

קבוצת גשטלט ב"מעוף" באר שבע

טלי מירקין, פסיכולוגית "מעוף"

מזה שבע שנים, משתתפים תלמידי כתות ד' בבי"ס "מעוף" בבאר שבע בסדנת גשטלט המתקיימת לאורך סמסטר אחד (כחמישה עשר מפגשים).

מטרת הסדנא היא לעזור לילדים, זמן קצר אחרי איתורם כמחוננים, להתמודד עם האתגרים הרגשיים

והחברתיים המיוחדים הנלווים למחוננות. הלחצים על הילד המחונן הינם רבים: יחס אמביוולנטי מהסביבה, התעניינות שונות משל חבריהם, ציפיות גבוהות מסביבתם ומעצמם ועוד.

אחד האתגרים הבולטים הניצבים בפניהם הוא הצורך לאזן בין רצונם הטבעי לבלוט ולהראות לעולם את יכולתם הגבוהה וידיעותיהם הרבות, לבין רצונם להישאר חלק מקבוצת-ההשתייכות ולהיות מקובלים על ידי חבריהם לכתה.

חלק לא מבוטל מהילדים נוקטים, באופן בלתי מודע, באחת משתי אסטרטגיות קיצוניות. חלקם בוחרים "להסתיר" את היותם מחוננים, מצניעים את ידיעותיהם, ושומרים את מחשבותיהם לעצמם, בעוד שחלקם נוטים להבליט את מחוננותם בצורה מוגזמת ומשקיעים אנרגיה רבה בהבלטת עליונותם הקוגניטיבית.

שתי האסטרטגיות הקוטביות האלו גובות מחיר גבוה מהילדים-

ה"מסתירים" מוותרים על ביטוי חלק מהותי מעצמם, ומרוויחים את חברת הילדים, ואילו ה"מחצינים" מרוויחים את הכרת הסביבה בעליונותם, אך לא פעם נדחים על ידי חבריהם. כאמור, רבים מתקשים לאזן בין שני קטבים אלה, ואנו מנסים להתמודד עם קושי זה בסדנא.

בסדנא, אנו מעלים את המודעות לרגשות הקשורים לאיתור הילדים כמחוננים, רגשות הכוללים גאווה, שמחה, חשש, מבוכה ועוד, ומתמקדים בתגובתם ובתגובת סביבתם למכתב הקבלה לתוכנית (תגובות הנעות בין "קפצתי משמחה וטלפנתי לברש לכולם" לבין "לא ספרתי לאף אחד, ואני מקווה שאף אחד לא ידע אף פעם").

בדרכים יצירתיות אנו מעלים מודעות לנושאים כמו דימוי עצמי, הגנה על גבולות העצמי, קוטביות, היותי שונה ודומה, קשר גוף נפש, הגשמת חלומות, ביטוי רגשות ועוד. בנוסף אנו מתייחסים לנושאים אותם מביאים הילדים לקבוצה מחייהם וכן ליחסים הבין אישיים הנרקמים בינם לבין עצמם בקבוצה.

הסדנא נערכת על פי עקרונות וטכניקות של תרפיית הגשטלט, שהינה שיטה הוליסטית (הרואה את הצד המחשבתי, הרגשי והגופני של האדם כבלתי נפרדים) ומהווה חלק מהזרם ההומניסטי בפסיכותרפיה. גישה זו מדגישה את חשיבות ה"כאן ועכשיו", אחריות

אישית, יחסים בין אישיים והמגע של האדם עם סביבתו. חלק מהטכניקות בהן אנו משתמשים בקבוצה כוללות דמיון מודרך, משחקי תפקידים, "הכסא הריק", עבודה עם חומרי יצירה ועוד. בעזרת תרגילים מובנים חלקית אנו מאפשרים לילדים לחוות מחדש "אירועים-לא גמורים" מהעבר, לחזק שליטה של גבולות אישיים, לראות את הפרספקטיבה של האחר ולשפר את היכולת של דיאלוג בין אישי.

סדנא זו הוצגה על ידי בקיץ האחרון בכנס בינלאומי בנושא ילדים מחוננים שהתקיים באנגליה, וכן בכנס האירופאי לתרפיית הגשטלט שהתקיים השנה ביוון. אשמח לפרט לגבי הסדנא והעקרונות שהנחו אותי בהכנתה.