

במשך שש שנים עבדתי עם שותפתי ראבעה מורקוס, כוריאוגרפית מכפר יאסיף, על יצירת חיבור בין ערבים ליהודים דרך הריקוד. לאחר שנים של עבודה משותפת וניסיונות רבים למצוא מבנים ומסגרות, שיתמכו במפגשי תנועה ומחול ליהודים וערבים, לבסוף הקמנו קבוצת נוער ערבייהודי רוקד, וקראנו לה "גשרים". הקמת הקבוצה התאפשרה בזכות תמיכתה של שרון אשכנזי, שחיה בליון שבצרפת ופועלת במרכז למחול CEN שם. שרון הקימה קבוצת נוער של מהגרים, ויחד עם קבוצת "גשרים" נוצרו חילופי משלחות והופעות משותפות בארץ ובצרפת. הקבוצה ממשיכה לפעול בשלוש השנים האחרונות בצפון הארץ.

הידע והניסיון שרכשתי במהלך עבודתי עם קהלים מגוונים הובילו לניהול הפרויקט הנוכחי. הונעתי מתוך אמונה ברורה בפוטנציאל הגלום בהנגשת הריקוד לפרויקט, לקהילות שאינן נחשפות כלל לתכנים כאלה. הבנתי את התרומה עבור תושבי הקהילות הללו מפעילות כזו, כמו גם ליוצרים שיבחרו להגיע לפרויקט. גם להם יש דרך לעבור וללמוד כיצורים, כמורים וכאנשים שבוחרים להיות מעורבים בחברה. זהו תהליך שיש בו חיפוש ואתגר, עליהם למצוא את הדרך לחבר בין הידע של עולם המחול והתנועה לקהילה, בה הם בוחרים, ככלי שיוצר גשרים רבים בין כל אחד לעצמו, ובינינו כחברה.

### איך זה עובד? שלבי הגשת המועמדות לפרויקט

בשלב הראשון בפרויקט, על היוצרים לבחור קהילה בפרויקט שאינה מסוגלת לשלם תמורת השיעורים וללמוד להכירה, את צרכיה ואת האתגרים שהיא מתמודדת איתם. עליהם להבין מי הם אנשי המפתח המובילים, היכן מקומות המפגש המרכזיים, וכן להכיר מקרוב את אורח החיים של הקהילה. מתוך החקירה הזו היוצרים בונים תוכנית שנתית, המבוססת על שיעורי המחול/ התנועה. התוכנית כוללת שיעורים קבועים עם קבוצות מסוימות מתוך הקהילה, לצד פעילות עם מעגלים נרחבים יותר בה. בשלב האחרון, לפני ההגשה, מחפשים היוצרים שותף או שותפים לעבודה בקהילה, שיכולים לספק סטודיו או חלל ראוי לעבודה, יחד עם חיבור לקהילה. שותפים אלה יכולים להיות מנהלי המתנים, מנהלי בתי ספר, ראשי עמותות ועוד, שהיוצרים

זו השנה הרביעית שאני מלווה את פרויקט ריקוד/רקדנית בקהילה מטעם משרד התרבות. בכל שנה נבחרים כעשרה יוצרים, כוריאוגרפים ויוצרי תנועה ומחול מקצועיים בעלי ניסיון בהוראה, במטרה ליוזם פעילות מחולית קהילתית עבור קהילות בפרויקט שאינן מסוגלות לשלם על שיעורי מחול. מטרת המלגה לאפשר ליוצרים לקיים שיעורים קבועים לאוכלוסייה שהם בחרו, לצד פעילות מחולית קהילתית רחבה, שמאפשרת לקהל להכיר את עולם המחול והתנועה באופנים נוספים.

את הפרויקט יזמה קרן כרמל, ראש מנהל התרבות במשרד התרבות. במהלך ארבע השנים האחרונות הנהנים מהפרויקט כ-1500 אנשים וילדים, במקומות רבים בארץ, ביניהם באר שבע, חדרה, אשדוד, ערד, בית שמש, ירושלים, לוד, נתניה, רמלה, ערערה, אום אל פחם, צפת, מטה אשר, דימונה והערבה. צמד המילים שעולה בי ביחס לפרויקט הוא 'מורכבות מופלאה', הכוללת רגעי חסד רבים עבור היוצרים והתלמידים, לצד אתגרים ורגעים של קושי ותסכול.

### החיבור האישי שלי לריקוד ולקהילה

לאורך השנים, בהן אני מלווה את היוצרים, כמו גם בעבודתי לאורך עשרים שנות הוראה לאוכלוסיות שונות בארץ עם קהלים מגוונים, עלו בי שאלות שחזרו שוב ושוב: "מהי הדרך שביכולתי לאפשר לקהל חדש להכיר את עולם המחול והתנועה?", "מה נדרש ממני, כמורה, לשנות, לפרק או לפשט, על מנת שאוכל לחבר אנשים נוספים אל העולם המופלא הזה של התנועה והמחול, שהוא כל חי?", "מהם התנאים שאמורים להתקיים סביבי על מנת לאפשר למפגש כזה לקרות?"

התחלתי את צעדי בעולם המחול והתנועה רק בגיל 21, כשהתקבלתי לאקדמיה למוזיקה ומחול בירושלים, בלי שקודם לכן הייתי רקדנית מקצועית. עובדה זו הפכה למצפון, שמוביל אותי בעשייה מאז ועד היום. אני זוכרת היטב את הרגעים הראשונים באקדמיה - את עצמי עומדת לראשונה בסטודיו, אי שם בקומה התחתונה במבנה האפור של האקדמיה למחול, מביטה במראה ואומרת לעצמי שאני אכן רוקדת, מגשימה את החלום שלי, אותו חלום שזנחתי אי שם בגיל שש, לאחר שיעור בלט

# רקדן/ רקדנית בקהילה - מחול מחולל שינוי

## אילנית תדמור

חותמים איתם על חוזה שותפות. יוצרים, שמגיעים לפרויקט ויכולים לענות בכנות על השאלה, "למה בחרתם את הקהילה הזו?", יצליחו לאורך השנה. על היוצרים למצוא דרכים להתגבר על המכשולים והאתגרים הרבים שעולים ולמצוא דרך למימוש הפרויקט. אבל כששאלת "למה" נוכחת חזק בלב היוצרים, וכשיש הבנה של מהות הפרויקט, אז הדרכים למימוש המהות יכולות להיות מגוונות ואפילו שונות מהתוכנית המקורית. כבר מאופן כתיבת ההגשה ניתן לחוש איזה חיבור יש ליוצרים עם הקהילה. מעניין לקרוא את הגשות המועמדות ולחוש מי אלה שיש להם רצון אמיתי לתרום, אך הם כותבים את התוכנית בלי להכיר באמת את הקהילה, לעומת יוצרים שמכירים את הקהילות ומבינים את צרכיהן.

### מהי פעילות מחולית קהילתית?

אחת ממטרות הפרויקט היא חיבור היוצרים למעגלים נוספים בקהילה, לכן עליהם ולהפיק פעילות קהילתית סביב השיעורים. כשהצטרפתי לניהול הפרויקט, החלטנו שאנחנו לא מכתבים מראש ליוצרים איזו פעילות עליהם לעשות, מתוך הבנה שלכל קהילה יהיו צרכים שונים ולכל אחד תהיה תפיסה שונה לגבי הדרך הנכונה עבורם

בודד, בו הרגשתי "שזה לא ריקוד עבורי", וכמו רבים, השארתי את הריקוד לאחרים, לרקדנים מקצועיים. בילדותי, כשצפיתי בהופעות מחול, יכולתי להרגיש את הלב שלי מתכווץ, כיוון שהבנתי שלא נועדתי לעולם הזה, עולם הריקוד. בגיל 21 הגשתי את החלום שזנחתי, ורקדתי, והבנתי שזה אכן מקומי בעולם. חווית האושר הייתה עצומה. מחוויה זו הבנתי והחלטתי שחלק גדול מהעשייה שלי תמיד יהיה מוקדש להוראה של קהלים, שמעולם לא רקדו קודם, וכך היה. לאורך השנים עבדתי עם אנשים בוגרים, כאלה שלא יהיו רקדנים מקצועיים דווקא, אלא יהפכו את התנועה ואת הריקוד לחלק משמעותי בחייהם. הטכניקה, שאפשרה לי לעשות זאת בדרך הטובה ביותר, היא האימפרוביזציה בתנועה, שפיתחתי לאורך השנים, אשר מקדמת את הרוקדים בכמה מישורים: ברמות פיזיות, מנטליות ורגשיות. האימפרוביזציה בתנועה מאפשרת שחרור תבניות חשיבה מגבילות ומובילה להרחבת התודעה לאפשרויות חדשות. ככל שהשנים עברו מצאתי את עצמי כל הזמן מפרקת לגורמים קטנים יותר את עולם התנועה והמחול ובונה מבנים, תרגילים ותוכניות רבות, שמפרקות ידע מורכב לתרגילים פשוטים, המיועדים לכל אחד ואחת. מטרתו תמיד הייתה לפרק בלי להשטיח את עומק הידע, למצוא את הדרך לחבר את כל מי שהגיע לסטודיו לתקשורת, ראשית עם עצמו, לאחר מכן עם שותפים/ בני זוג, עם קבוצה ועם סביבה.



להקת Dance for Life בנייהולה של חננאל דיסקין. *יהלום שחור* מאת קרן אור שרעבי | Dance for Life dace troupe directed by Hananel Diskin. *Black Diamond* by Keren Or Sharabi

עבורה היה ברור מאוד. היא הכירה את חורה כשעבדה שם עם עמותת נשים, וכן דוברת ערבית, והרצון לחבר בין המעורבות החברתית שלה בחורה, עם היותה אמנית מחול ותנועה, היה בליבה לאורך זמן.

עם זאת, המהלך שאורלי עברה עד יצירת מודל שיכול להתקיים לאורך שנים בבית ספר אלופא היה רצוף אתגרים. כל צוות בית הספר, מהמנהל, הרכזות, הצוות הפרא-רפואי, המורים והמורות וכמובן התלמידים התפתח רק בזכות חיפוש בלתי מתפשר למצוא את הדרכים למימוש הפרויקט, והכיר את עולמות התנועה והמחול. כאורלי הגישה את מועמדותה למלגה, בית הספר אלופא כלל לא היה רשום בתוכנית. לאורלי היה איש קשר בחורה שחתם על השותפות בפרויקט והיה אמור לקשר אותה לכמה קבוצות של נערות ונשים ביישוב. אך עם קבלת התשובה החיובית ממשרד התרבות, אורלי הבינה שאותו איש קשר קיבל תפקיד בעיר אחרת ובמקומו הגיע איש אחר כדי לאייש את התפקיד.

כך אורלי מצאה את עצמה בתחילת השנה הראשונה שלה עם תוכניות גדולות ורצון רב, אבל ללא איש קשר וללא כל קבוצה שאפשר להתחיל ללמד בה. כיומית ומפיקה, אורלי פנתה לכל מי שרק יכלה: ממחלקת הרווחה במועצה, מנהלי מוסדות שונים, ארגוני נשים, מנהלי מתניס, והפעילה כל קשר שרק הכירה על מנת למצוא אנשים שיכולו להיות שותפים שלה. היא התקשרה לכולם, הסבירה על הפרויקט והציעה פגישה. עם האנשים שהצליחה להיפגש ואיתם החלה את העשייה, שהתפתחה במהלך השנה. אחד האנשים שנענו לה היה מנהל בית הספר אלופא.

#### מהלך העבודה בבית הספר אלופא

בשנה הראשונה נפגשתי עם אורלי באופן קבוע רק עם צוות המורות של הילדים. היא כללה בשיעורים כמה טכניקות תנועה ומחול, על מנת לקרב את הנשים לעולם המחול, שהיה זר להן. כך, למשל, החלה את השיעורים עם חימום עדין מעולם היוגה,

להכיר בקהל שלהם את עולם המחול. לכן הגדרנו את מטרות הפעילות והשארנו חופש פעולה למצוא את הדרכים לממש אותן.

**מטרה ראשונה - לחשוף את התלמידים לתחומים הקשורים לעולם המחול:** לדוגמה הליכה משותפת להופעה, מפגש עם אמן אורח בסטודיו, מפגשים עם תלמידים מסטודיו אחר, צפייה משותפת ביצירות מחול, הרצאה על אנטומיה, למידה על אורח חיים בריא ועוד. כל הפעילויות האלה חושפות בפני התלמידים את עולם המחול על כל גווניו.

**מטרה שנייה - להגיע למעגלים נרחבים נוספים בקהילה שאינם מגיעים לשיעורים הקבועים:** לדוגמה אם היוצרים מלמדים ילדות, ביכולתם לערוך, פעם בכמה זמן, מפגש תנועה משותף להורים ולילדים, אם היוצרים עובדים עם אנשים בעלי מוגבלויות, ביכולתם ליצור מפגש העשרה עם הצוות המקצועי שעובד איתם אחת לכמה חודשים.

**מטרה שלישית - התערות של היוצרים בקהילה:** היוצרים יכולים להצטרף לאירועים שהקהילה עורכת ולהציע פעילויות נוספות. לדוגמה שיעור פתוח לקהל הרחב, הרצאה או הופעה שלהם. היוצרים גם יכולים להצטרף לאירועים לציון חגים, לימים מיוחדים, כמו יום האישה, יום המשפחה, או כל טקס משמעותי שנערך בקהילה. מאחר שכל פרויקט שיוצר מוביל שונה מפרויקטים אחרים, אשתף בכמה סיפורים מהשטח.

#### סיפורים מהשטח - פרויקט 'רקדן בקהילה' ביישוב חורה היוצרת: אורלי אלמי, שנה שלישית

אורלי עובדת זו השנה השלישית ביישוב חורה בנגב, באלופא, בית ספר אזורי לילדים על הספקטרום האוטוטיסטי. אורלי יצרה מודל עבודה שנוגע בכל מעגלי בית הספר וגורם למהפכה ביחס לתנועה, לריקוד ולנוף. אורלי הגיעה לפרויקט עם ניסיון, שצברה כמורה ופעילה חברתית, לכן כשהגישה את המועמדות למלגה, ה"למרה"

שרוב הילדים נמצאים על הספקטרום האוטיסטי אינם יוזמים קשר עין ומגע ואינם זוכים לרקוד בחוגים ובכלל, הבינו כל השותפים לעשייה שבזכות השיעורים החלו חלק מהם לבקש זמן לרקוד בבוקר וליזום חיבוק עם המורות. גם המורות יוזמות הזמנות לחיבוק לילדים המעוניינים בכך.

השנה השלישית מוקדשת להתמקדות בחיזוק המודל דרך המשך למידה עם הילדים והמשך עבודה עם מורות נוספות, במטרה לשלב עוד מאפיינים תנועתיים להתנהלות היומיומית עמם בבית הספר. אורלי כותבת ומתעדת את המודל, כך שהוא ימשיך להתקיים גם בסיום הפרויקט, ואולי אף להעתיקו לבתי ספר ומסגרות נוספות.

### פידבק מאנשי הטיפול והצוות

באחד הביקורים שלי הצטרפתי למפגש הדו שבועי עם צוות המורות, שסיפרו כי כל התפיסה שלהן בנוגע לדרך המפגש עם הילדים השתנתה בעקבות ההדרכות עם אורלי. חברות הצוות הפרא-רפואי הדגישו כי הן הבינו עד כמה משחק יכול להיות מקום למידה ועשייה משותפת. אין צורך להכריח את הילד לעשות תרגילים מאתגרים. באמצעות המשחק והצחוק נוצר חיבור בין תרגילים לילדים, וזהו המעבר ממושג 'עבודה' לתפיסה של חווית למידה מהנה. הן דיברו על כלים ומושגים רבים שנוספו לעבודתן עם הילדים בכיתה, אבל התרגשתי בעיקר לשמוע אותן משתפות בשינוי שעברו עם עצמן. "היכולת שלי לעצום לרגע עיניים ולהקשיב לנוף שלי היא מתנה גדולה לחיי", שיתפה אחת המורות. אחרת אמרה עד כמה התנועה הפכה לחלק מחייה, וכמה אנרגיה ורובד נוסף של תקשורת זה מאפשר לה עם עצמה, לא רק במסגרת העבודה בבית הספר, אלא גם בתקשורת בבית עם המשפחה. כולן דיברו על האיכויות שהן קיבלו כנשים, אימהות ומורות. אין ספק שאותן נשים עברו תהליך אמיתי שישאר אתן לאורך כל חייהן.

מנהל בית הספר, שהפך לשותף נלהב, כלל בתכנון מבנה בית הספר החדש סטודיו למחול. יש לציין שעד היום אין חלל ראוי לעבודת תנועה וריקוד בכל היישוב. היכולת של אורלי להפוך לחלק מהצוות מהווה הישג לא פחות מרשים מהאהבה שהיא מקבלת מכל הילדים שרצים אליה, כדי שתחבקם בתחילת השיעור.

### רגעים של חסד

כפי שציניתי בתחילת המאמר, העבודה לאורך השנה מלאה באתגרים לצד רגעי חסד. בכל שנה אני מלווה את אורלי וצופה בשיעורים. באחת הכיתות, בהן אורלי לימדה, היה ילד בן שבע שלא תקשר במילים, ולמרות נוכחותן של שלוש נשות הצוות עם אורלי, אף אחת לא הצליחה לחברו למהלך השיעורים. הילד תמיד נכח בשיעורים, לא הפריע אבל גם לא השתתף.

חלפה שנה מאז ביקורי בכיתה זו. בשנה לאחר מכן, כשהגעתי לצפות שוב באותה כיתה, נפעמתי לראות כיצד אורלי, בשיתוף עם הצוות, מצאה דרך לשתף את הילד בשיעורים. הן מזמינות את הילד להשתתף אתן בשיעור באמצעות מנג, לדוגמה השיעור מתחיל בישיבה ובתרגילי ידיים. אחת המורות יושבת כשהילד יושב על ברכיה, ומניעה יחד אתו את הידיים. כשצפייתי היו מקרים בהם הילד הסכים לשתף פעולה ובמקרים אחרים המשיך לנוע לבד בחדר.

החלק בו כל ילד מוזמן בנפרד לנוע לאורך החדר מזחילה לקפיצה וחיבוק עם אורלי, כששאר הילדים בקבוצה צופים, לרוב מאתגר יותר עבורם. אורלי והצוות לא קראו לאותו ילד, ולפתע הוא בעצמו ניגש לתחילת השורה והתחיל לנוע מזחילה לקפיצה וחיבוק עם אורלי. אותו ילד, שבמשך שנה וחצי כלל לא השתתף בשיעורים, פתאום ביצע תרגיל מורכב לבדו. הוא ניגש אליי ונגע בכפות ידיי, מנע עם חיוך עצום מאוזן לאוזן. הצוות כולו צפה בהתרגשות ברגע המיוחד, ומהאפשרות לחבר ילד שכל הזמן שקוע בעולמו אל הקבוצה. המורות חיבוקו אותו באהבה עם עיניים לחות מדמעות והילד זרח מאושר. רגע של חסד.

### פרויקט "רקדן בקהילה" בדימונה היוצרת: קרן אור שרעבי, שנה שנייה

קרן עובדת זו השנה השנייה במסגרת רקדן/נית עם קהילת העברים בדימונה. גם קרן הגיעה לפרויקט לאחר שנים שבמהלכן לימדה ועבדה במסגרת בית הספר

שהמשיך בתרגילים מטכניקות אימפרוביזציה ופרקטיות סומטיות, לצד למידה של קומביניציות קצרות. התהליך של בניית אמון והתמסרות מצד הנשים דרש זמן, אורלי נדרשה ללמד אותן את אופן הלמידה בסטודיו, מעבר להעברת התוכן של עולם המחול והתנועה. לתלמידות לקח זמן להבין את משמעות התרגול, מלמידה על דרך הכניסה לסטודיו, חשיבות ההתמדה לאורך זמן, ועד היכולת להישאר לאורך זמן בריכוז דרך הגוף. אורלי יצרה בתבונה רבה את התהליך שתאם ליכולותיהן של הנשים יחד עם דרישה הולכת וגוברת ללמידה מעמיקה.

אורלי בחרה לעבוד דרך מאפיינים של אדמה, רוח, מים, אוויר ואש, וזרכם העבירה אנטומיה חווייתית של הגוף, כמו עבודה על שיווי משקל, למידה על עבודת רצפה באלמנט אדמה ושינוי הכיוונים בחלל. בהדרגה ביקש גם צוות הגברים להגיע לשיעור, וכך נוסף שיעור לצוות המורים הגברי בבית הספר.

במקביל לשיעורים אלו, הצטרפה אורלי לעובדת הסוציאלית ולמפגש חודשי שהיא ערכה עם הורי הילדים, בו הציעה תרגול תנועתי קצר, שהתחבר לנושא שבחירה להעביר העובדת הסוציאלית. את החוויה הפיזית ליוותה אורלי בהסברים על מה עומד מאחורי אותם תרגילים, וכיצד התרגול עם הגוף יכול לתת להם כלים כהורים. היא יצרה קשר ברור בין החוויה בשיעור והמשמעות עבורם.

רק בשנה השנייה של אורלי בפרויקט היא החלה לעבוד עם הילדים בבית הספר. הכיתות עמן עבדה נבחרו בעזרת המנהל והמורות. ודאי שהמורה והצוות המלווה היו שותפים מלאים לרצון להכניס שיעורי תנועה לילדים. אורלי שאפה לחיבור ולשותפות עם הצוות, כך שלאורך השיעורים המורות משתתפות ומעורבות באופן פעיל לאורך כל השיעור, לא רק כיוון שזו המחויבות שלהן כמורות אלא מתוך ההבנה לתרומתן עבור הילדים. זהו סוג מעורבות אחר מצד כולן, שיכול להיבנות לאחר שהן בעצמן עברו תהליך של למידה בסטודיו.

אורלי החלה ללמד בשתי כיתות, ויצרה רצף תנועתי שהותאם לצורכי הילדים על הספקטרום האוטיסטי. הרצף הורכב מטכניקות שונות לצד מוזיקה של דיסני בשפה הערבית. אורלי הקדישה זמן ללמידה, משיחות עם מטפלות בתנועה ועד קריאת חומרים, כדי להתאים בין הידע שלה לצורכי הילדים. היא לא החליפה את המחול בשיעורי טיפול בתנועה, אלא תמיד הדגישה את חווית הריקוד, וזה הבדל שחשוב להתייחס אליו. עם זאת, אתגרה את עצמה כמורה, וניסתה למצוא עוד תרגילים ומבנים שיאפשרו לילדים לחוות את המחול בדרך המותאמת להם.

מבנה השיעורים דומה במהותו. השיעורים כוללים חימום במעגל, עבודת רצפה, גלגולים מנוונים, עלייה הדרגתית מהרצפה לעמידה, שקשוקים, קפיצות, משחקי קבוצה ותקשורת. עבודה מיפניה, שבה הילדים עוברים מזחילה ועד עמידה וקפיצה, חזרה על תנועות ומשפטי תנועה, עבודה של היחיד ומפגשים בזוגות, הכוללים מעברים מתנועה קטנה לגדולה, פתוחה וסגורה, כמו גם עבודה עם חפצים. בכל שיעור מתווסף חלק אחד שמשנתנה, על מנת לחשוף את הילדים לשינוי במסגרת קבועה. נוסף לכך, יש שיעורים בהם ילד אחד מראה וכולם צופים. בסיום השיעור עושה אורלי הרפיה ודמיון מודרך בשכיבה בעיניים עצומות לצלילי מוזיקה מרגיעה.

אחת לשבועיים נפגשת אורלי עם צוות המורות וקלינאיות תקשורת. היא משתפת את הצוות בחומרים תאורטיים שמלמדת בשיעורים, לצד הדרכה אישית למורות כיצד להמשיך את העשייה שלה בשיעורים שלהן. המפגש כולל הסבר ופירוק של השיעורים מתוך רצון לתת למורות כלים להעביר בעצמן לפחות חלק מהתרגילים לילדים ולהבין מה תורם כל אחד מהם להתפתחות הפיזית, הרגשית והמנטלית של הילדים.

### יצירת שינוי דרך המחול בכל בית ספר

לאחר שנתיים של פעילות בשתי כיתות, מפגשים עם צוות שלם של מורות וקלינאיות תקשורת, מפגשים עם חלק מההורים וצפייה בשיעורים והסברים על משמעות התרגילים, הצוות בבית הספר 'אלופא' פיתח תפיסה חדשה על עולם המחול והתנועה. כל בית ספר פותח את הבוקר עם ריקוד בוקר, שיצרה אורלי עם הילדים. בכל הכיתות המורות מובילות בעצמן את הריקוד, שכולל רצף תנועתי לצלילי מוזיקה, שקשוק הגוף, מתיחות וחיבוק לכל ילד, כטקס סיום לריקוד הבוקר. בהתייחס לעובדה

מלאה. זו הייתה הפעם הראשונה בחייהם שיצאו מהארץ. כל זאת בזכות מאמציהם של קרן ושל הלהקה מניו-יורק.

עם חזרתם של השניים מניו-יורק, עלה בליבן של קרן ושל קבוצת הנוער הרצון להקים להקה מקצועית של הקהילה. כך החלה השנה השנייה של קרן עם הקמת להקת Dance for Life, שכללה נערים ונערות שנבחרו מכל הפרויקט. המטרה הייתה ליצור יצירה מקצועית טובה שבעזרתה תתחיל הלהקה להופיע בארץ, ובהמשך לגייס תרומות ולמסד את עצמה.

לאורך השנה הופיעה הלהקה בכמה מסגרות באזור הדרום: כוכב יאיר, ערד ודימונה. כל הופעה הובילה להזמנה להופעה נוספת. כעת קרן עובדת על סיום היצירה, לצד עבודה על הכנת תלבושות, פליירים, צילומי וידאו וסטילס של ההופעה.

במקביל לעבודה על המופע, קרן בחרה להכין את הרקדנים בלהקה למבחנים של רקדן מצטיין בצה"ל. ההכנות כללו עבודה אינטנסיבית בסטודיו באחוזה עד שעות מאוחרות ומעקב יומיומי אחר חזרות עצמאיות שלהם על ידי צילומי וידאו בוואטסאפ. נוצר שיתוף פעולה עם דוד דביר, מנהל מגמת המחול בתלמה ילון, לצורך הכנת תלמידים לרקדן מצטיין בצה"ל. העבודה המשותפת הובילה להזמנה בתרומה למופע של תלמה ילון לכל הלהקה, סופי שבוע של סדנאות מחול מודרני אצל נעמי פרלוב בהפקת עוזי ניסים, שיעורי בלט קלסי בתלמה ילון ובמסלול לרקדנים מצטיינים, עבודה משותפת מול ההורים ומעקב צמוד על מצבם הנפשי והפיזי ועד ליווי אישי של קרן אל המבחנים בירושלים. אחד מהשלושה התקבל והוא יוכל להמשיך לרקוד באופן מקצועי בשנה הבאה. זהו אכן הישג גדול.

## מן הפרט בחזרה אל הכלל - מודל יוצר/ת בקהילה אילו איכויות נדרשות מהיוצרים?

לאורך ארבע השנים, בהן אני מלווה את הפרויקט, ומתוך העשייה שלי לאורך השנים, ניסיתי להבין מה גורם ליוצר מסוים להצליח בפרויקט, מהם התנאים שנדרשים סביבו, כמו מהן אותן איכויות שהיוצרים מביאים לפרויקט שמאפשרות להם לגדול בעצמם ולהצמיח אחרים איתם. מתוך השאלה על לי שלוש האיכויות הבאות: גמישות בהוראה, יזמות והפקה ולמידה בלתי פוסקת של הקהילה. הפרויקט מתקדם כאשר היוצרים מסכימים ביניהם שיפעלו בכל שלושת המישורים.

## גמישות בהוראה

כשיוצרים מגיעים ללמד תלמידים, שלרובם זו פגישה ראשונה עם המחול והתנועה, לעיתים הם מופתעים מהצורך להתחיל מהבסיס. הכוונה אינה רק לתוכן השיעורים, אלא גם לבניית הרגלי למידה חדשים, ששונים מכל למידה שהתלמידים מכירים. על מנת ליצור רצף של מחויבות מצד התלמידים להסכים לעבור למידה גם בשלבים קשים, היוצרים חייבים להיות יצירתיים לא רק ברעיונות לתרגילים, אלא גם בדרך בה הם מנגישים את התרגיל לתלמידים. כל מי שעבד עם קהל רחב יודע שיצירת מחויבות לאורך שנה מצד תלמידים היא עבודה שדורשת תשומת לב רבה מצד המורים. במצב הנוכחי, כאשר הקהל כלל לא מבין מה הוא ירוויח מכל התהליך, ברנע שעולה קושי התלמידים אינם מגיעים. לחלק זה יכול להתרחש כבר בשיעור השני ולחלק לאחר כמה חודשים.

היכולת של המורים להשתנות תוך כדי השנה היא אחד המרכיבים החשובים בפרויקט. ההסכמה ללמד תכנים נוספים, או סגנונות ריקוד אחרים מאלה שמוכרים להם, או לנסות אופנים חדשים של ההוראה, מחייבים את המורים להיות גמישים מאוד ביחס להרגלים שלהם כמורים. על מנת לזכות באמון התלמידים, ליצור מחויבות ללמידה ולחבר בין עולם המחול לעולם התלמידים, על היוצרים להיות כל הזמן בתהליך של ניסוי וטעייה. כששאלת "למה" ברורה ליוצרים, "למה הם מגיעים ללמד בקהילה?", וכשהאמונה שהמחול אכן יכול לתמוך בתלמידים חזקה, הם מגלים שהקשיים הופכים לאתגרים שדורשים מהם להיות יצירתיים יותר כמורים, לחפש כל הזמן דרכים נוספות ללמד, יחד עם הבנתם על עצמם, על מה הם מוכנים לוותר בשיעורים ומה נוגע למהות הוראתם, ובכך עליהם להתמקד.

במגמת המחול עם ילדי הקהילה. מכאן, שקרן הכירה את הקהילה במשך שנים רבות, היכרות שנבנתה בהדרגה ויצרה בסיס של כבוד ואמון בינה לבין הילדים והוריהם. לקרן היה חלום - להקים להקה מקצועית עם ילדי הקהילה הכישרוניים.

בשנה הראשונה עבדה עם בית הספר 'אחוזה', בשיתוף פעולה עם להקת 'ענבל', מתוך רצון לשחזר ריקוד מתוך יצירה של שרה לוי תנאי (כוריאוגרפית ומלחינה, מייסדת ומנהלת להקת המחול 'ענבל' ומחלוצות המחול בארץ, כלת פרס ישראל למחול 1973). לקבוצת הפרויקט בחרה קרן בנות מכיתה י', אחת הכיתות הקשות ביותר בבית הספר מבחינת משמעת. קרן רצתה לתת להן כלים גופניים ותנועתיים להתמודדות ולתמיכה רגשית במצבים קשים. היא בחרה לשחזר קטע מחול מתוך היצירה 'קברות'. להקת המחול 'ענבל' אישרה זאת ונוצר שיתוף פעולה פורה עם המרכז. במסגרת העבודה נערך סיור של הבנות באולם הלהקה, הן שמעו הסברים על הלהקה ועל הרקע שלה, כמו גם קבלה של ציוד ותלבושות. נוסף לכך, אילנה כהן, שהייתה מנהלת הלהקה בתקופתה של שרה לוי תנאי, הגיעה לדימונה והעבירה סדנה, בה לימדה את הנערות שפה תנועתי של להקת 'ענבל'. הבנות למדו על מגילת רות במקביל לריקוד והבינו את המקורות. נוסף לכך, לימדה אותן טכניקות של מחול מודרני אתני ומחול אפריקאי.

בתחילת התהליך הייתה רוויית אתגרים. המפגשים לא היו קלים, בסטודיו התרחשו מקרי אלימות מילולית ולעיתים גם פיזית, חוסר התמדה והיעדרויות רבות. הבנות הגיעו מרקע קשה, חלקן חוו אלימות במשפחה, הזנחה, חלקן הגיעו לעיתים רעבות לשיעורים. כדי לוודא שהשיעורים נערכים, התקשרה קרן לכל אחת מהנערות והזכירה להן להגיע אליהם, לעיתים אספה אותן מהבתים. לחלק מהמפגשים הכינה אוכל, והבנות התחילו את החזרה באכילה ובמנוחה קלה ולאחר מכן היו פנויות להתחיל לרקוד. קרן פיתחה קשר אישי עם כל אחת מהן. עם חלקן דיברה מדי יום בטלפון, ליוותה ותמכה, פגשה את ההורים לפי הצורך, על מנת לבקש מהם לתמוך בתהליך, שדרש הרבה זמן והשקעה מהנערות. קרן הצליחה במקום שכל המורים האחרים נכשלו. בזכות העבודה רבה על בניית אמון יצרה קבוצה עובדת, רצינית ומגובשת.

בסיום התהליך הביאה קרן את הנערות להופעה במרכז סוזן דלל, במסגרת תחרות של קבוצות צעירות בעיריית תל-אביב. הבנות הגיעו לרמת הופעה מקצועית, התנהלו יום שלם בנסיעה משותפת ושהו בחזרות ובמפגשים עם קבוצות אחרות. נפלה בחלקי ההזדמנות ללוות אותן באותו יום במרכז סוזן דלל. לעיתים התקשיתי לדמיין שרק לפני כמה חודשים אותן בנות יכלו להתקוטט בשיעורים, וכעת הייתה ביניהן אווירת שותפות, שלוותה בהקשבה רבה ומשמעת. המופע עבר בהצלחה, הבנות התרגשו מאוד. לרובן זה היה מפגש ראשון עם אולם מופעים מקצועי של מחול והפעם הראשונה על במה מקצועית. לאחר הופעה זו, קרן ארגנה לנערות סדרת הופעות בדימונה במסגרת אירועים שונים. עיתון מקומי סיקר את ההופעות והן זכו לאהדה רבה מצד הקהילה.

ודאי שכל אחת מהבנות חוותה את חשיבות התרומה של הפרויקט. מתחושת ההצלחה במשימה, שלא ספק מאתגרת, לחיזוק הביטחון העצמי של כל אחת מהן ועד לידע הרב שהן למדו בדרך.

## פעילות מחולית קהילתית במסגרת הפרויקט שהולידה את המשך הפרויקט: נסיעה למופע בלט 'היספנקו'

בשנה הראשונה ארגנה קרן כניסה ללא תשלום להופעה של להקת הבלט 'היספנקו', שהגיעה מניו-יורק להופעה בבאר שבע. לאחר מכן, ביקשה מכוריאוגרף הלהקה לשוחח עם התלמידים. בעקבות המפגש המרגש, הזמינה קרן את אחד הרקדנים ואת הכוריאוגרף להגיע בהתנדבות לסטודיו בדימונה ולהעביר סדנה לקבוצות תלמידים. להפתעתה, הכוריאוגרף הסכים. במהלך הסדנה הוא התלהב מכמות הכישרון הטבעי התנועתי של הנערות והנערים והזמין שניים מהם לקורס קיץ לנוער בניו-יורק. קרן התלהבה, אך בו זמנית הבהירה שאין להם אפשרות לשלם על טיסה, מגורים ושכר לימוד. הכוריאוגרף וקרן החליטו להשיג מימון מלא והצליחו בכך. באחד מימי הקיץ האחרונים קיבלתי הודעת ואטסאפ, ובה תמונה של נער ונערה מלאי התרגשות וחיוכים יושבים במטוס בדרכם לניו-יורק, על מלגה

אותם מנהלים בהישגים מיוחדים והזמנה בלתי פוסקת להגיע ולצפות בשיעורים, לצד עידוד התלמידים לשתף בחווייתם, יכולים להוביל לחיבור עמוק יותר של המובילים בקהילה והיוצרים, שמגיעים לקהילה. המטרה היא שעם הזמן, גם אלה שאינם לומדים ישירות עם היוצרים בסטודיו, יוכלו להתחבר למהות העשייה, להבין ולהעריך את התרומה של חיבור בין אנשים לתנועה וריקוד.

## סיכום

פתיחות גדולה יותר מצד הקהל ומצד היוצרים, ידע מחולי שהתרחב ומעורבות פוליטית פעילה מצד היוצרים – כל אלה יוצרים קרקע להצלחת פרויקט 'רקדן בקהילה'. מתוך החוויה שלי כמורה לאורך שני עשורים, אין ספק שבשנים האחרונות מתרחש מהפך מצד הקהל הרחב והרצון של האנשים לזוז, לרקוד ולחוות בעצמם. במקביל, יותר ויותר יוצרים מתחום המחול נפתחים להוראה לקהל לא מקצועי ולא מכוון להיות רקדן לעתיד. הסיבות לכך מגוונות, חלקן כלכליות, חלקן פוליטיות, חלקן נובעות מהרצון להתפתח כאמנים בחברה בה אנו חיים. הידע המחולי גדל, ובעשור האחרון שיטות ההוראה של עולם המחול והתנועה השתנו, נוספו שיטות רבות חדשות – כל אלה מאפשרות למורים להרחיב את הדרך לחבר בין הידע המקצועי אל קהלים מגוונים, ולא רק לרקדנים.

לבסוף, המצב החברתי פוליטי בארץ דורש התייחסות רבה יותר ומעורבות פעילה. רבים מהיוצרים, שבחרים להישאר בארץ, חשים צורך לנסות לתרום למעגלים הקרובים והרחוקים דרך העשייה האמנותית. הפרויקט 'רקדן בקהילה' מאפשר ליוצרים לתמוך בפערים החברתיים הגדולים, שקיימים בארץ, כמו גם באיחוד ובחיבור בין קהילות שונות. ההבנה, שהריקוד הוא ערוץ נוסף לחיבור בין אנשים, אינה חדשה, כמו מעורבות בקהילה דרך ריקוד. אנה הלפרין (כוריאוגרפית אמריקאית, מייסדת המחול הפוסט-מודרני בארה"ב) יצרה פרויקטים מחוליים בין שחורים ללבנים בארה"ב כבר בשנות השבעים של המאה הקודמת. אני שומעת על פרויקטים רבים בארץ ובעולם, בהם רקדנים מקצועיים מלמדים ויוצרים עם קהלים שאינם רקדנים, ויש מגוון רחב של פרויקטים שחלקם מתועדים בניליון הזה. אין ספק שיש תנועה הולכת וגדלת לכיוון החיבור בין הידע המקצועי הגבוה של האנשים אל הקהל הרחב דרך למידה ויצירה משותפת. זו למידה היוצרת חוויה מקרבת שמאפשרת להיות ביחד ברובד נוסף. הפרויקט הזה הוא דרך אחת, דרך מיוחדת מלאת אתגרים עם רגעי קסם שכנראה מאירים לנו דרך עתיקה שבה הריקוד החל, ככלי מרפא בשבת, וכדרך לחבר בין האנשים.

## היוצרים שפועלים ב'רקדן בקהילה' 2017-2018:

- אלמי אורלי: מועצה אזורית חורה.
- בן דרור רן: תיכון עירוני א' לנכויות, באר-שבע.
- בר חנית: מתנ"ס שיקאגו, לוד.
- דומנוב איליה: תיכון מקיף ט' ו"א, אשדוד.
- דיקסון חננאל: מתנ"ס ערד.
- לוי אפרת: מתנ"ס קהילתי ערערה.
- מסיקה מיכל: מרכז לנוער בסיכון בבית שמש.
- נויהאוס גבריאל: מועדוניוטיפוליות אום אל פחם.
- פיידין יוליה: שכונת אזורים נתניה.
- קרן אור שרעבי: סטודיו דימונה.

**אילנית תדמור** הינה אמנית עצמאית, כוריאוגרפית, רקדנית, מרצה ומורה בכירה לאימפרוביזציה וקונטקט ותנועה. בוגרת האקדמיה למוסיקה ולמחול על שם רובין בירושלים (1998), פרס ביצוע בתחרות "גוונים במחול" (2001), ייסדה את סטודיו PLAY (2005). במשך שבע שנים הובילה, יחד עם שותפתה הכוריאוגרפית הפלסטית רבקה מורקוס, מפגשי תנועה לערבים ויהודים. החל מ-2015 מנהלת את פרויקט 'רקדן בקהילה' מטעם משרד התרבות והספורט, בו עשרה כוריאוגרפים מלמדים מחול, תנועה בקהילות מוחלשות. פתחה קורס להכשרת מורים ומנחים לאימפרוביזציה בתנועה בשיתוף עם המרכז הישראלי לרפואת הנפש (2016).

דוגמה אחת היא יוצרת בשם מיכל מסיקה, שעובדת כעת עם נערות בסיכון במוסד ירטורני בבית שמש. מיכל עובדת עם נערות שיצאו ממוסדות נמילה מסמים, ורובן עברו התעללות מינית לאורך השנים. האפשרות שהן תתחברנה לגוף מתוך הקשבה והסכמה להנאה ורפיון היא מהפך עצום עבורן. מיכל לא רק מביאה אותן להשתתף בשיעור לאורך שעה וחצי, אלא גם לחכות למפגש הבא משבוע לשבוע. על מנת לקרוב לשיעורים, בתחילת המפגשים הסכימה מיכל שהנערות תבחרנה את המוזיקה לשיעורים, קו מוזיקלי שאינו מתאים כלל לסגנון העבודה שלה, אך במטרה לזכות באמונן ולהתקרב, היא אליהן והן אליה, שמה מוזיקת טראנס והיפ-הופ בעוצמת קול גבוהה. לצד המוזיקה הזו, הנערות עוברות שיעור מחול ואימפרוביזציה, החל מחימום פיזי, דרך תרגילים בזוגות, צפייה וכלה במתן פידבקים אחת לשנייה. מדי פעם מיכל מוסיפה את המוזיקה שלה, כך שהבנות נחשפות לאפשרויות שונות לרקוד עמה. מיכל, שהגיעה לפרויקט עם ניסיון רב בהוראה, מסוגלת להכיל שינוי כזה במוזיקה, מאחר ששאלת הילמה' שלה ברורה לה מאוד. היא יודעת מה המטרה שלה עם הנערות ומה היא יכולה להעניק להן בתהליך. היא מכירה בערך ששיעורי התנועה יכולים לתת, כמו העלאת הביטחון העצמי של כל אחת, חיבור קבוצתי משמעותי, תחושה פיזית טובה עם הגוף וערכים נוספים שהן מקבלות, לכן כעת יכולה להתגמש במוזיקה לטובת בניית מערכת אמון עם הנערות לאורך זמן.

## יזמות והפקה

כמו בכל יצירה או פרויקט, תמיד יש פער בין התוכנית שהייתה לנו בראש, או שכתובה על הנייר, לבין מה שקורה בפועל. אני מרגישה שהפערים האלה תמיד משמעותיים בעבודה עם קהילות בפריפריה. חלקם ידועים מראש ואחרים מתגלים לאורך השנה. הפערים האלה מתגברים, כיוון שפעמים רבות היוצרים מגיעים עם פנטזיה על מה הקהילה צריכה, אך לאורך השנה מגלים מה היא אכן מבקשת. נוסף לכך את תנאי הסביבה, שבמקרים רבים אינם תומכים, לדוגמה מציאת סטודיו מתאים לעבוד בו אינה מתאפשרת פעמים רבות בשלבים הראשונים; תיאום של זמנים ועוד פרטים טכניים, שלעולם אינם רק טכניים, אלא משפיעים מאוד על העשייה. לכן תוכניות רבות אינן מתממשות, וזה כורח המציאות שהיוצרים יהיו גם יזמים ומפקים. כל פעם שתוכנית אינה מתאפשרת על היוצרים לחפש קשרים, מקומות ודרכים נוספות לזווג מפגש עם הקהילה. היוצרים, שמגיבים במהירות למציאות מאתגרת ומשתנה ומוכנים להיות גמישים ופעילים בנוגע לתוכניות העבודה, שורדים את האתגרים הרבים. פעמים רבות יוצרים יצרו תוכניות חדשות בעקבות הפערים, ואלו התגלו כטובות אף יותר מהתוכנית המוגשת. מקרים כאלה מתרחשים ליוצרים שמתמקדים בחלקים שכן מתאפשרים, שפועלים מתפיסת עולם בה כל מגבלה יכולה להיות גם מתנה, ומבינים שיש לשים לב למה שכן עובד ולפתח אותו הלאה.

## למידה תמידית של הקהילה

למידת הקהילה מתרחשת כל הזמן. ככל שהיוצרים ממשיכים בתהליך הלימוד וההיכרות עם הקהילה והופכים להיות חלק ממנה, כך ביכולתם להמשיך להביא רעיונות ודרכים נוספות לשילוב בה. יצירת קשר אמיתי וכנה לוקחת זמן. חשוב לא להניח השערות בתחילת הדרך, אלא לשאוף ללמידה מתמשכת ולחיפוש של מקומות ושותפויות נוספים בקהילה. באחת ההרצאות של TED בארץ דייד ברוזה שיתף על הדרך בה הוא יצר שיתוף פעולה עם יוצרים ממזרח ירושלים. תחילת הפרויקט לוותה במפגשים בבית קפה, לשיחות וארוחות משותפות, עד שאחד מהם שאל את ברוזה 'מתי נתחיל להקליט ביחד?'. ברוזה חיכה לרגע הזה. כמה זמן זה לקח? הוא נסע אליהם ונפגש איתם במשך ששעשרה שנה עד שנוצר תקליט וסיבוב הופעות משותף. מובן שזו דוגמה, מצד אחד, לא בכל המקרים צריך לחכות כל כך הרבה שנים, אך מצד שני, חשוב לזכור שתהליכים לוקחים זמן, וההבנה הזו מאפשרת לנו לקבל נקודת מבט רחבה על העשייה.

## שותפות עם הקהילה

מרכיב משמעותי נוסף בהצלחה הוא שותפות עם מובילים בקהילה, שמבינים את חשיבות העשייה המחולית קהילתית. ודאי שזהו תהליך הדורש זמן למידה של שני הצדדים. לא פעם מאתגר מאוד להפוך את המנהלים, שבשלב ההגשה תמיד שמחים על ההצעה והפרויקט, לשותפים נלהבים לנושא המחול והתנועה. לרובם התחום אינו מוכר והם אינם מבינים את הפוטנציאל העצום, החינוכי והאומנותי שבהטמעת פרויקט כזה בקהילות. שותפות טובה תכריע את הצלחת הפרויקט. שיתוף קבוע של