

|| ד"ר אילת דסה, דברת הראל ||

פרויקט משותף לבית הספר לאמנויות הבמה "בית צבי" ולמרכז אלצהיימר ברמת גן

טיפול משולב במוזיקה ובדרמה עם חולי אלצהיימר

החוויה עוררה התרגשות גם בקרב הסטודנטים: "מדהים איך מהרגע הראשון של תחילת המפגש ועד לסופו כולנו התגייסנו לפעולה כאחד. השירים ששרנו וה'ביחד' יצרו אנרגיות מטורפות, שגרמו לזמן להרגיש כאילו היה רגע קט. היה מרגש מאוד לראות את הדיירים מחייכים, שרים, או מצטרפים לקצב - כל אחד תרם לפי יכולתו"

קול ובמה לזיכרונות

הפרויקט נערך בשני מחזורים וכלל שתי קבוצות. כל קבוצה מנתה שישה דיירים ושישה סטודנטים למשחק מ"בית צבי", שנפגשו אחת לשבוע במשך עשרה שבועות. לכל אחד מהדיירים הוצמד סטודנט למשחק אשר ליווה אותו באופן קבוע.

לאחר תהליך קצר של היכרות ויצירת קשר בין הסטודנטים למשחק לבין הדיירים נבנה והתפתח תהליך קבוצתי. המפגשים התנהלו במתכונת קבועה, כאשר במהלך הפעילות המשותפת שרו המשתתפים שירים ישנים המוכרים לדיירים (כמו "ירושלים של זהב"; "הליכה לקיסריה"; "הללויה" ועוד), ובעזרתם העלו עולם של חוויות וזיכרונות עבר. כך למשל, שירי שבת העלו זיכרונות של ההתארגנות לקראת שבת, ההליכה לשוק, ניקיון הבית, אפיית עוגות והדלקת הנרות. הצגה שערכו הסטודנטים על הכרזת המדינה העלתה זיכרונות של ויקודים ושמחה ברחובות העיר. בעקבות שירה של אחד הסטודנטים נזכרה אחת הדיירות כיצד נהגה לשיר בפני כולם כבר מגיל צעיר.

תלמידי המשחק ומנחות הקבוצה נתנו קול ובמה לזיכרונות אלה. התלמידים נערכו מבעוד מועד והביאו תלבושות ואביזרים שונים להמחשת התקופה והאווירה. המפגשים החלו בשירה משותפת, ועסקו בכל פעם בנושא שונה. במהלך המפגשים, התלמידים המחזו את הסיפורים שסיפרו הדיירים בעקבות השירים ועזרו להערים לחיים, כאשר הדיירים יושבים בחצי גוון וצופים בהם כקהל. שימוש זה בחלל החדר אפשר לשרטט גבול מבחין בין המציאות לבין המרחב הדמיוני, במטרה להקל על הבנת הסיטואציה ולמנוע בלבול. עם זאת, זהו גבול גמיש הפתוח לכניסה וליציאה של המשתתפים בהתאם לבחירתם - דייר או דיירת שביקשו להשתתף בסצנה הוזמנו לקום ולהצטרף אל השחקנים. בתום ההמחזה הוזמנו הדיירים לשתף במחשבותיהם ובזיכרונותיהם, והשחקנים שיקפו להם את סיפוריהם בטכניקה של תיאטרון פלייבק. לדיירים ניתנה האפשרות לעצור, לשנות ולתקן את ההצגה כראות עיניהם.

המפגשים הסתיימו תמיד בישיבה במעגל ובשירה משותפת של כמה שירים, על פי רוב בהתאמה לנושא הזיכרונות שעלו. לאחר מכן, הסטודנטים ליוו את הדיירים חזרה למחלקה ונפרדו מהם.

"בארץ ישראל קם העם היהודי", מכריז הנואם על הבמה, ומישהו בקהל לא מתאפק וצועק "בראבו!" עוד קריאות עידוד נשמעות, וכשמסתיים הנואם פורצים כולם במחיאאות כפיים סוערות, שמיד לאחריהן מתחילים הריקודים. בחורים ובחורות צעירים רוקדים במעגל ושרים "עם ישראל חי", ואל השירה והריקודים מצטרפים הזקנים בקהל - מי בעמידה ובתנועה חופשית ומי בכיסא הגלגלים או בעזרת הליכון.

קהל המשתתפים הם תלמידי בית הספר למשחק "בית צבי", יחד עם חולי אלצהיימר, המתגוררים במרכז רמת גן לחולי אלצהיימר. הם מתערבבים אלה באלה בפרץ של שמחה, ולרגע אחד מיטשטשים גבולות הזמן והמקום, זיכרון ומציאות הופכים לאחד.

הרגע הזה, כמו רגעים רבים אחרים, מכוננים ואישיים גם יחד, התרחש באחד ממפגשי פרויקט "תיאטרון זיכרונות מוזיקלי קהילתי", אשר הגיע לסיומו לאחרונה במרכז רמת גן לחולי אלצהיימר. הפרויקט שילב תרפיה במוזיקה ודרמה-תרפיה והפגיש, כאמור, דיירים מהמרכז לאלצהיימר עם תלמידים למשחק. הפרויקט התגבש ופותח על ידי ד"ר אילת דסה (מטפלת במוזיקה) ודברת הראל (מטפלת בדרמה), בשיתוף פעולה עם שובל בכר, מנהלת מחלקת חינוך וקהילה ב"בית צבי". הנחיית מפגשי הקבוצות נעשתה באופן משולב על ידי תמר הר-שגיא (מטפלת במוזיקה) ואסנת מושקוביץ' (מטפלת בדרמה).

ייחודו של הפרויקט הוא בשילוב של שני תחומי טיפול באמנויות, במטרה למקסם את החוויה הרגשית והיצירתית של חולי אלצהיימר ולאפשר להם עיבוד עמוק ומעצים של זיכרונותיהם. מטרה נוספת היא יצירת מפגש בין-חזרי מקרב, מעשיר ומספק באופן הדדי וכן תרומה להעלאת המודעות למחלת האלצהיימר בקהילה.

הדיירים מתבוננים בסיפורי חייהם המוצגים בפניהם, כאשר יש בידיהם את הכוח והשליטה להכניס בהם שינויים על מנת שיהלמו במדויק את כוונותיהם ואת האופן שבו הם מבקשים לזכור את האירועים. ההתבוננות המשותפת שלהם בזיכרונות המומחזים ממשיכה לעורר עוד ועוד זיכרונות ולחבר בין הזיכרונות האישיים לזיכרונות הקולקטיביים. באופן זה חווים המשתתפים תחושה מעצימה של לכידות ושייכות לחברה ולתרבות.

"אלבום זיכרונות" - הצגת סיום

לקראת סיום המפגשים נבחרו מבין הזיכרונות שעלו בקבוצה אלה שנראו כמשמעותיים במיוחד, ובמעין "אלבום זיכרונות" עובדו למחזמר קצר, שהוצג בפני בני משפחות הדיירים, החולים האחרים והצוות. כולם הוזמנו לערב חגיגי ומרגש, שבו נטלו חלק פעיל גם הדיירים. חלקם שיחקו בסצנות תוך ליווי ותמיכה של הסטודנטים, חלקם הצטרפו לשירה, וכולם הופיעו יחד במרחב שהוגדר כבמה.

בתום המופע זכו הדיירים לתשואות מהקהל ולדברי הערכה. בני המשפחה שישבו בקהל הביעו את פליאתם לנוכח רמת המעורבות של יקיריהם, פניהם המוארות והיכולת להתבטא על הבמה. "לא הייתי מאמינה שאימא מסוגלת לעשות דברים כאלה", ציינה אחת הבנות. אחרת הוסיפה: "אני לא זוכרת מתי ראיתי את אימא שלי שמחה כל-כך". המפגשים היו מרגשים מאוד גם לתלמידים וחוללו נפלאות לקירוב בין-דורי. דבריהם העידו על שינוי תודעתי ביחס לזיקנה בכלל ולמחלת האלצהיימר בפרט: "מפגש מרתק, מדהים ומרגש. השירים גרמו לי להבין שיש נקודות חיבור בין הדיירים ובנינו למרות הפער בין הדורות, וכן, יש אותם זמרים שאנחנו אוהבים ושירים שאנחנו כולנו מכירים".

לא פחות מכך היו המפגשים מרגשים ומשמעותיים עבור הדיירים עצמם. הפעילות המשותפת והמחזת הזיכרונות אפשרו לדיירים לשוב ולעמוד במקום שבו היו פעם צעירים, ולסטודנטים התאפשר לעמוד לרגע במקומם של הקשישים. הצעירים, אשר בילו זמן עם אנשים מבוגרים תוך התבוננות ושימת לב, גם נזרמו מכך כתלמידים בבית ספר למשחק. "חשבתי על כך שכולנו התקבצנו למטרה אחת", סיכמה את החוויה אחת מהסטודנטיות, "לעשות להם טוב. התרגשתי מכך, שיש בידי את הזכות להזכיר להם דברים שהם כבר שכחו, גם אם זה לרגע אחד, וגם אם מדובר במשהו קטן - כמו שיר או דבר שהם אוהבים".

ד"ר אילת דסה, תרפיסטית במוזיקה, אחראית מערך הטיפול הרגשי והמתקדם במוכז רמת גן לחולי אלצהיימר ומרצה בתכנית לתרפיה במוזיקה באוניברסיטת בר-אילן. דבורה הראל, דרומה תרפיסטית, מלמדת בתכנית הכשרה למטפלים ובעלת קליניקה פרטית. מנחת קבוצות לחולים ולבני משפחה מטפלים עיקריים מטעם עמדה, דוקטורנטית באוניברסיטת בר-אילן.

מקורות:

- Dassa, A. & Amir, D. (2014). The role of singing familiar songs in encouraging conversation among people with middle to late stage Alzheimer's disease. *Journal of Music Therapy*, 51(2), 131-153.
- Harel, D. (in press). 'Now I can say that I was also an actress': Autobiographical therapeutic theatre for older people with Dementia. In S. Pendzik, R. Emunah & D. R. Johnson (Eds.), *The self in performance*. Hampshire: Palgrave Macmillan.
- Killick, J. (2013). *Playfulness and dementia: A practice guide*. London: Jessica Kingsley Publishers.
- Schwitzer, P. & Bruce, E. (2008). *Remembering yesterday, caring today - Reminiscence in Dementia care*. London and Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.

קשרים מיטיבים

ניתן היה להתרשם, כי למרות הפגיעה בזיכרון, הדיירים מזהים את הסטודנטים הצעירים ואת התרפיסטיות כדמויות מיטיבות. הם שמחו להצטרף אליהם בכל שבוע לפעילות הקבוצתית, ובסופה התקשו להיפרד. "אירוע שאני לעולם לא אשכח", סיפרה אחת הסטודנטיות, "קרה שבוע לאחר שפספסתי מפגש עקב מחלה. כשבאתי לאסוף את הדיירת שלי, היא כל כך התרגשה לראות אותי, חיבקה אותי ואמרה שהיא רוצה להיות איתי בפעילות. מאותו הרגע הבנתי, שהיא זוכרת אותי ושכנראה השארתי עליה רושם, שבסופו של דבר גרם לה להרגיש געגוע".

החוויה עוררה התרגשות גם בקרב הסטודנטים: "סדהים איך מהרגע הראשון של תחילת המפגש ועד לסופו כולנו התגייסנו לפעולה כאחד. השירים ששרנו וה'ביחד' יצרו אנרגיות מטורפות, שגרמו לזמן להרגיש כאילו היה רגע קט. היה מרגש מאוד לראות את הדיירים מחייכים, שרים, או מצטרפים לקצב - כל אחד תרם לפי יכולתו".



בתמונה: תלמידי "בית צבי" - "פלמחניקים" ליד הכדורה



בתמונה: סטודנטים והצוות המקצועי של הפרויקט

אלצהיימר ויצירתיות

הפרויקט מבוסס על ההבנה המתגבשת על הקשר בין מחלת אלצהיימר ויצירתיות, ותרוכמתה של ההבעה האמנותית לעקיפת מגבלות החשיבה, השפה והזיכרון. השירה והמוזיקה פותחות עבור החולים את ערוצי התקשורת הבינאישית ומגרות את הזיכרון לטווח הארוך (Dassa & Amir, 2014). הדרסה מגייסת את ההנאה מהמשחקיות, מגבירה את הספונטניות (Schwitzer & Bruce, 2008; Killick, 2013) ומביאה את זיכרונותיהם של הדיירים לכאן ועכשיו. באופן זה נוצר חיבור ורצף בין העבר להווה ומתקבלת תמונה של חיים מלאים ומספקים ושל זהות עצמית המבוססת על התנסויות חיים מגוונות (Harel, in press).