

מקנזי עולה לבמה

מודל של התפתחות הקבוצה דרך תכניות בפסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק
שושי קיסרי, ניר רו ורוגן קובלסקי

תיאטרון פלייבק הוא תיאטרון אימפרוביזציה מובנה קהילה, שבו קבוצה של שחקנים יוצרת התרחשות תיאטרונית בתגובה לסיפור חיים אישי של משתתף מהקהל. תיאטרון הפלייבק הוגדר כתיאטרון קהילתי-יישומי, אולם הספרות מעידה על הפוטנציאל הטמון בו כמרחב קבוצתי מרפא. העיסוק בסיפור האישי, בתוך תהליך קבוצתי-יצירתי, הפך את תיאטרון הפלייבק לשיטה מקובלת בקרב מטפלים בדרמה, מטפלים בפסיכודרמה ומנחי קבוצות, המעמידים במרכז התהליך הטיפולי את ריטואל הפלייבק. בשנים האחרונות אנו עדים להקמתן של קבוצות טיפול המתמקדות בפסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק, אולם לספרות בנושא עדיין חסרים מודלים תיאורטיים ויישומיים. מאמר זה מציג את עקרונות התהליך הקבוצתי בפסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק, תוך הצגת כלים יישומיים, העשויים לקדם את התהליך הקבוצתי בהתמודדות עם המטלות ההתפתחותיות שהוגדרו במודל של מקנזי וליוסלי (MacKenzie & Livesley, 1983). המאמר מתמקד באופן שבו ניתן להעמיק את העיסוק בשלבים ההתפתחותיים באמצעות תכניות תיאטרוניות בפלייבק, המעניקות ביטוי מוחשי לשלבים בתהליך הקבוצתי.

מילות מפתח: תיאטרון פלייבק, פסיכותרפיה, התפתחות קבוצה, דרמה תרפיה, פסיכודרמה

שושי קיסרי היא מטפלת בדרמה, דוקטורנטית בחוג לגרונטולוגיה, אוניברסיטת חיפה. חוקרת את השילוב בין תיאטרון פלייבק כגישה בדרמה תרפיה בשילוב טיפול נרטיבי בזקנה. מרצה ומדריכה סטודנטים באוניברסיטת חיפה ובמכללת תל-חי. מנחה קבוצות ומטפלת במסגרות ציבוריות ופרטיות בילדים, נוער ומבוגרים. ניר רו הוא מנחה קבוצות בתיאטרון פלייבק, ממקימי ומנהלי המכון לפסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק. במאי, שחקן פלייבק ותיק ואמן במה. זכה בפרס השחקן המצטיין בפסטיבל "סתיו תיאטרוני" במרכז סוזן דלאל, ובפרס השחקן המצטיין בפסטיבל "כל הארץ במה" בצוותא. עבד כבמאי ומנחה במרכז חוסן עם אוכלוסיה של מבוגרים

שנגמלים מסמים, ובבית החולים תל השומר עם מתבגרים עם הפרעות אכילה. עובד כיום כליצן רפואי בבית החולים שניידר, כמספר סיפורים, וכמנחה סדנאות בכנסים ובארגונים.

רונן קובלסקי הוא פסיכולוג קליני בכיר, מדריך בטיפול ובאבחון, ממקימי ומנהלי המכון הישראלי לפסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק. חבר במכון הישראלי לאנליזה קבוצתית. מרצה ומדריך במכללה האקדמית לחברה ואמנויות, במרכז ויניקוט, ובמכון מגיד לפסיכותרפיה של האוניברסיטה העברית. שיחק, כתב וביים בתיאטרונים שונים. הקים את "קבוצת התיאטרון הגדה השמאלית" בתל-אביב, ואת פרויקט התיאטרון הישראלי גרמני "דור שלישי". זכה בפרס Arena האירופי לבמאים צעירים. עוסק בתיאטרון פלייבק טיפולי מ-1991.

מבוא

תיאטרון פלייבק (playback theatre) הוא תיאטרון מובנה קהילה, שבו יוצרים אימפרוביזציות תיאטרוניות כתגובה לסיפורים אישיים (Salas, 1993). תיאטרון הפלייבק נוסד בשנות השבעים בארצות הברית על ידי ג'ונתן פוקס, זוגתו ג'ו סאלס, וחברי הקבוצה שהקימו, מתוך שאיפה ליצור תיאטרון חברתי משמעותי המייצר מפגש בין אנשים וסיפורים. מפגש זה מרחיב את הסיפור האישי באמצעות האחר, דרך אימפרוביזציה תיאטרונית המשקפת את יריעת הסיפור ופורשת אותה מחדש. בריאיון שנערך איתו הגדיר פוקס את תיאטרון הפלייבק כ"סוג חדש של תיאטרון המחזיר את התיאטרון מתחום הבידור אל המקורות הקדומים שלו – שימור הזיכרון וגיבוש השבט" (Fox, 2007a, עמ' 92).

תיאטרון הפלייבק הוא תיאטרון רפלקטיבי, שהיצירה התיאטרונית מתהווה בו מתכנים המועלים על ידי הקהל. שמו (play-back) מבטא את ההתמסרות העדינה של הסיפור מהמספר אל הבמה ובחזרה אליו (לוברני-רולניק, 2009). היצירה התיאטרונית העולה באימפרוביזציה, כתגובה לסיפור האישי, ממחישה את נקודות המפנה בסיפור, וכן את ניתוח הקונפליקטים ומערכות היחסים בין הדמויות (Fox, 1999). בדרך זו היא מהווה מכל אסתטי להיבטים השונים של הסיפור. היצירה התיאטרונית משקפת את הסיפור, ובכך מייצרת הכרה ותוקף לחוויית המספר. היא גם מרחיבה אותה, ומגלה בה פרספקטיבות ומשמעויות חדשות. בנוסף מתקיים תהליך של הצפת הקולות המושתקים בסיפור בצורה של דיאלוג המעורר את היחיד והקהילה לקראת שינוי.

השאיפה של פוקס היתה ליצור תיאטרון שיהווה במה ליצירת שינוי חברתי ותקווה, שבו הקהל לא יהיה צופה פסיבי, אלא יתייצב במרכז היצירה התיאטרונית. הוא הושפע רבות מרעיונותיו של פאולו פריירה (Freire, 1970), המתייחס לתהליך של שינוי תודעת האדם על ידי הפיכתו מאובייקט פסיבי המושפע מההיסטוריה לסובייקט העומד במרכז ההיסטוריה החברתית-פוליטית, מפרש ומבקר אותה, ובדרך זו גם יוצר מחדש את המודע החברתי הקולקטיבי. תיאטרון הפלייבק שואב השראה גם מ"תיאטרון המדוכאים" של בואל (Boal, 2000). זרם השובר את הגבולות המפרידים בין תפקיד הצופה ותפקיד השחקן, ומשרטט תהליך שבו עובר הצופה מעמדה פאסיבית לעמדה אקטיבית על הבמה (Dauber, 1999). בנוסף, תיאטרון הפלייבק קיבל גם השראה מערכיה של הפסיכודרמה, שאותה הכיר פוקס כתלמידו של מורנו, אבי הפסיכודרמה. עם זאת, תיאטרון הפלייבק הוגדר על ידי מייסדיו כגישה תיאטרונית שאינה טיפולית (Fox, 2007b). כיום נפוץ תיאטרון הפלייבק כתיאטרון אימפרוביזציה בקהילות שונות בעולם כולו (IPTN, 2018). אמנם תיאטרון הפלייבק הוגדר ביסודו כגישה שאינה טיפולית, אך הספרות בנושא מעידה על הפוטנציאל הטיפולי הטמון בתהליכים קבוצתיים המעמידים במרכז את ריטואל הפלייבק. תהליכים אלו מזמנים מפגש עם סיפורים אישיים בתהליך קבוצתי-יצירתי (Fox, 1999; Salas, 2009). למשל, נמצא כי מתמודדים עם מחלות נפש, אשר השתתפו בקורס תיאטרון פלייבק דיווחו על שיפור במדר ההערכה העצמית, ברמת המודעות העצמית, במידת ההנאה וההירגעות, וביכולתם לחוש זיקה ואמפתיה כלפי חבריהם לקבוצה (Moran & Alon, 2011). העמדת הסיפור האישי במרכז התהליך הקבוצתי היצירתי הפכה את תיאטרון הפלייבק לגישה מקובלת הנלמדת בקרב מטפלים בדרמה, מטפלים בפסיכודרמה ומנחי קבוצות (Barak, 2013; Chesner, 2002; Landy, 2006), וכן לגישה הנלמדת בתוכניות המובילות בטיפול באמנויות. מגמות אלה הן שהביאו לייסודו של המכון לפסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק (קובלסקי ורוז, 2014).

פסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק מתקיימת במסגרת של קבוצה סגורה מתמשכת עם חוזה טיפולי, שבה משחקים משתתפי הקבוצה זה לזה סיפורים אישיים. כל משתתף בקבוצה מקבל את האפשרות להיות בתפקיד המספר, השחקן או הצופה ביצירה התיאטרונית העולה כתגובה לסיפור. בשונה מתיאטרון פלייבק קלאסי, המיועד להופעות חד פעמיות בפני קהל, בפסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק מתבוננים על הקבוצה הסגורה כעל מיקרוקוסמוס חברתי המתרגם את הסיפור האישי/קבוצתי לשפה תיאטרלית. שפה זו מייצגת את צורת ההידברות בין קולות בעולם הפנימי (קובלסקי ורוז, 2014). המיקומים על הבמה והשילוב של תנועה ומוזיקה יוצרים את האסתטיקה הבימתית, שלוקחת את הצופה למרחב

המציאות הדרמתית (Pendzik, 2006; 2008). זהו מרחב שבו ניתן לנוע בין מציאות ודמיון, בין עבר, הווה ועתיד, ולהביא לידי ביטוי קולות פנימיים, רגשות ומחשבות. המציאות הדרמתית, כמרחב מעבר, מאפשרת להתבונן על החוויה הסובייקטיבית של המספר בדרך בלתי אמצעית.

תפקידם של חברי הקבוצה בפסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק הוא להדהד ולהרחיב סיפורים שעולים בתוך הקבוצה באמצעות משחק דרמטי. הסיפור עולה על ידי המספר, והמשתתפים האחרים מגיבים אליו באימפרוביזציה תיאטרונית, בעוד משתתפים אחרים נמצאים בתפקיד העדים לתהליך - הקהל. בדומה לפסיכודרמה, פסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק מעמידה במרכז התהליך סיפור אישי של משתתף אחד בקבוצה. בשונה מהתהליך בפסיכודרמה, על פי רוב המספר בתיאטרון הפלייבק אינו משתתף בפעולה הדרמתית אלא עֵד לה. יתרה מזאת, מרחב הפעולה הפנטסטי, מרחב הפרשנות של השחקנים (חברי הקבוצה) לסיפור, המסתמכת על אלתור ועל מפגש עם התוכן האישי, מייצגים גישה גמישה לשימוש בכלים הדרמטיים במרחב הטיפולי. החוויה האישית המובאת בסיפור של הפרט הופכת לחוויה קולקטיבית, שבה מעורבים באופן אקטיבי כל משתתפי הקבוצה.

השלב הראשון במפגש מוקדש לתהליך של חימום, שמטרתו לעורר בקבוצה חיבור, משחקיות, יצירתיות, תקשורת בין-אישית והקשבה, וכן להעלות תכנים ותמות שיובאו כחומר לתהליכים הקבוצתיים. בשלב הבא נפתח ריטואל הפלייבק, המגדיר תפקידים ברורים לתהליך הקבוצתי: מנחה, מספר, שחקנים וקהל. המנחה מזמין את אחד ממשתתפי הקבוצה, זה שבתפקיד המספר, להעלות סיפור אישי. בשלב זה, ובאופן ספונטני, עולים לבמה גם המשתתפים הבוחרים לשחק בסיפור עוד בטרם שמעו אותו. לרוב השחקנים בוחרים בעצמם את התפקיד, בשונה מהתהליך בפסיכודרמה. המספר עובר לשבת בכיסא המספר, ומביא את סיפורו לקבוצה. המנחה יכול להמשיך ולשאול שאלות כדי להרחיב את הסיפור, ובסופו של דבר מבקש מהמספר למצוא כותרת לסיפור. המשתתפים המשחקים בסיפור נדרשים להקשבה אמפתית, ולמפגש עם החוויה האישית לעומקה דרך התנסות בתפקידי המספר, בתפקידים של אחרים משמעותיים בחייו, ובאלמנטים ודימויים פנימיים המובאים בסיפור. האימפרוביזציה התיאטרונית העולה כתגובה לסיפור האישי נוצרת לרוב בתוך התבניות התיאטרוניות המוכרות לשחקנים (שיפורטו בהמשך), המהוות מכל אסתטי להיבטים השונים של הסיפור. בסופה של היצירה התיאטרונית יכול המספר להגיב, ולבקש לערוך בה שינויים. בסיום מתקיים מעגל שיתוף, שבו מוזמנים השחקנים ומשתתפי הקבוצה כקהל להעלות סיפורים אישיים, תחושות ומחשבות שהתהליך עורר בהם. מעגל השיתוף מסתיים בחזרה אל המספר, המשתף בחוויות ובתחושות שעלו

בו. תפקיד המנחה בשלב זה הוא לאסוף את התכנים שעלו – התמות שהביא הסיפור והתכנים שעלו בתהליך היצירה התיאטרונית ובמעגל השיתוף – ולקשר אותם אל התהליך הקבוצתי. באופן זה, תהליך העלאת הסיפור, והיצירה התיאטרונית העולה כתגובה אליו, מזמנים התבוננות על הדינאמיקה הקבוצתית והשלב שבו נמצאת הקבוצה, כפי שמדגימים תיאורי המקרה המובאים בהמשך.

מהות התהליך מצויה בכך שכל משתתף בקבוצה עובד דרך המפגש עם האחר, גם בתור מספר וגם בתור משתתף ביצירה התיאטרונית. כל משתתף מוסר את סיפורו לאחרים, ובמקביל גם משחק בסיפורים שלהם. האפקט הטיפולי הוא משמעותי, לא רק בעבור מביא הסיפור, אלא גם בעבור השחקנים הנפגשים עם הסיפור והתמות שהוא מעלה. זהו תהליך המפר את החלוקה בין העצמי והאחר. המשחק בסיפור של אדם אחר יוצר בין המשתתפים מפגש עמוק, המאיץ את התהליך הקבוצתי ובונה קשרים בלתי אמצעיים בין חברי הקבוצה. באופן זה כל שלבי התהליך – משלב החימום, דרך הפצעת הסיפור האישי ויצירת התגובה התיאטרונית, ועד שלב מעגל השיתוף – מהווים מרחב לדינאמיקה הקבוצתית.

בהמשך לאמור, היצירה התיאטרונית משמשת כמראה לסיפור, ומחזיקה תהליכים של השתקפות, פרשנות והדהוד התכנים שעלו. השאיפה היא ליצור תמונה תיאטרונית המתקפת את חוויית המספר, ומאפשרת הרחבה שלה, גילויים חדשים ותובנות. האופן שבו נוצרת האימפרוביזציה מהווה גם הוא מרחב לביטוי הדינאמיקה והתערבות המנחה. היצירה התיאטרונית נוצרת לרוב בתוך אחת מהתבניות של תיאטרון הפלייבק. תבניות אלה נבחרות על ידי המנחה או הקבוצה, ויכולות בעצמן להוות מרחב לחקירת התהליך הקבוצתי, בהתאם לשלב ההתפתחותי שבו נמצאת הקבוצה.

תבניות תיאטרוניות בפסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק

תבניות תיאטרוניות הן צורות מוגדרות המעניקות מסגרת אסתטית ומכל עוטף ליצירה התיאטרונית. הן ידועות מראש, ומוכרות לשחקנים המשתתפים בקבוצה ולמנחה. באמצעות התבניות יכולים השחקנים ליצוק את תכני הסיפור לתוך אימפרוביזציה תיאטרונית בעלת מבנה מוכר. התבניות התיאטרוניות הקיימות מגוונות, וכוללות בין היתר את המקהלה, הדואט, תבנית עבודה עם קונפליקט, פסלים ועוד. במקרים שבהם המשתתפים לא התנסו עדיין במשחק תיאטרוני בכלל, ובתיאטרון פלייבק בפרט, מסייעות התבניות לפתח את יכולות האלתור והמשחק דרך הגדרה של צורת האימפרוביזציה והתפקיד של כל משתתף. תהליך היצירה התיאטרונית נעשה על ידי חלוקת הסיפור לאלמנטים; יצירת ייצוג תיאטרוני לכל

אלמנט; והבניה מחדש של הסיפור על ידי יצירת אינטגרציה בין כלל האלמנטים באמצעות תבנית תיאטרונית ידועה מראש.

התבניות התיאטרוניות מבטאות חלקים קונקרטיים בסיפור, לצד מחשבות, רגשות, קולות פנימיים, זוויות מבט של דמויות נוספות, תנועה, מוזיקה ודימויים. פירוק העלילה לגורמים והרכבתה מחדש באמצעות התבניות המובנות מאפשר, ברמה הנפשית, הבהרה וארגון מחדש של העולם הרגשי המובא לידי ביטוי בסיפור. תהליך זה מאפשר למנחה ולקבוצה להבנות מחדש את הסיפור האישי או קבוצתי. פעולת הפירוק וההרכבה של כליל הקולות העולים מהסיפור, וארגונם לצורה בימתית אסתטית שנקבעה מראש, גורמים לחומר לשנות צורה ולייצר מכל לתכני הסיפור. כך מתרחב הסיפור ומקבל ממדים חדשים, מתגלות בו נקודות מבט חדשות, והמספר מקבל הכרה וערך לסיפורו.

תהליך העבודה עם תבניות תיאטרוניות בקבוצה מתבצע בדרך הבאה: חברי הקבוצה מקשיבים לסיפור של אחד המשתתפים. בשלב הראשון הם מתבקשים להתחבר לתחושות שהסיפור העלה בהם מתוך המפגש עם עולמם הפנימי, ניסיון החיים שלהם, וחוויות דומות שחוו בקבוצה ומחוצה לה. השלב השני הוא שלב של זיהוי מחשבות, רגשות ונושאים שהסיפור מעלה, ותרגומם לשפה בימתית או אימפרוביזציה תיאטרונית בעזרת התבנית שנבחרה על ידי המנחה או קבוצת השחקנים. לתבניות התיאטרוניות בפסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק יש מספר תפקידים בהנחיית התהליך הקבוצתי.

תפקידיהן של התבניות התיאטרוניות בתהליך הקבוצתי

הסיפור האישי מובא אל הקבוצה, ונוצרת דרכו חוויה קולקטיבית. האחרים פוגשים בו והוא הופך לחלק מחוויה קבוצתית משותפת. היצירה התיאטרונית העולה כתגובה לסיפור משקפת אותו ומהדהדת תכנים העולים מתוכו, ובכך מביאה לידי ביטוי את פעולת ההשתקפות (mirror reaction) במראה הקבוצתי, כפי שהגדיר אותה פוקס (Foulkes, 1990). ההשתקפות של היבטים שונים בסיפור בתוך היצירה התיאטרונית מבטאת את החלקים המשותפים והדומים בין המשתתפים. ההשתקפות יכולה להדהד משמעויות, להגביר יסודות רגשיים, לתקף את הסיפור, ולייצר הכרה וערך בתמות העולות ממנו. במקביל, היצירה התיאטרונית מביאה לידי ביטוי את הפעולה של החלפת חומרים נפשיים (exchange) כפי שהגדיר אותה פוקס (Foulkes, 1964). פעולה זו מדגישה את השונות בין המשתתפים, ואת הצמיחה של הפרט מתוך שונות זו (Zinkin, 1993). האחר פוגש בסיפור, משחק בו, ומציע הצעות להתבוננות. באמצעותו מקבל הסיפור ממדים חדשים, ועולות בו פרספקטיבות מגוונות. זהו השלב שבו מתרחב הסיפור מתוך השונות של האחר, והמשתתפים מחליפים ביניהם

מקנזי (Mackenzie, 1990) מונה שלושה ממדים בלתי תלויים המתארים את הקבוצה: התקשרות, הימנעות וקונפליקט. הייצוגים התיאטרוניים העולים בתהליך הקבוצתי בפסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק מביאים לידי ביטוי את שלושת הממדים הללו. כל תבנית תיאטרונית מביאה לידי ביטוי את הממדים השונים, כאשר היחס ביניהם משתנה מתבנית לתבנית בהתאם לצורך העולה מתוך התהליך. באופן זה ניתנת במה קונקרטי-מוחשית לתהליך הקבוצתי ולסוגיות השונות העולות בו, בהתאם לשלב שבו נמצאת הקבוצה. המודל ההתפתחותי של מקנזי וליוסלי (MacKenzie & Livesley, 1983) מציג תאוריית-על בעלת שישה שלבי התפתחות לקבוצה קבוצה בזמן: 1. התקשרות; 2. בידול; 3. אינדיבידואציה; 4. אינטימיות; 5. הדדיות; 6. ופרידה. בחלק זה של המאמר נתבונן על תבניות תיאטרוניות מייצגות, ונדגים את המבנה הבימתי, הרציונל הטיפולי והחיבור לשלבים הקבוצתיים שלהן על פי המודל המתואר.

הסיפורים שעולים בקבוצה מגוונים, ויש הלימה בין האופן שבו מתייחסת הקבוצה אל הסיפור ובין השלב ההתפתחותי שבו היא נמצאת. האיתור של התבנית התיאטרונית המתאימה לשלב שבו נמצאת הקבוצה יכול לשרת את הסיפור בדרך הטובה ביותר, כיוון שבמקרים רבים הסיפור האישי והאופן שבו הקבוצה מעבדת אותו משקפים את התהליך הקבוצתי עצמו. תפקידו של המנחה הוא אפוא להתאים את התבניות התיאטרוניות שישמשו בצורה הטובה ביותר את משתתפי הקבוצה כמרחב של חקירה והתנסות לתכנים שעולים בה באותו שלב. נתאר מקרה מקבוצת מבוגרים בפסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק. התהליך הקבוצתי המתואר נמשך על פני 24 מפגשים שבועיים בני שלוש שעות כל אחד. פרטי המשתתפים והאירועים שוננו לצורך מניעת זיהוי. להלן תיאור מתוך שלושה מפגשים שונים.

במפגש השני סיפר יואב על תפקיד חדש שקיבל במקום עבודתו. זמן רב חיכה לשינוי בקריירה, וכעת כשהשינוי מתקרב הוא חווה חרדה ופחד מכישלון. המנחה בחר להשתמש בתבנית תיאטרונית שתשקף את הקולות שעלו מהסיפור - תבנית המקהלה (המתוארת בהמשך). מטרתה של תבנית זו היא להחזיר את הקולות ולהנכיח את החיבור לסיפור של המשתתפים האחרים. כל אחד מהמשתתפים השחקנים התבקש להחזיר ביטוי אחד שמבטא את החיבור שלו לסיפור. משתתף אחד בחר להחזיר את הביטוי: "שינוי", שני החזיר: "אני מת מפחד", שלישי: "ואם לא אצליח....", ורביעי: "אני רוצה." המשתתפים הגבירו את הקולות וחזרו עליהם בסניכרוניזציה בהתאם לתבנית המקהלה. התבנית מדגישה את החוויה המשותפת, האוניברסלית, המתקיימת בין המשתתפים, חוויה שכולם מכירים, וההיכרות איתה מקדמת את ההתקשרות ביניהם. באופן זה נוצרו הכרה ותוקף לסיפור ולקולות השונים שהביא. הסיפור, והיצירה התיאטרונית שעלתה בעקבותיו, שיקפו במקביל גם את התהליך

הקבוצתי - את הציפייה והרצון לצד החרדה העולה בתחילת התהליך. ההתערבות באמצעות תבנית המקהלה, המדגישה את הדמיון בין המשתתפים והשותפות ביניהם, סייעה לקבוצה להתמודד עם המשימה ההתפתחותית.

במפגש השביעי של הקבוצה תיארה מרב קונפליקט שהתעורר בינה ובין בן זוגה. כמה חודשים קודם לכן עברו השניים דירה אל בית ישן ששיפצו. היא זו שבחרה את הבית, בעוד שבן זוגה העדיף לעבור לדירה חדשה. כחודשיים לאחר השיפוץ הגדול שנעשה בבית והמעבר אליו, נפרצה הצנרת בידי שורשים של עץ עתיק שגדל בסמוך, והבית הוצף. הקלקול הגדול ערער את הביטחון של בני הזוג במקום הבטוח שלהם - הבית, ועורר ספקות ביחס להחלטות המשותפות שקיבלו. ספקות אלה הותירו אותם בתחושה של חוסר ביטחון וחוסר אונים, ועוררו קונפליקט סביב המקום של כל אחד מהם בתהליכי קבלת ההחלטות. השלב שבו היתה הקבוצה נתונה במפגש זה הוא שלב הבודל, המתאיין בעצמו בקונפליקטים. המנחה זימן לבמה שני משתתפים, והשתמש בתבנית תיארונית המייצגת קונפליקט (שתואר בהמשך). שני השחקנים ייצגו את הקולות השונים בקונפליקט: את השאיפה לביטחון, לבית ולמרחב בטוח מול השאיפה לביטוי עצמי ולצמיחה. הם הביאו קולות שביטאו את החרדה מקלקולים, ואת הפחד מצמיחה (של העץ, ואולי גם של התהליך) העלולה לפרוץ סדקים במרחב הבטוח. השחקנים ביטאו את הקולות כשהם עומדים גב אל גב - וכל קול מתקיים בנפרד מהאחר. בהמשך, במעגל השיתוף, הגיבו המשתתפים לסיפור והעלו תכנים שהתעוררו במפגש. בשלב האיסוף שיקף המנחה לקבוצה תמות השייכות לתהליך הקבוצתי. כיצד, הוא שאל, תוכל הקבוצה לייצר מקום בטוח - בית לכולנו, שיאפשר למשתתפים לצמוח? כיצד יוכל הבית הקבוצתי להכיל גם הצפות וקלקולים? כיצד נוכל להתמודד עם שברים ומשברים, ולתמוך זה בזה מול ההחלטות שניקח? כאמור, הצורה התיארונית דווקא שיקפה את היעדר החיבור בין הקולות, ואילו במעגל השיתוף דנה הקבוצה ביכולת לחבר בין הקולות, ולאפשר להם להתקיים זה לצד זה.

במפגש ה-17 הובא אל הקבוצה סיפור משפחתי. ענת סיפרה כי מזה כשנתיים אביה חולה, והמשפחה כולה נאלצת לסעוד אותו ולטפל גם באמה המזדקנת. הטיפול בהורים מהווה מעמסה על הילדים, וההתמודדות איתו מורכבת. היא שיתפה את הקבוצה בכעסה על אחותה, שאינה נושאת בנטל כמו שאר האחים, וסיפרה כי מצב זה גרם להן להתרחק בשנה האחרונה, בניגוד לקירבה שאפיינה את הקשר ביניהן בעבר. במקרה זה בחר המנחה להשתמש בתבנית תיארונית הנקראת "ראשים מדברים", שבה שלושה שחקנים עומדים זה לצד זה, וכל אחד מהם בתורו צועד לפניו ומציג מונולוג של אחת הדמויות בסיפור. שלושת המשתתפים-השחקנים הביאו את קולותיהם של המספרת, אביה ואחותה, כך שעל הבמה

הופיעו מספר נקודות מבט. הקולות הציגו את הדמיון בין הדמויות ואת השוני ביניהן. בסיום היצירה התיאטרונית שיתפה ענת את הקבוצה בתוכנות שעלו בה כשהקשיבה לנקודות המבט השונות, ובמיוחד לזו של אחותה. מתוך הקשבה זו היא הבינה כי במידה רבה אחותה מביאה לידי ביטוי עמדה שקיימת גם בתוכה, אך אינה מקבלת מקום – את הקושי, המעמסה, והרצון להסיר אחריות, ולהתבונן על ההתרחשויות מהצד. עוד סיפרה על הקושי שעלה בה לנוכח סיום היצירה, כשהעמידה של השחקנים הנכיחה את המרחק בין האחיות, בשעה שבה התעוררו דווקא רצון לקירבה, ותחושות של הכרה וקבלה של השוני בין האופנים שבו כל אחת מהן מתמודדת עם המצב.

נציין כי לפעמים המספר יכול להרגיש שהיצירה התיאטרונית התרחקה מהחוויה שלו ואז עלולה להיווצר חוויה של היעדר תיקוף. במקרים אלו יכול המנחה לבקש מהמספר לדייק את הצורך שלו, ובהתאם להציע לשחקנים לאלתר מחדש, וליצור תמונה שתהיה מותאמת יותר למספר. אפשרות נוספת היא להתבונן על התהליך דרך השיח הקבוצתי במעגל השיתוף, ולראות בכך הזדמנות לעבד את המקרה בהקשר הקבוצתי והאישי של הפרטים בה, כדי להביא לידי ביטוי תמות של היעדר תיקוף, היעדר נראות, יכולת להעניק לאחר ולקבל ממנו. במקרה זה בחר המנחה באפשרות הראשונה. הוא פנה אל השחקנים וביקש מהם להציג בתנועה את הרצון לקירבה ולקבלה הדדית שענת הביעה. באופן זה חוזרת המספרת ומקבלת את השליטה בספור. השחקניות שייצגו את האחיות התמקמו על הבמה והציגו בתנועות ידיים ובמבטים את השאיפה של האחיות לקירבה, את המשיכה שלהן זו לזו, ואת הקול הייחודי של כל אחת מהן ביחסה אל האב, שיוצג גם הוא על הבמה על ידי השחקן. תבנית "הראשים המדברים" הדגישה את האפשרות שלהן לצמוח אל עבר מצב של העמקת האינטימיות והקשר, שבו כל אחת מביאה את דרך התמודדות הייחודית שלה עם המצב המורכב. התבנית התיאטרונית שנבחרה שיקפה את מאפייני שלב ההדדיות, המתאפייני בהכרה בייחודיות של כל משתתף, כך שביקורת וקונפליקט מאפשרים צמיחה לקראת העמקת הקרבה והאינטימיות ולקייחת אחריות על הקשר.

בחלק הבא של המאמר נביא הצעות להתערבות באמצעות התאמה של תבניות תיאטרוניות לשלבים ההתפתחותיים של הקבוצה. חשוב לציין כי כפי ששלבי ההתפתחות בקבוצה אינם מובחנים לגמרי, ולעתים קרובות עוסקת הקבוצה במטלות התפתחותיות השייכות לשלבים מוקדמים יותר, כך גם מיקומן של התבניות התיאטרוניות אינו מוחלט. ההצעות מבקשות להתאים את אופי התבנית התיאטרונית, והיחסים שהיא מייצגת, לשלב שבו מצויה הקבוצה, אולם ניתן כמובן להתאים תבניות אחרות למיקומים שונים בתהליך הקבוצתי, בהתאם לשיקולי המנחה וצרכי הקבוצה. עוד נציין כי קיימות תבניות תיאטרוניות שהן מוכרות

ושכיחות יותר בתיאטרון הפלייבק, אך המנחים והשחקנים יכולים ליצור, להרכיב ולשנות אותן בהתאם לצורך העולה מהסיפור והתהליך הקבוצתי. להלן מספר דוגמאות לתבניות תיאטרוניות שכיחות.

תבנית ראשונה: מקהלה

תבנית זו שואבת השראה מהמקהלה שהופיעה בטרגרדיות היווניות. השחקנים בטרגרדיות אלה היו מופיעים במרכז הבמה, ובצדה היתה ניצבת המקהלה שנועדה להאיר נקודות בעלילה, להדגיש חלקים מסוימים בה, ולהביא לידי ביטוי יסודות חבויים בסיפור שלא נמסרו במפורש (Walcot, 1976). המקהלה היוונית עשתה שימוש באמצעים אומנותיים כמו שירה, אלמנטים תנועתיים ודימויים. תבנית זו תואמת את השלב הראשון במודל - שלב ההתקשרות. בשלב זה קיים רצון ליצור קבוצה, ולטשטש את האינדיבידואליות לטובת הקבוצתיות והגורמים המשותפים לכל חברי הקבוצה. תבנית המקהלה מאתרת את המשותף, ויוצרת "מגבר רגשי ויצרי" דרך עבודה קולית ותנועתית משותפת. צורה זו מדגישה את ההקרבה של היחודיות האישית למען הקולקטיב. זהו מבנה היוצר אחידות ולכידות קבוצתית, ומשתמש באלמנט של סינכרוניזציה שבה דפוסי ההתנהגות של אנשים נפרדים הופכים לרפוס יחיד, מתואם, מאוחד ושלים.

מבנה התבנית: שלושה או ארבעה משתתפים עומדים בחצי גורן, כדי שיוכלו לראות זה את זה. הם עומדים כתף אל כתף ויוצרים ביניהם מגע, כגוף אחד. הם מאזינים לסיפור של אחד ממשתתפי הקבוצה, ומלקטים ממנו מילות מפתח רגשיות או מילים המחזיקות תמות מרכזיות בסיפור (רצוי להשתמש במילה או צמד מילים בכדי לשמור על המקצב והטכניקה). המטרה הראשונה של המקהלה היא ליצור אחידות וסינכרוניזציה. משתתפי המקהלה מתחילים בשלוש נשימות משותפות (שמסמלות "כולנו כאחד"). אחרי הנשימות אומר אחד המשתתפים מילה או צמד מילים מתוך הסיפור. הוא מצרף לאמירתו תנועה המביעה את החוויה הרגשית העולה מתוך המילה. לאחר שנאמרת המילה הראשונה סופרים שאר חברי המקהלה בלב: "שתיים, אחד, ואז אומרים את המילה ביחד ובתואם. בדרך זו הם חוזרים על המילה יחד שלוש פעמים, ואז מחליפים למילה חדשה המבטאת אלמנט נוסף בסיפור. המילים אינן נאמרות על פי סדר הופעתן בסיפור, אלא באופן לא מאורגן, כפי שמופיעים הקולות הפנימיים, המעלים מחשבות ותחושות.

האלמנט הנפשי שהמקהלה מביאה הוא "מגבר רגשי". ההגברה נוצרת כתוצאה מהחזרתיות המשותפת על אלמנטים מרכזיים בסיפור. המקהלה מוסיפה גם אלמנטים החוברים זה לזה,

וכך נוצרת תמונה אחת שלמה ומוגברת. המקהלה גם מחזקת את החיבור בין המשתתפים, מעצם היותה מושתתת על סינכרוניזציה בין קולות שונים וחיבורם לכדי קול שלם ואחיד.

תבנית שנייה: "דואט"

תבנית זו תואמת את השלב השני במודל ההתפתחותי - שלב הבידול שבו חשים המשתתפים צורך להדגיש את הנפרדות והשונות ביניהם. בשלב זה יש מקום רב יותר לשוני בין המשתתפים, ועולה החוויה ש"אני לא כמו כולם". זהו שלב המאופיין בקונפליקטים המדגישים את הגבולות וההבדלים בין חברי הקבוצה. תבנית הדואט מאפשרת לשני קולות שונים להישמע על במה אחת, כאשר קול אחד אינו מקשיב לקול השני, אלא עסוק בעמדה האישית שלו. המנחה יכול לזמן סיפורים העוסקים בקונפליקטים, ופעמים רבות משתתפים מספרים בשלב זה סיפורים המשקפים את התהליך הקבוצתי גם בלי שנתבקשו לכך במפורש.

מבנה התבנית: המשתתפים מאזינים לסיפור של חבר קבוצה המבטא קולות שונים אשר אינם מתחברים, כמו למשל שיחה נוקבת בין אם ובן. בטכניקה זו עומדים על הבמה שני משתתפים, כשביניהם מרחק של חצי מטר, ופניהם אל הקהל. משתתף אחד משחק את המספר והשני את האם. השחקן שנמצא בתפקיד המספר מתחיל ומשתף את הקהל במה שהתרחש מתוך זווית הראייה שלו. בשלב מסוים קוטע אותו המשתתף השני, המשחק בתפקיד האם, ומציג לקהל את זווית הראייה שלו על אותה התרחשות. הוא ממשיך לדבר עד שהשחקן הראשון קוטע אותו שוב, וכך נמשך הדואט עד שהמנחה אומר "freeze", או שהשחקנים מסיימים.

תבנית זו מאפשרת לשני קולות מנוגדים להתקיים על במה אחת, זה לצד זה. כל אחד מהשחקנים מספר את הסיפור כמי שמאמין שהוא מחזיק באמת. אלמנט נוסף שמאפיין תבנית זו הוא הניסיון לגייס את הקהל לטובת עמדה מסוימת, כי כל דמות מנסה לשכנע כי היא הצודקת, והשנייה טועה. בדרך זו מדגישה התבנית את הדברים שאנחנו משליכים על אחרים, וגם את הדברים שנרדמה לנו שאחרים חושבים עלינו.

תבנית שלישית: "קרוס"

תבנית זו תואמת את השלב השלישי במודל ההתפתחותי - שלב האינדיבידואציה. בשלב זה בא לידי ביטוי הצביון האישי של כל משתתף בתוך הקבוצה, ועולות שאלות כמו איך אפשר ליצור קבוצה של אינדיבידואלים, ואיך מוצאים מקום לקולות שונים בתוך קבוצה, בלי למחוק את הפרט. תבנית זו מזמינה לחקור חלקים נוספים של העצמי כחלק משלב האינדיבידואציה, המציב כאמור אתגר בין-אישי אקטיבי בסביבה תומכת.

מבנה התבנית: לאחר שהקבוצה מאזינה לסיפור של אחד ממשתתפיה המכיל קונפליקט או רגשות סותרים, עומדים שני משתתפים בשני צדי הבמה, עם הפנים קדימה לקהל (חשוב שלא ייווצר ביניהם קשר עין בשלבים הראשונים של התבנית). כל משתתף בוחר צד מוגדר וברור בקונפליקט והשחקן האחר בוחר את הצד המנוגד לו. כל משתתף בתורו נושא מונולוג קצר בן שתיים-שלוש שורות, ומתקדם צעד הצידה לכיוון מרכז הבמה. כך, לסירוגין, נמשכים ניסיונות השכנוע של שני המציגים בצדקת דרכם. בשלב מסוים נפגשים שני השחקנים במרכז הבמה. זהו שלב קריטי שבו בפעם הראשונה נוצר מפגש בין שני הקולות. כל אחד מהם רואה את האחר, מסתכל, סופג את השונות, והשניים מחליפים חומרים. ברגע זה, תוך שהם מתבוננים זה בזה, הם עושים חצי סיבוב ומחליפים מקומות וגם עמדות. בשלב זה הם צועדים החוצה, וממשיכים לשכנע את הקהל באמת שלהם (המנוגדת לעמדה הראשונה שהביאו). תבנית זו מבטאת את האפשרות ששני צדדים יכולים להתקיים יחד על אותה במה, גם כאשר כל אחד מהם מחזיק באמת אחרת. הם אפילו יכולים להיזון זה מזה ולהחליף חומרים נפשיים.

תבנית רביעית: "ריקוד משותף"

תבנית זו תואמת ואף מדגימה את השלבים הרביעי והחמישי במודל ההתפתחותי - שלב האינטימיות ושלב ההדריות. בשלבים אלה המשיכה היא דווקא למי שהוא אחר ממני, ויש שאיפה ליצור קרבה תוך הכרה בשונות. בנוסף עולים נושאים כמו איך אפשר להתרחב באמצעות האחר. השונות פותחת לעצמי פוטנציאל של התרחבות, ונחווית פחות כאיום.

מבנה התבנית: הקבוצה מאזינה לסיפור של אחד ממשתתפיה, כשברקע מושמעת מוסיקה התואמת את האווירה הרגשית שמבטא הסיפור. שלושה משתתפים עולים לבמה. כל משתתף מציג משפט תנועתי המבטא חלק אחר בסיפור. אחרי זמן קצר עוברים לחלק השני של התבנית, שבו נוצר דיאלוג תנועתי, מעין ריקוד שבו חוקרים המשתתפים את התנועות, ומקיימים קירבה "נוגעת-לא נוגעת", שבמסגרתה הם נעים יחדיו בתוך התנועות השונות, ויוצרים חיבורים מגוונים ביניהן. בחלק השלישי של התבנית נוצר מגע, ושלושת המשתתפים הופכים לגוף אחד הנע יחדיו. מטרת התבנית היא להראות איך השונות מזמנת דיאלוג וקירבה המובילים לחיבור מתוך בחירה. בנוסף היא מראה איך יכול הדיאלוג ליצור תנועה חדשה, שנובעת מהחיבור בין התנועות.

תבנית חמישית: פסל - עבר, הווה, עתיד

תבנית זו תואמת את השלב השישי במודל ההתפתחותי - שלב הסיום שהוא שלב של

סיכומים ועיבוד לקראת פרידה. תבנית הפסל "עבר, הווה, עתיד" מסמלת את ההתפתחות של האינדיבידואל, מהשלבים הקודמים בחייו, דרך "הכאן והעכשיו", ועד להתבוננות קדימה. באמצעות תבנית זו יכולים המספר והקבוצה לראות איך היבטים שונים של העצמי, המבטאים התפתחות, מתקיימים יחדיו, זה לצד זה. מתוך המקום הזה מקבלת הקבוצה את החקירה האישית כחלק לגיטימי ואף חשוב בהתפתחות הקבוצה.

מבנה התבנית: המשתתפים מאזינים לסיפור של אחד ממשתתפי הקבוצה. בשלב העלאת הסיפור, כשהמנחה מראיין את המספר, הוא בודק שני נושאים:

1. איך הסיפור מתקשר אל העבר של המספר?

2. איך הוא מדמיין את התפתחות הסיפור בעתיד?

שלושה משתתפים מבצעים את התבנית. הם מחלקים מראש את תפקידי המשחק - עבר, הווה ועתיד. המשתתפים עומדים בעומק הבמה, וכל אחד מהם בתורו מבצע מונולוג קצר המלווה בתנועה המאפיינת את החלק הנבחר בסיפור. המשתתף הראשון מביא תנועה ומונולוג המסמלים את העבר. בסיום הקטע הוא יוצר פסל שמאפיין את המצב הרגשי של המונולוג הנבחר. המשתתף השני מביא תנועה ומונולוג המסמלים את ההווה, תוך התייחסות ישירה או עקיפה לפסל העבר הנמצא על הבמה. בסיום הקטע הוא יוצר פסל נוסף, המבטא אלמנט חדש אך גם מתחבר לפסל שיצר השחקן הראשון, כך שבסופו של דבר יהפוך הפסל שלו לחלק מפסל משותף, שיורכב משלושת הפסלים. המשתתף השלישי מביא דרך התנועה והמונולוג את החלק של העתיד בסיפור, ולאחר תנועה ומונולוג קצר יוצר פסל. המשתתף השלישי צריך לקחת בחשבון שהוא מסמל את המשך הסיפור, לכן רצוי שהמונולוג שלו יכיל אלמנטים של תקווה, דברים משמעותיים שהיו בדרך, התבוננות קדימה לעתיד, ופתיחות. בסיום המונולוג הוא מצטרף לפסל המשותף, ושלושת השחקנים עומדים בתנועה קפואה ("freeze") קצרה. החלק האחרון בתבנית מבטא התעוררות של הפסל וחזרה שלו לחיים. שלושת החלקים קמים לתחייה, וכל חלק מתמקד במונולוג שלו כאומר "החלק שלי הוא המשמעותי ביותר בסיפור". לאחר כמחצית הדקה יוצרים השחקנים פסל משותף חדש, ונשארים בו כעשר שניות בתנועה קפואה ("freeze"), כדי שהמספר והקהל יוכלו להפנים את הפסל השלם הכולל את ההתפתחות החדשה. בסיום כל החזרה תיאטרונית מתקיים מעגל שיתוף המאפשר למשתתפי הקבוצה להביא לידי ביטוי סיפורים, רגשות, תחושות ומחשבות שהתעוררו בהם בתגובה לתהליך.

דיון וסיכום

פסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק היא גישה טיפולית המעמידה במרכז התהליך את ריטואל הפלייבק. השלבים השונים בתהליך היצירתי משמשים כמרחב לדינמיקה הקבוצתית. תהליך זה יוצר חוויה משותפת ומעורבות בין המשתתפים, הנמתחת משלב העלאת הסיפור האישי המפציע במרחב הקבוצתי, דרך המפגש של הסיפור עם השחקנים והאלתור, והתגובה התיאטרונית שהם יוצרים, ועד החזרת הסיפור אל המספר ואל מעגל השיתוף. מאמר זה ביקש להתעמק באחד ההיבטים המרכזיים של התהליך - בשימוש בתבניות תיאטרוניות כאמצעי לקידום מטלות התפתחותיות בתהליך הקבוצתי. התבנית התיאטרונית, העולה בתגובה לסיפור האישי, מאפשרת לחקור את התהליך הקבוצתי ואת העצמי הבא במפגש עם אחרים בקבוצה.

התבנית מהווה מכל לחומרי הנפש, וכן מביאה לידי ביטוי תכנים המותאמים לשלבים השונים שבהם נמצאת הקבוצה. כפי שתואר לעיל, התבניות השונות מחזיקות את הדומה בין הפרטים בקבוצה, אך בה בעת מנכיחות את הפערים ביניהם. באופן זה מסייעת התבנית התיאטרונית למנחה לקדם את התהליך הקבוצתי במקביל לתהליך האישי שעובר כל פרט בקבוצה. היכולת להחזיק בעת ובעונה אחת גם את הדמיון בין הפרטים בקבוצה וגם את הפערים ביניהם משמשת כמגבר לתהליכים הקבוצתיים (Foulkes, 1964). כמובן זה, התבנית התיאטרונית מחזיקה תהליכים של השתקפות (mirroring) על סוגיה השונים של (Schlapobersky, 2016): היכולת לשקף את הדומה בין המשתתפים מייצרת חוויה של הכרה, ומעניקה תוקף ואוניברסליות לחוויה האישית, ואילו תהליכי השתקפות המדגישים את הפערים בין המשתתפים מייצרים קונפונטציה, ומעלים תובנות חדשות וזוויות מבט אחרות על החוויה האישית, וכך מביאים לצמיחה ולהתפתחות של כל משתתף בנפרד ושל הקבוצה כולה. עם זאת, שוני ומרחק שיהיו גדולים מדי מהחוויה האישית עלולים ליצור חוויה של ריחוק והיעדר נראות, העלולה לעורר חוויה שלילית. במקרים כאלה, עיבוד נכון של הפער יכול לקדם את התהליך הקבוצתי ולסייע לקבוצה להגיע לפתרון הקונפליקט ולקידום התהליך הקבוצתי. סוגיות אלה מדגישות את הצורך לבחון את התהליך הקבוצתי ואת בחירת התבנית הקבוצתית שתשמש כמראה למספר, לקבוצה, ולתהליך כולו. התבנית התיאטרונית יכולה לקדם תהליכים קבוצתיים על ידי התמודדות עם המטלות ההתפתחותיות השונות, כך שבחירתה היא כלי בידי המנחה להתערבות בתהליך הקבוצתי וקידומו. תיאורי המקרה שהובאו במאמר זה הדגימו כיצד הבחירה בתבנית התיאטרונית, לצד איסוף התכנים העולים בסיפור האישי וביצירה התיאטרונית העולה כתגובה אליו, משקפים את השלב ההתפתחותי שבו נמצאת הקבוצה, ומקדמים אותו.

ההצעות היישומיות שהובאו במאמר זה ניסו להבחין בין השלבים, ולהתאים תבניות תיאטרוניות למטלות התפתחותיות. עם זאת, וכפי שציינו קודם, השלבים ההתפתחותיים בקבוצה אינם מובחנים לגמרי זה מזה. הקבוצה עוסקת במטלות ההתפתחותיות השונות וחוזרת אליהן בכל אחד משלבי התהליך. מכאן שגם ההצעות היישומיות המובאות כאן ניתנות לשינוי בהתאם לצרכי הקבוצה. תבנית הקונפליקט, למשל, יכולה לשרת את הקבוצה גם בשלב ההדדיות, במידה והקבוצה זקוקה לה. כמו כן, בכל שלב ניתן ליצור תבנית חדשה, ולהתאימה לצרכים העולים מהסיפור ומהתהליך הקבוצתי. מאמר זה התמקד בצורות התיאטרוניות כמקדמות תהליכים קבוצתיים, אולם התהליך הטיפולי בתיאטרון פלייבק כולל היבטים מגוונים שראוי יהיה להעמיק בהם ולהקדיש להם כתיבה נוספת.

לסיכום, קבוצות רבות מתמקדות בפסיכותרפיה באמצעות תיאטרון פלייבק כגישה המובילה את התהליך הקבוצתי, אולם הספרות בנושא מצומצמת יחסית. מאמר זה ניסה לענות על הצורך הקיים בתיאור התהליך הטיפולי הזה, תוך הבאת הצעות יישומיות לשימוש בתבניות התיאטרוניות של הפלייבק בעבור מנחי קבוצות. המאמר הציג את ההיבטים הטיפוליים של התהליך תוך שימוש בתיאורי מקרה. יש לתהליך זה היבטים נוספים שניתן להעמיק לחקור בהם במאמרי המשך.

מקורות

לוברנירולניק, נ. (2009). חיים בתוך סיפור: תיאטרון פלייבק ואמנות האימפרוביזציה. תל אביב: מכון מופ"ת.

קובלסקי, ר. ורז, נ. (2014). אולם המראות על הבמה. הרצאה שניתנה במסגרת יום העיון הראשון של המכון הישראלי לפסיכותרפיה בתיאטרון פלייבק. נתניה, ישראל.

Anthony, E. J. & Foulkes, S. H. (1965). *Group psychotherapy: The psychoanalytic approach*. London: Karnac.

Barak, A. (2013). Playback theatre and narrative therapy: Introducing a new model. *Dramatherapy*, 35(2), 108-119.

Boal, A. (2000). *Theater of the oppressed*. London: Pluto Press.

Chesner, A. (2002). Playback theatre and group communication. In A. Chesner & H. Herb (Eds.), *Creative advances in group work* (pp. 40-66). Philadelphia, PA: Jessica Kingsley.

- Dauber, H. (1999). Tracing the songlines: Searching for the roots of playback theatre. In J. Fox & H. Dauber (Eds.), *Gathering voices: Essays on playback theatre* (pp.67-76). New York: Tusitala.
- Foulkes, S. H. (1964). *Therapeutic group analysis*. London: Allen and Unwin.
- (1990). *Selected Papers of S.H. Foulkes: Psychoanalysis and Group Analysis*. London: Karnac.
- Fox, H. (1999). A Ritual for our Time. In J. Fox & H. Dauber (Eds.), *Gathering voices: Essays in playback theatre* (pp. 9-16). New Paltz: Tusitala.
- Fox, J. (2007a). Playback theatre: Inciting dialogue and building community through personal story. *The Drama Review*, 51(4), 89-105.
- (2007b). *Playback Theatre compared to psychodrama and Theatre of the Oppressed*. Retrieved 8 March, 2007, from http://www.playbackschool.org/pt_compared_psy_and_to.htm
- Freire, P. (1970). *Pedagogy of the oppressed*. New York: Continuum.
- International Playback Theatre Network (IPTN) (2018). Retrieved from www.iptn.info
- Landy, R. J. (2006). The future of drama therapy. *The Arts in Psychotherapy*, 33(2), 135-142.
- MacKenzie, K. R. (1990). *Introduction to time-limited group psychotherapy*. Washington DC: American Psychiatric Pub.
- MacKenzie, K. R. & Livesley, W. J. (1983). A developmental model for brief group therapy. In R. R. Dies & K. R. MacKenzie (Eds.), *Advances in group psychotherapy: Integrating research and practice* (pp. 101-116). New York: International Universities Press.
- Moran, G. S. & Alon, U. (2011). Playback theatre and recovery in mental health: Preliminary evidence. *The Arts in Psychotherapy*, 38(5), 318-324.
- Pendzik, S. (2006). On dramatic reality and its therapeutic function in drama therapy. *The Arts in Psychotherapy*, 33(4), 271-280.
- (2008). Dramatic Resonances: A technique of intervention in drama therapy, supervision, and training. *The Arts in Psychotherapy*, 35(3), 217-223.
- Salas, J. (1993). *Improvising real life: Personal story in playback theatre*. New York: Tusitala.
- (2009). Playback theatre: A frame of healing. In D. R. Johnson & R. Emunah (Eds.), *Current approaches in drama therapy* (pp. 445-460). Springfield: Charles C. Thomas.

- Schlapobersky, J. (2016). *From the couch to the circle: Group-analytic psychotherapy in practice*. London: Routledge.
- Walcot, P. (1976). *Greek drama in its theatrical and social context*. UK: University of Wales Press.
- Zinkin, L. (1993). Exchange as a therapeutic factor in group analysis. In D. Brown & L. Zinkin (Eds.), *The psyche and the social world: Developments in group analytic theory* (pp. 99–117). London: Routledge.