



מדריך לפגישות



© כל הזכויות שמורות

אין להעתיק / לצלם / להדפיס גם לא באופן חלקי בכל צורה
שהיא ללא אישור בכתב מהמחברת. ניתן להשתמש במידע
לשימוש אישי בלבד, אין לעשות כל שימוש בתוכן המגזין,
גם לא שימוש חלקי, ללא אישור בכתב מהמחברת.

שירה סקורניק

052-768-9488

Shira192101@gmail.com

מכתב ברכה

מתוך הידידות הקרובה שיש לי עם משפחת סקורניק הי"ו.
נתבקשתי ע"י הגב' שירה סקורניק תחיל לעבור על חוברת ההדרכה של הכנה
נכונה לקראת פגישות שהיא כתבה מתוך הניסיון שיש לה
אחרי שהתייעצה עם מדריכות כלות ויועצות מנוסות.

הנושא הנ"ל הוא רגיש מאוד וצריך בו זהירות יתר.
בכפל כפליים נאמר על נושא זה דברי שלמה המלך: "חנוך לנער על פי דרכו"
שכל אחת צריכה לגשת לפגישות על פי אופיה, תכונתה, ההרגל והנוסח של
משפחתה.
והרי אין דעותיהם שוות ואולם לעומת זה, בקריאת המאמר בוודאי נתקנים דברי
חד"ל:
"מכל מלמדי השכלתי" ומשום שאפשר לקבל מהמאמר תובנות חדשות זווית
ראיה של הסתכלות חכמה ונכונה לנושא הזה.
וכמובן שכל אחת צריכה להתאים את זה לאופיה ותכונותיה.

מכמה שיחות שהיו לי עם כותבת המאמר התרשמתי מהזהירות הרבה, האחריות,
הכובד ראש שיש לה בנושא זה, ועל הרצון החזק שיש לה שהכל יהיה על פי
דעת והשקפת התורה.
כל מטרתה היא לעזור, לתמוך, ולסייע לנבוכים. ולתת טיפים מעשיים לכל אחת
ואחת שנכנסת לשידוכים.

ברכותיי שתצליחו לזכות את הרבים ושתזכה לסיעתא דשמיא מרובה בכל
מעשיה

בהוקרה וכבוד,

שלמה זלמן פאליי

הקדמה קצרה

שלום לך יקרה,

אני לא יודעת באיזה שלב את עומדת.

אולי עוד לא התחלת שידוכים, וכל העולם הזה נראה לך מרגש ומאיים בו זמנית.

יכול להיות שאת עמוק בפנים, וכבר צברת חוויות רבות ותובנות חשובות

מהפגישות שנפגשת.

ככה או ככה, המדריך הזה נכתב עבורך באהבה, כדי לתת לך בהירות ובטחון שנצברו

מהרבה ניסיון וחיבור לשטח.

המדריך כולל פירוט טכני-מעשי לצד העמקה רגשית וגם השקפתית.

המדריך נכתב לפי שיטת הפגישות המקובלת כיום בציבור הליטאי והספרדי בארץ.

אם את מגיעה ממגזר אחר, קחי את העקרונות והתאימי את הפרטים למקובל אצלכם.

נקודה חשובה לסיום-

כל הכתוב בחוברת אינו מהווה תחליף להדרכה פרטנית, וכל מקרה לגופו.

מקווה שתהני ותפיקי תועלת,

שירה סקורניק

רגע לפני...

בירור צרכים-

כדי שתהליך השידוכים יהיה קל פשוט וברור, הוא חייב להתחיל בבירור כנה של הצרכים והשאיפות שלך, ומה את מחפשת. רוב הבחורות שנפגשות, בטוחות שהן יודעות בדיוק מה הן מחפשות, אבל כשאני יושבת עם בת ושואלת כמה שאלות מתברר שהיא יודעת מה לא כשהיא רואה את זה מול העינים, אבל לא ממש מה כן.

בירור צרכים הוא לא רשימת מכולת של הישיבה, העדה, סגנון המשפחה, הגובה והמשקל שאני מזמינה. הוא גם לא כולל דמות דמיונית שיש לי בראש שמורכבת מהחכמה של אבא שלי, עם החברהמניות של אח שלי, והרצינות בלימוד של גיסים שלי.

בתוכנית הליווי שלי לבנות בשידוכים אנחנו עוברות תהליך עומק של בירור צרכים, אבל בגדול מה שאת נדרשת לעשות הוא:

הפרדה בין ציפיות של הסביבה (חברה ומשפחה) לגבי מי הוא בן הזוג האידיאלי עבורך, לבין הצרכים שלך בקשר, וסוג הקשר שאת מחפשת.

הבונוס של בירור צרכים מלבד החיסכון בזמן וכוחות נפש, הוא שאת מגיעה עם הרבה יותר בטחון לפגישה.

תיאום ציפיות עם ההורים. המחפשים. והמבררים-

אחרי שלך עצמך ברור מה את מחפשת, חשוב שלכל הצדדים המעורבים בתהליך השידוכים שלך יהיה ברור מה את מחפשת.

לפעמים האח בישיבה או הגיס פוסלים הצעות שלא נראות להם משיקולים שלהם. אחרי שעשית עם עצמך בירור מעמיק של הצרכים שלך, התפקיד שלך הוא להיות ברורה לגבי מה את רוצה.

במידה ויש פער בין מה שאת רוצה לבין מה שהוריך מחפשים עבורך, חשוב שתדייקי מולם את רצונותיך באופן מכבד, אחרת את מבזבזת זמן ואנרגיה שלך ושל כל המעורבים בדבר.

אני פוגשת בנות שנפגשות-מורידות, נפגשות-מורידות ובכל זאת נשארות "ראש קטן" ולא מקבלות אחריות ועומדות מאחורי מה שחשוב להן.

אם את בוגרת מספיק להפגש למטרות נישואים, מתבקש שתהיי ברורה ומעורבת בתהליך ולא תשאירי את הבירורים והברירה לאחרים ואז בפגישה תורידי מחוסר התאמה.

הופעה חיצונית-

מיותר לציין שהאסתיקה והנראות חשובות, אבל גם כשאת מתלבשת היטב, חשוב שתרגישי טבעית בהופעה שלך ושיהיה לך נוח. (גם בעקבים יש דרגות נוחות!!!)

בפגישה את יושבת, מטיילת, נכנסת ויוצאת למונית. שימי לב שבכל תנוחה את מרגישה בנוח, במיוחד שיש בחור לצדך.

את הכי יפה כשנוח לך. כשאת עסוקה בדברים החיצוניים כמו שיער שנכנס לך לעיניים, הראש שלך לא פנוי לפגישה וחבל על הזמן של שניכם.

ועוד כמה טיפים...

- לפגישה ראשונה, כשאת לא בטוחה מה הפרשי הגובה בינך לבין הבחור, חשוב לא ללבוש נעל גבוהה מדי.
- במידה ובאחת הפגישות המתקדמות אתם קובעים לצאת לטיילת/גן חיות/גן בוטני אפשר גם לתאם עם השדכנית מראש על לבוש קליל יותר.
- התאמה לעונת השנה- בחורף מעיל מחמם (לא ליופי בלבד).
- בקיץ ביגוד אלגנטי אבל קליל.
- (בירושלים גם בקיץ הלילות קרירים, הצטיידי בעליונית אלגנטית שתוכלי ללבוש מעל לשמלה במידת הצורך).

הגענו לפגישה, עכשיו מה?

נקודות חשובות לפגישות נעימות ואפקטיביות

תהיי את! כל השאר תפוסות:

- לפעמים בחורות מגיעות לפגישה כמו להצגה על במה שבה הן מוכרות את השנינות, ההישגים והכישרונות שלהן.
אל תנסו להרשים להיפך, נסי להיות אותנטית. רק ככה יוכל להיווצר בינכם חיבור, ורק ככה תוכלי לבדוק אם הוא באמת מתאים לך.

שיחה

- לא מונולוג, לא חקירה. בשיחה מתקיימת הדדיות בין המשוחחים. זה לא חייב להיות 50%-50% בדיוק, אבל כדאי לשאוף לאיזון בין שיתוף להקשבה.
לפעמים מרוב לחץ או כדי למנוע שתיקה, הבחורה מדברת בלי הפסקה.
תעצרי לנשום, לשתות. שתיקה היא דווקא הזדמנות טובה להכיר ולראות את התגובה של הצד השני לשתיקה. תמיד אפשר גם לדבר על איך היה לשתוק... והנה עוד נושא.

על מה לא מדברים

- חשוב שהשיחה תהיה כנה ופתוחה, אבל לפעמים בחורות (ובחורים...) טועים ומשתפים בכשלונות, נפילות, ופגמי אופי. הצד השני נבהל וחושב בצדק: "אם זה מה שהיא מספרת, מי יודע מה היא מסתירה." ועוד תגובות מהסוג הזה, וחבל.
אז... וידויים אישיים תשמרי לשחנ"ש עם חברה טובה, ולפגישה בואי כנה ופתוחה אבל בלי דרמות מיותרות.

נוכחות

- בפגישה את 100% בפגישה. לא ב: מה שמענו עליו בבירורים / להמשיך לעוד פגישה או להוריד? / מה אני הולכת לספר עליו בבית / איך הוא לעומת הבחור שנפגשתי אתו לפני שבועיים.
לכל זה יהיה זמן אחרי הפגישה.
את הפגישה נצלי להכרות עם כמה שיותר צדדים בבחור.
מה יכול לעזור לי להכיר את הבחור באמת?

שאלות פתוחות- כדאי לשאול שאלות שהתשובה עליהן רחבה כמה שיותר.
לא שאלות שהתשובה עליהן היא כן/לא או אפשרות סגורה.
עדיף לשאול: מה אתה אוהב לעשות עם חברים? תתאר לי קצת איך נראה סדר היום שלך בישיבה. (במקום: באיזה שעה אתה קם בד"כ?/ אתה אוהב לטייל בבין הזמנים?)

נקודות שחשוב לדבר עליהן ולשים לב אליהן בפגישות (וגם שאלות לדוגמא).

חיי חברה

- כדי לקבל מושג על סגנון הקשר שהבחור יוצר, חשוב להבין איזה קשר הוא יוצר עם חברים.
האם הוא טיפוס של חבר אחד טוב? חבורה מלוכדת? מעדיף את השקט שלו? אוהב אקשן? טיפוס שעוזר לאחרים? שם לב לקושי של השני? יודע להיות בקשר הדדי, לתת ולקבל? מה חשוב לו בחבר? האם הוא משתף חברים בקשיים שלו?

קשרים משפחתיים

- משפחה היא הגרעין שממנו צמחנו וזה המודל שראינו להתנהלות של קשר. הקשרים שבין הבחור לבני משפחתו יתנו לנו הרבה מידע לגבי סוג הקשר שהוא יוצר בזוגיות. איך הקשר בין האחים והאחיות? יש כאלה שקרובים אליו יותר? איזה קשר יש לו עם אבא שלו? עם אמא שלו? איזה סוג קשר יש בין ההורים? מה הכי מעריכים במשפחה שלו? במה מזלזלים? איך השבתות והחגים אצלם? איך החופשים?

השקפה

- האם ההשקפה שלכם תואמת בנושאים חשובים כמו: לימוד, הקפדה על הלכה, טכנולוגיה, צורת בילוי, כיוון לחינוך הילדים.
חשוב לבדוק שלבחור יש השקפה בנויה, וששניכם נמצאים באותו המקום מבחינה השקפתית.
דעת תורה-

- בחור שמחובר לדעת תורה ויש בו ענווה להתייעץ ולקבל מגדולים ממנו בצמתים משמעותיים בחייו, זו אינדיקציה חשובה מאוד לאיכות שלו, לחיבור רוחני וליציבות בהשקפה ובהנהגה.

יציבות

- מעבר תכוף בין מסגרות, השקפות, רמות הקפדה על קיום מצוות, תקופות של התמדה מוחלטת ואז נפילה, תקופה של ירידה רוחנית. כל אלה הם נורות אזהרה שחשוב להתייחס אליהן, ולבדוק לעומק מה עומד מאחורי הדברים

התלהבות וחיבור-

- היי ערה לאנרגיה שאת מרגישה מצדו בכל נושא שיחה שעולה, ככה תדעי מה חשוב לו באמת, ולמה הוא מחובר. מתי הבחור נשמע מלא חיים: בדיבור על כסף? כשהוא מספר על עזרה לחבר? על הלימוד שלו? המשפחה? פוליטיקה?

כבוד וסבלנות-

- הכבוד והסבלנות שהוא מפגין כלפיך וכלפי הסובבים אתכם (מלצר, נהג מונית וכו') וכן לדעות ולהשקפות שונות הוא מרכיב שחשוב לשים אליו לב. האם הבחור מקשיב לדבריך עד הסוף או קוטע אותך? האם הוא מסכים עם כל מה שאת מעלה או יודע להביע דעה מנוגדת בצורה נעימה ומכבדת? איך הוא מדבר על אנשים או השקפות שאיתם אינו מסכים?

בפרק זה השתדלתי להקיף נקודות משמעותיות בקצרה, יחד עם שאלות שפותחות את הראש להתבוננות נכונה בתוך תהליך הפגישות. (בתוכנית הליווי שלי יש בונוס מיוחד של הדרכה מורחבת בנושא נורות אזהרה בפגישות. איך מזהים? מה המשמעות של הדברים ואיך לבדוק ולוודא שהכול כשורה.)

בפרק הזה נתמקד במהלך הפגישות עד לרגע הגדול-רגע ההכרעה! חשוב להבהיר, מדובר בקווים כלליים ואין אף שידוך שמתנהל בדיוק לפי הספר וכמובן שכל אחד ואחת שונים. המטרה היא לתת כיוון כללי כשבשטח המציאות היא זו שתכריע.

אחת, שתיים שלוש ו...

פגישה ראשונה:

- מיועדת לבדיקת התאמה בסיסית. אם אין סיבה משמעותית או דחיה גלויה ממשיכים לפגישה שניה.

פגישה שניה:

- הפגישה השניה היא במהותה המשך לפגישה הראשונה. ממשיכים לבדוק שבאופן בסיסי קיימת התאמה. הדבר היחיד שברור לנו הוא ששני הצדדים רואים פוטנציאל לקשר. במידה והפגישה הראשונה היתה מלהיבה מאוד, לעיתים יש איזו אכזבה בפגישה השניה, כיוון שבין הפגישות הציפיות והדמיונות תפחו. חשוב להכיר את התופעה ולא להבהל. מצוי מאוד שיהיו רגעים רבים יותר של שתיקה. זו אינה אינדיקציה לאי התאמה. שיחה קלילה, זורמת ושיתוף בזוויות שונות של החיים (משפחה, עבודה, לימודים חברות) לצד שאלות פתוחות המזמינות שיתוף של הצד השני, מומלצות.

פגישה שלישית:

- שני המשודכים נפגשים שוב. זה מראה שקיימת התאמה בסיסית. עכשיו הזמן לבדוק התאמה בפרמטרים נוספים. בפגישה השלישית נושא ההשקפה בד"כ מקבל את הבמה. חשוב לנהל את השיחה ממקום של שיתוף והשתתפות ולא חקירה. אם זאת, את צריכה לצאת עם תמונה ברורה יחסית על השקפותיו של הבחור ומצידך, להיות כנה ומדויקת לגבי המקום ההשקפתי שלך.

פגישה רביעית:

- לפגישה הרביעית שני הצדדים מגיעים כשרמת ההתאמה ביניהם נראית להם אפשרית, והם מחפשים להעמיק את ההיכרות ההדדית, ולקבל תשובות לשאלות שנותרו פתוחות בפגישות הקודמות. לעיתים בשלב זה, השדכן יציע פגישה עם אופי יותר קליל במקום לובי מלון וסיבוב רגלי. המטרה היא לאפשר היכרות עם צדדים נוספים של המשודכים ולעזור ביצירת חיבור רגשי.

פגישה חמישית/שישית: בפגישות המתקדמות רגע ההכרעה מתקרב.
 • שכיח מאוד שצד אחד בטוח בשידוך ובליבו כבר קבל את ההחלטה לסגור, והצד השני מסיבותיו הוא עוד מהסס.

לעיתים בשלב זה, הצד המהסס יוריד רק כי קשה לו לשאת את המתח והציפיה. זה מוקש נפוץ, וחשוב להכירו ולקבל את העובדה שנדיר ששני הצדדים נמצאים באותו המקום בדיוק לגבי ההחלטה על סגירה. חשוב לא ליפול בפח ולא לוותר חלילה על שידוך טוב מסיבה זו, ומאידיך אין צורך להיבהל וגם לא להיפגע שהצד השני לא שותף להתלהבות. הדבר אינו מוכיח על אי התאמה ואינו משפיע על החיים המשותפים.

אין צורך להבהל וגם לא להפגע מכך שהצד השני לא שותף להתלהבות.

אם יש שאלות והתלבטויות, מומלץ מאוד להתייעץ עם דמות חכמה ובעלת ניסיון, שתעזור לכוון בקבלת החלטה מושכלת. זאת יכולה להיות בעלת מקצוע מנוסה בתחום, קרובת משפחה מבוגרת או מורה שאת סומכת עליה.
 (אם יש לך תחושה לא טובה שאינך מצליחה להגדירה, ההתייעצות היא קריטית!)

אז איך אני מחליטה שזה-זה?

ולשאלת השאלות-

זאת ההחלטה של החיים שלך, טבעי שיהיו היסוסים וחרדות.

במידה ו:

התקשורת בינכם זורמת.

- את מוצאת את עצמך חושבת עליו בין הפגישות.

- מרגישה רוגע (יחסי) כשאת איתו.

- מחכה לראות אותו שוב.

- מעריכה אותו.

אפשר לאחל מזל טוב!

חשוב לציין, שרק אחוז קטן מהבנות מתארסות מתוך התלהבות ובטחון מלא בהחלטה. אצל כל השאר, זה ניצן חיובי קטן שבעז"ה עם טיפוח נכון יגדל.

במידה ונפגשת עם מעל 10-12 בחורים, או שאת כבר בשידוכים יותר משלוש שנים. חשוב לבדוק אם יש חסמים שמעכבים אותך.

אני ממליצה לך מאוד לפנות לאשת מקצוע מנוסה בתחום, שתעזור לך לבדוק מה עוצר את תהליך השידוכים שלך.

הגשתי לך כאן בקצרה ובתמציתיות יסודות חשובים בדרך לבניית הבית שלך. בתוכניות הליווי שלי לבנות בשידוכים ולכלות, אני נותנת ידע וכלים מעמיקים.

ולסיום...

התוכניות סייעו לעשרות בחורות למצוא את בן הזוג המושלם עבורן ולהתחיל את חיי הנישואים ממקום גבוה יותר.
מזמינה אותך באהבה להצטרף, כי מגיע לך להרגיש שלימה ומוכנה לצעד הגדול בחיך!

שיהיה במזל טוב!

שלך,
שירה

מעוניינת לקבל תוכן חזק שיביא אותך לנישואים ברמה אחת מעל?
שלחי לי מייל וכתבי לי "רוצה להצטרף לקבוצה." Shira192101@gmail.com
למידע על תוכנית ליווי מותאמת עבורך או על ליווי אישי
מוזמנת להתקשר אלי: **052-768-9488**

שירה סקורניק מטפלת פסיכודינאמית M.A.
תוכניות ליווי לכלות/נשואות צעירות/ בנות בשידוכים/ בנות בשידוכים +25/
ליווי פרטני/ קבוצות /סדנאות
Shira192101@gmail.com
052-768-9488

