

כסף זה אנרגיה

כסף זה אנרגיה מניעה בזוגיות.

אם הוא עומד - הזוגיות

מתקשה לנוע, אם הוא מהיר

מדי - מאבדים שליטה.



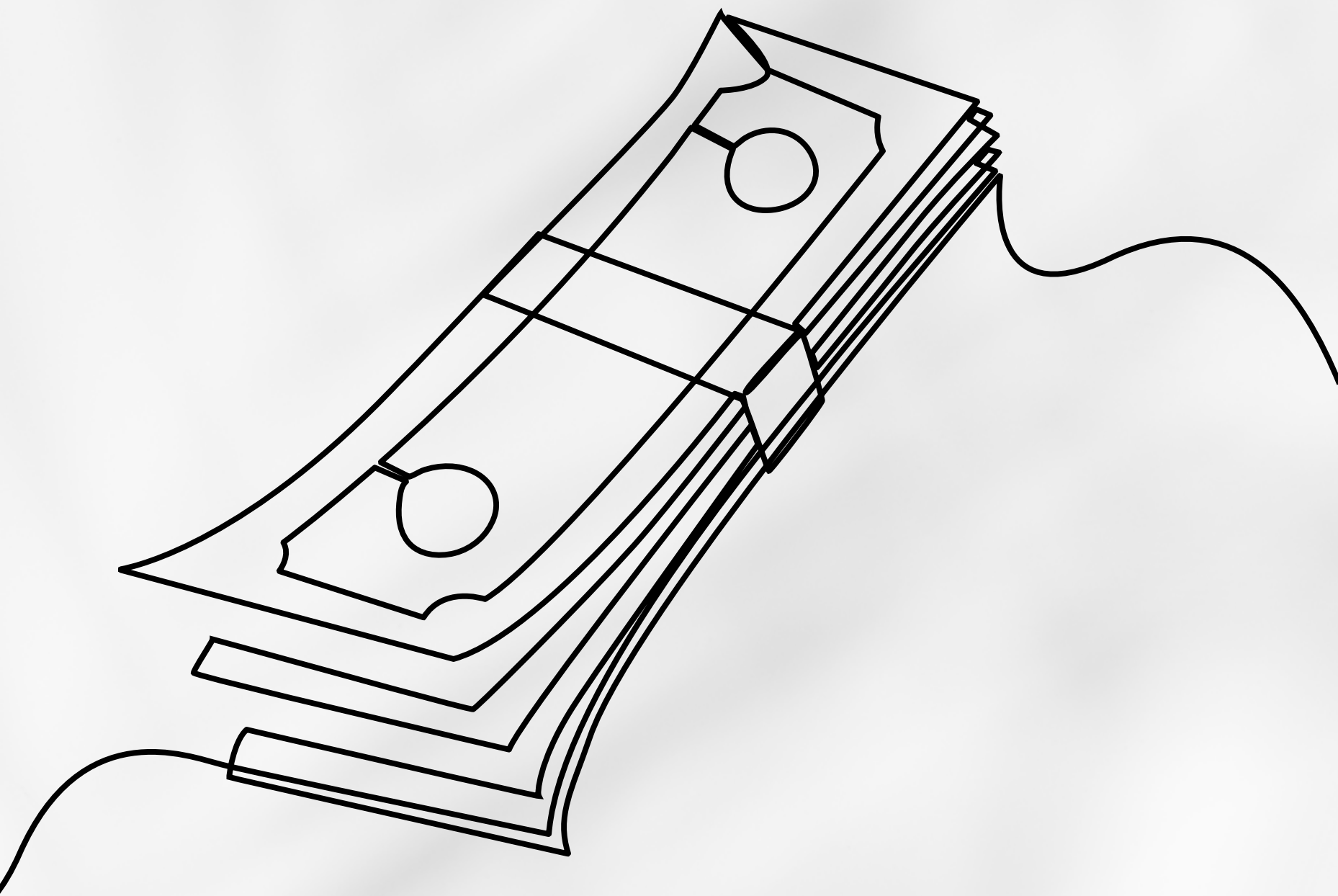
כסף הוא נושא מרכזי ושזור בזוגיות

נושאים פרקטיים ומנהלתיים

ניהול תקציב זוגי, חלוקת אחריות כלכלית, חשבון משותף או נפרד, תכנון לעתיד, הבדלים בסגנון כלכלי, ניהול חובות, החלטות גדולות, השפעת משפחה וכלכלה

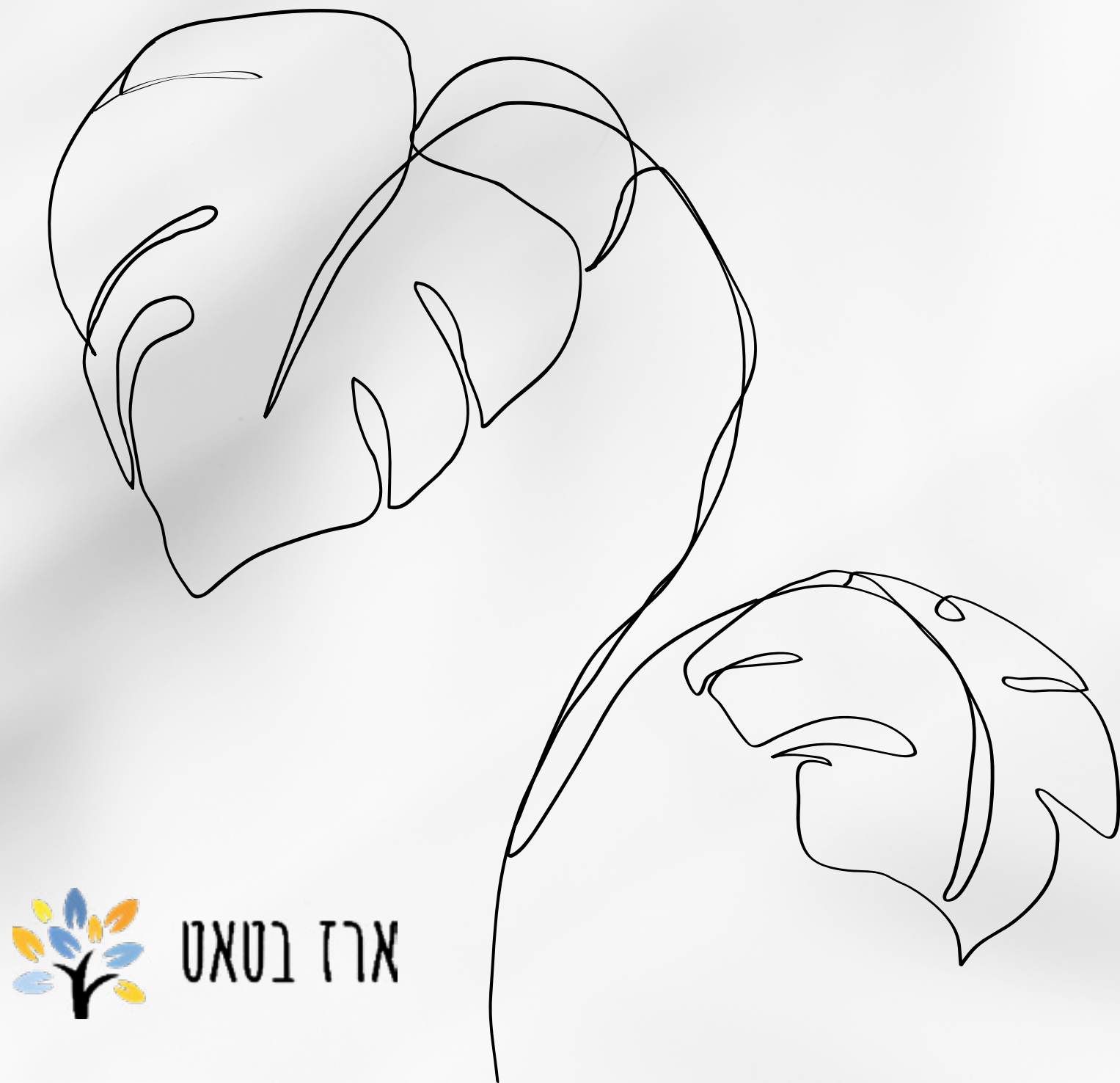
נושאים רגשיים ותקשורתיים

כסף כסמל של כוח ושליטה, פחדים ותפיסות ילדות על כסף, ערך עצמי וכסף, נתינה מול חשבונאות רגשית, כסף כמראה של אינטימיות, ויכוחים על כסף, כסף ואהבה מותנית, פנטזיות כלכליות



תרחיש מס' 01

הבעל הוא המפרנס העיקרי.
האשה מטפלת בבית ובילדים.
אין לה חשבון בנק, היא אינה יודעת
כמה כסף יש, מה המצב הכלכלי
ואיך לנהל את הפן הפיננסי.
יש לה כרטיס אשראי ומוציאה מזומן
לפי הצורך אבל היא באה לבעלה
עם בקשות להוצאות מיוחדות.
הוא מקבל את ההחלטות הכלכליות
כולן אבל עול הפרנסה עליו בלבד.





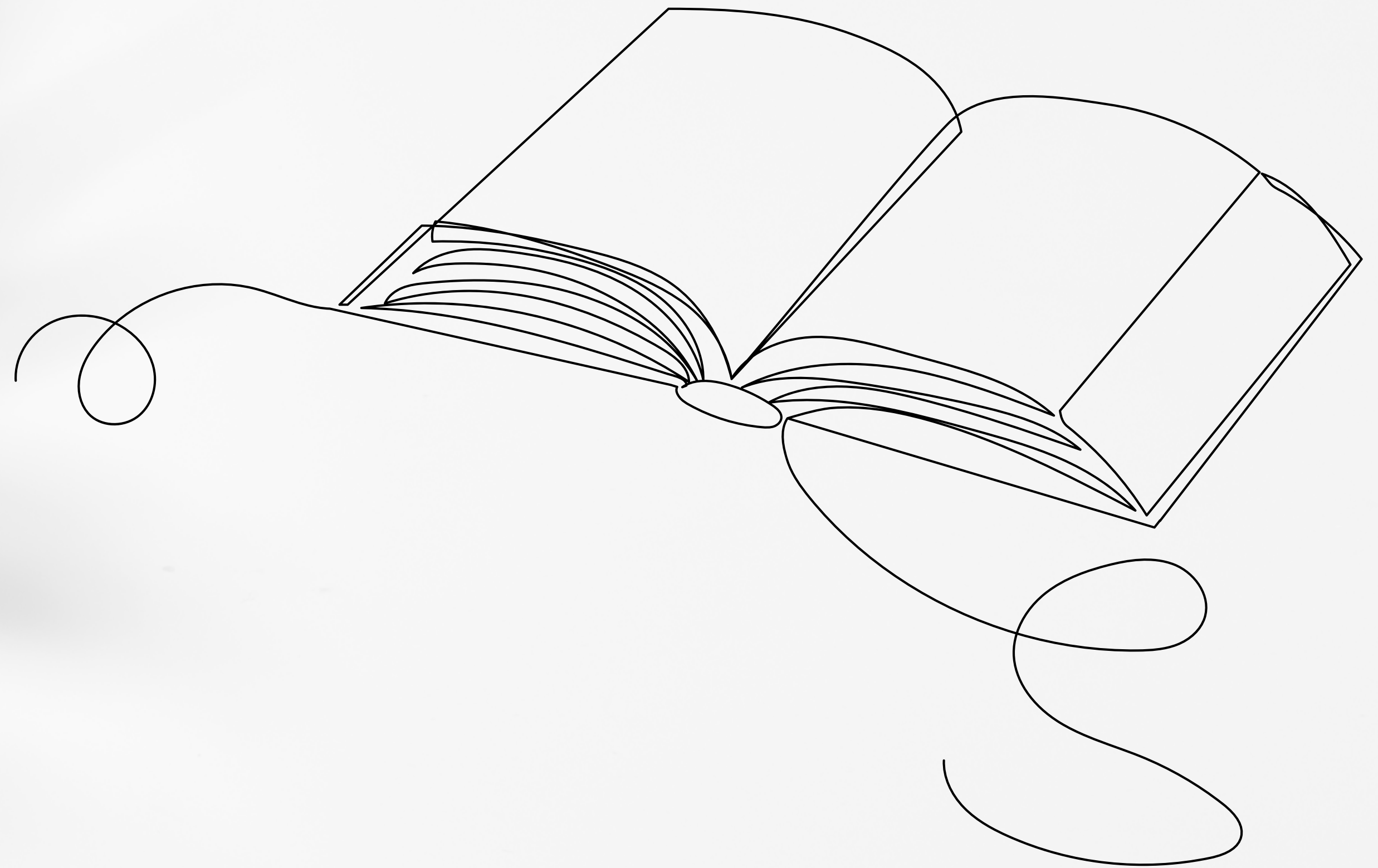
תרגיל | איך אני מתנהל עם כסף

דרגו את עצמכם ואז את בן/בת הזוג מ 1 עד 5

- (1) בזבזן ----- < (5) חסכן
- (1) ספונטני ----- < (5) מתכנן הוצאות
- (1) מדבר על כסף ----- < (5) נמנע מזה
- (1) בתודעת שפע ----- < (5) בתודעת חוסר

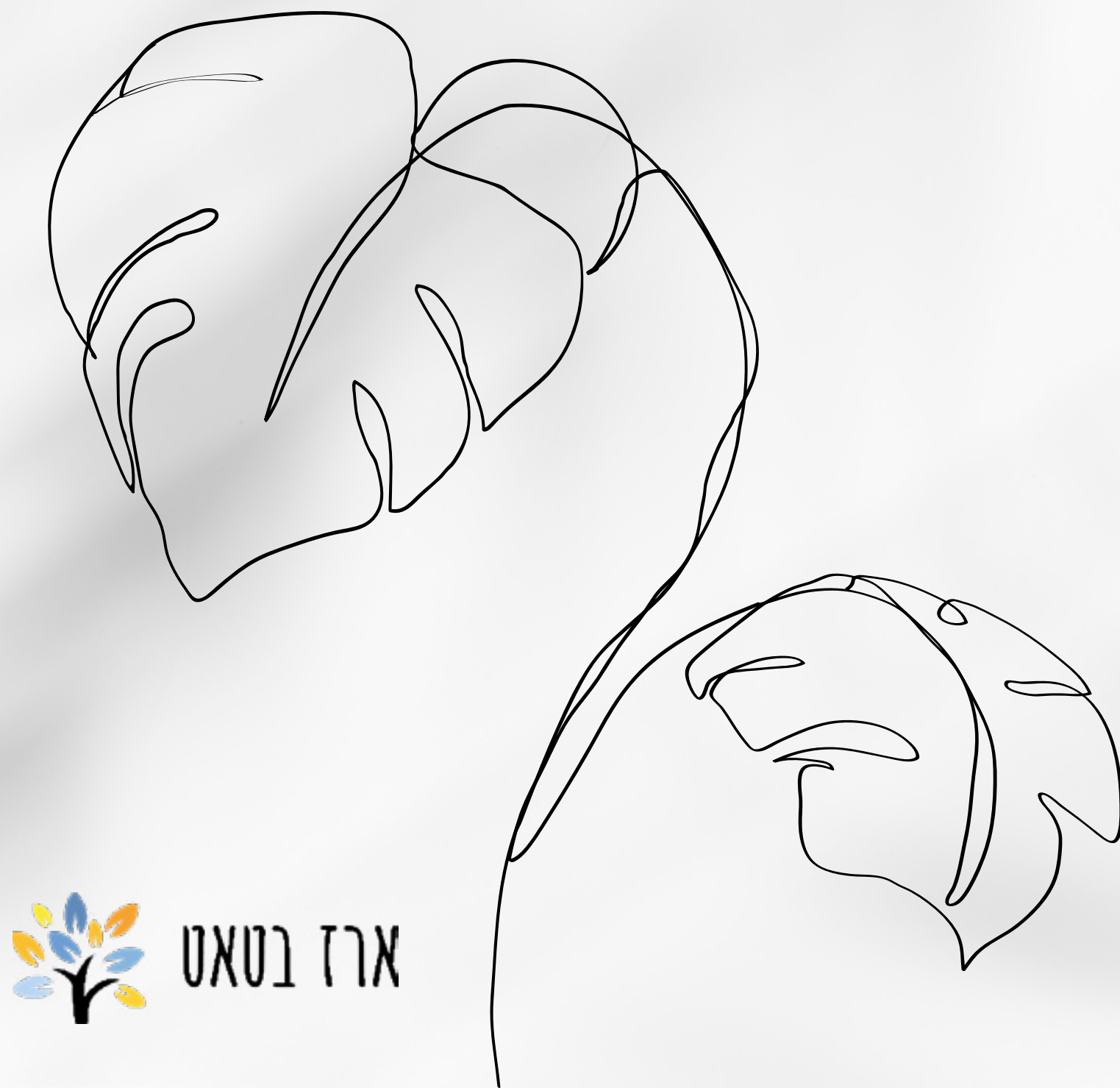
מה גיליתם?

שאל סיפור



תרחיש מס' 02

שני בני הזוג עובדים. שניהם התחילו צעירים ללא כסף ורכוש, התקדמו להרוויח יפה, קנו בית, שילמו משכנתא, חסכו. לאחרונה הקריירה של האשה נסקה ובזכותה גם ההכנסה ואיכות החיים. הם עברו לחו"ל בגלל העבודה שלה, ומאז הוא מתקשה למצוא עבודה מסודרת בתחום המקצועי שלו, ומתמקד בטיפול בילדים ובבית. ההחלטות הכלכליות הגדולות נעשות יחד אך מורגש שהיא השורה התחתונה.





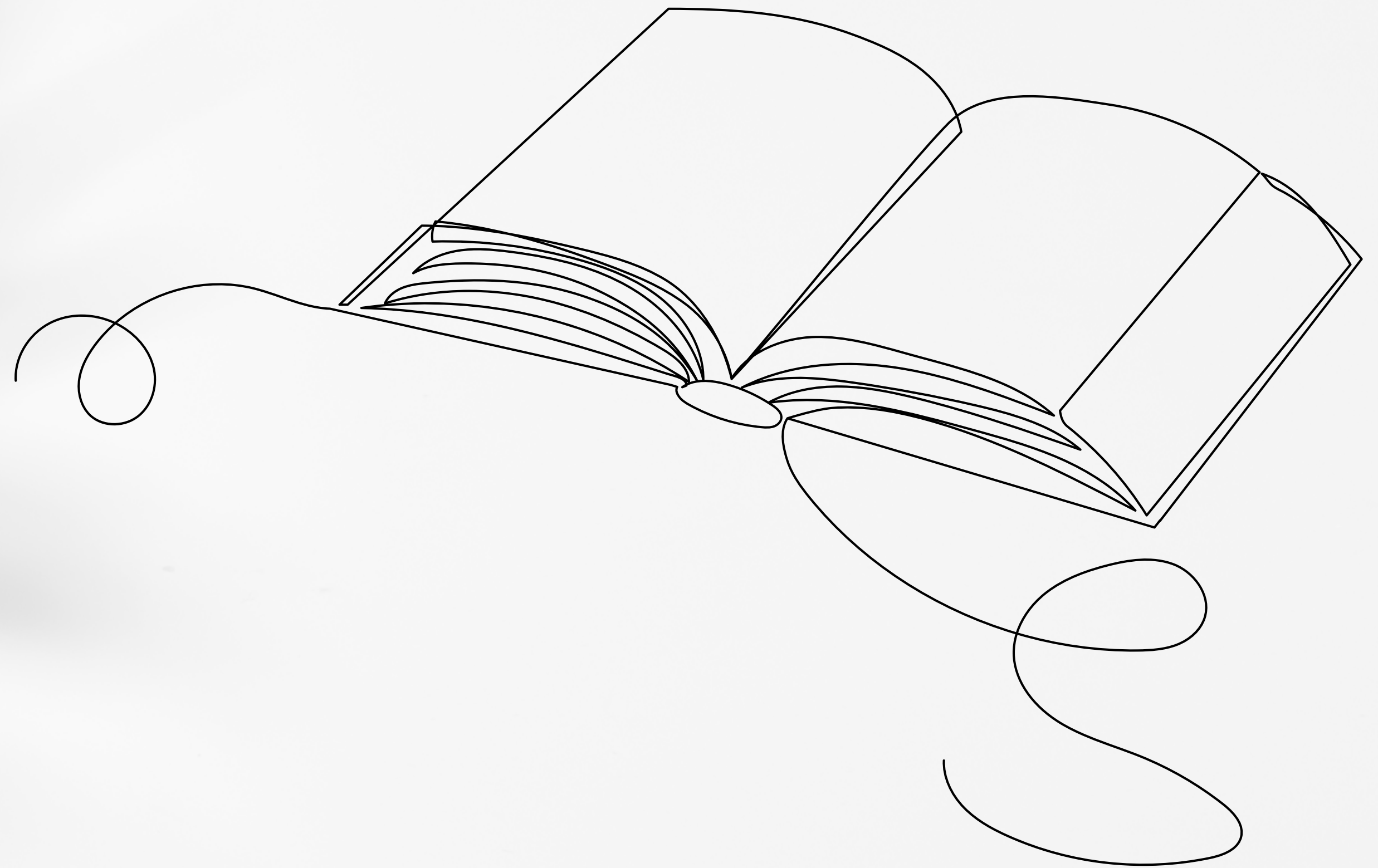
תרגיל: כסף בילדותי

נסו לענות בקצרה עם בן/בת הזוג על השאלות הבאות.

המטרה: לזהות איך דפוסים משפחתיים מנהלים אותנו בלי לשים לב.

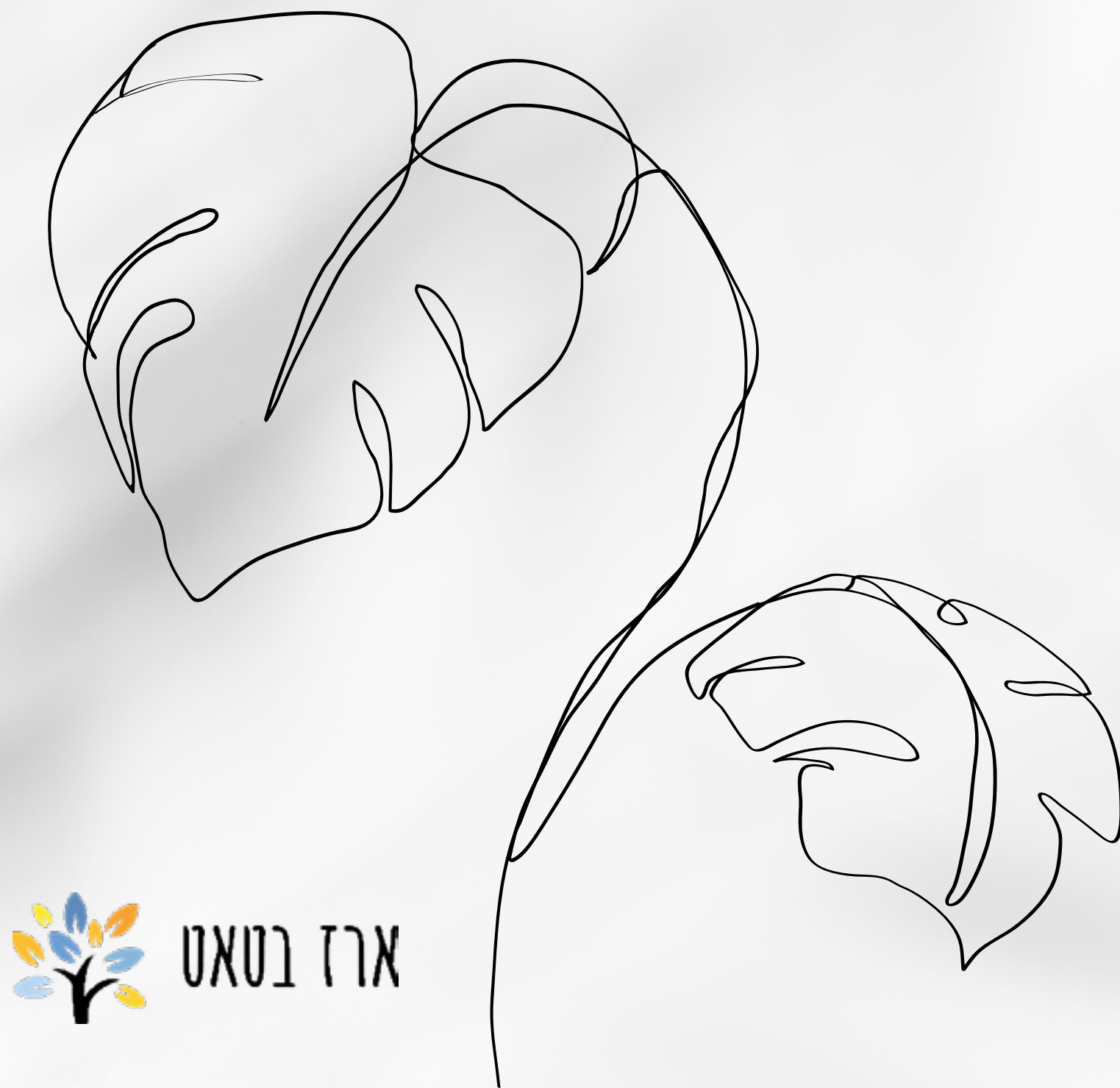
- 1) איך דיברו בבית שלנו על כסף?
- 2) מה האמירה הכי זכורה סביב כסף?
- 3) איך זה משפיע עלי כבן/בת זוג היום?

שאל סיפור



תרחיש מס' 03

הם בזוגיות פרק ב' שנפגשו בשנות ה-50 המוקדמות לחייהם.
היא באה מבית אמיד מאוד, ומרוויחה היטב בקריירה מקצועית משגשגת.
הוא בא מרקע מצומצם במשאבים כלכליים, וחי בצניעות יחסית אך בסיפוק.
כשהם החליטו לעבור לגור יחד היא ביקשה ממנו לחתום על הסכם ממון, והוא נענה, אך הוא מתמודד עם עוינות וחוסר אמון מצד משפחתה.





תרגיל: הזוגיות בשפע

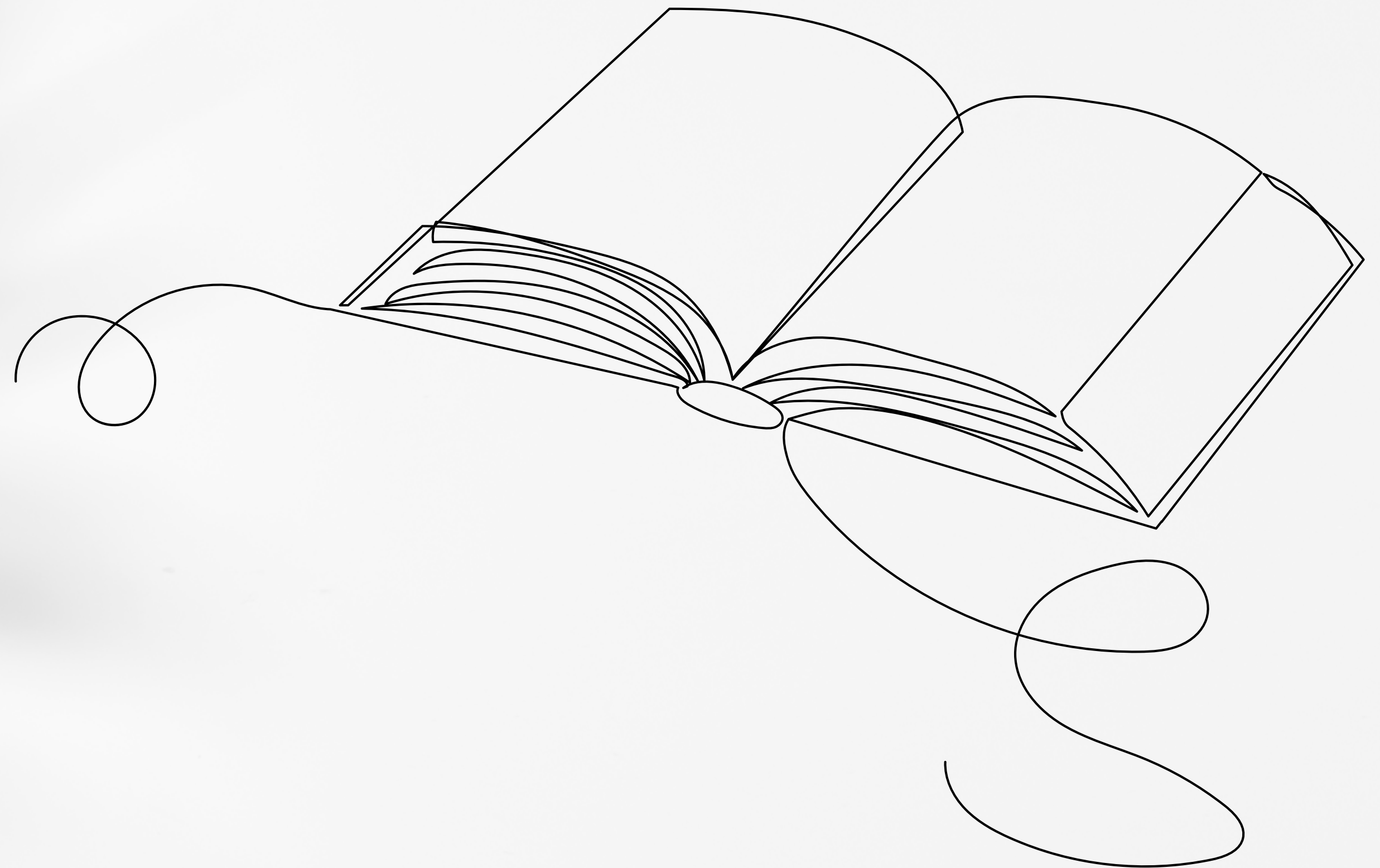
נסו לענות בקצרה עם בן/בת הזוג על השאלה הבאה.

המטרה: לזהות את היחס מול מחסור.

דמיינו שאתם קמים מחר בבוקר וכל החששות
הכלכליים נעלמו (קיבלתם ירושה רצינית, יצאתם
מחובות, בן/בת הזוג התאזן כלכלית וכו').

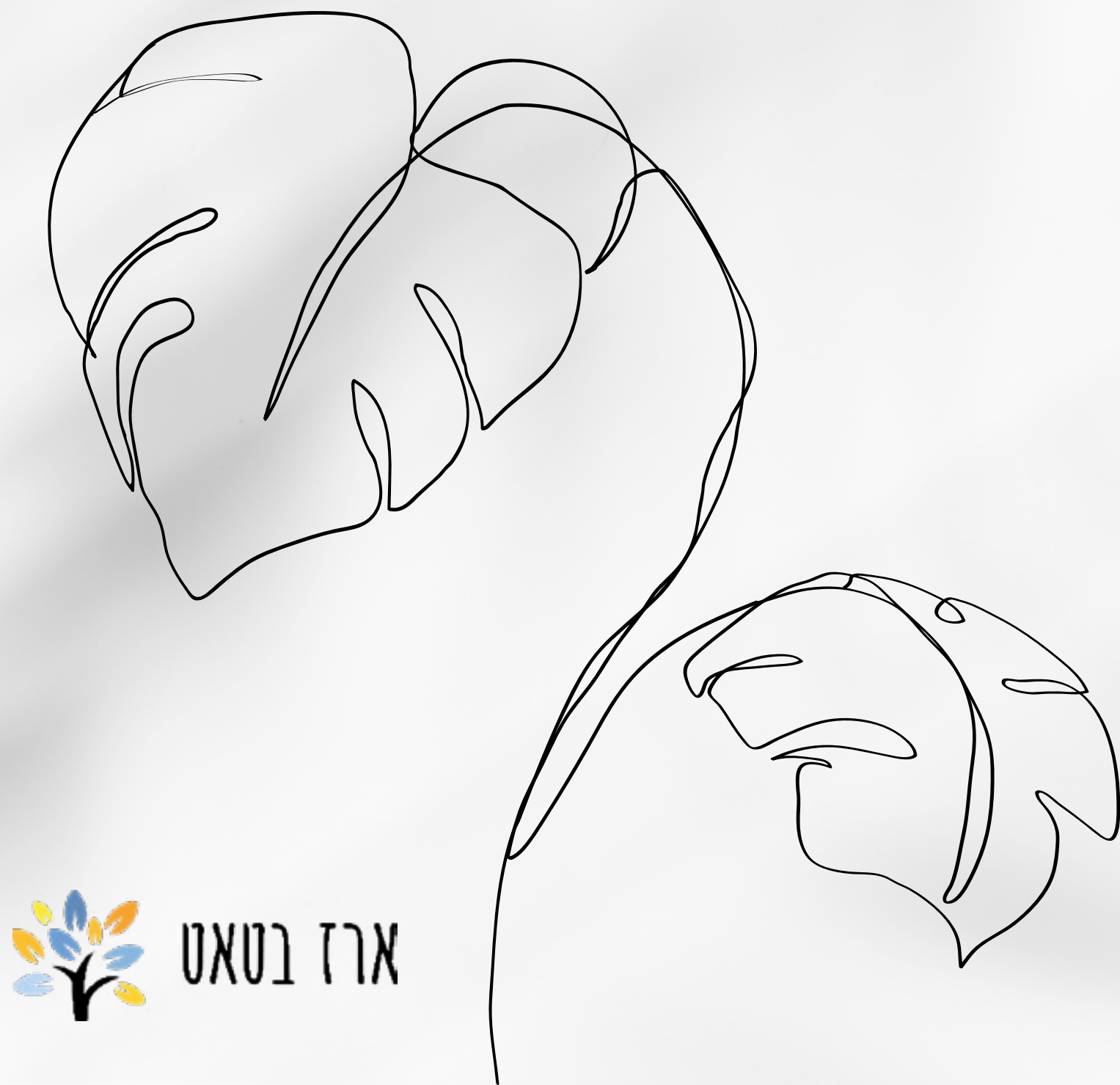
מה ישתנה בחיים שלכם ואיך זה ישפיע על הזוגיות?

שאל סיפור



תרחיש מס' 04

שניהם צעירים, בשנות ה 30
המוקדמות לחייהם, נשואים ללא
ילדים, קריירות.
מורגש שהוא מרוויח יותר אבל לא
בדיוק ברור כמה. כסף זה משהו
שהם לא מדברים עליו יותר מדי.
כל אחד מנהל את חשבונותיו בנפרד.
הם גרים יחד אך לא נשואים. כל אחד
אחראי על הוצאותיו ועל חלק יחסי
של ההוצאות המשותפות.



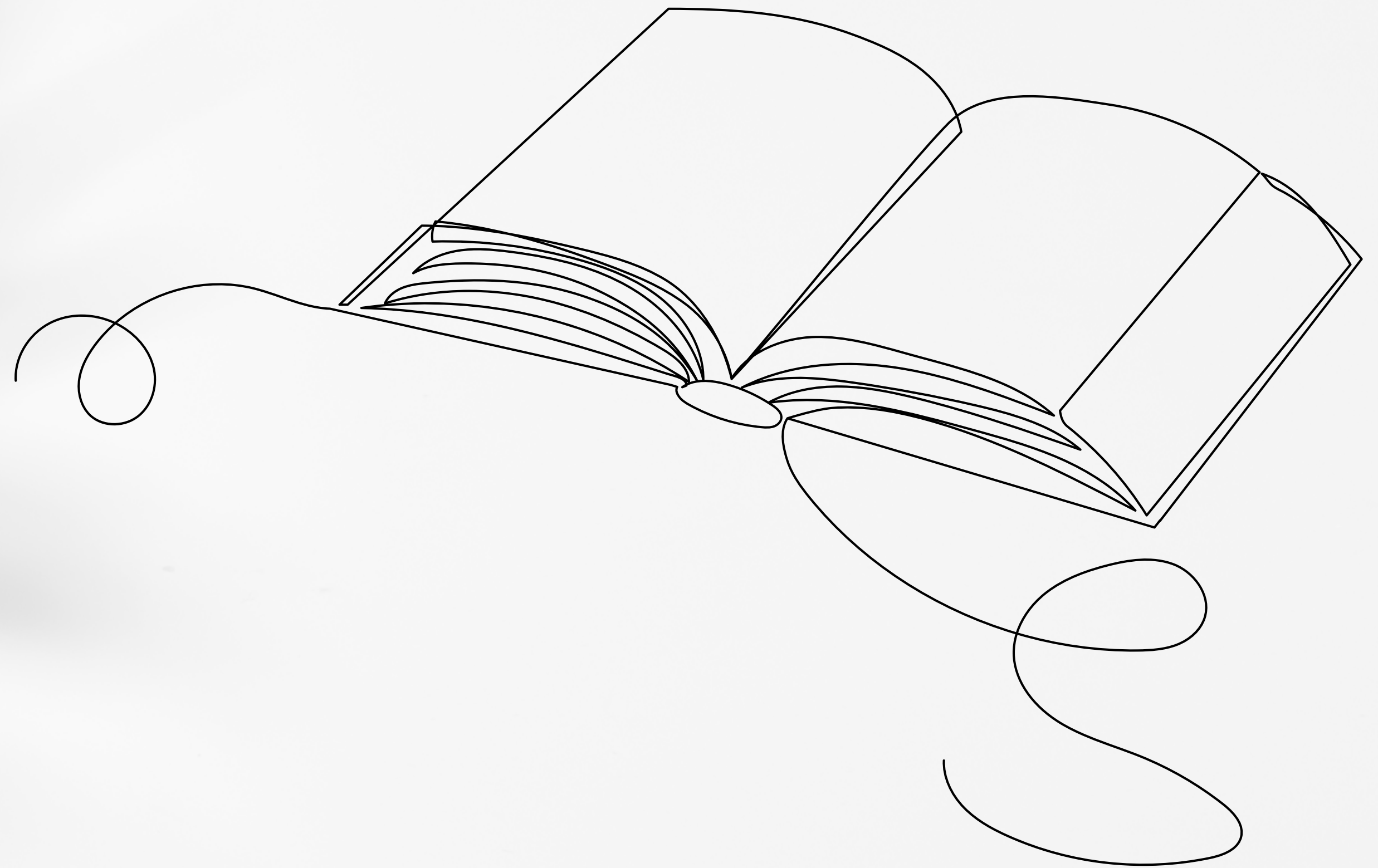
תרגיל: דפוסי אמונה

מסכימים / לא מסכימים עם האמירות הבאות?

המטרה: מה למדתם על האמונות והפחדים שלכם ושל בן/בת הזוג?

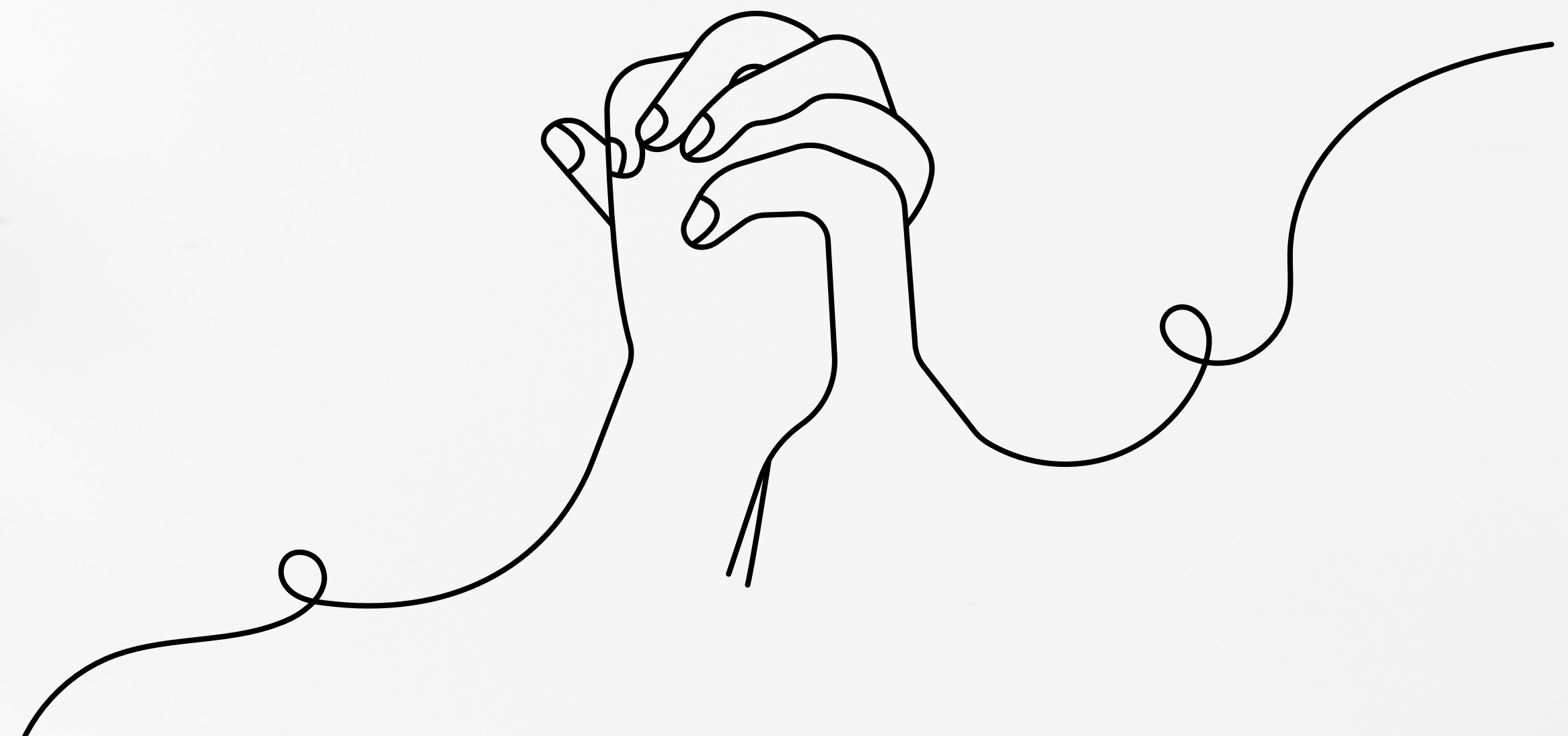
- (1) עדיף לא לדבר על כסף בזוגיות
- (2) אהבה אמיתית לא צריכה כסף
- (3) הגבר צריך לפרנס
- (4) מי שמשלם קובע
- (5) לא נורא להיות בחובות, הכל מסתדר
- (6) הסכם ממון זה לזמן פרידה
- (7) תלות כלכלית זה כמו בית סוהר
- (8) אם האשה מרוויחה יותר זה משפיל לגבר
- (9) בזוגיות צריך להתחלק שווה בשווה
- (10) לא לוקחים כסף לקבר. העיקר להוציא ולהינות

שאל סיפור



על קבלת החלטות

איך עושים את זה ביחד ובטוב?
איך מתאמים רמת מחוייבות להחלטות?



קבלת החלטות כתבנית בזוגיות

כצוות או כיחידים

האם זה מאבק כוח או שיתוף נטל?

האם יש הקשבה אמיתית?

פחדים וסמכות: להחליט או שיחליטו עבורי

שילוב רגשות מול עובדות

חלוקת אחריות ההחלטה בתחומים

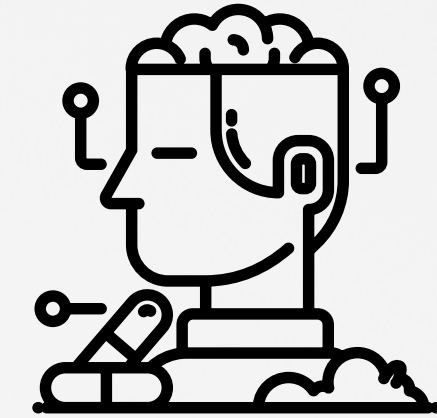
בחירה לפי ערכים משותפים



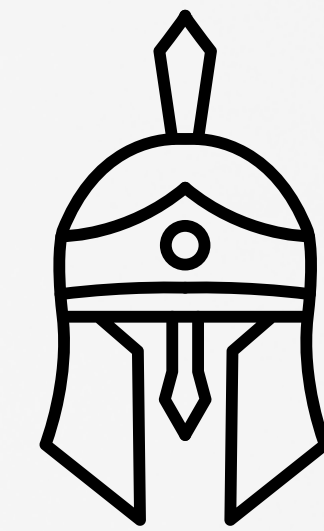
המטפל/ת
רוצה שכולם יהיו מרוצים



החולמ/ת
המנעות מהחלטה מחשש
לעימות או טעות



הפילוסופ/ית
צריך זמן לחשוב ולשקול



הלוחמ/ת
לקחת החלטה מהר ולהתקדם,
קושי עם אי הידיעה

כלים: קבלת החלטות בזוגיות

תורות בדיבור: השני רק מקשיב ומסכם

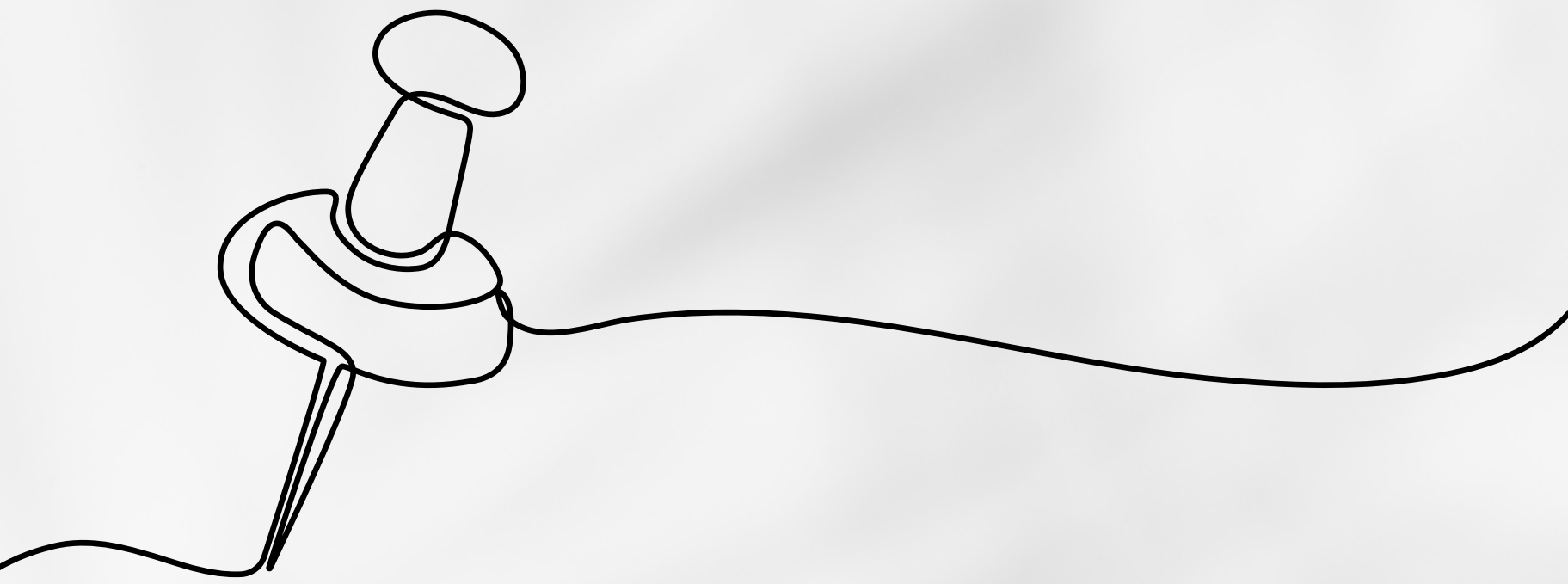
תזמון: לא מקבלים החלטות כשעייפים,
לחוצים, פגועים

שאלת הליבה: "מה באמת חשוב לך בזה?"

ניסוי זמני: החלטה לתקופה קצובה

השהייה: זה בסדר לא להחליט ולקבוע
תאריך לדיון חוזר

רשימת בעד ונגד: כותבים בנפרד ובודקים
התאמה

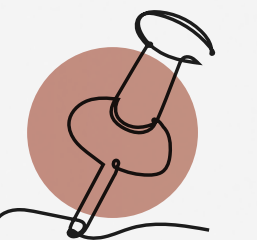


מה נעשה בשבת? שיטת הסיכות להחלטות מחייבות

כשיש רעיון לפעילות או תוכנית, מתייגים אותו
בסיכת ארד, כסף או זהב

המטרה: להבין עד כמה כל אחד רוצה את הפעילות
ולדבוק בהחלטה.

סיכת ארד: וואלה רעיון, נתייג כאופציה



סיכת כסף: רעיון טוב ובגדול רוצים.
נעשה מאמץ אמיתי לעשות את זה



סיכת זהב: עושים את זה! זה חשוב לי/לנו
(על סיכת זהב לא מוותרים)

