



איך חוגגים?

דני מצלוח
להורים גרושים

מחליטים איך לחגוג?
מדריך פרקטי מפורט

חוגגים בר/בת מצווה לילד/ה?

מען טאג

בר ובת מצווה הם אירוע מרגש המסמל את כניסתו של הילד שלכם לעולם המבוגרים. נקודת ציון מאוד משמעותית בחייו של הילד. זהו אירוע מאוד משפחתי. יש משמעות לאב המעלה את בנו לתורה ולאם המעבירה לבתה את המסורת. לכן, מקובל לחגוג את האירוע עצמו, בקרב המשפחה.



עם זאת,

כשאתם הורים גרושים, חגיגות משפחתיות הן מורכבות יותר. כשהגירושים הם בסכסוך גבוה, מנוהלים בבית משפט. כשההורים לא מצליחים להיות יחד באותו חדר כשיש סכסוך בין המשפחות אלה מצבים בהם קשה מאוד לחגוג יחד. להורים או למשפחות קשה להיות יחד באותו חדר. ואם קיימים גורמים נוספים (בני זוג חדשים של ההורים) זה מגביר את הלחץ ונקודות החיכוך.



ואתם,

הורים שאוהבים את הילדים שלכם ורוצים לעשות את הכי טוב בשבילם.

צה המצריך דלדילכם

אחרי קריאת המצריך הצה מצא:

איזה החלטות צריך לקבל



מה אופי האירוע שמתאים לילד שלכם



מהי טובת הילד/ה שלכם



מהי טובת המשפחה שלכם

בסוף המדריך תמצאו טבלה,
שתרכז את השיקולים שלכם
ותראה לכם תמונה מלאה של המצב
בעזרתה תוכלו להליט מה נכון לכם



הוספתי למדריך גם **בונוס**

דף הסכמות

דף המרכז את ההסכמות אליהם תדרשו
להגיע יחד עם בן / בת הזוג לשעבר.

מתחילים

כמו שאמרנו, אירוע בני מצווה הוא אירוע מכונן, הדורש מכם, ההורים, הערכות מיוחדות. ההחלטות הראשונות צריכות להיות החלטות על האירועים שנרצה לעשות. ישנן אינספור אפשרויות רק תסתכלו על מערכוני הבתמצווה של ארץ נהדרת ותראו לאיזה גודל של אירועים אפשר להגיע.

צמצמתי עבורכם את שלל האירועים האפשריים לשלושה עיקריים:

אירועי שנת מצווה

טקס בבית הכנסת

מסיבה

(לחברים, למשפחה, או משולבת לחברים ומשפחה)



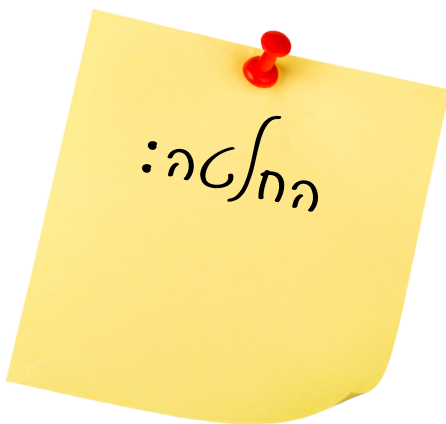
החלטה ראשונה

אירועי שנת מצווה

ישנם בתי ספר, מרכזים קהילתיים, או יישובים שנוהגים בשנת הלימודים, לערוך פעילות ערכית בנושא שנת המצווה לכל ילדי השכבה. פעילות זו באה במקום הפעילות המשפחתית ואז אין צורך לעשות פעילות נוספת.

במידה ואין פעילות כזו בקהילה שלכם, אפשר לעשות אותה גם באופן אישי משפחתי. למשל:

אפשר לקחת את הילדים לראות היכן גדלתם,
לשמוע את הסיפור המשפחתי של סבא וסבתא,
להתנדב בעמותות
וכל דבר אחר שתואם את ערכי המשפחה שלכם.



ההחלטה כאן היא ד"י פשוטה. מכיוון שהיא רק שלכם
(צד אחד בלבד)
כל צד יעשה את ההחלטה שלו.
אין צורך לתאם בין ההורים.
אלא אם, שני הצדדים רוצים לעשות פעילות כזו.
במקרה כזה, כדאי לדבר ולהחליט על פעילות לסירוגין (או ביחד, רק ההורים).
כדי שהילד או הילדה לא ימצאו את עצמם מתרוצצים בין אבא לאמא ועושים פעילות כפולה.

אגב,
זה בסדר גמור שצד אחד יעשה פעילות והשני לא. כל צד פועל בהתאם למסורות והערכים שלו.

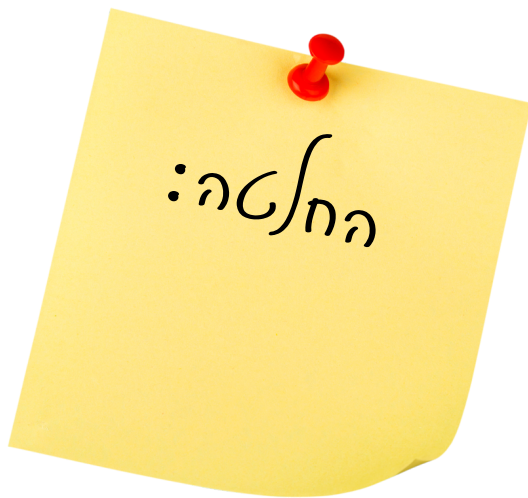


טקס בר / בת מצווה

ההחלטות שעומדות בפניכם בשלב הזה הן:

1. טקס בר מצווה – כן או לא?

לכל הורה יש את האמונות שלו ואת הערכים שלו. יש את החזון והחלום שלו לגבי טקס המצווה של ילדיו.



אם נוצר מצב

שיש צד אחד שמאוד רוצה לחגוג

בר מצווה מסויימת ולצד השני לא איכפת.

בגלל אופי ההחלטה והאירוע,

אני ממליצה ללכת עם הצד שזה יותר חשוב לו.

אין פה תחרות או מנצחים.

יש כאן ילדים וחלום של אבא או אמא,

להעלות את בנו או בתו לתורה

בבית הכנסת בו עלה הוא לתורה.

אני חושבת, שכדאי לתת לצד שחשוב לו יותר לבחור את מקום ואופי האירוע.

במידה והחלטתם לעשות טקס בר מצווה יש להחליט על אופי הטקס:

האם הוא יתקיים בבית כנסת ספציפי שיש לו קשר למשפחה

האם יתקיים בבית כנסת אורתודוקסי?

רפורמי?

מקום אחר?

האם יש העדפה למי שיכין את הילד לבר המצווה?

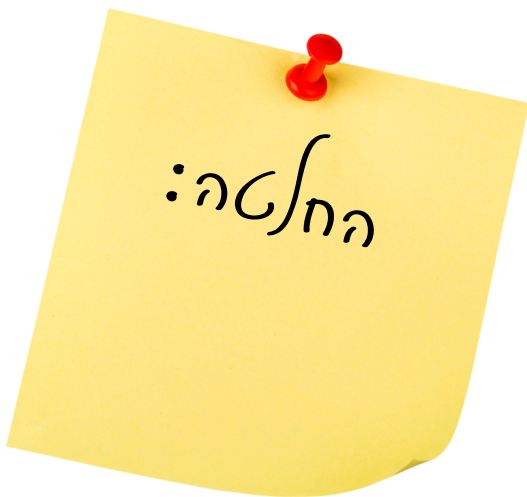
(מישהו שמכין את כל ילדי המשפחה?)

החלטה שניה

2. טקס בת מצווה – כן או לא?

לכאורה, בת מצווה היא אירוע פשוט יותר. כי אין צורך בטקס בבית כנסת. עם זאת, היום, יש אפשרות לערוך טקס כזה בבית כנסת רפומי. לכן, עליכם להחליט.

האם תרצו לקיים טקס רפורמי בבית כנסת?
האם תרצטו לקיים טקס אחר?
מה אופי הטקס שתמצו?



בעת קבלת החלטה זו, כדאי לבדוק עם הילדה. האם זה משהו שמקובל בבית הספר שלה? האם זה משהו שהיא רוצה / מאמינה בו? האם טקס כזה יביך אותה? (במקרה כזה, ניתן אולי להציע לא להזמין את חברי הכיתה)

הטקסים הללו, שמורים לרוב למשפחה, אך נהוג להזמין גם את החברים הקרובים ביותר מהכיתה.

טקסי בית הכנסת נערכים פעם אחת. לכן חשוב שטקס כזה יהיה משותף לשני הצדדים.

החלטה שלישית

מסיבות ההמשך:

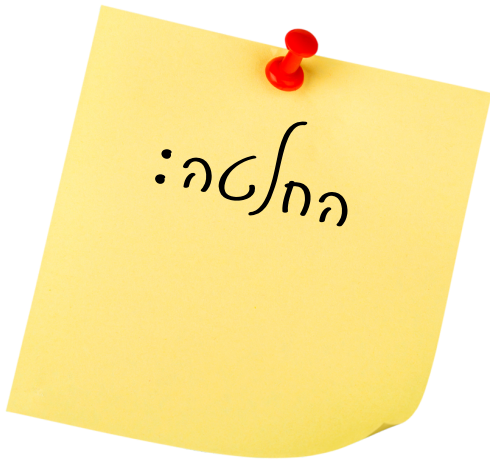
היום, חגיגות בר ובת המצווה יכולים לכלול אירועים רבים בתוכם. בנוסף לטקס בבית הכנסת, יש החוגגים גם אירוע לכיתה / שכבה / חברים וחגיגה למשפחה. אפשרות נוספת היא לחבר את מסיבת החברים למסיבת המשפחה. אפשר לצרף את החברים הטובים לארוחה המשפחתית (ולארגן להם פעילות, או משחקים בחדר נפרד) ואפשר לצרף את המשפחה למסיבת החברים. (גם כאן, היות והמסיבה הכיתתית מלווה במוסיקה ופעילות לילדים, כדאי להפריד את המשפחה ולהגיש אוכל בחדר נפרד) ניתן להתייעץ עם בעלי האולם, שיכולים לעזור בשיתוף מנסיונם.

נסו לחשוב:

איך אתם רוצים לחגוג?

1. האם יהיו מסיבות המשך?
אולי אתם מעדיפים טיול במקום?
(כדאי להתייעץ עם הילדים בשלב הזה ולבדוק מה הם מעדיפים)

2. האם תהיה מסיבה משולבת למשפחה וחברים?
מסיבות נפרדות?
משפחה לחוד וחברים (מהכיתה) לחוד?



אופי האירוע

אחרי שהחלטתם מה סוג הטקס שתרצו, אם תעשו פעילות שנת מצווה ואיך יראו החגיגות, הגיע הזמן לקבל החלטה לגבי **אופי** האירועים.

טקסי בר / בת המצווה בבתי הכנסת חייבים להיות משותפים.

יש רק טקס אחד ורצוי מאוד ששני ההורים ישתתפו בו.

הטקס הדתי הוא טקס ששייך למשפחה הגרעינית. הילדים זקוקים לשני הוריהם שם.

לכן, גם אם הגירושים שלכם קשים ואתם לא מדברים זה עם זה, הגיעו שניכם לבית הכנסת.

אל תמנעו מצד אחד לא להגיע לטקס כי זה לא היום שלו.

ולמרות שיתכן שהילד/ה י/תעדיף לבטל כדי לא לראות את ההורים רבים

זכרו:

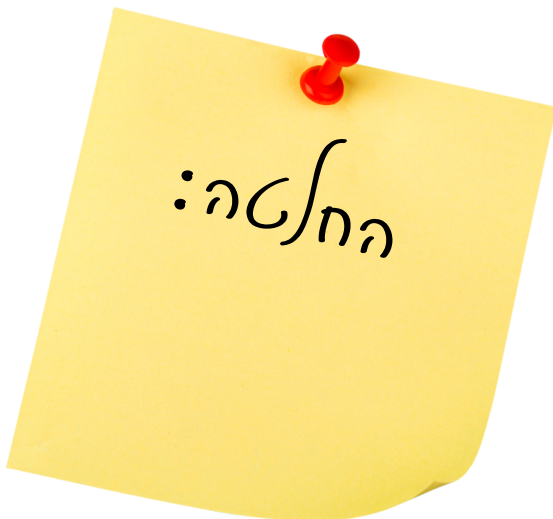
אתם ההורים

ואתם צריכים להתאפק

ולחייך

ולהגיע

עבור הילד/ה שלכם

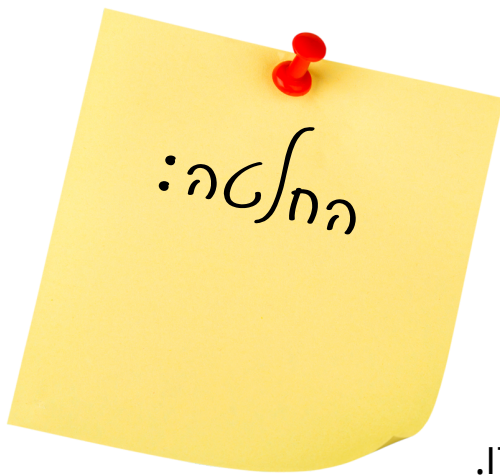


במידה וקשה לכם להיות אחד ליד השני והפוטנציאל לריב גדול
תשתדלו לשמור על הטקס קטן ככל שניתן, על מנת
להקטין את הסיכון לריב.

אופי האירוע

מסיבה או טיול
או אולי משהו אחר לגמרי?

ההחלטה על מסיבה או טיול צריכה להילקח בשיתוף עם הילד/ה.
לשאול אותם מה היו רוצים.



לילדים יש שיקולים משלהם.
לפעמים זה חלום שיש להם
לטוס לחו"ל
לפעמים זה מה שמקובל בבית הספר.
לפעמים הם רוצים מסיבה,
כי זה מה שכולם עושים בבית הספר.

חשוב להתייעץ עם הילדים בקבלת ההחלטה הזו.

ישנה גם אפשרות שהורה אחד יעשה מסיבה ואחר טיול.
אין שום מניעה להגיע להסדר כזה (מבחינת טובת הילד). הילד מרוויח פעמיים.



נצח איתך
אם האחד החדר הוא מסיבה נוצח איתך אין תקציב לך, צדדו איתך. נסו לראות איך ההצעה
לכם, יכולה להיות אטרקטיבית יותר לילד. למעשה לפגוש ולחלק קרטידים יכול להיות יותר
מיוחד ואטרקטיבי ממסיבה כמו שכר טלם ושו. נסו למצוא יחד משהו שיאיים לכל הצדדים. כי
לנצח, לא שווה להיכנס לחודות רק כי להיות כמו טלם.

טובת הילדים

מהי טובת הילדים?

זו שאלה שאננו שואלים בכל ההחלטות שאנחנו לוקחים עבור המשפחה.

נהוג לחשוב שטובת הילדים היא חגיגה אחת משותפת. שני ההורים עוטפים אותו והוא מרגיש טוב, משפחה אחת שלמה.

זה לא תמיד נכון

כפי שעדיף לגדול בבית גרוש מאשר להיות חשופים כל הזמן לריבים ומאבקים בין ההורים, כך לעיתים, כאשר המשפחות נמצאות בריב גדול וטעון רגשית, עדיף לנהל שתי חגיגות נפרדות.

זה מוריד לחץ מהילדים. – הם לא חוששים שמשהו יקרה בכל רגע.
זה מונע מהילדים קונפליקט נאמנות – למי להתייחס יותר, איך להלך בין הטיפות
זה מונע מהילדים להיתקע באמצע – כשכל משפחה מנסה להוכיח שהם "שלה"
זה עוזר לילדים להרגיש יותר רגועים

נקודה נוספת שכדאי להתייחס אליה:

האם זה מבין את הילדים שהחברים יגלו שהם ילדים
להורים גרושים?
האם הם ישמחו לאירוע משותף?



טאג הילד

דברים נוספים שכדאי לחשוב עליהם:

האם הנוכחות של שניכם ביחד באירוע תוכל לעבור באווירה טובה ובכבוד?

בגירושים בקונפליקט גבוה, כשבתי משפט מעורבים והטחת האשמות – כנראה שנוכחות של שני הצדדים באותו מקום תביא להתפרצויות, צעקות וכתוצאה לילדים בוכים או מובכים.

במצב כזה, עדיף לעשות שני אירועים נפרדים

האם המשפחות שלכם יכולות להיות יחד באותו אירוע

בגירושים, גם המשפחות מעורבות. ואם יש חשש שאחד מההורים / דודים / חברים – יתחילו בריב או יהיו בחוסר נוחות כל זמן האירוע – עדיף שלא

בן / בת הזוג של הצד השני

עד כמה הם יהיו מעורבים באירוע. האם זה משהו שמתאים לכם. האירוע הזה, שייך להורים של הילד/ה. כמה אנחנו מאפשרים התערבות של אחרים?

זכרו, זהו יום חג עבור הילדים שלכם. אנחנו רוצים אירוע אוהב ועוטף, שבו הילד לא יהיה במתח שיקרה משהו ואתם לא תלכו על קצות האצבעות.



צ'ק ליסט חוגגים יחד און לחוגג?

כן לא
☐ ☐

01 האם אני מרגישה/ה שאני יכול/ה לשתף פעולה עם בן/בת הזוג לשעבר.

01

כן לא
☐ ☐

02 האם אני חושב/ת שאירוע משותף הוא מה שמתאים למשפחה שלנו?

02

אם ענית לשתי השאלות למעלה "כן", ברוכותי, הגעת להחלטה. במשפחה שלכם תחגגו יחד.
אם ענית "לא", המשיכי/י לשאלות הבאות

כן לא
☐ ☐

03 האם הגירושים עדיין נידונים בבית משפט, וקיימים צווים משפטיים אחד נגד השני

03

כן לא
☐ ☐

04 האם למישהו מהמשפחה הקרובה שלי קשה לראות מישהו מהצד השני, במידה שתפריע לאירוע

04

כן לא
☐ ☐

05 האם אני מרגישה/ה שאירוע משותף יזיק למערכת היחסים ביני לבין בן הזוג לשעבר

05

כן לא
☐ ☐

06 במידה ולבן/בת הזוג לעבר יש בן/בת זוג חדש. האם את/ה מרגישה/ה שלא תוכל/י להיות איתם באותו חדר?

06

כן לא
☐ ☐

07 האם אירוע בנוכחות שתי המשפחות יכול להיות מלחיץ עבור הילד/ה החוגג/ת?

07

הסתכלו על הלוח

אם רוב התשובות בשאלות 3-7 הן "כן" - כנראה שעדיף שלא תחגגו יחד.

אם רוב התשובות הן "לא" - יש על מה לדבר!

בעמוד הבנוס, ישנה טבלת הסכמות - עברו עליה.

אה ו... ממש טוב

קצת עלי



כשהעולם שלך מתרסק, אתה צריך לבנות אותו מחדש.

אחרי הגירושין, החלטתי לבנות אותו בדיוק כמו שאני רוצה. חזרתי לעצמי, למה שאני הכי אוהבת - אנשים. הבנתי, שההורות שלי תשפיע על גודל המשבר שהילדים שלי יעברו. שההורות שלי היא זו שתקבע אם הם יגדלו להיות אנשים מאושרים ותורמים לחברה, או לא. והלכתי ללמוד. במכון אדלר, לימודי הדרכת הורים. ומאז אני עוזרת לאחרים להגשים את עצמם כהורים ולדאוג לילדים שלהם. כל משפחה שונה, הדינמיקה במשפחה, האופי והצרכים של הילדים וכן התקשורת בין ההורים.

אם אתם מרגישים שאתם לא מצליחים לתקשר כשרק שניכם בחדר, אם אתם מרגישים שאתם צריכים כלים נוספים כדי לשמור על הילדים בתקופת הגירושין שלכם, אני מזמינה אתכם לפנות אלי. יחד נוכל לייצר תקשורת הורית טובה עבור ילדיכם. ושגרת גירושין מיטיבה לכולם.

רוצים להכיר אותי?

באתר שלי: www.maya-horim.com, תוכלו לקבל מדריכים נוספים, לקרוא מאמרים בנושאים של הורים גרושים ולפנות אלי. בקהילה שלי בפייסבוק: הורים גרושים - קהילת הורים גרושים ומתגרשים תוכלו לקרוא המון תכנים חשובים, להתייעץ באנונימיות ולקבל תמיכה מהקהילה כולה. בפודקאסט שלי: החיים הסודיים של הגרושים (בכל הפלטפורמות להאזנה לפודקאסטים) תוכלו לשמוע על עולם הגרושים מנקודת מבטם של אנשים גרושים.

מאיה גולדברג מנצחת הורים גרושים ומתגרשים

טלפון / סמס: 054-7616787

אתר: maya-horim.com

מייל: mayago@gmail.com



אל תשכחו את הבונוס

3 דברים שכתבתי להסכים אליהם מראש למעשים אירוע יחיד בן הסכמות

נושא	הוסכם
סוג האירוע: ארוחה / באולינג / פיקניק / אחר	
מספר המוזמנים כמה מכל צד? מי משלם על מה?	
תקציב	
תאריך	
איך תיראה ההזמנה?	
לאן הולכות המתנות?	