

מניפה
בלה פזריני מטפלת בפסיכודרמה



ליצירת קשר:

0504170799 | יוסף צבי הרץ 36 ירושלים | menifabp@gmail.com



לקוחות ממליצים:

"בלה פיקרה, אנו מודים מאוד ומעריכים את הטיפול התמיכי והמקדם ששית עם שרי ביתנו. היא התקדמה מאוד בתקופת הטיפול, פן אבחינת הביטחון הפזמי והאמון בעצמה וביכולותיה, פן אבחינת השיבור הפרטי שלה בהתמודדות עם האלמנטים פנימיים שלה. האהבה שהיא אהבה אצלך בחבר, יחד עם המקצועיות והאחריות – אפשרו לה להתקדם. ויותר מכך, המשפחה שלנו כולה יצאה מרווחת, פיות והפרכות הפורים המקצועיות העקביות והאמוקות נתנו לנו כהורים כלים רבים ומקדמים. וכעת אקראית הפרדה, אנו מודים לך מאוד מאוד! ישלם ה' פולטיק.

בהערכה כנה!

משפחת ב. אירושימי."



מהי פסיכודרמה?

פסיכודרמה היא שיטת טיפול, קבוצתית או פרטנית, המשתייכת לתחום הטיפול באמנויות (הנקרא גם "טיפול בהבעה ויצירה"). הפסיכודרמה הומצאה על ידי יעקב לוי מורנו, כשיטה לטיפול.

הוא שם דגש על איתור מקורות הספונטניות. זאת, תוך כדי העלאת חוויות מהעבר הרחוק והקרוב, בדיקת אלטרנטיבות שונות, התנסות במצבים עתידיים אפשריים והכנה אליהם, דמיון מודרך, חוויות מתקנות ומעצימות והבנת מקור הקשיים הנפשיים או הרגשיים.

השיטה שמה במוקד את החוויה, וכיצד? דרך פעולה, ולא רק דרך הבעה מילולית.

כלומר, אדם אשר בא לטיפול בפסיכודרמה ורוצה לעסוק בקושי כלשהו שהוא חווה, לא רק מספר על הקושי שלו, אלא עובר בשלב מסוים להציג את הדברים דרך טכניקות שונות של פסיכודרמה, ובראשן חילופי תפקידים.

חילופי התפקידים יכולים להיות עם דמויות מעולמו של המטופל או עם חלקים בתוכו - רגשות, קולות, תחושות פיזיות וכיוצא ב.

פסיכודרמה
היא טיפול
רגשי בפרק של
פסלמה.



כיצד מסייע הטיפול?

הכניסה לתוך הסיטואציות הרגשיות, במקום בטוח, בשילוב התערבויות טיפוליות, מאפשרת לאדם להתבונן על הדברים הן מבפנים והן מבחוץ. להבין את עצמו טוב יותר וכן את הזולת, והן את הדינמיקה של הקשר וההשפעות ההדדיות.

כמו כן בסיוע המטפלת, המטופל יכול להבין כיצד הדינמיקה עם סביבתו קשורה לדינמיקות של קשרים מחוץ המוקדמים יותר, לחזור לתקופות אחרות בחייו, למשל לילדותו, ולהתחיל להתבונן על יחסים שאולי גרמו לדפוסים המשפיעים בהווה על יחסיו המשפחתיים או החברתיים, ולשנותם.

המטופל יכול להבין את המקור לרגשות שונים, למצוקות, למחסומים ולדפוסים, ודרך הכלי העוצמתי של הפסיכודרמה, לעבד את הדברים, ולהתחיל בשינוי.

מי אני?

נעים להכיר, בלה פזריני, מטפלת בהבעה ויצירה-מדריכת הורים.

אני הגעתי לטיפול דרך התחום הדידקטי.

במשך 13 שנים הייתי מורה לשפה ולהוראה מתקנת, עברו דרכי למעלה מ-100 ילדים מדהימים, שדרכם פגשתי את עולמם המופלא של הילדים ואת תהומות הנפש וצרכיה...

ומשם בדרך ארוכה, רבת שנים ויסודית, של למידה, התנסות והתמקצעות הגעתי למקומי היום.

ומתוך המקום שמכיר את המערכתיות שסובבת את הילד והוריו, ומתוך מבט מקצועי ומקיף, הרבה מעבר לתחום הרגשי בלבד (כגון: ויסות חושית, קשב וריכוז, למידה ועוד...).

מתוך כל זה אני נגשת בתחושת שליחות מתמדת לסייע בלהיות שליחה טובה, שתאפשר לכל אחד לממש את העצמי היחודי שלו ולהתקרר לעצמו ומשם גם לבוראו.

למי מתאים הטיפול?

הטיפול מתאים הן לילדים והן למבוגרים. העבודה עם ילדים מלווה בהדרכות הורים קבועות, על מנת שהעבודה תהיה מערכתית ומקדמת.

דוגמאות מהקליניקה

(כל השמות בדויים לצורך שמירה על פרטיות המטופלים)

מירי, ילדה מקסימה כבת 9, הגיע לטיפול בשל מחלת אימה.

מירי הביאה בטיפול חרדות ואי רגיעה, הן מהמצב הרפואי של האם, והן מדברים נלווים, אשר בתקופה מורכבת כ"כ היא חוותה אותם באופן משמעותי וקשה. באחד המפגשים עלה הפחד מהשכן המבוגר שלא מאפשר להם ליצור הרחבה מסוימת בבית, שנדרשה לצורך טיפול באם. מירי חששה ממנו מאוד, מה שגרם בקושי ביציאה מהבית והימנעות ממפגשים עמו. עד כדי כך שחלמה עליו בלילות.

תוך שימוש בכלי הפסיכודרמה, מירי "הביאה" את החלום. היא יצרה מעין מיטה, כביכול ישנה עליה, ואז חלמה... הבאנו את אדון משה השכן לחדר, (בובה מסוימת שסימלה אותו) בעזרת חילופי תפקידים היא הציגה אותו בפני, ספרה על אודותיה ואודות משפחתה מתוך המבט שלו, ("אני אדון משה, השכן של מירי...") לאחר ההיכרות עמו מירי החלה 'לשוחח' אתו.

הדבר המדהים היה שתוך כדי הפעולה וחילופי התפקידים- תפסה מירי בעוצמה רבה עד כמה השכן הזה בעצם מבוגר, לא באמת רוצה להזיק אלא רק מנסה לדאוג לעצמו ובעצם כן מחבב את משפחתה. כשהסתיים המפגש- יצאה ממנו מירי רגועה ואסופה, ובמפגש הבא סיפרה שבמשך השבוע היא פגשה את השכן וכבר לא חששה.

זוהי דוג' קטנה מאוד שבאה להדגים את הכח העוצמתי והמיוחד של הטיפול דרך פסיכודרמה.

