

הקדמה

איך לעזור לילד להיות בטוח בעצמו ויצירתי?

.....

הספר **נא לא להפריע, אני מצייר** עוסק בהתפתחות ציורי ילדים בקבוצת הגיל שבין שנה וחצי עד שש לערך, ומסביר את משמעות התהליך ואת האופן שבו ההורה (או כל צופה אחר) יכול לעזור ולהשפיע לאורך שלביו השונים. הספר מעניק כלים שיעזרו לכם לתמוך בילדיכם, כדי שיהיו יצירתיים, שמחים, תקשורתיים ובטוחים בעצמם.

הספר מתאר ומסביר מתי ואיך נולדים הקווים והשרבוט בציורי הילד ומתפתחים והופכים לעיגול, מדוע נוצרת נקודה בתוך העיגול, ומדוע זה משמעותי כל כך? מתי העיגול 'מצמיח קרניים'? מה משמעות המשולש? וכשנולד סימון הצלב – מה כל כך מיוחד בו? **מה משתנה בנפשו של הילד עם כל שינוי גרפי?**

להתפתחות ציורי הילד, מהשרבוט בסלילים ובקווים ועד ציור דמות, יש סדר קבוע בכל הארצות, סדר בעל היגיון פסיכולוגי ורגשי. הבנת הסדר ומשמעותו תעניק לקורא תובנות חשובות על עולמו הרגשי של הילד. מטרתה לעורר סקרנות, התלהבות ועניין חדש בדרך ההתבוננות בציוריו.

הבנת השלבים בהתפתחות הרגשית והמוטורית, ופענוח "סוד" הקשר ביניהם, יעזרו לקבל את הילד ויכולותיו כמו שהם, בכל רגע נתון של התפתחותו. ההתבוננות בציוריו במבט מקבל, מכיל ומתעניין תעניק לילד אישור שהוא מובן ותגביר את הרצון שלו ליצירה. מי מאיתנו, ילד או מבוגר, אינו רוצה להיות מוערך ומובן? קריאת הספר תעזור לכם (הורים, סבים וסבתות, ואנשי חינוך וטיפול) להבין את הילד, לעודד אותו ליצור,

להתבטא, לחשוב. היא תעזור לכם להוסיף לילד עניין, חיוניות, דמיון ומשמעות, וכך לחזק את בטחונו העצמי. הקשר והתקשורת ביניכם לבין הפעוט היוצר יעמיקו ויתחזקו.

אני תרפיסטית באמנות בעלת שנות ניסיון רבות. במהלך השנים חקרתי, לימדתי וצברתי ניסיון וידע רב בהבנת ההתפתחות בציורי ילדים כמקבילה להתפתחותם הרגשית. כיום אני משתמשת בניסיון ובידע האלה כדי לעזור לילדים, לבני נוער ולמבוגרים, וכן מלמדת ומדריכה מטפלים באמנות. פעמים רבות אמרו לי אנשי חינוך וטיפול: "אה, למדתי על התפתחות ציורי הילדים, יש הרבה ספרים בנושא".

"ואתם זוכרים?" שאלתי.

"לא ממש", ענו בחיוך.

כדי לעזור לזכור ולהפנים את תהליך ההתפתחות של ציורי הילדים, אציג התבוננות ייחודית על הקשר בין ההתפתחות הרגשית והמוטורית ועל ההיגיון שבסדר זה, שאותם פיתחתי עם השנים.

אופן ההתבוננות המלווה בהבנת הקשר בין ההתפתחות המוטורית להתפתחות הרגשית - ישתנה וישפיע. ההבנה תעזור לפתח מבט יותר מקבל, תומך, סקרן, מזדהה ומתלהב (לא בהכרח מילולי). התבוננות זו היא משמעותית מאוד להתפתחות הילד. היא מגבירה את ביטחונו העצמי, את אהבתו ליצירה ואת הסקרנות שלו להמשיך וליצור, ובנוסף מחזקת את הקשר בין המתבונן ליוצר הצעיר.

בתהליך הכתיבה של הספר דמיינתי את עצמי לא אחת כקו ישר וזקוף, מכונן מטר. גם אם הקו התכופף לעיתים, הוא חזר והזדקף. מה שעזר לקו לשוב ולהזדקף היתה ההתלהבות של מי שקרא בספר בעת תהליך הכתיבה, בשרבוטיו. ההתלהבות עוזדה אותי וייצרה אצלי רצון להמשיך ולכתוב. את הכוחות להמשיך ולכתוב שאבתי גם מהרצון להעביר הלאה ולהעניק את ההתפעלות שלי מהקווים, מהצורות ומהצבעים, שמספרים לנו על עצמנו באופן מדויק וייחודי.

בספר זה אדגיש את המשמעות, המורכבות והחשיבות של תפקיד ההורים, או של כל מי שצופה בילד המצייר. אנסה לעזור למתבונן להתפעל בכנות מ"הקשקושים". אתמקד בהתפתחות ציוריו של הילד ובקשר בין התנועה

המוטורית בציוריו לתזוזה הרגשית המשמעותית המתרחשת במקביל, ולא במקרה.

אני מקווה להראות שמה שחשוב הוא להתפעל באמת מהביטוי היצירתי של הילד, החל משרבוטיו הראשונים. כל הבעת אישור והתפעלות אותנטית מהיצירות של הילד תעודד אותו להיות בעל חשיבה עצמאית ומקורית בהמשך. הנטייה להראות לילד איך מציירים דמות או בית, ולפעמים אפילו לתקן וללמד איך "נכון" לצייר או ליצור – עלולה לחסום את תחושת הביטחון של הילד ולגרום לו להזדקק באופן תמידי להכוונה מהזולת "שיודע טוב יותר מה לעשות ואיך".

התפעלות אותנטית מיצירותיו של הילד תעודד ותחזק אותו להיות בוגר בעל חשיבה עצמאית ומקורית. לפיכך, חשוב שכל מי שמגדל, מטפל או עובד עם ילדים, יכיר ויידע את סדר התפתחות הציור, כמפתח חשוב ליצירת קרבה עם הילד והבנתו. בספר זה אשתף אתכם בסוד הסדר הטמון בתהליך התפתחות הציור.

הסקרנות לחקור את הנושא התעוררה במהלך לימודי הפסיכולוגיה, כאשר גיליתי את ספריה של אנליטיקאית בשם פרנסיס טסטין. טסטין חקרה את עולמו של הילד האוטיסט ומצבים אוטיסטיים בכלל. להפתעתי, גיליתי שטסטין התפעלה מכל צלב מקרי שהילד מבחין בו בחדר הטיפול, גם אם אלה היו סורגים של חלון. היא ראתה בזה סימן להתפתחות רגשית משמעותית ובכך חיזקה בי את ההבנה, שיש קשר עמוק ומרתק בין צורות גרפיות להתפתחות הרגשית של הילד. במהלך הזמן גיליתי עולם עשיר נוסף של קשרים והקשרים בין צורות ומשמעויות. כאשר שיתפתי את התובנות האלה עם הסטודנטים שלי, הם דיווחו בהתלהבות על השינוי שחל בגישתם לשרבוטים, ולציורים הראשוניים של ילדיהם ומטופליהם, ואת ההשפעה שהיתה לכך על היצירה של הילדים.

בהמשך, מצאתי דמיון בין תהליכי ההתפתחות בציורי הילדים להתפתחות אצל מבוגרים שאיתם אני עובדת. היה מעניין להיווכח שגם אצל מבוגרים יש הקבלה בין התהליך של התפתחות גרפית להתפתחות רגשית. כך, דרך תהליך היצירה, התהוו פעמים רבות שרבוטים וציורי עיגולים וצלבים,

שאיפשרו להגדיר מחדש את ה'אני', לחזק אותו, לעבד מחדש את תהליך ההיפרדות מה'אחר' ואת הקשר עם ה'אחר', ולשפר את איכות הדיאלוג בין העולם הפנימי לחיצוני.

בסוף הספר יש דפים המיועדים לשימור הציורים, שישמשו כמזכרת לתהליך המעבר של ילדכם משרבוט לציור דמות. הבוגרים אוהבים לדעת מה הם היו, ואיך הם היו כשהיו קטנים. הציורים הם **עדות לתהליך חשוב ומרתק: התפתחות**. בהווה ובעתיד זה יעזור לילדים לדעת ולהבין טוב יותר מי הם, וזה בוודאי יתרום לידיעה עד כמה הם היו ועודם חשובים עבורכם. נסו לדמיין שמונח לפניכם ציור שציירתם כשהייתם בני שלוש. איך אתם מרגישים כשאתם רואים אותו? איך התחושה של האחיזה הכמעט מוחשית בפיסת הילדות?

השתתפתי בפגישת מחזור בה הביאה אחת מבוגרות השכבה חוברת ציורים, שהכינו לה ילדי כיתה א' כשהיתה חולה. הרבה שנים עברו, אך ההתרגשות היתה גדולה מאוד, רבים אפילו צילמו את החוברת כדי להראותה לילדיהם. "זו ממש ארכיאולוגיה של הזמן", "קיצור המרחק לילדות", "מסע במנהרת הזמן", היו חלק מתגובותיהם של הבוגרים. מעין עדות על ילדות שהיתה ואיננה.

הנה כמה דוגמאות מחוברת הציורים מפגישת המחזור:







נראה שציורי הילדים לא השתנו במהלך השנים ובתקופות השונות.
האין זה מעורר התפעלות?
מאחלת לכם קריאה מלאת סקרנות, עניין, הנאה ויצירה!

"Wisdom is the daughter of experience"

ליאונרדו דה וינצ'י

פרק ראשון
מבט על טיפול באמנות

מבט על טיפול באמנות

.....

טיפול באמנות הוא כלי המסייע לתקשר ולהביע רגשות. הוא משלב בין המבט הרואה מרחוק, המייצג את התובנות והמשמעות, לבין היד הנוגעת בחומרים ומייצגת את הצד החושי, החושניות והיצירה. דרך מגע בחומרים קונקרטיים, כמו צבעים שונים, חמר, ועוד מגוון חומרים הנמצאים בחדר, וביחד עם נוכחות המטפל – נוצרת חוויה המאפשרת למטופל לבטא את עולמו הפנימי, דרך דימויים ספונטניים של המודע והלא מודע.

תוך כדי תהליך היצירה אפשר לבטא זיכרונות מוקדמים וחוויות קדם-מילוליות, שיקבלו צורה ויזואלית, ואולי כך יהיו נגישים ומוכנים יותר. מחשבות עמומות יכולות להתבהר. היצירה מעניקה צורה, צבע וטקסטורה מוחשיים לרגשות שצפו והתגלו. בתהליך נדמה כי היצירות מבקשות להיות מובעות, להיווצר ולהיראות. לעצם ההבעה, הנראות והשיתוף של הזולת יש חשיבות גדולה. לאחר מכן ניתן למצוא משמעויות נוספות מתוך ההתבוננות והעיבוד של היצירות. לפעמים, בטיפול באמנות, יש דגש חזק יותר על תהליך היצירה ופחות על מילים, ולפעמים תהליך ההתבוננות משולב במילים ובשיחה על משמעות הציור.

לכל פרט בתהליך היצירה יש משמעות. ילדה בת שבע שטופלה בתרפיה באמנות כדי לחזק את הדימוי העצמי שלה, ציירה במהלך הטיפול בדף גדול מהרגיל, על פי בחירתה. לפתע אמרה תוך כדי יצירה: "עכשיו יש לי קול גדול יותר!" גם פרט שולי לכאורה, כמו גודל הדף שבחרה, משקף ויכול להשפיע רבות על הביטחון והשמחה.

בטיפול באמנות ניתן מרחב גדול להתבוננות במטופל ולהקשבה לאסוציאציות שלו. נוצרת הזדמנות ייחודית, בה המטפל והמטופל יתבוננו יחד בעבודה

שנעשתה, יראו מה מתואר בה ורק לאחר מכן ומתוך ההתבוננות, ישוחחו על משמעותה, וגם זאת רק אם המטופל מעוניין בכך. התבוננות ושיחה כאלה נעשות עם ילדים ועם מבוגרים כאחת. המשמעות והפירוש הניתנים לציור מורכבים, ויש יותר מתשובה אחת נכונה. אם אצל האחד הצבע הירוק יביע צמיחה, אצל האחר הצבע יכול לבטא פחד וקנאה. אם אצל האחד השמש כוחנית, מאיימת ושורפת, אצל האחר היא רכה, מלטפת וחמה. לפעמים שתי האפשרויות נכונות לגבי אותו אדם, וכדאי וגם אפשר ללמוד לחיות עם האפשרויות המנוגדות בסיטואציות שונות.

בטיפול באמנות יש עיסוק רב במבט. הצפייה המעודדת, המאשרת ונטולת הביקורת והדרשנות, תשפיע על האופן בו הילד (או המבוגר) יצייר. היא תשפיע על היכולת לזרום עם העשייה או להימנע. על חשיבות המבט מגיל הינקות המוקדמת כתב האנליטיקאי דונלד ויניקוט. הוא ערך תצפיות חוזרות ונשנות בתינוקות ובאמהות, תוך שהוא שואל (בספר "משחק ומציאות") מה רואה התינוק כשהוא מתבונן בפני אמו. תצפיות אלה גיבשו אצלו תובנה: "טענתי היא שבדרך כלל תינוק רואה את עצמו". למבט המתבונן יש תפקיד חשוב בבניית תחושת העצמי. גם המטפל (או כל צופה אחר) המתבונן בציור מחזיר ומשקף למצייר את תחושת העצמי שלו (המשתקפת בציור).

היינץ קוהוט, האנליטיקאי ומייסד פסיכולוגיית ה"עצמי", שעסקה בהתפתחות חוויית עצמי תקינה, הדגיש בכתביו ("כיצד מרפאת האנליזה"), את הצורך של הילד להיות נערץ ומעריץ ככוח תורם לחיים היצירתיים מגיל צעיר. זהו צורך בסיסי בתהליך ההתפתחות והגדילה של נרקיסזם בריא, שהוא במהותו היכולת של הילד לחוש מוערך, בעל ערך ואהוב. הילד זקוק להשתקפות (האותנטית) המתפעלת והמעריצה של האם והאב. המבט (האותנטי) של עידוד והנאה מצד הצופה הוא חלק מתהליך הבנייה של החיוניות והביטחון אצל הילד, שיגדל ויישא בתוכו את הביטחון הזה. המטפל באמנות מיומן בהתבוננות שאיננה שיפוטית, שתומכת, מכילה ונהנית מהתהליך. ההתבוננות היא תהליך מורכב ועמוק. כאשר המבט מיטיב עם המטופל במהלך היצירה – הביטחון עולה. כאשר משתחררים ממחשבות כמו 'מה שהייתי צריך (ורוצה) לראות' ומהשיפוטיות, ההתבוננות נעשית

הרבה יותר פתוחה. ואז, למרבה ההפתעה, פשוט רואים יותר דברים.

בספר זה נתמקד במספר עקרונות של טיפול באמנות ונלמד ליישם אותם בחיי היום-יום. נבין ונגלה שכל שינוי חיצוני בשרבות ובציור של הילד מקביל להתרחשויות בנפשו, ושני התהליכים משפיעים זה על זה. בעזרת הבנה זו של ההורים, הם יראו יותר דברים וכך יוכלו להגיב באותנטיות ובהתלהבות החל מהקווים הראשונים שהילד ישרבט. הילד יחווה את המבט המקבל והמתפעל, הלא שיפוטי, כהשתקפות של תמיכה, הערכה והתפעלות ממנו ומיצירתו. ההתפעלות האותנטית תאפשר ליהנות מהרגע, מהאופן שבו הילד מצייר עכשיו, בשלב ההתפתחות הנוכחי שלו, ולא מהאופן שבו היינו רוצים שיצייר בזמן עתידי, כשיגדל ויוכל לצייר דמות, בית, או כל צורה מוגדרת אחרת. ציוריו של הילד אינם באים כדי לספק את צרכיו של המבוגר הצופה. ההורה הצופה מוזמן להצטרף וללוות את הילד בהנאה, יד ביד, בטויל בקווים שסומנו ונוצרו ברגע הנוכחי. זו דרך נפלאה להורים לתת אישור לילדם ודרך נפלאה לילד להרגיש ולתפוס שהוא שווה ומוערך, וכך לפתח את הרצון, ההנעה והיכולת להמשיך ליצור. אלה הן מתנות חשובות לחיים בעלי משמעות.