

ספרותראפיה

מערכת החינוך עסוקה כיום בהעלאת רמת החינוך ובקידום התלמידים על-ידי הפעלת מבחני הישגים ובדיקת משוב. אלה גורמים למתח, לחרדה וללחץ. לכן, במיוחד עכשיו, חשוב לראות את הילד בשלמותו, על מרכיבי אישיותו השונים, ולהסיט את נקודת הכובד מהתמקדות באספקטים הקוגניטיביים לשימת לב גם לאספקטים הרגשיים.

מכאן משנה חשיבות לספרה של דבורה קובובי.** ספר זה הנו אנטיטזה לעיסוק היתר בהישגיות ובכל מה שמתלווה אליה, ובכך נותן מענה לצורכי השעה, ומשקל-נגד למגמה המסתמנת של התעלמות מהעולם הרגשי של הילד.

הספר הנוכחי הנו השלמה והרחבה של ספרה "הוראה טיפולית", שיצא לאור לפני 22 שנים, והיה בזמנו פריצת דרך בנושא - בניגוד למה שנכתב לגבי פרסומים אחרים, שנטלו שלא בצדק את כתר הבכורה. בכך היתה קובובי חלוצה ומקורית בעשיית שימוש ביצירות ספרות לחוראה. גישת "ההוראה הטיפולית" הנה ענף של הביבליותראפיה, שקובובי מציגה אותה בפרסומיה כמשנה סדורה ושיטתית.

קובובי כיהנה במשך שנים רבות כראש המגמה לייעוץ בבית-הספר לחינוך של האוניברסיטה העברית, וכן עמדה בראש המרכז לחוראה טיפולית מטעם שפ"י (שירות פסיכולוגי ייעוצי של משרד החינוך), שארגן השתלמויות בנושא הנ"ל ליועצים ולמורים.

הדיאלוג הרצוף עם מורים ויועצים שעסקו בהחלת הגישה על אוכלוסיות שונות, הביא להסתעפויות ולפיתוח היבטים נוספים של השיטה, ואלה מצאו

* טובה מרכוס היא מרכזת המסלול לחינוך היסודי במכללה לחינוך על-שם דוד ילין.

** דבורה קובובי, ספרותראפיה, ספרות חינוך ובריאות הנפש, הוצאת מאגנס, האוניברסיטה העברית, 1992.

את ביטויים בפרסומים נוספים. גולת הכותרת בהם הנו הספר החדש "ספרותראפיה".

"ספרותראפיה" ("הוראה טיפולית") הנה, כאמור, שיטה לטיפול בריאות הנפש באמצעות קומוניקאציה סיפורית; דהיינו, השמעתם והוראתם של יצירות ספרות ופרקי תנ"ך (במושג טיפוח בריאות הנפש הכוונה היא לרצף של טיפול, קידום ומניעה). קובובי מציעה דרכי יישום של עקרונות פסיכוגייניים, המכוונים את התהליכים הנפשיים המשוערים המתרחשים בנפש הילדים במפגשם עם היצירה.

השפעתה של הספרות על נפש הקורא ידועה מקדמת דנא, החל מאפלטון ומאריסטו ועד לפסיכולוגים בני זמננו. אולם לפי קובובי, אין לסמוך על כך שהתהליכים הנפשיים הרצויים יתרחשו מאליהם, אלא יש לנווטם באופן מכוון ומיומן, כך שיתרמו לבריאותם הנפשית של הילדים.

הגישה מסתמכת על התיאוריות הפסיכודינאמיות המקובלות באסכולות השונות וגזרת מהן שיקולי-דעת והנחיות למורים. מטרת-העל של הגישה הנה פתיחת מסילות התקשורת בין רובדי הנפש השונים; יצירת מגע בין החוויה לתודעה; פיתוח קולטנות לתהליכים פנימיים וחמקמקים, ויכולת להגיע לתובנה של מניעים העומדים מאחורי התנהגויות גלויות. במלים אחרות: מניעת תהליכים של הדחקת יתר, הפוגעים בחתפתחות הנפשית, באוטונומיה ובכוחות היצירה של האדם.

ייחודה של קובובי בכך שבנתה מודלים של תהליכי השתנות, העשויים להתחולל בעקבות מפגש עם יצירות ספרות. בגישה זו, השפעתה של הספרות נבחנת, נשקלת ומבוקרת לאור עקרונות בריאות הנפש, וזאת בלי לחטוא למהות שביצירה ותוך מחויבות לערכה האמנותי.

מושגים ועקרונות המאכלסים את תחום הדעת של הפסיכולוגיה - מיושמים בשיטה. אלמנטים כמו אִמפתייה, הזדהות, קבלה, שיקוף, חוויה מתקנת, הדחקה, השלכה, מנגנוני הגנה - הם לא רק מונחים פסיכולוגיים שיש להבין את משמעותם, אלא הם חלק אינטגרלי של השיטה ומשתלבים בה השתלבות אורגאנית. ראיית הילד במרכז ודאגה לרווחתו - אין זו רק המלצה שהכל מכירים בחשיבותה, אלא היא חלק אימאננטי של הגישה וזוכה ליישום בעבודת המחנך.

כוחה של ה"ספרותראפיה" הוא, אפוא, בשילוב של ההלכה עם המעשה, של התיאוריה עם הפראקטיקה. לכן, לא רק הילד יוצא נשכר, אלא גם המורה תנעזר בדרך "ההוראה הטיפולית". ידוע שהפנמה של תכנים מתרחשת רק

כשישנה זיקת גומלין בין התיאוריה לבין יישומה, כשאדם לא רק יודע את הדברים ואף מבין אותם, אלא כשהוא גם בוחן אותם במציאות ועושה בהם שימוש. כשאותם תכנים הופכים לחלק מהרפרטואר ההתנהגותי שלו, יש סיכוי לכך שיהפכו לחלק ממנו. ולא, קיים סיכון שהם יהיו נדונים לגניזה ולשכחה. מורה שהפנים גישות של בריאות הנפש, הדבר יתבטא אצלו לא רק בשיעורי ספרות, בדרך ה"ספרותאפיה", אלא בעמדתו הכללית בכיתה ובהתייחסותו לילד.

ה"ספרותאפיה" אינה מקנה למחנך עקרונות מוחלטים ונוקשים, אלא מפתחת בו יכולת להפעיל שיקול דעת לגבי בחירת היצירות ודרכי הוראתן. היא מתווה לו דרך מתי להעמיק בחוויה ומתי לרדדה; מתי להשתמש בדיון מורחב ומתי להסתפק בהערות אגב; מתי לבקש דוגמאות אישיות ומתי - דוגמאות בגוף שלישי; מתי להנחות את השיחה בכיתה בהתאם לרצף השלבים בתהליך ההגעה לאמפתיה, ומתי לוותר על נאמנות א. המסר של ה"ספרותאפיה" למורה הוא גמישות ובחינה מחודשת של דרכי ההוראה לאור עקרונות בריאות הנפש.

המעייין בספר מתרשם מהזיקה הקיימת בין התיאוריה לבין דרכי יישומה. המעשה מעוגן בתיאוריה, ואז שואבת רעיונותיה מן המעשה. קיימת תחושה של זרימה הדדית ודינאמית ביניהם. בספר ניכרות תוצאות הדיאלוג ההדוק שקובי מקיימת כל השנים עם השדה. היא מסתייעת בתגובות הילדים לצורך פיתוח השיטה, ואלה מפריים ומעשירים את הרעיונות המובעים בספרה.

לאורך כל הספר ישנה הקפדה על עומק, מורכבות ומובחנות ברמה התיאורטית, תוך שזירת דוגמאות וניתוח מקרים המאירים ומאששים את התורה. הדוגמאות האוטנטיות, פרי אותו דיאלוג, משתפות את הקורא בחוויה. דוגמאות משכנעות אלה מעניקות לספר ממד של חיוניות, מוחשיות ורב־ממדיות.

ההקשבה לצורכי השדה הביאה את המחברת לידי הרחבת השיטה ולהסתעפויות לתחומים נוספים. גישת "ההוראה הטיפולית" גובשה בראשית דרכה כשיטה המיועדת לילדים "רגילים", בבית־הספר היסודי. לאחר מכן חותאמה השיטה לאוכלוסיות חריגות, לילדים בגיל הרך, ולנערים בגיל ההתבגרות, תוך הכנסת שינויים המתבקשים מאופים השונה של ילדים אלה. כן נעשה שימוש בשיטה כמכשיר לאיתור בעיות של ילדים, כמכשיר להדרכת הורים באמצעות הקומוניקאציה הסיפורית עם ילדם, וכמכשיר להדרכת מורים בהתייחסות לילדים וביצירת אקלים של גדילה בכיתות.

המטרה היא לסייע בידי כולם לחיות מודעים, רגישים וקשובים הן לעצמם, הן למסרים הסמויים שביצירת הספרות, ולשער את השפעתם על הילדים. ללמוד להאזין לילדים, לקלוט תגובות גלויות וסמויות, במגמה להביא לכך שיגדלו בריאים בנפשם.

ה"ספרותרפיה" משתלבת היטב בנושאים המעסיקים את הילדים, הנוגעים לחייהם מחוץ לבית-הספר, לחיי החברה בכיתה ולבעיות השעה; נושאים כמו: קליטת עולים, התנהגות במצבי לחץ וחירום, החלטה ובחירה, הלשנה, התייחסות ליוצא הדופן, היגררות והיסחפות של הפרט אחרי הקבוצה, יחסי אחים, ועוד כהנה וכהנה.

עם זאת, ראוי לציין שתוך כדי ניתוח היצירה הספרותית, קובובי מדגישה את הנאמנות ליצירה ולייחודיות שבה, ומזהירה מפני רתימתה המאולצת לנושא מסוים. הקשבה לחד-פעמי שביצירה זהה לראיית החד-פעמי שבכל ילד והקשבה לו. אלה הם מאבני-היסוד של גישתה.

כוחה של השיטה בכך שהיא מופעלת באמצעות מתווך, דהיינו היצירה הספרותית, ולכן היא עוקפת את מחסומי ההתנגדות של הילדים ופותחת אותם לקראת מסע הרפתקאות אל תוך נבכי הנפש. הילד אינו מדבר ישירות על עצמו, אלא על גיבור הסיפור, הפרק או השיר, לכן הוא מרגיש מוגן ובטוח לגלות רגשות חמקמקים או סמויים. עם זאת קובובי מאחירה מסכנות של חשיפת יתר בפני הכיתה.

הספר על נושאי השונים מתאים ומומלץ לעוסקים בהוראה, בחינוך, בייעוץ, בהדרכה, בטיפול ובהורות.