



קורס הכנה לשידוכים



תוכנית לימודים



בחור יקר!

ברוך הבא לקורס ההכנה לשידוכים שיכין אותך
לקראת הפרק החדש והמשמעותי ביותר בחייך!

הקורס מושתת על מספר היבטים המאגדים יחד 12 שיעורים.
כל שיעור מורכב מפרקים כשכל פרק מתמקד בנושא מסוים וספציפי.
תכני קורס מרכזים עבורך את מיטב הידע והכלים שאתה צריך בכדי להיכנס
לעולם השידוכים בצורה הנכונה, המקצועית והמדויקת ביותר עבורך!
הקורס משלב שלושה רבדים מרכזיים בתהליך השידוך:

תפיסה אמונית וחסידית

בניית בסיס רוחני ברור ועמוק, על יסודות מחשבת ישראל ומחשבת החסידות,
לגישה נכונה לעולם השידוכים והנישואין.

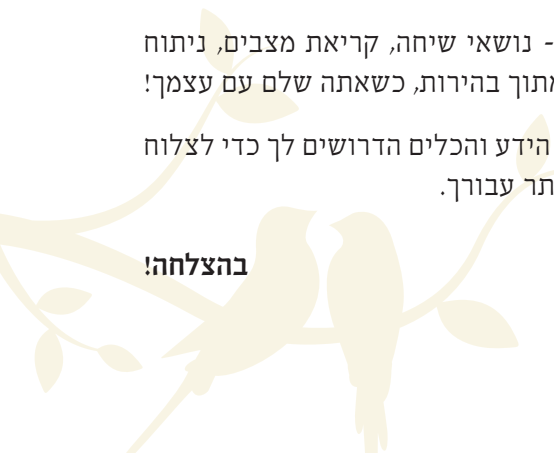
בירור פנימי מדויק

מסע פנימי לאישיות ולרגשות שלך, שיאפשר לך להבין לעומק מי אתה, מה
מניע אותך ומה אתה מחפש באמת.

כלים מעשיים

הכוונה מלאה לניהול הפגישות עצמן - נושאי שיחה, קריאת מצבים, ניתוח
פגישות וקבלת החלטה נכונה ונבונה מתוך בהירות, כשאתה שלם עם עצמך!
אני סמוך ובטוח שהקורס יעניק לך את הידע והכלים הדרושים לך כדי לצלוח
את התקופה באופן המוצלח והטוב ביותר עבורך.

בהצלחה!



פרקי השיעור		שם השיעור	מס'	נושא מרכזי
עוצמת ופוטנציאל התקופה	פרק 1	למה אני עושה את זה לעצמי? השיעור יעסוק בעוצמת ופוטנציאל תקופת השידוכים, בסיבה ובמטרה הפנימית לנישואין ויעשה הבחנה ברורה בין ארגז הכלים למטרה לשמה מתחתנים.	1	סיטקפטיים ייחודיים
למה להתחתן?	פרק 2			
מטרת ותכלית הנישואין	פרק 3			
נתוני הפתיחה הטובים ביותר	פרק 1	קו הזינוק למירוח והמירוח עצמו השיעור יעסוק ברבדים השונים שיש בקשר הזוגי וכיצד המודעות אליהם בתקופת השידוכים תסייע לך במציאת השידוך. השיעור יסביר מהו מירוח החיים הפנימי חסידי ויבחין בין קו הזינוק למירוח לבין המירוח עצמו.	2	
גישות שונות למציאת השידוך	פרק 1	שידוך, בת קול או בחירה חופשית? שיעור זה יעמיק במקורות ויציג את הגישות השונות למציאת השידוך. האם הוא גזירה של בת קול או תולדה של מאמצי האדם והאם ישנה סתירה בין הגישות השונות.	3	
איך אני צריך לקחת את זה?	פרק 2			
		השיעור יציג גישה בריאה ומאוזנת כיצד להיכנס לעולם השידוכים בצורה בריאה ונכונה		
מוכנות רוחנית ונפשית	פרק 1	להתחתן? אני מוכן לזה? שיעור זה מסכם את ההיבטים ההשקפתיים אך מוריד אותם לפרקטיקה ויסתכל לך בעיניים. כיצד תוכל לדעת שאתה באמת מוכן ובשל לשידוכים?	4	

מוכנות גשמית	פרק 2	השיעור יבחין בין המוכנות הנפשית והרוחנית שלך לבין המוכנות הגשמית ויגבש לך מודעות וארגז כוחות שיסייעו לך להיכנס לעולם הזה רגוע יותר.	5	סיפורים רגשיים
מה שבין שינוי למעבר	פרק 1	התבוננות פנימה אל עצמי ואל הרגשות שלי מטרת השיעור היא לפתח לך מודעות רגשית לתהליך אליו אתה נכנס. לחשוף בפניך אתגרים רגשיים ותגובות נפוצות שאתה עלול להיתקל בהם במהלך תהליך השידוכים וחשוב מכך להעניק לך ארגז כלים באמצעותו תוכל לצלוח את התקופה בצורה הטובה ביותר. בשיעור נבין מהו חוסן רגשי ונפשי וכיצד הוא תורם לתהליך השידוכים, נדבר על תחושות ורגשות ונבחין בין התנועה של רצות להתחתן לבין להתחתן כי צריך.		
חוסן רגשי ונפשי	פרק 2			
אתגרים רגשיים בתהליך השידוכים	פרק 3			
ארגז כלים רגשי - גש"ר מאח"ד	פרק 4			
רוצה להתחתן אל מול צריך להתחתן	פרק 5			
מדוע חשוב לדייק את הדברים?	פרק 1	מי אני ומה אני מחפש שיעור זה הוא יחסית טכני. הוא מלווה אותך בעבודה בחוברת ומסביר מהם הפרטים החשובים שחשוב שתהיה ער אליהם כשאתה ממלא את השאלות, הטבלה, הפרופיל המורחב והפרופיל לשדכנית. בשיעור תקבל את הכלים לכתוב לעצמך את הדברים בצורה המדויקת ביותר על מנת שתקבל תמונה ברורה של המצב הנוכחי שלך נכון להיום, איפה היית רוצה לראות את עצמך, איזה נתונים חשוב לך שיהיו באשתך לעתיד ומה נחשב למהותי וקריטי עבורך על מה תהיה מוכן להתגמש.	6	
מדוע חשוב לדייק את הדברים?	פרק 2			
כיצד למלא נכון את הפ"רטים?	פרק 3			
פרופיל מורחב	פרק 4			
פרופיל לשדכנית	פרק 4			

<p>השורש של איש ואישה וצרכים רגשיים בקשר זוגי</p>	<p>פרק 1</p>	<p>תכונות הבסיס של האיש והאישה - היכרות עם עצמי ועם המין השני</p> <p>בשיעור זה נערוך היכרות מעמיקה בין לבין שני המינים השונים - האיש והאישה.</p> <p>נלמד על השורש של האיש והאישה עוד ביצירה שלהם בבריאת העולם ועל הנגזרות שלנו כצאצאים של אדם וחווה. נסיק מכך מהו הצורך המרכזי של האישה בתוך קשר זוגי ומהו הצורך המרכזי של הגבר. משם נסיק ונבין לפרקטיקה אילו צרכים יבואו לידי ביטוי אצל הבחור ואצל הבחורה וכיצד הם בוחנים אחד את השני בלי שהם מים לב לכך בכלל.</p>	<p style="writing-mode: vertical-rl; text-orientation: mixed;">היבטים רגשיים</p> <p style="text-align: center; font-size: 2em;">7</p>
<p>משקפת גברית אל מול משקפת נשית ותפקודים שונים</p>	<p>פרק 2</p>	<p>בשיעור נבין מהי המשמעות של משפיע ומקבל, שכל המאפיין כביכול יותר את הגבר ורגש המאפיין כביכול יותר את האישה נאיר את הדברים בהבדלים הנועזים במבנה המוח והתפקודים השונים של האיש והאישה.</p>	

		<p>8</p> <p>היבטים פרקטיים</p>	<p>'הגישה לפגישה' חלק ראשון - מודעות בריאה</p> <p>שיעור זה יסקור השפעות מגוונות שמופיעות עליך ממקורות חיצוניים כגון הסביבה שלך והחברה, והן ממקורות פנימיים כגון התפיסות שגיבשת לעצמך והרגלים שסיגלת לעצמך בחיים שעשויים להשפיע על ההתנהלות, החשיבה וההחלטות שלך.</p> <p>מטרתו היא להביא אותך למודעות בריאה ויכולת חשיבה שונה ממה שהורגלת אליה עד היום לקראת ההחלטה החשובה ביותר בחיים.</p>
המשתדך כתייר	פרק 1		
רושם ראשוני	פרק 2		
השוואות	פרק 3		
עיוות מציאות	פרק 4		
לשנות או להשתנות	פרק 5		
ניגודיות	פרק 6		
לחץ חברתי או משפחתי	פרק 7	<p>9</p> <p>היבטים מעשיים</p> <p>השיעור מקיף את כל ההיבטים הטכניים שמתקיימים בפגישות. הן בדברים הסובבים את הפגישות כמו היכן מומלץ וכדאי לקיים את אותן וכן בפרק המשמעותי מאוד של הבירורים. והן בהיבטים טכניים בפגישה עצמה כמו צורת ההתנסחות, האם אוכלים ושותים, כיצד מגיעים לבושים, מה קורה כשמאחרים ועוד.</p> <p>כמו"כ בשיעור זה נעסוק שוב המטרת הפגישות מנקודת מבט מעשית, כיצד להתכונן לפגישה ובמה להיות עסוק בתקופת השידוכים.</p>	
הקדמה	פרק 1		
בירורים	פרק 2		
מטרת הפגישות	פרק 3		
פרשנות עצמית	פרק 4		
מודעות עצמית	פרק 5		
מוכנות לפגישות	פרק 6		
העיסוק בתקופת השידוכים	פרק 7		
מיקום הפגישות	פרק 8		
צורת הישיבה	פרק 9		
איחורים	פרק 10		
אכילה ושתיה בפגישות	פרק 11		
לבוש בפגישות	פרק 12		

היבטים פרקטיים

10

צורת הדיבור	תקשורת איכותית	פרק 1	<p>'הגישה לפגישה' חלק שלישי - תקשורת ומשיכה</p> <p>שיעור זה עוסק בהיבטים מעשיים בפגישות עצמם. מהי תקשורת איכותית בפגישות? כזו שמקדמת אותך להכיר את הבחורה ולהבין האם היא מתאימה לך.</p> <p>בשיעור תקבל כלים מעשיים וטכניקות לביור פרטים. כיצד לנצל את צורת הדיבור, אופן התקשורת, חילוקי דעות ועוד כדי להכיר את הבחורה בצורה איכותית.</p> <p>נלמד על מה מדברים וחשוב מכך על מה לא מדברים בפגישות.</p> <p>השיעור יתייחס לשתיקות בפגישות, איזה סוגים של שתיקות יש? האם שתיקה היא בהכרח דבר שלילי או שאפשר לנצל אותן למקום חיובי?</p> <p>כמו"כ השיעור יעסוק בנושא המרכזי של משיכת הלב. נבחין בין משיכת הלב הגופנית והשכלית לבין משיכה רגשית ונפשית ותקבל הבנה ברורה איזו משיכה הכרחית והאם היא יכולה להתפתח גם כשהיא לא קיימת כבר בהתחלה.</p>
איך לדבר ואיך לא?			
על מה לא נדבר?			
שתיקות בפגישות	פרק 2		
שאלות פתוחות וסגורות	טכניקות לביור פרטים	פרק 3	
שיפוטיות, ביקורתיות וביור			
שיתוף והבאת דוגמאות			
אימות נתונים			
משיכה גופנית ושכלית	משיכת הלב	פרק 4	
משיכה רגשית ונפשית			

שלבי הפגישות	טוואיטת תרלין	פרק 1	<p>'הגישה לפגישה' חלק רביעי - פגישות וקבלת החלטה</p> <p>שיעור זה הינו מרכזי ומעשי ולמעשה הוא בא לשרטט לך קווים להתנהלות הפגישות עצמם. מה הם ארבעת השלבים של ההיכרות בפגישות? כנגזרת מכך מה יהיו הנושאים שמתאים יהיה לדבר עליהם בכל שלב ושלב? האם השלבים הם קשיחים וחייב להיצמד אליהם?</p> <p>בהלימה לשלבי הפגישות נלמד על הפגישות עצמם. במה שונה הפגישה הראשונה משאר הפגישות? מה קורה בפגישה השנייה וכיצד נראות הפגישות הבאות עד שסוגרים שידוך?</p>	11	הינטיים פרקטיים
משך הפגישות וכמות הפגישות					
מרווח בין הפגישות					
התנהלות מול השדכן					
מטרת הפגישה הראשונה	פרק 2	<p>כמה זמן נכון שימשכו הפגישות? איזה מרווח רצוי שיהיה בין פגישה לפגישה? כיצד תוכל לנתח את הפגישות בהתאם לאני מאמין שלך, מי אתה ומה אתה מחפש? ומכך להגיע להחלטה שמצאת את הבחורה שמתאימה להיות אשתך. שיעור זה נותן את הכלים הפרקטיים והמעשיים ביותר. הוא בא לדבר תכל'ס ולתת לך את המידע המדויק ביותר כדי שתוכל לצאת לפגישות עצמם בביטחון וחושוב מכך, כשאתה מכוון מטרה וממוקד.</p>			
זיהוי הבחורה ומפגש ראשוני					
נושאי שיחה בפגישה הראשונה					
ניתוח הפגישה הראשונה					
מוכנות לפגישות הבאות	טוואיטת מרלן	פרק 3	<p>כמה זמן נכון שימשכו הפגישות? איזה מרווח רצוי שיהיה בין פגישה לפגישה? כיצד תוכל לנתח את הפגישות בהתאם לאני מאמין שלך, מי אתה ומה אתה מחפש? ומכך להגיע להחלטה שמצאת את הבחורה שמתאימה להיות אשתך. שיעור זה נותן את הכלים הפרקטיים והמעשיים ביותר. הוא בא לדבר תכל'ס ולתת לך את המידע המדויק ביותר כדי שתוכל לצאת לפגישות עצמם בביטחון וחושוב מכך, כשאתה מכוון מטרה וממוקד.</p>		
הפגישה השנייה					
ניתוח הפגישה השנייה					
הפגישות הבאות					
ניתוח פגישות - היבטים טכניים	טוואיטת לורנס	פרק 4	<p>כמה זמן נכון שימשכו הפגישות? איזה מרווח רצוי שיהיה בין פגישה לפגישה? כיצד תוכל לנתח את הפגישות בהתאם לאני מאמין שלך, מי אתה ומה אתה מחפש? ומכך להגיע להחלטה שמצאת את הבחורה שמתאימה להיות אשתך. שיעור זה נותן את הכלים הפרקטיים והמעשיים ביותר. הוא בא לדבר תכל'ס ולתת לך את המידע המדויק ביותר כדי שתוכל לצאת לפגישות עצמם בביטחון וחושוב מכך, כשאתה מכוון מטרה וממוקד.</p>		
ניתוח פגישות - היבטים רגשיים					
קבלת החלטה - סגירת שידוך					

				היבטים הלכתיים
הלכות ייחוד	פרק 1	היבטים הלכתיים	12	

