

מאת ד"ר כוכבית אלפנט, מטפלת מוסמכת במוסיקה

כבר בשנת 1982 המליץ ד"ר אנדריאס רט על הטיפול במוסיקה כאמצעי לטיפול בילדות עם תסמונת רט. הוא זיהה את האפשרויות הגלומות במוסיקה ככלי טיפולי שיוכל אולי לחדור בעד החומה הבצורה של הנכות, ולחשוף יכולות פוטנציאליות החבויות מאחוריה (רט, 1982).

הספרות הקלינית והמחקרית מתארים כיצד תרפיה במוסיקה מקדמת את המוטיבציה של ילדות עם תסמונת רט ליצור אינטראקציות ולתקשר עם סביבתן, ואף מפתחת את המיומנויות הקוגניטיביות, רגשיות, סנסו-מוטוריות וגופניות שלהן (אלפנט, 2002; 2005, 2009, 2010, 2011, 2012; אלפנט ולוטן, 1998; אלפנט וויגרם, 2005; היל, 1997; קר, 1992; לינדברג, 1991; מרקר וואלין, 2000; וויגרם, 1991, 1995, 1997; וויגרם ואלפנט, 2009).

טיפול במוסיקה מאפשר לילדות עם תסמונת רט אפשרות לתקשר ולהביע את רגשותיהן באמצעות המוסיקה. האלתור הקליני (מוסיקאלי) ושירים מאולתרים ומולחנים מסייעים ליצור תקשורת לא-מילולית אל רגשותיה ומחשבותיה של הילדה ובכך מאפשרת לה הזדמנות להביע רגשות בעזרת הצלילים והמילים – חוויה המקדמת גם את יכולות התקשורת והלמידה. על פי הידע הקיים היום אודות השימוש בטיפול במוסיקה עם ילדות עם תסמונת רט, נראה כי הטיפול יכול לתרום במספר תחומים חשובים: מתן ערוצי תקשורת והבעה רגשית, השמעה והבעה קולית, הרגעת הילדה, שיפור התפקוד הידני והפחתת תנועות הידיים הסטראוטיפיות, למידה ובחירת שירים ומוסיקה בכלל, פיתוח כושר ריכוז, קשר עין, ועוד.

הקשר הנוצר בין המטפלת לילדה הוא הבסיס להצלחת הטיפול. מומלץ לבנות את הקשר באופן הדרגתי ולהראות לילדה שהמטפלת אכן מבינה ומאמינה ביכולתה. עם התחזקות הקשר גדלה מעורבותה של הילדה, והחופש בתוך המפגשים יתרחב ויהיה בו המון סיפוק ותוכן רגשי.

בעזרת המוסיקה יכולות הילדות לבטא את רגשותיהם וצורכיהן. לפעמים הן מראות תחושות של כיף והנאה. לעתים הן מהורהרות ואף עצובות. חשוב מאד לתת להן להביע את מכלול הרגשות, לדבר אתן באמצעות שיקופים מוסיקאליים ולשאול אותן על תחושותיהן. האפשרות לבטא את הרגשות משחררת ומעצימה את המוטיבציה שלהן ללמוד. ומכיוון שמוטיבציה היא גורם מרכזי ביותר בלמידה, יכול הטיפול במוסיקה לסלול דרך חשובה להתפתחות ולמידה.

קיימות הזדמנויות רבות "להצליח" באמצעות המוסיקה, וברור כי כל הצלחה יוצרת רצון לאתגרים חדשים ולהמשיך לצמוח. המוסיקה גורמת סיפוק רגשי רב, ולכן לדוגמא כאשר ילדה בוחרת בשיר מסוים, והשיר מושמע מיד, יש בכך סיפוק רב ומשמעותי עבורה.

הקניית מיומנויות תקשורת היא חיונית ביותר לילדות עם תסמונת רט, אך חשוב מאוד שהתכנים יהיו רלוונטיים למצבן הרגשי ולסביבתן היומיומית. מכיוון שלמוסיקה יש משמעות רבה עבורן, יכולים השירים או האלתור לשמש כקרקע פורייה ליצירת תקשורת. הן מגיבות בצורה חיובית ביותר לשירים מולחנים וקטעים מוסיקאליים שנוצרות בתוך הטיפול. כמו כן, הבנות נהנות לנגן בכלי נגינה שונים כגון: תוף מרים, תוף אוקיאנוס, פעמוני רוח, פסנתר וגיטרה. חשוב שכלי הנגינה לא יהיו מאתגרים כדי שהילדה תוכל להפיק מהם צלילים ולקבל תגובה מיידית. כמו כן, חשוב לזכור שזמן התגובה בתחילת התהליך הוא איטי, ויש מטפלים שמתייאשים וחושבים שהילדה לא מבינה או לא מעוניינת בפעילות המוסיקלית. עם כל התנסות והצלחה, זמן התגובה של הילדה הולך ומתקצר ועל המטפל להביע לילדה שאכן הוא מחכה לה עד שתגיב.

לכל ילדה עם תסמונת רט יש העדפות מוסיקליות אינדיבידואליות. בירור העדפות אלה הוא צעד ראשון בדרך ליצירת קשר ומוטיבציה שתעודד את שיתוף הפעולה שלה. אף על פי שהילדות עשויות להחזיק בהעדפה מסוימת לאורך זמן, ההעדפות עשויות גם להשתנות. יש להביא בחשבון את הגיל והרקע התרבותי של כל ילדה כאשר בוחרים עבורה את המוסיקה המתאימה ביותר.

למידע נוסף ניתן ליצור קשר עם:

דר' כוכבית אלפנט,
מטפלת במוסיקה

Celefant@univ.haifa.ac.il