

## על הספר: סערות לא נמשכות לנצח : לצאת מהמשבר אל עבר צמיחה ושגשוג

מחברים: מחבר/ת: בכור בוני, איימי

סימן מדף: בכ

מספר מיון: 158

משפט אחריות: איימי בכור בוני ; עורכת: ורד זינגר

מדיה: ספרים

סוג: ספר

ז'אנר: עיון

קהל היעד: נושאים ועיון

עמודים: 208 עמודים

גובה: 22 ס"מ

מוציאים לאור: מטר מקום הוצאה: ישראל

שנת הוצאה: 2022

מס. המרכז לספריות וספרות: 22-3601

שפה: עברית

תאריך קטלוג: 02/06/2026

מילות מפתח: התמודדות (פסיכולוגיה), ניהול משברים

### תקציר:

ביום חורפי סוער עוצרת אישה את רכבה באמצע כביש מהיר. היא לא מצליחה לנשום, חשה כאבים בחזה. היא בטוחה שיש לה התקף לב, כי מה עוד זה יכול להיות? היא עורכת דין מצליחה, בעלת משרד מוביל בדיני משפחה, נשואה, אמא לילדים, והיא בטוחה שהיא עומדת למות... "פתאום הרגשתי כאילו מישהו כיבה את האור," כותבת בספרה איימי בכור בוני שנים לאחר אותו אירוע, שבו טרם ידעה כי לא רק ש"סערות לא נמשכות לנצח", אלא שבסוף אותו חושך ממתין אור גדול. משברים הם המכנה המשותף הגדול ביותר של המין האנושי, והם פוקדים את כולנו ללא הבדל גיל, מוצא ומין, ובכל תחומי החיים. אפשר לנסות להניח להם לחלוף לבד – בסופו של דבר כל המשברים יחלפו, גם אלה שנדמה לנו שלא. אבל אפשר להתמודד איתם אחרת, ואף לצאת מהם מחוזקים וחכמים יותר, טובים ונדיבים יותר, וערוכים טוב יותר גם למשבר הבא. כדי לצלוח משבר בשלום יש לנהל אותו באופן מושכל ומאורגן, ובתוך כך לגעת במושגים כגון חרדה, תמיכה, אושר ופרדיגמות. סערות לא נמשכות לנצח הוא ספר הדרכה אישי השופך אור על מושגים אלה ואחרים, ומתווה מסלול ליציאה ממשברים אל עבר צמיחה ושגשוג. לצד סיפורה האישי פורשת איימי בכור בוני שיטה ידידותית וקלה ליישום שיצרה במטרה לצאת ממשברים. לאחר שהתנסתה ולמדה סוגים רבים של שיטות טיפול, וניהלה אלפי משברי גירושין של אחרים, יצרה איימי שיטה שמטרתה לאתר את עין הסערה ולצאת מהמשבר חזקים יותר. בשפה קולחת ובלתי אמצעית ובלא מעט הומור מתאר הספר סוגים שונים של משברים – בחיי הנישואין, בקריירה, משברים כלכליים, משברי מיניות, אמונה, בגידה – את הדרך לצפות את בואם ולהתמודד איתם. -- מאתר ההוצאה.