

תקציר

מחקר זה עוסק באינטגרציה בין שתי ספרויות קשורות שטרם שולבו יחד: הקשבה בינאישית ושייכות-מושג

מרכזי בתיאוריית Self-determination theory (מעטה: Deci & Ryan, 2000; SDT). ספציפית, עבודה זו

תמקד בהשפעה של חווית הקשבה על תחושת השייכות של דוברים-וההשלכות של השפעה זו על הערכה עצמית

ופתיחות לקבלת משוב. תיאוריית ה-SDT טוענת שישנם שלושה צרכים פסיכולוגים אוניברסאליים בסיסיים-

אוטונומיה, מסוגלות עצמית ושייכות. לפי התאוריה מילוי שלושת הצרכים הללו מהווה תנאי הכרחי לתחושת מוטיבציה

פנימית, תפקוד מיטבי ורווחה אישית של האינדיבידואל (Deci & Ryan, 2000). התיאוריה ושלושת הצרכים נסקרו

בהרחבה בתחומים רבים כגון התנהגות ארגונית, חינוך, פסיכולוגיה חברתית, עבודה סוציאלית, בריאות ועוד. המחקרים

העוסקים בתאוריה זו מראים באופן עקבי קשר אפקטים חיוביים של מילוי צרכי האוטונומיה, השייכות והמסוגלות

העצמית. להקשבה בינאישית באיכות גבוהה (High-quality listening) תועלות רבות עבור דוברים כגון שיפור

בביצועים (Itani, Goad & Jaramillo, 2019) רווחה אישית (Sawatzky & Fowler-Kerry, 2003), ואינטימיות

עם המקשיב (Kluger et al., 2020). אולם, עד כה טרם נחקר תפקידה של שייכות כמשתנה המתווך את ההשפעות

של הקשבה.

על מנת לגשר על הפער הנ"ל חקרתי בעבודת תזה זו את תפקידה של הקשבה בינאישית כמנבא של תחושת

שייכות. שאלת המחקר העומדת בבסיס מחקר זה היא האם חוויה של הקשבה מעלה את תחושת השייכות של דוברים?

מטרה נוספת הייתה לבחון האם עלייה בתחושת השייכות כתוצאה מחוויית הקשבה מובילה לעלייה בהערכה עצמית

ופתיחות לקבלת משוב בקרב הדובר.

במסגרת עבודה זו אני מציעה מודל תיאורטי (תרשים 1) הגורס כי חוויה של הקשבה באיכות גבוהה תעלה את

תחושת השייכות של הדובר (השערה מספר 1) וכתוצאה מכך תעלה תחושת ההערכה העצמית של הדובר (השערה

מספר 2) והפתיחות לקבל משוב בקרב הדובר (השערה מספר 3). המודל מוצג בתרשים 1.

תרשים 1

