

סיפורים קלפיי פלייבק טיפוליים



יעקב דניאל, דרמה תרפיסט, MA אוניברסיטת חיפה,
מייסד ומנהל אקו- המרכז הישראלי לפלייבק תרפיה

תיאטרון פלייבק

בסדנת תיאטרון פלייבק מקשיבים לסיפור מהחיים שמישהו ממשתתפי הסדנה בוחר לשתף – המספר. בסיום הסיפור המשתתפים משקפים את הסיפור על הבמה.

מקורות:

- המקהלה היוונית- אוסף אנשים על הבמה שמדגישים נקודות שונות ונותנים רמזים על התפתחות העלילה, מביעים עמדה ביחס לנושא, מחברים בין חלקי העלילה
- פסיכודרמה- שיטת עבודה בפסיכותרפיה שמבוססת על הפעולה הדרמטית ועל משחקי תפקידים.
- טקסי פולחן

עקרונות:

- הקשבה- המשתתפים בסדנה הם "זולת עצמי" שמקשיבים לסיפור, הקשבה אמפתית ולא ביקורתית ונותנים פרשנות בקול, טון ומשחק.
- מראה - המספר רואה את הסיפור שלו בפרספקטיבה חדשה, חווה אלטרנטיבות נוספות.

טיפול באמצעות המשחק "סיפורים"

מטרות:

1. לאפשר למספר להיחשף לקולות השונים שבתוכו, לדמויות שהשתתפו באירוע, לגורמי הדחק ולדרמה שהתרחשה.
2. לאפשר למספר לצפות בהתנסות על פרטיה וכמכלול.
3. לאפשר למספר מעבר מבלייל של רעשים (כפי שמתרחש באירוע טראומתי) להבחנה, אבחנה, בהירה יותר שתאפשר תובנה.
4. לאפשר למשתתפים הגברת מודעות לחוויה האישית שלהם באמצעות סיפור של אחר.

אופן השימוש במשחק

- מספר משתתפים מארבעה ומעלה.

- מתאים לגילאי 4 ומעלה

- חימום

מומלץ לפני שמשחקים לבצע את התרגילים הבאים:

1. עומדים במעגל ומעבירים מחיאת כף מאד לשני.

2. כל אחד בתורו אומר את שמו ועושה תנועה כלשהי ומוסיף צליל קולי, כולם עושים מראה לתנועה ולצליל, וכך הלאה.

מרכיבי המשחק

1. דף הוראות המשחק
2. 62 קלפי סיפור, "עלייך לספר סיפור על..."
3. 8 קלפי מתמונה לסיפור, "עלייך לספר סיפור שקשור אלייך ולתמונה"
4. 12 קלפי "חובה"
5. 6 קלפי "טכניקות"
6. קוביית המשחק
7. אבן

התחלת המשחק

- המשתתפים יושבים במעגל מסביב למשחק.
- מניחים את קלפי הטכניקות במרכז המעגל.
- אחד המשתתפים זורק את קוביית המשחק.
- מעבירים לאדם "המספר בקובייה", שלידו את קופסת המשחק. (אם בקובייה יצא 3, אז מעביר לאדם השלישי שלידו).
- מי שמקבל את המשחק מחזיק את האבן, שולף קלף מראש החבילה וממשיך בהתאם להוראות.
- מי שקיבל קלף "סיפור" או "מתמונה לסיפור" :
 - משתף את הקבוצה בסיפור אמיתי מהחיים שקשור לקלף.
 - בוחר את המשתתפים שיציגו לו את הסיפור בהתאם לטכניקה הרשומה.
 - אם הטכניקה מופיעה לראשונה במשחק אז אחד המשתתפים מקריא את ההנחיות
- מי שקיבל קלף חובה מבצע את המשימה.
- לאחר סיום הפעילות הקשורה לקלף מניחים את הקלף בתחתית החבילה.
- המשתתף האחרון יכול לזרוק את הקובייה שתקבע מי יהיה המשתתף הבא, או להעביר אותה ישירות למישהו אחר

משתתף משתף את הקבוצה בסיפור מהחיים



סוגי הקלפים:
1. סיפור

עלייך
לספר
סיפור
על



דוגמאות לקלפי סיפור

משהו שאכזב אותך

עלייך לבחור שלושה -
ארבעה משתתפים

השתמשו בטכניקת
"מסתובבים"

עזרה משמעותית שנתת

עלייך לבחור שלושה
משתתפים

השתמשו בטכניקת
"פסלים מתעוררים"

דוגמאות לקלפי סיפור

איזה דבר טוב עשית
לאחרונה?

עלייך לבחור שלושה-
ארבעה משתתפים

השתמשו בטכניקת
"שירה"

על איזה קושי הצלחת
להתגבר לאחרונה?

עלייך לבחור שלושה
משתתפים

השתמשו בטכניקת
"מונולוגים"

דוגמאות לקלפי סיפור

מה הרגיע אותך
לאחרונה

עלייך לבחור שלושה
משתתפים

השתמשו בטכניקת
"פסלים מתעוררים"

מה הכעיס אותך השבוע?

עלייך לבחור מי ישחק
אותך

ומי ישחק את
הדבר/האדם שהכעיס

השתמשו בטכניקת
"משחקי תפקידים"

סוגי הקלפים:
2. מתמונה לסיפור

עלייך לספר
סיפור
שקשור אלייך
ולתמונה



דוגמאות לקלפי ציור



עלייך לבחור מי ישחק אותך
השתמשו בטכניקת "מתמונות"



עלייך לבחור מי ישחק אותך
השתמשו בטכניקת "מתמונות"

סוגי הקלפים:
1. חובה

חובה
עלייך.....



דוגמאות לקלפי חובה

לגשת לארבעה
אנשים שונים
ולברך כל אחד
מהם, לאחל
להם משהו
טוב...

להמציא הודעת
חדשות ברדיו
למשך 30
שניות
"והרי החדשות
של שעה..."

יש לך שלושים
שניות להגיד
משהו לקבוצה
בג'יבריש (שפה
שממציאים)

טכניקת פסלים מתעוררים



המשתתפים עומדים בשורה
כל אחד בוחר לגלם דמות
מסוימת מהסיפור וממציא
פסל קפוא (Freeze)
כל אחד בתורו, מימין לשמאל,
מתעורר, זז ואומר משפט
שקשור לסיפור ונעצר בפסל

** אם רוצים אפשר לעשות סבב
כפול, אחרי שכולם נעצרו בפסל,
להתחיל סבב נוסף

פסלים מתעוררים



טכניקת מסתובבים



המשתתפים נעמדים בשורה,
עם הגב לכולם
כל פעם מסתובב משתתף
ואומר משפט אחד, כדמות המספר או
כדמות אחרת בסיפור
ואז מפנה שוב את הגב.

רצוי לחזור הרבה פעמים על משפטים
שנאמרו. להגיד אותם שוב ושוב...
כשמרגשים שצריך לסיים אז כולם
מסתובבים לקהל ומדברים במקביל, עד
שעוצרים...

מסתובבים



המשתתפים מאלתרים
סצנה תיאטרלית, מפגש,
מביאים משפטים בהתאם
לדמות שהם מגלמים.
מי שמגלם את המספר
אומר את כל מה שהמספר
אמר, הרגיש או רצה
להגיד.

טכניקת משחקי תפקידים



משחקי תפקידים:



דיון

- המשחק מעודד את המשתתפים לשתף בתכנים אישיים.
- לא המטפל מבקש מהמטופלים לשתף אלא המטופלים ממלאים אחר הוראות המשחק.
- המטפל גם משתתף במשחק ובכך הוא הופך להיות חלק מהקבוצה.
- המשחק עוקף את ההתנגדות שקיימת בין קבוצת המטופלים למנחה.
- המשחק מאפשר לקבוצה הטיפולית לעבד חוויות רגשיות וגם לפתח מיומנויות של הקשבה, הבנה ואמפתיה.