

דבר העורכת

הגיליון הנוכחי רואה אור במרחב דיגיטלי מועצם, שבו אנו חיים ופועלים זה שנה ויותר. המרחב הדיגיטלי והדינמי מאפשר יצירה ומשמעות, ובה בעת טמון בו פוטנציאל כאוטי והרסני. שתי התכונות האלה רלוונטיות לטיפול בהבעה ויצירה. הקליניקה והמרחב הטיפולי ניצבים בעידן הזה בפני אתגר מיוחד. לעיתים נחשפים בו הפערים בין עמדותיו של המטפל לבין ציפיותיו של המטופל.

דפנה ליבר מספרת על גישה היברידית המשלבת את הממד הדיגיטלי עם היבטי הטיפול באומנויות. המודל היברידי מאפשר הרחבה של העצמי והתאמה של הטיפול ושל עמדות המטפל לעידן הדיגיטלי ולעבודה עם מהגרים דיגיטליים.

בעולם הספוג מיומנויות דיגיטליות ניתנת בולטות לממד החזותי, להיבטי הנראות ולשיתוף המיידי, ואילו בעולם של הבעה ויצירה יש חשיבות לפן התהליכי המתמשך של הטיפול, למיקוד בתחושות הגוף וביצירה ולשמירה על פרטיות על פני שיתוף נרחב. כמטפלים עלינו להתייחס למובחנות בין דור הילידים הדיגיטליים לבין המהגרים הדיגיטליים. פער הדורות הזה משפיע על תפיסת הזהות של המטופלים ועל עמדותיהם כלפי האקולוגיה הדיגיטלית ואופן ההתמודדות עימה.

עינת שופר מציגה מחקר פעולה בתחום הטיפול בתנועה ומחול ובתחום תהליכי התפתחות במשפחה. המחקר חושף את השפעתו של ריקוד חופשי משותף של נכדה בוגרת וסבתה על כל אחד מן הדורות. שש עשרה מטפלות בתנועה ומחול וסבותיהן השתתפו בשלושה מפגשי ריקוד בבית סבתה של המטפלת. צילום המפגשים, קריאה ביומנים אישיים שכתבו הנכדות בעקבות המפגש, וקיום ראיונות חצי מובנים בין הנכדה לסבתה, העלו כי מפגשים קבועים של ריקוד חופשי שבו הנכדה משקפת את תנועות סבתה תוך הצעה להרחבה של התנועה, עידוד לקשר עין, למגע ולמשחק והעצמה של יכולות פיזיות, בצד מתן אפשרות למנוחה, משנים את נקודת המבט של

הנכדה על הזקנה ומספקים מרחב לתהליכי פרידה. מצד הסבות המפגש יצר שינוי בהלך רוחן: עלו זיכרונות ורגשות חיוביים וכן ביטויים של התעלות הרוח.

המאמר של **בלה שגיא** סוקר את השדה התאורטי העדכני בנושא פגיעה מינית בילדות וכתובה בעקבות טראומה, ודן בסוגיית הספק אשר בלב החוויה הטראומטית. המאמר מציג ממצאים של מחקר איכותני נרטיבי שבמהלכו נותחו 54 טקסטים שנכתבו ופורסמו במרשתת בידי 22 נשים, בגיל 20–40, אשר עברו בילדותן פגיעה מינית. במאמר נטען כי כתיבה אישית של נפגעות פגיעה מינית בילדות, מקדמת אצלן תהליכי שיקום של פונקציית העד הפגועה בנפש הפוסט-טראומטית, אשר מתקיימים באמצעות תהליכי עדות עצמית המתרחשים בצורות שונות בכתיבה. המאמר חושף את העיסוק בתמה הבולטת של שתיקה ודיבור, ובתפקידם הייחודי של דימויים ומטפורות בתהליכי עיבוד הטראומה.

אורית דודאי, המלמדת ומלווה סטודנטים בתהליך כתיבת עבודת הגמר לתואר השני בטיפול באמצעות אומנות חזותית, מספרת על חוויות של תסכול וקושי לתרגם ולעבד את החוויה החזותית שעליה נשען טיפול מסוג זה למילים, ובמיוחד לכתוב על התהליך הטיפולי. המאמר מציג אמצעי מתווך שיסייע לסטודנטים לתרגם ולעבד את החוויה הטיפולית הלא מילולית לכתיבת חקר המקרה. הטכניקה של קשב רפלקסיבי המבוססת על הגישה הפנומנולוגית, עשויה להתאים גם למטפלים באומנויות ולפסיכותרפיסטים המעוניינים לכתוב מאמר המתמקד בתיאור מקרה.

בטכניקה זו הסטודנטים מתבקשים להניח לכל ידע מוקדם על המטופל ועל התהליך הטיפולי ולהתמקד בכתיבה אסוציאטיבית על המפגש הטיפולי. כתיבה מסוג זה חושפת בפניהם ידע על המפגש, שאליו לא שמו לב באופן מודע, ומתוך כך עוזרת להם לחלץ נושא לכתיבה. התהליך מאפשר לחוויה פנים-נפשית, חזותית ובלתי אמצעית לקבל מובנות ומסגרת ולהפוך לסיפור טיפול תקשורתי.

שיאל אבידן, מיכל יעקבסון ומייטרי שחם מספרות על החוויה של נשים אשר עברו לידה טראומטית, ומציעות להתבונן בה באמצעות טיפול בתנועה. "לידה טראומטית" משמעה לידה שהסתיימה בלידת תינוק בריא, שהיו בה כאבים חזקים באופן קיצוני, חשש מפגיעה גופנית או שהיולדת תפסה אותה כשלילית. המאמר מבוסס על עבודת גמר מחקרית במסגרת לימודי תואר שני למטפלים בתנועה ובמחול. זהו מחקר גישוש שנערך בגישה איכותנית, המאפשרת לחקור את החוויות הסובייקטיביות של המשתתפות במחקר. במחקר השתתפו שש נשים בנות 25–44 אשר חוו לידה טראומטית אחת או יותר במהלך חמש השנים האחרונות.

המאמר מלמד כי עבודה טיפולית בשילוב תנועה יכולה לסייע בעיבוד החוויה הטראומטית. היא אף מזמינה לחוות באמצעות חוויות גופניות-רגשיות חיוביות המטיבות עם המטופל ומאפשרות לו לצמוח מתוך הטראומה. כך, כאשר הגוף הוא הזירה שבה התרחשה הטראומה, הוא יכול לשמש גם זירת ההחלמה.

לסיכום, אפשר לומר כי מה שדרוש לנו יותר מכול בימים אלו היא זירה מיוחדת של החלמה, שיש בה היבטים נפשיים ופיזיים. המקום המטפרי של הזירה החדשה עשוי לשחזר בעבורנו את החוויות של המגע הקרוב ומבט העיניים מתוך הפנים החשופות במלואן, ללא חציצה, ולא רק ללכת לאחור ולדלות את החוויות האלה מן השדות המוכרים, אלא להלך בתוך שדות עיוניים וחוייתיים חדשים, וליצור מתוכם משמעות מרפאת. גיליון זה פותח חלון אל המקומות האלה, הנחוצים לנו בשעות הקשות של השגרה.

שלכם,

ד"ר נעמה לב ארי, עורכת כתב העת בין המילים