**טבלה 3 התערבויות קליניות לחיזוק תחושת העצמי**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| שם ההתערבות | תאור ההתערבות | דוגמה תנועתית |
| שיקוף תנועתי מסונכרן | תנועה בסנכרון עם תנועת המטופל/ת, הופיעה ברוב היומנים (n=6), במצבים בהם המטפל מתחיל תנועה, עוצר ונסוג, המטפלת מצטרפת באופן המדויק ביותר לתנועה שלו בכדי ליצור תחושת שליטה בתנועה ולספק תחושת תמיכה וביטחון | לדוגמה בטיפול באביב "הוא מתחיל ללכת בחדר, אני מצטרפת אנחנו משחקים בהליכה ועצירה לפי המקצב שהוא מכתיב. אנחנו עוברים לקפיצות הוא עוצר כל פעם לפני השיא." (יומן 5 פגישה 25) |
| שיקוף לצורך הצטרפות לביטוי לא לגיטימי בנפש | הצטרפות לביטויים של כעס, תוקפנות/רכות שאין להם לגטימציה לביטוי בעולמו של המטופל הופיעה בכל היומנים (n=7) התערבויות אלו עודדו הרחבה של התנועה | לדוגמה בטיפול באלון: "...הוא מדגים לי ואני בלי מילים משקפת...המענה שלי, כמו נותן אישור בשבילו להמשיך...אני משקפת לו את הפרצופים....הויטאליות מתגברת פתאום יוצא ממנו פרצוף מאוד מבהיל..." (יומן 4 פגישה 2) |
| התנסות ברצפים תנועתיים בין קטבים של החזקה והרפיה | התנסות תנועתית ברצף הקטבים על הציר בין החזקה להרפיה, הופיעה ברוב היומנים (n=5). לעיתים בחירה במשחק שדורש שליטה היא כמנגנון הגנה מפני תחושות של עצב וכאב, הצטרפות למטופל/ת למקום בו הוא נמצא זו דרך נוספת לנוע מהחזקה להרפיה ולתת מקום לקשת התחושות והרגשות | לדוגמה אלון: הוא מבקש שנשחק יחד במשחק עם כדור ואז לוקח שמיכה מתעטף בה ומשתף ברצף אסוציאטיבי של אובדנים בחייו ומסיים בהבנה "יש דברים שאני יכול לשמור עליהם ויש דברים שלא." (יומן 4 פגישה 9) |
| **התנסויות בשיווי משקל** | התנסויות שונות בשיווי משקל מאפשרת לחוות רצף תנועתי בין  הקטבים של שליטה וחוסר שליטה. ההתנסות יכולה להחזיר למטופל את החוויה שגופו מהווה כעוגן לתחושת ביטחון ואוטונומיה. ההתנסות חזרה ברוב היומנים (n=5). המטפלת יכולה לשמש כעוגן נוסף | לדוגמה בטיפול של נעמה "היא נעמדת על כדור הפיזיו ומנסה למצוא שיווי משקל, היא נעזרת בי, אני עוטפת אותה והיא עושה זאת שוב." (יומן 1 פגישה 3) |

**טבלה 3.1 התערבויות קליניות לחיזוק תחושת העצמי בשילוב אמנויות וביחס לציר הזמן**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| שם ההתערבות | תאור ההתערבות | דוגמה ביחס לציר הזמן ובשילוב אמנויות |
| שיקוף תנועתי מסונכרן | תנועה בסנכרון עם תנועת המטופל/ת, הופיעה ברוב היומנים (n=6), במצבים בהם המטפל מתחיל תנועה, עוצר ונסוג, המטפלת מצטרפת באופן המדויק ביותר לתנועה שלו בכדי ליצור תחושת שליטה בתנועה ולספק תחושת תמיכה וביטחון | אלה "... אני מצטרפת לתנועתה, מעיפה את המטפחת ומאפשרת לה ליפול. בהדרגה אני זזה הצידה לעמדה של צופה. מסיכת החיוך יורדת מפנייה והיא נכנסת לעבודה מדיטטיבית עם המטפחות.." (יומן 2 פגישה 24) |
| רצפים תנועתיים בין קטבים של שליטה והתמסרות | התנסות תנועתית בעיניים עצומות ביוזמת המטופל/ת או המטפלת חזרה בחצי מהיומנים בשלב מתקדם של הטיפול (n=4). למול הבקשה של המטופל/ת לחוות חוסר שליטה בחדר הטיפול מאפשרת לצד חוסר השליטה, תחושת שליטה והתמסרות. | **לדוגמה נעמה "היא עוטפת עצמה בבד ומתחילה ללכת בחדר שהיא לא נראית. אני שומרת עליה מהצדדים שלא תתנגש בכלום כשהיא לא רואה." (יומן 1 פגישה 24)** |
| רצפים תנועתיים מחלקים לשלם | תנועה מחלקים לשלם, מדפוסי שליטה, פיצול והפרדה לרכות וחיבור בין חלקי עצמי שונים | לדוגמה בפגישה נעמה  היא ממלאת בצבע חלקים בתפזורת ואני ממלאת צורות שמתחברות אחת לשנייה. היא נותנת לי צבע ירוק נמרח, אני צובעת ברכות והיא זולגת מהכיסא אל הרצפה. אני מבקשת ממנה שתעשה זאת שוב, היא זולגת נשכבת זוחלת אל תוך המנהרה ומתחילה לזוז עם המנהרה אל עבר כדור הנייר שזרקתי. היא אוספת אותו ומביאה אותו אלי. אני פורשת אותו על הרצפה מיישרת את הקפלים. (יומן 1 פגישה 34) |
| מיקוד לצורך העלאה למודעות תוכן רגשי לבחירת המטופל | הצעה בסיום מפגש טיפולי להתמקדות בתוכן תנועתי משמעותי מתוך המפגש לבחירת המטופל/ת, ההתערבות מסייעת למטופל/ת לחוות תחושות שליטה, אוטונומיה ואיסוף. בכל היומנים הבחירה של המטופל/ת היתה להתמקד ולחזור לחוויה נעימה של הרפיה, שחרור, או תחושה מחזקת (n=7). | לדוגמה במפגש עם אלה לאחר התנסות תנועתית עם מטפחות "אלה אומרת בחיוך הרגשתי שהפכתי להיות מטפחת." (יומן 2 פגישה 24) "אלה בוחרת לצייר את תחושת ההרפיה" (יומן 2 פגישה 37) או נעמה "היא בוחרת לחזור להליכה בעיניים עצומות כשאני שומרת עליה." (יומן 1 פגישה 24) מיקוד בתחושות הגוף ומעבר לדיאלוג מילולי לדוגמה בטיפול של גלי, המטפלת שמה לב לעצירה ומפנה את תשומת הלב של גלי אל גופה "אני: את יכולה לשים לב מה קורה עכשיו בגוף? היא: זה כמו הר שיש עליו גלגל והוא נתקע באבן קטנה אני: מהדהדת את דבריה, אני שמה לב לתחושת מחנק אצלי בחזה ובבטן...." (יומן 7 פגישה 30) |