

השפעת טיפול במשחק בחול על תנועתיות מערכת העיכול בקרב ילדים צעירים עם קשיי גמילה מחיתולים והפרעות הפרשה

חנה ימיני ושמרית פישר

תקציר

גמילה מחיתולים נחשבת לתהליך חשוב בהתפתחות הילד, ומשולבת בהיבטים רגשיים כמו עצמאות וביטחון עצמי. עבור חלק מהילדים הגמילה עשויה להיות מאתגרת ולהוביל למגוון קשיים רגשיים והתנהגותיים, לעיתים עד כדי התפתחות של הפרעות כגון אנקופרזיס או אנורזיס המצריכות התערבות טיפולית. טיפול במשחק בחול משמש כלי המאפשר לילדים לבטא את רגשותיהם ואת חוויותיהם בצורה לא מילולית, דבר המקל עליהם את תהליך הגמילה ומפחית את החרדה הכרוכה בו. המאמר הנוכחי מתמקד בקשר שבין תהליך הגמילה מחיתולים לבין משחק בחול ככלי טיפולי לגמילה רגשית ופיזית אצל ילדים צעירים. דרך תיאורי מקרה המאמר בוחן כיצד טיפול כזה יכול לתרום להצלחת תהליך הגמילה ולהקל על הילד ועל ההורים. נוסף על כך, המאמר מביא דוגמאות להתנהגויות ולדפוסים נפוצים המופיעים במהלך הגמילה, ולאופן שבו הם מתבטאים במשחק בחול ובקשר עם ההורים ועם המטפלת. המסקנות מצביעות על כך שטיפול במשחק בחול יכול לשמש כלי עוצמתי לתמיכה בתהליך הגמילה מחיתולים בצורה הוליסטית, תוך דגש על החשיבות שיש בטיפול מותאם אישית לכל ילד וילדה.

מילות מפתח: פסיכותרפיה, גמילה מחיתולים, אנורזיס, אנקופרזיס, טיפול במשחק בחול

מבוא

גמילה מחיתולים היא שלב חשוב בהתפתחות ילדים, אך היא עשויה להיות מאתגרת ולהוביל למגוון קשיים רגשיים והתנהגותיים. בחלק מהמקרים היא עלולה אף להתפתח לכדי הפרעות כגון אנקופרזיס או אנורזיס, המצריכות התערבות טיפולית. מאמר זה יעסוק בהשפעת טיפול באמצעות משחק בחול והשלכותיו על ילדים צעירים בגיל הרך בשלב הגמילה מחיתולים. במאמר נבקש להדגים כיצד המשחק הסימבולי, המשחק בדממה בחול, יכול לזרז או להפעיל את מערכת העיכול, וכיצד הוא יכול לסייע לילד לעבור את תהליך הגמילה במקרים שבהם התהליך מתמשך או מתעכב מעבר לגיל הרצוי. נבסס את טענותינו על דוגמאות מתהליכי טיפול עם מטופלים צעירים שבחרו לשחק בחול בשלב התמודדותם עם קשיי הגמילה. הדוגמאות ממחישות את האופן שבו משחק בחול יכול להוביל לתחושת התרוקנות ושחרור באמצעות יציאה של הפרשה ממערכת העיכול – קונקרטי פיזית (עשיית צרכים בחיתול או בשירותים), או סימבולית (תיאור של מרקם החול במשפטים דוגמת "זה קקי").

תהליך הגמילה וחינוך לניקיון בהתפתחותו של הילד

תהליך הגמילה הוא צעד ראשון ומכריע במעבר של ילדים מהחיק המטריארכלי אל השתלבות בתרבות הקבוצה ובסביבה שהם גדלים בה (נוימן, 2011). החינוך לניקיון והגמילה תלויים במידה רבה בבשלותו של הילד לקבל באופן טבעי את הסדרת פעולת המעיים, וסיכוייהם להצליח רבים אם ייעשו בתקופה המתאימה לשלב התפתחותו. בניגוד למבוגרים, הרואים בצואה לכלוך, הילד חווה את הפרשותיו כחלק מגופו, חלק שהוא יצר וקשור אליו, ולכן עברו עשיית הצרכים היא הנאה והישג חיובי. מנקודת מבטו של הילד, עשיית הצרכים היא מתנה המגולמת באווירה הרגשית של הקשר בינו לבין אימו. מכאן שהצלחת הגמילה תלויה בתגובתה וביחסה של האם להפרשה. חוסר קבלה, רגשי דחייה וגועל או דרישה חד-משמעית טרם זמנה עלולים להוביל לביטויי עקשנות, לעצירות ולמאבקי שליטה של הילד באמצעות סוגריו (נוימן, 2011, 126-144). חשש מתגובת ההורים עלול לגרום לילד לפתח עמדה של שליטה ואוטונומיה על גופו, וכן חשש מהריח של ההפרשה המוסתר בתוך החיתול (כצנלסון, 2005, 119-120). מכאן, שהסירוב לוותר על

החיתול עשוי לשקף משאלה של הילד להישאר קטן, קושי להסתגל לשינויים, חוסר ביטחון בנוגע לשליטה עצמית וחשש להיפרד מהחיתול, הנחוה כשומר על גופו.

השלב האנאלי בהתפתחותו של הילד

השלב האנאלי נמשך מגיל שנה וחצי ועד גיל שלוש וחצי. בשלב זה הילד משיג שליטה על הסוגרים, ומצופה ממנו שיקבל על עצמו את תכתיבי החינוך לניקיון (טיאנו, 2000, 31). לפי הספרות הפסיכואנליטית, השלב האנאלי מלווה במאבקי שליטה וכניעה, ויחסי האובייקט בו נקשרים להפרשות, לסילוק ולעצירות (טייטל, 2019, 86). הקונפליקט המרכזי מתמקד בתנועה שבין תלות לבין עצמאות, בין הטרונומיה לבין אוטונומיה (נוימן, 2011, 143), וככזה הוא עלול להיות מלווה בפחד ובחשש מפני אובדן חלק מהגוף (פרויד, אצל אפטר, 1998, 83). יש מקרים שבהם השלב ההתפתחותי מתעכב מעבר לטווח המצופה ומתבטא כקושי, כחוסר נוחות או כפחד של הילד להשלים את התהליך. קושי זה עלול להתפתח לעיתים לכלל הפרעה, בין שזו מתרחשת בשלב מוקדם של הגמילה (ראשוני) בין שבשלב מאוחר יותר (משני). ההפרעה יכולה להיות בעלת אחד משני מופעים: אנקופריזיס – אירוע של הפרשת צואה רצונית או בלתי רצונית במקומות שאינם מתאימים לכך. מצב זה שכיח יותר בקרב בנים מגיל ארבע שנים ומעלה, ונחשב להפרעה כשהוא מתרחש בתדירות של פעם אחת בחודש במהלך שישה חודשים; אנורזיס – הרטבה בלתי רצונית חוזרת כלילה ו/או ביום. מצב זה גם הוא שכיח יותר בקרב בנים מגיל חמש שנים ומעלה, ונחשב להפרעה כשהוא מתרחש בתדירות של שלוש פעמים בשבוע לפחות למשך חודשיים ברצף (כתנאי שהתופעה אינה תוצאה של מצב רפואי). לעיתים שתי התופעות יתקיימו בד בבד, במיוחד בקרב ילדים הסובלים מהרטבת יום (APA, 2013).

ילדים עשויים לבטא את קשייהם בתהליך הגמילה במגוון אופנים. חלקם לא נפרדים מהחיתול ביום ובלילה, חלקם נפרדים מהחיתול רק בשעות היום, וחלקם נפרדים אומנם מן החיתול אך ממשיכים לעשות את צורכיהם בתחתונים. פעמים רבות ילדים אלה סובלים מעצירות ממושכת, מתלוננים על אי נוחות וכאבי בטן או כאבים בפי הטבעת, ומביעים חשש להתרוקן. חשש זה מתבטא ב"טפטופים" של צואה או בפחד מהאסלה. חלק מהילדים מתנהלים ללא חיתול בדרך כלל, אך

סביב הצורך להתרוקן הם מבקשים ללבוש חיתול ואף מסתתרים בפינה כלשהי בעת ההפרשה. כדי לעזור לילד, ההורים מנסים לשלב תזונה מתאימה, או שבהמלצת הרופא משתמשים בחומרים משלשלים, אך לא תמיד חל שיפור במצב. הורים מוצאים עצמם לא פעם מתוסכלים ונבוכים סביב הקושי, ולאחר ניסיונות גמילה רבים שאינם צולחים הם מתייאשים ומחזירים את החיתול.

בעיות בהפרשה כסימפטום

בהיעדר גורמים פיזיולוגיים ברקע, העיכוב בגמילה נחשב סימפטום לקושי נרחב שהילד מתמודד איתו. הסיבות עשויות להיות מגוונות, ולכלול מגוון נסיבות ברקע. למשל, סביב הולדת אח ילדים מביעים לעיתים צורך לקבל את אותו יחס שמקבל הנולד; סביב תהליך גירושים של ההורים ילדים מבקשים להעביר דרך הפרשותיהם מסר על הקושי שלהם. קשיים בקשר עם אחד ההורים או עם שניהם, דוגמת מאבקי שליטה וכוח או הזנחה, עשויים גם הם לקבל ביטוי כזה. במקרים מסוימים נראה כי אחד ההורים מבקש באופן לא מודע לשמר את הילד כ"תינוק", כפי שאמרה אימו של אחד הילדים המטופלים: "למה שארפה, הוא התינוק שלי, יותר לא יהיו לי תינוקות, הוא המאהב שלי, הוא ישן איתנו במיטה וכל הלילה אנחנו מחובקים, הוא נהנה ואני נהנית".

דינמיקה זו עשויה להתבטא גם סביב הסטינג הטיפולי. למשל, במהלכו או בסיומו של מפגש טיפולי ילדים מבקשים לעיתים ללכת לשירותים לרוקן את מערכת העיכול או השתן. לעיתים, בעת שהם יוצאים לשירותים הם פוגשים בחדר ההמתנה את ההורה, והוא עשוי להעיר הערות דוגמת "מה, דווקא עכשיו אתה צריך לשירותים, זה מבזבז את הזמן שלך בחדר, תעשה את זה מהר". תגובה זו של ההורים עשויה לייצג את דפוס התקשורת בין הילד להורה, דפוס המבטא קונפליקט בין הצורך של ההורים בשליטה בילד לבין הצורך של הילד בעצמאות ובנפרדות מהם.

הטיפול במשחק בחול בגישה היונגיאנית

הטיפול במשחק בחול הוא שיטת טיפול שפותחה בשנת 1929 על ידי מרגרט לוונפלד על פי גישתה של דורה קאלף, והיא מבוססת על התאוריה של קרל גוסטב

יונג ואריק נוימן (Cameron, 2003, 19). המשחק בחול נחשב לצורה קונקרטית של דמיון פעיל שבה המטפל עד למהלך המשחק, אך תפקידו בעיקר דומם. לרוב הוא מתעד בכתיבה את יצירת תמונת החול ובצילום את תמונת החול שנוצרה. אין הוא מתבקש לתת פרשנות פעילה כל הזמן, כיוון שבתהליך יש רצף המהווה טיפול בפני עצמו, גם ללא ניתוח פרשני (פינצובר, 1998; Betensky, 1998). מהות העבודה במשחק בחול היא למעשה בניית תמונת החול, הנחשבת כמסייעת להיכנס למצב של הרפיה, מבטאת חלקים מעולמו הפנימי של המטופל ונוגעת ברבדים עמוקים של נפשו.

בחדר הטיפול מוצעים לרוב שני מגשי חול בעלי איכות שונה: מגש שבו החול יבש ומגש שבו החול לח, ואיכותם נחוות באמצעות מגע הידיים בחול או בהכנסתן לתוכו. המשחק בחול הוא מגוון ומזמין את המטופלים ליצור, לאסוף, לקבור, להציף, להטביע, לחשוף, לבנות ועוד (שטיינהררט, 2004, 137-164). כך מתקיים בין הידיים והחול דיאלוג המעורר ידע גופני פנימי של משחק, ומאפשר מגע עם הלא מודע האישי והקולקטיבי. לצד מגשי החול מוצע אוסף של מיניאטורות וחפצים קטנים המייצגים מגוון דמויות ואובייקטים המשקפים את העולם. תהליך הריפוי מתרחש בהדרגה ובאופן ספונטני, וכולל העלאת תכנים מהלא מודע של המטופל.

מעבר למסגרת המשחק הכללית, הגישה היונגיאנית מייחסת חשיבות רבה לסוג המשחק בחול שהמטופל בוחר כסימבול לחוויה הפנימית שהוא אינו יכול לבטא במילים (Kallf, 1993, 137). לדוגמה, באמצעות קבורה או הסתרה של חפצים בחול עשוי הילד לגעת ברבדים עמוקים בחוויה הפנימית שלו הקשורים במוות או בתחייה של חלקים בלתי רצויים בעצמו, או בהסתרה של פונקציה מבישה. לחלופין, דברים הגורמים לפחד עשויים להיקבר בצורה סימבולית, כמו עשיית צרכים במכנסיים. כך, כל יצירה חדשה מעורבת בהרס, מאפיינים ישנים מתים, ומפנים מקומם למאפיינים חדשים (Ackroyd, 1993).

הפרעות הפרשה כפי שהן באות לידי ביטוי בתהליך טיפול במשחק בחול

מרבית הילדים המופנים לטיפול עקב בעיות הפרשה מגלים משיכה מיידית לשחק בחול, לעיתים עוד בטרם הכירו ובחנו אמצעי משחק נוספים בחדר. חלקם פונים

תחילה אל מגש החול היבש, ועד מהרה הם מבקשים לשחק במגש החול הלח, המאפשר מפגש המקביל לעיסוקם בהפרשות גופם. הם מבקשים להרטיב את החול בהרבה מים – מציפים, מתיזים, מלכלכים ומתלכלכים, ומפזרים את החול מחוץ לגבולות המגש. נראה כי תוך כדי המשחק הם מתמזגים עם החול הבוצי, "לשים" אותו בכפותיהם ויוצרים מרקם המייצג ומסמל צואה. חלקם אף מלווים את המשחק במלל, ומצהירים: "זה קקי". ההנאה הטבעית מחומרים פלסטיים דומה להנאה הראשונית הכרוכה בהפרשת הצואה ומגלמת אלמנטים של לכלוך וניקיון, שליטה ואי שליטה (נוימן, 2011, 138).

במהלך המשחק בחול מתעורר פעמים רבות בהדרגה הצורך במתן צואה או שתן. צורך זה מתבטא בהבעות פניו של הילד, בהסמקה ובתנועות גוף המשקפות איפוק, כיווץ ונוקשות, בעיקר באזור הגפיים התחתונות. פעמים רבות לאחר התאפקות ממושכת נצפית הרפיה בגוף, והיא מלווה בהפצת ריח הנובע, כנראה, מתנועיות במערכת העיכול (שחרור גזים). ברגעים אלה הילד עושה את צרכיו – בחיתול, בתחתונים, בשירותים או ביושבו בסיר בתוך המגש השלישי, הריק מחול (ימיני, 2008).

החול כאימא אדמה

החול אשר נמצא במגשי החול בחדר הטיפולים הוא חול טבעי שמקורו באדמה החולית אשר בחוף הים. ככזה, הוא מייצג באופן סימבולי חומר המאפשר לילד מגע עם מרקם המחובר אותו למקום מוכר עוד מינקותו – גוף האם, אימא אדמה. ארכיטיפ האדמה הפציע בהתפתחות התודעה האנושית מהפיצול הבלתי נמנע בין שמיים וארץ, ובו האם מייצגת את האדמה והאב את השמיים (נוימן, 2007, 80). האדמה, הרחם וכל מה שנוצר מהם הופיעו כיסוד הנשי; היא האם הגדולה של כל החומר החי, כך שביקור בחלקים הפנימיים של האדמה משול למסע במרחבי הלא מודע. מכאן ניתן להבין כי האדמה מייצגת גם את הלא מודע. ככזו היא מקפלת בתוכה היבטים סותרים של אימא אדמה. מחד גיסא האם האפלה והבולענית המיוצגת כאימה, טורפת את כל מה שנולד ושואבת אותו ללא רחמים בחזרה אליה. מאידך גיסא האם המאירה ומעניקת החיים, המיוצגת כיוצרת, כמקימה לתחייה וכמחוללת שינויים, עד כי היא נחשבת למקום הולדתה של התודעה (נוימן, 2007, 80-103). ניתן אפוא להבין כי במשחק בחול האם מיוצגת על ידי החול (אימא אדמה) הנמצא

בתוך מגשי החול. המים האמיתיים והצלולים המעורבים במשחק מייצגים גם הם את האם הגדולה וקשורים ללידה ולעיקרון הנשי (שטיינהרדט, 2004, 158).

השפה הבלתי מילולית לעומת השפה המילולית המדוברת בהקשר של משחק בחול

כשמדובר במטופלים מבוגרים, ההנחה היא כי הטיפול מושתת בעיקר על השפה המילולית. הדיבור, השיום והשיחה תופסים מקום נכבד ומשמעותי בפגישה, והיא מתנהלת לרוב בשיחה עם המטפל. לעיתים המטופל מסיים את השיחה בתחושה של שחרור, פורקן, ולמעשה התנקות מתחושה, הרגשה, קושי, דילמה או קונפליקט שהגיע איתם לטיפול. המבוגר משתמש ביכולתו המילולית, במערכת של מילים סמליות, כדי להביע בפני אחרים את מחשבותיו ואת רגשותיו. עם זאת, במידה רבה הוא משתמש במילים לצורך מחשבה פנימית, עבור התהליך הממשי של החשיבה. הוקסטר (אצל דאלי ואח', 1995) סבור שלילדים יש צורך דומה, אך חזק הרבה יותר, להחצין את חוויותיהם המנטליות. בעיקר בגיל הרך, שבו השפה המילולית בכלל והשפה הרגשית בפרט אינן מפותחות, ילדים ישתמשו תחילה בשפה בלתי מילולית כדי להביע את רצונותיהם. ילדים צעירים נוטים לעשות זאת באמצעות יצירת מצב משחק תלת־ממדי שלתוכו הם יכולים להכניס את עצמם או צעצוע המייצג אותם.

אחד הנושאים העיקריים העולים בסיטואציה הטיפולית הוא מפגש עם רבדים בהתפתחות הנפשית, ואלה מתבטאים, בין היתר, באמצעות תקשורת טרום־מילולית (לנדאו, 1996). האיכות החופשית של ביטוי קדם־מילולי במשחק בחול יכולה להיות מרגיעה בהשוואה לאתגר שבניסיון לבטא במילים את סיטואציות הקונפליקט. בעולם הבלתי מילולי של משחק בחול יכולה התנסות זו להיות רפויה, נוחה וחופשית, לעומת טיפול מילולי, הדורש בסיס שפתי ניכר (רייס־מנוחין, 1993, 109). כפי שהמטופל המבוגר "מדבר" ומשחרר, כך המטופל הצעיר המשחק במגש בחול מרוקן באופן קונקרטי מהגוף "פסולת" (ממערכת העיכול), היינו מתנקה.

תיאורי מקרה: גמילה מחיתול באמצעות משחק בחול

בחלק זה נמחיש את אופי העיסוק בשלב האנאלי דרך משחק בחול באמצעות שני תיאורי מקרה. התיאורים מתבססים על תצפית, תיעוד של יצירת תמונת החול

וניתוח איכותני של הדינמיקה הטיפולית. לאלה נוסף מידע ממקורות חיצוניים, ובהם גננות ומורות במסגרות החינוך, הורים וגורמי רווחה. כל השמות המופיעים בדוגמאות הם בדויים, והפרטים האישיים טושטשו כדי למנוע זיהוי. בהלימה עם כללי האתיקה, הורי הילדים מסרו הסכמתם לשימוש בחומרי הטיפול ובתיעוד מתוכו תחת התחייבות למניעת זיהוי. מקרים אלו נבחרו מאחר שהם משקפים ומייצגים את מגוון הילדים המופנים לטיפול בגין קושי בגמילה מחיתולים או בעיות בהפרשה, ובחרים לשחק בחול בתהליך הטיפול.

יוסף

יוסף, בן שלוש וחצי, הוא הבן הבכור והיחיד במשפחתו. הטיפול ביוסף נמשך כשנה וחודש; בסך הכול התקיימו 49 פגישות, ובהן נוצרו 29 תמונות חול. בתחילת הטיפול אימו הייתה בחודשי הריונה הראשונים. ההורים תיארו ילד שמח, חייכן ונבון, עם קשיים בשפה ובדיבור, ולצידם קושי בשליטה בהפרשת צואה. לדבריהם, יוסף התנגד לעשות את צרכיו בשירותים ובכלל לשבת על אסלה, הן בבית הן בגן. ההורים הזכירו לו שהוא "ילד גדול", שאלו אותו לעיתים קרובות אם הוא רוצה ללכת לשירותים, ודחקו בו לעשות צרכיו באסלה. יוסף נהג להתאפק רוב היום, אך תחתוניו היו מלוכלכים רוב הזמן בצואה. ההורים הביעו כעס בכל פעם שיוסף עשה את צרכיו בחיתול או לכלך את תחתוניו. האם נהגה להשליך את התחתונים עם הצואה לפח בנוכחותו, תוך שהיא סותמת את אפה ואומרת: "איכס, הריח מסריח!" כאשר יוסף רצה לשבת על ברכיה או לחבקה היא הייתה מסרבת בטענה שיש לו ריח לא טוב ושהיא נגעלת ממנו. ההורים ציינו שהפרדות מהאם היו מלוות תמיד בבכי ובצרחות, גם בבוקר בגן וגם כשיצאה מהבית לסידורים או לעבודה. עוד הוסיפו כי יוסף הביע תוקפנות, השליך חפצים, צעק וכעס, אך הם לא ידעו להסביר את הסיבה ולא הצליחו להצביע על טריגר ברור.

לפגישתנו הראשונה יוסף הגיע בחיתול, ובפיו מוצץ. בידו האחת אחז בבקבוק ובידו האחרת אחז ברגלה של אימו, נצמד אליה ונראה כמנסה "להתאחד" עם גופה. הוא ביקש להיכנס לחדר בליווי אימו. בקשה זו חזרה על עצמה במשך תקופה ארוכה בטיפול, והיא עשויה ללמד על הקשר הסימביוטי ביניהם. עם כניסתו לחדר הוא נמשך למשחק בחול היבש, והסתיר בתוכו שתי מיניאטורות: נחש וג'ירפה. בחירה זו יכולה להצביע על שני צדדים שיציג בתהליך: האחד – הסימביוזה עם

האם, המיוצגת בנחש כסימבול של הקשר ליסוד האדמה והמים; האחר – הכוחות להגיע לנפרדות ועצמאות, המיוצגות בג'ירפה כסימבול ליכולת להתבונן לעתיד הרחוק ולתקשורת (פישמן, 2002, 50). לאחר שקבר את שני החפצים הקטנים עמוק בחול הוא גילה וחשף אותם, ובתוך כך העיף חול לכל עבר. כשראה שהחול עף גם עליו הוא התבונן בו, כמחכה לתגובתי נוכח ההפתעה שבפניי. בתגובה דיברתי את הניסיון שלו לבדוק אם מותר להעיף חול עליי ובחדר, הראיתי בידי את גבולות המגש, והסברתי כי החול והמשחק צריכים להיות בתוך המגש. יוסף עצר, הקשיב, והאט את קצב המשחק.

לאחר דקות מספר יוסף עבר לשחק במגש השני, עם החול הלח, ושיחק בו כמעט בכל אחת מהפגישות הטיפוליות הבאות. הוא שפך לתוכו עוד מים, ותוך כדי לישת החול בין כפות ידיו אמר: "זה קשה, צריך להוסיף מים" (תמונה מס' 1). הוא התלכלך עד כדי התמוגגות עם החול הרטוב. נראה כי התנסות זו הסבה לו הנאה רבה, והוא חזר עליה כמה פעמים. הוא לכלך והתלכלך. נראה היה שהוא חווה את החול כצואה, והוא אמר: "החול מסריח כמו הקקי שלי. אימא אומרת שהקקי שלי מסריח". המשחק בבוץ אפשר ליוסף להרגיש חופשי במגעו עם החול והמים, והוא הפיק הנאה מהמשחק הסימבולי. זאת בניגוד לאיסור על הנאה ממשחק בהפרשה במציאות, היוצר קונפליקט בינו לבין אימו.

בפגישות הבאות יוסף הזמין את אימו לשחק בחול הלח. אף שהייתה מסויגת מעט, היא הצטרפה למשחק המשותף בחול. המשחק היה מושתת ברובו על תקשורת בלתי מילולית, רמז לשחזור ולרגרסיה לתקופת הינקות. יוסף הרטיב את החול הלח בעוד מים, הכין "עוגת חול", כלשוננו, ומיקם מכלים שצורתם עגולה (קערות, צלחות, תבניות) בצד שמאל של המגש. צד זה נחשב למייצג את הלא מודע האישי (רייס-מנוחין, 1993, 98), ויכול אפוא להעיד על השלב שבו יוסף נמצא, או על פן רגרסיבי בטיפול.

יוסף ביקש מאימו שתמלא איתו יחד את אחת התבניות העגולות שבחר. האם מילאה את התבנית בחול רטוב, על פי בקשתו, כך שבמשחק משותף זה היא ייצגה את העצמי של יוסף, אשר עדיין אינו מגובש אצלו. שניהם כוסו בחול, ויוסף התיז בוץ לכל עבר. הבוץ פגע באימו, והוא עצר והתבונן בתגובתה. היא הופתעה, נעמדה, ניצרה את בגדיה ואמרה: "לכלכת אותי, איכס! אני לא אשחק איתך יותר!" היא התרחקה ממנו ויצאה מהחדר. יוסף המשיך לשחק בדממה ללא אימו. "אימא כעסה כשהתזת בוץ. היא כעסה ויצאה מהחדר", אמרתי. "גם כשאני עושה קקי היא

כועסת עליי", השיב, והמשיך לשחק. ייתכן שהמשחק בחול בתוך הקשר הטיפולי אפשר לו להרגיש בטוח ומוגן, כך שהצליח להכיל את הפרדה מאימו. בפגישות הבאות יוסף הצליח להיפרד מאימו ולהיכנס לחדר בלעדיה, אך עדיין עם מוצץ ובקבוק, והניח אותם בצד. אופי המשחק בחול השתנה, והוא נשאר בגבולות המגש. יוסף נהנה להוסיף מים ולהרטיב את החול שוב ושוב. הוא דחף את החול וחשף את הקרקעית הכחולה בחלקו הימני של מגש החול. הוא "לש" בחוזקה את הבוץ שיצר בכפות ידיו, טפטף וצעק בהתלהבות: "זה קקי! זה קקי!" ייתכן שבאמצעות ערבוב המים והחול ולישת הבוץ שנוצר הוא הגיע למרקם שהזכיר לו את הפרשותיו. כששטף את ידיו הישיר מבטו ואמר: "אימא אומרת לי לעשות קקי באסלה, אני עושה קקי בחיתול". "אני מבינה" עניתי, "אתה מחליט איפה לעשות קקי". יוסף הנהן, ואני המשכתי: "נכון, הקקי הוא שלך". לאחר זמן מה הוא ביקש לצאת לשירותים, ובדרכו לשם אמר לאימו בטון החלטי: "אני עושה רק פיפי בשירותים, לא קקי!" אמירה זו עשויה לשקף את מאבקי הכוח והשליטה שיוסף מנהל עם אימו, כמו מבקש להעביר מסר חד-משמעי שההחלטה על גופו היא שלו בלבד.

לאחר פגישה זו, יוסף חזר לשחק בחול בהסתרה ובגילוי, אך הפעם ללא אפקט ההפתעה וזריקת החול, ואמר: "אני שותה חלב בבקבוק". ייתכן שרצה לספר לי שהוריו לא מאפשרים את התפתחותו. כלומר, מצד אחד הם אומרים לו שהוא גדול ושהוא צריך "לעשות" באסלה, ומצד אחר נותנים לו חלב בבקבוק כמו תינוק, כך שהוא נשאר עם חיתול, כמו תינוק. במהלך המשחק הוא שחרר גזים שמילאו את החדר בריח של צואה. ייתכן שתוך כדי המגע עם החול הוא הרגיש הרפיה ושחרור (תנועות במעיים), ביטוי לחוסר שליטה – בניגוד לשליטה במאבקי כוח שהוא מנהל עם אימו. עוד ייתכן שבדרך זו הוא משחזר את האפשרות של דחייה, אך חווה תגובה אחרת מזו של אימו.

בהמשך יוסף הגיע לפגישות ללא מוצץ ובקבוק, ואופי המשחק גם הוא קיבל תפנית. הוא הניח אסלות קטנות על החול הלח, הושיב עליהן גמדים ואמר: "הם עושים קקי באסלה". אמירה זו משקפת את התקדמותו של יוסף לעבר פתרון (תמונה מס' 2). הגמדים היושבים בשירותים מסמלים את הכוחות הבלתי מודעים אשר יוסף היה זקוק להם בשלב זה, ובהם תמיכה, גוננות וסיוע (פישמן, 2002, 151). במהלך השבוע שלאחר פגישה זו דיווחה האם שיוסף ביקש מיוזמתו לעשות קקי באסלה. בפגישות הבאות יוסף ישב על החול ואמר: "אין לי קקי בתחתונים, אני



תמונה 1
לישת החול בכפות הידיים הפתרון



תמונה 2
התהליך בדרך לפתרון הפתרון



תמונה 3
אני הפתרון

יכול לשבת בחול". בכך הוא סימן את השגת המטרה ואת היותו בעל השליטה וההחלטה (תמונה מס' 3). נדמה שחש שעכשיו, כשיש לו שליטה על צרכיו, הוא יוכל גם לשבת על ברכיה אימו ובחיקה – מה שנמנע ממנו כל עוד היה מתלכלך.

ביושבו בתוך המגש יוסף טפטף חול לתוך קערה עגולה צהובה, הפך אותה, הסתיר ובהדרגה גילה אותה, כמו שמש הזורחת מהים. השמש מייצגת אור ואנרגיה, מחממת את האדמה, מבשילה את היבולים ומאפשרת לידה מחדש (מטפורד, 2000, 34). שלב מתקדם זה, שבו יוסף התיישב במגש וגילה את המכל הצהוב המייצג אולי את השמש, משקף מעבר שבו התודעה מתחילה לקחת חלק פעיל בתהליך (פרי, 2003, 222). ואכן נראה היה כי יוסף מודע ובשל יותר להגיע בעצמו לגמילה. ייתכן כי יוסף השתמש במשחק בחול כאובייקט מעבר (transitional object), ובעיקר החול שבתוכו הפך לייצוג פנימי של האם. מאחר שהמגש אינו מאיים, אלא מהנה ומהווה התרחבות הדרגתית של האובייקט, יוסף נטל לעצמו זכויות של האובייקט ועשה בו כרצונו. ככזה, האובייקט מייצג את מעברו

של התינוק ממצב של מיזוג עם האם אל מצב של יחס אל האם כדבר חיצוני ונפרד. ויניקוט (1997) סבור שאם נמתין וניתן לילד את כל הזמן הדרוש לו, הרי הוא יגיע בעצמו לכלל הבנה מתוך יצירתיות ובחדווה עצומה, וילך בעצמו לשירותים. נראה אפוא כי המשחק בחול היווה עבור יוסף כלי עוצמתי ויעיל בתהליך הגמילה מחיתולים, נוכח הקושי להתמודד עם החרדה הקשורה בתהליך זה. דרך המשחק יוסף יכול היה למצוא דרך להתמודד עם התחושות הבלתי מודעות, ולשחרר אותן בצורה סימבולית ובטוחה.

עמיאל

עמיאל, בן ארבע, ילד שלישי במשפחה בת חמש נפשות. האחות הבכורה בת שבע, האחות השנייה בת שש, ואימו בהיריון מתקדם. הטיפול בעמיאל נמשך כשנה וארבעה חודשים; בסך הכול התקיימו 53 פגישות, שבהן נוצרו 35 תמונות חול. ההורים תיארו את עמיאל כילד בעל רגישות חושית גבוהה המלווה בקשיי שפה ודיבור, ובקשיים במוטוריקה עדינה וגסה (למשל, נוטה להיתקל בחפצים וליפול). לצד היותו חסר שקט הוא אינו עצמאי, נמנע מהתמודדות עם קשיים, מרבה לבכות ולהביע תסכול, ומתייחס לרוב המשימות כאילו הן מעל לכוחותיו: "אני לא יכול, אני לא יודע". הוא הופנה לטיפול סביב קשיים בגמילה כסימפטום מרכזי, ותלונה על עצירות קשה ואי נוחות באזור הבטן (נשללו סיבות אורגניות ברקע).

עמיאל התנגד להיכנס לחדר ללא אימו או אביו, ולפיכך לפגישות הראשונות נכנס בליווי אימו. היא ישבה בחדר דקות אחדות בזמן שהוא חקר את החדר ושקע במשחק. לאחר כמה דקות שאלתי אותו אם אימו יכולה לחכות בחדר המתנה, והבהרתי שיוכל לצאת אליה אם ירצה. לכשנענה בחיוב, אימו אמרה שהיא תחכה בחוץ ויצאה מהחדר. עמיאל המשיך לשחק, אך מדי פעם הביט לשעון ושאל מתי יוכל לצאת לאימו. מצד אחד הוא נמשך למשחק והתמסר לו, ומצד אחר היה עסוק באימו ואולי התקשה ליהנות בלעדיה. במהלך הפגישות הבאות עמיאל הצליח להיפרד מאימו, ובהדרגה אף להיכנס לבד לחדר. הוא מיעט לדבר ולרוב השתמש במשפטים קצרים, דיבר בלחש ובשיניים חשוקות. ברוב פגישות הטיפול הוא בחר לשחק במגשי החול – היבש והלח – ותוך כדי המשחק נהג לצאת לשירותים לעשות את צרכיו. האם, שהמתינה מחוץ לחדר, נכנסה איתו תמיד לשירותים, ולא אפשרה לו להיות עצמאי.

בתחילה עמיאל נמשך לשחק בחול היבש. הוא לקח גליל ארוך אדום בעל פתחים משני צדדיו, ושפך דרכו חול באופן חזרתי (תמונה מס' 4). הגליל משלב בצורתו ייצוגים של זכרי ונקבי – ארוך (פאלי, זכרי) ובעל פתחים עגולים (נקבי). המשחק בו יכול להתפרש כבחירה בחפץ המייצג ניגודים (זכרי ונקבי) או סימביוזה של שניהם, כמו הסימביוזה שבין עמיאל לאימו. כך או כך, הזכרי והנקבי מייצגים דבר שלם המסמן את הסוף הפוטנציאלי של תהליך מציאת הפתרון (גפני, 2005, 83-85). לאחר ששפך חול כמה פעמים הוא הצמיד לאחד הפתחים בקצהו של הגליל האדום פטמת בקבוק של תינוק. בחירה זו עשויה לשקף חזרה גרסיכית

לשלב ראשוני בהתפתחות, אך בה בעת עשויה להיות משולה למטרת התהליך – לעשות צרכים במקום המתאים: החול הנשפך מהגליל עובר דרך תעלה במישרין למגש. משחק זה התרחש בדממה, גם ללא התערבות מצירי, כמו אפשרתי לו להתמסר לתהליך ללא התערבות חיצונית. כאשר מטופל עובד עם חומרים הוא עשוי להימצא במצב של מיוזג עם האובייקט. אם נבקש ממנו להעניק לתוכן מילים זו תהיה דרישה מוקדמת מדי, מאחר שמדובר בתהליך פרטי המתקיים בינו לבין דימוי שלו (Naumberg, 1966).

עם התקדמות המפגשים עמיאל ניגש לשחק במגש החול הלח, ובתוכו כמו המחזיז את הדרמה המרכזית שבנפשו. במרכז מגש החול הוא הניח צלחת זכוכית עגולה שקופה, ועליה דמות של תינוק שוכב. על הצלחת הוא מיקם גם דמויות של סבא וסבתא (מייצגים דמויות הוריות מסייעות), שוטר (מייצג שמירה על חוקים), סיר לעשיית צרכים (מייצג מכל עם גבולות) ועוד מיניאטורות, והסביר: "כולם ביחד". הוא טפטף על גופו של התינוק בוך עד שהתינוק היה מכוסה וכמעט לא נראה, ולחש: "אימא ואבא אומרים שהתינוק הזה מלוכלך בקקי". ייתכן שרצה לספר שכך הוא מרגיש כאשר אינו מצליח לשלוט בצרכיו; הוא, כמו הצלחת השקופה, בלתי נראה. רק הצואה שלו נראית. "ומה התינוק אומר להם?" שאלתי. "אבא שלי אף פעם לא מקלח אותי, רק אימא שלי, אחרי המקלחת אני עושה קקי בפגי'מה; אימא ואבא כועסים ואומרים לי להתקלח עוד פעם". אמרתי: "ודאי לא נעים לך שכל הזמן מעירים לך על הקקי, אולי היית רוצה שיפסיקו". תמונה מס' 5 ממחשה את אי הסדר סביב הקושי לשלוט בצרכיו.

בפגישה הבאה עמיאל ניגש למשחק בחול הלח, וחשף במרכז המגש עיגול המייצג את מרכז האישיות, האגו (אממן, אצל שטיינהרדט, 2004). הוא הניח עליו את דמות התינוק, שפך עליו מים ואמר: "עכשיו התינוק נקי, הוא יושב לבד על אסלה". את הסיר (לעשיית צרכים) הוא הניח על דמות האב. את הדמויות האחרות הוא הניח מסביב לעיגול החשוף, בנפרד מהתינוק (תמונה מס' 6), בניגוד לתמונה הקודמת, שבה הדמויות הונחו איתו יחד על הצלחת השקופה. הוא אמר: "כולם רוצים שהתינוק יעשה קקי באסלה, זה מפריע". שאלתי: "התינוק צריך קצת פרטיות? הוא לבד באסלה". לאחר כמה דקות הוא ביקש לצאת להתפנות, וחיפש את אימו כדי להיעזר בה. אימו לא הייתה במקום, ולכן הוא נאלץ לשבת בשירותים בלעדית וניסה לעשות את צרכיו. הוא מירר בבכי קולני מתמשך, צעק שוב ושוב וביקש את אימו. חיכיתי במרחק מה מהשירותים, כדי שתהיה לו פרטיות.

אמרתי: "אני רואה שזה קשה לך, אתה צריך את אימא שתעזור. עכשיו אני כאן איתך, אני יודעת שאתה יכול". עמיאל המשיך לבכות, אך בהדרגה הפסיק. אף שהמשיך כל העת לבקש את אימו, הוא הצליח להירגע ולסיים את התהליך באופן עצמאי ללא התערבותה.

כאשר הילד עושה את צרכיו בחדר, או בשירותים, התגובה של המטפלת נחוות כשונה מזו של ההורים: ללא מאבקי שליטה, ותוך העברת האחריות לילד. הילד נעשה עצמאי ומצליח להשתחרר מהתלות בהורים. בסופו של התהליך גם ההורים משחררים, ומאפשרים לילד להפוך לעצמאי.

כשעמיאל חזר לחדר הוא ביקש להרטיב את החול במגש הלח. הוא בנה גבעה, הניח בראשה גולות ואמר: "תראי זה לא נופל, בניתי מלכודת לעכביש. את יודעת? ילד בתוך המלכודת, מרגיש הרבה לכלוכים מגעילים, לא נעים, בחוץ יש מפתח, בפנים אין מפתח" (תמונה מס' 7). עכביש הוא אחד הייצוגים של האם הגדולה, הטוה גורלות (מיטפורד, 2000), כמו האם המנכסת לעצמה את הבן כ"מאהב" ואינה מאפשרת את התפתחותו של הילד התמים. מיתוסים רבים מתארים את הכוח הדמוני הממית של האם, החולשת על גורלו של הבן שלא התחזק דיו כדי להשתחרר ממנה (נצר, 2011, 140-146). בשטף שאינו מאפיין אותו הוא המשיך להראות לי את מה שיצר ואמר: "אפשר לרדת לאיזה צד שרוצים, מימין או משמאל לגבעה". ייתכן שרצה לומר, שהוא יכול להיחלץ מהמלכודת בדרכים שונות, וש"המפתח" למלכודת נמצא ברשותו. המפתח



תמונה 4: הצפת הבעיה



תמונה 5: תינוק מלוכלך בצואה



תמונה 6: אני במרכז



תמונה 7: יציאה מהמלכודת

מסמל כוחות פתיחה ונעילה, כבילה ושחרור (פישמן, 2002) הנמצאים לכאורה בידי אימו, ורק היא יכולה לכבול אותו או לשחררו. דרך המשחק בחול עמיאל ממחזז את הרגשתו שהוא כבול בידי אימו, כמו במלכוד אורובורי (סימביוטי) של מצב סטטי החוזר על עצמו (נצר, 2008), או כמו שהצואה כבולה וכלואה בבטנו. עם זאת, דרך המשחק עמיאל מציע מוצא, דרך לצאת מהמלכודת ללא צורך במפתח. הדרך מאפשרת לו "לרדת" (לבחור) באיזה צד שהוא רוצה. ייתכן שעמיאל התכוון לאופן הבחירה שלו, שאינה תלויה במפתח או באימו.

נראה אפוא כי המשחק בחול אפשר לעמיאל גישה לאזורים בלתי מודעים של נפשו. באמצעות המשחק עמיאל יכול היה לבטא תחושות שלא יכול היה לבטאן במילים, ולעבור תהליך תרפויטי של התרוקנות פיזית ורגשית. המשחק שלו בחול אפשר לו להתמזג עם תחושות אלו, להתמודד עימן ולמצוא דרך לשחרר אותן.

דיון וסיכום

משחק הוא דרך ביטוי טבעית של ילדים. זהו היסוד האוניברסלי המסייע לגדילה, ויכול להיות דרך לתקשורת עם הסובבים אותו. בתהליך הטיפולי המטפל מקביל לדמויות המטפלים הראשוניים, ותפקידו בא לביטוי בשני היבטים: ההיבט האחד הוא תפקיד האם כראי. פניה של האם והבעותיה הם הראי הראשון שבו משתקפים לילד חלקים של עצמו, וכך הוא רואה את עצמו ולומד את החוויה הנפשית שלו. כלומר הילד נברא כסובייקט במבט של אימו. ההיבט האחר הוא משחק בנוכחות מישור אחר (ויניקוט, 1997, 74). המשחק בחול מספק למטפל תמונה בלתי מילולית המאפשרת להבין משמעויות עמוקות שאי אפשר לבטאן במילים. העבודה במשחק בחול יכולה להוות גשר בין החוויות הפנימיות לבין העולם החיצוני, ולעזור לילד לשחרר את תחושותיו בצורה בטוחה ומקובלת. ככזה, משחק בחול, במיוחד בהיותו תחום במגש, מהווה מרחב מוגן ובטוח עבור הילד הממחזז במשחק את הדרמה הפנימית בנפשו. גישה זו עשויה להיות מועילה במיוחד במקרים של קשיים בתקשורת המילולית או כאשר קיימים קונפליקטים פנימיים עמוקים.

מתיאורי המקרה שהובאו כאן עולה כי אצל ילדים צעירים ששלב הנפרדות, העצמאות והגמילה שלהם מחיתול מעוכב, המשחק בחול מזמן מרחב ביניים לעיבוד הקושי עד למציאת פתרון. תהליך זה עובר "דרך הבטן" הקונקרטי; הוא משפיע על תנועת המעיים, יוצר גירוי, ולא אחת מביא להתרוקנות קונקרטית

פיזית של מערכת העיכול. אך הוא עובר גם "דרך הבטן" הסימבולית; הוא מתבטא בתנועה בחול היבש והרטוב, ומאפשר ארגון של החוויה דרך התרוקנות ושחרור, בדומה למה שמאפשר דיבור בטיפול במבוגרים.

תהליך הגמילה מחיתולים טומן בחובו משמעויות פסיכולוגיות רבות. הוא מסמל את המעבר מתלות לעצמאות, כלומר את נטילת השליטה על הגוף ואת היכולת לעצור את הדחף המיידי להתרוקן בלי להזעיק את המבוגר. בתקופת הגמילה מחיתול העיסוק בהפרשה עשוי ליצור קונפליקט בין הילד לבין אימו. אם הגמילה מלווה בקושי של האם או האב להרפות, אזי הילד יתמיד בשליטתו בהפרשה הנמצאת בגופו, ויביע את כעסו כלפי הוריו באמצעות התפרצויות זעם, ביטויים חוזרים של עקשנות, רצון לשליטה וכעס המלווה בהשלכת חפצים, כפי שמדגימים המקרים שהוצגו כאן. שני המקרים הללו הדגימו, כל אחד בדרכו, קונפליקט בין הצורך של הילד להישאר קטן ולזכות בתלות באם לבין הרצון להפוך עצמאי, נפרד, ולהרגיש גדול. במקרים כאלה החול מזמן לילד המשחק בו מקום לעסוק בצורה סימבולית בהפרשה, במאבק בין תלות לבין עצמאות ובחרדות הקשורות להפרשת צואה ולשליטה בסוגרים – בניגוד למציאות בשלב האנאלי.

המשחק בחול מאפשר לילדים להרגיש בטוחים, מוגנים וחופשיים, וללא צורך בשימוש במילים לבטא מגוון רגשות מורכבים שניתן לפתור גם אם המטפל נמצא שם דומם. משחק בגילוי ובהסתרה של חפצים, למשל, מאפשר לילדים להסתיר באופן סימבולי מציאות מכאיבה, מפחידה או מבישה. נוימן (2011) סבור כי הסתרה כזו עשויה לייצג ביטוי של דחייה אינסטינקטיבית עמוקה מצד האם. כאשר אהבת האם תקינה, היא אינה מכירה בסלידה מהגוף או מתפקודי גופו של התינוק; האם מקבלת את הצרכים הטבעיים של הילד כמובנים מאליהם, ואינה מתערבת כדי לווסת אותם. במובן זה, הפרשות הגוף אינן רק חלק חשוב מהילד, אלא הן איכות יצירתית שלו, שיש להתפעל ממנה. כשהאימא סולדת מהילד היא אינה מצליחה להכיל ולקבל את "התוצרת" המופקת מגופו ומתוכו, שעבורו היא נחשבת, אולי, "מתנה". במקום התפעלות הילד חווה דחייה פיזית ומילולית ("איכס", "מגעיל", "מסריח"), שדרכה הוא עלול לחוות את עצמו כלא ראוי לאהבה. חוויה זו מונכחת דרך אנקופרזיס, כמו אומר באופן מוחשי "חרא לי". כפי שהוצג במקרה של יוסף, תגובת ההורים והאינטראקציה שלהם עם הילד ממלאות תפקיד מכריע. יחס של דחייה ושל גועל מצד האם כלפי הפרשותיו של הילד עלול להוביל לחוויות של

בושה ותחושת דחייה, מה שמעצים את הקונפליקט הפנימי ויוצר מעגל של עקשנות ושליטה בסוגרים.

התאוריה היונגיאנית, והמקרים שנדונו כאן, מציגים את הטיפול במשחק בחול כטכניקת טיפול יעילה במיוחד עבור ילדים המתמודדים עם קשיים בתהליך הגמילה מחיתולים. טיפול זה מאפשר לילד להביע את רגשותיו ואת חששותיו בצורה בלתי מילולית וסימבולית, ובכך ליצור קשר עם החוויות והקונפליקטים הפנימיים שלו. המשחק הסימבולי בחול מאפשר שימוש ספונטני ב"דמיון פעיל" (imagination), המעודד אינטגרציה בין דמיון לבין מציאות (רייס-מנוחין, 1993), כמו מספר את הדרמה של הלא מודע ופותח אפיק לתהליכים משניים עד למציאת פתרון (פרי, 2003, 51). עמיאל מצא פתרון ליציאה מהמלכודת בדרך יצירתית, מאיימת פחות, מהנה ומפתיעה. יוסף, לעומתו, מצא את דרכו חזרה אל חיקה של האם, שבו יכול היה להתקבל ולהתנחם. המשחק עצמו, אם כן, הוא חוויה מספקת מעצם היותה יצירה הכוללת את הגוף (ויניקוט, 1997). בהקשר זה, מגש החול הוא מרחב תחום ומוגדר בגבולות ברורים, ולפיכך הוא נחשב אובייקט נגיש ומוצע באופן קבוע וחופשי בחדר.

כשם שאובייקט המעבר מתייחס לחפץ ממשי המסמל עבור התינוק/הילד את האם ומאפשר לו לשמור איתה על קשר (ויניקוט, 1997, 37-39), משחק בחול יכול לספק פונקציה זו עבור ילדים צעירים. ככזה, הוא משמש גם "מרחב פוטנציאלי" (ויניקוט, 1997, 118-119): אזור הביניים של החוויה, השוכן בין הפנטזיה לבין המציאות. החול עצמו, כמייצג את האם הגדולה (אימא אדמה), הוא מרחב פוטנציאלי שבו הילד יכול לחוות תחושות של חיבור, של ביטחון ושל רגיעה. אצל ילדים צעירים נצפית משיכה טבעית למשחק בחול, משיכה הנובעת מהצורך הלא מודע להתחבר למקור של ביטחון ולהרגיש חלק ממהו מוכר וראשוני. המגע בחול הרטוב, החיבור לאימא אדמה וההתעסקות בו מאפשרים לילדים לפרוק ולהתמודד עם התחושות והמחשבות הלא מודעות הקשורות להפרשה ולשליטה. ואולי אף לא פחות חשוב מכך, המשחק בחול מסייע הן לילד הן להוריו לעבור את הגמילה בקצב האישי והמשותף שלהם.

מקורות

- אפטר, א', הטב, י', ויצמן, א' וטיאנו, ש' (1998). פסיכיאטריה של הילד והמתבגר. אוניברסיטת תל-אביב.
- גפני, א' (2005). קרל יונג. אסטרולוג.
- דאלי, ט', האל, פ"נ, האלידיי, ד', וואלר, ד', וויר, פ', קייס, ק' ושבריאן, ג" (1995). תרפיה באמנות: התפתחויות חדשות – תיאוריה ומעשה. אח.
- ויניקוט, ד"ו (1997). משחק ומציאות (יוסי מילוא, תרגום). עם עובד.
- טיאנו, ש' (2000). גדילה והתפתחות: מעגל החיים. בתוך אליצור, א', טיאנו, ש', מוניץ, ח' ונוימן, מ' עורכים (2000). פרקים נבחרים בפסיכיאטריה (עמ' 21-46). פפירוס.
- טייטל, א' (2019). האני בראי העצמי. רסלינג.
- יונג, ק"ג (1993). זיכרונות חלומות מחשבות (מיכה אנקורי, תרגום). רמות.
- ימיני, ח' (2008). טיפול בילדים במשחק בחול: הוספת "מגש שלישי" (תוספת לשיטת דורה קאלף). פסיכולוגיה עברית.
- כצנלסון, ע' (2005). דיאלוג עם ילדים. דביר.
- לנדאו, מ' (1996). קולות ומילים במפגש הטיפול. שיחות: כתב עת ישראלי לפסיכותרפיה, י(2), 125-134.
- מיטפורד, מ"ב (2000). סימנים וסמלים. כתר.
- נוימן, א' (2007). האדם המיסטי. רסלינג.
- נוימן, א' (2011). הילד: האישיות בשחר התפתחותה. חסינות.
- נצר, ר' (2008). הקוסם, השוטה והקיסרית. מודן.
- נצר, ר' (2011). מסע הגיבור. מודן.
- פינצ'ובר, ע' (1998). טיפול באמנות בילדים חולים בהשראת גישתה של אליזבט קובלר רוס. הרפואה: עיתון הסתדרות הרפואית בישראל, 135(ז-ח), 257-262.
- פישמן, ר' (2002). סימבולים: המילון המלא. אסטרולוג.
- פרי, ר' (2003). מעשה ביצירה: תהליך היצירה, מיתוסים ואגדות. מודן.
- רייס-מנוחין, ג' (1993). משחק בחול על פי תורת יונג: שיטת הטיפול המופלאה. אח.
- שטיינהרדט, ל' (2004). בין כוכבי שמיים לחול הים: עשיית דימויים בטיפול באומנות ובמשחק בחול. שער הים.

- Ackroyd, E. (1993). *Dictionary of dream symbols*. Cassell Illustrated.
- APA. (2013). *Publication manual of the American psychological association* (7th ed.). Author.
- Betensky, M. G. (1987). Phenomenology of therapeutic art expression and art therapy. In J. A. Rubin (Ed.), *Approaches to art therapy: Theory and technique* (pp. 149–166). Brunner/Mazel Publishers.
- Cameron, S. L. (2003). Recognizing the appearance of the self in sandplay therapy. *Journal of Sandplay Therapy*, 12(1), 133–141.
- Kalff, M. (1993). Twenty points to be considered in the interpretation of a sandplay. *Journal of Sandplay Therapy*, 16(1), 17–35.
- Naumburg, M. (1966). *Dynamically oriented art therapy*. Grune and Statton.

