

צרכים, רצונות ומה שביניהם



זה ההבדל הראשוני והבסיסי בין איש מקצוע לבין 'אדם חכם' או 'איש שמבין בנפש האדם'.

יועץ נישואין שהוכשר לכך באמת, לא יעסוק במתן הוראות של 'איך להתנצל', 'כמה כדאי לוותר' 'ומה תכונות האופי של האישה אל מול הגבר'. הוא יחפש להגיע למהות הסיפור הייחודי של בני הזוג, לשקף אותו כמיטב יכולתו, ולעבור איתם יחד תהליך אמיני שבוע אחר שבוע, במטרה לבנות תשתית אחרת, שונה ומאפשרת, ממה שהייתה להם עד כה.

זו בעצם כל המהות של ייעוץ נישואין?

זו כמובן נקודה אחת משמעותית מאוד בהבנת התהליך. אך ישנם ממדים רבים וגישות חשיבה שונות בעולם הייעוץ הזוגי. לא לשם כך התכנסנו כעת...



אפשר לוותר, להרפות ולהימנע ממימושם וקיומם של רצונות או מאווים כאלה ואחרים המצויים בתוכנו. לעומת זאת לא ניתן לטשטש, להתעלם, לזלזל, ובעיקר למנוע מצורכי היסוד שלנו לבוא לידי ביטוי. כך ברא השם את בראויו. כל ניסיון להילחם בכך, לא יצליח.

אריאל: במפגש הראשון דיברנו על הקושי בהגעה לכאן. שיתפתי אותך בתחושת האכזבה והכישלון שמילאו אותי עד ההחלטה להגיע לייעוץ.

מטפל: איך התחושה שלך בפעם השנייה?

לא אותה עוצמה של כישלון ובושה שהרגשתי במפגש הראשון, אבל כן הרבה בלבול וסקפטיות ביחס להגעה לכאן.

במה אתה סקפטי ומה גורם לך לבלבול?

יש לי הרבה מחשבות סביב התועלת שיכולה לצמוח מהטיפול. אני מדמיין שאני אשב פה, רעייתי תשב בכורסה שלידי, אני אשתף אותך בהתמודדויות ובקשיים שלי והיא בשלה, אתה תהנהן, תהיה אמפתי, תאמר לי להקשיב לה יותר ולהחמיא לה, ותאמר לה לכבד אותי ועוד כהנה וכהנה.

אתה תקבל את חלקך זה בטוח... ואנחנו אולי נרגיש טוב יותר לתקופה מסוימת, אבל בסוף... בסוף, כל אחד יחזור לסורו.

מה כבר יכול לצאת מזה?

אני קורא את הטיפים של היועצים ומקשיב לדרשות, זה פחות או יותר תמיד הכיוון.

אתה צודק.

אתה מסכים איתי? אני אומר דברים נכונים?

אילו התהליך המדובר היה בנוי כפי שאתה מדמיין, ולפי הטיפים והדרשות השונות שאתה מציין, אפשר להניח שזה אכן היה התסריט.

במה זה שונה, אם כן?

אינני זוכר שום מקרה מהיום שבו אני עוסק בתחום, שהמלצתי לצד מסוים, לגבר או לאישה, לקנות מתנה, להחמיא, לכבד, לבקש סליחה או כל אחת מהאמירות הדומות להן.

אם לא זה, מה כן???

חשוב לכוון להגיע למשהו הרבה יותר מהותי ונקודתי בתוך הקשר שלכם.

מה זאת אומרת?

לכולנו יש צרכים קיומיים ובסיסיים בחיינו כאן בעולם. יש צרכים פיזיים כמו אוויר, מזון, שינה, תחזוקת הגוף וקורת גג, ויש צרכים נפשיים כמו מימוש עצמי, זהות, חברה, המשכיות וכן הלאה. גם בקשר בין בני זוג יש צורכי יסוד שאנחנו זקוקים להם.

כמו מה?

צורך בהוגנות, צורך בביטחון, צורך בהערכה, צורך בכבוד, צורך של ביחד וצורך של לחוד, צורך של שייכות וצורך של עצמאות. אותם צרכים הם צרכים קיומיים.

לרוב נמצא כי מצוקה אמיתית או התמודדות של בני זוג, כזו המלווה אותם לאורך זמן ולא משהו זמני, יושבת על צורך מסוים של צד אחד או של שניהם, שנחסר או נרמס בתוך אותו קשר.

זוגות באים לייעוץ נישואין ויודעים לשתף בחוויות, בסיפורים, בתלונות או בקונפליקטים לא פתורים. הם לא ידעו לנסח את המהות, את הצורך הנפשי החסר להם בתוך אותו קשר.

עם הזמן והתקדמות התהליך, ידעו בני הזוג לזהות טוב יותר את החוליה המקשרת בין שלל חוויותיהם. אז יעמדו לראשונה בחייהם על המהות ולא רק על הסימפטומים.