

כמה פעמים הטיחו בך משפטים, שגרמו לך למכה חזיתית בלב? כמה פעמים דרכת על יבלות של אחרים ובכלל לא הרגשת שהאדם שמוּלך מתכווץ? בכל תחומי החיים – האישיים, המשפחתיים, החברתיים, הכלכליים ועוד, יש שורת נושאים שצריך להיזהר שלא להיכנס אליהם. ליקטנו מקבץ משפטים מועדים לפורענות, ויצאנו לברר את אומנות המילים המורכבת מלב, שכל והמון טקט | מילה בונה, מילה הורסת

• חני לזר

ספירת האומר



א

נו לומדים תחביר ודקדוק, כתיב מלא וניקוד, מילים נרדפות וניבים מובחרים. רגע אחד... האם נתנו דעתנו אי פעם לניואנסים הדקים בין האותיות? האם בכלל הצצנו במפה הבלתי רשמית של מתי 'לומר את זה?' ומתי דווקא לא? האם הבאנו בחשבון שהשאלה התמימה נוגעת בנישה כואבת או מביכה? ואולי פתחנו כעת מורסה ישנה מדממת? או שמא מתעוררות עכשיו אמוציות רדומות? זהירות! כל האפשרויות פתוחות ומפלחות.

יצאנו אל שדה ה(די)בור לבחון את התוצרת מקרוב. כלוליינות מרשימה צעדנו בין משפטים ופסקאות, נזהרים לא לדרוך על תלמים ומילים. פגשנו שם הרבה צבעים ודגמים, שנונים ואויליים, חטטניים ומועילים, מחמיאים ופוגעניים, ולשתיקה הייתה הטקסטורה הזוהרת ביותר. זהו! לא עוד, החלטנו לפתוח את מילון המילים השלם, וללמוד ממנו את הקודים החברתיים הבלתי כתובים. לנוחיתכן, הבאנו את תקציר הפרקים העדכני.



< הפרק המשפחתי >

אם את באמת מתעניינת, היא עברה כעת טיפול רפואי מסוכן - את רוצה להצטרף לסבב התורנות עם הילדים שלה!?

” תגידי, לא הבנתי, איך סבתא שלך הייתה במחנות בשואה? אם שמעתי נכון, היא בכלל יוצאת עדן.”
בת עשרה צמאת ידע ועצה, לחברה שאינה מפטפטת בנושא המוצא

אמת, את בקיאה בפרטי תולדות ישראל, אבל מדוע בוטר לך להנציח את ההיסטוריה המשפחתית שלי בקרב כל העולם? ואם את באמת מוטרדת, סבתא מזל היא תימנית, וסבתא רבקה-ריקל גליציאנית, ניצולת שואה. כן אנחנו משפחה מעורבת. גם מצווה טאנץ, וגם חינו...
בת דודה לבבית ונלהבת לכלה חביבה ונעלבת

” פגשתי אתמול בגינה את חמותך, היא שיחקה והתרוצצה עם ארבעת הילדים של אסתי, כל הכבוד לה! כמו נערה צעירה... אגב, את החברה שלך היא גם לוקחת לפעמים!?”
בת דודה לבבית ונלהבת לכלה חביבה ונעלבת

אהם... איך ידעת שבדיוק בשבוע שעבר בכיתי על זה באחוזי בעלי, אבל הוא הבטיח לי שאני טועה לגמרי - אימא שלו כבר מזמן עברה את הגיל של שמרטפות וגינה?



< הפרק האישי >

” למה בעצם את כבר לא אתנו בבית הספר? את זו שרצית לעזוב, או שבעצם, לא הייתה לך ברירה אחרת?”
מורה ותיקה מהצוות לעמיתה שנפלטה מן המצבת

מה את מתכוונת בדיוק שאספר לך, איך הגבתי ברגע שקיבלתי את המכתב ההוא? על הדמעות אל תוך הכרית? על החור השחור בערש שהכפיל עצמו מאז? על הדכדוך שחבר אלי? ולא דרך אגב, האם יש לך השפעה כלשהי על דמויות המפתח בהנהלה? ואולי במילים אחרות, מהי בעצם השתדלנות שאת יכולה להפעיל בעבורי, חוץ מלהזין את יצר הסקרנות שלך?

” סלחי לי, שמעתי ששמעתם כבר על ההצעה של קליינר משיכון בני עלייה. נו, אז למה אתם לא מתקדמים? האמיני לי שמדובר ביחיד סגולה, ואם כבר, אז נעים לי, אבל הפעם אני באמת לא מבינה אתכם.”
שדכנית ממולחת לאם נאנחת

את צודקת יקירתי, גם לי לא נעים הפעם. מאוד. אכן, יחיד סגולה הקליינרים הללו, היחידים שהטיחו בנו 'לא' גדול בפרצוף, אבל באלף רבתי. המדוברים אף לא דחו אותנו בטיעון מנומס של 'צריכים לחשוב קצת', או מבקשים לישון על זה עוד לילה אחד... ואם כבר, אז אולי באמת תהיה לך סוף סוף הצעה חדשה שלא שמענו?

” אני מבין שצביקה שלך בקשרי ידידות חזקים עם המשגיח... כבר פעם שלישית שאני רואה אותם מטיילים בערב. אה?”
חבר ותיק מספסל בית הכנסת, לאב מוטורד שסימני שיבה מוקדמים ודקו בזקנו

ברור... לולא זה, לא יודע אם היית רואה אותו, כלומר אם היית מזהה את צביקה בכלל...

” מה?! כל שנה אתם נמצאים בחגים אצלכם הורים שלך? אין אצלכם תורנות?”
דודה אלופה בחשבונאות, לאחיינית שבעצמה מחפשת את הפתרון. אם לא המתמטי, לפחות הלוגי...

ראשית, אני רואה שאת אוזת ראש... אבל באמת מוטב שתעסקי בגיית הכבסים במרפסת השירות שלך, ולא דווקא בכביסה מלוכלכת של אחרים, גם אם היא נראית לך צבעונית יותר. שנית, אם כבר שאלת, אז אם ברוך ולייקי יתחילו לעשות חגים בבית, נוכל אנחנו להתחיל להגיע גם לשם.

” דרך אגב, מה סיכמתם בסוף - חצי-חצי? או שליש-שליש-שליש?”
חברה סקרנית במיוחד, למחותנת טירונית בת יום אחד...

אופס. טעות, אני לא הדיקן של לשכת רואי החשבון בארץ. נדמה לי שגם את לא. נכון? בכל אופן, אם כבר פתחת את הפרוטוקול. הנושא נמצא בדיוק עכשיו בבוררות...

” איפה שירה שלכם לומדת היום?” (תשובה אינפורמטיבית). “מה? באמת? איזה יופי. אני לא מאמינה, איך הצלחתם להכניס אותה לשם?”
דודה בעלת קשרים מסופעים, להורים מותשים ושפופים

” וואו! אחותך רזתה במיוחד, איזו דיאטה היא עשתה?”
בת דודה מומחית לענייני דיאטות, לאחות מסורה הרתומה לסיוע ועזרה.

תכירו את אפר"ת

"אם נשים את העדשה על כל הנושא הרחב של עולם השאלות החטטניות, הרי שלא נמצא הבדל, ולו מינורי, בין שאלות בנושא משכורת: 'מה הסכום שבתלוש שלך?' או 'כמה התחייבתם לדירה?' לבין שאלות של 'למה את כל כך הרבה בזמן בשידוכים?'" קובעת דבורי וקשטוק, מאמנת אישית ומנהלת "טוויטש" - אימון לשינוי. "כל השאלות הללו ושכמותן, נובעות מחסר במיומנות תקשורת בסיסית מאוד. שאנו נוהגים לקרוא לה "חוסר טקט". כמובן, שקיימים הבדלי מינון, ותדירות. כמו בכל מיומנות שהיא. בכולן מוטיב אחיד, ומולן התמודדות זהה של 'איך נגיב כאן ועכשיו?'" דבורי, נותנת לנו מספר כלים מעשיים:

שיפור מיומנויות תקשורת

"אנשים רבים נתקעים במבואות סתומים, או בפלונטרים מיותרים, רק משום שמיומנויות התקשורתיות שלהם לא מפותחות. כדי להשלים את הפער הזה, הם נדרשים להבין את כללי המשחק של מערכות היחסים בעולם."

מי מאתנו לא יודע שלוח המשחק החברתי בנוי מכללים כתובים כמו: אין לקרוא כניו ג'אז, אין לצחוק על חשבון השני ומילה טובה שווה המון. אבל יש גם כללים רבים שאינם כתובים כמו: 'אל תשאל בקשר לנושא זה עכשיו', 'עניתי באופן בוטה מידי', 'הטחת את המשפט באדם הלא נכון ועוד. תקשורת בינאישית, תורה היא ולימוד היא צריכה.

דבורי מספרת על גברת משכילה מאוד שעבדה בתפקיד מפתח משמעותי במשרד ממשלתי, שהגיעה אליה לאימון אישי. שיחה קצרה ועניינית הסבירה למאמנת את מצב הדברים. דוגמא: כאשר יוצאים כל העובדים לארוחת צהריים מאורגנת, אף אחת לא שומרת לגברת האמורה מקום, בשונה משאר העמיתות בחברה, שכולן שומרות מקום לכולן.

עוד עלה מן הדברים כי בכל פעם כשמתגודדות קבוצת נשים, המספרות בלהט כי ליוני היה חום, וגיטתי ילדה בשעה טובה, הן מתפזרות בספונטניות מהירה, כאשר הגברת דגן מתקרבת אליהן.

"משיחה מעמיקה יותר ומבירור סביבתי", משחזרת דבורי, "עלה כי האישה נורמאלית לכל דבר. יצור חברתי מובהק. מנהלת חיים תקינים, מגדלת משפחה לתפארת, אלא שהדחייה נובעת מחוסר במיומנויות תקשורת רבות, כמו היכולת להקשיב, היכולת להמתין לסיים דבריו של השני, וכמובן, היכולת לדעת מה להגיד, ועוד יותר, מה לא להגיד, איפה, מול מי ו... איך.

"לדוגמא: חברה שהרעימה בקולה על בעלה בטלפון, זכתה מיד בשאלה רחמימית נוסח 'אה, רבת עם בעלך עכשיו? ולמחרת: 'השלמתם כבר?' הצוות לא סבל את ההתנהגות המדידידית הזו, ובחר להתפור ולהתרחק ממחיצתה, כדי לנשום קצת אוויר."

לאחר האימון בשיפור מיומנויות תקשורת, רכשה הגברת דוקטורט נוסף, מעבר למה שכבר רכשה קודם לכן, ביחסים חברתיים, וסליחה מראש אם זה ישמע קלישאה שחוקה, ש'מאז היא הפכה לפופולרית ואהובה מאוד'. אבל, מצטערת, כך בדיוק קרה במציאות!

עניין של פרשנות

"קחו מונח צידה לדרך: אפר"ת ראשי תיבות. אירוע, פרשנות, רגש, תגובה." ולהסבר בהרחבה: האירוע הוא אובייקטיבי. מה שהתרחש, התרחש, אבל הפרשנות היא סובייקטיבית ומשתנה. אני זו שמחליטה לפרש לעצמי האם השאלה שממול הגיעה מחטטנות או מתמימות, מאכפתיות או מסקרנות, מאוילות או דאגה כנה וכן על זו הדרך.

"כעת, בהתאם לפרשנות שלי תבוא התגובה, אולי זה יהיה כעס או התלהמות, ייתכן כי דווקא אמפתיה ופתיחות ואולי רחמיים עצמיים וסלידה מן הנשאל. תוצאת הרגש היא כמובן התגובה המתאימה, כמו משפט מתלהם או התחמקות מנומסת, חילופי האשמות או תשובה חביבה. כל ההבדל נעוץ בפרשנות שלי לאירוע.

חלק משמירה של מערכת יחסים טובה היא היכולת לשמור על הגבולות שלי (על מה אני מוכנה לענות ובאיזה נושא) מבלי לפגוע באחר וכשהנשאל נפגע משאלה שאינה במקומה – הוא נפגע ואז, או לרוב, הוא פוגע בחזרה או שהוא מתגונן ומתנצל כדי להימנע מפגיעה. כך או אחרת, מישוהו תמיד נפגע, אם לא שני הצדדים, והחוכמה היא להגיב בצורה עניינית ומכובדת, שמערכת היחסים תישמר.

"כשהפרשנות שונה, גם התגובה תהיה אחרת", היא מסכמת. "ואולי כדאי לאמץ את המוטיב: 'תחשוב טוב, תשיב טוב'."

דודה יקרה, נשיב לך כמסורת היהודית בשאלה על גבי שאלה - מדוע לא הצעת עזרתך בזמן הרישום, או בתקופת ההמתנה? למה לא פנית אלינו אז, כשקיבלנו דחייה מנומקת ואלגנטית? אבל אם את שואלת בכל אופן, שירה שלנו נמצאת בסמינר הזה תודות להשתדלותן העיקשת של דודה סימה וסבתא רחמה. ממש לא נעים לנו שלא עודכנת בהתפתחויות, אבל כדאי שתדעי שהילדות שלנו עדיין בתקופת ניסיון בסמינר. טוב, תודה על ההתעניינות הכנה, חבל מאוד שהיא הגיעה מאוחר.

הילד הבכור שלך חכם מאוד, מתוק מדבש, רק חבל שהוא מדבר קצת לאט. הוא תמיד היה כזה?"

שכנה שמאוד מבינה, לחברה חדשה בגינה

נעים להכיר! אני מזמן מחפשת קלינאית תקשורת מקצועית. האם את רוצה שאספר לך על רגל אחת על כל לקויות הלמידה של בני, ועל הבעיות הרגשיות שהתפתחו בגללן? אולי את מעדיפה להתמקד דווקא בהשלכות הנלוות כמו גמגום קל? או פחד מפני קהל? נכון מאוד, יש לך טביעת עין חדה, בני הוא ילד חכם, ואת סוגיית קצב הדיבור, צר לי, תיאלצי לסבול עד שנעלה הביתה לארוחת הערב.

איזה חברה'מנים אתם! כמעט כל שבת שלישית נוסעים לחופשה! פשוט ללמוד מכם ספונטניות ופרגון עצמי."

השכנים המבוגרים המתפלאים, לזוג ממול שנמצא 'על גלגלים'

שכנתי היקרה, האם שמעת פעם על משבר נישואין? לא הייתי ממליצה לכם ללמוד מאתנו 'ספונטניות' כזו, בפרט כשהיא הוראה של המטפל המשפחתי. ואגב, לחוות שבת שלמה בתוך הבית, לא נחשב בעיניך יותר פרגון עצמי!?"

כל המשפחה שלכם ככה בררנית באוכל? או שרק את מיידאל'ע כזו אנינת טעם מיוחדת, או בינינו, ילדה ספונקת?"

סבתא פולנייה טובה, לנכדה רזה וחביבה

אופס, אני לא יודעת מה לעשות כרגע... אימא אמרה לי לא לספר לשום אדם על הקרוען שיש לאחותי נחמי ולי. ואם היית רוצה לדעת סבתא, אני ממש לא בררנית, אני אוהבת המון ממתקים ושוקולדים והלוואי שהייתי יכולה לטעום מהם, אבל הרופאה הכינה לנו דיאטה מיוחדת. (היא הבטיחה שאם נקפיד על זה, הבעיה לא תחמיר.)



< הפרק הכלכלי >

איזה מעניין, ראיתי אתמול אחרי צהריים את שרה'לה שלך, משחקת עם חברות כשהיא לבושה בסוודר פרחוני חמוד, בדיוק כמו זה ששרגה חמותי בשנה שעברה."

כלה צעירה ופטריוטית, לאימא חסכונית ופרקטית

אהם... נכון. מעניין מאוד. את הסוודר הזה העביר לי בסוף העונה הקודמת הארגון השכונתי הגדול, עם הרבה בגדים נוספים, כולם ברוך השם במצב טוב. הסוודר באמת חמוד, אבל למה את חושבת שחשוב לי לדעת מי היו בעליו?"

תתחדשו על הרכב החדש של אחיך. תגיד לי, איך אברך כולל מפרגן לעצמו כזה לוקסוס של מכונית?"

בן תשחורת אכפתי, לחברו הסימפטי

מתנצל, אבל טרם עדכנתי אותך בתעודת הנכה שיש לאחי. ואם אתה באמת מוטרד מהחולת ממון רב לשווא, אתה מוזמן לנשום לרווחה - את 'הלוקסוס' הזה הוא קיבל מהמדינה כמענק פיזיויים בגין רשלנות רפואית. אגב, למה אתה מתכוון, האם אתה רוצה טרמפ הביתה?"

גיסי אמר לי שפגש אתכם בשבוע שעבר, כשהלכתם לראות דירת

ארבעה חדרים בכניין החדש שבונה פארוכ הקבלן. בינינו, אף אחד לא שומע כעת, האם אתם חושבים על זה רציני? יש לכם בכלל מושג באיזה סכום מדובר?"

נדל"ניסט מושבע, לאב למשפחה מרובה

האם גיסק עדיין אתך גם על הירושה של דוד יענקל הדוד העשיר והעריירי? או על הצוואה שפתחנו באחרונה, וגרמה לטלטלה משפחתית קשה? האם אתה מרגיש שחמקו מידך דמי תיווך מצלצלים? או אולי 'הפסדת' ואין לך אפשרות להתחלק בתשואה של נכסי הדוד? כדאי שתתעסק בנכסי דלא נייד, ולא בעסקי נפשות. תודה, ויישוב טוב לכולנו.

קיבלנו הבוקר את ההזמנה שלכם, שיהיה בשעה טובה, ראיתי שאתם

עושים חתונה באולם 'הצנע לכת'. נחמד. אני מבין שהיה קשה למצוא תאריכים פנויים בתקופה זו, ולא הייתה לכם בררה, אלא ללכת לאולם העלוב שכמעט לא מתחננים. לא נורא! העיקר שהכל ילך כשורה."

אחד שמבין דבר מתוך דבר, למחותן צעירי שהלבין כבר...

צדקת, ידידי, אכן לא הייתה לי בררה אחרת. כי האפשרות החלופית הייתה עלולה להיות מן הסתם האולם של בית החולים סמוך למחלקת לב או משהו דומה... ובאשר לתאריכים, דווקא היו רבים וטובים, אבל האירוע חייב להיות מתואם עם תאריך קבלת ההלוואה. וסתם ככה, אני מחפש ערבים נאמנים, תסכים לחתום לי על ערבות פירעון?

באופן כללי, כמה מרוויחים במשרה כמו שלך?"

חברה קרייטיבית מתמטיקאית,

לשכירה העובדת קשה מהבית

תודה על ההתעניינות הכנה. האם את מעוניינת להעביר אלי כספי מעשר? לעזור לי אולי בשירותי שמרטפות? או רק לסמן וי גדול במשבצת המשכורת החודשית שלך?!



< הפרק החברתי >

” סתם ככה, אינך מפחדת שאלישבע שלך חוזרת לבד מבית בספר? ”

שכנה חרדה, לאם לילדה בודדה חברתית.

אין לך מושג כמה אני חוששת, אבל הרבה יותר מכך עצובה. קשה לי לראות מהמרפסת את בתי הצעירה חזרת בכל יום לאחר יום הלימודים, עם אפס חברות. ואם כבר מדברים... אולי כדאי שרותי או נעמי בנותיך תקרבנה אותה קצת יותר?

” תמיד את אומרת שאי אפשר לעשות חזרות בבית שלכם. ”

ילדה שוחרת צדק, דורשת לערוך בדק

אני מתנצלת זה באמת לא 'פיר'. אבל אם לא הייתי גרה אצל דודה מלכה, הייתי שמחה מאוד להביא חברות הביתה...

” אוי, היה מקסים לפגוש את כולן. איך הבנות השתנו והתבגרו בשלושה עשורים שחלפו... חבל שלא הגעת. ”

אישה שוחרת נוסטלגיה, לידידה שלא הגיעה

אה, הן השתנו, הבנות... אבל אם לא אכפת לך, חברה, אולי במקום להתקשר לספר לי את כל החוויות, תקדשי בפעם הבאה את אותן הדקות ואפילו פחות, רק בשביל לגלות את אוזני בדבר האספה?

” שושי אוהבת להיות חסרה בכיתה, רק בשביל לקבל אחר הצהריים את זרם הטלפונים המתעניין של חברותיה. רבקה גם? ”

אימא מאושרת לבת פופולרית, לאימא-עמיתה מהכיתה

מעניין. תמיד ידעתי שאת מזכירה רפואית מצליחה, מה בער לך לעשות הסבה מקצועית ולהפוך לסוקרת טלפונית? בכל אופן, אם את מקבלת בנוס על כל שאלה... אז, רבקה שלי הייתה חסרה שבוע ולא הרימה את השפופרת אף פעם אחת. העיקר שתהיה רפואה שלימה לכולן, ובפרט לאלו שיש אצלן דממת אלחוט.

” מי בעצם, החברים של מושי בכיתה? ”

הורה המקפיד להתעדכן, לאב לילדון מסכן

בהזדמנות זו... האם יש לך השפעה על ילדי הכיתה? או איזושהי מילה בוועד ההורים? ואם לא זה ולא זה. נצל את הזמן המיותר שלך לאינפורמציות מקדמות יותר. ואגב, הלוואי והיו לי שמות למנות.

זורים מילים על הפצעים

כמה פעמים נשלחו אליכם השאלות שממש לא ציפיתן להן עכשיו? כיצד תגיבו בשעה שנאמרים בפניכם המשפטים שאין לכם עניין לפתוח אותם? ומה תעשו כשישאלו אתכם את השאלות התמימות אבל החטטניות ביותר? ובכלל, האם יש אפשרות להיערך מראש לאמירות בלתי צפיות? לגב' ענבל חלמיש, פסיכולוגית קלינית ב'בית חם', יש תשובות מנצחות.

דע מה שתשיב

”ראשית, יש לצאת מנקודת הנחה, מסבירה חלמיש, 'כי רוב האנשים ששואלים שאלות, אינם בהכרח מודעים לרגשות המופעלים אצל הזולת ולאמוציות שעליהם יושבים הדברים, ועל כן - מהי הטלטלה הסמויה העלולה להתעורר אי שם'.”

ברור אפוא שכאשר זו תהיה נקודת המוצא של החשיבה שלנו, פתאום השאלות או המשפטים שהופנו כלפינו לא ייראו לנו טעונים כל כך, הגם שאינם 'מלחיצים' כפי שהם הצטיירו לנו עד עתה, מנקודת מבט ראשונית.

”שנית, אין צורך להתפתל, לא להחוויר ולא להסמיק. גם כאשר השאלה יושבת לנו בצומת העצבים המרכזי, גם אם היא נוגעת בסוגיית ההלוואות המימאשת, או בפרק השידוכים המייסר, גם היא מדגדגת את סיפור הירושה המסעיר ואף אם היא גולשת לבעיות בריאותיות שאי מי טורח בכל מאודו להסתירן - ניתן לרוב להשיב בנימוס כמו: 'תודה על השאלה, אבל לא נוח לי לדבר על כך'. 'חן חן על ההתעניינות. מעדיף להשאיר את הנושא הזה סגור'. החכמה היא להתחמק באלגנטיות בלי לפגוע בשואל, ובודאי בלי להתלהם. אין כאן המקום להשתמש בתוקפנות, אף אם השאלה מציקה ממש.

ענבל מציעה להשיב את השאלה בחזרה אל השואל, לדוגמה: "כן, מבחינה כספית לא קל לנו, יש לך רעיונות או משהו שיכול לעזור?" או: "תודה, הנושא כאוב, מה היית מציע לנו לעשות?" באופן זה הפכנו את השואל ממכאיב וחטטן בלתי מודע, לידיד הנדרש לסייע ולא רק לתשאל אותנו.

מכאן הכל התחיל

נקודה נוספת, העשויה להקל עלינו בהתמודדות עם משפטים לא נעימים לאוזן וללב, היא המחשבה האנושית שאולי בעצם השאלה הופנתה אלינו באמת מתוך כנות, או אכפתיות אמיתית, וממש לא לשם סיפוק עצמי של סקרנות. "כדאי מאוד ללמוד מדוע נשאלת השאלה. הבנה נקודתית זו עשויה להביא פתרון או הקלה, כדוגמת עזרה, הכוונה, מתן עצה ואפילו רק (!?) גילויי אמפתיה.

”כאשר אדם נמצא במקום שבו שאלות רבות מעיקות עליו, הקושי אינו נעוץ בשאלה גרידא, אלא בעצם המצב. עם זאת המצוקה שהאדם נמצא בה מתעוררת דווקא בעת עיסוק סביב נושא מסוים, כמו גירויים, פיטורין, שידוכין ועוד שמציף אותו בגל של כאב בכל פעם מחדש. אם הנושא רגיש וכואב כל כך נראה כי ההדחקה אינה עובדת...”

מהי ההתמודדות הנדרשת במקרים כגון דא?

”פשוט מאוד, להתייעץ עם איש מקצוע או משהו שאינו מעורב רגשית במצב ויכול להאיר נקודת מבט נוספת, לצד הבנה למה שעובר עליך, תמיכה רגשית וכדומה.”

כנות וכוננות

”בואו נאמר, שאי אפשר להתחמק מהחיים, ולא מהסיטואציות שהם מזמנים לנו. ברצף החיים הארוך והרבגוני, אין ספק שיהיו תמיד פה ושם אמירות או שאלות שייאלצו אותנו לחפש עליהן תשובות מסוימות. מצד אחד, יש לדעת כי אי אפשר להיערך מראש לכל המשפטים האפשריים ולדאוג למגוון טקטיקות. אך מהצד האחר יש להביא בחשבון כי הכלל המנחה הוא 'כנות', זוהי התשובה המנצחת לכל הקושיות הבלתי פתירות.”

אם לא נציין בגילוי לב כי הנושא הזה מכאיב או העניין הזה טעון, ההתחמקות המלאכותית תשווה לנו מראה של בלתי אמינים, ולעתים מגוחכים. אין דבר משכנע יותר מהאמת עצמה גם אם היא 'לא מתאים לי לענות על זה עכשיו'.

וחוץ מזה, שני צדדים (מ)טבע הלשון... חשבתם פעם כמה משפטים לכאורה תמימים אמרנו ופטפטנו, והעומד מולנו נאלץ לבלוע רוק יבש ולחייך בעליבות? כדאי מאוד שנביא בחשבון שטעויות קורות, וסביר להניח שגם תתרחשנה בהמשך. הדבר החשוב הוא ההתנהלות בכבוד גם בזמן אמת וגם לאחר מכן. התנצלות מנומסת תעשה עבודה טובה הן מצד השואל והן מצד הנשאל.

סוף שאלה במחשבה תחילה או סוף מחשבה בשאלה תחילה...