

אוניברסיטת בר-אילן

CoPE with Music

**פיתוח ובחינה של מודל בטיפול במוזיקה לדיאדת אם ופג
לאחר השחרור מהפגייה**

גלית קלדרון-נוי

עבודה זו מוגשת כחלק מהדרישות לשם קבלת תואר מוסמך
במחלקה לתרפיה במוזיקה של אוניברסיטת בר אילן

2019

רמת גן

תקציר

רקע: חווית הלידה המוקדמת משפיעה בצורה עמוקה על האם ותינוקה הפג. מרגע ההבנה שעומדת להתרחש לידה מוקדמת, דרך הלידה עצמה ועד השחרור מהפגייה, האימהות חוות תחושה אותה הן מתארות כרכבת הרים מסחררת. במהלך כל התקופה מלוות את האימהות תחושות וקונפליקטים שונים, אשר לא תמיד מקבלים התייחסות ומענה נוכח מצבו הקריטי והמאמץ ההישרדותי של התינוק. תרפיה במוזיקה הוכחה מחקרית כמענה טיפולי יעיל באימהות ופגים. עם זאת, עד עתה רוב תשומת הלב הקלינית והמחקרית הופנתה ליתרונות התרפיה במוזיקה במסגרת האשפוז בפגייה, וקיים חוסר בחומר מחקרי המתייחס לאפשרויות שהתרפיה במוזיקה יכולה להציע לאחר שהדיאדה השתחררה מבית החולים.

מטרת המחקר: בחינת השימוש במודל לטיפול במוזיקה דיאדי המיועד לאימהות ופגים לאחר השחרור מהפגייה, תוך התמקדות בבחינת השפעתו של הטיפול על תהליכי ההתקשרות בין האם לתינוק, השפעתו על תחושת המסוגלות ההורית של האם ויכולתה למתן רגשות שליליים אצל האם.

שיטה: שיטת המחקר שנבחרה הייתה איכותנית בגישה הפנומנולוגית, המתאימה למחקר חלוצי המבוסס על הבנת החוויה מנקודת מבטן של האימהות, בעיקר כאשר הנושא מורכב ורב מימדי. המחקר התמקד בשתי דיאדות, אם ותינוקה הפג, עד שנה לאחר השחרור מהפגייה. האימהות נרשמו מרצונן לקבל 8 מפגשים שבועיים של תרפיה במוזיקה. המפגשים הראשונים והאחרונים תוכננו כראיונות עומק חצי מובנים. כל מהלך הטיפול הוקלט באודיו ותומלל למטרת ניתוח. ניתוח החומרים כלל תיאור מפורט של המקרים משובץ בדוגמאות צליליות (שירה של האם או המטפלת, המהום של התינוק וכד') ולאחר מכן זיהוי קטגוריות של משמעות.

תוצאות: תוצאות המחקר מאששות שתרפיה במוזיקה אכן יכולה להעניק לאם, לתינוק ולדיאדה טיפול שמתאים לצרכים הרגשיים והתפקודיים שלהם לאחר השחרור וההגעה הביתה. התוצאות מתייחסות לנקודת המוצא הרגשית עמה הגיעו האימהות לטיפול, הדומה לזו שנמצאה במחקרים קודמים. נקודת מוצא רגשית זו כוללת בין היתר חרדה, תחושת חוסר מסוגלות, תחושת כישלון, ניתוק רגשי, אשמה וחוסר וודאות. התוצאות הראו את התועלות הרבות שהביא הטיפול לאימהות נוכח מצבן הרגשי המורכב. התועלות הבולטות שעלו סווגו לתמות של תחושות וקונפליקטים - כלפי התינוק, כלפי עצמן וכלפי הסביבה. כאן ניתן היה לראות שיפור בחיבור הרגשי אל התינוק, תוך הפחתה בתחושות האשמה כלפי התינוק וקבלת קיומם של קונפליקטים במפגש עימו. כלפי עצמן, האימהות דיווחו על תחושות חיוביות תוך אינטגרציה בין הגוף לנפש ותחושת ודאות

ושליטה. הן גם דיווחו על עלייה משמעותית בתחושת המסוגלות האימהית. מול הסביבה, האימהות דיווחו על תחושות של קבלה, סובלנות ועלייה ביכולת השליטה על קיומם של קונפליקטים. ביחס לתינוקות התועלות הבולטות באו לידי ביטוי בקבלת מענה לוויסות רגשי, בעלייה ברגיעה ובביטחון (כתוצאה מהתיווך של עולמם), בהתפתחות מיומנויות קוגניטיביות ובשיפור ברווחתם (well being). התועלות בקשר בין האם והתינוק הראו קשר מעמיק יותר בין האימהות לתינוקן תוך זיהוי שפת הגוף והבנת צרכיהם והרגעתם של התינוקות, יצירת שפה משותפת ויחודית להם והנאה מאינטראקציות משותפות.

התהליך הטיפולי התגבש לכדי שלושה סוגי התערבויות עיקריים, המיועדים ל-3 "צרכנים" - האם, התינוק, הדיאדה. הסוג הראשון של ההתערבויות התאפיין בעבודה וורבאלית, בוצע ע"י המטפלת מול האם, ומטרתו היא הן הכלה של האם והן עיבוד חוויית הלידה, השהות בפניה והתחושות שלאחר השחרור. הסוג השני של ההתערבויות התאפיין בעבודה מוזיקלית, בוצע ע"י המטפלת מול התינוק, ומטרתו היא ללמד את האם להתחבר לשפה הצלילית של התינוק באמצעות מודלינג. הסוג השלישי של ההתערבויות התאפיין בשילוב של עבודה וורבלית ומוזיקלית, ומבוצע ע"י האם מול תינוקה, כאשר המטפלת צופה מהצד ומכוונת. מטרת התערבות זאת היא לאפשר מפגש בין האם לתינוק ויצירת שפה מוזיקלית אינטגרטיבית ויחודית להם, ולבסוף לעבד את המפגש המוזיקלי ביניהם. החלוקה לסוגי התערבויות אלו נועדה לתת לכל אחד מה"צרכנים" את המענה התקשורתי הרגשי שלו, ובמקביל לתווך בין האם לתינוק, על מנת שיוכלו ליצור שפה תקשורתית משותפת ויחודית להם.

מתוך ניסיון קליני קודם יחד עם העבודה המחקרית, התגבשה ההבנה כי הבסיס למערכת היחסים בין האם והתינוק טמון במושג שקראתי לו מסוגלות הורית תקשורתית – Communicative Parental Efficacy (CoPE). המשמעות של מושג זה היא היכולת של ההורה לתקשר עם התינוק, ולא פחות חשוב האמונה של ההורה ביכולתו ליצור תקשורת שכזאת. במחקר זה המוזיקה משמשת כשפה המחברת בקשר הדיאדי אם-תינוק, ומכאן התהווה מודל טיפולי ייחודי בתרפיה במוזיקה לאוכלוסייה הספציפית הזו בפרק הזמן הזה – CoPE with Music. הייחודיות של מודל זה היא בשילוב של העבודה הוורבלית עם האם יחד עם השימוש במוזיקה ככלי תקשורתי ורגשי, לחיזוק הקשר הדיאדי בשלב העדין שלאחר השחרור מהפגייה.

מסקנות: תוצאות מחקר הפיילוט מחזקות את ההנחה שתרפיה במוזיקה יכולה להוות כלי טיפולי משמעותי עבור אימהות ופגים לאחר השחרור מהפגייה. מודל CoPE with Music, שפותח

במהלך המחקר, מהווה מודל ייעודי חלוצי בתרפיה במוזיקה למתן מענה לאימהות ולפגים לאחר השחרור מהפגייה, ופותח צוהר להבנת עולמן של האימהות ולצורכיהן הרגשיים וההתקשורתיים עם תינוקותיהן בתקופה זו. מכיוון שהמחקר הוא ראשוני, מומלץ לבצע מחקר מקיף יותר שבו ייושם המודל על מספר רב יותר של דיאדות. לאחר שיתוקף במחקר כזה, ניתן יהיה ליישם את מודל CoPE with Music באופן שיטתי ונרחב.

סיכום: מחקר זה תורם תרומה נוספת להגברת המודעות לחשיבותה של התרפיה במוזיקה כתומכת באימהות, בתינוקות ובדיאדה, ומפנה זרקור אל פרק זמן בחיי אימהות ופגים שאינו זוכה למענה מספק נכון להיום. שימוש במודל CoPE with Music כחלק מהמערך הטיפולי במסגרות קהילתיות לאחר שחרורם של האימהות ותינוקותיהן לביתם יכול לשפר משמעותית את רווחתם ואת הקשר ביניהם.