

הוולך ופוחת הדור ?

מפונקים, לא מחויבים מקצועית ומנותקים רגשית. ככה מתאר סיימון סינק את דור המילניום בסרטון שהפך לווראלי, בו הוא מנסה להסביר מה עובר בראשם של הצעירים שנולדו אחרי 1984. אבל האם אפשר להסביר דור שלם בווידיאו קצר, או שאולי הפופוליזם של סינק מגלם את כל מה שהוא יוצא נגדו?

רעות ענבר



מזניחה, הם בין הסיבות לכך שגדל לנו כאן, כך לטענתו, דור עצלן ומפונק.

מה עם כל הדופמין?

שאלת דור המילניום מעסיקה רבים, לא רק את סינק. מומחים לנושא צצים כפטריות אחרי הגשם, מאמרים, ספרי עזרה עצמית וסרטוני וידאו מופיעים בכל פינה, ורבים מהם תולים את האחריות לאופי הבעייתי של דור המילניום בטכנו-לוגיה שמקיפה כל אספקט בחייהם. סינק, בכלל מומחה לשיווק, ללא רקע אקדמי בתחום הפסיכולוגיה, מתמקד בנקודה הזאת, ובעיניו מדובר בהתמכרות של ממש. "אנחנו יודעים שמעורבות ברשתות חברתיות ובסלולרי משחררת

דופמין ולכן לקבל הודעה בסלולרי זאת הרגשה טובה. דופמין זה מה שגורם לנו להרגשה נעימה כשאנחנו מעשנים, שותים ומהמרים. במילים אחרות, זה ממכר. יש לנו הגבלת גיל על עישון, הימורים ושתיית אלכוהול, אבל אין לנו הגבלות על רשתות חברתיות וסלולריים. אנחנו מאפי שרים למכשירי הדופאמין האלה גישה חופשית ורואים איך יותר מדי צעירים לא יודעים לייצר

כבר כמה ימים שעל מרחבי הרשת הישראלית השתלט סרטון שכותרתו "בעיית דור המילניום". לסרטון, שהפך ויראלי בעולם בשבועות האחרונים, התווספו כתוביות בעברית שהפכו אותו בן לילה לדבר הכי חם ברשתות החברתיות בישראל. עד כדי כך שנדמה כי אי אפשר להימלט ממנו. מעבר לעובדה שכל גולש שני עשה לו שיתוף בפייסבוק, אין כמעט ישראלי מתחת לגיל 30 שלא קיבל אותו גם מאמא שלו בצירוף המי-שפט "זה כל כך מדויק!!!" או נאלץ לספוג אותו בקבוצת הווטסאפ בעבודה. בקיצור – אי אפשר לברוח מסיימון סינק, כוכב הסרטון, שמבקש לפרוש בסרטון בן 15 דקות את התשובה שלו לבעייה הכי גדולה של היקום בשנת 2017: מה הולך בראש של דור המילניום, כלומר צעירים שנולדו אחרי 1984, ולמה הם לא רוצים לצאת לעבודה.

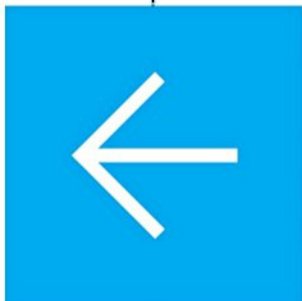
"מה אתם בעצם רוצים?", שואלים את בני דור המילניום, והם עונים 'אנחנו רוצים לעבוד במקום עם מטרה, אנחנו רוצים שתהיה לנו השפעה – מה שזה לא אומר – ואנחנו רוצים אוכל בחינם ופופים', מגחך סינק בסרטון. ואז מוסיף בציניות: "וגם עם כל זה הם לא מרוצים". אין ספק שבני ה-40 פלוס שצופים בסרט מגחכים יחד עם המרצה הכריזמטי. בקיצור, בשפה קולחת, עם טיעונים תמציתיים ולעיתים פופוליסטיים, סינק נותן בראש לדור המילניום. הורות גרועה, התמכרות לטכנולוגיה, חוסר סבלנות, וסביבה

מערכות יחסים משמעותיות".

סינק מוסיף כי מחקרים מדעיים כבר הוכיחו שמי שמבלה זמן רב בפייסבוק נוטה יותר לריכאון. "זאת שאלה של איוון", הוא אומר, "אם אתה נמצא בארוחת ערב עם חברים, ואתה מסמס למישהו שלא נמצא שם, אתה מכור. אם אתה מתעורר ובודק את הפלאפון לפני שאתה אומר בוקר טוב לבת הזוג שלך, אתה מכור וכמו כל ההתמכרויות עם הזמן זה יהפוך את החיים שלך לגרועים יותר".

אין ספק שעם יד על הלב, רבים מהקוראים את הכתבה הזו הסתמסו במהלך בילוי עם חברים ואפילו חטאו בהושטת יד לסלולרי לפני שיצאו מהי-שמיכה, אבל לפני שאתם רצים לקבוצת תמיכה למכורים, ד"ר מיכל דולביכהן, מרצה וחוקרת בתחום הפסיכולוגיה של האינטרנט במכללת אורנים, מציעה לנשום עמוק.

"בריוק ריברתי על הסרטון הזה היום ואמרתי שאני צריכה למצוא את המחקר שעליו הוא מתבסס, כי לא שמעתי עליו", היא אומרת. "התמכרות לא קורית לכל אחת, אנחנו צריכים משהו במאפיינים שלנו כדי להתמכר, ובינתיים התמכרות לאינטרנט לא נכנסה לספר ההפרעות



הנפשיות. מצד שני יש מונח בשם FOMO, פחד מלפסס, ואנחנו רואים היום אפליקציות שבי-נויות על זה ומעודדות את החרדה הזאת, כמו סנאפצ'ט. זאת תופעה שאנחנו באמת רואים הרבה אצל כולנו, אבל יש הבדל בין צורך להתמכרות".

אוקי, אבל גם אם לא נקרא לזה התמכרות, את יכולה לראות אנשים שאפילו באמצע סרט בודקים את הסלולרי.

"נכון, אבל זה קשור להרבה מאוד דברים, למשל אם משעמם לי, אני אבדוק את הסלולרי. למשל כשאני בתור לקופת חולים, אני לא צריכה להיות בודדה יותר. היום לאנשים קשה להיות בודדים לרגע, זה זמין ונוח למלא את החלל באמצעות המכשיר".

השאלה אם הטכנולוגיה הזאת לא שינתה את האופן שבו אנחנו מתקשרים כמו שסינק מזדוהר.

"הטכנולוגיה גרמה לשינוי עצום, אין פה בכ"ל שאלה, אבל באותה מידה כלי הרכב והיכולת להתנייד בין יבשות גרמו לשינוי. לכל שינוי יש בהתחלה התנגדות. כל הזמן יש שינויים, וזה בלתי נמנע, ואני לא חושבת שצריך לעצור את הקדמה. אני כן חושבת שאנחנו צריכים להדביק את הפער מבחינה ערכית. אם אנחנו מאמצים את הטכנולוגיה בהתלהבות, בואו נחנך. כמו שאת לא מקבלת רשיון נהיגה בלי שלמדת תיאוריה ועשית שיעורים מעשיים, ואז גם



צילום: שאטרסטוק



סיימון סינק בסרטון שעורר את המהומה

מה הבעיה של הדור הזה?

"הם לא יודעים לדחות סיפוקים, מכורים לאייפון שלהם, לא מסוגלים לתקשר עם הסביבה ולא יכולים להחזיק בעבודה לאורך זמן". סרטון בן 15 דקות שבו מומחה אמריקאי, סיימון סינק, נותן בראש לדור הצעיר וגם להוריהם, הפך לדבר הכי חם ברשתות החברתיות בישראל. האם הוא צודק?



סינק: "ההורים אמרו לילדיהם כל הזמן שהם מיוחדים, שהם יכולים לקבל מה שירצו. ואז הם מסיימים בית ספר וברגע אחד מגלים שהם לא מיוחדים, שאמא שלהם לא יכולה להשיג להם קידום"

סינק: "דופמין זה מה שגורם לנו להרגשה נעימה כשאנחנו מעשנים, שותים ומהמרים. במילים אחרות, זה ממכר. יש לנו הגבלת גיל על עישון, הימורים ושתיית אלכוהול, אבל אין לנו הגבלות על רשתות חברתיות וסלולריים"

אפשר למרוד את מספר שעות העבודה היומיות ואת השכר, ובעוד שניכרת העלייה במספר שעות העבודה היומית, השכר נשחק בהתמדה בארבעים השנים האחרונות.

דני עמית, פסיכולוג ומטפל בילדים ומשפחה, ומנהל סדנאות לוויתור רגשי וחוסן מנטלי, מתייחס להאשמות של סינק כנגד ההורים של ילדי דור המילניום בספקנות. "זה משהו שלא מאפיין בהכרח את כל ההורים. הרבה פעמים זה הורים שלא היו נוכחים הרבה בבית, והיו עסוקים בעניין החמרי, או בעצם זה סוג של פיצוי, שהם יתמקרו במימור אחד של שפע ונתנה לילדים. אני קורא לזה 'ילדים שלמדו קבלה מגיל צעיר', ולא הכשירו אותם לדברים אחרים". זה משהו שמייחד רק את דור המילניום? "זה משהו ששמעתי גם לפני 15 שנה. אף אחד

הורות כושלות". זה כמובן לא מפריע להורים רבים לשתף את הסרטון עם ילדיהם בטון נוח. "ההורים אמרו להם שהם מיוחדים כל הזמן, שהם יכולים לקבל מה שירצו", אומר סינק. "יש ילדים שקיבלו 'מדליות השתתפות' כי הגיעו אחרונים, וזה באופן מדעי מוריד מערך המדליות שמציינות הישג אמיתי וגורם לאלו שקיבלו מדליות השתתפות להרגיש רע", הוא מעווה את פניו. "ואז הם מסיימים בית ספר וברגע אחד מגלים שהם לא מיוחדים, שאמא שלהם לא יכולה להשיג להם קידום, שאין מדליות למקום האחרון, ודרך אגב, אי אפשר לקבל מה שרוצים. תוך שניה הרימוי העצמי שלהם נשבר לרסיסים, אז יש דור שלם שגדל על הערכה עצמית נמוכה מאלו שלפניו".

סינק אמנם פוטר את דור המילניום מהאחריות לעוולות האלה, אבל בכל זאת, כבת לדור המושג מין הזה, קשה לי שלא לפתח התנגדות לתיאוריה שלו. הביטוי "יש פה דור שלם ש..." הרליק הרבה נורות אזהרה, במיוחד כי אני מביטה ימינה ושי מאלה באופן ספייס בו אני עוברת ורואה שהוא מוצף בבני דורי העמלניים, שאם הדימוי העצמי שלהם נשבר לרסיסים כשגילו שאמא שלהם לא מלווה אותם לחרד האוכל הם מסתירים את זה מעולה. רוב הצעירים שפגשתי מאז שסיימתי את התיכון לא מזכירים במאומה פסיכופתים עצלנים, האם התמזל מזלי בכל מקום ומקום שבו עבדתי? את זה אי אפשר למרוד. אבל בהחלט

קיבלת ליווי מהורה, גם פה צריך משהו שיווסת את הטכנולוגיה ויתווך אותה". אז בכל זאת יש השפעות שליליות לטכנולוגיה גיה ללא פיקוח?

"יש בעיה של אמפתיה, לא נוצר קשר עין ויותר קל לפגוע במישהו שלא רואים אותו מתייסה. ילד נורמטיבי שמרביץ לילד אחר יעצור כשטיפת הדם הראשונה תגיע, או כשהילד השני יתקפל מכאב. באינטרנט הוא לא רואה את הצד השני, אין לו אינדיקציה שהוא צריך לעצור. אין ספק בכלל שכאן נכנס התפקיד שלנו לשקף את הדברים נכון, זה בסדר שיש טכנולוגיה, אבל האנושיות שלנו צריכה להתפתח בהתאם למה שקורה".

אבל בעצם הדברים האלה נכונים לכל מי ששולט בסמארטפון ומהשב, ולא רק למי שנולד באמצע שנות השמונים ואילך.

"אכן. אנחנו רואים את הצורך בעניין וקפיד זה מרבר לרבר, מחפשים את האקשן. זה נכון לכולם אבל זה מאוד דומיננטי לדור הזה. נכון שההורים שלי יכולים להתכתב עם החברים שלהם בפייסבוק, אבל לצעירים אין משהו חוץ מזה. הם כל כך בתוך זה, ככל שאת משתמשת בזה יותר את חשופה לזה".

אמרו להם שהם מיוחדים

בסרטון טוען סינק כי הבעיות של דור המילניום מתחילות במה שהוא מכנה "אסטרטגיות

לא המציא כאן כלום, ואני לא יודע אם זה משהו שמייחד רק את הדור הנוכחי אבל זה ללא ספק נובע מתרבות השפע". הרבה מבני הדור הזה הם כבר הורים בעצמם, איזה מן הורים הם? "תאורטית הם היו אמורים בתנועת מטוטלת לחנך את הילדים שלהם באופן קשוח יותר ולחזור על הטעויות של הסבים שלהם, אבל אם הם הגיעו לשפע שההורים שלהם הגיעו אליו הם לפעמים ממשיכים לגדל את הילדים בלי להבין את ההבדל בין הורות נעימה להורות טובה".

התוצאה תהיה קשה

"הדור הזה חייב ללמוד סבלנות, כי הרברים החשובים באמת, כמו אהבה, או סיפוק מקצועי, או שמחה חיוניות וביטחון עצמי, כל הרברים האלה דורשים זמן", מהגג סינק בסרטון. ייתכן, אבל אלפי מורים, עובדים סוציאליים, פסיכולוגים, ובעלי מקצועות "נטוחים" נוספים עלולים לא להסכים איתו. ברורות הקורמים היה שווה להשקיע חצי עשור באוניברסיטה ולאחר מכן עוד 51 שנים של התקרמות מקצועית, אבל האופק המקצועי של היום כולל בעיקר הצאי משרות ועבודה בתנאי קבלנות.

לקראת סוף הסרטון, מזהיר סינק שאם בני המילניום לא יסגלו את הכלים שההורים המפננים והטכנולוגיה גזלו מהם התוצאה תהיה קשה להם ולעולם. "את התרחיש הגרוע אנחנו רואים היום: גידול במספר ההתאבדויות, גידול במספר מקרי המוות כתוצאה משימוש יתר בסמים, יותר נשירה או היעדרות מבית הספר בגלל דיכאון. התרחיש הטוב הוא דור שלם שיעבור את החיים בלי הגשמה ואושר אמיתי. איך העבודה? בסדר, כמו אתמול. איך היחסים? בסדר".

פרופ' קרין נהון מהמרכז הבינתחומי הרצליה ואוניברסיטת וושינגטון, מומחית לפיזיקה של המידע, חושבת שסינק מגזים. "עשינו מחקר שבו לקחנו כארבעים חברות אמריקאיות גדולות ובדקנו את המתחים בתוך החברות האלו, בין דור המילניום לבין הדורות שלפניהם. כולם הודו שיש אתגור, כי הערכים שעומדים בבסיס של הדורות המבוגרים הם שונים. השיבה היררכית של ותק, שמתערי ערת לחלוטין עם כניסת הצעירים שרואים את הדברים אחרת. בחברות הגדולות כבר הבינו שהן לא מתמודדות עם זה בצורה טובה. רובן הכריחו את הצעירים להכפיף את עצמם למבוגרים, אבל בתוך כמה שנים הם כבר לא יוכלו לעשות את זה כי הדמוגרפיה תשתנה. זה לא אחד פה אחד שם, זאת קהילה. החברות הבינו שאם הן לא ישכילו להשתנות עם דור המילניום, הן יאבדו את החדשנות".

האם זה באמת דור שיש איתו בעיה?

"אני לא אוהבת את ההתייחסות הפטרונית של דור מקולקל, יש כאלה ויש כאלה. אנחנו המבוגרים לפעמים קצת מקלקלים אותם אבל לקרוא להם דור מקולקל זה לעשות לעצמנו חיים קלים מדי.

אין ספק שמהוה השתנה, כשאני מלמדת אני רואה שהם מצפים שילעיטו אותם בכפית ולוקח זמן להביא אותם לממש את היכולות המטורפות שלהם. זה דור שנולד עם המון מידע, מבין הרבה ויודע הרבה והשאלה היא איך מלמדים אותם לקבל את הכלים הנכונים".