

שיקוף

הקשבה מהווה את המרכיב הבסיסי והמרכזי בתהליכי חינוך, גישור וטיפול. על כך אין ספק. ברם, בתוך תהליך ההקשבה מצוי מרכיב פנימי חשוב שמעניק ערך מוסף משמעותי להקשבה כולה. מדובר בתהליך השיקוף. נרחיב ונסביר. חשיבות השיקוף בא לידי ביטוי בכמה מישורים:

ראשית, ההקשבה מחייבת את המקשיב להימצא במקום הלא נודע. האנליטיקאי אוגדן מסביר כי אחד הערכים הבסיסיים של האנליטיקאי (ואני מוסיף גם של המחנך, ההורה, המגשר, המטפל), הוא "המאמץ המתמיד שלו, להכיר במלא עומקה של אי יכולתו לדעת". פשוט להקשיב ממקום נקי נעדר שיפוטיות. השיקוף מחייב את המקשיב להימצא במקום הלא נודע, ואף לשדר למְסַפֵּר, כי מי שעומד מולו מגיע ממציאיות של היעדר ידיעה.

שנית, המרחב הבינאישי המבוסס על תקשורת בינאישית, הוא מרחב מורכב, מאתגר ולעיתים גם מסוכן. במרחב זה לא כל מה שחושבים אומרים ולא כל מה שאומרים מרגישים. מציאות כאוטית, שבה השיח עלול להיות מניפולטיבי והרסני. ברם, היכולת לרכז את המציאות הכאוטית הזאת, נתמכת על ידי שיקוף הדברים ע"י המקשיב. השיקוף מנקה את השיח, מזקק את הדברים הרלוונטיים ונותן להם מקום של אמינות, כבוד ואמפטיה.

המישור השלישי, נוגע למידת מחוייבותו של המקשיב להיות קשוב, מרוכז וממוקד בְּמִסְפֵּר. הצורך בשיקוף "דורך" את כל גופו להימצא במציאות של הקשבה הוליסטית - בכול רמ"ח האיברים. המקשיב לא יכול להרשות לעצמו לפספס דבר במסר של המְסַפֵּר. הוא חייב אח"כ לתת ביטוי לדברים, למחשבות ולרגשות של המְסַפֵּר.

מישור נוסף קשור לעולמו של המְסַפֵּר. הוא מקבל תוקף לדבריו והוא חש תחושת הצלחה במימוש חלומו הפרטי – החצנת עולמו הפנימי, ושתוף האחר. "הבינו אותי, ואני כבר לא לבד" - איזו תחושת הקלה!

גם לשיקוף יש מקור במסורת היהודית. הרמב"ם סבור (הל' סנהדרין פכ"א) שהשיקוף רלוונטי לא רק בגישור ובתהליכי חינוך וטיפול. הוא רלוונטי ואף הכרחי גם בבית המשפט: "צָרִיף הַדִּין לְשִׁמְעַ טַעֲנוֹת בְּעֲלֵי דִינָן וְלִשְׁנוֹת טַעֲנוֹתֵיהֶן שְׁנֵאָמַר וַיֵּאמֶר הַמֶּלֶךְ זֹאת אִמְרַתְּ זֶה בְּנֵי הַחַי וּבְנֵי הַמֵּת וּמִצַּדֵּק אֵת הַדִּין בְּלִבּוֹ וְאַחַר כֵּן חוֹתְכוֹ". צדק לא צריך רק להיעשות, הוא חייב גם להיראות. כדי שהצדק גם יראה, השופט חייב להבטיח שכל אחד מהצדדים ישתכנע שהשופט הבין את נקודת המבט הסובייקטיבית שלו, וזה יכול להיעשות רק באמצעות מנגנון השיקוף.

הרמב"ם מבסס אפוא את דבריו על "משפט שלמה" המפורסם (מלכים א', פ"ג), הדן בשתי הנשים שרבות ביניהן של מי הבן החי ושל מי הבן המת: "וַיֵּאמֶר הַמֶּלֶךְ זֹאת אִמְרַתְּ זֶה בְּנֵי הַחַי וּבְנֵי הַמֵּת וְזֹאת אִמְרַתְּ לֹא כִּי בְּנֵי הַמֵּת וּבְנֵי הַחַי וַתְּדַבְּרָנָה לְפָנַי הַמֶּלֶךְ: וַיֵּאמֶר הַמֶּלֶךְ זֹאת אִמְרַתְּ זֶה בְּנֵי הַחַי וּבְנֵי הַמֵּת וְזֹאת אִמְרַתְּ לֹא כִּי בְּנֵי הַמֵּת וּבְנֵי הַחַי".

אחרי שהנשים מציגות את עמדתן, שלמה משקף על דבריהן. מדהים לחשוב על הסיטואציה ששלמה המלך מכיסאו הרם, מרגיש צורך לשקף. כבר שלמה – "החכם מכול האדם" – מבין בחכמתו שהשיקוף מהווה מרכיב חשוב והכרחי גם בתהליך המשפט. שלמה מבקש לא רק לעשות צדק, הוא מבקש גם להראות אותו.

במקרים רבים, אנשים מבקשים שיקשיבו ויבינו אותם. זה הכל. "אתם לא מבינים אותי!!!", אנו שומעים לעיתים קרובות מילדים שנמצאים במצוקה. ואנו נדגיש ונאמר כי הכרה בתחושותיו, ברצונותיו ובמחשבותיו – אין בכך ביטוי להסכמה עם האחר. "הכרה" משמעותה הבנת הצד המספר, והבנה זו באה לידי ביטוי בשיקוף מקומו.

בשנות ה-70, כתב ג'ון מקלין שיר מרגש אודות הצייר הנודע ואן גוך (מאה 19) שאיבד עצמו לדעת לאחר תקופה ארוכה של משבר נפשי עמוק. "Starry Night" קרוי השיר. בשיר פונה המשורר לואן גוך ואומר לו: "כעת [לאחר מותך] אני מבין... הם לא רצו להקשיב לך, הם לא ידעו איך...אולי הם לא יקשיבו לעולם". עצוב!