אוניברסיטת חיפה

הפקולטה לטיפול באמצעות אומנויות

**עבודה בנושא:**

**סמליות**

**מוגש לנעמה רביד**

מגישה: גבריאלה פיין

ת.ז.: 332477983

סמסטר א׳, תשפ"ב

ינואר 2022

סמליות הוא כלי חשוב בטיפול בתנועה. סמלים יכולים לגשר בין העולם הפנימי לחיצוני , כמזכרת שאפשר להביא מן העבר אל העתיד, או כגשר בין תחום הקינסטטית לתחום הקוגניטיבי (Schmais. 1985). סימבוליות היא אחת מארבעת העקרונות העיקריים בתפיסתה של צ'ייס. עיבוד בעיות ברמה הסימבולית, בעזרת פרשנות במידת הצורך, נתפס בגישתה של צ'ייס כהיבט הכרחי בתהליך הטיפול. על פי צ'ייס, אפשר לשחרר פחדים ורגשות מודחקים באמצעות תנועה סימבולית. התנועה הסימבולית מאפשרת למטופל.ת לחיות מחדש את הבעיה ולבוא שוב במגע עמה; לאחד את הזר עם המוכר. היא יכולה לייצג את הקונפליקטים, את ההגנות, אך בעזרת אמפתיה ותמיכה מצד המטפל.ת היא הופכת גם לכלי רב עוצמה היכול לגשר על קונפליקטים פנימיים אלו. על פי צ'ייס, לא תמיד יש צורך באנליזה, ודי בעיסוק הסימבולי בנושאים המתעוררים במהלך הטיפול להביא לפתרון ((Levy. 1988. הסימבוליות מאפשרת למטפל.ת לעסוק בנושאים השונים במישור הסימבולי ולא באופן ישיר.

סמליות מתמקדת בנושא ספציפי או בתנועה ספציפית העולים במהלך חימום קבוצתי או שמוכרים כבר לקבוצה; שנוגעים לכולה או לאחד ממשתתפיה (Solsvig. 2010). היא מאפשרת למטופל.ת להציע סימבולים באמצעות התנועה ולמטפל.ת לענות בתנועה. כמו כן, המטופל.ת החווה את המסרים הסימבוליים והלא-מודעים של המטפל.ת חש.ה את האמון המובע במה שהוא או היא מבטא.ת, ומשתמש.ת בו כתמריץ להמשיך לחקור. (Samaritter. 2009) לחלופין, המטפל.ת יכול להיות מי שיוזמ.ת את הסמליות, כפי שעשתה צ'ייס לעתים קרובות כדי לשפר את המודעות המטופל.ת לתנועתה.ו. סמליות גם נותנת בידי המטפל.ת כלי המאפשר להעלות נושאים ספציפיים בתקשורת עם המטופל.ת כאשר מתעורר הצורך.

בסמינר הקליני שלי עבדתי עם ילד שהתקשה בגמילה מחיתולים. הוא סרב לוותר על החיתול אף שהיה כבר בן חמש, סרב להשתמש באסלה וסרב לאפשר לסובבים אותו להחליף לו את החיתול גם כאשר הוא היה מלוכלך. בטיפול קבוצתי, המדריכה בחרה להתמקד בתנועות הכיווץ והשחרור, וכך לעסוק באופן סימבולי בקושי הנקודתי שלו. לשם כך לקחנו כמה צינורות ספוג וכל המשתתפים בקבוצה החזיקו אותם בידיהם (כדי להעניק לו תמיכה קבוצתית וללכד את הקבוצה סביב המטרה); עמדנו במעגל, וכולם החזיקו יחד בצינורות. היא ביקשה מן המשתתפים להחזיק את הצינורות בחוזקה, לעטוף אותם בכפות ידיהם, ולנסות ללחוץ ולהרפות כמה פעמים. אחר כך הרימו המשתתפים את הצינורות מעל לראשיהם והורידו אותם, בעודם מחזיקים בהם בחוזקה.

במהלך העבודה צפיתי בילד המדובר; כבר בהתחלה היה נראה שהוא חש שלא בנוח בתגובה להוראה לכווץ את הצינור, ומבחינה פיזית ניכר שהתקשה לעטוף את הצינור בכפות ידיו ולכווץ אותו. כשביקשה ממנו להגביר את הלחץ על הצינור ראיתי שהוא אינו מצליח לעשות זאת. לאחר

מכן, כשהרים את הצינור אל מעל לראשו, התקשה שוב לכווץ את הצינור ולהמשיך להחזיק בו, וכן התקשה – כמו קודם – להמשיך להחזיק בצינור בחוזקה כאשר הוריד אותו לגובה המותניים. המשכנו לעבוד עם ספוג קטן לכל אחד, וביקשנו מן הקבוצה לקחת את הספוגים, לכווץ אותם לגודל קטן ולהחביא אותם בחלקים שונים של הגוף – בבית השחי, מאחורי הגב וכן הלאה. גם כאן הוא התקשה לאחוז בחוזקה לאורך זמן ולהחזיק את הספוג מכווץ, וכמעט הרפה ממנו כמה פעמים.

כאשר הקבוצה ניחשה את מקום המחבוא הנכון של הספוג, על הילד היה להרפות את הלחץ על הספוג, ולהניח לו לחזור לגודלו המלא. כל הילדים הצליחו לעשות זאת בקלות יחסית, אך הילד הנידון התקשה במעיכת הספוג לכדור קטן, וכשהסתיר אותו במקומות שונים בגוף, הוראה שדרשה ממנו לכרוך את ידיו סביב גופו או להתמתח ולגעת בגב, בעורף וכן הלאה, הוא התקשה לקרב את הספוג לגוף. לבסוף, ועל פי אותו נושא סימבולי, שיחקנו בבלונים, וניסינו למעוך אותם ולהרפות מהם בלי לפוצץ אותם. ככל שהמשכנו בפעילויות, שכולן התמקדו בפעולה הסימבולית של כיווץ ושחרור, ראינו שיפור קל, ובסוף המפגש הוא שיפר מעט את יכולתו ללחוץ על הבלון כשהושטנו אותו לידיו, אך לא באותה מידת הצלחה כשאר הקבוצה.

יצאתי מן המפגש במחשבה שלילד הנידון אין קשר טוב עם גופו, וכי הוא נוקשה מאוד. כמו כן, חשבתי שהוא התקשה מאוד לחבק את עצמו. במהלך כמה מן הפעילויות, בעודי צופה בו, הרגשתי גם אני חוסר נוחות, ולצדה חמלה על הילד שאיננו מסוגל לחבק את עצמו.

אני מקווה שחזרה חוזרת ונשנית על פעולות סימבוליות אלו תהדהד אצלו הן גופנית והן רגשית, ותאפשר לו להפנים את הקושי שלו בכיווץ ובהרפיה ואת הקושי בגמילה הנובע ממנו. העיסוק בקושי במישור הסימבולי יכול לאפשר לו למצוא פתרון במישור הסימבולי, בעזרת תרגילים נוספים שתחילה יהיו יוזמתה של המטפלת ולאחר מכן יוזמתו שלו, כדי להמשיך לפרק את הקושי. באמצעות פעולות סימבוליות אלו, יש לקוות שיחוש יותר בנוח בגופו כולו וכן יפתור את ההיבטים הרגשיים המעכבים את תהליך הגמילה ויוצרים את הקושי בסוגרים. התהליך יסייע לו לחוש יותר בנוח ביחס לפעולה הגופנית, להתעמת עם ההגנות המקשות עליו תנועות אלו ובסופו של דבר, אני מקווה שיעזור לו לפתור את הקונפליקט.

ביבליוגרפיה:

Schmais, C. (1985). Healing Processes in Group Dance Therapy. *American Journal of Dance Therapy*.

Levy, F. (1988). Dance Movement Therapy, a Healing Art. *National Dance Association, American Alliance for Health, Physical Education, Recreation and Dance.*

Samaritter, R. (2009). The Use Of Metaphors In Dance Movement Therapy. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy,* *4*(1), 33–43. <https://doi.org/10.1080/17432970802682274>

Solsvig, S. (2010) Dance/Movement Therapy and Responsive Classroom: A Theoretical Synthesis. *Creative Arts Therapies Theses. Paper 13.*