

בין אדם - גבולות של אמפתיה

יעל נאות עפרים



מכון
קופ"ת

בית ספר למחקר ולפיתוח תכניות
בהכשרת עובדי חינוך והוראה במכללות (ע"ר)

The Out-Line of Empathy

Editor: *Yael Naot Ofarim*

עריכה: יעל נאות עפרים

הוצאת הספרים של מכון מופ"ת:

עורכת ראשית: תמי ישראלי

עורכות אקדמיות: שרה שמעוני, יהודית שטיימן

עורכת לשון ותוכן: תמי בורשטיין

עורכת לשון ותוכן אחראית: מירב כהן-דר

עורכת גרפית ומעצבת העטיפה: מאיה זמר סמבול

ציור העטיפה: "גוף כגופן", ג'ודית אניס, 2022

חברי הוועדה האקדמית של הוצאת הספרים:

פרימה אלבז-לוביש, אילנה אלקד-להמן, חנוך בן-פזי, יעל דר, יורם הרפז,

נצה מובשוביץ-הדר, אייל נווה, יעל פישר, שי פרוגל

עשינו כמיטב יכולתנו לאתר את בעלי הזכויות של כל חומר ששולב בספר ממקורות חיצוניים. אנו מתנצלים על כל השמטה או טעות. אם יובאו אלה לידיעתנו, נפעל לתקן במהירות הבאות.

מסת"ב: 978-965-02-1116-5

© כל הזכויות שמורות למכון מופ"ת, תשפ"ג/2023

טל': 03-6901428 <http://www.mofet.macam.ac.il>

דפוס: הניצחון בע"מ

תוכן עניינים

מבוא יעל נאות עפרים.....	5
פרק 1 - פנים רבות לאמפתיה: על מופעיה השונים בשיח הציבורי ועל שימושיה כייצוג חברתי שמחה שלסקי.....	17
פרק 2 - ריבוי הפנים של אמפתיה בהוראה: המשגות וממצאים יצחק ברקוביץ.....	53
פרק 3 - פדגוגיה אמפתית: האם יש דבר כזה? יהודית וינברגר.....	75
פרק 4 - Mind the Conflict: היבטים של אמפתיה בהתמודדות עם קונפליקטים במרחב החינוכי שירי לוינס, שירי בר ומיכל לוי-קרן.....	91
פרק 5 - אמפתיה בקונפליקט יעל נאות עפרים.....	115
פרק 6 - אמפתיה בשירות האדם ובשירות מאבקו: בעקבות הגותם של מרטין בובר ופאולו פריירה מרום קלי.....	135
פרק 7 - אמפתיה רודפת צדק: רציונל אמפתי מחודש לעבודה במצבי קונפליקט בין קבוצות ניסים אבישר.....	157
על הכותבים.....	177

מבוא

יעל נאות עפרים

אמפתיה, למה דווקא עכשיו? למה ספר זה?

כשיצאה האמפתיה מתחומם הצר של פרוטוקולים טיפוליים ומדלת חדרם של פסיכולוגים, נתגלה מסדרון רחב ובו דלתות רבות. ראשית נפתחו בפניה דלתותיהן של הפרופסיות מיטיבות החיים, כמו סיעוד, רפואה, עבודה סוציאלית וחינוך, שבהן האמפתיה היא אמצעי להגשמתו המוצלחת של השירות לציבור. לצד דלתות אלו נפתחה לרווחה דלת הנירולוגיה, הממסגרת את האמפתיה כתופעה פיזיולוגית, והתגלו נירוני המראָה ועימם גיבוש ההכרה שהמערכת העצבית של אדם מושפעת מצפייה בכאב של אחר. נפתחה גם הדלת לבחינת האמפתיה כרכיב אבולוציוני פרו-חברתי (תחושת הכאב של האחר מולידה פעולה להקלת אותו כאב, ומכאן היות האמפתיה בסיס אבולוציוני של שיתוף פעולה). אפילו את דלת משרדו של הנשיא אובמה פתחה האמפתיה:

מדברים רבות על הגירעון הלאומי. אבל אני חושב שאנחנו צריכים לדבר יותר על הגירעון האמפתי שלנו - היכולות לשים את עצמנו בנעליים של מישהו אחר; לראות את העולם דרך העיניים של השונים מאיתנו - הילד הרעב, הפועל המפוטר, המנקה המהגרת שמנקה את חדר המעונות שלכם. (Obama, 2016)¹

ובנאום לעם האירי אמר:

בסופו של דבר שלום אינו עניין של פוליטיקה. שלום הוא עניין של עמדות; של תחושת אמפתיה. (Obama, 2013)²

שלום עולמי, נירונים, אבולוציה ופרופסיות מיטיבות חיים. נראה כי האמפתיה מציצה אלינו מבעד לכל פתח ודלת, מבוססת בדעת קהל ובמחקר. אבל לא לגמרי.

חוגים אינטלקטואליים ואנשי שדה במקצועות שונים מציגים טיעונים כבדי משקל כנגד כוחה של האמפתיה. פול בלום (Bloom, 2016) תוקף בספרו

1 *Obama to graduates: Cultivate empathy*. YouTube. <https://www.northwestern.edu/newscenter/stories/2006/06/barack.html>

2 *President Obama speaks to the people of Northern Ireland*. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=sc9gupTbsIo>

נגד אמפתיה את ערכה של אמפתיה רגשית, מראה כיצד הישענות על אמפתיה מולידה הכרעות מוסריות מוטעות ומציע להימנע משימוש באמפתיה כמצפן מוסרי. אילו (Illouz, 2003, 2007) מביטה באמפתיה מנקודת מבט סוציולוגית וחושפת את הקשר בין אמפתיה לסבל, לאינטרסים כלכליים ולקפיטליזם. בד בבד נחקר בזירת המקצועות הטיפוליים הקשר בין אמפתיה רגשית, הכרוכה בהשתתפות בחוויית הכאב של חולים, לבין שחיקה (Lamm ; Andreychik, 2019 ; et al., 2011). בתחום החינוך נמצא שדרישה ממורים לגלות אמפתיה כלפי תלמידים מחייבת גם גילוי אמפתיה של המערכת הבית-ספרית (מנהיגות הביניים, המנהל) כלפי המורה, והיעדרה פוגע במורים ובתלמידים כאחד (שראל, 2011).

ספר זה הוא הזדמנות להתבונן במשמעות המושג אמפתיה, במורכבותו ובגבולותיו. אין הוא טוען בעד אמפתיה או מכריע נגדה, אלא פורש את מגוון השימושים במושג בשיח הציבורי (שמחה שלסקי, פרק 1) ובמחקר החינוכי (יצחק ברקוביץ, פרק 2), ואת אופן פעולתה בתהליכי הוראה ולמידה (יהודית וינברגר, פרק 3). על מצע זה הוא מפגיש אותה ואת הקוראים עם גבולותיה. המאמרים בספר מציגים מצבים של קונפליקט ובוחנים את תפקידה ואת אופן פעולתה של אמפתיה במצבים אלו תוך סימון גבולותיה ומגבלותיה: מה המשמעות של אמפתיה עצמית ומה תפקידה במצבי קונפליקט? (שירי לוינס, שירי בר ומיכל לוי-קרן, פרק 4); האם אפשר להיות אמפתיים במצבים שיש בהם מחלוקת על עמדות או עולה בהם בקשה לפעולה שנתפסת כלא רצויה, ובאילו תנאים ראוי להיות אמפתיים במצבים אלה? (יעל נאות עפרים, פרק 5); כיצד אמפתיה המושתתת על סולידריות ועל מאבק כנגד קבוצה מדכאת עולה בקנה אחד עם אמפתיה הומנית ליברלית, שבה יש להיכנס לנעליו של כל אחר, גם אויב? (מרום קלי, פרק 6); ובהקשר זה כיצד מתפקדת אמפתיה במפגשי קבוצות לאומיות או אחרות בסכסוך? האם ציפייה לאמפתיה מקבוצה שידה על התחתונה היא לגיטימית? האם יש בציפייה שכזו אמפתיה? (ניסים אבישר, פרק 7).

קריאה בספר זה מהווה הזדמנות לקוראים להעשיר את הבנתם בתחום האמפתיה, ובעזרת חקירת אזורי ה"דמדומים" של האמפתיה אף לגבש עמדה על אודות תפקידה, ערכה ויישומה.

אמפתיה - רקע

עוד לפני חדר הפסיכולוג, מקור המושג אמפתיה הוא בתחום האסתטיקה. הפילוסוף הגרמני תאודור ליפס השתמש במושג *Einfühlung*, שמשמעותו

המילולית היא "להרגיש בתוך" (feeling in), כדי לתאר את החוויה האסתטית באומנות מנקודת המבט של הצופה ואת האפשרות להבין אובייקט על ידי השלכה של עצמך לתוכו (Lanzoni, 2018). המילה באנגלית empathy באה לעולם בראשית 1900. פסיכולוגים דוברי אנגלית הציעו כמה תרגומים למושג Einfühlung, ובהם הנפשה (animation), משחק (play), סימפתיה אסתטית (aesthetic sympathy) ודמיון (semblance). התרגום שתפס בסופו של דבר נזקק לזכותם של הפילוסוף-פסיכולוג ג'יימס וורד (James Ward) מאוניברסיטת קיימברידג' והפסיכולוג אדוורד טיצ'נר (Edward Titchener), ראש המעבדה לפסיכולוגיה באוניברסיטת קורנל. בהתבסס על המילים היווניות "em" (שמשמעה "בתוך") ו"pathos" (שמשמעה "רגש") טבע וורד ב-1908 את המילה אמפתיה - "להרגיש בתוך" (Lanzoni, 2017). בראשית הייתה אפוא משמעות המושג כמעט הפוכה לזו של היום - להיות בעל אמפתיה משמעו היה להחיות אובייקט על ידי השלכתך לתוכו - תהליך המעורר תחושות גופניות ורגשות אצל הצופה.

באמצע המאה ה-20, וככל שפנו פסיכולוגים לחקור יחסים בין-אישיים וחברתיים, החלה משמעות המילה להשתנות. ב-1948 ערכו הפסיכולוגית רוזלינד דיימונד קרטרייט (Rosalind D. Cartwright) והסוציולוג לאונרד קוטרל (Leonard Cottrell) את הניסויים הראשונים למדידת אמפתיה בין-אישית (Cuff et al., 2016). בתהליך זה הם דחו במכוון את המשמעות הראשונית של המושג אמפתיה - השלכה מדומיינת, ובמקומה העמידו בליבתו את הקשר הבין-אישי. בעקבות הגדרה מחודשת זו ניסו חוקרים בתחום הפסיכולוגיה להבחין בין אמפתיה אמיתית, המוגדרת כהערכה מדויקת של מחשבות ורגשות האחר, ובין מה שהם כינו השלכה. ב-1955 הופיע המושג לראשונה בעיתונות פופולרית והוגדר כיכולת להעריך את הרגשות של אדם אחר בלי להיות מעורב רגשית באופן המשפיע על השיפוט (Lanzoni, 2018).

בשנות הארבעים פרץ אל התודעה קרל רוג'רס (Rogers, 1951), מאבות הפסיכולוגיה ההומניסטית, עם תאוריית "הפסיכותרפיה הממוקדת באדם" (person centered therapy). בתקופה זו הובילו את הפסיכולוגיה בארצות הברית שני כוחות: הביהביוריזם ולצידו הפסיכואנליזה בלבושה האמריקאי, אשר התבססה על מבחנים אבחוניים ככלי טיפולי (ניתוח התכונות של המטופל על פי מבחנים אובייקטיביים) (Belloch, 2013). גישתו של רוג'רס שמקורה בפסיכולוגיה פנומנולוגית, מעמידה את החוויה הסובייקטיבית במרכז ומציעה

את ההקשבה האמפתית ככלי טיפולי מרכזי. להיות אמפתי, טען רוג'רס, משמעו לתפוס את מסגרת הייחוס של האחר באופן מדויק, על המרכיבים הרגשיים ועל המשמעויות של האחר, כאילו אתה האחר, בלי לאבד את ה'כאילו'. כלומר להרגיש את הכאב או את ההנאה של האחר כפי שהאחר מרגיש אותם ולהבין את הסיבות להם כפי שהאחר מבין אותן, אך לעולם לא לאבד את ההכרה ש"כאילו" אני נפגעת או אני מרוצה. (Rogers, 1959, pp. 210-211)³

גישה פסיכולוגית זו קנתה אחיזה בעולם הטיפולי ומשמשת בסיס לגישת ה"דאגה ממוקדת מטופל" (patient-centered care) בתחום הרפואה (בפרט עבור אחיות) (McCormack et al., 2011) וכן בתחום העבודה הסוציאלית (person centered social work) (Washburn & Grossman, 2017) ובתחום החינוך (learner centered teaching) (גישה שפיתח רוג'רס בספרו חופש ללמוד, 1973). מרתה נוסבאום (בתוך אלוני, 2005) רואה במה שהיא מכנה "היכולת השלישית" - היכולת לחוות כאילו מבפנים את הזולת, לקרוא את עולמם של בני אדם השונים מאיתנו - יכולת חיונית, אשר לצד חשיבה ביקורתית וידע עובדתי נדרשת לכל אדם כדי להיות אזרח העולם.

תנאי לכל שיפוט אחראי של אחרים, טוענת נוסבאום, הוא הרחבת האנושיות שלנו באמצעות הדמיון האמפתי, כך שנוכל לחוש ולהבין את מחשבותיהם ומעשייהם של אחרים לא על פי הדקדוק הנפשי והתרבותי שלנו, אלא כפי שאנשים אלה עצמם תופסים וחווים אותם במארג המשמעויות שלהם ובהקשר הקונקרטי של תרבותם. (עמ' 501)

התחנה הבאה בהתפתחות המושג הייתה בחקר המוח. בסוף שנות השמונים גילתה קבוצת מחקר איטלקית בטעות נירוני מראה: תאי עצב אשר פועלים במוח למראה פעולות שעושה הזולת. החוקרים שמו לב שתאי העצב פועלים במוחם של קופים לא רק כאשר הם עצמם מבצעים פעולה, אלא גם כאשר הם צופים באותה פעולה המתבצעת על ידי קוף אחר. גילוי זה אושש במחקר מכונן

3 בד בבד עם התרחבות השפעת טיפול ממוקד אדם ופסיכולוגיית העצמי פותחו בשדה המחקרי שאלונים שונים למדידת אמפתיה. המקובלים בהם:

Hogan Empathy Scale - HES (Hogan, 1969);

Interpersonal Reactivity Index - IRI (Davis, 1983);

Balanced Emotional Empathy Scale - BEES (Mehrabian, 1996);

Empathy Quotient EQ (Baron-Cohen & Wheelright, 2004);

A questionnaire of Cognitive and Affective Empathy - QCAE (Reniers et al., 2011).

של אותה קבוצה שבו נצפו נירוני מראה אצל קופי מקוק בעת שצפו באדם מרים צימוק (Di Pellegrino et al., 1992). תוצאות המחקר הולידו גל של מחקרים בתחום האמפתיה וחקר המוח גם בקרב בני אדם (Keysers & Gazzola, 2010) ופתחו צוהר להבנה מדעית של "המעגל האמפתי" - הסבר ביולוגי לשאלה כיצד אדם חווה רגשות של אחרים. מאז מופו אזורים במוח המעורבים בוויסות של למידה רגשית ובקריאת ההבעות הרגשיות של אחרים (amygdala), אזורים המופעלים כאשר אנשים חווים כאב או צופים בכאב של אחרים (anterior cingulate cortex - ACC), וכן מרכז לעיבוד נתונים חברתיים המווסת באופן קוגניטיבי את המודעות העצמית ואת המודעות למחשבות ולרגשות של אחרים (medial prefrontal cortex - MPC). כיום חקר המוח מלמד שאמפתיה היא רב-ממדית ושזרת ממדים רגשיים וקוגניטיביים (Lanzoni, 2018). פסיכולוגים חברתיים נותנים לגילויים אלו משמעות מוסרית - עדות לחיווט מוסרי פרו-חברתי. בטסון, לדוגמה, מצא במחקרו האמפיריים מתאם חיובי בין אמפתיה לבין התנהגות פרו-חברתית; עוד מצא שאמפתיה, ולא אגואיזם, היא המוטיבציה האמיתית להתנהגות אלטרואיסטית, גם אם אינה הבסיס היחיד להתנהגויות מוסריות (Batson, 2011). עמדה רווחת בקרב חוקרים היא שכאשר אדם חווה את המצוקה של האחר, הוא מונע (is motivated) להקל אותה (Rifkin, 2009). מעניין להיווכח שהפילוסוף אדם סמית טען כבר במאה ה-18 בספרו *The theory of moral sentiments* (התאוריה של הסנטימנט המוסרי) (Smith, 2012), שהחושים כשהם לעצמם אינם יכולים לדרבן אותנו לגלות מעורבות סימפתית באחרים. כך כתב: "גם כשאחינו נתון במצוקה, כל עוד אנו במצב נינוח, לא יידעו אותנו חושינו באשר לסבלו" (p. 11). לדידו מה שמאפשר לאנשים להיות מוסריים הוא יכולת הדמיון: "לשים את עצמנו במצבו [...], להפוך במידה מסוימת לאותו אדם, וכך ליצור לעצמנו תפיסה של התחושות שלו, ואפילו לחוש, גם אם בעוצמה פחותה, תחושות שדומות לאלו שלו" (p. 12). אדם סמית זיהה אפוא לפני כמאתיים שנה - זמן רב לפני המשגת האמפתיה - את התופעה על היבטיה הרגשיים והקוגניטיביים ואת הקשר בינה לבין מוסר ותהה על גבולותיה.

מה בספר

ספר זה מעניק הזדמנות לבחון את האמפתיה שכבר זוהתה והומשגה, על ידי בחינת גבולותיה. במאמר "פנים רבות לאמפתיה: על מופעיה השונים בשיח הציבורי ועל שימושיה כייצוג חברתי" הפותח את הקובץ, סוקר ד"ר שמחה שלסקי

את השימוש הפופולרי בביטוי אמפתיה בשיח הפרטי והציבורי (במובחן מהשיח המקצועי ומהשיח המחקרי). על סמך ניתוח טקסטים אשר הופיעו בתקשורת הכתובה (מודפסת ומקוונת), הכותב משרטט תמונה מורכבת של משמעויותיו ושימושיו של המושג אמפתיה בישראל ומחלץ תובנות על אודות הערכים והיחסים החברתיים העולים מתמונה זו. כערך, טוען שלסקי, אמפתיה מהווה ייצוג חברתי של יחס מבין ומתחשב באחר, אופן התייחסות ראוי לסובייקט או לקבוצה כלשהי. כאסטרטגיית שיח הוא מצביע על שני שימושים מרכזיים במושג: שימוש באמפתיה ככלי בקרה על איכות תפקודם של אנשי מקצוע (ובשיח הפוליטי - על היחס שניתן לאנשים ולקבוצות או נמנע מהם), ושימוש באמפתיה כטקטיקה, כלומר באופן נצלני. לסיכום, שלסקי מציע שהשימוש הנרחב שנעשה במושג, ובפרט הציפייה והקריאה לאמפתיה, מבטא את התפוררות מסגרות התמיכה (משפחה, קהילה, מדינה) ואת אי-הנחת שבסדר החברתי.

את הפנים הרבות של המושג אמפתיה במחקר החינוכי מאיר ד"ר יצחק ברקוביץ במאמרו "ריבוי הפנים של אמפתיה בהוראה: המשגות וממצאים". הכותב סוקר את המחקר האמפירי בתחום ההוראה, מצביע על הגדרות שונות של אמפתיה המיושמות בו, ומארגן אותן בשני צירים. הציר הראשון מושתת על המשגות מתחום הפסיכולוגיה ומתמקד באמפתיה מנקודת מבט פנים-אישית. כאן ברקוביץ מזהה שתי הגדרות שונות של אמפתיה במחקר החינוכי: מחקרים המגדירים אמפתיה כתכונה ומחקרים הממשיגים אמפתיה כתלויה מצב. הציר השני הנשען על ספרות מתחום הבריאות והעבודה הסוציאלית, מתמקד בנקודת מבט בין-אישית. בציר זה מזהה הכותב שני סוגי המשגות: כאלו המתייחסות לאמפתיה כאל תהליך תקשורת וכאלו המגדירות אמפתיה כמערכת יחסים. לנוכח המשגות שונות אלו הכותב מנתח את שדה ההוראה. הוא מסכם בטענה כי קיים ערך רב בריבוי המשגות ונקודות המבט על אודות אמפתיה, היות שאלו משקפות בצורה נאותה את מורכבותן של ההוראה ושל האמפתיה.

במאמרה "פדגוגיה אמפתית: האם יש דבר כזה?" פותחת פרופ' יהודית וינברגר את דלת הכיתה ונכנסת לנבכי תהליכי הלמידה. אומנם כל למידה כרוכה ברגשות, אך למידה משמעותית, טוענת וינברגר, היא למידה היוצרת שינוי קוגניטיבי והתנהגותי וכרוכה ברגשות של ערעור ואי-ודאות. למורה המטפח למידה עמוקה יש אפוא תפקיד כפול: לערער את תלמידיו ובה בעת לנסוך בהם ביטחון. תפקיד כפול זה, טוענת וינברגר, כרוך באי-ודאות מובנית עבור המורה, ולכן מחייב אותו לאמץ גישה ומיומנויות אמפתיות כלפי תלמידיו וכלפי עצמו. וינברגר פותחת את

המאמר בהצגת הקשרים בין קוגניציה ורגשות בתהליכי למידה, כפי שהם עולים ממחקרים בתחום החינוך והנירו-פסיכולוגיה. היא ממשיכה בהרחבת הטענה על אודות אי-ודאות ועמימות בתהליכי הוראה-למידה משמעותיים ומצביעה על הצורך באימוץ גישה חיובית כלפיהם כדי לקיים שיח חינוכי מורכב. וינברגר מראה שבהינתן הקשר בין קוגניציה לרגשות, אמפתיה מהווה תנאי הכרחי לקיום שיח חינוכי מורכב זה, ומציגה מודל של פדגוגיה אמפתית: המעשה האמפתי השלם. המאמר מסתיים בשתי דוגמאות לפדגוגיה אמפתית: הראשונה ממחישה את ההתמודדות עם שונות ועם התנגדות בכיתה, והשנייה מתארת תהליך למידה שאי-הוודאות מובנית בו מראש.

במאמרן "Mind the Conflict": היבטים של אמפתיה בהתמודדות עם קונפליקטים במרחב החינוכי" מציגות שירי לוינס, שירי ברוד"ר מיכל לוי-קרן מודל הכשרה המספק כלים להתמודדות עם הערעור ועם אי-הוודאות שמזמנים תהליכי למידה, וכן עם התנגדויות ומחלוקות שהן חלק מחיי היום-יום בבית הספר. הכותבות מציעות מודל הכשרה להתמרת קונפליקטים הפותח דלת גם לשיפור במערכות היחסים בבית הספר. מחקרים מצביעים על כך שבית ספר הוא זירה רווית קונפליקטים (Fields, 1998), וכן שלאמפתיה תרומה נכבדת בתהליכים חינוכיים ובתהליכים של יישוב סכסוכים (Preston & de Waal, 2002). עם זאת, קיימת ספרות מחקרית ענפה המורה כי דווקא כאשר "הכי צריך אותה" ובפרט במצבי קונפליקט, מתרחש כשל אמפתי (empathic failure), כלומר ניכרים חוסר מוטיבציה והיעדר יכולת להרגיש אמפתיה (Paluck, 2010). מודל ההכשרה Mind the Conflict (MtC) שפיתחו הכותבות, מתחיל בנקודה זו - ההכרה בהיותו של הכשל האמפתי דבר טבעי והתמודדות עימו כחלק מתהליך התמרת הקונפליקט. המודל כולל ארבעה רכיבים, והצלחת ההתמרה, טוענות החוקרות, תלויה בראש ובראשונה במודעות ל"מה קורה לי" בכל אחד מהשלבים. מודעות זו מאפשרת חריגה מתגובה אוטומטית במצבי קונפליקט (הכרוכה בכשל האמפתי) ומפתחת את היכולת לשאול "מה קורה לאחר?". על פי המודל שפיתחו החוקרות, רק כאשר אנו מודעים לרגשות ולצרכים שלנו ונותנים להם לגיטימציה, רק כאשר אנו אמפתיים לעצמנו, אנו יכולים לגייס מוטיבציה לשאול מה קורה לאחר ומה קורה בסיטואציה. בסיכום המאמר החוקרות מציגות ממצאים של מחקר הערכה שערכו בקרב מורות מתחילות אשר השתלמו והתנסו במודל MtC. במאמרה "אמפתיה בקונפליקט" ד"ר יעל נאות עפרים בוחנת מצבי קונפליקט בכלים פילוסופיים ומעמידה בסימן שאלה את הצו המוסרי לנהוג באמפתיה

במצבים אלו. היא מגדירה אמפתיה כיחסים בין שני סובייקטים אקטיביים, זה שמבקש אמפתיה וזה שנענה במתן אמפתיה, ומבחינה בין מצבים של חוסר הסכמה ומצבים שבהם קיים שוני בין אנשים. כאשר צד אחד מבקש אמפתיה במצבי קונפליקט, טוענת נאות עפרים, הוא מצפה מהצד השני להסכים עם נקודת מבטו ולא רק להבין אותו. דוגמה מובהקת לכך היא בקשה לאמפתיה הכרוכה גם בבקשה לפעולה (או להימנעות מפעולה). החוקרת מראה כי קיום יחסים אמפתיים במצבים אלו מחייב את הצדדים החלוקים לבנות יחד מרחב בין-אישי המושתת על הכרה הדדית. הבנייתו של המרחב הבין-אישי כרוכה בשני תנאים: הראשון הוא הכרה בנקודת המבט של מבקש האמפתיה מבלי שזה יצטרך להצדיק אותה; השני הוא שמבקש האמפתיה יכיר בנקודת מבטו של האדם שאליו הוא מפנה את הבקשה. מסקנת המאמר היא שבמצבי קונפליקט יחסים אמפתיים מותנים בהכרה של מבקש האמפתיה בנקודת מבטו של האדם שאליו הוא פונה. חלקו האחרון של המאמר דן בהשלכותיה של מסקנה זו בשדה החינוך.

בהמשך להבחנה שמציגה נאות עפרים בין יחסים אמפתיים במצבי שונות ובין יחסים אמפתיים במצבי קונפליקט, מנגיד ד"ר מרום קלי במאמרו "אמפתיה בשירות האדם ובשירות מאבקו - בעקבות הגותם של מרטין בובר ופאולו פריירה" בין שני סוגי אמפתיה: אמפתיה שמטרתה יצירת יחסי זיקה עם הזולת באשר הוא, ואמפתיה שמטרתה לקדם סולידריות בין חברי קבוצה השותפים למאבק כלשהו. החוקר מציג את שני סוגי האמפתיה כפי שהם נגזרים מהגותם של מרטין בובר ופאולו פריירה בנושא הדיאלוג. בהקשר החינוכי, טוען קלי, עשויה להתעורר סתירה בין השאיפה לחנך תלמידים לפתח זיקה ואמפתיה לכל אדם באשר הוא, לבין השאיפה לחזק את הסולידריות ואת השייכות של כל תלמיד לקהילתו (שנתונה לעיתים בעימות עם קבוצות אחרות). לשיטתו, מקור המתח בין התפיסות נעוץ בסוגיה רחבה יותר: ראיית המציאות כא-פוליטית (בובר) או כפוליטית (פריירה) במהותה, וכפועל יוצא מזה כמבוססת על דיאלוג או על מאבק. לסיכום מציע קלי מושג מורכב של אמפתיה, שבו שני סוגי האמפתיה משלימים זה את זה תוך כדי יצירת מערך של איזונים ובלמים.

מאמרו של ד"ר ניסים אבישר, "אמפתיה רודפת צדק: רצינול אמפתי מחודש לעבודה במצבי קונפליקט בין קבוצות", מתמודד במישור המעשי עם המתח הפילוסופי שמעלה קלי. אבישר מזהה קונפליקטים בין קבוצות כוח לקבוצות שוליים וטוען שבמפגש בין קבוצות בקונפליקט יש לקבוצת הכוח ולקבוצת השוליים מטרות וצרכים שונים. המוטיבציה המרכזית של הצד החזק היא

להדגיש את הדמיון בין הקבוצות בלי לערער על הסדר הקיים, מטרה המושגת על ידי התמקדות בקשר אישי ובהיכרות תרבותית. המוטיבציה המרכזית של הצד החלש היא לקדם שינוי במבני הכוח, ואם המפגש נעדר התייחסות לעוול ולחוסר הצדק, לא רק שאין טעם בהקשבה בו, אלא שהיא נתפסת כסוג של שיתוף פעולה עם הסטטוס קוו. במובן זה, טוען אבישר, קידום תקשורת אמפתית בין קבוצות במאבק וציפייה לקשב אמפתי מצד הקבוצה המודרת הם פרקטיקות לא אמפתיות. פעולה המבקשת לקדם אמפתיה ובד בבד יוצאת מנקודת הנחה של שוויון, מהווה מכשלה לפיוס ולשותפות. אבישר מפתח את המושג "אמפתיה רודפת צדק" ומציע פרקטיקות ליישומה.

המאמרים בספר זה מוציאים את האמפתיה "מאזור הנוחות שלה", מההתייחסות המקובלת אליה כאל תפיסה רכה, טבעית, נגישה, הכרוכה בהבנה ובתמיכה באחר. כל אחד מהמאמרים מפגיש את האמפתיה עם גבול אחר: ריבוי הגדרות ואפיונים סותרים בשיח הפופולרי ובשדה המחקר החינוכי; כפל תפקידים בתהליכי הוראה-למידה; מצבים שבהם היא עשויה לכלול מתן לגיטימציה לעמדות ולמעשים בלתי ראויים; מצבי קונפליקט שבהם נוצרת סתירה בין תביעה לאמפתיה ותביעה לסולידריות; ומצבים שבהם האמפתיה נאלמת דום. כל מאמר מותח, מרחיב או חוצה את גבול האמפתיה. כל גבול מעניק הזדמנות לעבות את ההבנה על אודות האמפתיה במורכבותה, ואולי במלאותה.

תודות

ספר זה פורש מופעים שונים של אמפתיה, ובכללם "אזורי הדמדומים" שלה. במהלך הדיונים שהתקיימו בין חברי וחברות קבוצת הכתיבה ותוך כדי גלגול הרעיונות לספר, הלכו והתבהרו אזורי הדמדומים האלו הלכה למעשה: גבולות האמפתיה, חילוקי דעות על אודותיה, קונפליקטים בתחומיה. על תהליכי הברור והביאור של האמפתיה בתחומי הקבוצה-מעבדה שלנו ועל המאמרים המהווים תוצר של ההתנסות האמפתית ומונחים לפניכם, אני מבקשת להודות בראש וראשונה למשתתפות ולמשתתפים בקבוצת המחקר - אלו שמאמריהם מופיעים בקובץ, ואלו שהשתתפו ותרמו את נוכחותם ואת רעיונותיהם מבלי לפרסם. תודה למכללת סמינר הקיבוצים, ובפרט לפרופ' ציפי ליבמן נשיאת המכללה, שאפשרו את התהליך ונתנו מרחב פיזי-רעיוני פותח ותומך לקבוצת המחקר האמפתית ולרבות אחרות; וכן תודה לפרופ' נמרוד אלוני העומד בראש המכון לחינוך מתקדם שבמסגרתו פעלה הקבוצה, תודה אישית גם על התמיכה ברגעים שבהם כלל לא היה ברור שהמשימה הגדולה הזו תצליח; תודה לפרופ' יהודית וינברגר, יוזמת

וממקימי המרכז לאמפתיה בחינוך ובחברה, על כך ששמה את נושא האמפתיה כליבה חינוכית בכלל, ובכל הקשור להכשרת מורים בפרט. תודה למגיבים על קריאה נדיבה של טיוטות הספר ועל ההערות המחכימות שסייעו בדיוק התכנים. נדמה שקריאה אמפתית-ביקורתית היא נר מקצועי לרגלם. וכמובן - תודה לצוות הוצאת הספרים של מכון מופ"ת על ליווי התהליך והבאת הספר לידי פרסום: לד"ר תמי ישראלי, העורכת הראשית וראש ההוצאה; לד"ר דודו רוטמן, העורך הראשי וראש ההוצאה היוצא; לעורכות האקדמיות ד"ר שרה שמעוני וד"ר יהודית שטיימן; לחני שושתרי הרכזת של הוצאת הספרים, אשר ידעה בדיוק מתי ואיך להניע קדימה; לתמי בורנשטיין על עריכת לשון שהצליחה בו בעת להיות מדויקת ולשמור על הטון של כל כותב; למירב כהן-דר על ליווי הספר בשלביו האחרונים; ולמאיה זמר סמבול על העיצוב הגרפי.

מקורות

- אלוני, נ' (2005). כל שצריך להיות אדם: מסע בפילוסופיה חינוכית - אנתולוגיה. הקיבוץ המאוחד ומכון מופ"ת.
- רוג'רס, ק' (1973). חופש ללמוד (תרגמה י' שטרנברג). ספרית פועלים.
- ישראל, ד' (2011). כשהמורה נעלב וזועם: על חשיבות האמפתיה למורה [גרסה אלקטרונית]. פסיכולוגיה עברית <http://www.hebpsy.net/articles.asp?id=2661>
- Andreychik, M. R. (2019). Feeling your joy helps me to bear feeling your pain: Examining associations between empathy for others' positive versus negative emotions and burnout. *Personality and Individual Differences, 137*, 147-156.
- Baron-Cohen, S., & Wheelwright, S. (2004). The empathy quotient: An investigation of adults with Asperger syndrome or high functioning autism, and normal sex differences. *Journal of Autism and Developmental Disorders, 34*(2), 163-175.
- Batson, C. D. (2011). *Altruism in humans*. Oxford University Press.
- Belloch, A. (2013). One hundred years of clinical psychology: Roots, doubts and hopes. In R. Fuller, P. N. Walsh, & P. McGinley (Eds.), *A century of psychology (psychology pevivals): Progress, paradigms and prospects for the new millennium* (pp. 109-130). Routledge.
- Bloom, P. (2016). *Against empathy: The case for rational compassion*. Harper Collins.
- Cuff, B. M. P., Brown, S. J., Taylor, L., & Howat, D. J. (2016). Empathy: A review of the concept. *Emotion Review, 8*(2), 144-153. doi: 10.1177/1754073914558466er.sagepub.com.

- Davis, M. H. (1983). Measuring individual differences in empathy: Evidence for a multidimensional approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, *44*(1), 113-126.
- Di Pellegrino, G., Fadiga, L., Fogassi, L., Gallese, V., & Rizzolatti, G. (1992). Understanding motor events: A neurophysiological study. *Experimental Brain Research*, *91*(1), 176-180.
- Fields, B. A. (1998). Interpersonal conflict in schools: How teachers manage conflict in the workplace. *Education and Society*, *16*(1), 55-72.
- Hogan, R. (1969). Development of an empathy scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, *33*, 307-316.
- Illouz, E. (2003). *Oprah Winfrey and the glamour of misery: An essay on popular culture*. Columbia University Press.
- Illouz, E. (2007). *Cold intimacies: The making of emotional capitalism*. Polity.
- Keysers, C., & Gazzola, V. (2010). Social neuroscience: Mirror neurons recorded in humans. *Current biology*, *20*(8), R353-R354.
- Lamm, C., Decety, J., & Singer, T. (2011). Meta-analytic evidence for common and distinct neural networks associated with directly experienced pain and empathy for pain. *Neuroimage*, *54*, 2492-2502.
- Lanzoni, S. (2017). Empathy's translations: Three paths from Einfühlung into Anglo-American psychology. In V. Lux & S. Weigel (Eds.), *Empathy: Epistemic problems and cultural-historical perspectives of a cross-disciplinary concept* (pp. 287-315). Palgrave Macmillan.
- Lanzoni, S. (2018). *Empathy: A history*. Yale University Press.
- McCormack, B., Dewing, J., & McCance, T. (2011). Developing person-centred care: Addressing contextual challenges through practice development. *Online Journal of Issues in Nursing*, *16*, 2.
- Mehrabian, A. (1996). *Manual for the Balanced Emotional Empathy Scale (BEES)*. Author.
- Paluck, E. L. (2010). Is it Better not to talk? Group polarization, extended contact, and perspective taking in Eastern Democratic Republic of Congo. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *36*(9), 1170-1185.
- Preston, S. D., & de Waal, F. B. M. (2002). Empathy: Its ultimate and proximate bases. *Behavioral and Brain Sciences*, *25*, 1-72.
- Reniers, R. L., Corcoran, R., Drake, R., Shryane, N. M., & Völlm, B. A. (2011). The QCAE: A questionnaire of cognitive and affective empathy. *Journal of personality assessment*, *93*(1), 84-95.

- Rifkin, J. (2009). *The empathic civilization: The race to global consciousness in a world in crisis*. Penguin.
- Rogers, C. (1951). *Client-centered therapy: Its current practice, implications and theory*. Constable.
- Rogers, C. (1959). A theory of therapy, personality and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In S. Koch (Ed.), *Psychology: A study of a science (Vol. 3): Formulations of the person and the social context* (pp. 184-257). McGraw Hill.
- Smith, A. (2012). *The theory of moral sentiments*. Cambridge University Press.
<https://doi.org/10.1017/CBO9780511800153>
- Washburn, A. M., & Grossman, M. (2017). Being with a person in our care: Person-centered social work practice that is authentically person-centered. *Journal of gerontological social work*, 60(5), 408-423.