

**איים של סיפורים -
נרטיבים אישיים ומקצועיים של
מטפלות ומטפלים באמצעות אומנויות**

עורכת: נורית דביר

**Islands of Stories - Personal and Professional Narratives
of Art Therapists**

Nurit Dvir

נורית דביר

הוצאת הספרים של מכון מופ"ת

עורך ראשי: דודו רוטמן

עורכות אקדמיות: יהודית שטיימן, יהודית ברק

עורך טקסט ולשון: שמוליק אבידר

עורכת לשון אחראית: מירב כהן-דר

עורכת גרפית ומעצבת העטיפה: מאיה זמר סמבול

ציור על העטיפה: מיכאלה אמטי, 2018, "אוצרות"

טכניקה של שמן על בד, גודל 90×100

חברי הוועדה האקדמית של הוצאת הספרים:

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

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

מסת"ב: 3-182-530-965-978

© כל הזכויות שמורות למכון מופ"ת, תש"ף/2020

טל': 03-6901406 <http://www.mofet.macam.ac.il>

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

במהדורות הבאות.

דפוס: אופסט טל בע"מ

תודות

לפרופ' רחל לב-ויזל ולד"ר תמי בר-און על הערותיהן המקצועיות, הבונות והמפרגנות.

לתמי ירמיהו ולענת מרנין-שחם, מדריכות ארציות לטיפול באומנויות באגף א' לחינוך מיוחד, על הרצון לחקור את עבודת המטפלים ועל היוזמה לפתיחת הקורס "חילוץ התאוריה מן השדה".

לד"ר אביבה כהן, רפרנטית של מכון מופ"ת, על הטיפול בלוגיסטיקה ובפדגוגיה של הקורס.

למירי רוזובסקי על הליווי בקורס ובכתיבת הפרקים.

לכותבי הפרקים על ההתגייסות, המחויבות ושיתוף הפעולה.

למיכאלה אמטי על איור הכריכה.

לאנשי מכון מופ"ת:

לד"ר יהודית שטיימן ולד"ר יהודית ברק אשר גילו עניין בפרסום הספר, קראו את הפרקים, האירו את עיניי בהערותיהן וסייעו בפרטים הקטנים והגדולים כאחד.

לחני שושתרי על הסיוע הלוגיסטי המורכב.

לשמוליק אבידר על עריכת הלשון הרגישה, המדוקדקת והקפדנית.

למירב כהן-דר על עריכת הלשון הקפדנית בשלבים האחרונים של העבודה על הספר.

למאיה זמר סמבול על עבודת העיצוב המקצועית.

תוכן העניינים

9.....	פתח דבר נורית דביר
15.....	מבוא: טיפול באמצעות אומנויות במערכת החינוך נורית דביר

שער ראשון: טיפול באמצעות מוזיקה ותנועה

25.....	של מי השיר הזה? בין האישי למקצועי - דילמות של מטפלת במוזיקה שירלי זמיר אלבז
42.....	אני פסנתר נחמה לביא
55.....	"אני את והא-ל שלצידו": כוחן של המוזיקה והאמונה בעת חולי טובה שולמן
70.....	"מי אני בקולי?" טיפול בקול להנכחת ה"עצמי" האותנטי גילה סיני
82.....	בין התקשרות להיפרדות: הניסיון להחזיק בנקודת האור ולגעת בצללית של הצל ריקי לויט-רוזנברג

שער שני: טיפול באמצעות אומנויות פלסטיות

95.....	"לנצח משהו ממך הולך איתי": הייצוג האומנותי כזיכרון חרות בתהליך ההתמודדות עם אובדן מיה גרונר שמאי
116.....	תקריב ומבט מרחוק במפגש טיפולי באמצעות אומנות מיכאלה אמטי
125.....	אבנים מנייר: מסע משותף לקשר רינת ינאי

שער שלישי: טיפול בדרמה ובדמיון מודרך

145.....	לפרוש כנף יעל אבל
155.....	Who let the dogs out? מחשבות על חמלה רדיקלית, הרחבת גבולות ומרחבי דמיון מיטיבים טל מימוני
176.....	מלך ממית, מלך מחייה: טיפול בדרמה - הלכה ומעשה עדנה לשם

"להחזיק הר געש פעיל": טיפול בהבעה וביצירה בחטיבת הביניים |
מירית מוזר-פרסטלניק.....186

שער רביעי: שילוב גישות טיפוליות

לנוע בתהליך הטיפולי בדרך של שילוב בין שלוש גישות: טיפול באומנויות,
מיינדפולנס, CBT | ניצה דור.....199

בתנועה מתמדת: העיקרון הדיאלקטי כגורם המתווה דרך טיפול | נעמי וייץ.....212

ברגליים יחפות: טיפול בילדים באמצעות אומנויות המסתייע בעקרונות
הפסיכותרפיה הבודהיסטית | יאירה גולן.....223

"אבא, צייר לי ספינה": על המטפלת בטיפול דיאדי | מירב אורן.....236

הדרת הורים מתפקיד ההאכלה - סיפור אישי ומקצועי |
מעין דור חיים.....249

אפילוג

האישי, התאורטי והפואטי: מארג ייחודי של כתיבה אישית ואנליטית |
מירי רוזובסקי.....265

על הכותבים.....269

תקציר באנגלית.....273

איים של סיפורים

מאין באתי ומי אני בין אנשים?
כולנו עשויים מאיים של סיפורים.
נעים, נעים במעגלים,
מתקרבים ומתרחקים.

מילים שאמרת לי מניעות את מילותיי,
מתהוות, מחפשות עד שנחות ודי.
הנה זה בא ומתקרב אליי,
נוסף לו עוד סיפור בספר של חיי.

הו... עברנו דרך תמרורים וערכים,
הקול שבחוץ ואני שבפנים,
תאוריות גדולות פוגשות פיסות חיים.
הו... אני לומדת לקחת נשימה,
ואז דבר מגיח מבטן אדמה,
ורגע מצונף מעז לפרוש כנף...

געגועים לרגע לפני שהתרחש,
פעילות תשוקה ופחד חושפות כל מה שיש.
זה מסובך להצטרף, להיחשף,
וכמה טוב שבאת, נגעה כתף בכתף.

בזרם הנרטיבי של החיים
איבדתי את עצמי קצת לפעמים.
וכשביקשתי לחזור לחוף מבטחים,
בניתי לי בית מדיו ודפים.

הו... מילים הפכו קרובות, יוצאות לי מהלב.
מטרייה של אהבה: בטוחה, מאמינה, מחבקת כאב.
מתעצמת לנוכח חיוך,
ואיך שאת נוגעת בעצם היותך.
הו... אני לומדת לקחת נשימה,
ואז דבר מגיח מבטן אדמה,
ורגע מצונף מעז לפרוש כנף...

השיר הזה הוא תוצר של הקורס "חילוץ התאוריה מן השדה" שהתקיים במכון מופ"ת בשנים 2014 עד 2016 ומהווה חלק ממערך של פיתוח מקצועי למטפלים באמצעות אומנויות אשר עובדים במשרד החינוך. בסיום הקורס כל משתתפיו שלחו לשירלי זמיר אלבז, אחת המשתתפות, מילים, משפטים ורעיונות משמעותיים המבוססים על הלמידה שלהם בקורס. בדרך זו התקבל פסיפס של משפטים, ושירלי יצרה מהם את מילות השיר. בהמשך היא חיברה את המנגינה.

פתח דבר

נורית דביר

על הספר

את הספר הזה כתבו מטפלים באמצעות אומנויות המתמחים במגוון תחומים. הוא פותח צוהר לסטודנטים, לאנשי מקצוע, למורים ולמדריכים לעולמם האישי והמקצועי של מטפלים באמצעות אומנויות הפועלים במערכת החינוך בישראל. החידוש בו הוא בהסטת המבט מהטיפול ומהמטופל - מבט המאפיין מחקרים בנושא הטיפול באמצעות אומנויות - לעולמם המקצועי של המטפלים ולמטפל עצמו: תחושותיו, רגשותיו, מחשבותיו, פרשנותו, הפרקטיקות שלו והתאוריות המזינות את עבודתו. נקודת מבט כזו מאפיינת את המחקר הנרטיבי, והיא משותפת לכל הכותבים בספר. הגישה הנרטיבית מאפשרת לכותב לחשוף את עצמו בפני הקוראים, והיא מתכתבת עם הגישה ההתייחסותית בפסיכואנליזה. לפי הגישה ההתייחסותית, אשר מתבססת על רעיונותיהם של ויניקוט וביון, בדינמיקה הנוצרת בטיפול מיטיב יש מקום לחשיפה עצמית של המטפל (כחלק מבחינה של כל ההתרחשויות).

ברוח הגישה הנרטיבית והגישה ההתייחסותית הספר מציג את עולמם האישי והמקצועי של המטפלים מנקודת מבטם. הוא מתבסס על כעשרים מחקרים נרטיביים המציגים סיפורי חיים וחוויות מקצועיות: הכותבים מתארים בהם את חוויותיהם ברגישות ותוך כדי הקשבה לעצמם, מנתחים את הסיפורים בכלים מחקרניים ומבססים את הניתוח על ידע תאורטי. הפרקים נכתבו במהלך הקורס "חילוץ התאוריה מן השדה", קורס שהנחיתי במשך שנתיים במכון מופ"ת (עם מירי רוזובסקי אשר סייעה ללומדים בליווי כתיבתם).

פרקי הספר כוללים סקירות תאורטיות, ניתוח של ממצאי מחקרים ובחינת סוגיות פרקטיות בתחום הטיפול באמצעות אומנויות. מגוון התאוריות הנסקרות בפרקי הספר עשוי להעשיר את המצע התאורטי של הטיפול באמצעות אומנויות, ובה בעת הוא מאפשר להציג את "הליבה התאורטית" של כל מקצוע טיפולי. פעולת הסיפור - עבודת הפרימה והחיבור המחודש שעשו הכותבים במהלך ניתוח הנרטיבים האישיים והמקצועיים שלהם - מאפשרת לקוראים לעמוד על הגורמים אשר מבנים את זהותם המקצועית של מטפלים באמצעות אומנויות, לרבות התחושות, המחשבות והתובנות המתגבשות אצלם במהלך התמודדותם עם משברים, דילמות וקונפליקטים בהקשר של המעשה הטיפולי ושל תפקיד המטפל. נוסף על כך בספר משתקפות מגמות חדשות בפרקטיקות של המעשה הטיפולי

במגוון תחומים, ומתוארים בו שילובים ייחודיים בין טיפולים. בכל הפרקים המעשה הטיפולי נבחן באמצעות נרטיב שנכתב מנקודת מבטו של המטפל, ובחלק מהפרקים נרטיב אישי נשזר בנרטיב מקצועי ליצירת מארג מעניין ביניהם. הספר כולל ארבעה שערים. שלושת השערים הראשונים משקפים את ההתמחויות העיקריות של המטפלים: טיפול באמצעות מוזיקה ותנועה, טיפול באמצעות אומנויות פלסטיות, טיפול בדרמה ובדמיון מודרך. בשער הרביעי מתואר טיפול המשלב בין גישות טיפוליות. בחלק מהפרקים התחום הטיפולי מתואר באופן ברור, ובחלקם הוא מתואר באופן מרומז יותר. שני היבטים משותפים מאגדים לאסופה את כל השערים: המתודולוגיה של המחקר הנרטיבי והתאוריות שביסוד הפרקים. קוראי האסופה בכללותה יוכלו ללמוד על המתודולוגיה הנרטיבית, על התאוריות המרכזיות שבבסיס הטיפול באמצעות אומנויות ועל התכנים, הדילמות, הקשיים והאתגרים אשר מעסיקים אנשי חינוך בכלל ומטפלים באמצעות אומנויות בפרט. יש לציין שהפרקים נכתבו בהתחשב בכללי האתיקה המקצועית, ולכן שמות המטופלים בדויים ופרטיהם המזהים מטושטשים (חלק מהמטופלים גם אישרו בכתב לפרסם את סיפורם).

שער ראשון: טיפול באמצעות מוזיקה ותנועה

שירלי זמיר אלבז דנה במתח שבין האישי למקצועי המלווה את חייה ועבודתה - מוזיקאית אשר יוצרת ומופיעה מזה, מטפלת במוזיקה מזה. בהמשך היא מציגה ומתארת את סיפור הטיפול בניצן (שם בדוי), גבר בשנות ה-40 לחייו, תוך כדי התמקדות בארבע דילמות מרכזיות, דילמות שהעסיקו אותה בשל פעילותה בשני המרחבים - הטיפול והאומנות: של מי הבמה הזו? האם עליה לבחור בהתפתחות אקדמית בתחום הטיפול במוזיקה או בהתפתחות מקצועית כזמרת יוצרת? של מי השיר הזה? ומתי אם בכלל נכון לפרוץ את המסגרת הטיפולית? אפשר לנסות למצוא תשובות חלקיות לדילמות האלו ואיזון בין האישי למקצועי, אך עיקרו של הפרק הוא שאילת השאלות וההתמודדות עימן.

נחמה לביא מתארת ומנתחת טיפול בנער באמצעות מוזיקה. באמצעות סיפורו היא חושפת את עוצמת הטיפול במוזיקה, ובייחוד את יכולתו של האלתור המוזיקלי לאפשר ביטוי רגשי. היא טוענת שהאלתור הזה במהלך הטיפול מאפשר למטופל ביטוי אישי רגשי (במדיום החדש שאינו מוכר לו), בעיקר אם הלה אינו מסוגל לבטא את החוויה במילים, או אם המלל עלול לצמצם את ביטוי הרגשות או להקשות עליו. לפיכך המטופל עשוי לאמץ את האלתור המוזיקלי גם אם לא למד לנגן בעבר, כפי שאכן עשה הנער במקרה המתואר.

טובה שולמן מתארת את הסיוע שלה לחולה במחלה חשוכת מרפא להתמודד עם החוויה באמצעות שירה של מזמורי תהילים. היא מתארת ברגישות את מקומן החשוב של המוזיקה והשירה במעשה הטיפול ואת החוויה הרגשית, המחשבות והתובנות שלה במהלכו. היא משלבת את הנרטיב האישי שלה בנרטיב המקצועי וחושפת תמונה רחבה של עולמה הרגשי והמקצועי.

גילה סיני סוקרת את המעשה הטיפולי ואת חוויותיה האישיות ומתארת מקרים העוסקים בסוגיית ה"עצמי" וקולו. האם די בהשמעת קול כדי להנכיח את עצמנו, או שמא יש היבטים קוליים ספציפיים אשר מעצבים את ההנכחה האותנטית של האדם? היא בוחנת את השאלה הזו באמצעות הצגת סיפורי ילדות שלה, בחינת סיפורים המוזכרים במאמרים שכתבו מטפלים באמצעות מוזיקה וניתוח של מקרים שהתרחשו במעשה הטיפולי.

ריקי לויט-רוזנברג מתארת את חוויית הטיפול שלה בילד בגן שהתמודד עם ההיעדר של אביו, וזאת תוך כדי בחינת הקשר שלה עם אביו אשר נפטר במהלך אותה השנה. היא מציגה את דרכי פעולתה הייחודיות אשר משלבות בין מוזיקה לתנועה בהתאם לשיטת חמשת המקצבים שפיתחה רות גבריאלי. שיטה זו מאפשרת למטפלת להתחבר למטופל ולשחרר אותו ממועקות, וזאת תוך כדי יצירת חוויה אשר משפיעה גם עליה.

שער שני: טיפול באמצעות אומנויות פלסטיות

מיה גרונר שמאי בוחנת את כוחה של האומנות הפלסטית לסייע בעבודה טיפולית המתמקדת בהתמודדות עם אובדן. היא מתארת את סיפורו של נער אשר חווה אובדן טרגי בחייו. עבודות האומנות המוצגות לנער מייצגות חלקים שאבדו, ובד בבד מאפשרות את התהליך הטיפולי ואת תחושת הריפוי. סיפור חייו של המטופל נפגש עם סיפור חייה של המטפלת, ועבודות האומנות מאפשרות שיח אינטרסובייקטיבי בין שני סיפורי החיים. הטיפול באמצעות אומנות מתקיים גם מחוץ לחדר הטיפול ולאחר שהסתיים המפגש, ועבודות האומנות משמעותיות ביותר עבור מטופלים המתמודדים עם אובדן. הפרק מציג סיפור חיים מרגש ואותנטי, ויש בו תרומה ראויה לציון לכל המטפלים באמצעות אומנות - הוא מנכיח ומדגיש את עוצמתו ואת משמעותו של הביטוי האומנותי בהתמודדות עם אובדן בפרט ובטיפול באמצעות אומנות בכלל.

מיכאלה אמטי מדגימה ובוחרת את התנועה המתמדת בין שני אופני המבט, התקריב והמבט מרחוק, אשר מתקיימים בו-זמנית בעת פגישה טיפולית. היא מנסה להתחקות אחר הדמיון בין תהליכי העבודה בציור לבין השימוש באומנות

ובמבט בעבודה הטיפולית, וזאת על מנת להבין ו"לתרגם" את הנעשה בחדר הטיפול. מן הפרק עולה שהכשרתה וניסיונה כציירת משפיעים על אופן ההתבוננות שלה בעולם ועל עבודתה כמטפלת באמצעות אומנות.

רינת ינאי מתארת את החוויה של אי-ידיעה, אי-עשייה והמתנה במהלך הטיפול באמצעות אומנויות. לטענתה, טיפול לא יכול להתרחש בלי לערער את שיווי משקלה של המטפלת ובלי לעורר שאלות שעליה להקשיב להן קשב רב. באמצעות נרטיב מקצועי המתאר טיפול בנערה מאומצת, היא בוחנת את הניסיון לחבר בין תחושותיה העכשוויות של המטופלת לבין חוויית הנטישה הראשונית שלה ולפתח אצלה תחושת שייכות וקבלה. בפרק נחשף התהליך אשר חוותה הכותבת בעת שכתבה ושיתפה בנרטיב שלה את עמיתיה לקורס. חוויה אישית זו לימדה אותה על הקושי הכרוך באינטראקציה עם מטופלים הנמצאים במצבי גרסיה, או עם מטופלים אשר במהלך המפגש הטיפולי מגלים נטיות אובדניות.

שער שלישי: טיפול בדרמה ובדמיון מודרך

יעל אבל עוסקת במתח שבין התקרבות להתרחקות במעשה הטיפולי. האם וכיצד המטפל יכול למצוא את הריחוק האסתטי הנכון לו ולמטופל גם מחוץ לחדר הטיפול? ניתוח המעשה הטיפולי הצמיח אצלה את התובנה שכל מעשה טיפולי הוא ייחודי ומייצר כללים חדשים, כאלה המנפצים את כל שהיה ידוע לכאורה וצפוי לפני תחילת הטיפול. המעשה הטיפולי גם חושף את המטפל והמטופל למסע משותף של גילויים חדשים על אודות עולמו של המטפל, עולמו של המטופל והאינטראקציה בין עולמות אלה. אבל טוענת כי היציאה ממרחב טיפולי קטן, סגור ומתוכנן בקפידה אל המרחב הגדול, הפתוח והבלתי-צפוי של הטבע יכולה לסייע למטפל להתמודד עם תחושות של חוסר שליטה, חוסר ודאות וחשש מהבלתי-צפוי. יתרה מזאת, אפשר להסתייע ב"יציאה לעולם" כדי ליצור מעשה טיפולי חדש ופורץ גבולות. אבל מאמינה כי עקרונות הטיפול בדרמה יכולים לפרוץ גבולות ולהתקיים גם מחוץ לחדר הטיפול.

טל מימוני בוחן רגעים משמעותיים בטיפול שאפשר ללמוד מהם על אודות הקשר הטיפולי והמעשה הטיפולי. ברוח הגישה הנרטיבית הוא מנסה לצאת מהאישי לכללי ולהסביר את המעשה הטיפולי ב"שדה" באמצעות המשגות תאורטיות. הפרק מתאר טיפול בנער עם הפרעות חרדה קשות, והוא מתמקד במחויבות הרדיקלית של המטפל לברית הטיפולית שלו עם המטופל. מימוני מבקש להציג את חשיבות השבירה לכאורה של הסביבה הטיפולית, שבירה המאפשרת מעבר מעבודה דינמית בחדר הטיפול לפעולה במרחב החיים הממשי

אשר נמצא מחוץ לחדר הזה. נוסף על כך הפרק שופך אור על התנועה בין מרחבי עבודה בדמיון - מעבר מהרהורים ופנטזיות לא בריאים לעבודה טיפולית ב"מרחב פנטסטי" או ב"מציאות דרמטית", באמצעות יצירת מטפורות מבריאיות ומשחק. **עדנה לשם** בוחנת מקרה של נער שהיה עֵד לאלימות והגיע לטיפול עקב התפרצויות זעם. היא מתארת כמה התערבויות טיפוליות שלה שמטרתן הייתה להבנות מחדש את תפיסתו של הנער באשר לתפקיד הגבר ולתפקיד האישה (תפיסה שהתעצבה לנוכח ההרג, האונס והתוקפנות שהנער ראה וחווה), לאפשר לו להיחשף במקום בטוח לדימוי גברי שונה מזה שהוא ראה בביתו, לרכך חלקים נוקשים בנפשו ולהשתנות (מ"מלך ממית" ל"מלך מחייה"). במאמרה היא מראה את יכולתו של הטיפול בדרמה לאפשר מרחב משחקי דמיוני. במרחב כזה יכולות להתרחש סצנות המבוססות על החיים עצמם, אך אלו "מורחקות" לעולם דמיוני שהכול יכול להתרחש בו - הטוב והרע, המכאיב והמיטיב. במקרה המתואר בפרק העתקת הסצנה לעולם דמיוני גורמת להתרחשותו של שינוי מהותי.

מירית מוזר-פרסטלניק מציעה לנו להציץ אל "המשחק שבין גבולות להכלה והחזקה בטיפול" באמצעות תיאור וניתוח של מעשה טיפולי העושה שימוש בחומרים וביצירה. במקרה המתואר נער מתבגר מנסה שוב ושוב לפרוץ את גבולות ה"מכל" הטיפולי שנקבעו בחדר הטיפול. ניתוח המקרה מעודד את הכותבת לבחון את ההתמודדות שלה עם תוקפנות ועם "דמויות מופנמות מאשימות", דמויות שבגלל סיפור חייה היא מרגישה פגיעה במפגשים עימן. בחינה זו מאפשרת לכותבת "לפנות מקום לעצמה", להתרחק ולחוש שהיא מאמינה ביכולתה לסייע לנער המטופל.

שער רביעי: שילוב גישות טיפוליות

ניצה דור מציעה מגמה חדשה של שילוב בין תאוריות וגישות בתהליך הטיפול. הפרק מתאר את התנועה הסינרגטית שלה באמצעות שילוב בין שלושה זרמים: טיפול באומנויות, מיינדפולנס וטיפול קוגניטיבי-התנהגותי (CBT). התנועה הזו מתוארת באמצעות חילוץ התאוריה מתוך ההתרחשות הטיפולית - חקר מקרה של נערה מתבגרת עם הפרעת חרדה כללית. הנרטיב האישי של הכותבת מאפשר לה לבחון את הזהות הטיפולית ואת מרחב הפעולה שלה כמטפלת, והיא מנסה "לנוע" עם מכלול הידע והניסיון האישי והמקצועי שלה.

נעמי וייץ עוסקת בשאלת הדיאלקטיקה בין המעשה הטיפולי לחוויית המטפל. באמצעות נרטיב אישי היא מראה תחילה כי העיקרון הדיאלקטי התווה את דרכה המקצועית בתנועה ובמחול. לאחר מכן היא מתארת את יישום העיקרון

הדיאלקטי במהלך טיפול בילד: הטיפול מבוסס על דיאלקטיקה בין קבלה לבין "דחיפה" לשינוי, כמו גם בין טיפול בתנועה לבין טיפול קוגניטיבי-התנהגותי (CBT), ובאופן ספציפי בטיפול התנהגותי דיאלקטי (DBT).

יאירה גולן משלבת בין טיפול באומנויות לבין עקרונות הפסיכותרפיה הבודהיסטית. היא מבקשת להראות את ההשפעה של חוויית ילדות שלה על הבניית תפיסת העולם שלה כמטפלת. תפיסת עולם זו מדגישה את זכותם של ילדים להביע את כל מגוון הרגשות שלהם, לרבות רגשות שמקורם בחוויות חיים נפוצות: קושי להסתגל למסגרת חינוכית, תסכול הנובע מחוסר שליטה של הילדים בחייהם, רגשות שליליים המתעוררים לאחר שנולד אח אשר "תופס את מקומם", מורת רוח הנובעת מגירושים של ההורים וכן הלאה.

מירב אורן חוקרת את עבודתה בטיפול דיאדי. היא מציגה תאוריות העוסקות בפרקטיקה של סוג התקשורת בין מטפל לבין מטופל ודנה במתח שבין האתיקה המקצועית לבין חשיפה עצמית של המטפל במהלך הטיפול. הפרק מתאר את הבחירות האישיות והמקצועיות שלה, בוחן את העיתוי שהיא בוחרת להגיב בו (או להימנע מתגובה) וסוקר את הסיבות והמניעים שלה כאדם וכמטפלת לבחירות האלו. הכתיבה מתמקדת ברגעים שהמטפלת הייתה בטוחה במקצועיות שלה, ברגעים שהיא העזה יותר בהתערבותה וברגעים שהיא תהתה בדיעבד אם הבחירה שלה סייעה לקשר הדיאדי שבין המטופלים לבין ילדם.

מעין דור חיים מוכיחה את הקשר בין סיפור החיים האישי שלה כילדה בקיבוץ לבין הסיפור הטיפולי. בסיפור זה היא עוסקת ביחסי הכוחות במשולש הורה-ילד-ממסד בהקשר של האכלה. היא חושפת את המתח בין מטרות הממסד לבין הצרכים של ההורה והילד. לא אחת התערבות הממסד נוטה להחליש ולהדיר את ההורה מהטיפול בילד, והדבר פוגע בקשר הורה-ילד במקום לטפחו.

אפילוג

מירי רוזובסקי סוקרת את תהליך כתיבת הפרקים מנקודת מבטה - מנחה בקורס. מבט הציפור הזה מאפשר לעמוד על תהליכים אישיים שחוו הכותבות, כמו גם על תהליכים מקצועיים שהן חוו בעת הבחינה המחודשת של זהותן המקצועית. הכתיבה של נרטיב אישי ומקצועי הצריכה פירוק (רגשי, קוגניטיבי, חברתי) של החלקים האישיים והמקצועיים והרכבתם לשלם חדש, כזה היוצר את הכותב מחדש.

מבוא: טיפול באמצעות אומנויות במערכת החינוך

נורית דביר

טיפול באמצעות אומנויות הוא מקצוע העוסק בטיפול נפשי באמצעות תהליכי יצירה והבעה שמקורם באומנויות: ציור, פיסול, מוזיקה ושירה, תנועה וריקוד, דרמה, פסיכודרמה, ביבליותרפיה. כללי האתיקה לטיפול באמצעות אומנויות קובעים כי מטרת-העל של המטפלים באומנויות היא לטפח כוחות נפשיים של האדם ולחזק את כושר ההסתגלות שלו. הטיפול באמצעות אומנויות מתבסס על שתי הנחות יסוד: (א) לאומנויות ולתהליך היצירתי יש כוח מרפא; (ב) החיבור בין גישות פסיכולוגיות קיימות לבין העשייה האומנותית מאפשר את קיומו של התהליך הטיפולי. האומנויות למיניהן משמשות כדרך ביטוי ומאפשרות שיח לא מילולי ועקיף, וזאת בניגוד לשיח המילולי המתקיים בכל תהליך טיפולי אחר (אל-תר ואחרות, תשע"ז).

הטיפול באמצעות אומנויות החל בשנות הארבעים של המאה ה-20 עם חזרתם הביתה של מיליוני נפגעי פוסט-טראומה בעקבות שירות צבאי ("הלם קרב") בתום מלחמת העולם השנייה. בארצות-הברית ובבריטניה הכירו בכך שלטיפול באומנויות יש חלק חשוב בריפוי של נפגעים אלה, והעיסוק במקצוע זה הוסדר בחקיקה. בישראל תוכנית ההכשרה הראשונה למטפלים באומנויות החלה לפעול ב-1980 במסגרת החוג לחינוך באוניברסיטת חיפה; בית הספר ה"אקדמי" הראשון בישראל לטיפול באומנויות נפתח באוניברסיטת חיפה בשנת 2008. כיום יש בישראל כ-6,000 מטפלים באומנויות - כ-85% מהם נשים (חלקן בעלות תואר שני), וכ-15% מהם גברים. כ-3,000 מטפלים ומטפלות באומנויות מועסקים במערכת החינוך (רגב ואחרות, 2016). מרביתם מועסקים ישירות על ידי מתי"אות, שנותנות שירות במסגרות החינוך הרגיל לילדים הזכאים לשירותי חינוך מיוחד בכיתות חינוך מיוחד בבתי ספר רגילים או לילדים המשולבים בכיתות רגילות (חוזר מנכ"ל תשע"א/4(א), 2010). חלקם פועלים גם בבתי חולים ובמרפאות שונות לבריאות הנפש וכן במסגרות פרטיות.

חסן ואבני-אילון (2013) מציינות כי רבים מהתלמידים אשר זקוקים לטיפול (ומבני משפחתם) מעדיפים לא לפנות אל גורמים מחוץ לבית הספר כדי לקבל טיפולים או הדרכות בתחום הרגשי, וטיפול באמצעות אומנויות בתוך מערכת החינוך הוא אחד האמצעים שהיקף השימוש בהם גובר בהתמדה. במחקר

מקיף שנערך בישראל (רגב ואחרות, 2016) נמצא כי לטיפול באמצעות אומנויות במערכת החינוך יש יתרונות וחסרונות. היתרונות העיקריים הם עבודה מערכתית, הנגשת הטיפול ואפשרות לביטוי חיובי במרחב הבית-ספרי. עוד נמצא במחקרים כי טיפול באמצעות אומנויות בבית הספר מסייע להתמודד עם בעיות רגשיות של תלמידים (Gersch & Sao Joao Goncalves, 2006), עם קשיים בהסתגלותם למערכת של ילדים ובני נוער בסיכון (Spier, 2010) או עם ליקויי למידה (Freilich & Shechtman, 2010), עם התנהגות תוקפנית ו אלימה בבית הספר (ניסימוב-נחום, 2013) ועם ביטויים לקשיי קשב וריכוז (Ottarsdottir, 2010). החסרונות העיקריים הם קשיים פיזיים (חדרים לא מתאימים, חוסר בצידוד ובחומרים) ותקציביים הפוגעים בכמות הטיפולים ובאיכותם, קושי לשמור על סודיות ופרטיות, קושי ליצור מרחב טיפולי מוגן ובטוח, לוח זמנים "צפוף" וקשיים שעניינם מבנה המשרה של מטפלים באומנויות אשר עובדים במערכת החינוך. למרות המורכבות קיימת הסכמה רחבה באשר לחשיבות הטיפול באמצעות אומנויות במערכת החינוך. אף שבישראל שיעור העוסקים במקצוע זה הוא מהגבוהים בעולם (כלומר החלק היחסי שלהם באוכלוסייה הכללית), מעמד נמוך למדי. העיסוק בארץ במקצוע זה אינו מוסדר בחקיקה, ובקרבת הממסד הרפואי והשלטוני אין הסכמה על מעמדו ועל ההכרה בעוסקים בו (ביאור, 2013). סדרה של תשעה מחקרים שנערכו בשנים 2013-2015 (רגב ואחרות, 2016) התמקדה בתפיסותיהן של 131 נשות מקצוע יהודיות וערביות אשר פעילות במערכת החינוך - מטפלות באמצעות אומנות, מדריכות, יועצות, מחנכות ומנהלות - את מצבו ומעמדו של הטיפול באמצעות אומנות חזותית במערכת החינוך בישראל. בסדרת המחקרים הזו נבחנו סוגיות הכרוכות בשילובו של הטיפול באמצעות אומנויות במערכת החינוך בישראל, וממצאיה חשפו קונפליקטים בין נקודת המבט הטיפולית לבין נקודת המבט החינוכית. היעדר הגדרה ברורה של מעמד המקצוע בישראל מקשה על העוסקים בו להבנות את זהותם המקצועית ומשפיע על הכשרתם המקצועית.

זהות מקצועית של מטפלות ומטפלים באמצעות אומנויות

במהלך העשור האחרון התרחב המחקר הנרטיבי בנושא הזהות המקצועית ודרכי הבנייתה. ההנחה שבבסיס הגישה הנרטיבית היא כי הסיפור האישי מייצג את זהות המספר, ובה בעת גם מכונן אותה. באמצעות הסיפור המספר מארגן את חייו: הוא מעניק לסיפור פרשנות ומשמעות המשקפות את זהותו האישית (Bruner, 1990). הפרשנות של החוויה הסובייקטיבית מבנה מציאות

סיפורית היוצרת זיקה בין החיים לסיפור, כמו גם בין הסיפור לזהותו של המספר (ספקטור-מרזל, 2010).

הגישה הנרטיבית רואה בזהות את מכלול התפיסות של האדם את עצמו, תפיסות שהן תוצר של התפקידים והעמדות אשר האדם ממלא בחברה (Mead, 2009). תפקידים אלה מעצבים מארג של זהויות (זהות משפחתית, תרבותית, לאומית, אתנית, מגדרית וכן הלאה) הכרוכות זו בזו ומשתנות במהלך החיים. בכלל זה מתקיימת גם הזהות המקצועית, ולזו יש כמה היבטים: (א) היבטים אתיים - תפיסות, ערכים, אמונות, נורמות, השקפת עולם, "אני מאמין", קוד אתי (דביר ורום, 2014); (ב) היבטים רגשיים - מגוון רגשות הנחווים באינטראקציה בין-אישית ובתהליכים רפלקטיביים פנימיים תוך-אישיים (Lassila, Jokkikokko, Uitto, & Estola, 2017); (ג) היבטים פרקטיים התנהגותיים - טכניקות, שיטות, אמצעים, מיומנויות, ידע, כישורים; (ד) היבטים תדמיתיים - המעמד והמיצוב שלי בעיני עצמי ובעיני עמיתים (הציבור, מטופלים, קהילה מקצועית) (Caza & Creary, 2016; Slay & Smith, 2011).

תהליך ההבניה של הזהות המקצועית כולל פרשנויות לחוויות האישיות והמקצועיות של האדם במהלך כל חייו (Beijaard, Verloop, & Vermunt, 2000; Connelly & Clandinin, 1999). פרשנות זו מתהווה תוך כדי בחינה של ארבעה היבטים הכרוכים זה בזה: (א) כיצד איש המקצוע תופס את עצמו מקצועית? (ב) למי הוא חש שייכות ולמי הוא חש מחויבות? (ג) מה הם גופי הידע הנדרשים לזו? (Elbaz-Luwisch, 2007; Tickle, 1999). איש המקצוע גם שואל את עצמו (ד) כיצד אחרים (תלמידים, הורים, עמיתים למקצוע, מנהלים) תופסים אותו, מהו הדימוי הציבורי שלו, וכיצד הוא תופס את האחרים (ובייחוד את הדמויות שהוא מעריך ואשר השפיעו עליו) (קוזמינסקי וקלור, 2010). בחינת ארבעת ההיבטים שצוינו לעיל משקפת את תהליך הבחינה של "המקום המקצועי". תהליך זה כרוך בהתמודדות עם קונפליקטים ודילמות, והוא מאפשר לאדם להגדיר את זהותו המקצועית (שץ-אופנהיימר ודביר, 2010). לעיתים הדילמות והקונפליקטים המתעוררים בתהליך הבניית הזהות המקצועית מתבטאים בקיומן של כמה תתי-זהויות של איש המקצוע. אלו מתהוות במהלך התפקידים המקצועיים שהאדם מילא בחייו, או כחלק מהמורכבות שתפקידו מצריך. לעיתים תתי-הזהויות משלימות זו את זו, ולעיתים הן סותרות זו את זו.

הזהות המקצועית של מטפלים באמצעות אומנויות מתהווה באמצעות הכשרה מקצועית פורמלית (כך קורה ברוב הפרופסיות), אך הכשרה זו אינה מבטיחה שזהותו המקצועית של המטפל תהיה בהירה וייחודית. במהלך השנים

הוא צובר ניסיון וחוויות מקצועיות, מתמודד עם קשיים ודילמות, משתתף בקהילה מקצועית, נפגש עם עמיתים ועם מטופלים משמעותיים ומקיים שיח מקצועי מתמיד, והודות לכך מתעצבת מחדש ו"מתהדקת" זהותו המקצועית. עדות לכך מספק מחקר מקיף שבחן את התפתחותם המקצועית לאורך זמן של כמאה מטפלים. באותו המחקר נמצא כי עם הזמן חלו שינויים מהותיים באופן העבודה וב"עצמי" המקצועי של מטפלים. השינויים היו בשילוב בין ה"עצמי" מקצועי לבין ה"עצמי" האישי, כמו גם בתפיסת מקור המומחיות: בשנים הראשונות המומחיות נתפסה כסמכות חיצונית (למטפל), ואילו בשנים המאוחרות יותר המומחיות נתפסה כסמכות פנימית (Skovholt & Rønnestad, 2003).

התהליך האישי המתמשך אשר מאפיין את הבניית זהותם המקצועית של המטפלים והשינויים שחלים בזהותם המקצועית משפיעים על אופי הטיפול ואיכותו, על התהליך הטיפולי ועל הקשר הנוצר עם המטופל. יתרה מזאת, המטפלים עצמם מושפעים מהתהליך הטיפולי ומהאינטראקציה עם המטופל (מיטשל ובלאק, 2006), ולכן חשוב שהם יהיו מודעים לעמדותיהם ולתפיסותיהם את זהותם המקצועית. הנחת היסוד היא כי ככל שתתחזק המודעות לזהות המקצועית, המטפלים יבינו טוב יותר את התהליך הטיפולי ויוכלו לבחור את התהליך המיטבי עבורם ועבור המטופל. עם זאת, בטיפול באמצעות אומנויות המטפלים מתקשים להבין את זהותם המקצועית, שכן בשנים האחרונות התפתחו סגנונות טיפול המשלבים בין זרמים שונים אשר ניזונים מתאוריות שונות. כמו כן מקצוע זה משיק למקצועות טיפוליים אחרים (עבודה סוציאלית, פסיכולוגיה, ייעוץ חינוכי), מקצועות שגם בהם חלו בעשורים האחרונים שינויים פרדיגמטיים ותאורטיים (וינטראוב, 2009; כהן ויסעור-בורוכוביץ, 2015; תובל-משיח, 2018). כתוצאה מכך נפתחו בפני אנשי המקצוע אפשרויות מגוונות לשינוי ולהתפתחות מקצועית, אפשרויות שאינן תואמות בהכרח את המסורות הטיפוליות באותם המקצועות. לנוכח מגמת ההתקרבות בין תחומי הטיפול והשילובים ביניהם גוברת גם מורכבות הזהות המקצועית של המטפלים, והתהליך של הבניית זהות מקצועית מובחנת הוא משימה מורכבת יותר ויותר (שחם-שווער, 2016).

מקורות

אל-תר, פ', יבזורי, י', גליס, מ', גרינשטיין, י', פולק, ע', שורץ, ל', מרנין-שחם, ע' ומנדלסון, ע' (תשע"ז). קווים מנחים לעבודת מטפלים ממקצועות הבריאות ומטפלים באמצעות אמנויות במערכת החינוך. חוברת למפקחים, למנהלים, למומחי תחום, למטפלים

ממקצועות הבריאות ולמטפלים באמצעות אומנויות. ירושלים: משרד החינוך, המינהל הפדגוגי, אגף א' חינוך מיוחד.

ביאור, ח' (2013, 3 באוקטובר). טיפול באומנויות: התחום פרוץ, ההכשרה ארוכה והשכר נמוך. **The Marker**, קריירה. נדלה מתוך <http://www.themarker.com/career/1.2131492>

דביר, נ' ורום, ע' (2014). תרומתו של סיפור חיים להבניית זהות מקצועית של מדריכות במערכת החינוך - חקר מקרה. **אנליזה ארגונית**, 20, 15-26.

האס, א' (2017, פברואר). להביט במראה: הערכת מצבו האקדמי של תחום הטיפול באומנות בישראל. ההרצאה נישאה בכנס השנתי של י.ה.ת. (יצירה הבעה תרפיה - האגודה לטיפול באומנויות בישראל), "מראה, מראות ומאורעות", שנערך בכפר המכביה, רמת-גן.

וינטראוב, נ' (2009). מבעד למראה - מסע לחיפוש זהות מקצועית כמרפאה בעיסוק. **כתב העת הישראלי לריפוי בעיסוק**, 18(4), 249H-272H.

חוזר מנכ"ל תשע"א/א(4). 1.2-38. מרכז תמיכה יישובי/אזורי ליישום חוק החינוך המיוחד ומתי"אות מתמחים לליקויי ראייה לתלמידים. כ"ד בכסלו תשע"א, 1 בדצמבר 2010. נדלה מתוך אתר משרד החינוך: <http://cms.education.gov.il/EducationCMS/Applications/Mankal/EtsMedorim/1/1-2/HoraotKeva/K-2011-4-1-2-38.htm>

חסן, י' ואבני-אילון, ג' (2013). התערבות מערכתית בביה"ס בשעת חירום - בעקבות מבצעי "עופרת יצוקה" ו"עמוד ענן". **פסיכואקטואליה**, אפריל, 33-37.

כהן, ת' ויסעור-בורוכוביץ, ד' (2015). קושי בבניית זהות מקצועית בקרב מטפלות בתנועה ומחול בישראל. **טיפול באומנויות: מחקר ויצירה במעשה הטיפולי**, 2(2), 541-552.

מיטשל, ס"א ובלאק, מ"ג (2006). פרויד ומעבר לו: תולדות החשיבה הפסיכואנליטית המודרנית (תרגום: ע' פכלר). תל-אביב: תולעת ספרים.

ניסימוב-נחום, ע' (2013). כל צבעי הנפש: טיפול באמנות בילדים המתנהגים בתוקפנות. תל-אביב: מכון מופ"ת.

ספקטור-מרזל, ג' (2010). מגישה נרטיבית לפרדיגמה נרטיבית. בתוך ר' תובל-משיח וג' ספקטור-מרזל (עורכות), **מחקר נרטיבי: תאוריה, יצירה ופרשנות** (עמ' 45-80). תל-אביב: מכון מופ"ת; ירושלים: מאגנס.

קוזמינסקי, ל' וקלויר, ר' (2010). הבניית זהות מקצועית של מורים ושל מורי מורים במציאות משתנה. **דפים**, 49, 11-42.

רגב, ד', שניר, ש', אלקרא, מ', בליטי, א', גרין-אורלוביץ, ע', דאוד, ה', מלזק, ד', מקל, ד', סלמה, ע', עבד אלקאדר, ה' וקינן, ו' (2016). טיפול באמצעות אמנות במערכת החינוך במדינת ישראל - תמונת מצב. **טיפול באומנויות: מחקר ויצירה במעשה הטיפולי**, 6(1), 575-591.

שחם-שווער, מ' (2016). גוף ונפש במקצועות הטיפול: השלכות על זהות, מעמד וגבולות של אנשי המקצוע ומקצועות הטיפול. חיבור לשם קבלת התואר "דוקטור לפילוסופיה", אוניברסיטת בר-אילן, רמת-גן.

- שץ-אופנהיימר, א' ודביר, נ' (2010). סיפור חיים מקצועי: נרטיב של קונפליקט. בתוך ר' תובל-משיח וג' ספקטור-מרזל (עורכות), מחקר נרטיבי: תאוריה, יצירה ופרשנות (עמ' 322-346). תל-אביב: מכון מופ"ת; ירושלים: מאגנס.
- תובל-משיח, ר' (2018, פברואר). עקרונות נרטיביים בהכשרה בפסיכולוגיה: גשר בין מחקר וטיפול. ההרצאה נישאה בכנס הישראלי השמיני למחקר איכותני, "מחקר איכותני בין האישי לפוליטי", שנערך באוניברסיטת בן-גוריון בנגב, באר שבע.
- Beijaard, D., Verloop, N., & Vermunt, J. D. (2000). Teachers' perceptions of professional identity: An exploratory study from a personal knowledge perspective. *Teaching and Teacher Education, 16*(7), 749-764.
- Bruner, J. S. (1990). *Acts of meaning*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Caza, B. B., & Creary, S. J. (2016). *The construction of professional identity*. Retrieved from Cornell University, SHA School website: <https://scholarship.sha.cornell.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1875&context=articles>
- Connelly, F. M., & Clandinin, D. J. (Eds.). (1999). *Shaping a professional identity: Stories of educational practice*. London, Canada: Althouse Press.
- Elbaz-Luwisch, F. (2007). Studying teachers' lives and experience: Narrative inquiry into K-12 teaching. In D. J. Clandinin (Ed.), *Handbook of narrative inquiry: Mapping a methodology* (pp. 357-382). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Freilich, R., & Shechtman, Z. (2010). The contribution of art therapy to the social, emotional, and academic adjustment of children with learning disabilities. *The Arts in Psychotherapy, 37*(2), 97-105.
- Gersch, I., & Sao Joao Goncalves, S. (2006). Creative arts therapies and educational psychology: Let's get together. *International Journal of Art Therapy, 11*(1), 22-32.
- Lassila, E. T., Jokkikokko, K., Uitto, M., & Estola, E. (2017). The challenges to discussing emotionally loaded stories in Finnish teacher education. *European Journal of Teacher Education, 40*(3), 379-393.
- Mead, G. H. (2009). *Mind, self, and society: From the standpoint of a social behaviorist*. Chicago, IL: University of Chicago Press. (Original work published 1934)
- Skovholt, T. M., & Rønnestad, M. H. (2003). Struggles of the novice counselor and therapist. *Journal of Career Development, 30*(1), 45-58.

- Slay, H. S., & Smith, D. A. (2011). Professional identity construction: Using narrative to understand the negotiation of professional and stigmatized cultural identities. *Human Relations*, 64(1), 85-107.
- Spier, E. (2010). Group art therapy with eighth-grade students transitioning to high school. *Art Therapy*, 27(2), 75-83.
- Tickle, L. (1999). Teacher self-appraisal and appraisal of self. In R. P. Lipka & T. M. Brinthaupt (Eds.), *The role of self in teacher development* (pp. 121-141). Albany, NY: SUNY Press.