

בובותרפיה

האפקט המעצים של עבודה השלכתית בגיל הרך

באמצעות שילוב סיפורים ותיאטרון בובות

מאת: סמדר קופר-קיסרי¹

הקדמה

"אחרי שג'פטו מצא שם מתאים לבובת העץ, הוא התחיל לעבוד במרץ וגילף מיד את השערות של הבובה, ואחר כך עשה לה מצח ואחר כך עיניים. אחרי שעשה את העיניים גילף גם אף, אבל ברגע שגולף האף, הוא גדל וגדל וגדל ואחרי כמה דקות זה היה אף ארוך מאוד, מאוד, מאוד. ג'פטו המסכן ניסה לחתוך אותו, אבל ברגע שהוא חתך, גדל שוב האף החוצפן והתארך. אחרי שגילף את האף, עשה גם פה, אבל לפני שסיים לגלף את הפה, התחיל הפה לצחוק וללעוג לו. "תפסיק לצחוק" אמר ג'פטו שנעלב, אבל זה היה כמו לדבר אל קיר. הפה הפסיק לצחוק אבל הוציא לו לשון ארוכה. ג'פטו, שלא רצה לסבך את המצב, העמיד פנים שלא ראה כלום והמשיך לעבוד". (הרפתקאותיו של פינוקיו, קרלו קולודי, תרגום מאיטלקית: ענת שפיצן, הוצאת כרמל ירושלים).

האם אין מתאים מהדימוי של פינוקיו להתחלת מסע קסום זה? פינוקיו הוא סיפור איטלקי קלאסי קסום שנכתב לפני למעלה מ-120 שנה ע"י קרלו לורנציני (תחת שם העט קרלו קולודי), בו מתוארות הרפתקאותיה של בובת עץ ההופכת לילד אמיתי, בן אנוש. הסיפור מעלה תכנים רבים הקשורים לעולם תיאטרון הבובות - קשר בין הבובה למפעילה, בדומה לקשר של ג'פטו, אביו ויוצרו של פינוקיו, לפינוקיו. התגרותה של הבובה ביוצר שלה, הגילוי המפתיע של יוצר

¹ המאמר פורסם באתר פסיכולוגיה עברית. להלן הקישור -

<http://www.hebpsy.net/articles.asp?id=2051>

באתר הוא פורסם תחת השם: "בובותרפיה" – האפקט המעצים של עבודה השלכתית בגיל ברך באמצעות שילוב סיפורים ותיאטרון בובות.

בנוסף, המאמר פורסם בעיתון הד הגן, רבעון לחינוך בגיל הרך, סיוון תשס"ט, יוני 2009, עמ' 52-61. המאמר בעיתון נקרא: "מה עוזר לי כשקשה לי" – האפקט המעצים של עבודה השלכתית בגיל ברך באמצעות שילוב סיפורים ותיאטרון בובות.

הבובה שלבובה יש חיים משלה, הפער בין הפנטזיה של היוצר/מפעיל לבין מה שמתרחש במציאות ועוד. באמצעות הסיפור וההתנסויות השונות שהוא מזמן, פינוקיו לומד להבחין בין טוב לרע, ע"י הקשבה לקול הלב והמצפון הפנימי. כך, בסיום המסע החיצוני והפנימי שערך, פינוקיו מקבל חיים עצמאיים. דמות פינוקיו שהיתה דמות מתוך סיפור, פנטזיה שהגה יוצרה ג'פטו, התעצמה וקיבלה חיים עצמאיים, בדומה לסיפור שמנהל דיאלוג עם הילדים באמצעות הבובות שמגלמות חלקים מתוכו.

מאמר זה מבוסס על עבודה רבת שנים עם ילדים בגיל הרך, באמצעות תיאטרון בובות המבוסס על סיפורים השלכתיים. ניסיון רב שנים זה חשף בפניי עולם שלם של אפשרויות טיפוליות וחינוכיות ובאמצעותו נחשפתי לאפקט ההשלכתי המעצים שבשילוב המתודות הללו – הסיפור ותיאטרון הבובות, המבוסס עליו.

מודל הבובותרפיה

מודל הבובותרפיה הינו מודל שפיתחה כותבת מאמר זה המופעל שנים רבות בגני ילדים באופן מערכתי המשלב הכשרת צוותי גן ועבודה עם ילדי הגן והוריהם. כשהדגש משתנה בין תהליכים טיפוליים לפעילות מונעת במינונים כאלה ואחרים, מתוך ההנחה כי המניעה הינה טיפול והטיפול הינו מניעה. שת מטרות אלו תומכות האחת בשנייה ומושגות באמצעות עבודה עם תיאטרון בובות הנשען על סיפורים השלכתיים הנכתבים במיוחד עבור קבוצות היעד ובהתאם למטרות המיועדות.

נטען כי הסיפור ההשלכתי מאפשר הרחקה של תכנים לא מודעים בהיותו מערכת של דימויים סימבוליים ומטאפורות. תיאטרון הבובות, מאפשר להחיות את הסיפור, להרחיב אותו ולתת לו ביטוי קונקרטי הנתפס בחושים של הילד, ובכך, הוא מעורר אצלו עולם רדום, סמוי ולא מודע של תכנים רגשיים עמם ניתן לעבוד ולהעצים. השילוב הייחודי של עבודה עם התכנים העולים מהסיפור, באמצעות הבובות מעלה אפשרות למזג את העולם שמביאה עמה הבובה עם התכנים הצפים אצל הילד בעקבות הסיפור. כל אחד מהם לחוד מכיל אלמנטים מעצימים ומאפשר להגיע לעומקים רגשיים, כשהשילוב ביניהם יוצר מבנה ייחודי של עבודה עם רגשות. בכך, באמצעות הדיאלוג ב'כאן ועכשיו' החווייה השלמה מופנמת והופכת להיות משאב העומד לרשות הילד.

מאמר זה ידון בשילוב המעצים של עבודה עם סיפורים ותיאטרון בובות ככלים השלכתיים בגיל הרך ויבחן את הפוטנציאל התרפויטי הגלום בסיפור כמטאפורה מרפאת. לשם כך הוא יציג את הסיפור ההשלכתי על מאפייניו ומקורותיו, יציין את מסורת הסיפור שבעל פה, ויתחקה אחר הרעיונות של השימוש בתיאטרון

בובות ביישומיו הטיפוליים. לבסוף, יודגם מודל הבובותרפיה באמצעות התכנית 'מה עוזר כשקשה ל², אשר יצרת בשיתוף המרכז למצבי לחץ "משאבים".

הסיפור ההשלכתי

"שפת הדימויים והסמלים, זו הנובעת ממחוזות עולמינו הפנימי, תאפשר לנו את הקשר אל עומק נפשנו. דרך חלומותינו, דרך טקסים פולחניים, דרך יצירות אומנות, דרך אגדות ומיתוסים, משתקפת אלינו, על ידי השלכה, תמונת הנפש הלא מודעת שלנו. כך שבאמצעות כלים אלו נוכל לחיות, לחוש, להרגיש ולהבין את המתרחש בתוכנו. השלכה זו מקשרת אותנו אל פנימיותנו, אל עולם מלא של סמלים ודימויים, ומאפשרת לנו לבוא במגע עם מקורות האנרגיה הטמונים עמוק בנפש האישית ובנפש האנושית. ממחוזות אלו אנו יכולים לשאוב תוכן, כוח וריפוי" (תלפז, בתוך אסטו 1997, עמ' 14).

סיפורים מטפוריים מאפשרים מגע מחדש עם משאבים נסתרים. סיפורים אלו מגרים את התת מודע ומפתחים את היצירתיות והיכולת למצוא תשובות חדשות לשאלות קיומיות. סיפורים מטפוריים הם כלי העושה שימוש במיומנויות הטבעיות של הילדים, להיכנס לעולם הדמיון. אגדות מתחילות במקום שבו נמצא הילד בהווייתו הפסיכולוגית והרגשית האמיתית. הן דנות בלחציו הפנימיים באורח כזה שהילד מבין אותם מבלי להיות מודע לכך (בטלהיים 1987). הסיפורים מעוררים את הילד להיפתח לרעיונות חדשים ולקסם השינוי בחייו. התרבות המערבית המודרנית שכחה שתהליכים לא מודעים הם בעלי ערך בפתרון בעיות, לעיתים אף יותר מאשר תהליכים מודעים. תהליכים מודעים הם נוקשים ומסורבלים, לעיתים קרובות יותר מתהליכים לא מודעים, כשתהליכים לא מודעים עשויים לקשר אותנו ביתר קלות לפתרון בעיות יצירתי, עשיר בדמיון והשראה, שאינו מקובע במסגרות חשיבה נוקשות וסגורות. הדרך להתחבר מחדש, לעורר ולגרות לפעולה את תהליכי החשיבה הלא מודעים היא לדבר בשפתם, שפת המטאפורות והדימויים (מגד 2001). השפה המטאפורית היא ראשונית, קונקרטי ופשוטה, וככל שאנו מתרחקים משפה זו, החלק החי והמזין של המטפורה נבלם והמטפורה מאבדת מכוחה ומאמינותה (להד 2006).

סיפורים מטפוריים הם סוג מיוחד של אגדות ומעשיות, הנכתבות על ידי אנשי טיפול, במיוחד עבור קורא או קוראים מסויימים המנסות לתת מענה לבעיות ולקשיים אותם הם חווים. יש להבחין בין סיפורים מטפוריים וטיפוליים לבין סיפורי עם "חינוכיים" או כאלה המסופרים על מנת להעביר ערכים תרבותיים שונים. ההבדלים בין הסיפורים החינוכיים ואלה הטיפוליים הם רבים, אך

² תוכנית לפיתוח משאבי התמודדות באמצעות תיאטרון בובות וסיפורים

ההבדל הבולט ביותר הוא שבסיפורים החינוכיים, לדוגמא, סיפורי צדיקים או משלי חיות, המסר הוא גלוי וברור, לא נעשה כל ניסיון להסתיר אותו. נהפוך הוא, לעיתים המסר נאמר או נכתב בצורה מפורשת בסופו. לעומת זאת, בסיפורים טיפוליים המסר מוצפן, כך שהוא פועל ברובד של התת מודע (מגד 2001). לדוגמא, אם בוחנים את סיפור כיפה אדומה כטקסט חינוכי, המסר הוא להקשיב לאם ולא לסטות מדרך הישר. לעומת זאת, אם נתייחס לטקסט כטקסט טיפולי, ניתן מקום לתפקיד הקורבן (כיפה אדומה), המפגש עם התוקפן (המפגש עם הזאב), יחסי אם-בת, המציל (הציד) וכו'.

הסיפור יוצר ריחוק על ידי מסגור החוויה והצבתה בזמן אחר ובמקום אחר. באמצעות הבדיה שבסיפור הילדים מספרים את האמת לגבי נסיבותיהם הנוכחיות (לנדי, אצל ג'נינגס 1996). לפי איילון (1993), בסיפור המטפורי יש שילוב של ריחוק הנוסך ביטחון וקירבה המאפשרת הזדהות. המידע המוצפן במטפורה עוקף את "המבקר הפנימי", חודר למאגר הרעיונות של הקורא או המאזין לסיפור ומעשיר אותו. אין הוא חייב לתת דין וחשבון לעצמו על פשר התהליכים המתחוללים בקרבו, כגון: פחד, זעם, תחושת אין אונים או חוסר הבנה. הסיפור המטפורי עוסק בייצוג הדמיוני של תהליכים אלה ובפתרונם במישור הדמיוני. בכך, מגשרת המטפורה בין פנים לחוץ, מפשרת בין הסתירות שמעוררים רגשות מנוגדים ומכילה את המתחים שבין המציאות לבין מערכת לחצים פנימיים החסרים מיפוי. ניתן לציין מספר יתרונות ספציפיים של השימוש בשפה המטפורית:

- המעבר לשפה מטפורית מאפשר הרחבה של הצגת האני הראשונית. יש פריצה של ההגדרה השגורה וכעין קיצור דרך לדימוי פנימי, אותנטי ומורכב יותר, הן ברמה התוך נפשית והן ברמה הבין אישית.
- המטפורה מדברת בשפה חוויתית, עוקפת מחסומי מילים.
- השפה המטפורית מאפשרת חשיפה של חולשות, קשיים וכאב, בדרך לא מאיימת.
- המעבר למדיום מטפורי מפתיע וגורם לשינוי האווירה הרגשית.
- השימוש במטפורות יוצר פעמים רבות מצב חצי היפנוטי, מצב מודעות לריכוז והקשבה פנימה לעולם הפנימי הלא מודע (אליצור 1992 אצל איילון 1993).

מסורת הסיפור שבעל פה

פוטנציאל הריפוי של סיפורים מטפוריים ידוע מזה אלפי שנים בתרבויות שונות. ניתן למצוא על כך אסמכתות בכתבים השונים מן הוודות ההודיות דרך סיפורים

על מרפאים מהמזרח ומהמערב (מגד 2001). בימים הקדומים, היו אנשים מתאספים סביב מספר הסיפורים לשמוע סיפורים. תוך כדי התהליך עוצבו פרטי הסיפור המוכר בהתאם לתגובות קהל המאזינים, כשהמספר מוסיף וגורע ממנו. לאירוע יוצא דופן או חשוב שהתרחש בסמיכות למפגש היתה השפעה על הסיפור ועל אופן הגשתו, כך שהפך לרלוונטי "לכאן ועכשיו" ויצר מערכת יחסים עם המציאות הנוכחית ועם מה שהתרחש מסביב שנתנו לו רובד נוסף. לפי בן עמוס (1975), המספר העממי נתפס כיוצר ומחדש המתאים תכנים שונים לנסיבות חדשות ונוקט באסטרטגיות שונות כדי להשיג מטרות חברתיות וחינוכיות. נריאן (1991, אצל מגד 2001) מתאר איך סוומי מסוים משנה את הדרך בה הוא מספר סיפור לקהל מאזינים בהתאם למסרים שהוא רוצה להעביר למשתתפים השונים. למעשה, עד היום משתמשים בטכניקה זו ברפואה העממית בארצות השונות.

'האלתור התרפויטי', כפי שהגדיר אותו ג'ונסון, משמעו היכולת להתערב בתהליך תוך כדי ביצוע התפקיד, היכולת לחשוב בצורה תרפויטית בעודו עסוק בתוכן הסיפור. שיטתו מבוססת על האמונה בטבעו ההשלכתי של משחק התפקידים והאלתור (JOHNSON, 1988, בתוך ג'נינגס 1996). אם נחבר גישה זו לטכניקה המסורתית של מספרי הסיפורים בעל פה, נוכל לומר שהמספר "מרגיש" את הקהל ומכניס אלמנטים מתוך הסיפור הקבוצתי והמתרחש ב'כאן ועכשיו' של הקבוצה לתוך הסיפור. האינטראקציה של הקהל עם הסיפור המתהווה תכתיב את המשך סיפורו.

תיאטרון בובות ככלי טיפולי בגיל הרך

"תיאטרון הבובות הופיע בשחר התרבות האנושית. בדומה לשירה עממית, הריקוד העממי, האומנות והארכיטקטורה, ינק את השראתו מהפולחן הדתי. בתיאטרון הבובות חלו שינויים בהתאם לתרבויות בהן התקיים, אך באף תקופה לא חוסל. העובדה שעד היום קיים תיאטרון בובות, הינה ההוכחה לכוח ולעוצמה הטמונים בו, וכן לעובדה שהוא מדבר ללב אנוש" (וולטמן, אצל זקס וניר תשל"ט).

לתיאטרון הבובות שימושים רבים במסגרות חינוכיות וטיפוליות. באמצעותו ניתן לפתח אצל הילדים מיומנויות תקשורת, כישורים מוטוריים (בבניה ובהפעלת הבובה) ומיומנויות רגשיות וחברתיות.

מאמר זה שם דגש על שימושיו הרגשיים-חברתיים של תיאטרון הבובות. את האבחנה בין שימושיו השונים של תיאטרון הבובות ניתן למצוא בטרמינולוגיה שמתארת את הבובות עצמן. המילה האנגלית PUPPET קיימת בצורה זו או אחרת, בשפות האינדו-אירופאיות וכולן מובנן אחד - בת קטנה או ילדה קטנה. "בכל השפות האירופאיות, לבובת התיאטרון ובובת הילדים היה שם זהה."

עובדה שמצביעה על היחס הרגשי החזק כלפי הבובות. הבובנאי מתייחס לבובת התיאטרון כמו לילדתו האהובה, איתה הוא משחק" (פארי, 2003, עמ' 4). בשלב מאוחר יותר הופרדו המילים שמתארות בובות משחק ובובות תיאטרון. באנגליה המילה PUPPET הפכה לבובת תיאטרון, ממנה נגזר גם המקצוע PUPPETEER. לבובות המשחק משתמשים במילה DOLL. בעברית משמשת המילה בובה גם לצעצוע וגם לבובה התיאטרלית. במאמר זה אני מתייחסת לבובת התיאטרון במובן של PUPPET.

אנשי החינוך מודעים לערכו התרפויטי של תיאטרון הבובות ומכירים בערכו לשחרור רגשי בדרך עקיפה ובאפשרות להפעיל ילדים ולהביא לצמיחה ולתובנה (יחזקאלי 1988). ההנחה היא כי כל ילד מזדהה עם טיפוס בובות ועם פעולות ומעשים הנעשים על ידן. הנחה נוספת היא, שכל ילד משליך את רגשותיו, משאלותיו, רצונותיו וציפיותיו לתוך הצגת הבובות. לכן, מומלץ שהטקסט הסיפורי ייתן רק את המסגרת הכללית וע"י כך יאפשר שינויים, אלתורים ודיונים בין הבובות והילדים. דרך זו נותנת לילדים את התחושה שהם חלק מההצגה (וולטמן, אצל זקס וניר תשל"ט).

יתרונות עבודה עם תיאטרון הבובות

1) **הבובה היא כלי השלכה רב עוצמה** ("זה לא אני, זו הבובה") - הבובה היא לא חלק מגוף הילד או המטפל. עבודה עם בובות היא הכלי המרחיק ביותר משאר המתודות הטיפוליות בתחום אמנויות הדרמה. במצב כזה, ההתנהגויות ודרכי ההתמודדות של הילדים יכולים לבוא לידי ביטוי באופן משוחרר מהרבה עכבות והסוואות, מעצם ההשלכה על אובייקט השלכתי. ככל שהמרחק בין הילד עצמו לאובייקט ההשלכתי גדול יותר (לדוגמא, בובה של חיה), הוא מקל על הילד לעבד תכנים רגשיים משמעותיים ועמוקים באופן שמור ומוגן.

2) **הקשר לעולם הילדים** - תיאטרון הבובות קשור לעולמם של הילדים ובכך מסייע ביצירת קשר עימם.

3) **קשר פנים-חוץ** - הבובות מגשרות בין העולם הפנימי של הילדים לעולם החיצוני והמאורעות שמתרחשים בו.

4) **ביטוי רגשי חופשי** - באמצעות הבובה ניתן לילדים לתת ביטוי חופשי לגיטימי לרגשות מבלי לחוש אשמה ופחד. למשל, כשילד מרביץ לבובה, גם אם היא בוכה וטענת שכואב לה הוא יודע שזה "בכאילו" ולכן יכול הילד לבטא את עצמו בצורה האותנטית ביותר. "ידו וקולו של מפעיל הבובה נותנים לה חיים מדומים. אין תכונה זו מורידה מעוצמת תחושת האמיתיות בה עוקבים הילדים אחרי הנעשה על הבמה. מזדהים עם

הגיבורים הפועלים ומשליכים את משאלותיהם לתוך ההצגה. העובדה שתיאטרון הבובות הינו עולם של העמדת פנים מאפשרת לצופה לחלוף אל מעבר לגבולות למגבלות עולם המציאות" (וולטמן, אצל זקס וניר תשל"ט).

(5) **ונטילציה רגשית** - באמצעות הבובה ניתן לבצע ונטילציה רגשית ולומר אמיתות שלא היו מתקבלות ללא הבובה – הבובה יכולה לומר הכול. למשל, לומר "נודניק" לילד "שנדבק" לילדים אחרים. הניסיון מראה שרוב הילדים לא יעלבו, מכיוון שזאת בובה, אך ייקחו לתשומת לבם את האמירה.

(6) **כוח החיוניות** - הבובה "צריכה אותי" להפיח בה חיים. אני חיוני עבורה. הפעלת הבובה מגייסת כוחות ומשאבי התמודדות ובכך יכולה לסייע במיוחד לילדים עם קשיים ומצוקות, או נטיות דיכאוניות, מעצם "נתינת החיים" לבובה כשהם מפעילים אותה.

(7) **החופש ממגבלות אנוש** - על הבובה לא חלים הכללים שחלים על בני האדם, מה שמאפשר לה למות ולקום לתחייה, לעוף, להצטמצם, לגדול וכו'. בכך ניתן לראות בצורה ויזואלית את התחושות, שאיפות והפחדים העמוקים ביותר הן של הילדים והן של המבוגרים.

לאור הסקירה שהוצגה לעיל, נטען כי השילוב בין הסיפור ההשלכתי לתיאטרון הבובות מאפשר לשני מנגנונים עיקריים לפעול ולהעצים את הסיטואציה המתהווה כמערכת על כל פרטיה: ההשלכה, כפי שסקרנו עד כה, וההזדהות.

בובת חבר היא הכלי באמצעותו נוצרת הזדהות. זוהי בובה בדמות טיפוסית מייצגת, בעלת אפיונים קבועים ועקביים. בובה הבלעדית למפעיל, אף אחד מלבדו אינו מפעיל אותה. עליה להשתדל להיות ייחודית, כזו שלא ניתן לרכוש בחנות. מומלץ לאפיין את הבובה בתכונות הקרובות ללב הילדים – בגיל ובתכונות (פרי ובנדק-חביב 1997), על מנת שיוכלו להיות אמפאטיים כלפיה גם אם תייצג תכונה שלילית. כל בובת חבר מייצגת דמות פנימית או קול פנימי, כך שהחצנת קולות אלו וייצוגם באמצעות בובות מאפשרת לילדים ליצור אינטראקציה בין הקולות השונים שבתוכם. רעיון זה מתבסס על טקסונומית התפקיד של לנדי, שהיא שיטה לסיווג תפקידים, מערכת של "ארכיטיפים תיאטרליים", המאפשרת מסגרת עבודה ברורה להערכה, אבחון וטיפול. לפי שיטה זו, המטופל, באמצעות התהליך התרפויטי, מגלה דרך להכיר את מגוון הדמויות הפנימיות שלו ולהודות בקיומן. רפרטואר שלם זמין הינו יעד טיפולי (Landy, 1993).

אם כן, ניתן לראות כי שילוב הסיפור המטאפורי ההשלכתי עם העבודה של תיאטרון בובות בכלל, ובובת חבר בפרט, הטעונה בתכנים אותם מבקשים להציף בסיטואציה הרגשית-חברתית, מאפשר:

- להחיות את הסיפור, לעבות אותו ולהפוך אותו לבעל משמעות עמוקה הנובעת מה'כאן ועכשיו'.
- לנהל דיאלוג אינטראקטיבי עם הבובות שבסיפור, המייצגות חלקים פנימיים.
- לשמור על טקסט-מבנה, שמקנה יציבות ותחושת ביטחון.
- לזמן חווייה מעצימה המעוררת את הכוחות ואת משאבי ההתמודדות.

כל זאת, מכיוון שילדים מגיבים בצורה פעילה, כפרטים וכקבוצה, להתרחשות הדרמטית באופן המאפשר "בכאן ועכשיו" את ה"אילתור התרפויטי" ושילוב אלמנטים מתוך ה"סיפור הקבוצתי". האינטראקציה המתהווה בזמן אמת בין הסיפור כטקסט, לבובה, למפעיל / מנחה, לילדים כפרטים ולילדים כקבוצה, מעצימה כל אחד מהגורמים המשתתפים בה. התוצאה הנה תהליך סינרגטי ודיאלוגי שמשמעו העצמת משאבי ההתמודדות אצל ילדים.

תוכנית 'מה עוזר כשקשה לי'

פיתוח משאבי התמודדות בגיל הרך באמצעות מודל "הבובותרפיה"

יישום מודל הבובותרפיה בהקניית ופיתוח משאבי התמודדות

(לפי מודל החוסן הרב מימדי שפותח על ידי פרופסור מולי להד)

פיתוח משאבי התמודדות הוא נושא חשוב העולה שוב ושוב לכותרות כמטרה בפני עצמה, הנותנת מענה לצרכים אותם מציבה המציאות של ימינו, וכאמצעי חלופי לתקשורת הבין אישית האלימה, הצומחת בהעדר אותם המשאבים הנחוצים להתמודדות עם קשיים ומצוקות. בתקופת הילדות המוקדמת, בשל גילם הצעיר, אנו, המבוגרים, מתקשים לדעת ולהעריך את השפעתן של מצוקות וקשיים עליהם. בדרך כלל אנו נחשפים ישירות לתוצאותיהם של אלה, הבאים לביטוי בגילויי תוקפנות ומעשי אלימות. מתוך כך, פותחה התכנית "מה עוזר כשקשה לי", תכנית לפיתוח משאבי התמודדות לגיל הרך באמצעות תיאטרון בובות וסיפורים.

התכנית היא בדגש מניעתי ומבוססת על ההנחה כי פיתוח מגוון רחב ומגוון של דרכי התמודדות עם קשיים, יוכל לעזור בצמצום הצורך בפתרונות תוקפניים. באמצעות משמעותיים בהווה ובעתיד וכן בצמצום הצורך בפתרונות תוקפניים. באמצעות התכנית הילדים לומדים, מפנימים ומתרגלים את מודל החוסן הרב מימדי שפיתח פרופ' מולי להד (הידוע גם בשם BASIC PH). מודל זה מציג ששה ערוצים בהם מבוגרים וילדים מתמודדים עם קשיים: אמונות וערכים, רגש ויכולת לבטא רגשות, חברה ותפקיד, דמיון, ערוץ ההיגיון וערוץ פיסי וסומטי.

בהתאם למודל הבובותרפיה, נבנה סיפור השלכתי, המספר על יער קסום בו חיו חיות שונות ומשונות. בעקבות מצב משברי שחל ביער, כל חיה מתמודדת באופן שונה עם המשבר. כך שהילדים נחשפים לאופני ההתמודדות השונים של החיות ומתרגלים אותם. העובדה שמדובר בבובות של חיות מזמינה השלכות והזדהויות מצד הילדים ומעוררת את משאבי ההתמודדות שלהם דרך הדיאלוגים שהם מנהלים עם הבובות, תוך כדי סיפור המסגרת, בטכניקה של הנחיית הקבוצה בדומה למסורת מספרי הסיפורים.

כל משאב התמודדות מיוצג על ידי בובת חבר. לדוגמא, את המשאב החברתי, מייצגת כבשה שמעוררת את הערוץ החברתי כחלק מהתמודדות עם קשיים וגם עוסקת בנושאים כגון: מקום בקבוצה, חרדת נטישה, חריגות ועוד. בובת התרנגול מייצגת את משאב האמונה ומעוררת דרכו תכנים של דימוי עצמי, כבוד, גאווה עצמית והצלחה.

התכנית הינה מערכתית ומשלבת מפגשים של ילדי הגן, צוותים חינוכיים (גננות, סייעות, צוות פרא-רפואי) והורים, מתוך המחשבה שגן הילדים, מעבר לתפקידו החינוכי, מהווה גם צומת מפגש בין המבוגרים האמונים על טיפול בילדים וחונכם (הורים, צוות חינוכי ועוד). בצומת זו, למידה, הפנמה ותרגול של פיתוח משאבי ההתמודדות מאפשרת לכל הגורמים במערכת להעצים את משאבי ההתמודדות של הילדים באופן מתואם ובכך לתרום לפיתוח תחושת המסוגלות והעצמאות שלהם ולפיתוח מודעות לכוחותיהם ולבחירותיהם. שימוש מערכתי שכזה עשוי לתת מענה בהתמודדות של הילדים כקבוצה וכפרטים ויכול לסייע לצוות הגן להתמודד עם קשיים בגן ולהורים בבית.

החשיבה המערכתית מקבילה לתהליך אותו עוברים הילדים בגן. הילד, כצופה פעיל בהתרחשות אינו נמצא לבדו. באמצעות הצפייה, ההזדהות וההשלכה הוא מגיב לבובות ויוצר עמן אינטראקציה באמצעותה הוא מתנסה בחוויות רגשיות- חברתיות כחלק מקבוצה. הוא יכול להביע רגשות מאחר והוא מבחין בלגיטימציה ובהזמנה לעשות כן, ומזהה שחבריו גם הם עושים כך. הוא לומד להכיר בכך שחבריו לקבוצה מעורבים בחומר הדרמטי המוצג ושמה שהוא עסוק בו הוא משותף וניתן לשיתוף. בכך הופכת הסיטואציה למרחב מוגן הפועל באופן מערכתי ומשדר אמירה רב מימדית לילד ולחבריו לקבוצה בגן.

על התכנית מה"שטח":

"התכנית עזרה בגיבוש הקבוצה, עזרה לילדים להיפתח. אני משתמשת בכלים שקיבלתי בתכנית. התכנית נתנה לי תצפית טובה והכרות מעמיקה יותר של הילדים. ראיתי שהעבודה עם הבובות תורמת לעיבוד תכנים רגשיים באופן שמפנה את הילד לקלוט חומר נוסף" (ד' גננת חיפה).

"התכנית עוזרת בפיתוח הדמיון, מקום להבעה רגשית, נותנת שחרור פיזי, עוזרת בפיתוח אכפתיות חברתית. התכנית תרמה לי מאוד, למדתי הרבה דברים וקיבלתי הרבה רעיונות להמשך עבודה. אני חושבת שהילדים מגלים היום יותר בטחון. מאוד מאוד נהנית" (ר', גננת, חיפה).

"אנחנו כל הזמן מגלות רבדים אחרים אצל הילדים שלא גילינו עד עכשיו- כמו ששרית (שם בדוי) שלא רצתה להגיד שהיא יכולה... גם אנחנו צריכות להגיד "אני יכולה" ועדיף אם היינו יכולות לצעוק את זה... צריך את התכנית כבר בתחילת השנה... אני כל יום מתרגשת מהשינוי שמ' עובר מאז שהגיע אלינו התוכי, פשוט לא להאמין" (ד', גננת, נהריה).

"הילדים נראו הרבה יותר רגועים, כאילו שהם מתבגרים. ובאמת נרכשים כלים להתמודדות עם בעיות - כמה שיותר כלים ככה ההתנהגות יותר רגועה... הם

עוזרים אחד לשני בגן, רואים את הצרכים של החברים שלהם" (א', גננת מחליפה, נהריה)

"התכנית תרמה לילדי הגן מאוד, הם נפתחו ושיתפו פעולה. הזדהו עם הבובות והחזרות בגן חזקו את המסר כמו "אני יכול", קבלת תפקידים, הבעת רגשות וכו'. הפעילות נתנה פן חדש של אמצעי טיפול כאשר יש קושי בנושא מסוים. כאשר מקצוע אני הרגשתי שהתוכנית חידדה וחיזקה הן את הצוות והן את ילדי מרכז הקליטה ונתנה עוד כלי עזר כדי להתמודד עם קשיי קליטה או קושי בתוך המשפחה." – (א', חונכת ילדי הגנים במרכז קליטה בצפת)

"המפגש עם התוכנית תרם לי רבות, כאם ל-3 ילדים שכל ילד מתאפיין בתכונה אחרת שלא ידעתי איך להתמודד איתו. היום יותר קל לי לתקשר עם ילדי ולהתמודד איתם במצבים שונים. כמו כן, הילדים משתמשים בכלים להתמודדות ובייחוד עם..... "אני יכול" (אמא של ל', משתתפת בתוכנית בשוהם).

סיכום

במאמר זה הוצג מודל הבובותרפיה – מודל המשלב בין סיפור השלכתי לתיאטרון הבובות. הוצגו האיכויות התרפויטיות והיתרונות של כל אחד מחלקי המודל, החלק של הסיפור ההשלכתי והחלק של תיאטרון בובות ככלי טיפולי, ונערך דיון קצר בשילוב ביניהם, אופיו והאיכויות הטמונות בשילוב זה.

הודגם השימוש במודל הבובותרפיה, על ידי תיאור התכנית "מה עוזר כשקשה לי", תכנית העוסקת בפיתוח משאבי התמודדות. תכנית זו מועברת בגני ילדים בחינוך הממלכתי, ממלכתי דתי, חינוך מיוחד, מרכזי קליטה ברחבי הארץ, בייחוד סביב קו העימות, בהם הילדים והסובבים אותם חשופים לעתים באופן יומיומי למצוקות וקשיים הנובעים מהאיום המתמשך על חייהם.

אני מקווה שבעקבות מאמר זה יגבר השימוש בסיפורים השלכתיים ובתיאטרון הבובות בגן הילדים בצורה מודעת ומושכלת יותר, וכן יעלה לדיון ומודעות את איכות השילוב של שניהם יחדיו.

פרטים נוספים על התכנית "מה עוזר כשקשה לי" ניתן למצוא באתר <http://www.kookila.net> או דרך מרכז "משאבים".

על הוגת התוכנית: סמדר קופר-קיסרי, תרפיסטית בדרמה, סיפורים ובובות. מטפלת במסגרת משרד החינוך ובמסגרות פרטיות. מנחת השתלמויות וסדנאות לפיתוח אינטליגנציה רגשית באמצעות בובות. מרכזת ומנחה במסלול "תיאטרון בובות ככלי חינוכי" בביה"ס לתיאטרון בובות בחולון. יוצרת ומנהלת תכנית "מה עוזר כשקשה לי", תכנית לפיתוח משאבי התמודדות באמצעות תיאטרון בובות וסיפורים בגני ילדים. יוצרת מודל "בובותרפיה".

סמדר מתמחה בעבודה קבוצתית לפיתוח משאבי התמודדות באמצעות בובות וסיפורים כאמצעי השלכה בגיל הרך.

ליצירת קשר עם כותבת המאמר: smadar@kookila.net

תודות

ברצוני להודות לבת-חן שפירא, על הערותיה המאירות למאמר, לכל המנחות והגננות שהשתתפו עד כה בתכנית "מה עוזר כשקשה לי" וכן למרכז לפיתוח משאבי התמודדות "משאבים" שבתמיכתו יצאה התכנית לדרך וסייעה לאלפי ילדים, צוותים חינוכיים והוריהם בקווי העימות. ואחרון חביב לבעלי היקר, שתמך ואפשר לי להתפנות לעשייה זו. תודה!

ביבליוגרפיה

איילון ע. (1993), המוות בספרות והספרות כתרפיה, בתוך: מלקינסון ר., רובין ש., ויצטום (עורכים): **אבדן ושכול בחברה הישראל**, ירושלים, משרד הבטחון.

בטלהיים ב., (1987), **קסמן של אגדות ותרומתן להתפתחות הנפשית של הילד**, רשפים.

בן עמוס ד., (1975), **מגמות חדשות בחקר הפולקלור**, הספרות: כתב עת למדע הספרות, אפריל 1975, עמ' 1-7.

ג'ונסון ד. ר., הדרמה תרפיסט ב"תפקיד", בתוך: ג'נינגס ס., (עורכת) 1993, **דרמה תרפיה – תיאוריה ומעשה למורים ומטפלים**, חלק ב', אח, קרית ביאליק.

וולטמן א.ג., תאטרון בובות כמכשיר טיפולי, בתוך: זקס ד., ניר י. (עורכים), **תשל"ט, תיאטרון בובות כמכשיר טיפולי בחינוך**, ירושלים, משרד החינוך והתרבות.

יחזקאלי י. (1988), **תיאטרון בובות**, רשפים.

להד מ., (2006) **מציאות פנטסטית – הדרכה יצירתית**, הוצאת נורד.

לנדי ר., אחד על אחד – תפקידו של הדרמה תרפיסט העובד עם יחידים, בתוך:
ג'נינגס ס. (עורכת) 1993, **דרמה תרפיה – תיאוריה ומעשה למורים
ומטפלים**, חלק ב', אח, קרית ביאליק.

מגד א., (2001), **פיות ומכשפות – סיפורים מטאפוריים בטיפול בילדים
בסיכון**, נורד.

פארי מ. (2003), **בובה סובבת עולם**, המוזיאון ובית הספר לאמנות תיאטרון
הבובות, חולון.

פרי נ., בנדק-חביב ד. (1997), **זה לא רק הצגה**, רכס

תלפז נ. (1997), מבוא עורך בתוך: פינקולה אסטס ק. **רצות עם זאבים**, מודן,
תל אביב