היא עודף דרישות מיניות.
 - דפוס חוזר של פרידה וחזרה עד אובדן האמון בקשר וביציבותו.

כפי שניתן לראות מרשימת הסיבות לבעייתיות ביחסים של זוגות לא נשואים, חלק מהסיבות המביאות אותם לטיפול, דומות לאלו של זוגות נשואים, וחלקן ייחודיות להם. מאחר ולזוגות שאינם נשואים "קל" יותר להיפרד (הן מבחינת ההליך החוקי, הן מבחינת הפן הכלכלי והן מהבחינה החברתית), הרי שהסיבות המאפיינות בני זוג לפני נישואין הינן אלו הקשורות לעצם החלטה להיות יחד- האם תרצה אי פעם להתחתן איתי, או שאני מבזבזת לריק את זמני? האם את תנסי לשנות אותי, עד שאשכח מי אני באמת? האם אנו מתאימים בכלל? האם הבעיות המתגלות כבר עתה אינן מהוות איתות מדאיג לגבי העתיד? כיצד נוכל לגשר על פערים אלו ועל רבים אחרים שיתווספו בעתיד, אם כבר עכשיו אנו חשים כה כועסים ומרירים?

שאלות אלו ועוד רבות אחרות, עולות בפגישות הייעוץ הזוגי, וחלק ניכר מהפגישות עוסק בהן ובציפיות של בני הזוג מהטיפול:

- ללמוד כיצד לריב "נכון", כלומר- שהמריבה תהיה בשליטה, ולא תהרוס את הקשר.
- להיות מסוגלים לקבל זה את זה ללא רצון לשנות זה את זה.
- לקבל החלטה לגבי המשך הקשר כפי שהוא, פרידה או נישואין.
- לקבל "אישור" להתאמה הזוגית היכולה להבשיל לנישואים מוצלחים.

- לבנות ולשקם את האמון שנסדק.
- לנסח "חוזה זוגי" המתייחס לחלוקת תפקידים, דפוסי קשר זוגיים, משפחתיים וחברתיים, נוהגי בילוי, תקשורת ועוד.

משימות טיפוליות אלו אינן קלות, אך ברור לכל שהמשכת הקשר ללא טיפול בבעיות שורשיות אלו- עלולה להביא לכישלון היחסים- בעתיד. במהלך הטיפול הזוגי ילמדו בני הזוג מהן הסוגיות המרכזיות בזוגיותם, איזה "מודל זוגי" הביא כל אחד מהם ממשפחת המוצא שלו, מה כל אחד מהם מחפש בקשר הזוגי (והאם הוא מוצא זאת...).

הם יבחנו את ההתנהגות המודעת והבלתי מודעת ביחסיהם, ובכך ירכשו יותר שליטה על מריבותיהם וכעסם, ויוכלו להפוך אותם לדפוסי התנהגות בונה בקשר הזוגי.

ד"ר שרה ברסלרמן, יעוץ פרטני, זוגי ומשפחתי

www.family.co.il