

גליון 22
סיוון
תשפ"ה

מטיב

מרכז טיפול וייעוץ במשפחה תורני ארצי

כתב עת לחיזוק והעשרת חיי המשפחה

עמ' 3

**חובת ההדרכה
וההכנה לנישואין**

הרה"ג משה בצרי שליט"א



עמ' 6

הקשר בין בדידות לאובדנות

שרון זיתוני

עמ' 4

מעורבות או התערבות?

גב' רבקה תמים

מטיבת"א - מרכז טיפול וייעוץ במשפחה תורני ארצי

07333300605 | 07333300610 | metivta@acft.org.il | מוקד עזרה נפשית *2837

ירושלים: בית הדפוס 30 מרכז ספיר פתח תקווה: ז'בוטינסקי 100 באר שבע: האבות 64

קליניקות להשכרה

לפי שעות

מחירים
שווים!



- יורשלים, פתח תקווה, ובאר שבע
- נגישות לתחבורה ציבורית
- אתר נח לקביעת קליניקות באופן עצמאי
- אבזור מלא, פינת קפה

*הנחה נוספת לחברי אגודת היעוצים והמטפלים במשפחה

פרטים נוספים באתר: clinics.acft.org.il
דוא"ל: klinikot@ynrcollege.org

מרכז טיפול וייעוץ במשפחה תורני ארצי

כתב העת יוצא לאור ע"י "אגודת היעוצים והמטפלים במשפחה בישראל" (ע"ר).

מרכז מטיב"א מספק שירותי ייעוץ, טיפול והנחיה מקצועיים, ממיטב המומחים בתחום ובהמלצת גדולי תורה.

יו"ר: הרב מאיר שמעון עשור

כתובת: רחוב בית הדפוס 30

גבעת שאול ירושלים

טלפון: 073-3300605

דוא"ל: aguda@acft.org.il

אתר: www.acft.co.il

כתב העת בפיקוח בית ההוראה "שלמות המשפחה" בראשות הרה"ג חגי שושן שליט"א

עריכה גרפית: רחלי חניה

מעוניין לקבל את העלון למייל שלך או למייל של מכרים וקרובי משפחה?

ניתן להצטרף למהדורה הדיגיטלית של הגליון ולקבלו לתיבת הדוא"ל.

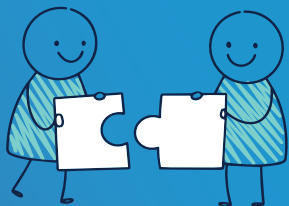
שלחו לנו בקשה למייל: metivta@acft.org.il

דעתכם חשובה לנו!

אם יש לכם רעיונות לשיפור, הארה או הערה, או נושאים שהייתם רוצים לקרוא עליהם, נשמח לשמוע מכם.

* בחוברת זו ישנם מאמרים תורניים הטעונים גניזה

יועצים? מטפלים?



הצטרפו עוד היום!

לקהילת אנשי המקצוע של אגודת היעוצים והמטפלים במשפחה

מגוון הטבות לחברים ולמטפלים

אגודת
היועצים והמטפלים
במשפחה בישראל



073-3300606 | Aguda@acft.org.il



נסד

מענה אישי לשאלות
בתחומים הנוגעים להלכה,
השקפה והנהגות הבית היהודי

***2873**

שלוחה 1 - מענה ע"י מורי הוראה ורבנים מוסמכים

שלוחה 2 - מענה לנשים ע"י מדריות ולכתובות

לוצטרפות לקבוצת הוואטסאפ של בית ההוראה שלחו הודעה למספר: 053-4388766

מה טובו אוהליך יעקב חובת ההדרכה וההכנה לנישואין

הרה"ג משה בצרי שליט"א
דיין בבית הדין הרבני תל-אביב



כשנקרא את הפרשה נמצא שחיבורם היה רק על ידי הטבעות מלמעלה ועל ידי הברחים, והאדנים שימשו רק כבסיס אך לא חיברו את הקרשים.

ונשאלת השאלה מדוע? הלא חשוב ביותר לבסס את היסודות מלמטה ששם כל כובד המשקל, ולמה החיבור היה רק מהצדדים ומלמעלה. גם יש להבין מדוע היה צורך בכלל בשני אדנים לכל קרש ולא די באחד.

אלא ההבדל בין בניית בניין גשמי לרוחני הוא שבגשמי, החומר והגשם מוצאם מלמטה, מהעפר והאדמה, ולכן צריך לחבר בעיקר מלמטה. אך כשעוסקים בבניית בנין רוחני בדיוק להיפך - הרוחניות ניזונה מהעולמות העליונים והשורש של הרוח הוא מלמעלה.

בדומה לכך מצאנו גם בבית המקדש שהחלונות היו צרים מבפנים ורחבים מבחוץ באופן שהאור יצא מהם החוצה ולא להיפך.

איחוד הנפרדים

כמו כן במשכן לקחו שני אדנים נפרדים וחיברו לקרש גדול. בהיצמדם יחד מתחת הקרש האחד, ביטלו מעצמם את כח ההפרדות והתמזגו לכלל מטרה אחת. וזהו השורש לכל פעולה והשגה רוחנית שהיא צריכה להתחיל מהאחדות. לא מצא הקב"ה כלי מחזיק ברכה יותר מן השלום.

צריכים גם להרבות תפלה שחפץ ה' ביד העוסקים במלאכת הקודש יצלח להרבות הקדושה בישראל. ברכת ויהי נועם ה' עליכם... ועושה שלום במרומינו, הוא יעשה שלום עלינו, ושלום בכל בתי ישראל!

מה טוב היה אילו היו מחייבים כל זוג שבאים להירשם לנישואין לעבור קורס הדרכה לחיי זוגיות, מלבד הלימוד הבסיסי של טהרת המשפחה. וכן זוג שזכו להיפקד בזרע של קיימא, לעבור הדרכה הורית לדעת כיצד מתמודדים עם גידול ילדים וכיצד לחנכם.

הכנה גדולה דרושה לנישואין, וללא הדרכה ספק רב אם יצליחו לממש ולהגשים את המשימה. עלולים להיווצר פערים בין הציפיות למציאות, וכגודל הציפיות גודל האכזבות. פעמים רבות אנו עדים לכך שעוד בטרם יבש הדיו שעל הכתובה ולאחר השקעה עצומה של תפאורה כה רבה בחתונה של פעם בחיים מגיעים שברי כלים לשערי בית הדין וכבר רוצים לפרק את החבילה.

על היועצים והמדריכים מוטלת חובה קדושה ללוות את בני הזוג לא רק עד לכניסתם לחופה אלא גם לאחר מכן, לשמור על קשר רציף עד שברור מעבר לכל ספק שהם עלו על דרך המלך, וממשיכים במסילה כראוי. ככל שתהיה עבודה טובה יותר בתחילת דרכם של הזוג, תמנע מאיתנו אחר כך עבודה מצערת וקשה בבית הדין. וכבר נתקלנו במקרים מצערים שאלו היה קשר רציף עם המדריכים, לא היו הדברים מתגלגלים ובאים להיכן שהגיעו.

בניית המשכן - מלמעלה למטה

החל מפרשת תרומה עוסקות הפרשיות בענייני המשכן. המשכן הנו דגם המייצג את כלל הבריאה ומלמד אודותיה.

כשנתבונן בצורת בניית המשכן נראה דבר מפתיע. הקרשים הנשענים על אדני המשכן לכאורה היו צריכים להיות מחוברים בבסיסם מלמטה. אך

התאחדות מדריכי הנישואין בישראל
Association of Torah Marriage Guides



מחתנים? מתחתנים? מזל טוב!

הדרכה מקצועית לחיי הנישואין

ע"י מדריכים מוסמכים חברי התאחדות מדריכי הנישואין בישראל

הכנה לחיי משפחה

הדרכה הלכתית

073-3300605

לקבלת המלצה למדריכים
מאיזור מגוריתם צרו קשר:

מעורבות או התערבות?

איך לשמור על זוגיות יציבה
מול התערבות חיצונית

גבי רבקה תמים - יועצת נישואין ומשפחה



תלות רגשית או כלכלית: בן זוג שמתקשה לקבל החלטות ללא אישור מהוריו, מביא את הזוגיות להיות במקום השני בעוד שהקשר עם משפחתו הופך למקום הראשון. לדוגמא: "אבא שלי אמר שנתיינץ איתו קודם הקניה על האוטו שאתה רוצה לקנות, הוא מבין במכוניות"

השוואות וסטנדרטים חיצוניים: הורים שמתערבים בהחלטות אישיות, או בן/ בת זוג שמרגישים שעליהם להתאים לדרישות משפחת המוצא של הצד השני עלולים לפגוע בעצמאות ובבניית הזהות הזוגית. לדוגמא, כשאמא מבקשת שירכשו עגלת תינוק מדגם מסוים, כי חשוב לה שהילדים שלה יעמדו בסטנדרט החברתי שלה בעוד שרכישה זו אינה עומדת באפשרויות הכלכליות של בני הזוג

התערבות דתית: בחברות מסוימות, הורים עשויים להרגיש "אחראיים" על הרמה הרוחנית של ילדיהם, לחשוב שכן הזוג הנכנס למשפחה 'הורס' את החינוך שלהם, ובאיזה שהוא אופן הם ינסו להשפיע על אורח החיים של בני הזוג. לדוגמא: כלה שמקבלת הערות מחמותה לגבי רמת ההקפדה ההלכתית שלה בנושאים מסוימים.

כיצד מתמודדים מול אתגרים שכאלה?

זוגיות בריאה מבוססת על כך שבני הזוג הם המרכז, והקשר ביניהם צריך לעמוד בראש, מעל כל השפעה חיצונית כולל ההורים ומשפחת המוצא. כמאמר הפסוק "על כן יעזוב איש את אביו ואימו ודבק באשתו" (בראשית ב', כ"ד). אדם נדרש 'לעזוב' לא במובן של נתק מהמשפחה, אלא ביצירת מערכת זוגית עצמאית שבה הזוגיות הופכת למקום הראשון. כאשר בני הזוג רואים אחד בשני שותפים ראשיים לחיים, הם מסוגלים להתמודד יחד מול כל עם כל אתגר שיבוא לפתחם. לעומת מקרים שבהם הקשר

האם הזוגיות שלכם באמת שלכם? או שלכל אחד במשפחה יש מה להגיד עליה? כמה פעמים הרגשם שאתם מתנהלים לא רק מול בן או בת הזוג, אלא גם המשפחה המורחבת? אין ספק, משפחת המוצא היא חלק בלתי נפרד מחיינו, אבל מה קורה כשהמעורבות שלהם מתחילה להשפיע על ההחלטות שלכם, על הדינמיקה בבית ואפילו על הקשר הרגשי ביניכם? אם אתם מרגישים שהגבול בין מעורבות להתערבות הפך לדק מידי, זה הזמן להבין איך לשים את הזוגיות שלכם במרכז, מבלי לנתק קשרים.

מחקרים מראים כי התערבות משפחתית בזוגיות יכולה להוביל לבעיות בין בני הזוג. לדוגמא, מחקר של Dr. Markman, Stanley, and Blumberg-2001 מצא שכאשר משפחת המוצא מתערבת בזוגיות, זה יכול להוביל ללחץ נפשי על בני הזוג ולהגביר קונפליקטים. לעומתם, בני זוג שביססו גבולות ברורים מול משפחתם חוו יותר יציבות בזוגיות והיו פחות חשופים למשברים משפחתיים. תיאוריה נוספת המסבירה את השפעת התערבות המשפחה מגיעה מהמחקר של ג'ון גוטמן, שמצא כי אחד מהמרכיבים הקריטיים ליציבות זוגית הוא היכולת של בני הזוג לנהל קונפליקטים בצורה בונה. גוטמן טוען כי זוגות שמקיימים גבולות ברורים מול המשפחה מצליחים לנהל קונפליקטים בצורה הרבה יותר אפקטיבית, ומסוגלים להימנע מ"כעסים" או רגשות שליליים שיכולים לפגוע בקשר.

התערבות משפחתית בזוגיות יכולה להתבטא בכמה תחומים:

ביקורת על בן/ בת הזוג: כאשר הורים מעבירים ביקורת קבועה על בן הזוג, יכול להיווצר מצב של ריחוק וחוסר בתחושת השייכות. לדוגמא: "למה את אף פעם לא מגיעה בזמן

מתמודדים עם קושי?

אל תתמודדו לבד! אנחנו כאן!

פנו עוד היום - למרכז מטיב"א
ותוכלו לקבל סיוע רגשי וליווי אישי
לאתגר איתו אתם מתמודדים

< אפשרות למענים מסובסדים



מטיב"א
מרכז טיפול ויועץ במשפחה חורגת

אימני כחן אסמיל!



זמינים
24
שעות

מוקד מטיבת"א

עזרה ראשונה נפשית

מענה אישי וחם
ע"י אנשי מקצוע

אל תתמודדו לבד!

התקשרו *2837
עכשיו

metivta.org.il | metivta@acft.il

פריסה ארצית > בהמלצת רבנים
> סודיות מובטחת

עם ההורים הופך חזק ומשמעותי יותר מהקשר הזוגי, בן הזוג השני מרגיש שקוף, לא נחשב ובלתי מוערך.

כלים לחיזוק הקשר הזוגי מול התערבות המשפחה:

• **הצבת גבולות מכבדת:** בני הזוג צריכים ללמוד כיצד להציב גבולות מול ההורים ומשפחתם בצורה ברורה אך מכבדת. לדוגמא: אנחנו מכבדים את ההצעה שלכם, אבל החלטנו לחגוג את ברית המילה בבית הכנסת הקהילתי ולא באולם אירועים.

• **שיחת צוות זוגית:** כדאי לקבוע שיחה שבועית/ חודשית זוגית, בהם בני הזוג דנים בהתמודדויות השונות ומתאמים עמדה משותפת. בזמן הזה הם יכולים לדון באופן שקול ונינוח ולא מתוך לחץ. חשוב לתחום את השיחות הללו לזמן קבוע, כדי שהקושי לא יהיה הנושא המרכזי של היום.

• **תמיכה הדדית מול המשפחה:** אם קורה מצב בו אחד מבני הזוג מרגיש שדעתו אינה מקובלת מול המשפחה או זלזול בעמדתו, על השני לתמוך בו בגלוי. התחושה של 'אני לא לבד' מחזקת את הביטחון וגורמת לצד השני לבחון מחדש את תגובתו המזלזלת.

• **שימוש בשפת 'אנחנו':** הטכניקה הידועה של שימוש בעמדה זוגית אחידה מסייעת מאוד מול הצד השני. במקום לומר: 'לאשתי לא כל כך נוח להגיע השבת' אפשר לומר: 'החלטנו שהשבת לא נגיע, נשמח להגיע אליכם בשבת אחרת', כך המסר ברור מאוד: אצלנו ההחלטות מתקבלות באופן זוגי וטובת הזוגיות קודמת לכל.

• **עזרה חיצונית:** "עשה לך רב והסתלק מן הספק" (אבות א' ו') כשיש מעורבות משפחתית חזקה ולמרות ניסיונות בני הזוג להציב גבולות, עדיין משפחת המוצא מחזיקה בעמדתה, טוב לבקש עזרה מיועץ נישואין בעל השקפה תורנית שיכול לעזור בהצבת גבולות ברורים תוך שמירה על כיבוד הורים.

לסיכום: משפחת המוצא יכולה להוות מקור לתמיכה ועזרה, אך כאשר המעורבות חוצה גבולות והופכת למתערבת, היא עלולה לפגוע ולערער את היציבות הזוגית. כדי לשמור על זוגיות בריאה, הזוג צריך לשבת ולשוחח על חשיבות הקשר ביניהם ולהגדיר לעצמם מהם הגבולות שלהם. ולאחר מכן גם להציב גבולות ברורים לסובבים אותם. אם אתם חווים קשיים בהתנהלות מול המשפחה ואתם מרגישים שהקשר עם המשפחה המורחבת לפעמים מערער או גריש קצת עבורכם, חפשו עזרה חיצונית שתוכל לחזק אתכם וללמד אתכם כלים לזוגיות.

הקשר בין בדידות לאובדנות

שרון זיתוני

מתנדב במוקד מטיבתא.
יועץ זוגי ומשפחתי ומלווה משפחות



זיהוי סמני אזהרה: ישנם סימנים המעידים על תחושות בדידות שחשוב לנו ללמוד לזהות על מנת להתערב בזמן ולספק עזרה: שינויים במצב רוח, ירידה בפעילות החברתית, הבעות חוסר תקווה ויאוש ושינוי במראה החיצוני. במקרים כאלו נוכל להמליץ על פיתוח קשרים חברתיים, תחביבים, השתתפות בפעולות קהילתיות, מציאת אנשים שמתמודדים עם אותו הקושי ויצירת קשר עימם. שמירה על אורח חיים בריא תעניק תחושה של שליטה ותסייע בהתמודדות.

הגורמים לבדידות: מצב סוציאקונומי והשתלבות בעבודה: אנשים שאינם מועסקים או עובדים במשרות זמניות או בלתי יציבות נוטים לדווח על בדידות. ביניהם גם אנשים שיוצאים לפנסיה ומרגישים ירידה בתחושת החיוניות והערך העצמי. מוגבלויות פיזיות עלולות להקשות על יצירת קשרים חברתיים ותחושת שונות.

רמת ההשכלה: אנשים בעלי רמת השכלה גבוהה מדווחים פחות על בדידות.

גיל: תחושות בדידות נפוצות בקרב האוכלוסייה הבוגרת. התקדמות הטכנולוגיה לא פעם משאירה את המבוגרים שבחברה מאחור.

אם גם אתם חווים או מזהים בקרב מכרים הצפה רגשית, מצוקה נפשית, תחושות בדידות או מועקה, אל תישארו עם זה לבד.

התקשרו למוקד מטיבתא לעזרה ראשונה נפשית - מוקד תורני ארצי לסיוע נפשי, זוגי ומשפחתי. מומחי מטיבתא מחכים לכם מעבר לקו ויעניקו לכם סיוע אישי, רגשי, דיסקרטי ובהתאמה מלאה לציבור התורני. 24 שעות ביממה (למעט שבתות וחג ישראל).

אנחנו כאן בשבילכם! *2837

כיום, בעידן המידע המתקשר לכל אירוע כמעט, נראה שהמוח מתרגל לדיווחים, מונחים ומראות קשים מתוך הבנה שאלו ההשלכות למלחמה על קיומנו. יחד עם זאת חשוב לזכור שלאירועים קשים ישנן השלכות משמעותיות על הנפש והגוף

אנשים רבים חווים בתקופות קשות תחושות חרדה, חוסר תקווה, חוסר ערך עצמי וירידה בחיוניות ובתפקוד היום יומי. אלו עלולים להוביל לתחושת בדידות עד כדי מעשים קיצוניים.

בבריטניה, הבדידות כונתה כ"מגפה נסתרת" ע"י ראשת הממשלה, הנגרמת מ"מציאות עצובה של החיים המודרניים". לפי דו"ח שסיכם את השנה החולפת ופורסם בידי הנציבות לענייני בדידות, יותר מ-9 מיליון מתוך 65.6 מיליון תושבי בריטניה מעידים כי הם תמיד, או לרוב, בודדים. כ-200 אלף מבוגרים העידו שלא ניהלו שיחה עם קרוב יותר מחודש. המצב בישראל איננו מזהיר יותר: 42% מבני 75 ומעלה חשים בודדים, וכשליש מהקשישים בגילאי 65-74 מדווחים על תחושת בדידות לעתים קרובות או מדי פעם. מקומם של הצעירים לא נפקד ממגפת הבדידות: מחקר שערכה הקרן לבריאות הנפש בארה"ב מצא כי בני 18-34 חשים בדידות בתדירות גבוהה יותר מבני 55 ומעלה. מתברר שהבדידות אפילו הורגת: לאנשים בודדים יש סיכון גבוה ב-50 אחוז למות בטרם עת בהשוואה לאנשים המנהלים חיי חברה, כך קבע מחקר אמריקני מקיף שנערך באוניברסיטת בריגהאם שביוטה.

נתונים שהציג מרכז המחקר של הכנסת מעידים על עליה במעשים אובדניים, בעיקר בקרב גברים, כאשר למעלה מ-90% מהאנשים סבלו מהפרעות נפשיות שונות וכ-60% מהם סבלו מדיכאון שנגרם מתחושת בדידות.

מטיבתא
מרכז טיפול וייעוץ במשפחה תורני ארצי

24
שעות
ביממה
היוזמה נמצאת רצוף

הילד שלכם סובל מטראומה?

טיפול מסובסדים לטיפול בטראומה ופוסט טראומה

מוקד מטיבתא - סיוע נפשי, זוגי ומשפחתי פנו היום! *2837 073-3300605

מטיבתא - מרכז טיפול וייעוץ במשפחה תורני ארצי | כתב עת לחינוך והעשרת חיי המשפחה

מטיבתא

סמכות הורית וכבוד הדדי

שאלה מתוך קבוצת הווצאפ של "מטיבת"א בקהילה"

יעל אלמליח - עובדת סוציאלית יועצת זוגית ומנחת הורים

יש לנו שני ילדים קטנים בגילאי 6 ו-7. במקרים רבים הילדים לא מקשיבים לי ומערערים את הסמכות שלי בבית. זה גורם לי לתחושת חוסר אונים, וכתוצאה מכך, אני מתפרצת עליהם ככעס ולפעמים בצורה מוגזמת. כשבעלי נמצא בסיטואציה הזו, במקום לנסות להרגיע אותי או לתמוך בי הוא מגבה את הילדים וכועס עלי בפניהם, מה שגורם לי רק לכעוס יותר. מצד אחד, אני מבינה את הצורך שלו להגן עליהם ומצד שני, זה רק מגביר את הכעס ואת תחושות חוסר האונים וחוסר הביטחון שלי, מה שורם לילדים עוד יותר לא לקבל את הסמכות שלי. כיצד נכון לנו לנהוג?

תשובה:

כיווני חשיבה ודרכי התמודדות:

אחדות הורית מול הילדים: חשוב ששני ההורים ישמרו על קו אחיד בחינוך, גם אם יש ביניהם חילוקי דעות. כל דיון או ביקורת על ההתנהלות של האחר – יש לעשות בפרטיות.

שיח רגשי בין ההורים: חשוב שהאב ישמע את הקושי של האם, ייתן לה לגיטימציה לרגשות, ויחפש איתה יחד כלים להתמודד עם התחושות שלה מול הילדים – לא להתנגד לה, אלא לעזור לה.

שיח חינוכי מול הילדים: אחרי סיטואציות של מתח, כדאי שההורים ינהלו שיחה עם הילדים בה מסבירים שכולנו לומדים, חשוב לשמור על כבוד הדדי, ושגם ההורים שואפים להשתפר – זה מלמד את הילדים צניעות, אחריות ואמפתיה.

עבודה על ויסות רגשי של ההורים: ככל שההורים ישרו את יכולת ההתקדמות הרגשית שלהם, כך תגבר יכולתם לנהוג באיפוק ובשיקול דעת גם בעתות לחץ, דבר שילמד את הילדים דוגמה אישית חשובה ביותר.

לסיכום: סמכות הורית אינה נבנית רק על כללים וגבולות, אלא בראשונה על מערכת יחסים מכבדת בין ההורים. כאשר הילדים חיים בבית בו ההורים מגבים זה את זה, פועלים מתוך כבוד הדדי ומציגים עמדה חינוכית משותפת – הם לומדים גבולות, ערכים, וכבוד לזולת. ההשפעה לא רק באווירה בבית, אלא גם בהתפתחות הרגשית, החברתית והערכית של הילדים בתוך הארוך.

ראשית, ננסה להבין אילו השלכות יכולות להיות לדפוס תקשורת הזה על הילדים בטווח הקצר והארוך, מה תפקיד האבא בסיטואציה הזו, ואיך אפשר לחזק את מעורבותו בצורה חיובית?

כאשר הילדים עדים למצב שבו האם מתפרצת מתוך תסכול והאב לא רק שאינו מגבה אותה, אלא מביע כעס כלפיה לעיני הילדים – הם לומדים מסר כפול ובעייתי מאוד:

1. **ערעור הסמכות ההורית של האם:** במקום לחוש שיש להם שני הורים הפועלים יחד בהסכמה ובשותפות, הילדים קולטים שהאם "לבדה במערכה", ושאיבהם אינו תומך בה. זה מחליש את סמכותה בעיניהם, ונותן להם תחושת כוח שגויה – אפשר להתעלם מדבריה או מהגבולות שהיא מציבה.

2. **פגיעה בסמכות ההורית של האב עצמו:** אמנם כוונתו אולי להגן על הילדים או להביע את מורת רוחו, אך בטווח הארוך הוא מחליש גם את עצמו. הוא מאבד את עמדת ה"מחנך האחראי", ובכך גם הוא מאבד מהסמכות שלו בעיניהם.

3. **העברת דפוס של חוסר כבוד:** כשילדים רואים שהאב מדבר בזלזול, ככעס או בחוסר תמיכה כלפי האם, הם מפנימים שזה לגיטימי לדבר כך ולא רק אליה – אלא לכל אדם.

להצטרפות לקבוצת מטיבת"א בקהילה
יש לשלוח הודעה למספר: 073-3300610



מטיב"א

מרכז טיפול וייעוץ במשפחה תורני ארצי

התקופה האחרונה
טילטלה לכולנו
את הנפש...

זה הזמן לפנות לטיפול מקצועי!

במטיבת"א מגוון רחב של טיפולים בתחום
האישי, זוגי ומשפחתי ע"י מטפלים מומחים.



טיפול
רגשי



ילדים
ונוער



הנחיית
הורים



טיפול
זוגי

ניתן לקבל
טיפול מסובסדים

ליווי אישי
וסודיות מלאה

מטפלים מכל
רחבי הארץ

צוות המרכז יסייע בהתאמת סוג הטיפול והמטפל וילווח אותך לאורך כל התהליך!

אין גילאים עם זה אכזר!

✉ metivta@acft.org.il 🌐 metivta.org.il ☎ 073-3300610 📞 073-3300605

***2837**

סיוע טלפוני ועזרה ראשונה נפשית
<<< 24 שעות ביממה >>>

מוקד מטיבת"א