

Book review: Introduction to Dramatherapy - Person and Threshold

Pitzruzzella, S. (2004). *Introduction to Dramatherapy: Person and Threshold*. Routledge

סלבו פיטרוזלה (Salvo Pitzruzzella) - מטפל בדרמה, פסיכודרמה ומורה לתיאטרון. הוא עובד במרכז שיקום לנוער הסובל מהפרעות אישיות ובקליניקה פרטית. סלבו מייסד את לימודי הדרמה תרפיה באיטליה מלמד ומרכז לימודים אלה.

סקירה ע"י: עדנה לשם – מטפלת במוסיקה דרמה תרפיה ופסיכותרפסטית. יו"ר יה"ת מדריכה בכירה רשומה. מלמדת באוניברסיטת חיפה במסלול המסטר למטפלים באומנויות. כותבת מאמרים, מרצה בכנסים, מנחה קבוצות דרמה תרפיה עם נשים שחו אלמות, ילדים שחו אובדן. עובדת עם ילדים בעלי צרכים מיוחדים בבי"ס. מטפלת בקליניקה פרטית.

לעיתים תוך כדי המעשה התיאטרלי, האדם יגלה את הזהות של הסיפור שלו ויתן לו כותרת ושם. אדם בתוך גופו הוא חי. התינוק חש את כל העולם סביבו דרך גופו והנפרדות הראשונה היא מאימו, תהליך מכאיב שמשפיע על חייו של כל אחד מאיתנו ועל הדרך בה נהיה ונחיה בעולם. (בולבי, 1988). להיות אני עצמי בסופו של דבר, זה להיות בגוף שלי - וככה אני נע בין להיות עם ובין אחרים ובין להיות לעצמי ולבדי.

המשך הפרק דן, ביחסים ביני ובין הייצוג החברתי שלי. התפתחות תחושת ה"אני" והנוכחות של תחושה זו בחי. כשההכרה היא, שתיאטרון הנפש מלא בדימויים ובסמלים, חלקם ידועים לנו וחלקם נסתרים מאיתנו. בהתייחסות ליוג, סלבו מציין שמושג ה"אני" חשוב ביותר שכן אם גבולות האני מטשטשות, זה יכול להוביל לתחושת קטסטרופה בחיי האינדיבידואל (יוג, 1938). יוג - סלבו ממשך - נתן חשיבות מירבית להיפרדות ומשם לזהות. זהות שהיא ה"פרסונה" - חברה שכופה על אנשים להתנהג בצורה מסוימת. הסיכון הגדול ביותר לנפש הוא להיות זהה עם ה"פרסונה" שלה (יוג, 1950). לפרסונה תפקיד חשוב, טוען סלבו, מאחר והיא מאפשרת לנו השתייכות לקבוצות שבהן אנו מוצאים ענין, והיא מאפשרת שליטה כלשהי ביחסים המאיימים עלינו. ללא ה"פרסונה", טוען סלבו, אדם יהיה חשוף, ללא עור אך אם אדם הולך לאיבוד בתוך הפרסונה ומבסס את הזהות שלו עליה, הוא מאבד את האפשרות להיות אינדיבידואל אמיתי. סלבו מציין שהמושג הפרסונה מביא איתו את מושג המסכה החברתית ואת מלכודת הזהות. הוא שואל - מה נמצא מאחורי המסכה? והאם יש אמת המסתתרת מאחורי המסכה?

הספר: "מבוא לדרמה תרפיה - אדם ומפתן" מתחלק לשלושה פרקים עיקריים:
1. התיאטרון והעולם
2. היסודות של הדרמה תרפיה
3. שימוש בדרמה תרפיה באוכלוסיות עם פגיעות שונות

הקדמה

סלבו מניח שלוש הנחות המבססות את טענתו שאכן בתיאטרון יש אלמנטים מרפאים:
הנחה ראשונה - השחקן הוא סוכן שינוי. כבר אריסטוטלס אמר שלקתרוזיס יש אפקט מרפא עבור השחקנים והקהל הנוכח בהצגה. כדי שזה יקרה, על השחקן להשתמש לא רק בטכניקות משחק, אלא להשתמש באינטואיציה, בדמיון הפואטי שלו, ברגשות האותנטיים שלו, במחשבות שלו ובמחוייבות שלו.
הנחה שניה - הדרמה היא ליבת התיאטרון. מקום וסיפור שרוצה להיות מסופר זה מה שצריך על מנת שהאירוע הדרמטי יתרחש. התיאטרון של הדרמה תרפיה זקוק ליסודות הבסיסיים ביותר: מרחב/זמן; סיפור/משחק; שחקן/קהל.
הנחה שלישית - הצגה כמטאפורה. המשחק נמצא בכל אחד מאיתנו ובמיוחד אפשר לראות זאת אצל ילדים. הדרמה תרפיה מנכסת את היכולת הזו "עקרון של עולם הכאילו". עקרונות האפקטיביות, המרכזיות והמשמעות - כל אלה יסודות מרפאים של הדרמה תרפיה הלקוחים מהתיאטרון.

חלק ראשון: התיאטרון והעולם

פרק 1 - אדם. בפרק - אדם - סלבו מוליך את הקורא בדרך בה התפתח המושג - אדם - ויותר מכך על התפתחות הזהות האישית. מהם הסימנים המבדילים אותנו זה מזה? לכל אדם, טוען סלבו, יש את הסיפור האישי שלו, סיפור עם זהות ושם.

וליפול לעולמות מופלאים כמו עליסה, הם הם מרכיבי הסיפור הדרמטי.

לכל אחד מאיתנו, אומר סלבו, יש תפקידים שצריכים להיות משוחקים, מערכות היחסים שלנו, המסע שלנו, מה שאנחנו יודעים ומה שאנחנו לא יודעים. האדם, הפרסונה והתפקיד הם המרכיבים העיקריים. המילה תפקיד – ROLE - באה מהמילה הלטינית ROTOLUS שזהו הניר המגולגל שהחזיק השחקן. ומכאן, זוהי ההתנהגות שיש בה מחוות, ביטויים, דרך העמדת הגוף וסימני תקשורת נוספים. לתפקידים קשת רחבה של הבעות שיכולות להשתנות בהתאם לסיטואציה, ובאופן כללי יש בהם גמישות שהיא פוטנציאל לשינוי. אנו יכולים לראות זאת דרך פרמטרים שונים כמו- מודעות וחוסר מודעות, מורכבות מול פשוטות, גמישות מול תקיעות, התמסרות מול חוסר התמסרות, ולכל זה נוסף מימד: **המרחק האסטטי**.

פרק 2 - המבנה - קבוצה תהליך ומטפל. בפרק השני סלבו מזכיר את חשיבות **הקבוצה**, את קהילת התיאטרון הנוצרת מתוך העבודה המשותפת, הבעה ודימויים המאפשרים תהליך שיש בו טקסיות ודרמה. בהמשך למחשבה של גרינגר (1995), שטוען שישנם 3 שלבים להיווצרות קבוצה, סלבו מתאר באריכות את שלושת השלבים הכוללים: שלב ייסוד ומיסוד הקבוצה, שלב היצירה שם נוצר עולם הדימויים, ושלב השיתוף. איפה המטפל? מה תפקידו? הוא שומר על אש מדורת השבט. בהמשך לסו גינגס - על המטפל להחזיק ארבעה תפקידים מבפנים: האומן, הפגיע, המיומן והמדריך כשאת כל המנדלה הזו מאגדת מערכת האמונות.

חלק שלישי: שימוש בדרמה תרפיה באוכלוסיות עם פגיעות שונות

בחלק זה, סלבו מתייחס למשמעות ולהשפעה שיש לדרמה תרפיה באוכלוסיות שונות הסובלות מפגיעות שונות.

האוכלוסייה הראשונה, אותה הוא מכיר היטב, היא **פגועי הנפש**. אנשים משוגעים ואנחנו, פגועי נפש והפרסונה שלהם. סלבו מביא דוגמאות רבות מתוך חדר הטיפולים ומציין שעיקר העבודה איתם היא על גבולות. שכן, גבולות הוא הדבר שניפרץ במחלות הנפש, הגבולות ביני ובין העולם מטשטשים, בין החוץ והפנים בין מילים ומעשים ובין המציאות והדמיון.

הפרק השני עוסק **בהתמכרויות**. סלבו מזכיר את תחושת כובד העולם, וטוען כי מה שאנחנו חסרים, אלו ניסיונות לפענח או לשיים את העדר יכולת ההבנה, לסיבות הדוחפות אנשים להתמכר. איך הדרמה יכולה לעזור לעבור מעל המשוכות? לא לחזור לחיים שהיו קודם שיש בהם אובדן ושחור? איך ליצור משמעות חדשה לחיים? ההיפותזה של סלבו היא שלדרמה כוח מרפא והוא חיות, והקשבה לתהליך הדמיון. אמון, קולות הנפש והרוח, מפגש עם הקולות הפנימיים, ליפול בתוך הדרמה

הפרק הראשון נסגר בשיר של אלזה מורנטה (1968), העולם ניצל ע"י ילדים):

במצווה הקשה: אהוב אחרים כמו שאתה
אוהב את עצמך
הכמו חייב להיקרא מפני. מפני
שהאחר-האחרים
הם כולם אתה.

פרק 2 - מפתן. כדי להיות בתוך הדרמה ועולם הדרמה תרפיה, עלינו להיות על המפתן, ולעבור את הסף. למה אנו זקוקים? את הרשות **להיות נוכח**, את הרשות **לצעוד קדימה**, את הרשות **לחקור**, להיות בתוך הפרדוקס של השחקן, כפי שרוברט לנדי מביא אותו דרך המשפט המפורסם מתוך המלט: "להיות או להיות". לנדי אומר בדרמה תרפיה זה "להיות ולא להיות" - בו זמנית.

אנחנו זקוקים **למציאות דרמטית**, והבמה, המקום בו מתרחשת הדרמה, היא מקום פיזי, כך שהמפתן הוא גם מקום פיזי. בסיפור שנע בין זמן ומקום, אנו זקוקים לגבולות. כמו זוג שזה עתה התחתן והוא עובר את מפתן הבית המשותף שלו כסמל לשינוי סטטוס, לתמורה שמתחוללת בין ובתוך שני בני הזוג. זהו רגע שנחשב: זמן ללא זמן, כך גם בהצגה או במפגש הטיפולי, אין עבר ועתיד אין עכשיו ואח"כ, אין בחוץ ובפנים. מה שקיים בהווה זה מה שיש.

ויש את **המסע** בתוך הסף והמפתן, הרגעים שמובילים את הגיבור לעבור את הסף ולהיכנס, ההכנות שהוא עושה, הגורמים הדוחפים או המעכבים, וכל הרגשות הנלווים לכך. כדי לעבור את הסף אנו זקוקים לדמיון, את האומץ לקחת סיכון גם עבור היחיד וגם עבור הקבוצה.

חלק שני: יסודות הדרמה תרפיה

פרק 1 - המרכיבים - המשחק, הנרטיב- הסיפור והתפקיד.

בפרק הראשון, סלבו מדגיש את כוחו וחשיבותו של **הדמיון** כדי להיות מסוגל לשחק, וההתמסרות למשחק שנוצר בתוך מרחב/זמן. הוא מזכיר את התיאוריה של סו גינגס, המתבססת על ההתפתחות הנורמטיבית של המשחק אצל בני האדם. מעניינת דרך ההתבוננות על המשחק דרך עיניו של גוסף קמבל (1959), שמספר לנו שבימינו מסע הגיבור הוא איננו מסע דתי כפי שהיה לאורך מאות רבות, אלא מסע פסיכולוגי אישי פנימי. הוא בא לידי ביטוי דרך האמנות, והוא נמצא בתנועה בין בידוד וסטנדרטים חברתיים, בין סדר לתוהו ובוהו. ללמוד לשחק מחדש יכולה להיות משימה קשה מאוד למבוגרים כמו שגרניגר כותב - אנשים מפחדים להיתפס במצב ללא שליטה ולא לדעת מה לעשות (1995). **הסיפור** הוא לב העניין בדרמה תרפיה, היכולת להפוך את המיטה לסירה ולהתגבר על הפחד כמו פינקוויק, לצאת למסע כמו אדיפוס, לכאוב כמו דמטר

פיטרוזלה היא ייחודית ומרעננת ומכאן הייחוד שלה. לשאול שאלות על זהות בעולם הפנימי והחיצוני, לבדוק לאור זאת ובהמשך לכך את מרכיבי הדרמה תרפיה בניסיון לבודד את המרכיבים ולענות על השאלה הסמויה- אז איך הקסם עובד? איך ובזכות מה זה פועל? איך הדרמה תרפיה מגיעה להישגים טיפוליים מדהימים שבאים לידי ביטוי בחלק האחרון של הספר המביא עבודה עם פגועי נפש, מכורים ובעלי מוגבלויות. זה לא ספר "מתכונים" או "תרגילים" בדרמה תרפיה, זה ספר בו המחבר לוקח את הקורא לעומק ולמהות הדרמה תרפיה. מומלץ!

עדנה לשם ednaleshem@gmail.com

ולמצוא דרכים לקום, עוצמת היחד הקבוצתי, כל אלה מהווים אלמנטים שיקומיים.

פרק שלישי מוקדש ל**בעלי מוגבלויות**. מתן שם ומקום, הזמן של הדרמה, היכולת להיות נראה ולספר סיפור היא יכולת מעצימה שיש בה ריפוי. דימוי העץ, הוא מספר, דימוי שעלה באופן תמידי באחת הקבוצות, הוביל למחשבה על דרך הצמיחה, הרחבה ושינוי, הצורך בדאגה ענוגה ועדינה, הבנה ואמפטיה.

באפילוג סלבו מספר את הסיפור האישי שלו, ובו זמנית הוא סיפור של רבים. כיצד בנקודת שפל, בתחושת מצוקה - התיאטרון היווה לו מקור כוח, התמרה, שינוי, צמיחה והתחדשות. מתוך עבודתו הרבה הוא יכול לומר **שדרמה תרפיה** היא לא טכניקה, לא מתודה, אלא **גוף חי ופועם**, שיש לו שכל [תאוריות ומחקר], יש לו לב [אמנות העשייה התיאטרלית] ועמוד שידרה [אנחנו כאנשים ומטפלים]. אלה עדים ומקור לאנרגיה של יצירה ושינוי.

סיכום

והאדמה-פסנתר אדירים:

מנענעו-אלף, אלף,

מזמוריו-רבבה, רבבה.

אך בפרטי עליה באצבעות רגלי היחפה,

וחברו המזמורים יחד:

אנוכי!

(אברהם שלונסקי)

כמו בפסנתר פורט ספרו של סלבו פיטרוזלה, ומשמיע מנגינות חדשות יחד עם מנגינות נושנות. כותרת הספר מאירה באותיות גדולות וצבעוניות את המלה – דרמה תרפיה, ומה ניתן להוסיף ובמיוחד לחדש? ישאל הקורא. המחבר שבא מהתיאטרון מוביל את הקורא מעולם התיאטרון שבו נמצא הדיאלוג, בין האדם והמסכה, האדם והתפקיד אותו הוא מגלם, האדם והפרסונה, אל אולם התיאטרון- הסף, המפתן ובמיוחד מתעכב על המושג "המציאות הדרמטית", שהוא מרכזי בהבנה של הדרמה תרפיה. המסע שעושה השחקן/המטופל מהמציאות היומיומית ל"מציאות הדרמטית" ויוצר שם עולם ומלואו ומשם חזרה. זהו אחד המסעות המאפיינים את התהליך הטיפולי בדרמה תרפיה, ומשם הבנת מושגים ומרכיבים נוספים של הדרמה תרפיה, קלה ואפשרית ביותר.

תפקידים, סיפור, מרחב, זמן, גוף, קבוצה, יחיד, יחסים, מטאפורה - כל אלה חלק מהמרכיבים של הספר, כשהמחבר נותן להם הסבר, מרחב ומקום גם מעולם התיאטרון וגם מעולם הטיפול. גם זה הייחוד של הספר.

ספרים רבים נכתבו על הדרמה תרפיה, חלקם הגדול על ידי יוצרי תאוריה דרך ושיטה. ומה אם אינך כזה? איזה חידוש תוכל להביא בספרך? דרך החשיבה והכתיבה של סלבו