

מודל להרחבת  
חינוך לחיי  
נישואין  
בישראל

מאת סוזן ברט, מייסדת  
העמותה הישראלית  
"ביחד באושר"

# הקדמה

החברה הישראלית מאופיינת מזה זמן רב בקהילות יציבות המורכבות ממשפחות שבהן ההורים חיים בהרמוניה וילדיהם קוצרים את הפירות של חיים במשפחה יציבה. אך בשנים האחרונות גוברים סימנים של מתיחות, עם השפעות בעלות פוטנציאל הרסני בכל שכבות האוכלוסייה. הגידול בשיעורי הגירושין קשור בקשר הדוק לעלייה המשמעותית בשיעור העוני ובבריאות לקויה בקרב הגרושים ומשפחתם ובבעיות רגשיות, נפשיות ופיזיות של ילדים להורים גרושים, ומשפיעות באופן משמעותי על משאבים אישיים וציבוריים, מקומיים וארציים כאחד. נייר עמדה זה, אחד מתוך ארבעה, קטע מתוך נייר עמדה בן 45 עמודים תחת הכותרת "הטענות בעד חינוך לחיי הנישואין", יחקור את הפוטנציאל של חינוך לחיי הנישואין כאמצעי לחיזוק המשפחות בישראל.

## מה גורם לגירושין?

גירושין פוגעים בבני הזוג ובילדיהם ומשפיעים באופן שלילי על עסקים, יציבות קהילתית וצמיחה כלכלית. הפגיעה הינה לרוב רב-דורית, וממשיכה להשפיע על הילדים גם בחייהם הבוגרים, כולל בקשריהם העתידיים ובהצלחתם הכלכלית. כמובן שאחוז גבוה של גירושין אינו עולה בקנה אחד עם הערך היהודי של משפחה איתנה.

מאחר ואנו מאמינים כי ההוכחות מדברות בעד עצמן בנוגע לשיעורי הגירושין הגוברים, עומדת בפנינו שעת כושר ומחוייבת כלפי החברה כולה לנקוט באמצעים מניעתיים כדי להתמודד עם הבעיה במלוא עוצמתה.

לפי דבריו של פרופ' הווארד ג'. מארקמן, מייסד PREP (ראה פרק על PREP):

**"קשרים אישיים הינם משמעותיים. את האמת, הקשרים המקצועיים והבינאישיים חיוניים לתחושת שביעות הרצון הכללית בחיים שלנו. ובכל זאת, לאור עובדה שכולנו לומדים את כישורי החיים שלנו ממורה – למדנו לקרוא, למדנו לבשל, ואפילו למדנו לרכב על אופניים בעזרת מורה – אבל כאשר מדובר בקשרים בינאישיים אוהבים, אנחנו מעריכים שנדע מה לעשות".**

"האמת היא שרוב ממה שמתקלקל בקשרים הבינאישיים המשמעותיים שלנו קשורה לכך שאף פעם לא למדנו את הכישורים והעקרונות הקשורים לקשרים מוצלחים. בסופו של דבר, כאשר הקשרים שלנו בריאים, אנו יעילים יותר וחשים שביעות רצון בשאר התחומים של חיינו".

בסדרת מחקרים ציין מארקמן את הממצאים המציגים את הסיבות לגירושין ואת השיעורים שלהן<sup>1</sup>:

- אלימות משפחתית – 13.5%
- הכנה מועטה או חוסר הכנה כלל לחיי נישואין – 15.4%
- שימוש בסמים או באלכוהול – 39.2%
- קשיים כלכליים – 40.4%
- מריבות רבות מדי – 51.9%
- בגידה – 57.7%
- חוסר מחוייבות – 76.9%

<sup>1</sup> Howard J. Markman, from presentation for the Knesset Seminar on Pre-Marriage Education, November 8, 2017.

---

# הפוטנציאל של חינוך לחיי נישואין

---

## מדוע חינוך לחיי נישואין מציע מודל חיוני להתמודדות עם בעיות אלה

החדשות הטובות אודות פירוק הנישואין בחברה המודרנית הן שזה אינו גזירה משמיים. להיפך, זהו מצב נמנע שיחסית קל מאוד לשנותו. התנועה לחינוך לחיי נישואין, שכמעט ואינה ידועה בישראל, פועל כדי למגר את הסטטיסטיקות המזעזעות, הכואבות והיקרות הללו באמצעות ייצוב מוסד הנישואין ומניעת גירושין.<sup>2</sup>

בגלל שהרבה יותר זול ופשוט למנוע מצב מאשר לרפאו, אנו מאמינים שמוטב למדינת ישראל להשקיע סכומים קטנים יותר במניעת גירושין וההרס שהם זורעים בחברה, מאשר להשקיע בסיוע למשפחות חד-הוריות לצאת ממצב של עוני.

תכניות חינוך לחיי נישואין הן יחסית זולות וקלות ליישום, במיוחד בגלל שתשתית לחינוך לחיי נישואין קיים כבר במדינת ישראל. לגורמים רבים מטרות העולות בקנה אחד עם עבודה זו וקיימת הסכמה כללית בחברה אודות החשיבות של משפחות מאושרות.

בנוסף לכך, התכניות לחינוך לחיי משפחה יונקות מתוך הכוונות העמוקות ביותר שיש לבני זוג כלפי חייהם ובני משפחתם. הם מוכנים וזמינים ללמוד כיצד להשיג זאת. חינוך לחיי משפחה הינו אפקטיבי ביותר כאשר זוגות נמצאים בתחילת הקשר ביניהם. צעירים לומדים מהר ובשלב זה של הקשר ביניהם אין להם באמתחתם שנים של הרגלים רעים ורגשות טינה שיש לעבוד כדי להוציאם מן השרש.

אין עוררין על החשיבות של לימוד קשרים בינאישיים אפקטיביים. אנו שולחים את ילדינו לבית הספר כדי שילמדו מגוון מיומנויות וימצאו עבודה, ובכל זאת, במשימת החיים הגדולה ביותר, החיים במשותף עם אדם אחר ובניית בית עמו, אין שום הכשרה. העדר הכנה זו עלול לגרום לרבים ליפול, מצב המביא לנישואין עכורים המשפיעים באופן השלילי ביותר על החברה.

לדבריו של הווארד ג'. מארקמן, חינוך לחיי נישואין הוא יעיל מאוד נגד הדינמיקה של תקשורת שלילית וניהול כושל של קונפליקטים, בגלל שביכולתו לסייע לזוגות לשפר את התקשורת ביניהם ולנהל בצורה טובה את הקונפליקטים שלהם, כדי לשפר את שביעות הרצון הכללית ביניהם ולמנוע גירושין.<sup>3</sup>

פרופ' מארקמן ציין שחינוך לחיי נישואין מסייע ישירות למצבים של קונפליקט ומחויבות ומסייע לזוגות לשמור על האלמנטים החיוניים שהם אלה שהביאו אותם יחד בתחילה.<sup>4</sup> כדי להוכיח זאת, חינוך לחיי נישואין פועל נגד מה שצוין בידי זוגות רבים כ"קש האחרון" – ביניהם בגידה, אלימות משפחתית ואובדן תחושת האהבה.

קיימת עדות חיובית משמעותית בנוגע לאפקטיביות של חינוך לחיי נישואין, כך שהגיוי ביותר להביא תכניות אלה לקדמת החברה הישראלית, הן כיחידות בודדות והן כאזרחים. בנוסף להפחתת שיעור הגירושין והבלאי על זוגות וילדיהם, החינוך לחיי נישואין מביא מגוון של תופעות לוואי למשפחה, כולל פרוין רב יותר, אושר והצלחת הילדים וההורים.

---

<sup>2</sup> <http://blogs.timesofisrael.com/marriage-education-matters/>

<sup>3</sup> Ibid, Howard J. Markman

<sup>4</sup> Ibid, Howard J. Markman

## מהו חינוך לחיי נישואין (חינוך קדם נישואין)

חינוך לחיי נישואין כולל מגוון תכניות שנלמדות בכיתות בהן לומדים זוגות על המאפיינים של קשרים בינאישיים בריאים, מיומנויות תקשורת ופתרון קונפליקטים אשר יציידו אותם ביכולת להשיג כל אלה. המטרה של חינוך לחיי נישואין היא להגביר את הסיכויים של זוגות לחיות בנישואין מאושרים, בריאים, יציבים ומוצלחים. מספר מחקרים מצביעים על כך שאלה מהווים גורם מכריע בהגברת שביעות הרצון מהקשר הבינאישית ובמניעת גירושין.<sup>5</sup>

חינוך לחיי נישואין דן בגורמים לפירוק הזוגיות ולגירושין ומסייע לזוגות להגן על הצדדים החיוביים בקשר ביניהם, אותם דברים שהביאו אותם יחד בתחילה.

חינוך לחיי נישואין מסייע לשני בני הזוג להשמיע את קולם בקשר, מעניק לבני הזוג את המיומנויות למצוא פתרונות לקשיים שלהם ומגביר את היכולת לאינטימיות.<sup>6</sup>

חינוך לחיי נישואין מלמד זוגות שיש אלטרנטיבה להתנהגויות שליליות המביאות לגירושין. במקום לשתוק, להרגיש דחוי או מקופח, בני הזוג לומדים כיצד להביע את הצרכים שלהם בדרכים שסביר שיקדמו שינוי התנהגותי לטובה. הם לומדים שבמקום לקחת את הבעיות של השני על עצמנו, הם יכולים להבין את המחשבות והתחושות של השני ולעזור לו למצוא פתרון. במקום להרגיש טינה האחד כלפי השני, הם פותרים בעיות בדרך שתסייע לצרכים של שני בני הזוג.

### מנגנונים:

- ללמד זוגות מיומנויות ועקרונות תקשורת הקשורים לקשר זוגי בריא.
- לזהות מאפיינים של נישואין בריאים.
- לזהות מאפיינים של נישואין לא-בריאים.
- להעניק לבני הזוג הזדמנות להאט את הקצב, לחקור ולדבר יותר על הנישואין ועל היעדים האישיים של כל אחד בנישואין.
- הערכות מותאמת אישית לדגלים אדומים פוטנציאליים בקשר.
- זיהוי אתגרים אפשריים בקשר הזוגי וקבלת מיומנויות להתמודדות עמם.
- זיהוי ההשפעה של גידול ילדים על הקשר הזוגי וקבלת מיומנויות להתמודדות עם אתגרים אלה.
- הענקת הזדמנויות לתמיכה, כמו משאבים להורות וקשרים בינאישיים, כולל טיפול זוגי.

## מה ההבדל בין חינוך לחיי נישואין וייעוץ/טיפול זוגי?

### תרפיה

הווארד ג'. מארקמן ציין בדבריו בערב העיון כי הגישה המסורתית להתמודדות עם קשיים זוגיים היא בטיפול זוגי. אבל, רוב הזוגות נישאים ומתגרשים מבלי לחפש או לקבל את השירותים הטובים ביותר המוצעים בתחום הטיפול הזוגי.<sup>7</sup> בנוסף לכך, אפילו עבור אותם זוגות המקבלים טיפול, הוא מתרחש לרוב לאחר הצטברות של פגיעה ויחסי טינה כל כך קשים בנישואין, ולכן עליו להתמודד עם בעיות שהשתרשו בקשר במשך שנים רבות, וסביר שכל אחד מבני הזוג חש נפגע ואינו מוכן, ואף אינו מסוגל, להשתנות. כתוצאה מכך, לא ניתן לסמוך על תרפיה כמשאב אפקטיבי לזוגות העומדים בפני סכנת גירושין.

<sup>5</sup> Nock, S., Sanchez, L., & Wright, J. (2008). *Covenant marriage: The movement to reclaim tradition in America*. New Brunswick, NJ: Rutgers University Press; Stanley, S., Amato, P., Johnson, C., & Markman, H. (2006).

<sup>6</sup> Women: Why Marriage?! Luncheon Plenary, Smart Marriages, Orlando, FL—July 8, 2010, Patty Howell, California Healthy Marriages Coalition.

<sup>7</sup> Ibid, Howard J. Markman

## חינוך קדם נישואין

אפשרות אחרת לשיפור הקשר הזוגי ולמניעת גירושין בישראל היא בחינוך קדם נישואין. המטרות של חינוך קדם נישואין הן:

- להגביר את הסיכוי של זוג לקיים קשר בינאישי מאושר, בריא, יציב ומוצלח באמצעות מעורבות לפני הנישואין, בהוראת מיומנויות ועקרונות הקשורים לבניית קשר זוגי בריא.
- לאפשר לזוגות להאט את הקצב, לחשוב ולדבר יותר על הנישואין.
- ללמוד אילו אפשרויות יש בקהילה במקרה שיצטרכו סיוע בעתיד, כולל טיפול זוגי, תכניות הורות וטיפול לילדים, במקרה שבעיות יצוצו בעתיד.

ההבדלים בין טיפול זוגי לבין חינוך לחיי נישואין<sup>8</sup>:

חינוך לחיי נישואין	טיפול זוגי
חינוך לחיי נישואין מוצע לקבוצות של אנשים בכיתה, בידי אדם שהוכשר בתכנית המסויימת ואינו חייב להיות מטפל מוסמך. אותם אנשים המנחים את התכניות מגיעים מדיציפלינות שונות, כולל תחומים לא מקצועיים, ולכן הגישה והקלות של יישום תכניות החינוך לחיי נישואין הן רבות במידה רבה יותר.	טיפול זוגי ניתן לזוגות בידי איש מקצוע מורשה.
חינוך לחיי נישואין הוא מודל פסיכו-חינוכי מניעתי, שעוסק בבריאות הציבור.	טיפול הוא כלי המשמש לרוב רק בידי זוגות הנמצאים במצב זוגי קשה ואינו נחשב כאמצעי למניעת בעיות. כמו כן, טיפול אינו מתמודד עם בעיות זוגיות ברמה חברתית.
נאמר למשתתפי התכניות לחינוך לחיי נישואין שזה שיעור, הם לא נדרשים לדבר על נושאים אישיים – את זה יעשו רק עם בן/בת הזוג. בכיתה הם ילמדו חוקים בסיסיים לניהול שיחה ללא מריבות ולטיפול מוצלח בקונפליקטים.	טיפול זוגי לרוב עוסק בעניינים אישיים ובאירועים שבעבר.
חינוך לחיי נישואין מושך יותר גברים מאשר טיפול זוגי.	גברים רבים נמנעים מהשתתפות בטיפול זוגי.

<sup>8</sup> Ibid, Howard J. Markman

# מודל להרחבת ההשפעה הלאומית

## ההשפעה על היחס לנישואין

"ביחד באושר"<sup>9</sup> משנה את הדרך שבה אנו מתייחסים למוסד הנישואין. הנישואין גורמים לשינויים בחיים ברמה כל כך גדולה שדרושה הכנה הרבה מעבר לשיחה אינטימית עם האמא, האבא, הרב או מדריכת הכלות. למוסד הנישואין יש היכולת לחזק או להפיל את לב החברה שלנו, החל מהאושר הקולקטיבי ועד לפריון העבודה של כל אחד מאיתנו. באמצעות מאמצים, החל ברמה קהילתית ועד לרמה ממשלתית, אנו מחוייבים לעצמנו ולילדנו לספק להם את הכלים והאמצעים הדרושים להגברת הסיכויים לנישואין מוצלחים.

משנת 2011 עמותת "ביחד באושר" מובילה מאמצים להגברת החינוך לחיי נישואין בישראל. העמותה, אשר נוסדה בידי סוזן ברט, עולה מארה"ב, כדי להנציח את הנישואין המאושרים של הוריה, שנמשכו 52 שנה, הפכה לחוד החנית בהגברת המודעות לתרומה המדהימה שחינוך לחיי נישואין יכול לתרום לרווחת החברה הישראלית.

**"ביחד באושר" משמשת כמרכז מידע לאומי לקידום, לתמיכה וליישום יוזמות בתחום החינוך לחיי נישואין.**

החזון של "ביחד באושר" הוא:

- להקים תנועה לאומית לחינוך לחיי נישואין בישראל.
- לחזק את היסודות של החברה הישראלית באמצעות חיזוק הזוגיות בקרב משפחות בארץ.
- להציע לזוגות את ההזדמנות להשתתף בסדנאות לתקשורת זוגית, אשר יתנו להם את הכלים לשפר את התקשורת ביניהם ולמנוע את ההסלמה בעימותים זוגיים ביניהם.
- לקדם קשרים בריאים וארוכי-טווח בקרב זוגות נשואים.
- לשמש כארגון-גג לארגונים פרטיים המפעילים תכניות חינוך לחיי נישואין.

## מטרות

- להגביר את המודעות לגבי החשיבות של חינוך לחיי נישואין כיוזמה חשובה לזוגות וכן כאמצעי לחיזוק משפחות ולהגברת הרווחה הכללית של קהילות בכל רחבי מדינת ישראל.
- לקדם מימון ממשלתי לחינוך לחיי נישואין.
- להקים פורומים חינוכיים אשר יגבירו את המודעות לחינוך לחיי נישואין ואת העניין בנושא זה.
- להגביר את ההשתתפות בסדנאות חינוך לחיי נישואין.
- לערוך סדנאות המוקדשות להענקת מיומנויות וכלים חינוכיים לתקשורת זוגית ולפתרון בעיות במשפחה<sup>10</sup>.

**"ביחד באושר" מתחייבת לקדם את פעילויותיה לקידום החינוך לחיי נישואין דרך האמצעים הבאים:**

- תכניות/מערך לימודים

<sup>9</sup> Together in Happiness/B'Yachad B'Osher website [www.together-in-happiness.com](http://www.together-in-happiness.com)

<sup>10</sup> <https://together-in-happiness.com/workshops/>

- הכשרת מדריכים
- תכניות מנטורים
- הכשרה מקוונת
- תכניות המבוססות על מקורות דתיים
- מדידת ההשפעה: בדיקת המשתתפים לפני ואחרי התכניות, מעקב אחר סטטיסטיקות של גירושין
- הפעלת קו חם לזוגות

#### ● התכניות המוצעות

- אתר אינטרנט עם מקורות מידע עדכניים בנושא חינוך לחיי נישואין.
- הרצאות וכנסים עם מיטב אישי הציבור, רבנים, מנהיגים דתיים ומומחים בינלאומיים על נישואין, וכו'.
- ארגון כנס בינלאומי על חינוך לחיי נישואין במטרה להעלות את המודעות לתחום זה ולהתפתחויות חדשות במחקר, כדי לעודד את המשתתפים "ליצור תכניות פעולה" בתוך משפחותיהם ולהעביר את המסר לקידום תכניות אלה בקהילות ובארגונים שלהם.

### ברמה הלאומית

ברמה הלאומית, מטרתה של "ביחד באושר" היא להבטיח כי כל הזוגות השואפים לחיות בזוגיות בריאה ומאושרת יקבלו את המשאבים להם הם זקוקים.

באמצעות מפגשי מידע, נספק הוכחות מוחלטות כי הממשלה וחברות הביטוח הרפואי ירוויחו מתוך החקיקה, המימון וההפעלה של תכניות חינוך לחיי נישואין.

- בישיבות של ועדת הכנסות הנוכחים יקבלו חומרי מחקר המצביעים על היתרונות החיוביים של חינוך לחיי נישואין.
- חברות הביטוח הרפואי יקבלו חבילות מידע אודות הצורך בהוזלת תכניות חינוך לחיי נישואין עבור הנרשמים לפוליסות שלהן.
- מסע הסברה רחב-היקף יודיע לזוגות על מבצע חדש זה.
- כנסים לאומיים ובינלאומיים יעניקו למנהיגים שונים מידע ואסטרטגיות בעזרתם יוכלו לפתוח דלתות להביא לשינויי גישה בדיון הציבורי על חינוך לחיי נישואין.

### ברמה הקהילתית

באמצעות שיחות ופרסום הפעילויות שלנו, נחנך את הציבור בחשיבותו של פיתוח מיומנויות תקשורת זוגית ונסיר את הסטיגמה המיוחדת לחינוך לחיי נישואין.

- נקיים סדנאות חינוכיות בחוגי בית, במרכזים קהילתיים (מתנ"סים) ובבתי כנסת מקומיים.
- נציע לרבנים, לרבניות ולמנטורים לקיים קבוצות דיון וסדנאות הכשרה כדי להעביר סדנאות אינטימיות יותר עבור בני/ות הקהילה שלהם.

## תכנית לבניית-יכולת

- גיוס והכשרת צוותי עובדים, מדריכים וחברי הנהלה.
- בניית תכנית לימודים.
- שיתוף פעולה עם בעלי עניין ארגוניים (נדון במעורבות רבנית במסמך הקרוב, אשר ייקרא "מעורבות רבנית והכשרתם לחינוך לחיי נישואין").
- שיתוף פעולה עם בתי ספר תיכוניים, אוניברסיטאות, מכללות, בתי כנסת וארגונים קהילתיים כדי להגיע לשוק היעד ולהנגיש את החינוך לחיי נישואין לכל אחד ואחת.
- לשתף פעולה עם נדבנים, בעלי הדעה וארגונים בריאותיים כדי להרחיב את טווח הפעולה של עבודה זו בכל רחבי הארץ.
- הקמת צוות פעולה, אשר יכשיר את המדריכים והמרצים.
- הקמת צוות נוסף של "ביחד באושר", אשר יעבוד עם סוזן ברט, שתהא המנהלת הארצית. אנשי הצוות הנוספים יכללו כותב בקשות מענקים, מנהל שיווק, מעצב גרפי, מנהל אתר, צוות תמיכת לקוחות, עוזרים, וכו'.

## אמצעים לגיוס משתתפים

- משרדי הרבנות יספקו מידע לזוגות הנרשמים לנישואין.
- מדריכי חתנים וכלות יעודדו זוגות להשתתף בקורסים.
- מרפאות בריאות יספקו מידע לזוגות נשואים.
- בתי כנסת, בתי ספר ואוניברסיטאות יארחו אירועים ויעודדו חינוך לחיי נישואין.

## ארגון סדנאות חינוך לחיי נישואין עבור זוגות בכל שלבי הנישואין

"ביחד באושר" הציגה בפני מדינת ישראל את אחת מתכניות הלימודים הנחקרות ביותר בתחום החינוך לחיי נישואין, הידועה כ- PREP (תכנית חינוכית למניעה וליצירת קשרים בינאישיים). תכנית PREP, אשר נוסדה ביוזמת פרופ' הווארד ג'. מארקמן וצוותו במרכז ללימודי נישואין ומשפחה באוניברסיטת דנור, הביאה לתוצאות חיוביות וארוכות-טווח. (ראה/י תוצאות בסוף הנספח). תכנית PREP מלמדת זוגות תקשורת נכונה ומעניקה להם מיומנויות לפתרון בעיות, הקשורות לתפקוד זוגי אפקטיבי.

"ביחד באושר" היא הזכינית הבלעדית בישראל של תכנית ה- PREP והיא פיתחה את ה- I-PREP, תכנית המותאמת לחברה הישראלית. באמצעות I-PREP "ביחד באושר" מכשירה מדריכים בחינוך לחיי נישואין ומנהלת סדנאות נישואין לזוגות בכל הגילאים ובכל חלקי החברה. תכנית זו אינה תרפיה, ייעוץ או תיקון של בעיות לזוגות הסובלים מקשיים זוגיים. זוהי תכנית לבניית יכולת עבור זוגות נורמטיביים, הפועלת למניעת התדרדרות הקשר הזוגי למצב שאין לאף אחד שליטה על המתרחש.

באמצעות תכנית לימודים המוכחת מבחינה מדעית, ועם הרבה חמלה וטכניקה, הזוגות ייצאו מכל מפגש כשהם מרגישים חזקים יותר והרבה יותר מתואמים ביניהם. הסדנאות נערכות בידי מדריך שהתמחה בתכנית ה- PREP. הזוגות מקבלים חומרים מוחשיים לכל שיעור, המאפשרים להם לעבוד קשה כדי ליישם בבית את הנלמד<sup>11</sup>. התכנית נערכת בעברית ובאנגלית.

תכנית ה- PREP החלה כתכנית חינוך קדם-נישואין למניעת גירושין, במטרה לחזק את הקשרים לפני הנישואין, להגביר זוגיות בריאה במהלך השנים ולמנוע מתח ואי-יציבות זוגית.

המטרות של סדנאות ה- I-PREP הן:

<sup>11</sup> <https://together-in-happiness.com/workshops/>

- להעניק לזוגות כלים יעילים לתקשורת זוגית.
- לספק כלים להתמודדות עם קונפליקט זוגי.
- לחדד ולשפר את התקשורת הזוגית עבור זוגות המעוניינים להשקיע בהקשבה ובהבנה הדדיות.

תכנית PREP הינה מודל פסיכו-חינוכי מבוסס-מחקרים לרכישת מיומנויות:

- היא כוללת נתונים אמפיריים.
- היא עברה בדיקות אמפיריות.
- התכנית עוברת שדרוג תכוף ומתעדכנת על בסיס מידע חדש.

היסודות התאורטיים מבוססי-המחקר של I-PREP, ושל תכניות חינוך לחיי נישואין באופן כללי, הן כלהלן:

- לכל הזוגות יש חילוקי דעות ואי-הסכמה על נושאים משותפים – כגון, כסף, ילדים, מטלות הבית, אינטימיות ודת.
- נושאים של חוסר הסכמה אינם גורמים לבעיות.
- הדרך שבה מתמודדים עם נושאים אלה היא שגורמת לבעיות.
- הנאה, תמיכה ומחויבות חשובים מאוד.

לתכנית ה- PREP וה- I-PREP יש מספר יתרונות<sup>12</sup> על פני התכניות האחרות:

- תכנית ה- PREP מבוססת על מחקר אמפירי – הן במונחים של הפקת תוכן והן בבדיקת יעילות.
- תכנית PREP כולל מגוון רחב של אסטרטגיות וטכניקות בתחום רבים ושונים של תפקוד זוגי ובינאישי.
- בזיהוי הצורך להתאים את התכנית לצרכים של זוגות שונים, PREP פיתחה פורמטים גמישים הניתנים להתאמה אישית.

מאות זוגות בארץ כבר נהנו מהשתתפות בסדנאות של I-PREP, הנערכות בעברית ובאנגלית כבר משנת 2011. הסדנאות משכו אליהם זוגות רבים, החל ממאורסים טריים ועד לזוגות הנישואים כבר מעל 35 שנה.

## התייחסות לתוכן המודל של תכנית הלימודים בחינוך לחיי נישואין

### מאת סוזן ברט, מייסדת "ביחד באושר"

הקריטריונים ותכנית הלימודים שלהלן מבוססים על I-PREP ומכוונים כהנחיות מומלצות ובסיס למימון ממשלתי של תכניות החינוך לחיי נישואין.

#### קריטריונים לסדנאות

הסדנאות המומלצות הן של 6 שעות – מפגש אחד של 6 שעות או שני מפגשים של שעתיים כל אחד. בכל סדנא ישתתפו 12 זוגות לכל היותר.

- תכנית הלימודים המוצעת צריכה להיות מוכחת מדעית, להינתן בצורה עדינה אך בטכניקה שזכתה לביקורת רבה, כך שזוגות ייצאו מכל מפגש בתחושה שהם חזקים יותר ומתואמים יותר ביניהם.
- הזוגות צריכים לקבל חומרים מוחשיים לכל שיעור, המאפשרים להם לעבוד קשה כדי ליישם את הנלמד בבית.

<sup>12</sup> <https://www.prepinc.com/>

- החומרים מוצעים בעברית ובאנגלית<sup>13</sup>.

## תוכן החומרים

להלן רשימה "כללית" של נושאים המהווים חלק בלתי נפרד מנושאי התכנית לחינוך לחיי נישואין:

- הגברת תקשורת אפקטיבית ופתרון בעיות
- קביעת ציפיות מציאותיות
- הגנה על קשרים ומחוייבויות חיוביים
- מניעת קונפליקטים הרסניים

הסדנאות יכללו תרגילים מעשיים אשר יגבירו את התקשורת הבין-זוגית ותרגילים נוספים לתרגול בבית.

## מדריכי הסדנאות

למדריך חייב להיות בסיס ידע טוב, כדי להבין ולסייע לזוגות לרכוש את המיומנויות, ואלה כוללים פסיכולוגים, עובדים סוציאליים, אנשי דת, אחיות, מנהיגים לא-מקצועיים, וכו'. כל מי שיש לו קשרים אנושיים טובים, מיומנויות ארגוניות ויכולת לעמוד בפני קהל יכול להיות מדריך חינוך לחיי נישואין.

תפקידי המדריך כוללים:

- הוראת החומר, כולל שיעורים, דיונים אישיים ומענה על שאלות.
- במידת הצורך, על המדריך לגייס צוות הדרכה ופיקוח.

\* דגם הסדנא מבוסס על המודולים המתוארים בתכנית ה- PREP ובבסיס המחקר שלה.

## תקציב מוצע

בהתבסס על נסיון של 10 שנים עם הסדנאות של "ביחד באושר", העלות למשתתף תהיה **לפחות 400 ₪ ולא יותר מ- 600 ₪** למפגש, או סך של **800 ₪ ו- 1200 ₪ לשני הסדנאות** (בהתחשב בהשתתפות של 4-6 זוגות בכל סדנא). סכומים אלה מבוססים על כך שהמדריכים מתנדבים ונקבל תרומה של מקום, או תרומות שוות-כסף.

במקרה שלא נזכה בתרומות שוות-כסף, העלות הכוללת עבור מדריכים, הסעות, פרסום והשכרת מקום תהיה בערך **7600 ₪**, עבור כל משתתף, בהתחשב בהשתתפות של 4-6 זוגות בכל סדנא.

<sup>13</sup> <https://together-in-happiness.com/workshops/>

---

# הערכת החזר על השקעה

---

חברת Social Capital Valuations, LLC מעניקה נקודת מבט ייחודית לדרך שבה תכניות חינוך לחיי נישואין מספקות החזר על השקעה שהוא הרבה יותר מאשר העלויות הקשורות להפעלתן. הארגון מתמקד בעיקר להפיכת החזר לערך כספי מתוך תכניות אלה ותכניות חברתיות קשורות, ונקודת מבט זו היא בעלת ערך מיוחד בפני עצמו.

חברת Social Capital Valuations, LLC בדקה את התוצאות בקרב למעלה מ-5,000 זוגות במדינות אוהיו, אינדיאנה וטקסס, שהשתתפו בתכניות לחיזוק הנישואין. השיעור האמיתי של גירושין במהלך חמש השנים שלאחר הפעלת התכנית ירד ב-13.7% מהשיעור הצפוי, אשר הביא להחזר של \$14.42 בהטבות למשלם המיסים עבור כל דולר אשר הושקע בתכנית החינוך לחיי נישואין.

ההטבות המצטברות למשלם המיסים מתכניות אלו כוללת שיעורי תעסוקה גבוהים יותר והכנסה גבוהה יותר למשפחה, בסכום מצטבר של \$4,187 במיסים מדינתיים ופדרליים שנגבו מכל בית אב. כשני שלישים מה-685 זוגות נשואים שניצלו היו עלולים להוסיף לחברה 452 אמהות חד-הוריות עם ילדים הדורשים סיוע ציבורי, בסכום ממוצע של \$28,750 לשנה<sup>14</sup>.

גירושין גם משפיעים על הדור הבא, כאשר ל-27% של ילדים להורים גרושים יש תואר ראשון או גבוה מזה, בהשוואה ל-50% של ילדים להורים נשואים. 78% מהילדים להורים נשואים סיימו את בית הספר התיכון, ואילו שיעור מסיימי התיכון אצל ילדים להורים גרושים הוא 60%<sup>15</sup>. הבדלים בדרך השגת ההשכלה משפיעים על מהלך החיים גם בדור הבא ומפחיתים את ההכנסה בכ-\$10,000 לשנה עבור אלה הנושרים מבית הספר<sup>16</sup> או קרוב ל-\$500,000 במהלך החיים.

מתוך תכניות אלה של Social Capital Valuations, אנו רואים שתכניות חינוך לחיי נישואין בישראל יכולים גם להבטיח חסכון של סכומים ניכרים בתקציבים הממשלתיים ולהגביר את הפריזון האישי והכללי במקום העבודה, בנוסף לכל היתרונות האישיים והמשפחתיים המצטברים עבור האנשים הנוגעים בדבר.

---

<sup>14</sup> Parental Divorce, Social Capital, and Post Baccalaurate Educational Attainment Among Young Adults by Camron Devor, Susan Stewart and Cassandra Dorius, published March 12, 2018 in the Journal of Family Issues.

<https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0192513X18760349>

<sup>15</sup> In 2009, a research project identified correlations between major changes in family structure and high school completion rates. Researchers encapsulated their findings in "Family Structure Histories and High School Completion: Evidence from a Population-based Registry," published in the Canadian Journal of Sociology.

<sup>16</sup><https://www.bls.gov/careeroutlook/2016/data-on-display/education-matters.htm>

---

# סיכום

---

תופעת הגירושין משפיעה על החברה כולה. משפחות גרושות חווים בעיות כלכליות וסיכונים בריאותיים גדולים יותר ממשפחות עם הורים נשואים. ילדים מושפעים רגשית ופיזית, וחוסר היציבות בבית הוא מבשר של קשיים בשלב מאוחר יותר בחיים. עם זאת, העלייה בשיעורי הגירושין והשפעתם השלילית על החברה הישראלית אינם בלתי נמנעים.

מחקרים מראים שיש ערך בחינוך לחיי הנישואין בצידוד זוגות עם הכישורים הדרושים כדי ליצור ולקיים נישואין בריאים. מכיוון שהנישואין הם עמוד השדרה של החברה, ההשקעה בעזרה לזוגות בלימוד מיומנויות המתואמים עם נישואין יציבים, יש לה ערך רב כגישת מנע. תכנית רחבה שתלמד זוגות צעירים כישורים הדרושים לנישואין מאושרים תגביר את בריאותם של ההורים והילדים ותשפיע באופן חיובי על הבריאות והרווחה בחברה הישראלית.

עמותת ביחד באושר הכינה מודל להרחבת ועידוד נישואין, כך שכמעט כל זוג ישראלי ישתתף בקורס או בסדנה לפני הנישואין או זמן קצר לאחר מכן. תוכנית זו דורשת תמיכה מחברי כנסת, מגופים ממשלתיים וממלכ"רים.

---

# בקשה לתמיכה

---

אם אתם תומכים בחזון זה של חיזוק המשפחות וחיזוק החברה הישראלית, אנו מברכים על תמיכתכם. הגשמת חזון זה תדרוש את תרומתם של רבים:

- פקידי ממשלה שיבטאו ויעלו את הנושא לסדר היום כעדיפות לאומית;
- מימון ממשלתי, כמו גם תמיכה של קרנות, פילנתרופיה, ותורמים בודדים.
- מנהיגים מקומיים ידרשו לפתוח את בתי הכנסת שלהם, בתי הספר, וארגונים חברתיים כדי לתת חסות לשיעורי חינוך לחיי נישואין.
- תמיכה תקשורתית שתדגיש את חשיבות המיומנות לחיי נישואין לשיפור החברה שלנו.
- חשיבה יצירתית, מחויבות ושיתוף פעולה של כולנו כדי ליצור את החזון הזה.

**עמותת "ביחד באושר" מעודדת אותך להצטרף אלינו בכל דרך שאתה יכול לתרום.**

פרטי התקשרות של עמותת ביחד באושר:  
020 ברט, מייסדת העמותה

[https://together-in-happiness.com/  
marriageconf@gmail.com](https://together-in-happiness.com/marriageconf@gmail.com)

למידע נוסף, ראה "הטענות בעד חינוך לחיי נישואין"