

ביקורת בונה

כלפי האדם ותכונותיו, כי "זה בסדר, אנחנו מבינים אחד את השני, בסופו של דבר אנחנו מתייחסים לזה כביקורת בונה". זוהי טעות ראשונה בשרשרת טעויות שעוד יבואו אחריה בהמשך התהליך בימים ובשבועות הבאים. מאחר ואווירת הקלילות - שבהחלט ראויה ומאפשרת לבני הזוג ליהנות מתהליכי השינוי שעוברים יחד - עלולה להטעותם בהבנת הכוחות הדינמיים הפועלים בתוך כל אחד מהם וביניהם. הדרך לנהל משותף שלילי תוך התמקדות בחקר ההתנהגות ולא בהעברת ביקורת כלפי האדם היא, על ידי אימון בשימוש במסרי "אני" במקום מסרי "אתה". כאשר נפגעת מאמירה או התנהגות מסוימת, אני יכול להציג זאת כך: "אתה לא בסדר, פגעת בי, ובגללך הרגשתי רע בבוקר", או "הרגשתי היום מאוד לא נעים, כשאמרת לי...". צורת הביטוי הראשונה היא שימוש במסרי "אתה", היא מכוונת לאדם, מאשימה ושופטת אותו, וכבר חורצת את דינו. במצב כזה, היא גם עשויה לגרום לו להגיב בהתגוננות. אולם השימוש בצורת הביטוי השנייה, הוא שימוש במסרי "אני", לי קשה, אני מרגיש רע, כי האמירה פגעה בי. באופן הזה, קל לאדם המקבל את המשוב, לקחת אחריות על חלקו. הוא לא צריך להגן על הערכתו העצמית, כי הוא לא נמצא בעמדת הנשפט, שנינו מתייחסים לאמירה ובוחרים את השפעתה.

הכותב הוא: הרב שלום אביחי נהן, יועץ נישואין בכיר M.F.C יו"ר "קשרים" מרכז רב תחומי ליעוץ וטיפול: 060-526-599-1

שאלה:

יש בנינו מצב שבו האחד רוצה להעביר על השני ביקורת בונה, אבל תמיד זה נתקל בקשיים, בפגיעות ובחוסר רצון לקבל את הערה שהיא רק לטובתנו המשותפת, מה לעשות? כיצד נגרום לצד השני שהביקורת שלנו אינה כדי לפגוע אלא דווקא לתועלת?

תשובה:

אחד מעיוותי המשוב היותר נפוצים הוא השימוש בביטוי "ביקורת בונה" כאשר אנשים שופטים אחרים. זה כמו לומר "אל תיקח אותי אישית, אבל אתה איש ממש רע ואנוכי" או אם נלך על דוגמא מעודנת יותר, זה דומה להורה שאומר לבנו "אני מתנהג אליך בקשיחות ומאכזב אותך רבות, אך כל זה לטובתך וכשתגדל תבין" כאילו שמעתה הילד ירגיש טוב יותר. ביקורת מעצם מהותה היא שיפוטית, ובכל מקרה כשהיא מכוונת כלפי אדם מסוים, היא מציבה אותו בעמדת הנשפט, עמדה שאף אחד אינו מעוניין להיות בה, ולא משנה כמה היא תהיה מקושטת בפרחים ובמילים מכובסות.

ביקורת היא מרכיב הכרחי בכל מערכת, אך כאשר היא מכוונת כלפי האדם היא מהווה מרכיב סיכון משמעותי. השיפוטיות במערכת נישואין צריכה להיות של שני בני הזוג יחד ומכוונת כלפי ההתנהגות הנחקרת ולא כלפי "המתנהג". בני זוג עם כוונות טובות עלולים לשרר האחד לשני תחושה המשלימה עם הביקורת גם אם תהיה מכוונת

ילדי חוף אשקלון כותבים ספר תורה ביוזמת ראש המועצה מר יאיר פרג'ון ומנהל מחלקת הדת ר' מאיר ירימי

במעמד חגיגי שנערך במרכז הקהילתי בחוף אשקלון, הושק פרויקט ייחודי לילדי המועצה: 'כתיבת אות בספר תורה'. ראש ישיבת 'ירנן יצחק', הרה"ג רבי יצחק ברדה כיבד בנוכחותו וציין בפני הבאים: "מעלה גדולה לכתוב ספר תורה לזכות הילדים".

ילדי המועצה האזורית חוף אשקלון כותבים אותיות בספר תורה. במסגרת הפרויקט הייחודי כל ילד מגיל 3 חודשים ועד 18 שנים, יקבל אות בס"ת על שמו ושמו יוזכר בתעודה. התלמידים ילמדו על הליך כתיבת ספר תורה על ידי סופר סת"ם ויתרשמו מתהליך הכתיבה על גבי קלף. בהמשך, לכל תושבי המועצה תהיה אפשרות לקחת חלק בכתיבת הספר ועם סיום כתיבתו תוקם בשיתוף נציגי ציבור וחברי מליאה, לקביעת קריטריונים למיקום הספר.



הגר"י ברדה בדברי ברכה במעמד צילום: דוברות חוף אשקלון



הזמר אריאל זילבר בשירה במעמד

המעמד המרגש. מי ייתן וילדנו יזכו את כולנו. "הרה"ג ר' יצחק ברדה ראש ישיבת 'יצחק ירנן', אמר: "מעלה גדולה לכתוב ספר תורה לזכות הילדים. האותיות הן מקור הברכה".

הרב הראשי לישראל, הרה"ג ר' יונה מצגר, שיגר מכתב ברכה לאירוע וציין: "סגולת ספר התורה תגן עליכם. נתברך כולנו בכרכת התורה".

רב המועצה האזורית חוף אשקלון, הרב יעקב אביטן: "אנו מתפללים שילדי ישראל יהיו המשך לקיום התורה".

את האירוע ליווה בשירה ובזמרה הזמר אריאל זילבר ליווה את האירוע בשירה.

הרה"ג ר' ישי בר חן רב אזורי ישובי צפון הרצועה בגוש קטיף לשעבר ורב 'ישיבת ניצן' בירך את היוזמים ברעיון החינוכי לילדי המועצה אשר ציין שזו מטרה חשובה להחזיר כבר בילדים את אהבת התורה בעת שיתבוננו את העמל בעת כתיבת הספר תורה.