

# טיפול באלימות באמצעות אמנות

טיפול באלימות באמצעות אמנות משה ביטון \* ג'ולייט אלבז\*\*  
**רקע תיאורטי**

הגדרת התנהגות כתוקפנית או כאלימה תלויה בחברה, בתרבות ובתקופה. המגוון הרחב של סוגי התוקפנות מוביל לבלבול ולסתירות באשר להגדרת המונח. אבן שושן מגדיר התנהגות תוקפנית - אלימה, כתקיפת היריב בכוח הזרוע או "בפולמוס חריף". לב ארי (1986) מגדירה אלימות ככל התנהגות שמפעילה כוח וטרור ופוגעת גופנית או נפשית בצד השני. לדבריה, בהתנהגות האלימה יש "תוקף" ויש "קורבן". בהגדרת האלימות נכללים גילויים של בריונות, התנפלות, התפרחות, כפייה, התגרות ושרירותיות.

הריבוי והשוני בהגדרות מושג האלימות הובילו לזוויות ראייה שונות ואף מנוגדות של התופעה, מחד גיסא כתופעה חיובית וחיונית ומאידך גיסא כתופעה שלילית והרסנית. יער (1980) מציג תפיסה שבה האלימות היא סימן היכר מובהק של החברה המודרנית שבה אנו חיים. לדבריו, אותם גורמים מבניים ופסיכוכברתיים המובילים לעלייה ברמת החיים, ליתר שוויון הזדמנויות ולהתרחבות מערכת החינוך וההשכלה, מגבירים את האלימות ולכן היא אינה ניתנת לסילוק וחייבים ללמוד לחיות עמה.

יתירה מזאת, טלמון (1974) טוען שקיימת תופעה של הערצת החיוניות, הכוח וההחלטיות. כולנו בעד שלטון החוק והמשפט ונגד הפקרות וכפייה, אך מאידך גיסא, אנו מסתגלים אליהן ומעניקים להן הכרה ולגיטימציה, בייחוד אם נעשו על ידי חברנו ולטובתנו. משמע, מצד אחד יש התנגדות לאלימות, ומצד שני יש הערכה והתייחסות חיובית לכוח הלא לגיטימי שהביא לתוצאות אשר בדיעבד נראות לנו חיוביות.

ואם לא די בכך, גורי (1980) מציג גישה הרואה באלימות בחברה הישראלית לא התנהגות חריגה ויוצאת דופן, כי אם "שפה רשמית" נוספת ואמצעי לקומוניקציה.

## **אלימות נוער עולה כתוצאה מסטיגמה**

בספרות המקצועית לא הוצגה סיבה ספציפית אחת לאלימות בין בני נוער עולה לנוער ותיק. אולם, נושא הסטיגמה, הניכור והחוסר בקומוניקציה, בתוספת לתסכול שחשים בני הנוער העולים, הביאו לביסוס הדעה שאלימות יכולה להתפתח כתוצאה מסטיגמה. התגים השלייים המוטבעים באדם ובקבוצות השיוך וההתייחסות שלו, מעוותים ומטים את הקומוניקציה שלו עם סביבתו, כדי שיוכל להגן על תחושת בחירתו הקיומית (שוהם, 1984).

---

\* מנהל היחידה לקידום נוער, קריית גת.

\*\* סטודנטית לקרימינולוגיה, מכללה אזורית אשקלון.

החברה הישראלית המתייגת שולחת מסרים מעוותים אל הנוער העולה המתויג, אשר קולט אותן ומגיב חזרה בניכור על ידי התנהגות אלימה.

הבעיה מחריפה כאשר מסגרת ההתייחסות המתייגת מגדירה את הנורמטיבי באמצעות הניגוד בינו לבין הבלתי נורמטיבי. וכידוע, קבוצת העולים באים מרקע שונה לחלוטין, הן מבחינה תרבותית וחברתית והן מבחינת שאיפותיהם וציפיותיהם. בארץ מוצאם הם נקראו "יהודי מסריח", והציפייה שבארץ זה ייפסק מביאה אותם למצב מלא סתירות ומתחים, לאחר שהם מיד מתויגים כ"רוסים מסריחים, סחטנים, זייפנים, זונות, מאפיונרים", והרשימה עוד ארוכה.

דפוסי הזהויות הישנות, יחד עם מנגנונים של הגנה ודפוסי ההסתגלות, יוצרים אצלם רגישות, פגיעות, מבוכה ואכזבה. כל חוסר הבנה או קושי בתקשורת מביא אותם להתפרצויות זעם כלפי אחרים (החברה) שהם ה"אשמים" בגרימת הקשיים.

תהליך התיג "תופס תאוצה" כאשר בקרב העולים יש קבוצות אשר גדלו בתרבות המעודדת התנהגות אלימה כאמצעי לפתרון בעיות. הנטייה אצלם לאלימות אף מתחזקת מפאת התבניות העדתיות, הדיפרנציאציה העדתית והסטיגמה העדתית שקיימות בארץ. כדי להבין את מצבם של בני הנוער העולים ואת סף התסכול הנמוך שלהם כתוצאה מהסטיגמה ומהשינוי התרבותי, עלינו להבין שבשלב המעבר שבו מתבגרים אלו נמצאים, הם חווים זמנית את שלב ההתבגרות עם המעבר לתרבות חדשה.

### **אמנות כתרפיה באלימות נוער עולה**

בקרב הנוער העולה הולכת וגוברת תופעת האלימות שסיבותיה נעוצות בשלב הקשה של מעבר שבו הם נמצאים. בנוסף לקשיי המעבר, קשה לנערים אלו גם להתבטא מילולית, לשאת שתיקה ולחשוף את רגשותיהם לאחרים משמעותיים. מציאות זו מחייבת חיפוש דרכים אלטרנטיביות, לא מילוליות, להתמודדות עם התופעה.

קרמר (1980) מציין ששימוש ספונטני הבעתי בחומרים אמנותיים הינו תהליך מודע המעניק צורה מוחשית לרגשות, שהם במרבית המקרים לא מודעים. גישתו מבוססת על ההנחה כי אמנות ספונטנית דומה לתהליכים של האסוציאציה החופשית.

גם תרפיסטים באמנות המשתמשים בגישה פסיכואנליטית מעודדים את הביטוי הציורי של חוויות פנימיות. במובן זה מוכרת האמנות כתהליך של דימויים ספונטניים המשתחררים מ"הלא מודע". תהליך התרפיה באמנות מבוסס על ההכרה כי מחשבותיו ורגשותיו העיקריים של האדם הנובעים מהלא מודע, זוכים לביטוי באמצעות דימויים ולא דווקא באמצעות מילים.

### אלימות, זעם ותוקפנות - סימנים גרפיים בציור

האלימות באה לידי ביטוי גרפי, הן בכתב היד והן בציור. בניתוח ציורים ניתן להבחין בקווים חדים ובדימוי כלים שבכוחם לפגוע ולהכאיב, כגון: סכינים, אלות, מחטים ושיפודים. בציורי הגוף הידיים והשיניים הן המביעות את האלימות העצורה במצייר. הידיים מבטאות את האלימות בצורה החדה ביותר: זרועות ארוכות, ידיים גדולות ומודגשות שככל הנראה נוהגות להכות, אך לעתים דווקא חוסר ידיים מגלה את הרצון להסתיר את האלימות המתפרצת. בציורי ידיים של דמויות אלימות נוספות, לעתים קרובות האצבעות מושחזות כסכין והציפורניים ארוכות וחדות. השיניים - חשופות ובולטות, מבטאות גם הן זעם, איום ואלימות. גודל הדמות מלמד על גורם אלים ומטיל פחד. דמות גדולה, למשל, יש בה מן האיום, היא חזקה ורבת כוח. גם גבות מודגשות, עבות או זקורות - מציינות דמות אלימה. ציור המשפחה משקף את יחסו של המצייר לכל אחד מבני משפחתו ואת מערכת היחסים שמקיימים בני המשפחה זה עם זה. יחסי הכוחות הקיימים במשפחה, החשיבות והתפקיד שממלאת כל דמות, ובעיקר מקומו של המצייר, גם הם מובעים בציור. יחס זה בא לידי ביטוי במיקומן של הדמויות בדף הציור, בגודלן ובסדר הופעתן. יחסו הרגשי של המצייר מכתוב את הסדר, וזה אינו חופף בהכרח אתה לסדר הכרונולוגי. המקום שהילד קובע לעצמו מצביע על תחושותיו בקרב משפחתו ועל מעמדו בה. המרגיש עצמו דחוי ולא אהוב, קרוב לוודאי שיציב את עצמו במרחק משאר בני המשפחה, או אפילו לא יופיע כלל. ילד מפונק יצייר את עצמו סמוך להוריו, מוקף באחיו ואחיותיו, אבל גם התלות או הזקוק להגנה ימקם את עצמו ליד הוריו. יש המציירים את בני המשפחה בשתי שורות, וכך יופיעו הדמויות החשובות בעיני המצייר בשורה הראשונה, והאחרות בשנייה. יש להסתכל על גודל הדמויות, פירוט ומלאות האיברים בהן, הדגשת איברים או אביזרים מסוימים, המרווחים בין הדמויות וצבעוניותן. **דמות גדולה** - של עצמו או של אחרים, מבטאת תוקפנות, שתלטנות, ולפעמים כבוד לדמות. **דמות זעירה** - מצביעה על חוסר ביטחון מופרז, על הפנמה ודיכאון. **פנים גלויים** - המצוירים מן החזית, מורים על פתיחות וגילוי לב. לעומת זאת, פנים בצדודית (פרופיל) החושפים מחצית פרצוף בלבד, מצביעים על צורך להסתיר משהו, על נטייה להתעלם מקשיים או לעתים על בעיות חברתיות, על חוסר פתיחות לחברה או על אדישות לנעשה סביב.

לפי מחקרים שנעשו, נראה שהנטייה לצייר בצדודית גוברת עם הגיל, והיא שכיחה יותר בקרב בנים. הציור בצדודית מורה על הימנעות מחשיפה עצמית, על הצורך להסתיר לבטים פנימיים, נטיות ורצונות, על תחושת אשמה וחוסר כנות ביחסים עם הזולת. הצללה הכהיה של דמות או חלק ממנה, מצביעה על היותו של החלק המוצלל מקור לאי נוחות גופנית או נפשית ולפעמים מקור לחרדה. **ידיים מוכהות** מספרות על תוקפנות, אלימות ופחדים. מחיקות רבות חושפות את רצונו של המצייר לתקן את המציאות עקב פער אפשרי בין שאיפותיו ובין עובדות המציאות. גם לצבעים בציור יש משמעות טיפולית. הצבע הכחול שכיח אצל מבוגרים, מוצג במחקרים כצבע המשרה רוגע, שלווה, ביטחון פנימי, איפוק וסמל לרוחניות והרמוניה. אולם יש לו גם צד שלילי, המסמל נוקשות, קרירות, ריחוק ודחייה. הצבע הירוק אהוב על הילדים, בניגוד לצהוב שבעדיפות נמוכה. הצבע האדום מסמל את התגובה הישירה נטולת הדאגות. שימוש מופרז באדום בגיל ההתבגרות מראה על הסתגלות לא מוצלחת, מעיד על תוקפנות ואימפולסיביות. בחירת האדום עשויה לשמש גם ביטוי לצורך בתשומת לב ואהבה. הצבע השחור מסמל עצבות ומעיד על קהות וסבילות קודרת. הרגילים להשתמש בו מגלים שליטה עצמית והסתגלות וחלקם שרויים בעצב, פחד ודאגה.

### **תיאור התוכנית**

מטרת התוכנית ללמד את בני הנוער כיצד להתמודד עם תופעת האלימות, לברר מהם מקורותיה של התוקפנות האנושית ומהם הדרכים אשר באמצעותן ניתן להתגבר על האלימות והשפעותיה. בתוכנית השתתפו חמישה עשר בני נוער עולה גילאי 16-18 שאופיינו בבעיות משמעות, בהתנהגות תוקפנית ואלימה, בקשיים בקבלת מרות ובהסתגלות לחוקי המסגרת ובחיכוכים בלתי פוסקים בינם לבין חבריהם. התוכנית כללה שנים עשר מפגשים קבוצתיים ובהם הועברו התכנים הבאים: שליטה עצמית ומיומנויות חברתיות, אירוע אלים שהתרחש, האלימות לסוגיה, בדיקת אלטרנטיבה והבחנה בין תקיפות לתוקפנות, התוקפנות כדחף מולד, מאבק על טריטוריה ועוד. החלק ההתנסותי התמקד בהתמודדות עם תוקפנות, בהפיכת כעס למקור חיובי לאנרגיה, בהטיית הכעס לאפיקים חיוביים, בריב במשפחה ועוד. בגלל הקשיים של הנערים העולים להתבטא מילולית, נעשה שימוש בסדנאות בכלי הבעה בלתי מילוליים כגון: ציור, עבודת קולאז', כתיבה, פיסול ועבודה בחומרים נוספים.

לצורכי הערכת תוצאות התוכנית נעשה במפגשים השני והאחרון שימוש בשאלון "אלימוטר" - מפת האלימות מתוך התוכנית "אני נגד אלימות". השאלון מורכב מ- 19 שאלות המחולקות לחמש קטגוריות של מצבי אלימות שכיחים: הופעת זר, השגת גבול, מאבק על משאבים מוגבלים, פגיעה מילולית ואי השבת חוב. הפגישה האחרונה הפכה לסדנת ציור עם אמנים עולים בשיתוף פעולה עם מרכז תרבות לעולה.

### סדנה לדוגמה (שמות בדויים)

סבב פתיחה: איך עבר השבוע? – לאחר שכולם מתבטאים, עוברים לשלב העבודה. שלב העבודה: כל משתתף מקבל דף נייר לבן ומקפל אותו ל: 2, 2, 2. בסה"כ שמונה חלקים. המדריך מצייר בצבע שחור לכל אחד קשקוש על הדף ומבקש לתת לקשקוש נשמה. בסוף לכולם יהיו את אותן הצורות, אלא שהם יבחרו צבעים אחרים. לאחר שכולם סיימו לצייר, הם התבקשו לספור כמה פעמים הם יצאו מהתמונה.

בהמשך, נותנים שם לכל ציור וממיינים את הציורים לשלוש קטגוריות: ציור חיובי, שלילי וניטרלי. אחר כך בוחרים את הציורים הכי חיוביים ואת הכי שליליים, ואם יש ניטרלי – בוחרים גם אותם, וקובעים סדר עדיפויות לפי ציון 2,1 לציורים חיוביים, 8,7 לשליליים.

לסיום, בודקים את ההלימה ללוח. ההלימה מבטאת את המתאם בין שמות הציורים, בין שם שלילי לבין שם חיובי, כמו כן תוכן הציור, הצבעים, ומהות הציור.

שלב הניתוח: אייל יצא מהמסגרת 36 פעמים ואנחנו יודעים שזה מתאים לו, אלא שזה גבוה מדי. כלומר, אייל אומר מה שהוא חושב בלי מעצורים. לאריה, מבחוץ קוצים ומבפנים מקסים, היו רק חמש יציאות. טל במקום טוב באמצע, רואה חיובי וגם שלילי אבל לא לוקח אחריות. עדי יותר מדי אופטימי, מאושר באופוריה ובחלומות (עדי מתפרץ: יש לי הזיות טובות). יעל לוקחת החלטות אבל יותר פסימיות מאופטימיות (ארבעה ציורים שליליים לעומת שניים חיוביים). אריה רואה הכל שחור, מושך לשליטה, רואה את החיים באופן פסימי וכבד.

שלב הסיכום: ההלימה מראה שאתם בוגרים המבחינים בין רע לטוב. אין לכם קונפליקטים בין הפנים לחוץ ובגילכם זאת אומרת שאתם בוגרים.

### תיאור מקרה – "סיפורו של אריה"

בסדנה מס' 2 אריה בוחר בשעון, ומדבר על הזמן הקצר שרץ ועל החיים המקובעים שלא משתנים והם חרא של חיים, זבל וחושך חזק. אריה בשקט ובבדידות מסוימת מצייר קווים מאוד חדים, ישרים, ברורים ושחורים בהדגשה, שהופכים את אט לסורגים של חלון המשקיף מתוך תא הכלא. הוא מכריז בקול עמוק, החיים הם חרא.

המטפל שואל את אריה: האם אתה בפנים או בחוץ? אריה עונה שהוא מרגיש בתוך הכלא, בתוך החרא, כי בחוץ יש חיים טובים, עבודה, בחורה ושמחה.

בסדנה מס' 3 צייר אריה חצילים: חציל טוב, חציל לא רע וחצילים טובים עם חציל בודד. כשנשאל אריה מדוע צייר חצילים ענה: "חצילים הם לא עגבניה, חותכים אותם לסלט מהר. בחציל גם לא צריך להשקיע, קודם שורפים על האש, אחר כך מנקים, מתבלים ורק אחר כך אוכלים. לחציל יש כבוד! כאשר אריה נשאל אם החציל היה בהריון, מה היה נולד? הוא ענה – כבוד.

את התהליך שעבר אריה בתוכנית ניתן לראות בסיפורים שצירף לניתוחי הציורים. רואים כיצד התקדם מהסדנה הראשונה שנצבעה בצבע שחור ובמושגים של כלא, חרא וחיים ללא ערך עצמי שאי אפשר לשנותם, עד לסדנה האחרונה שבה הוא מזדהה עם חציל טוב שאמנם מרגיש בודד, אך הולך בטוח בעצמו לצומת דרכים ולמקום שיקנה לו כבוד. במציאות אריה באמת מרגיש אחרת, הוא מרגיש פחות בודד ויותר כחלק מהחברה הישראלית. חשובה מכל היא שאיפתו לפתוח דף חדש עם גיוסו לצבא.

### סיכום

האמנות כאלטרנטיבה טיפולית נמצאה רבת עוצמה. באמצעותה הנערים הרגישו שהסדנה מציעה להם: חוויה, הפעלה, התנסות, ביטוי אישי, עבודה חושית, יצירתיות ומשימתיות. התוכנית פעלה שלושה חודשים וכללה סדנאות חווייתיות שנתנו דרור למחשבותיהם ולרגשותיהם של הנערים. הסדנה איפשרה להם גם לעבד את רגשותיהם באורח מילולי, ציורי ועוד.

ממצאי ההערכה של שאלון ה"אלימומטר" ניכר כי התגובה החריפה של כל המשתתפים היתה לסיטואציות של: **פגיעה** מילולית ותקיפה מילולית הנוגעת בארץ מוצאם או משפחתם. לפני הסדנה התגובה הפיזית לסיטואציה היתה קיצונית. אחרי הסדנה היא התמתנה. הקללה שהם ציינו שמעוררת אותם לתקיפה פיזית היא "רוסי מלוכלך", הן לפני הסדנה והן לאחריה. נראה שבעיית ההגירה והסטיגמה מהווה גורם דומיננטי אצל העולים לתגובה פיזית מיידית, ללא פשרות. הקללות האחרות אמנם מובילות לאלימות פיזית, אך לא באותה עוצמה כמו קללות הנוגעות במוצא העדתי.

רוב חברי הקבוצה הגיבו על על אי השבת חוב בהערה, בהתעמלות או שנקטו תגובה מילולית. ניכר כי לפני הסדנה התגובה הפיזית היתה מילולית, ולאחריה אף אחד לא קילל, אלא העיר או הגיב לכל היותר.

אפשר להבחין כי לפני הסדנה התגובה הפיזית היתה גבוהה ואילו לאחר הסדנה היא התמתנה מעמדה של מגיב פיזית או מילולית לכיוון של מעיר ומתעלם. לסיכום, אפשר להבחין כי הקבוצה עברה תהליך שבסופו הנערים שינו את עמדתם, תפיסותיהם והתנהגותם. הם רכשו כלים לגיטימיים ומתונים להתמודד עם מצבי מתח ותסכול.

## מקורות

### משה ביטון ג'ולייט אלבז\*\* טיפול באלימות באמצעות אמנות

1. גורי, ח. (1980). להיות חייל, להיות אזרח – הקונפליקט שבאלימות לגיטימית. מתוך: אור, ש. (עורכת), על אלימות ואל-אלימות. ע"מ 90-94. ירושלים: איגוד העובדים הסוציאליים בישראל.
2. טלמון, י. (1974). בעידן האלימות. תל אביב: עם עובד.
3. יער, א. (1980). גורמים ביצירתה של האלימות והשפעתה על מדיניות חברתית. מתוך: אור, ש. (עורכת), על אלימות ואל-אלימות. ע"מ 103-107. ירושלים: איגוד העובדים הסוציאליים בישראל.
4. לב ארי, ר. (1986). אלימות במשפחה. "נעמת" המחלקה למניעת אלימות.
5. שוהם, ג. (1984). אלימות האלם. הסטיגמה של סטייה ניכור וטירוף. ע"מ 241-258. תל אביב: צ'רקובר.