

gaga

1 הגוף החי - מהגאגא אל הקליניקה הטיפולית סילבוס הקורס

1. THE SKIN -

אסתר ביק (Esther Bick) טבעה את מושג "העור הפסיכי" (psychic skin) בשנות השישים, תוך עבודתה עם תינוקות ומטופלים עם חרדות מוקדמות קשות, שחווית האני שלהם איננה מגובשת והם חשים שעורם אינו אוסף אותם - והם מתפוררים או מתפזרים. כדי להתמודד עם חרדה זו, הנפש מפתחת פונקציה של עור פנימי, שמחזיק את החלקים הפנימיים של העצמי, בדומה לעור הגופני המכיל את האיברים הפנימיים.

דידיה אנזיה (Didier Anzieu) פיתח באמצע שנות השמונים את המושג "אני-עור" (Moi-peau) כמטאפורה למבנה הנפשי הראשוני של האדם. העור מגלם את הגבול בין הפנים לחוץ, והוא מכיל את התחושות והחוויות הראשוניות של התינוק.

אלסנדרה למה (Alessandra Lemma) רואה בעור שטח שבו נכתבות חוויות פנימיות, טראומות מוקדמות, גבולות ושאלות לגבי זהות. אנשים עשויים להשתמש בשינויים גופניים (קעקועים, פירסינגים, ניתוחים, צלקות, פציעה עצמית) כדרך של התמודדות, שליטה או כשיקוף של חוויות אלו. למה מבקשת ליצור שפה גופנפשית, שבה המטפל והמטופל קוראים יחד את הטקסט הגופני של המטופל, ומתרגמים חלקים ממנו לחוויה נפשית מודעת.

שפת הגאגא מחברת את העור לכל מה שקורה בחוץ ולאופן שבו אנו חווים את העולם - דרך קולטני החישה בעור, יחסים של קרבה ומרחק, טמפרטורה, מגע, כאב. העור משמש לא רק כמקור אינפורמציה או כגבול בין הפנים לחוץ, אלא כמרחב שמתעצב ומוזן דרך תקשורת עם העולם. נתרגל את הפונקציות השונות של העור הלכה למעשה.

רפרנס:

- Bick, E. (1968). The experience of the skin in early object-relations. *International Journal of Psychoanalysis*, 49, 484-486.
- Anzieu, D. (1985). *The Skin Ego* (C. Turner, Trans.). New Haven: Yale University Press.
- Lemma, A. (2010). *Under the Skin: A Psychoanalytic Study of Body Modification*. London: Routledge.

¹ הגוף החי הופיע לראשונה אצל אדמונד הוסרל, מייסד הפנומנולוגיה. מרלו פונטי מפתח את המושג מתיאור פנומנולוגי ליסוד אונתולוגי רחב- האופן שבו אנו קיימים בעולם. בקורס נתייחס לאופן שבו מרלו פונטי כותב וחווה את הגוף החי ולאופן שבו שפת הגאגא מתייחסת אליו.

2. THE FLESH –

בתוך המחקר הגאגאי, נחקר את הטווח של הבשר – למשל טקסטורות של סמיכות ורכות. נעסוק ביכולת לשנות מרקמים גופניים. הבשר ישמש אותנו כחומר אבל גם כחלק מבשרו של העולם. נחבר בין התאוריה הפילוסופית המאוחרת של מרלו-פונטי למושג הבשר בעולמות הגוף ושפת הגאגא.

רפרנס:

- Merleau-Ponty, M. (1962). *Phenomenology of Perception*.
 - Merleau-Ponty, M. (1968). *The Visible and the Invisible*.
 - Ogden, T. H. (1994). *The Analytic Third*.
 - Stone, M. (2006). *The Analyst's Body as Tuning Fork*.
-

3. SENSATION –

התודעה איננה נובעת רק מהמחשבה או מהתפיסה, אלא שהיא תוצאה ישירה של תנועה. אנו לא רק חושבים או תופסים את העולם – אלא חיים אותו דרך תנועה.

נתרגל את ההוויה התנועתית, נגביר את הווליום של החושים ונחווה את הגוף כקלט חושי הקולט ופולט אנפורמציה.

נתרגל אופנים שונים בהם ניתן לשכלל את הקלט החושי של המטפל ושל המטופל בתוך השעה הטיפולית – כדי להגביר את היכולת לחוש ולהרגיש. נבקש לחשוף ולזהות אזורי פליאה וחיות כאפשרות לחיות חיים עמוקים ומלאים יותר.

רפרנס:

- Merleau-Ponty, M. (1962). *Phenomenology of Perception*.
 - Ogden, T. H. (1989). *The Primitive Edge of Experience*.
 - Sheets-Johnstone, M. (1999). *The Primacy of Movement*.
-

4. HABITS –

נעסוק בחקירה של דפוסים גופניים גופנית וירושות גופניות דרך תרגול גאגא. נתרגל את הכוח של מחוות קטנות לשנות את הסובייקט ואת המרחב. נעבור דרך עבודת פרקודקסים וכאוס גופני. שפת הגאגא מציעה לא להיפטר בהכרח מדפוסים ישנים – אלא לסגל כל הזמן דפוסים חדשים. התרגול הגאגא, אם כן, יכוון לרכישה אינסופית ומתמדת של דפוסים חדשים.

רפרנס:

- Laban, R. (1980). *The Mastery of Movement* (4th ed.). Macdonald & Evans.
- Cohen, B. B. (1993). *Sensing, Feeling and Action: The Experiential Anatomy of Body-Mind Centering*. Contact Editions.
- Pinkas-Samet, S. (2016). *Other People's Movements: Between Somatic Transference and Somatic Inquiry*. *Sihot: Israeli Journal of Psychotherapy*, 30(4), 296–304.

5. MOVEMENT –

המונח "מנועים" (Engines), כפי שמופיע בשפת הגאגא של אוהד נהרין, מתייחס לדימויים גופניים פנימיים שמזינים את התנועה מתוך הקשבה, לא כחיקוי חיצוני. נעסוק בריבוי מנועים, ניידותם, ובחיבור בין רגש, דימוי ותנועה.

איכות התנועה קשורה לאיחוד המשולש של הכוחות המניעים את התנועה ואת החיים לפי שפת הגאגא. ככל שיש יותר מנועים – כך גדלה האפשרות לחולל שינוי גופנפשי.

רפרנס:

- Naharin, O. (מסמכים וראיונות שלא פורסמו).
- Katan-Schmid, E. (2016). *Embodied Philosophy in Dance: Gaga and Ohad Naharin's Movement Research*. Palgrave Macmillan.
- Chaiklin, S., & Wengrower, H. (Eds.). (2009). *The Art and Science of Dance/Movement Therapy: Life is Dance*. Routledge.

6. GAGA ATMOSPHERE -

המושג *אטמוספירת גאגא* נטבע לראשונה במאמרה של פנקס־סמט ובשיתוף עם סער ההרי (2025), והוא מציין מרחב גופני־חוויתי־משחקי שבו מתהווה שדה בין־אישי ייחודי. מרחב זה נוצר מתוך הקשבה סומטית של המורה הגאגאי אל גופו, ומתוך היכולת להעביר את חוויית גופו הספציפית – התחושתית, הרגשית והדמיונית – אל הקבוצה המתרגלת.

במרחב זה נולדת איכות של הדבקה גופנית ורגשית, המתרחשת דרך מירורינג, דמיון חושי ונוכחות משותפת שמתפתחת בין גופים בתנועה. המורה מחולל, משפיע ומושפע – בתוך שדה תנועתי שמשמש גם מרחב מעבר במובנו הוויניקוטיאני: מקום שבו עשויה להיווצר סובייקטיביות חיה ומשותפת. זהו *מרחב פוטנציאלי* בין־גופי שמתקיים מתוך תנועה, מתוך מוכנות לשהות באי־ידיעה ומתוך הקשבה למה שצץ, עולה ומתעורר בגוף ובחדר.

מושג זה מהדהד גם את רעיונותיו של תומס אוגדן (Ogden, 1994) על *השלישי האנליטי* – אותה ישות ביניים חיה הנוצרת מתוך המפגש הלא־מודע בין המטפל למטופל. באטמוספירת גאגא, השלישי הזה הוא תנועתי, חושי ורגשי, ומתהווה דרך הגוף. שפת הגאגא מאפשרת לנו, מטפלים ומטופלים כאחד, להימצא בתוך מצב חושי־גופני שבו נוכחות, הנאה, הפתעה, פליאה ומשחק – מהווים תנאים להיווצרות. נשהה במרחב זה מתוך גוף חי, עצמי משתנה, ותשומת לב לרמות התקשורת הלא־מילולית – כפתח לעבודה נפשית עמוקה.

רפרנס:

- Winnicott, D. W. (1953). *Transitional Objects and Transitional Phenomena*. *International Journal of Psychoanalysis*, 34, 89–97.
- Ogden, T. H. (1994). *The analytic third: Working with intersubjective clinical facts*. *International Journal of Psycho-Analysis*, 75, 3–19.
- פנקס־סמט, ש. (2025). *אטמוספירת גאגא* [מאמר בהכנה].

דגשים חשובים:

- חלק מהמאמרים יאוגדו לחוברת, במקרה ומדובר בספרים או במאמרים שלא פורסמו עדיין- יצורף תקציר
- תאריכים לשלו
- שלושת מפגשי הזום יינתנו בתחילת הקורס. לכל מפגש זום ייבחר מאמר אחד לקריאה ונדון בו במהלך המפגש
- אין חובה לקרוא את המאמרים מלבד אלו עליהם נדבר במפגשי הזום- אך אלו חומרי בסיס חשובים להבנת הרעיונות עליהם נדבר ונתרגל
- כל החומרים שייכים לד"ר שנער פנקס סמט ולגאגא