

מבגש

לעבודה חינוכית-סוציאלית

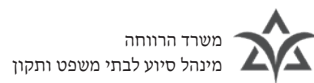
כרך כ"ו • גיליון 47

תמוז תשע"ח – יוני 2018

יוצא לאור על ידי:



בשיתוף עם:



סקירות ספרים

ושוב להיפגש עם הצלילים: תרפיה במוזיקה בנימה אישית

מאת: דורית אמיר

תל אביב: רסלינג, 2017 (304 עמודים)

אילת דסה

קשה שלא לחוש סקרנות בקריאת ההקדמה לספרה החדש של פרופ' דורית אמיר, "ושוב להיפגש עם הצלילים". הכותרת שעל גבי הכריכה מעידה על תוכן הספר ומבטיחה: "תרפיה במוזיקה בנימה אישית", והכתיבה אכן מקיימת. דורית אמיר, מי שייסדה את התוכנית לתרפיה במוזיקה באוניברסיטת בר-אילן ועמדה בראשה במשך למעלה משלושים שנה, משתפת אותנו במקומה של המוזיקה בחייה כילדה וכנערה ומספרת על הרגעים הראשונים שבהם נחשפה לתרפיה במוזיקה ועל שנותיה הראשונות כמטפלת במוזיקה. לא כל יום מזדמנת התבוננות כזו אל תוך מסע אישי, חוויות חיים, מחשבות ותפיסות של אחת ממייסדות התרפיה במוזיקה בישראל.

הספרות המקצועית הקיימת בתחום התרפיה במוזיקה בשפה העברית חסרה עד מאוד וכוללת מספר זעום של ספרים מתורגמים וכמה ספרי מקור, שעל רובם ככולם חתומה דורית אמיר ככותבת או כעורכת. אמיר "שבה אל הצלילים" 17 שנה אחרי ספרה הראשון, הנושא את השם "להיפגש עם הצלילים", אשר הפך לספר לימוד המוכר היטב בתוכניות ההכשרה ובקרב מטפלים בשטח. והפעם ההתבוננות היא אחרי שנות קריירה רבות כמרצה, מטפלת, מדריכה, תאורטיקנית וחוקרת ומתוך נקודת מבט אישית.

הקריאה בספר מאפשרת לנו התבוננות רחבה על תחום התרפיה במוזיקה בשני רבדים מרכזיים – הרובד האישי והרובד התאורטי, ואלו שלובים זה בזה. ברובד האישי אמיר מספרת על דרכה כמטפלת במוזיקה, וזוהי חוויה מרתקת בפני עצמה, שכן הדבר מאפשר לנו להתבונן על צעדיה הראשונים בתחום גם כצעדים המייצגים את תחילת הדרך של מקצוע התרפיה במוזיקה בישראל. אמיר לוקחת אותנו דרך החוויה האישית שלה כמטפלת במוזיקה לסיפור ייסודי של המקצוע בארץ בשנות השמונים, ואנו מקבלים מבט היסטורי מקומי על התוכניות הראשונות ועל הסטודנטים הראשונים לתרפיה במוזיקה בבר-אילן בשנת 1982, ואם לדייק, חמש סטודנטיות ראשונות! כיום – עם איגוד שבו רשומים כ-700 מטפלים במוזיקה, ארבע תוכניות הכשרה לתואר שני, פריסה מרשימה של מגוון מוסדות, מחינוך

ועד רפואה, שבהם משתלבים מטפלים במוזיקה, עבודות מחקר רבות בתארים שני ושלישי וכנסים בתחום – מרתק לקרוא על חוויות ראשוניות מגילוי השפעתה של המוזיקה. בהקשות הקלידים הראשונות גילתה אמיר, במהלך לימודיה לתואר הראשון בחינוך מיוחד, כיצד הנגינה שלה בפסנתר במסדרון עוזרת לילדים הסובלים משיתוק מוחין ללכת בקלות רבה יותר. היום, זוהי אחת הטכניקות הנחקרות ביותר בתחום של תרפיה במוזיקה בבעיות נוירולוגיות. התבוננות נוספת על העבר וההווה מתאפשרת ברובד השני של הספר, שהוא תאורטי בעיקרו. בפרקים אלה אמיר סוקרת ומציגה את השינוי וההתפתחות בתאוריות ובגישות מעולם הפילוסופיה, הפסיכולוגיה, מדעי המוח והמוזיקולוגיה, והיא בוחנת כל אחד מהתחומים הללו בהקשר של תרפיה במוזיקה ומביאה גם את החיבור האישי שלה לנושאים השונים. היא מתייחסת לגישות ולתאוריות עדכניות בתחום התרפיה במוזיקה, וכך אנו מקבלים לדוגמה דיון על חשיבות ההקשר התרבותי-קהילתי של המטופל, המוביל לעיתים לעבודה מחוץ לחדר הטיפול. אמיר מציגה את התפיסה האישית שלה ואת השינוי שעברה כמטפלת וכמדריכה, מסבירה שאף כי בעבר פריצה כזו של מסגרת הטיפול הייתה בלתי אפשרית בעיניה, היום היא מבינה יותר ויותר את הכוח והחשיבות של עבודה גם מחוץ לחדר הטיפול, תוך אזכור המודל שהפך לנפוץ בתרפיה במוזיקה קהילתית, שלפיו "הדלת פתוחה יותר משהיא סגורה" (עמ' 148).

בתיאורי המקרה הרבים השזורים בספר, היא מאזכרת בוגרים, עמיתים וחברות בתחום התרפיה במוזיקה, בשילוב דוגמאות מקומיות ודוגמאות ממטפלים ברחבי העולם. בכך היא מציגה לקורא אספקלריה ייחודית על גישות טיפוליות שונות ולוקחת אותנו יחד איתה במסע שעברה היא עצמה בהיחשפה לגישות אלו.

תיאורי מקרה המוכרים מפרסומים אחרים של עבודתה הקלינית מקבלים כאן פנים חדשות, כאשר היא שבה ובוחנת אותם מתוך התבוננות תאורטית מחודשת, כגון עבודתה עם נפגעות טראומה בעבודה פרטנית ובקבוצת נשים. ההתבוננות המחודשת מושפעת בין השאר מפילוסופיית ההעצמה, מהפסיכולוגיה החיובית, מתרפיה במוזיקה מבוססת משאבים ועוד.

החיבורים התאורטיים השונים לתחום התרפיה במוזיקה מוצגים בהתייחסות לניסיון הקליני והמחקרי שלה ומתוך מסעה האישי והמפגש שלה עם מודלים וגישות של בכירי המטפלים במוזיקה בעולם. אמיר יוצאת אל העולם ללמוד (תרפיה במוזיקה בתחילת דרכה), ללמד (מלמדת בתוכניות הכשרה למטפלים במוזיקה ברחבי העולם במהלך השנים ומרצה בכנסים בין-לאומיים) ולפרסם (כותבת בספרים ובכתבי עת מובילים), וחוזרת ממנו עם גישות, מודלים ואורחים בכירים בתחום.

אך לב ליבו של הספר, לעניות דעתי, הוא מקומה של המוזיקה בזהות המקצועית של המטפל במוזיקה. נושא זה נשזר לכל אורכו דרך חוויות אישיות, תיאורי מקרה, דיון תאורטי והתבוננות במושגים והקשרם לתרפיה במוזיקה, ובמרכזו נמצא מושג ה"מיוזיקינג". בעיניי, זהו הרובד המשמעותי ביותר בספר, והוא נוגע בסוגיה העולה לרוב בשאלות של סטודנטים בתוכניות ההכשרה, בשיחות בין מטפלים במוזיקה בימי עיון, בישיבות של מרצים בתחום ואף בשיחות עם אנשי מקצוע מתחומים

אחרים; זוהי סוגיה נוכחת, אך גם נפקדת, שמעוררת רגשות ומובילה לעיתים לוויכוחים סוערים, ומכאן ניתן ללמוד על חשיבותה.

נושא הזהות המקצועית בכלל ומקום המוזיקה בזהות זו בפרט הוא נושא חשוב המלווה מטפלים במוזיקה רבים במהלך השנים. כל אחד מנווט את דרכו בעבודתו עם אוכלוסיות שונות במסגרות מגוונות, רוכש לעצמו ידע וטכניקות עבודה ונחשף לסגנונות הדרכה מאנשי טיפול שונים – ממטפלים במוזיקה ומטפלים אחרים בהבעה ויצירה ועד פסיכולוגים, פסיכיאטרים ועובדים סוציאליים. הדרך המקצועית של כל אחד, בשילוב הגורמים השונים הקשורים לדרכו, קובעים לרוב את מקום המוזיקה בזהותו ובעבודתו של המטפל במוזיקה.

רבים מהמטפלים במוזיקה המגיעים ללימודי השלמה בתרפיה במוזיקה חוזרים ומבקשים לחזק את המוזיקה בעבודתם. רבים גם הולכים ומאבדים אותה במהלך שנות עבודתם בשדה ורוכשים לעצמם כלים אחרים, הממקמים את המוזיקה במקום מרכזי פחות ולעיתים אף שולי. בספרה, אמיר ממשיכה לדרוש את המוזיקה ולהנכיח אותה כחלק מהזהות המקצועית של המטפל במוזיקה בכל הדרכים שבהן הוא הולך, אם בקליניקה, ואם בכנסים, כמודרך או כמדריך:

בכל הדרכים האלה המוזיקה חייבת לקבל מקום. אם המוזיקה חסרה בעבודה הקלינית, אם המטפל במוזיקה משתתף בהשתלמויות ולומד בקורסים שמכילים רק את התחום הפסיכולוגי ולא המוזיקלי, אם הוא קורא ספרות פסיכולוגית בלבד ולא ספרים בנושאי תרפיה במוזיקה, אם הוא מקבל הדרכה שאינה כוללת את המוזיקה ואינו יוצר מוזיקה עם עמיתים – לא זו בלבד שהזהות המקצועית שלו אינה יכולה להתחזק, אלא להפך, היא עלולה להינזק ולהתפורר (עמ' 29).

ספר טוב מן הראוי שיעורר לחשיבה ודיון, ואין ספק שהעמדה הבלתי מתפשרת שמציגה דורית אמיר על מקומה של המוזיקה מעוררת דיון שיש בו מתנגדים ותומכים. היא נחרצת באמירותיה, אינה מתפשרת על מקומה של המוזיקה ואינה מהססת למתוח ביקורת על היעדרותה מחדר הטיפול, ובכך מתווה מענה ברור לזהות המקצועית של המטפל בעיניה.

מרכזיותה של המוזיקה אינה נפקדת גם מפגישות ההדרכה. דורית אמיר מציעה בספרה גם מודל הדרכה ממוקדת מוזיקה, שבו התנסויות מוזיקליות נמצאות במרכז, בין שזו מוזיקה מוקלטת מתוך חדר הטיפול ובין שזו מוזיקה חיה הנוצרת במהלך ההדרכה, בהתאם לסוגיות העולות במפגש. היא בוחנת את תפקידי המוזיקה ומקומה בתהליך ההדרכה ומביאה דוגמאות של מודרכים ומקרים מתוך מפגשים אלו.

"מוזיקה אינה דבר, אלא פעילות", קבע כריסטופר סמול, מוזיקאי, פילוסוף וסוציולוג של המוזיקה, שטבע ב-1998 את המונח "מיוזיקינג" בספרו הנושא שם זה. על פי הגדרתו, מיוזיקינג הוא התהליך המתרחש בעת שאנו עוסקים במוזיקה בכל דרך שהיא. דורית אמיר מקדישה פרק להתבוננות במיוזיקינג בהקשר של תרפיה במוזיקה, אך המיוזיקינג מופיע למעשה לאורך כל הספר. היא מציעה להתבונן בו כחוויה טיפולית בתרפיה במוזיקה המאפשרת גם לגשר על הדיכוטומיה הקיימת בין שתי גישות מרכזיות בספרות בתחום – מוזיקה בתרפיה

ומוזיקה כתרפיה – ולאחד אותן. הגישה האחת רואה את השימוש במוזיקה ככלי להבעה מתוך תפיסה פסיכודינמית, ואילו על פי הגישה האחרת, המבוססת במוזיקה – המוזיקה היא המובילה לשינוי. כל אחת מהגישות מציגה התבוננות שונה על תפקיד המילים והמוזיקה בתוך התהליך הטיפולי. אמיר מתארת מיוזיקינג בתרפיה במוזיקה כך:

[זוהי] הקשבה, נגינה ויצירה בהתכוונות ובשילוב של מערכת קשרים תוך-אישיים ובין-אישיים. כמטפלים במוזיקה ההקשבה שלנו היא אמפתית. נוצר מרחב בטוח בין המטפל למטופל – שדה משחק צלילי שבו המטפל מגיב באופן מכוון שתואם את המטופל, ובכך יוצר קשר ואמון המאפשרים הן למטופל והן למטפל להתמודד עם קשיים ולצמוח. העצמי של שניהם מתרחב (עמ' 122).

החוויה המוזיקלית עומדת גם בבסיס ההגדרה של תרפיה במוזיקה שהמחברת מציעה כאן. היא מתמקדת במקומו של האלתור כחוויה של משחק ספונטני וכראי לעולמו הפנימי של המאלתר. בהקשר זה מודגשת השפעתו של פרופ' אנדרה היידו ז"ל, מלחין, מוזיקולוג ופסנתרן, הן על התפיסה התאורטית והמעשית שעיצבה את תוכנית הלימודים שגיבשה אמיר, והן ברמה האישית.

ההתפתחות המקצועית של תרפיה במוזיקה נשענת על מודלים שהיוו אבני יסוד בדרך לצמיחה של התחום מבחינה מקצועית. מדובר במקצוע שהוא עדיין צעיר יחסית, בן כ-70 שנה, שממשיך ומתפתח וסולל כל הזמן שבילים חדשים בדמות מודלים וגישות טיפול שונות. אמיר מתייחסת בספרה גם למגמות תאורטיות חדשות בתחום התרפיה במוזיקה ולחשיבותן בעיצוב המקצוע ובהסבר הפרקטיקה, ביניהן תרפיה במוזיקה פמיניסטית, תרפיה במוזיקה מבוססת משאבים ועוד.

לפעמים נראה כי עושר הגישות הקיים בתחום מוביל אותנו לחוסר מיקוד, וגם הקריאה בספר מעוררת לעיתים תחושה כי היריעה רחבה מדי, ואנו נעים בין תחומים רבים. אך גם אם דומה שלעיתים הולכים כאן לאיבוד, יש עוגן משמעותי ויציב, ואמיר אינה משאירה מקום לספק כי מה שמניע את הדברים הוא המוזיקה, או באופן מדויק יותר – המיוזיקינג:

בטיפול אנחנו יוצרים מוזיקה עם המטופל; כמטפלים במוזיקה, עלינו להבין את הקשר בין המטופל למוזיקה שהוא יוצר או מביא אתו לטיפול; עלינו להבין את עצמנו ואת הקשר שלנו למוזיקה שאנחנו יוצרים או מביאים לטיפול; עלינו להבין את הקשר שלנו עם המוזיקה שהמטופל יוצר או מביא לטיפול; עלינו להבין את מערכת היחסים שלנו עם המטופל ואת מערכות היחסים של המטופל שלנו עם אנשים אחרים בחייו (עמ' 84).

למרות המקום המרכזי שאמיר נותנת למוזיקה, יש לזכור כי עבור כל אחד מהמטפלים בשטח, התשובה לשאלה, מהי תרפיה במוזיקה, תלויה גם באישיות המטפל, העדפותיו, כישוריו, התכנים שספג בתוכנית ההכשרה, ההדרכות שקיבל במהלך השנים, האוכלוסייה שעימה הוא עובד ועוד. זהו מקצוע שמאפשר טווח רחב של גישות ועמדות טיפול וטווח רחב של מסגרות עבודה ואוכלוסיות לעבוד עימן, ובכך יופיו. עם זאת, אין ספק כי לעיתים מגוון האפשרויות הוא גם בעוכריו.

ספרה של דורית אמיר מציע אפוא רצף נרחב של התבוננות על התחום של תרפיה במוזיקה. האישי משולב בתאורטי, מנקודות מבט מקומית ועולמית, ומכל זווית ראייה יש דמות משמעותית המשמשת כגיבורה בסיפור, וזוהי המוזיקה. האם זהו אותו ספר לימוד מיתולוגי במהדורה מעודכנת? לגמרי לא. האם זהו ספר המיועד לסטודנטים או למטפלים צעירים? כן ולא. הצעירים ימצאו בו מבט נרחב על התחומים השונים והקשרם לתרפיה במוזיקה, אך אולי תחסר להם הפרספקטיבה השמורה לוותיקים בתחום. האם זהו ספר שמסכם תקופת חיים מכובדת? בהחלט כן. זהו סיכום של ארבעה עשורים של עשייה מרשימה בתחום הפרקטיקה, ההוראה, ההדרכה והמחקר, אך הוא בוודאי אינו סוף פסוק, כי מי עוד יכתוב לנו ספרים על תרפיה במוזיקה בעברית?