



"המיקרופון מאפשר ביטוי עצמי ואין מישהו שזה לא מועיל לו" בק השבוע

טה
קה
ציון
זום
סוג
זבן
ל"

שדרנית הרדיו ב'קול הגליל העליון', חן בק, מפתחת שיטה חדשנית לטיפול רגשי באמצעות מיקרופון, אוזניות ומוזיקה • כבעלת תואר שני בדקמה-תרפיה, היא משתעשעת ברעיון לרכוש מיני-ואן עם ציוד הקלטה, שיוכל לנדוד ממקום למקום ולערוך טיפולים • "זהו כלי שמאפשר עדינות והקשבה מסוג אחר ונותן משמעות לקול האישי והפנימי - דבר שאינו מובן מאליו בעולם שבו צריך להילחם כדי להשמיע קול"

המוזיקה מחליפה את המילים



בועז כתבן * צילום: אפי שריר

מיקרופון, אוזניות ומוזיקה - באמצעים אלה מפתחת חן בק בשנה וחצי האחרונות שיטה חדשה לטיפול רגשי: שילוב של לימודים לתואר שני בדקמה-תרפיה, שהשלימה במכללה האקדמית 'תל חי', ומיומנויות שרכשה כשדרנית ברדיו 'קול הגליל עליון'.

ראיון מומחז

תן לזה 'רדיו-תרפיה', עד שהבנתי שכך מכונה טיפול בהקרנות לחולי סרטן. בת' דרפיה יש משהו שמזכיר מצד אחד עלייה על תדר רדיו ומצד שני משהו מיסטי".

שיטת הדרמה-תרפיה עושה שימוש בכלים טיפוליים שנלקחים בעיקר מעולם התיאטרון, כאשר המטפל מביא עניין לא פתור מחייו האישיים ובאמצעות המ' זה של הקונפליקט, הוא יורד לעומק עם המטפל. בשיטת הטיפול של בק, השיחה המדומיינת הזאת הופכת לראיון רדיופוני. "אני רואה בזה כרגע ענף של דרמה-תרפיה כי משם הגעת, אבל אפשר גם להתייחס אליו כאל טיפול במוזיקה למשל, כי אנחנו עושים גם הרבה עבודה באמצעות מוזיקה ושירים. לפעמים בחירת השיר באה להחליף את המילים שאנחנו לא יכולים למצוא, או כדי לעשות הפסקה בלופ של שיחה שאינה מתקדמת. למשל, אני יכולה להציע לבחור שיר שיתאים למה שהמ' טופל מרגיש באותו רגע, או שמתאר את הנושא שדיברנו עליו. יש כאלה שלפעמים לאורד שיחה שלמה לא מוציאים מלה מהפה ורק בוחרים שירים. מלות השיר לא רק מתארות מצב אקטואלי, אלא גם מש-

שבה. לא אצל כולם זה בא בקלות. חלק מהם עוברים תהליך שבתחילתו הם לא מוכנים בכלל לדבר למיקרופון - ובהמשך מוכנים להקליט. המטופלים גם יוצאים מהפגישות עם ההקלטות. הם לא חייבים לשמוע אותן שוב, אבל זה חלק מהתהליך הטיפולי. רובם מקשיבים להן בבית וחלקם גם מחליטים להשמיע לאנשים נוספים. לפעמים גם אני מבקשת שנשמע שוב חלק מהשיחה".

למי שיטת הטיפול הזו מתאימה?
"נרמזה לי שזה יכול להתאים לכולם, אם כי כנראה לא כולם יסכימו להתנסות בה. כסופו של הבר, המיקרופון מאפשר ביטוי עצמי - ואין מישהו שזה לא מועיל לו".

הסוף לצעקות

בק החלה לשרר ברדיו 'קול הגליל העליון' תוכנית שבועית בשם 'נקודת חן' במהלך לימודיה לתואר שני. את הרעיון להעביר טיפולים באמצעות הרדיו העלתה מנהלת הרדיו, חגית חצב, ובק התלהבה ממנו. "ליוויי אני אנשים שהגיעו לתוכנית וראיתי את החוויה העוצמתית שזה עשה להם", היא מסבירה. "בתוכנית העליתי חלק מהרברים שאנחנו מקליטים בכלל לא נועדו לשידור, ואז זה כבר הופך לכלי טיפולי לחלוטין. "עבור התלמידים השיטה הזו משמעותית

שנראה לי טבעי ליישם את הרעיון. פנינו לגורמי רווחה ולבתי ספר והצענו להם את התוכנית; היתה התעניינות גדולה, אבל הם לא באמת שיתפו פעולה. בסוף החל-טתי שצריך פשוט להתחיל פיילוט בליווי של ר"ר רונן ברגר, שהיה מרצה שלי. לפני שנה וחצי לקחתי טרמפיסטית שנראתה לי מתאימה, הצעתי לה לעבור סדרה של 12 טיפולים בחינם והבהרתי שמדובר בשיטה ניסיונית. היא היתה המטופלת הראשונה שלי".

במקביל לתוכנית הטיפוליים ברדיו עורכת בק כאמור בבית הספר 'ברנרן וייס' במרום הגליל, שם גילתה את האולפן ששימש עד תחילת שנות ה-2000 לשידורי תחנת הרדיו החינוכית 'קול במרום'. "הצעתי להשתמש במקום כדי לתת לתלמידי מידים שיעורים באמצעות שידורי רדיו - ולשמחתי המנהלת, רבקה האלי, התלהבה מהרעיון והסכימה להשקיע בשיפוץ הת' חנה. באולפן אני מלמדת אותם את הבסיס של שידורי רדיו; הם יוצרים תכנים כחלק מהלימודים במקצועות הבגרות, או בתור קטעים המושמעים בבית הספר ובטקסים. חלק מהרברים שאנחנו מקליטים בכלל לא נועדו לשידור, ואז זה כבר הופך לכלי טיפולי לחלוטין. "עבור התלמידים השיטה הזו משמעותית