

המדריך המקצועי – זוגי זה עסקי



המדריך מכוון לפעולות יישומיות
כדי לשמור על איזון נכון בין זוגיות לעסק.





שלום רב

שמי איל ניצן שריג. מדריך זה נכתב לאחר עשרות ניסיון בניהול, יזמות והרבה מאוד מאוד זוגות במשבר שליוויתי ועדיין מלווה.

המדריך מיועד לכם, הזוגות שבנוסף לזוגיות שלכם, יש לאחד מכם עסק.

רבים לא יודעים, כי עסק יושב על אותם משאבים הדרושים לטיפוח ופיתוח הזוגיות ולהיפך. לכן כתבתי עבורכם את המדריך, בו תמצאו הצעות מעשיות איך לנהל זוגיות ועסק מצליחים.

במדריך זה אחשוף בפניכם מספר נקודות משיקות ודומות לזוגיות ולעסק. איך ניתן לנהל זוגיות ועסק יחד, להביא לפריחה בזוגיות מחד והגדלת התוצאות העסקיות מאידך. אין סיבה שהעסק יפרח והזוגיות תתפורר, כמו שאין סיבה, שהזוגיות תפרח ומנהל הבנק יצעק....

לפני כ-28 שנים תמו נישואי הראשונים. כיום אני בזוגיות שנייה מצוינת, בת 26 שנה עם דורית. יש לנו ארבעה ילדים: שלה, שלי ושלנו. משבר נישואי הראשון, הביא אותי לשינוי דרך בכל העולמות, מעירוני שותף בעסק משפחתי, לחבר בקיבוץ שיתופי, (כיום כבר לא שיתופי). עולם אישי, תרבותי ועסקי שונה לחלוטין. הדבר השפיע עלי רבות, ולכן בכל עיסוקי אני מביא מהארומה של "הקיבוצניק" מהולה בעירוניות הטבעית שלי.

בהשכלתי אני בוגר תואר ראשון ושני במנהל עסקים, הרבה מאוד לימודים הקשורים לניהול וכלכלה, כמו גם קורסים בהתפתחות אישית כמו: אימון, גישור, ייעוץ זוגי ועוד. הידע שצברתי עם השנים, הביא אותי למומחיות בכל הקשור לזוגיות ועסקים, ובמדריך זה, כמו בהרצאות וסדנאות שאני מעביר, אני מראה ומסביר על הקשר בין זוגיות טובה לעסק מצליח.

במדריך זה אני מביא לכם על קצה המזלג, הבנות מקצועיות וטיפים שלי, שנאספו לאורך שנים יחד עם לקוחותי, איך לנהל את השותפות "זוגי זה עסקי". כי כל זוגיות היא סוג של עסקה, כמו שכל עסק, הוא חלק מזוגיות.

אז בואו נתחיל...



מספר כללי יסוד :

אמון

כל קשר אנושי, וקשר זוגי במיוחד, מתקיים כל עוד יש אמון. על בסיס זה החלטנו בעבר להינשא ולהקים משפחה. אמון זה יכול להיסדק מהר מאוד, כאשר אנו מחליטים לפתוח עסק. העסק דורש מאתנו לא פעם אנרגיות וכוח המביא אותנו לפעמים "לעגל פינות", מול בני הזוג הרוטנים והכועסים מסיבות שונות.

שימרו על האמון. האמון הוא הבסיס בזוגיות וגם בעסק.

יושר

היו ישרים עם עצמכם, עם ילדכם, עם בני הזוג ועם הלקוחות שלכם. יושר הוא ערך בסיסי, המאפשר לנו לעמוד בלחצים, ולהבין לא פעם מה עיקר ומה טפל.

שיתוף

שיתוף הוא כלי ראשי בזוגיות בריאה וגם בניהול עסק. ככל שנשכיל לשתף ולהתייעץ עם בני הזוג, כך הם יעריכו יותר את הדילמות שלנו מחד, ומאידך לא פעם יכולים לתת לנו עצה או רעיון מעולים, כי בסופו של יום, בני זוגנו מכירים אותנו הכי טוב. זה נכון גם לעובדים שלנו, ולא פעם ללקוחות וותיקים ומנוסים. כולם מקור של ידע וגם תמיכה אפשרית.



ניהול זמן.

ניהול זמן, הוא אולי הדבר המדובר ביותר כיום, בעידן המודרני, הוא דרך אגב אחד התירושים הנפוצים בכל וויכוח, בבית ובעבודה, "אין לי זמן", "לא הספקתי", "מחר....", "יש לי מלא משימות על הראש", ועוד.

אז יש לי חדשות נפלאות עבור כולנו, אנחנו מנהלים את הזמן, ולא הוא אותנו. זמן יש בשפע, לא חסר, השאלה מה הם סדרי העדיפות שלנו בחיים, על מה אנו מוכנים "לוותר", ומה באמת אנו צריכים לעשות, כי זה תורם לנו אישית, זוגית ועסקית.

אלו השאלות האמיתיות שאנו צריכים לשאול עצמנו כל הזמן. כי רק כך נוכל להיות מכווני מטרה והצלחה, בחיים הזוגיים ובעסק.

בסוף מדריך זה מצורף כלי לתכנון זמן אפקטיביים. ובינתיים, מספר טיפים:

✚ סמנו ביומן דברים שהם הכרח המציאות מבחינתכם, מבחינת המשפחה והעסק: משפחה, בריאות, ילדים, וישיבות הכרח בעסק

✚ סמנו ביומן דברים שהם חשובים כמו סידורים, פגישות עבודה.

✚ השאירו לכם זמן לסתם כוס קפה עם בני הזוג וחבר/ה טובים.



ניהול זמן הוא כלי ראשון כדי לשמור על הזוגיות וגם על חשבון הבנק




תקשורת:

כל מערכת היחסים שלנו בנויה על תקשורת. ככל שהתקשורת תהיה פתוחה וברורה יותר, כך יבינו אותנו נכון יותר, ונוכל למנוע משברים בעתיד. זה נכון בהנחיות עבודה בעסק, ונכון לא פחות בתקשורת הזוגית שלנו. תקשורת היא לא רק מלל. היא ריח, שפת גוף, צורת דיבור, טון דיבור, היא אפילו צורת התנהלות.

מספר טיפים בנושא:

- אתם כרגע בוויכוח או ריב, גם בשעת כעס, אכזבה, חשוב לזכור שיש את מחר. לכן חשוב מאוד קודם לכבד אחד את השני בשיח ובהתייחסות.
- היו בקשר עם בני הזוג לאורך היום, רצוי בטלפון, או בווטסאפ. העיקר שתשמיעו, ותשמעו קול.
- בשעת וויכוח בבית, חשוב שהילדים לא יהיו מעורבים.
- בשעת כעס בעבודה, וודאו שמתבצע ברור מקצועי, חשוב לא לגלוש לפסים אישיים.
- היו מעורבים בקורה בבית, עם הילדים. הקדישו לילדים זמן.
- לפני הכניסה הביתה – עצרו! נשמו עמוק, כנסו הביתה רגועים ככל שניתן. על תכניסו את העסק לבית, או כמה שפחות. תנו כבוד לעצמכם ולמשפחתכם.
- שפת גוף
- שימו לב לשפת הגוף שלכם ושל בני הזוג ושל האנשים בעסק שאתם פוגשים. הגוף משדר

בדרך-כלל טוב יותר ממילים. השתדלו לא להשתמש בשפת הגוף לתנועות מגונות המשפילות ומרחיקות את בני הזוג ועובדים מכם בצורה שאינה מכבדת אתכם.

טון הדיבור 

טון הדיבור חשוב ומעביר מסרים. שימו לב איך אתם פונים, מדברים, מבקשים וגם מתווכחים. אל תצעקו, אל תקללו. זה לא תורם, ונשאר אחר כך כזיכרון לא נעים. כבדו איש את רעהו.

התקשורת היא הדבר החשוב והבסיסי ביותר. אנו נמצאים ולומדים תקשורת מרגע צאתנו לעולם, ועוד לפני זה בבטן אמנו. ללא תקשורת לא היה נוצר כלום.

לכן זכרו:

תקשורת היא הדרך היחידה לפתור משבר וגם לשפר את הקיים





מה קורה בבנק?

ההתנהלות בבנק היא חלק מרכזי מהחיים של כולנו. לא פעם יש ערבוב בין כספי הבית לכספי העסק. מעבר לכך, ניהול ומעקב לוקה של הכסף בבנק, מזמן לנו "הפתעות" לא נעימות. אז מה נכון לעשות?

הפרידו בין חשבונות העסק לחשבון הבית.

ערכו בבית כל חודש יחד עם בן/בת הזוג צפי הכנסות והוצאות. קיבעו יחד מה רף ההוצאה החודשי. לשני בני הזוג אותה אחריות על הוצאות הבית.

תכננו את ההוצאות הגדולות של המשפחה. (תשלומים לא פעם מסנוורים).

אל תכנסו למינוסים גדולים בחשבון הבית. זה גורר מריבות וקשיים בהמשך.

ודאו כי הכסף בעסק מנוהל ומפוקח נכון.

על תשקיעו בעסק מעל יכולת החזר שלכם.

במידה ויש הלוואות ו/או משכנתה, בדקו אחת לשנה, עם ייעוץ מתאים, אם יש אפשרות להטיב את תנאי ההלוואה.

כספים הם סלע מחלוקת גדול בין בני-זוג, ובין אנשים. נהלו אותם נכון



העסק



הקמת העסק, ניהולו והפיתוח שלו, הם בדרך כלל מרכז העניין של בעליו. עצם המיקוד וההשקעה בו, באה בדרך כלל על חשבון הבית ובן/בת הזוג.

ובהתאמה, גורם לא מעט וויכוחים, שלא לדבר על מריבות. מספר טיפים בנושא:

✚ שתפו את בן/בת הזוג מרגע התחלת המחשבות על החלום, ונסו להגיע למימוש החלום עם תמיכה מלאה של בן/בת הזוג.

✚ סכמו מראש כמה כסף משפחתי מושקע בעסק, ובעתיד, במידה והעסק נקלע לקשיים כספיים, הכניסו כסף לעסק רק אם אתם בטוחים שיחזיר עצמו ובידיעת בן/בת הזוג.

✚ קבעו לעצמכם לוחות זמנים בהם מסומנים רגעים שאתם מקדישים לעצמכם: ספורט, לימודים, תחביב, וכמובן זמן איכות עם בן/בת הזוג והמשפחה. זה חלק חשוב באיזון שלכם ויתרום לעסק הרבה יותר מעוד שעות בעסק.

✚ שתפו את בן/בת הזוג במה שקורה בעסק, הזמינו אותם מידי פעם שיראו, יחוו את העסק. שיבינו מה גוזל מכם כל כך הרבה תשומת לב.

✚ היו פתוחים להערות/הארות וחידושים. העולם זז היום מהר מאוד, מי שלא יקשיב ויפנים, לא בטוח שישרוד את העתיד. לפעמים טעויות של אחרים, או משפט ששמעתם, יכולים לתת לכם רעיון ששווה הרבה מאוד.

✚ במידה ונקלעתם למצב מורכב בבית או בעסק, עשו כל שניתן כדי לא לערב זאת בצד השני. זה קשה, אבל אפשרי.





משפחה וחברים

משפחה וחברים, אלו שני מנועי תיחזוק ותמיכה בלתי נלאים. חשוב מאוד לטפח ולשמור על המשפחה הגרעינית. זכרו כי בני הזוג הם האנשים המכירים אותנו טוב יותר מכל אחד אחר. אולי לא נעים, אבל הם היחידים שיכולים להעמיד לנו ראי אמיתי. דרך אגב, זו אחת הסיבות הנפוצות לריב, משבר זוגי. בן או בת הזוג אומרים את דעתם, אנחנו לא מסוגלים להכיל את זה, ויש פיצוק.

אנו מספרים לעצמנו רוב הזמן שאנו עובדים בשביל המשפחה, הילדים, (אפשר להתווכח על זה), אך מתוך הנחה שזה כך, חשוב יותר מתמיד לשמור על איזון עסק-משפחה. בסוף, הכי כייף לצאת לחופש זוגי ו/או משפחתי, כשאנו יודעים שאנו יכולים. מגיע לנו לנוח, ליהנות מפרי עמלנו, ולא שעמלנו ישעבד את נשמתנו.

קולגות:

מצד אחד תחרות וסודות מקצועיים המסכנים אותנו. יחד עם זאת, אפשר ללמוד מקולגות הרבה מאוד, וכיום אין כמעט סודות מקצועיים הנשמרים לאורך זמן. לכן שמרו על קשרים טובים עם הקולגות. ראיתי מקרים, גם אצלי, שקולגות עזרו ותמכו בשעת הצורך.





בריאות:

כדי לתחזק את המערכת המשפחתית ואת הלחץ בעסק חשוב מאוד לשמור על בריאות.

✚ הקפידו על תזונה נכונה. כמות נכונה, ומה יותר אוכל בריא ולא משמין.

✚ מי שמעשן, להשתדל לא להגביר את קצב הסיגריות.

✚ מי שעישן, לפעמים ברגעי לחץ גדולים, הגוף מזכיר לנו את "הטוב" שבניקוטין. השתדלו להתאפק ולא לחזור לעשן.

✚ פתחו לכם הובי. זמן להיות במשהו הגורם לכם הנאה.

✚ אל תגבירו את כמות האלכוהול.

✚ פנקו עצמכם לפעמים במשהו כיפי כמו ילדים. זה כיף!

✚ ספורט בכל צורה ורמת קושי נכונים. הספורט גורם לנו להרגיש טוב עם עצמנו, להמריץ את מחזור הדם והדופק המאפשרים לנו תחושה טובה של הצלחה, הפוך מדיכאון, עצב וחוסר אונים. עדיף לעשות ספורט עם עוד אדם אחד, או יותר, זה מרגיע תירוצים למה לא לעשות ספורט 😊





לקראת סוף המדריך, מבקש לשתף אתכם במקרה שטיפלתי וליוויתי (השמות כמובן בדויים), היכול לשקף מספר רב של מקרים.

הסיפור האישי של יונה ואורי

אורי ויונה הגיעו אלי מהדרום, כשיש בניהם נתק מושלם. הם ביקשו לדעת אם יש סיכוי כלשהו למערכת הזוגית, ואם לא, איך ל"היפרד יפה". הם עברו משבר אמון. כששאלתי מה קרה, זה היה סיפורם:

לאורי היה חלום להקים חווה בדרום. לאחר מאמץ רב קיבלו שטח, אך לפני כן סיכמו מה המקורות המימון וכמה משקיעים. ההתחלה הייתה קשה מאוד, דבר שחיזק את הקשר בניהם. לאחר זמן החווה התחילה להתייצב עם ההכנסות והזוג למד לחיות מהמקום. לפני כשנה, הייתה תמותה בדיר של החווה, דבר שגרם להוצאות מרובות, וירידה בהכנסה. הם עבדו קשה, אך לא הצליחו להדביק את המינוס.

בנוסף לכך התברר שברמה העסקית הדיר ודברים נוספים לא היו מבוטחים בעסק. יום אחד, אורי מודיע ליונה כי יש פתרון: לקוחה לשעבר שאורי עמד אתה בקשר, מוכנה להלוות להם סכום כסף עד שיעמדו על הרגליים. הדבר נשמע מוזר ליונה ועורר אצלה שאלות רבות: ממת י אורי שומר על קשרים כל כך קרובים עם לקוחות? איך אורי שומר על קשר עם אישה שהיא לא זוכרת בכלל?

וכך נוצר קרע! אורי הסביר אך יונה הפסיקה להאמין לכל הסבריו. הם נקלעו למבוי סתום ולא ידעו מה לעשות.

אקצר את הסיפור...אורי באמת שמר עם הגברת על קשר, אך לא קשר רומנטי. זה זמן רב שהאישה קנתה ומאוד אהבה את מוצרי חלב שלהם ובסך הכל רצתה לוודא שיחזרו לייצר שוב את המוצרים שאהבה וחסרו לה. מכיוון שכסף היה לה בשפע – היא הציעה את עזרתה.

הסיפור בא להמחיש כמה מערכת זוגית היא רגישה ושבירה.

כששני בני זוג עובדים 24/7 באותו עסק משהו אחד לא נכון, שפת גוף לא ברורה, מילים לא מדויקות – והכל יורד לטימיון.

לקראת סיום מבקש כי תזכרו תמיד:

לבני זוגנו יש חלק גדול בהקמת ומימוש החלום שלנו: הקמת העסק. ☺

אתם מוזמנים לפנות אלי במייל בכל שאלה שקשורה לנושא. 📧

מוזמנים להצטרף להרצאה "ממעמקים עולה הקשר", העוסקת בקשר בין זוגיות לעסקים. 📧

מוזמנים להירשם לסדנה "זוגי זה עסקי", סדנה ייחודית ואינטימית המתקיימת בכל שבועיים. 📧

כמובן מוזמנים להיכנס לאתר של אמון בקשר, בו יש מידע רב וגם עדכונים מקצועיים. 📧

<http://emoonbakesher.co.il>





מכאן מצורפים שני כלי עבודה, היכולים לעזור לכם לתכנן ולהיות ממוקדים:

חלק מהצלחה בחיים, היא המיקוד והתובנה לאן אני רוצה להגיע ומה יקרה כשאגיע ליעד. החיים מלמדים שהדרך הקצרה היא לא פעם הדרך הארוכה. כדי שנבין מה אנו רוצים, חשוב שנתכנן גם איך נעשה זאת. מאחר והעולם היום מאוד תובעני וגם טובעני, חשוב להפריד בתחומים כדי להיות מדויקים וממוקדים. חשוב שנעשה משהו עם עצמנו, משהו עם האנשים הקרובים לנו ומשהו בתחום הקריירה/עסק. בד"כ רצוי שהמשימות ייגזרו ממשהו גדול- רחב יותר. זה החזון או התמונה הכללית אותה בכוונתך להגשים.

תכנון יעדים חודשי:

מה אני עושה כדי שזה יתממש	תכנון אישי	אלו תוצאות אני משיג

מה אני עושה כדי שזה יתממש	תכנון משפחתי	אלו תוצאות אני משיג

מה אני עושה כדי שזה יתממש	תכנון עסקי	אלו תוצאות אני משיג

הערות לעצמי:

שישי		יום ה		יום ד		יום ג		יום ב		יום א	
7 ⁰⁰		7 ⁰⁰		7 ⁰⁰		7 ⁰⁰		7 ⁰⁰		7 ⁰⁰	
8 ⁰⁰		8 ⁰⁰		8 ⁰⁰		8 ⁰⁰		8 ⁰⁰		8 ⁰⁰	
9 ⁰⁰		9 ⁰⁰		9 ⁰⁰		9 ⁰⁰		9 ⁰⁰		9 ⁰⁰	
10 ⁰⁰		10 ⁰⁰		10 ⁰⁰		10 ⁰⁰		10 ⁰⁰		10 ⁰⁰	
11 ⁰⁰		11 ⁰⁰		11 ⁰⁰		11 ⁰⁰		11 ⁰⁰		11 ⁰⁰	
12 ⁰⁰		12 ⁰⁰		12 ⁰⁰		12 ⁰⁰		12 ⁰⁰		12 ⁰⁰	
13 ⁰⁰		13 ⁰⁰		13 ⁰⁰		13 ⁰⁰		13 ⁰⁰		13 ⁰⁰	
14 ⁰⁰		14 ⁰⁰		14 ⁰⁰		14 ⁰⁰		14 ⁰⁰		14 ⁰⁰	
15 ⁰⁰		15 ⁰⁰		15 ⁰⁰		15 ⁰⁰		15 ⁰⁰		15 ⁰⁰	
16 ⁰⁰		16 ⁰⁰		16 ⁰⁰		16 ⁰⁰		16 ⁰⁰		16 ⁰⁰	
17 ⁰⁰		17 ⁰⁰		17 ⁰⁰		17 ⁰⁰		17 ⁰⁰		17 ⁰⁰	
		18 ⁰⁰		18 ⁰⁰		18 ⁰⁰		18 ⁰⁰		18 ⁰⁰	
		19 ⁰⁰		19 ⁰⁰		19 ⁰⁰		19 ⁰⁰		19 ⁰⁰	
שבת											
7 ⁰⁰											
8 ⁰⁰											
9 ⁰⁰											
10 ⁰⁰	משפחה										
11 ⁰⁰											
12 ⁰⁰											
13 ⁰⁰											
14 ⁰⁰											

נושא מרכז לשבוע:

משימות אישיות: משימות מקצועיות:

טלפונים לפגישות:

רעיונות:

לסיכום:

חשוב להבין שתקשורת, אמון, שיתוף, זמני איכות ביחד, פרגון, הם לב העניין. מי שישקיע בהם יזכה גם במשפחה – וגם בעסק משגשג.

😊 בהצלחה

איל ניצן - שריג