

תבניות חשיבה

כולם רוצים להיות טובים ומצליחנים. כולם רוצים להיות בריאים, להיראות יפים, חסונים ומרשימים. כולם רוצים שיפרגנו להם. זוהי הנטייה הנורמטיבית של המין האנושי. אם כך, מדוע אנשים לא מגשימים את אותם יעדים? מדוע קיים פער גדול כל כך בין מה שאנו רוצים ובין מה שאנו עושים? מדוע, למשל, אנשים שמחליטים לעשות שינוי בהרגלי האכילה שלהם משיקולי בריאות או אסטטיקה, הם אינם מממשים את ההחלטה? את התשובה לכך מספק עולם האימון שמזהה את הפער שבין הרצון והביצוע כחלק מ"אפקט השדון".

מסתבר שלכול אחד מאתנו יש "שדון" וירטואלי שאחראי על קיבעון תבניות החשיבה. קיבעון מחשבתי, קיבעון התנהגותי, קיבעון פרספקטיבי, קיבעון סטריאוטיפי. "השדון" מפחיד אותנו כול העת על כול יוזמה לשינוי – "לא עכשיו הזמן...", "לא בשלו התנאים...", "כדאי לשקול פעם נוספת...", "לא כדאי לקחת סיכונים מיותרים...", "כל כך טוב, אז למה לשנות?...". וכו'. אתם ודאי מכירים את סוג הטיעונים הללו של "השדון". אנחנו שומעים את "השדון" ואנו ממושמעים להנחיות ולאזהרות שלו שנשמעות הגיוניות, אחראיות וכבודות משקל. אותו "שדון" גם מונע מאתנו להסתכל מעט אחרת על מצבי קונפליקט ועל אנשים שדמותם הסטריאוטיפית יצוקה אצלנו בתבניות של בטון.

כאמור, תבניות החשיבה תוקעות אותנו גם במערכות יחסים ובמצבי קונפליקט, וגם בדרך להגשים חלומות ואתגרים. אכן, קשה לצאת מתבניות החשיבה. קשה, אך יש תקווה. במצבים כאלו צריך לעיתים מעורבות של גורם חיצוני שיסייע לצאת "מהקופסה" ויעודד הבטה מחוץ "לתבניות החשיבה" הסטנדרטיות שלנו. בסכסוכים צריך את המגשר ובחתיירה להשגת יעדים צריך את המאמן. שניהם, המגשר והמאמן, ישאלו את הלקוח שלהם "להיכן אנחנו רוצים להגיע?" ו"השדון" ינסה למשוך לכיוון ההפוך. במצבי סכסוך, השדון ינסה למשוך אחורה אל עבר הסכסוך והאירועים יוצרי הסכסוך. בחתיירה לשינוי, ה"שדון" יעשה כול שביכולתו להשאיר אותנו ב"חממת" ההווה והעכשווים.

את משמעות עוצמת המושג "קבעון" אנו יכולים לחוש היטב בפרשיות השבוע, מתחילת ספר שמות ועד פרשת "בשלח". לאחר מאתיים ועשר שנות עבדות, משה מגיע בשליחותו של אלוהים להוציא את עם ישראל ממצרים. מה יותר משמח ויותר מרגש מצד עם ישראל להתוודע שהגיע הקץ לעבדות ותחילתו של תהליך להקמת בית לאומי?

מסתבר שגם במצבי קיצון של האדם, "השדון" חי ובוטט. גם אז יש לו את "החוצפה" לעודד אותנו להמשיך בתרדמת ובקיבעון מחשבתי וחوشي. בסיפור יציאת מצרים, ממקד "השדון" את עיקר מאמציו להשאיר את עם ישראל "מתענג" על ההווה ועל מורשת העבר. משה רבינו פונה לעם עם חזון: "...והייתי לכם לאלוהים... והבאתי אתכם אל הארץ...". ו"השדון" שואל "למה הרעתה לעם הזה?". במילים אחרות (של הסלנג) – רד מאתנו, תן לחיות, תעזוב אותנו מהשטויות שלך עם הגאולה. עם ישראל מעוניין רק להקל את העבודה "וואנחו בני ישראל מן העבודה" (ב', כ"ג), ואלוהים מדבר על חזון ארבעת הגאולות "..." והוצאתי... והצלתי... וגאלתי... ולקחתני...". והשיא בפרשתנו. כשעם ישראל פוגש את המצרים מזנבים בהם על שפת הים כשהוא בדרך לעצמאות, "השדון" מעורר אותם כנגד משה (י"ד, י"א): "מה זאת עשית לנו להוציאנו ממצרים. הלא זה הדבר אשר דיברנו אליך במצרים לאמר, חדל ממנו ונעבדה את מצרים...". מדהים.

ד"ר ישראל אלדד, ב"הגיונות מקרא", אומר דברים יפים בעניין מטרת מכות מצרים (עמ' 88): "דבר זה אינו נעלם מעיני אלוהים, היודע שאין כל תקווה לעורר את העם-לא-עם ליציאה מרצון... ועל כן ההכרח להכביד את לב פרעה, להביא את רשתו עד קצה, כי כל ריכוך מצדו ינציח את השעבוד". יוצא אפוא, שמטרת מכות מצרים היתה בעיקר להשפיע ולהפעיל לחץ על עם ישראל ולא על פרעה. מבט מרתק על יד ההשגחה.

מסתבר, שכדי לעשות שינוי בחיים, כדי לממש חלומות - לא מספיק לרצות. צריך יותר מכך....