

ערכה: דר' ריקי פינצי-דותן

Marriage Contract and Couple therapy – Sager (1976)

חוזי נישואין אינדיווידואליים

א. ציפיות מהנישואין – לכל פרט יש ציפיות מה הוא יקבל ומה ייתן בקשר הנישואין, ומהי המשמעות של מערכת זוגית, לרוב לא כל אלו מודעים באופן מלא. הציפיות הבולטות ביותר שהנישואין יספקו הן:

1. נאמנות, אהבה, מסירות.
2. תמיכה מתמשכת במצבי צורך.
3. חברות וביטחון כנגד בדידות.
4. To live happily ever after
5. תרופה מרפאת מצוקות וכאוס.
6. התחייבות לאורך כל החיים.
7. מין מותר וזמין.
8. משפחה והולדת ילדים וגידולם המשותף.
9. בן הזוג הוא חבר צוות טוב.
10. הבית הוא מפלט מהעולם.
11. סטטוס, הערכה חברתית.
12. ביטחון כלכלי.
13. המשפחה היא יחידה כלכלית וחברתית התורמת לתחושת המשכיות ומטרה בחיים.
14. כסוי מכובד לדחפים תוקפניים.

ב. מרכיבים אינטרא-פסיכיים וביולוגיים - מרכיבים אלו חלקם אישיותיים ומתפתחים

במשפחת המקור או בקונטקסט התרבותי, ואחרים הם ביולוגיים.

1. עצמאות- תלות
2. אקטיביות – פאסיביות
3. קרבה - מרחק
4. התחלקות בכוח - שימוש לרע בכוח
5. דומיננטיות – כניעה
6. פחד מבדידות או נטישה
7. הצורך להחזיק (posses) ולשלוט
8. רמת החרדה ומנגנוני ההגנה שמופעלים כנגד החרדה
9. אהבה
- זהות מינית-מגדרית (gender identity)
10. קבלה של ה"עצמי" והאחרים
11. סגנון קוגניטיבי

ג. מוקדים חיצוניים של בעיות זוגיות – תלונות טיפוסיות של זוגות, סימפטומים

המייצגים בעיות:

1. תקשורת
2. סגנון חיים

3. משפחות המקור
4. גידול ילדים
5. יחסים עם הילדים
6. מיתוסים משפחתיים
7. כסף
8. מין
9. ערכים
10. חברים
11. תפקידים
12. תחומי עניין

הפרופיל ההתנהגותי - זהו סגנון ייחודי של אינטראקציה:

1. Equal partner – מחפש יחסי חברים בוגרים שיויוניים, גלויים ופתוחים. התנהגות הפרטנר השיויוני מבוסס על הצרכים הפנימיים הללו:
 1. נטייה לעצמאות, קואופרטיבי ויכול להיות ביחסי תלות הדדית עם בן זוגו.
 2. הוא יותר אקטיבי מפאסיבי.
 3. יכול לשמר יחסי קרבה ואינטימיות מבלי להיתלות על השני.
 4. יכול להראות כוח, להתחלק בקבלת החלטות, ומרשה לבן הזוג לעשות כך בדומה. אינו נכנע או שתלטן. תחרותי ברמה מתונה, ובו זמנית נהנה מהצלחות בן זוגו ואינו מאוים מכך.
 5. אין לו פחד משמעותי מנטישה.
 6. אינו מחפש להיות רכושני כלפי בן הזוג, או שבן זוגו יהיה כך כלפיו. מתחייב ומקבל התחייבויות.
 7. יש לו רמה נמוכה עד מתונה של חרדה.
 8. היענותו המינית לבן זוגו נעה מרמה מתונה עד גבוהה.
 9. יש לו יכולת מצוינת לאהוב את עצמו ובן זוגו.
 10. יש לו סגנון קוגניטיבי מפותח ומוגדר להתמודדות עם בעיות (של הבנה, ניתוח והסקת מסקנות), אך הוא גם מכבד את הסגנון של בן זוגו.
2. פרטנר רומנטי – עסוק בהתרגשות שבאהבה, מצפה מהשני להיות "נשמתו התאומה" ויחדיו הם יהיו ישות אחת. הצרכים הפנימיים:
 1. נטייה להיות תלוי בבן הזוג.
 2. פחד עצום מנטישה, שהוא גורם מכריע בהתנהגותו.
 3. רכושני ו-controlling אפילו שנראה נכנע.
 4. יש לו רמת חרדה גבוהה, לרוב חש בלתי מושלם וחסר יכולת להתמודד עם עולם עוין.
 5. זקוק להשתמש במנגנוני הגנה מרובים.
 6. יש לו כמה בעיות קלות בזהות מינית.
 7. לרוב יש לו תגובה מינית רבת עוצמה לבן הזוג.
 8. לרוב מבלבל אהבה עם הפחד לאבד את בן הזוג.
 9. הסגנון (הקוגניטיבי) נע בין אינטואיטיביות לארגון פנימי טוב ברמה מתונה, לרוב רוצה לכבד את הסגנון של בן זוגו.
3. הפרטנר ההורי – יכולות להיות וריאציות שונות על הרצף מההורה הטוב להורה האוטוריטטיבי.
 1. נטייה להיות מישהו עצמאי, תוך תלות בכך שהשני יישאר ילדותי.
 2. נטייה להיות יותר אקטיבי מפאסיבי.

3. נטייה לשלוט בבן הזוג. הוא תחרותי וצריך כל הזמן להפגין את עליונותו.
 4. יש לו פחד עצום מנטישה, אינו יכול להרשות לעצמו לאבד את בן הזוג.
 5. יש לו צורך גדול להחזיק ולשלוט בפרטנר "ילדי".
 6. לרוב נוטה להיות נענה מינית.
 7. מגנה או לוקח חסות על הסגנון (הקוגניטיבי) של הפרטנר, סגנונו שלו מאורגן היטב ומוביל לפתרון בעיות מייד (מזורז).
4. Childlike partner - בעל נטייה להיות באינטראקציה כילד (הדואגים לו) ויתמרון את בן זוגו לתפקיד הורי.
1. נטייה להיות תלותי.
 2. פאסיבי במידה רבה.
 3. לא מחפש הרבה כוח ובד"כ נכנע לבן הזוג. בכל אופן, יכול להשתמש בכוח (ע"י איום לעזוב את בן הזוג) בכדי לשלוט בתלות בן הזוג בקשר.
 4. מונע ע"י פחד עצום מנטישה.
 5. בעל רמת חרדה גבוהה.
 6. נדרש להרבה מנגנוני הגנה.
 7. נענה מינית לבן זוג נלהב.
 8. הסגנון (הקוגניטיבי) הוא כאוטי ואינטואיטיבי. לרוב לועג לסגנון היותר מאורגן של בן הזוג, אך בתוכו מעריך את היתרונות של זאת.
5. הפרטנר הרציונלי – מגן על עצמו מפני ההודאה שרגשות עלולים להשפיע על התנהגותו. הוא מנסה לבסס יחסים על הגיון, לוגיקה וסדר-טוב.
1. פנימית הוא תלותי, אך שומר על שליטה פרקטית ביחסים.
 2. פעיל בתחומים האינסטרומנטליים של הזוגיות ומשאיר לבן זוגו את החלק הרגשי.
 3. יכול לשאת קרבה, אך נמנע מביטוי רגשי, נראה מרוחק ולא מעורב בהתנהגותו.
 4. נראה דומיננטי, אך למעשה הכוח נמצא בידי בן זוגו, אינו תחרותי.
 5. מוגן היטב מפני פחדי נטישה.
 6. רמת החרדה נמוכה, (בשל שימוש מאסיבי בהגנות).
 7. בד"כ מסוגל ליחסי אהבה עמוקים וממושכים.
 8. הסגנון (הקוגניטיבי) שלו מאורגן היטב, הוא אוסף את כל המידע ואזי מגיע למסקנות "נכונות" והגיוניות. הוא מצפה מהאחרים לאשר את מסקנותיו מפני שברור שהן נכונות. קשה לו לקבל את סגנון האחר, פרט לתחומים בהם אינו מאוים.
6. הפרטנר ה-companionate – הזוגיות למניעת בדידות, מצפה לביטחון, התחשבות. מוכן לפשרות.
1. מפגין שילוב של עצמאות ותלות.
 2. נוטה להיות יותר אקטיבי מפאסיבי.
 3. אינו קרוב מאד וגם לא מרוחק מאד.
 4. מתרגל כוח ברמה מתונה, לרוב אינו תחרותי.
 5. מעדיף חיים עם בן זוג, אך אין לו פחדי נטישה בולטים.
 6. אהבה ותשוקה אינם נחשבים, אלא התחשבות, דאגה והתחייבות.
 7. הסגנון הקוגניטיבי נוטה להיות מאורגן היטב ורציונלי. יכול לקבל את סגנון בן הזוג אם אינו מחייב שינוי אצלו.
7. Parallel Partner - נמנע מאינטימיות, מצפה לכיבוד המרחק הרגשי שלו ועצמאותו.

1. נטייה להיות עצמאי, ללא קשר לעצמאות הפרטנר, בלבד שהוא יכבד המרחב והריחוק הרגשי.
2. אקטיבי יותר מפאסיבי.
3. אינו יכול לשאת קרבה.
4. צריך להיות בשליטה על היחסים. בד"כ לא מאד תחרותי.
5. יש לו פחד עצום מנטישה, אשר מוגן היטב ע"י מנגנון הגנה של בידוד והתרחקות.
6. מצד אחד הוא אינו רוצה לשלוט או להיות נשלט, ומצד שני הוא חייב להפעיל שליטה בכדי למנוע הפרות של גבולותיו.
7. ההיענות המינית טכנית (ללא רגשות).
8. אהבה יש לעצור (כלפי עצמו או הפרטנר), האהבה בעלת איפיונים נרציסטיים.
9. הסגנון הקוגניטיבי נוטה להיות מאורגן למדי, ובעל סגנון נוקשה.