

ארץ יצורי הפרא – תיאור סדנה להתמודדות עם פחדים באמצעות הבעה ויצירה.

מאת רותי הרפז מטפלת בהבעה ויצירה מ.א בחינוך מיוחד וייעוץ משתלמת בלימודי פסיכותרפיה אינטגרטיבית (מכון מגיד)

תקציר

לפני מספר שנים כאשר היו פיגועים רבים במדינה, החלטנו להעביר סדנה לגננות שתעזור להן בהתמודדות עם הפחדים אותם מביעים הילדים. הסדנה התבססה מבחינה תיאורטית על מודל רב ממדי להתמודדות עם מצבי לחץ ומשבר BASIC PH. בעברית נקרא המודל גש"ר מאח"ד ופותח על ידי פרופסור מולי להד וד"ר עפרה אילון. צוות המנחות כלל מטפלות בהבעה ביצירה בתחומי האמנות הפלסטית, דרמה תרפיה ומוזיקה. הסדנה כללה שלושה שלבים, בשלב ראשון הוקראו שני סיפורים "ארץ יצורי הפרא" ו"זרקון אין דבר כזה". בשלב השני התקיים דיון מילולי על מאפייני הפחד ומצבי חרדה, ברובד הכללי ולאחר מכן ברובד האישי. לאחר זיהוי מאפייני הפחד ניסינו לזהות את הכוחות והמשאבים העומדים לרשותנו. הרובד האחרון כלל עיבוד יצירתי(הצגה, נגינה וציור). במאמר הנוכחי אתאר את העיבוד היצירתי באמנות חזותית. לצערנו אנו חווים מחדש בתקופה זו מצב משברי - צפירת אזעקות, נפילת טילים, הרס בתים, מוות של חיילים ואזרחים, פציעות, עזיבת הבית וחזרה של חוויות טראומטיות (מלחמת המפרץ), לכן המאמר אקטואלי גם היום.

מבוא

מטרת הסדנה העיקרית הוגדרה כהתמודדות עם פחדים ומצבי משבר. ההתמודדות כוללת שלושה מאפיינים: 1. הפחתת רמת החרדה בצורה שתאפשר תפקוד יעיל ותקין מצד הגננות עצמן 2. זיהוי הילדים המאותתים על מצוקה רגשית 3. עריכת היכרות עם דרכים להקלה על המצוקה. הסדנה התבססה מבחינה תיאורטית על המודל הרב ממדי להתמודדות עם מצבי לחץ ומשבר והצגת אמצעים מתחום היצירה וההבעה להתמודדות עם מצבי פחד. במצבי פחד וחרדה חשוב מאד לתמוך במטפלים, במקרה שלנו הגננות המלוות את הילדים במהלך היום בגן.

הרקע התיאורטי

פחדים וחרדות אצל ילדים

פחדים בילדים הנם תופעה התפתחותית מוכרת אך במצבים מסוימים היא מועצמת, בתקופות של טרור ופיגועים, מלחמה, פגעי טבע(רעידות אדמה, צונמי). הפחד הנה תגובה רגשית של העצמי במצבי סכנה, הסכנה יכולה להיות ממשית, דמיונית או סכנה שהילד הוזהר מפניה. כאשר הפחד הוא כתוצאה מסכנה ממשית הוא מגן עלינו ומתריע מפני הסכנה. חשוב להבחין בין פחד וחרדה, הפחד נובע מסכנה ממשית אובייקטיבית וחיזונית. החרדה נובעת מתחושת סכנה סובייקטיבית פנימית. לסביבה השפעה רבה על תחושת הילד ולכן ראינו חשיבות כה רבה בעבודה עם הגננות, על זיהוי תחושות של פחד ושימוש באמצעי התמודדות. במצבי משבר יכולים להופיע פחדים הקשורים במצבים ריאליים: אזעקות, הפגזות, פיגועים, פחדים הקשורים במוות ואיום על שלמות הגוף, פחדי פרידה כתוצאה מאיום הסכנה על ההורים, פחדים הנובעים מהתנהגות הסביבה: הכחשה, חוסר מידע, פחדים טראומטיים כתוצאה מחוויה קודמת.

ביטויי הפחד:

תגובות מילוליות: הפחדים יכולים לבוא לידי ביטוי בצורה מילולית.
תגובות גופניות: כאבי בטן, כאבי ראש, קשיי נשימה, דפיקות לב, הזעה ועוד.
תגובות התנהגותיות: הסתגרות, בכי, אפטיה, הימנעות, הפרעות אכילה, קשיי שינה, עוררות יתר, הרטבה.
רגשות נלווים של: כעס, אשמה, דאגה, עצב, דחייה, אבל והכחשת הפחד.
הכחשת הפחד: יכולה לבוא לידי ביטוי בהתנהגות תוקפנית, התנהגות עצורה וסימפטומים גופניים.
תוצאות ההכחשה לטווח ארוך: התקשחות, צמצום הקשרים הרגשיים, ניסיון למנוע דליפה של חולשה.
אובדן ממשי יקצין סימפטומים אילו.

תיאור מודל - BASIC PH

המודל עוסק בדרכי התמודדות שונים במצבי משבר. ההנחה הבסיסית הנה, שלכל אדם יש יכולת התמודדות. ניתן לזהות בכל אדם את סגנון ההתמודדות או מספר סגנונות המותאמים למצב. המצב כולל משברים, אסונות, אי וודאות, פחדים.
במודל הרב ממדי מופיעים ששה ערוצים (או שפות), בהם האדם יכול להשתמש בתקשורת עם עצמו ועם העולם סביבו ולהתמודד עם המצבים הקשים או המאיימים בצורה יעילה.
התמודדות במצבי לחץ וחרדה יכולה להתאפיין בששה רובדים עפ"י המודל (או שש שפות):

גש"ר מאח"ד: גוף שכל רגש מערכת אמונות חברתי דמיון.

BASIC PH: BELIEF AFFECT SOCIAL IMAGINATION COGNITION PHYSICS

ערכים ואמונות (מערכת אמונות) Belief - ערכים דתיים או ערכים פוליטיים, תחושת שליחות. האמונה מעניקה משמעות למצוקות וסבל, האמונה גם מאפשרת היאחזות בתקווה החיונית להישדרות. במצבי משבר האמונה יכולה להיסדק ולהתערער ולכן חשוב לחזק אותה. ניתן לחזק את האמונה באמצעות טקסים, הדגשת ערכים, חיפוש משמעות ושיפור הביטחון העצמי.
המערכת המשפחתית מתפקדת כמערכת חברתית ראשונית ללמידת דפוסי התמודדות בחיים, היא מעניקה אהבה ותמיכה, קבלה וסיוע החיונים במצבים משבריים.
רובד רגשי (רגש) Affect - במצבי לחץ מתעוררים רגשות שונים ובטויים רגשים כמו בכי וצחוק, כעס, תחושת חוסר אונים ומצד שני ניתן להבחין לעיתים "בעצירה" של הביטוי הרגשי, איפוק, חוסר יכולת לבטא רגש, רגש בוש, רגש אשמה. בכדי לשפר את המצב יש לאפשר הבעה רגשית מילולית או בלתי מילולית אישית ובין אישית. ההבעה מאפשרת גם פורקן וגם הפחתת תחושת הלחץ והמצוקה.
רובד חברתי (חברה) Social - האדם מחפש תמיכה קבוצתית, קבלת תפקידים בחברה, התנדבות למבצעים שונים. לתמיכה החברתית חשיבות רבה במצבים משבריים, היא משפרת את תחושת הבטחון ומקטינה תחושות בלבול ואי וודאות. יש צורך בשיפור המיומנות ביכולת הענקת התמיכה לאחר וליכולת של המקבל להיעזר בה.
רובד דמיוני Imagination - יכולת הדמיון של האדם מאפשרת דיאלוג בין הגוף הנפש והשכל. יכולת הדמיון מאפשרת יצירתיות, חשיבה יצירתית, מציאת פתרונות לבעיות ושימוש בהומור. ניתן להשתמש בטכניקות של דמיון מודרך, או באמצעי ההבעה והיצירה כדי להסיח את הדעת ולתת הפוגה במצבי המשבר.
רובד קוגניטיבי (שכל) Cognition - שמוש באסטרטגיות של איסוף מידע, פתרון בעיות ושיח פנימי. החשיבה משתבשת במצבי לחץ. כדי לשפר את התפקוד ניתן לגייס את כל היכולות הקוגניטיביות מבחינה חיובית ולאפשר שליטה ותובנה.
רובד גופני-פיסי (גוף) Physics - חוויות הלחץ משפיעות על מערכת העצבים במוח ומעוררות תגובות לחץ אופיניות כמו רעד, הזעה, סחרחורת, בחילות, פיק ברכיים או הוצאת כעס בצורה בלתי מבוקרת. לכל תחושות הלחץ מאפיין גופני והדרך להתמודדות הנה הרפיה גופנית, הרפיה שרירית או הרפיה נשימתית. שליטה על תנועות הגוף יכולה להחזיר את הגוף לאיזון הנכון.
הקווים המנחים של המודל בשילוב אמצעי הבעה ויצירה
*בשעת משבר האדם משתמש בשפה או בדפוס המוכר לו, דרכו הוא קולט וחווה את העולם. לרב משתמשים במספר שפות או דפוסים.

- *ניתן לאתר ולזהות את הדפוס או השפה בה משתמש האדם.
- *אין דפוס התמודדות נכון לכולם ואין דפוס טוב יותר מאחרים. כל דפוס המשרת את האדם טוב בשבילו.
- *כל דפוסי ההתמודדות טובים בתנאי שמשתמשים בהם המיון מתאים ומגוונים אותם(אין מצב של פרסברציה או הינעלות).
- *חשוב לחשוף את האדם לדפוסי התמודדות שונים, לזהות מה מתאים ומה לא.
- *חשוב לתרגל מספר דפוסי התמודדות וליצור "ארגז כלים" אישי למספר מצבים.

איתור דפוסי ההתמודדות

ניתן לאתר אותם באמצעות אמצעי ההבעה והיצירה:
סיפורים, ציורים, עבודה תלת ממדית (חימר או פלסטלינה), שירים, מחזות, כתיבה יוצרת.
המיון של דפוסי ההתמודדות נעשה על פי הקטגוריות של גש"ר מאח"ד שתוארו לעיל.

הרציונל בבחירת הספרים

ארץ יצורי הפרא-סנדק מוריס



ספיץ (Spitz, 1999) מתייחסת לספורו של מקס גיבור הספר, בגישה המושתתת על תורתו של ויניקוט. הטענה המרכזית של ספיץ, היא כי הספר מאפשר לקורא לעבור חוויה דומה לזו שעובר מקס גיבור הספר, באמצעות המשחק בין האזור והמלל. לטענתה, האזור מסמל את עולם הפנטזיה והדמיון. המלל (הטקסט הכתוב) לעומת זאת מסמל את העולם המציאותי, בעל החוקים והמוסכמות. המרחב שבין שני העולמות הללו מקביל למרחב הפוטנציאלי – המושג שטבע ויניקוט. המרחב בין חוץ-פנים, הוא המקום המאפשר לילד את התפתחות העצמי האמיתי שלו. כאשר מקס נמצא עמוק בעולם הפנטזיה הפנימי שלו, המלל נעלם לחלוטין. עם חזרתו לעולם המציאות, לעולם החוקים, המלל תופס יותר ויותר מקום. בעבר נשמעה ביקורת חריפה על הספר בטענה שהוא מפחיד מדי ילדים קטנים, אך במשך הזמן התרגלו אליו והוא הפך ספר לגיטימי ואהוב ותורגם לשפות רבות. הספר נותן לגיטימציה לתוקפנות הילד במהלך שמור ומוגן בסביבה ותומכת. הספר משמש מסגרת בטוחה ו"מתווכת", בכך הקורא לא חש מאוים על-ידי חוסר השליטה שמבטא הגיבור (זה לא אני - זה הוא).

במהלך הסיפור הגיבור מצליח להגיע לשליטה עצמית בכוחות עצמו, ללא התערבות מבוגר. למרות הצלחתו של הגיבור הוא אינו לבד, קיימת נוכחות הורית לאורך הספר בדמות הירח המגן מעל ועל-ידי חזרה של מוטיב האוכל-השולח את מקס למסעו (כאשר הוא נענש ע"י אמו בכך שלא מקבל ארוחת ערב) וגם מחזיר אותו משם (כאשר הוא מרגיש בודד, מריח את ריח ארוחת הערב, ומוצא את ארוחתו מחכה לו בחדרו והיא עדיין חמה).

"במציאות האמיתית" הילד הקורא את הספר, אינו נמצא לבדו בדרך כלל, אלא בנוכחות מבוגר משמעותי (הורה, סבתא גננת –הקוראים עבורו או איתו) ומחזקים את תחושת הביטחון והשליטה.

דרקון אין דבר כזה



"בילי ביקסבי היה ממש מופתע כאשר התעורר בבוקר ומצא בחדרו דרקון. הדרקון היה דרקון קטן- לא יותר גדול מחתלתול. כשבילי ליטף לו את הראש, כשכש הדרקון בזנבו מרוב שמחה. בילי הלך לספר לאמו. "דרקון- אין דבר כזה!" אמרה אמה של בילי. והיא דברה ברצינות. "יש דרקון", התעקש בילי, "דרקון גדול מאוד!" וליטף לדרקון את הראש. הדרקון כשכש בזנב מרוב שמחה ואז, עוד יותר מהר משגדל, נעשה הדרקון יותר ויותר קטן. כעבר כמה רגעים כבר היה גדול כמו חתלתול. "דרקונים כאלה לא אכפת לי", אמרה אמה. "למה היה צריך לגדול כל כך?" "אני לא יודע", אמר בילי, "אבל נדמה לי שהוא פשוט רצה ששימו לב אליו".

בספר מופיע אלמנט הכחשת הפחד. הילד מפחד מהדרקון אך האם כל הזמן מכחישה את קיומו במהלך הסיפור הדרקון הולך וגדל ומקבל ממדים מפלצתיים עד שהוא מרים את הבית ממקומו ו"כולם כבר רואים אותו" לא רק הילד, הוא מקבל ממשות. ברגע בו מכירים בו הוא קטן וקטן ומגיע לממדים האמיתיים. משפט הסיום בספר ממחיש את הצורך בהכרה בפחד המאפשרת שליטה: "אני לא יודע", אמר בילי, "אבל נדמה לי שהוא פשוט רצה ששימו לב אליו".

הגישה הפנומנולוגית בתרפיה באומנות

הפנומנולוגיה בהגדרתה עוסקת בתופעות (פנומנות) של ההכרה. היא עוסקת בקשר בין מציאות אובייקטיבית מחוץ לאדם והרגשות והמחשבות העולות בו על מציאות זו בתוכו. הפנומולוגיה פועלת בשני כוונים. הכוון הראשון הנו התבוננות בתופעות של ההכרה הניתנות לצפייה. הכוון השני הנו התבוננות מרוכזת וממוקדת, תוך שילוב בין הראיה והחשיבה. תופעות ההכרה הסובכות אותנו הן רבות: חפצים שונים, מחשבות, חומרים, מצבי רוח, חלומות, סיטואציות רגשיות, חוויות, פנטסיות ודימויים מודעים ולא מודעים. התהליך הפנומנולוגי בתרפיה באומנות מורכב משלושה שלבים: א. המטופל והמטפל מתבוננים בציור או בתוצר האומנותי (בהכנת התוצר המטפל צופה בלבד ואינו מתערב בתהליך), ההתבוננות דומה להתבוננות ביצירת אומנות במוזיאון או בתערוכה. ב. שיחה בעקבות התוצר בגישה הפנומנולוגית. שיחה זו כוללת את האלמנטים של היצירה האומנותית מבחינת מרכיביה. קו, צבע, צורה, ניגודים, כתמי צבע, חללים, תכנים, צורות ודפוסים ביטוי של מתח ורפיון ושאר האמצעים בהם השתמש המטופל על מנת לגלות או להדחיק משמעויות אישיות מיוחדות. שלב זה חשוב כיון שהיצירה הופכת להיות במרכז הטיפול ובכך מפחיתה חרדות וחששות מצד המטופל, זה לא אני זו היצירה... ג. בשלב זה משתף המטופל בתחושותיו ככל שניתן והמטפל מקשיב. ילדים לעיתים קרובות מתקשים לשיים ולהגדיר את חוויותיהם ותחושותיהם בשלב זה. תהליך היצירה מתחיל "יש מאין" ולעיתים המטופל מתקשה מאד בשלב זה.

מהלך הסדנה

בסדנה הוצגו שני הספרים: ארץ יצורי הפרא ודרקון אין דבר כזה. שני הסיפורים הוקראו לגננות הנוכחות במליאה. הקראת הספרים איפשרה לזהות את האפיונים של התמודדות במצבי לחץ וחרדה, מבחינה מילולית ויצירתית וכאמצעי מתווך. הנגיעה הראשונית בפחד ומצבי לחץ דרך הסיפור מאפשרת התרחקות ומקטינה את ההתנגדות או ההימנעות מנגיעה במקומות כואבים. לאחר הקראת הסיפורים התקיימה הפעלה מילולית והפעלה יצירתית בלתי מילולית. בהפעלה הבלתי מילולית השתמשנו בכלי ההבעה באמנות חזותית, דרמה ומוזיקה.

ההפעלה המילולית:

בשלב הראשון: שוחחנו על הדמות העיקרית (הילד) בסיפור, זיהינו והתייחסנו לתחושות המופיעות בסיפור לגבי הפחד, מהו הפחד, האם הוא אמיתי, הגיוני, מוחשי? אילו מאפיינים יש לפחד? תחושות גוף? מה הגבור עושה כדי להתגבר על הפחד? מי תומך בו בסיפור? האם "מכחישים" את קיומו של הפחד? האם מודים בקיומו? בשלב השני ניסינו לזהות מה קורה לנו כמבוגרים כאשר אנו פוגשים בפחד או במצבי לחץ. בשלב השלישי חיפשנו סיטואציה קודמת בה התמודדנו והצלחנו להתגבר על הפחד ומה עזר לנו מהמאפיינים שלמדנו. בשלב הרביעי הגיעה ההפעלה היצירתית באמנות פלסטית/מוסיקה או דרמה.

הפעלה בלתי מילולית באמנות חזותית

בקבוצה אותה הנחיתי עבדנו על הדימוי החזותי של הפחד והתחושות המתלוות לו. ההנחייה היתה לצייר ציור קבוצתי ו/או ליצור חיות ודמויות מפחידות מחימר או פלסטלינה ככלי להמחשת הפחד והקטנת עוצמתו בעקבות המגע איתו והיכולת לשלוט בו או להרוס אותו. הקבוצה בחרה לצייר ציור קבוצתי הממחיש את הדימוי של הפחד מצד אחד ומצד שני היכולת לווסת את השליטה העצמית ואת התמיכה שניתן לקבל מהאחר, במקרה שלנו הקבוצה.

תמונות של היצירה הקבוצתית



קבוצה א'



קבוצה ב'

בתמונות המצורפות מבחינים בסגנונות שונים. הסיבה לכך היא כי מדובר בשתי קבוצות. כל קבוצה הביאה למפגש את סגנונה הייחודי. בשתי התמונות העליונות מופיעים דמויות של נסיכה, ודמויות של ייצורים מפחידים. דמות הנסיכה/ אשה/נערה יושבת בפתח האוהל/ בית/ מחסה/ מקלט וממתינה?

בשתי התמונות התחתונות מופיעים אלמנטים כמו סירה, עץ, בית, דמות מבוהלת בחזית הציור ודמות נוספת ברקע.

ניתן להתייחס גם לצבעוניות: בתמונות העליונות הצבעים פחות כהים, הציורים פחות מוצפים. בתמונות התחתונות צבעים כהים, תחושה של הצפה, תנועה, גודש.

שרטוט הקווים בציורים העליונים מתוחכם יותר, בתמונות התחתונות הקווים פשוטים יותר ברמה ראשונית. ניתן להתייחס גם לייצוגים המטפוריים המופיעים בציורים: דמות נשית (ייצוג ברור) / דמות לא מינית (הכוונה זכר או נקבה) בציור העליון.

ייצוג דמויות בלתי ברורות בציור התחתון: "לפחד אין שם".

האם ניתן להקיש על מהות הפחד ועוצמתו בשתי הקבוצות?

כיוון שמדובר בסדנה ולא בטיפול לא אתייחס לשאלה זו במאמר הנוכחי.

בשלב האחרון המשתתפות שאלו שאלות, בעיקר לגבי נושאים שעלו בגן, כיצד להתמודד עם נסיגות בעקבות אירועים טראומטיים, קושי בפרידות, בכי, תופעות גופניות המלוות את הילדים (כאבי בטן וכאבי ראש, הרטבה, חזרה למציצת מוצץ ועוד), האם לראות חדשות בטלוויזיה, כיצד להדריך את ההורים, כיצד להשתלט על הפחד שלהן ולא להראות לילדים שגם הן חוששות.

מבחינת מודל גשר מאחד: השתמשנו בשפת הדמיון המטפורית בציורים כדי להביע רגשות (שפת הרגש), בשפה הקוגניטיבית – עיבוד הסיפורים, בהתארגנות, תכנון, ביצוע. בשפה הגופנית – שימוש במוטוריקה ותנועה בציור הקבוצתי. בשפה החברתית בעצם הציור הקבוצתי: בחירת הנושא (מתוך אחד הספרים), בחירת צורת הביטוי (ציור לעומת פיסול תלת ממדי), התארגנות על המצע המשותף, קבלה, הכלה, אמפתיה, שיתוף.

סיכום

בסדנה המתוארת השתמשנו בשני כלים מתחום הטיפול ביצירה והבעה: בסיפורים (הבעה מילולית) וביצירה החזותית עיבוד לא מילולי. העיסוק ביצירה היה מבוסס על עקרונות הגישה הפנומנולוגית (ביטנסקי, 1977).

גישה זו מתייחסת למאפיינים של היצירה מבחינת הקו, צבע, צורה, קומפוזיציה, התייחסות לדף, האם הדף עמוס צבע או ריק וכן לתהליך היצירה ופרשנות המשתתף בתהליך. המנחה אינו מפרש את היצירה או את התהליך למשתתף. הוא יכול להתייחס לכל מה שקורה על הדף אך לא לתת פרשנות אנליטית כפי שמקובל בפסיכותרפיה מילולית.

בחלק מהמקרים המנחה מאפשר למשתתפים לבחור את החומרים במפגש ובחלק מהמקרים הוא מגיש להם חומר ספציפי המתאים למטרות ותכנים בסדנה. המנחה מכיר את תכונותיהם של החומרים ויודע אילו חומרים מזמינים "התנהגות רגרסיבית" ואילו חומרים משמרים גבולות ומאפשרים הגנה על המשתתפים מפני דחפים מאיימים ותחושות הצפה ותסכול.

בסדנה הנוכחית המשתתפים שמעו שני סיפורים ויכלו לבחור איזה סיפור לעבד מבחינה יצירתית. המשתתפות בחרו "בארץ יצורי הפרא" וכן יכלו לבחור חומרים: עבודה בתלת ממד (כיר) או בדו ממד (ציור). אלמנט הבחירה (המקביל לשליטה) בא לידי ביטוי גם באופן העבודה: עבודה קבוצתית על מצע משותף, בריסטול גדול וצבעי גואש.

העבודה הקבוצתית מרמזת על השפה החברתית במודל המאפשרת תמיכה, חיזוק הרגשת הביחד-אני לא לבד לעומת העבודה הפרטנית (המאפשרת אולי יותר חשיפה של מוקדי הפחד, המתאימה בטיפול ופחות בסדנה מסוג זה).

באמצעות מודל גש"ר מאח"ד ניתן מקום לעיבוד הפחד והתחושות במצבי משבר, באמצעות השפות האישיות בביטוי המילולי והבלתי מילולי.

המשתתפות הצליחו לזהות תחושות ופחדים המלווים אותן בחיי היום יום ובגן ולא "להיבהל" מהם. הן למדו לאפשר לתכנים לעלות ולהתמודד לפי המודל הרב מימדי. ניתן מקום גם לעיבוד תכנים אותם מעלים הילדים וההורים. לאחר זיהוי המאפיינים והתחברות לכוחות ולמשאבים, הן למדו להשתמש בכלים מתחום הבעה והיצירה כאמצעי לתקשורת בלתי מילולית וגם להבעה מילולית ברובד האישי וברובד הרחב יותר השלכה על אחרים.

ביבליוגרפיה

ויניקוט, ד. משחק ומציאות (1998) הוצאת עם עובד.
להד, מ'. אילון ע'. חיים על הגבול (2000).

מ.להד, ת. אנקור. פחד עז (1993).
סנדק מוריס, ארץ יצורי הפרא (1984) הוצאת כתר.
קנט, גק. דרקון אין דבר כזה הוצאת עם עובד

Betanski.M.The Phenomenical Approach to Art Expression and Art Therapy In Art
Psychotherapy,1977,4:173-179

Spitz, E. H. (1999). Inside Picture Books. New Haven& London: Yale University
Press.