



דן אריאלי

מומחה להחלטות חשובות

איך לא לתת לפרידה לפגוע לי בעבודה?

כשנפרדים מזוגיות ממושכת הכאב דומה לכאב של אבל. איך מתמודדים עם הדיכאון ותחושת הקטיעה של רצף החיים? איך נשארים פרודקטיביים וממשיכים במטלות החיים הממתינות? ענבל מי

28

29

אורזים תועשר

ענבל היקרה,

אין ספק שקטיעה של קשר היא דבר מאוד קשה. מצד שני, הממצאים שיש לנו מראים שרוב האנשים צופים שכאב הפרידה ילווה אותם הרבה יותר זמן ממה שהיא נשארה בפועל. כלל, כשאנחנו חווים רגש חזק, אנחנו נוטים להעריך שנגמשיך להרגיש אותו הרבה מאוד זמן, בין אם זה כעס, שמחה או אבל. אבל הזמן משכך את הכאב, הרבה יותר מהר ממה שאנחנו מצפים.

כשאת יודעת את זה, נאשר לחשוב על דבר רים שישפרו את התפקוד שלך, בטווח הקצר ובטווח הארוך. בטווח הקצר הייתי ממליץ לך סות לשנות כמה שיותר מרפואי החיים שלך. כמו שנקומנים מתקשרים להיגמל מהרואין כשהם נשארים באותו רחוב ומוקפים באותם אנשים, כך גם מי שמנסים להתמודד עם כאב של פרידה יתקשו להתגבר עליו אם הם ממשיכים באותם חיים שמזכירים להם את מי ומה שאיבדו. זה מגביר את הסכין מוכיך לך בכל הורמנות את בן הווג, ואת מה שחסר לך, ולכן העצב שלך יגבר.

אני לא יודע אם את יכולה לצאת עכשיו לחופש, לטייל, לעבור רידה, לעבור לעיר אחרת, לאכול במסעדות אחרות או לפגוש חב רים אחרים, אבל כל אחד מהדברים האלה ללא ספק יעזור בטווח הקצר, עד שהזמן יהפוך את הכאב לעמום יותר, או אפילו יעלים אותו לגי מרי. שינויים. זו העצה שלי. הייתי שמח אם היה משהו יותר פשוט ומיידי, אבל פרידה באמת יכולה להיות חוויה קשה.

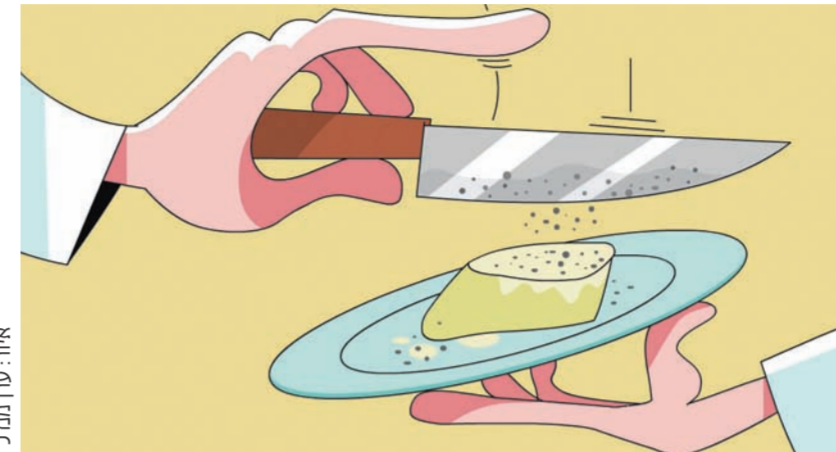
נקודה אחרונה: למה בכלל אנחנו חווים את הכאב הזה? מה ההיגיון האבולוציוני שלוח למה לא התפתחנו כך שלא נחוש כזה אבל אחרי פרידה? אני חושב שהסבל הזה נוצר דווקא כדי ללמד אותנו לנסות ליצור קשרים עם ממד יותר קליל, אפילו ללמוד לקיים יחסי מין בלי היקש ריות ופירויות. הבנת הכאב הזה עוזרת לנו לחי שוב טוב יותר על הקשר הבא שלנו. אני אישית חושב שמי שפעם אחת בחייהם התגרשו או חוו פרידה קשה זומרים מהאירוע, ומעלים את היסודי ליחסי זוגיות טובים יותר בפעם הבאה. כאב, גם כאן, הוא תופעת לוואי של למידה.

פרופ' אריאלי הוא חוקר כלכלה התנהגותית ומחבר רבי המכר "לא רצונו ולא במקרה" ו"לא רצונו לא נורא" askdan@calcalist.co.il



בלדד השוחי

חוזר עם תשובה



איור: עיר מנדל

למה סכין פלדה מתקנה כה מהר?

למה סכין שעשויה מפלדה מוכחרת נעשית קשה גם כשהיא חותכת מרגרינה כל חייה? האם זה כי המתכת עשויה פירוורים בקצה שלה ולא סריג מתכתי, והפירוורים נופלים? יונתן

יונתן היקה

התמונה הו שרמינת לך, של פירוורי פלדה מוכחרת שנושי רים למרגרינה, מלבבת ומעידה על דמיון מפתח מאד. אך כרגיל, המציאות פשוטה הרבה יותר.

לפני שהסכין מתקנה, היא חייבת להיות חדה. כדי להשחין אותה משתמשים לרוב באבן משחזת קשה ומחיר ספסת שמגרדת את הסכין בזווית חדה ומסירה חלק מהפלדה. מה שנתר מא חור זה הלהב, רצועה דקי קה של פלדה שהולכת וני עשית דקה יותר. הדקיקות הזו מאפשרת לסכין לרכו את הכח של מי שאוחז בה ולחדור לתוך הדבר שאותו מנסים לחתוך, אך אותה דקיקות עצמה הופכת אותה לפגיעה.

ראית פעם, אולי בסרט, גלב מהמין הישן שבין גילוח התער הלךך ושוב על רצועת עור ארוכה? הוא מיישר את להב התער הדקי שהתקפל. כך זה גם בסכין

ראית פעם טבח "משחין" סכין על גבי סכין אחר? זו לא באמת השחזה. הסכין אינה מחוספסת דיה כדי להסיר שכבת פלדה מהסכין האחרת. זה רק יישור. ראית פעם, אולי שמגלח את לקוחותיו בתער? בין גילוח לגילוח הוא מעביר את התער הלךך ושוב על רצועת עור ארוכה. תער גילוח הוא להב דקי במיוחד, והוא זקוק ליישור אחרי כל שימוש.

למעשה, גם סכין הגילוח המודרנית זקי קה ליישור כזה, אלא שרוב אושרם של יצרני הסכינים רובנו מעדיפים להשליך אותה לפח ולקנות אתה אחרת. בפעם הבאה שסכין הגילוח שלך מרגישה קשה, עשה ני סוי. העבר אותה נגר כיוון החיתוך על משהו רך אך עמיד – פיסת עור, בד ג'ינס, אפילו קצה הסכין, פי הלהב שלה, דק בצורה בלתי נתפסת. ואת הרקות המיקרוסקופי פית הוא אפילו חומרים רכים מצלילים לעוות, לקמט ולצ'קמק. עין בלתי מווינת לא תוכל להבחין בפגמים האלה, אך יש

שאלות לבלדד השוחי: askbildad@calcalist.co.il



שיזף רפאלי

מתבונן בעולם החדש

מאיפה באו כל החארות האלה?

מילה גסה אחת מקפלת את תולדות המאה ה-20

← בלי גסיות קשה להיות / מילה גסה / זו פרנסה" כך תרגם דן אלמגור את השנסונייר הצרפתי ז'ורז' ברסאנס, וימר יוסי בנאי. "בכל יום א' בוודאי / אני נשבע בלב גלוי / שלא אומר עוד על כמה / מילה גסה כמו תחת // אך כשאני פתאום חושב / על כל זמר שמת רעב / תכף אוסיף לחרוזים / קצת עכורים".

אף ששני המינים יכולים להתנהג אחרים, הגידוף Asshole לגברים. ביום שבו אשה נבזית Asshole, נדע שהשוויון בין המינים התחזק

בדפוס לראשונה ביצירת המופת של נורמן מיילר מ-1948 "הערומים והמתים", גרם או לקצת מבוכה, אבל מאז השתרש. מחבר הספר הוא ג'פרי נונברג, בלשן ואישיות מוכרת למאזיני הרדיו הציבורי בארצות הברית. הכותרת של ספרו המשועשע והמי חכים באופן מפתיע היא "Ascent of the A-Word: Assholism, The First Sixty Years", כלומר "עלייתה של המילה המת- חילה באות 'A': 60 השנים הראשונות של פיות טבעת".

נוברג מציג כמה תובנות מעניינות על המילה: היא מתארת משהו שאף מילה לפנייה לא תיארה: רוב שמות הגנאי, מ"מוזין" דרך "ובל" ועד "חרא של בנאדם", יכולים לתאר קשת רחבה של סוגי אנשים מגוולים. אבל בארצות הברית, כשמועמים שמאן דרו הוא Asshole, מרמזים טיפוס די מסוים: אדם תוקפני, גם רוח ושקוע בעצמו. טיפוס שצועק על קופאים במקרוגלד'ס, או מרבר בסלולרי סטיב ג'ובס שהיה עולב בעובדיו, הקבלן הסלבריטאי והכוחני דונאלד טראמפ והמי צביא ג'ורג' פאטון שהסתובב בטנק מפואר שנשא את שמו ועודד את חייליו להתעלל בגופות חיילי גרמניה, כולם הרוויחו כיושר את הכינוי Asshole.

באופן מעניין, אף ששני המינים יכולים להתנהג כך ולשניהם יש אחוריים, הגידוף הוא שמור לגברים. אשה שמתנהגת כ"Asshole עדיין זוכה לכינוי המנמך יותר, כלבה. ייתכן שכאשר נשים נבזיות יכונו Asshole ולא Bitches, נדע שקיבלנו את

אמין להתחזקות השוויון בין המינים. והקלה הזאת היא גם ממצא מרתק על ההיסטוריה של עליית המעמד הבינוני. נוב' ברג מספק בספרו גרפים ונתונים שמוכיחים זאת, ומלמד שהשימוש בשמות חלקי הגוף והפרשותיו הם תולדה של המאה ה-20. בני המעמד הבינוני-גבוה של המאה ה-19 כיכ "מעמד הצווארון הכחול נפוצו בשפה הדיק", ר, בעידנה דריתחה, להשתמש ב"גוראמן" וב"ג'ינס". רק עם התרחבותו והתחזקותו של מעמד הצווארון הכחול נפוצו בשפה הדיק, ה"שיט" ורעיהם, וה"Asshole הייחודי, מא' הרוני המצטרפים להשימה, בישר במידה רבה את עליית עידן ה-Asshole יום. כן, בא מריקה המילה רק הולכת ונפוצה כי התופעה רק הולכת ונפוצה.

מי יגול עפר מעיניהם של דן בן אמוץ ונתיבה בן יהודה, עורכי מילון הסלנג העברי שרכבו הראשון התפרסם ב-1972. הם בוודאי היו שמחים בחשיבות שהפופ' סוד מברקלי מעניק לא רק למילה הגסה, אלא לעצם התפקוד החברתי החיובי של שחרור החרצונות. השחרור הזה, באמצעות השפה, מאפשר לבטא התנגדות ואי-הסכמה. גם העיתונים שמפרסמים בימים אלה ביקור רות משבחת על הספר אבל עדיין נמנעים מהדפסת המילה המפורשת במלואה צריכים, אולי, לשקול לאמץ באהבה את הפרדוקס. וכך גם אנחנו, כראי שנדע להעריך את הר' געים שבהם נפלט לנו משפת כגון: "תהיה קצת יותר מנומס, יא חרא".

פרופ' רפאלי הוא ראש מרכז שניא לחקר האינטרנט באוניברסיטת חיפה sheizaf.rafael.net

תורת המספרים

הסטטיסטיקה של החיים

כמה אנחנו מרושעים בפייסבוק?

באף תקופה בהיסטוריה לא היה קל להיות מתבגר או מתבגרת. רובנו זכינו לסבול בשנים האלה מבריונות והתנכלויות, ואחרים סבלו מאיננו. כיום הקשרים החברתיים של מתבגרים מבוססים על ערוץ אחר: 95% מבני 12-17 מחוברים לאינטרנט מסכיב לשעון, ומהם 80% משתמשים בקביעות ברשתות חברתיות. שאלונים שחולקו בי 2011 ל-800 בני נוער אמריקאים ביקשו ללמוד על התנהגותם החברתית ברשת, וגילו שהיבט אחר הטכנולוגיה לא שינתה.

גל בן



תמונה: A. Weber Communications / פרינקיפס