

# מושגים מרכזיים בתאוריה של דברובסקי ששופכים אור מיוחד על החוויה הפסיכולוגית של הילד המחונן

אלין קשטכר, יועצת חינוכית, מטפלת משפחתית וזוגית מוסמכת ממונה על התחום הרגשי באגף למחוננים ולמצטיינים

“היא לעולם אינה מסופקת” –

“כילדה קטנה שמעתי מילים אלו אלפי פעמים.

“הרבה לפני שהבנתי את משמעותן, עשיתי מהם משפחה... משפחת ה'לא'.

כל אחת מהמילים האלה העלתה בפניה של אמי הבעה מופתעת או מודאגת.

“יצרתי מהן עץ משפחתי. הסבא של המילים הללו היה בלתי ניתנת לשליטה. אחר כך באו

המילים: לא מרוצה, לא מסופקת, בלתי ניתנת לניהול, לא ממושמעת, אינה יודעת שובע,

מרדנית – לא מקבלת מרות, לא מסתגלת, לא ניתנת לניבוי” (Grimaud, 2006, pp. 1-2).

הלן גרימו (Helen Grimaud) שכתבה זיכרון ילדות זה, הפכה לפסנתרנית מפורסמת, חייתה בניו-יורק והקימה שם שמורה לזאבים, המאוכלסת בזאבים מהטבע. השילוב בין מוזיקה לזאבים התווה לה דרך חיים שנתנה מוצא לרגשותיה הסוערים ולמרץ האנרגטי שאפיין אותה (דניאלס ופיחובסקי, 2009).

אין להתעלם מהעצמות הרגשיות והאנרגטיות הרבה המאפיינות ילדים מחוננים כיוון שהן מפריעות לשגרה ולסדר. הילדים המחוננים קולטים מידע מהעולם סביבם, מגיבים ופועלים מהר יותר ובעצמה גדולה יותר מילדים אחרים. הם מגורים הן על ידי מה שקורה סביבם והן על ידי מה שקורה בתוכם. כיוון שהם קולטים ומעבדים גירויים באופן שונה מבני גילם הם לרוב בלתי מובנים לסביבתם. ההתלהבות שלהם נראית מוגזמת, רמת האנרגיה הגבוהה נתפסת כהיפראקטיביות, ההתמדה נתפסת כנדנד, שאילת השאלות נתפסת כערעור על סמכות, הדמיון נתפס כחוסר תשומת לב, הלהיטות, התשוקה והרצון העז נתפסים כמשבשים. ובכלל - הרגשות החזקים והרגישות נתפסים כחוסר בגרות, והיצירתיות וחוסר המוכנות להכוננה נתפסים כהתנגדות. אסור לדחוס את הילדים המחוננים לתוך הממוצע. היכולת שלהם לחוות חוויות בעצמתיות היא נכס שראוי להבינו ולאשרו ולא למעוך אותו. יש לזכור שהממוצע אומר לנו דבר אחד בלבד - שרוב האוכלוסייה נמצאת בטווח הזה. הממוצע לא אומר לנו דבר וחצי דבר על טוב או רע.

את נקודת המבט החיובית הזאת אנו חבים לפסיכאטר, לפסיכולוג ולאיש החינוך הפולני קזימרץ דברובסקי (Kazimierz Dabrowski) (1980-1902). דברובסקי חקר ילדים ומבוגרים המחוננים אינטלקטואלית ויצירתית ומצא שרבים מהם מבטאים עושר רגשי גדול מאוד, אך גם חווים קונפליקט פנימי בין העולם כמו שהוא לבין העולם כפי שהם תופסים אותו. דברובסקי טען שקונפליקט פנימי זה, המתויג לעתים קרובות על ידי אנשי מקצוע הרפואה כפסיכונורוזה, הוא חלק חיוני בתהליך התפתחותה של האישיות.

התאוריה של דברובסקי נסבה בעיקר על התפתחות האישיות והיא נקראת Theory Positive Disintegration (בתרגום חופשי: “חוסר אינטגרציה חיובי”). הייחודי בתאוריה הוא הדיבור במונחים סלוטוגניים ולא במונחים של פתולוגיה. ייחודיות זו כשלעצמה הייתה שינוי גדול וחדשני בתקופתו של דברובסקי בתחומי הפסיכולוגיה והפסיכיאטריה. התאוריה מדגישה את הרגשות ואת תפקידם בהתפתחות האישיות, האינטליגנציה וההתנהגות.

על פיה, רגשות שלילים הם לעתים קרובות עדות לצמיחה ולהתפתחות פסיכולוגית והם חיוניים להתפתחות האישיות. התאוריה של דברובסקי הפכה לנקודת מבט חשובה בהבנת הפסיכולוגיה של האדם המחונו. דברובסקי מתאר חמישה שלבים בהתפתחות האישיות. ההתקדמות לאורך השלבים אינה קשורה בגיל הכרונולוגי והיא דומה לטיפוס על הר: לא כל אחד מטפס, ומי שמטפס עושה זאת בזמנו, בדרכו, הוא שוהה במקומות מסוימים, הוא יכול לסגת ולהתקדם שוב במעלה ההר. הטיפוס עצמו מלווה בקושי, אי-נוחות, ויתור על תנאים מוכרים והתנסות במצבים של אי-ודאות.

מה שמניע את ההתקדמות לאורך השלבים הוא תהליך שנקרא דיסאינטגרציה, שבו יש אי-נחת מהמוכר, הטלת ספק, ערעור, הרס ופירוק של תכתיבים חברתיים, קריאת תיגר על ציוויים חינוכיים ומבנים פסיכולוגיים תוך-אישיים שנבנו בשלבים קודמים.

כדי להבין את התהליך אפשר להקביל אותו לתהליך דומה בהתפתחות המדע. תאוריות חדשות נבנות על ידי מי שיש לו האומץ לקרוא תיגר על ידע שהחברה מחזיקה בו, על ידי מי שיש לו האומץ לומר "לא כך הוא". לדוגמה אלפרד לותר וגנר (1880-1930), מדען גרמני רב-תחומי שהתפרסם בזכות התאוריה שפיתח על נדידת היבשות. וגנר שם לב להופעת מאובנים זהים בשכבות גאולוגיות המופרדות כיום על ידי אוקיינוסים. ההסבר המקובל בזמנו היה קיומם של גשרים יבשתיים קדומים בין היבשות, באמצעותם עברו בעלי חיים וצמחים בין היבשות שמקומן קבוע. וגנר לא השתכנע מהסבר זה, והאמין כי היבשות עצמן נפרדו מיבשת על ענקית ונסחפו הרחק זו מזו לפני 180 מיליון שנה. בעבודתו הציג וגנר כמות גדולה של ראיות נסיבתיות התומכות בתאוריית נדידת היבשות, אך לא הצליח להציג מכניזם משכנע. במהלך שנות ה-30 נדחתה עבודתו הגאולוגית של וגנר על ידי הקהילה המדעית הבינלאומית שהתייחסה אליו כאל מי שמדבר מתוך עייפות ועומס. עבודתו נותרה באפלה כ-30 שנה עד שבשנות ה-50 וה-60 של המאה ה-20 בעקבות התפתחויות חשובות בגיאולוגיה הוכר אלפרד וגנר כאב המייסד של אחת מן המהפכות המדעיות החשובות במאה ה-20.

השלב הראשון בחמשת השלבים של דברובסקי נקרא "אינטגרציה ראשונית" (Primary Integration). שלב זה משול למרגלות ההר: תנאי הלחץ והטמפרטורה ידועים, הכללים מוכרים וברור מה מצופה וכיצד יש לנהוג. בשלב זה יש מעט מאוד קונפליקטים פנימיים, והאדם מונחה על ידי הצרכים הביולוגיים והמוסכמות החברתיות. הצורך של האדם בהכרה מצד החברה מוביל אותו להתנהגות קונפורמיסטית על פי הציוויים החינוכיים והמוסכמות התרבותיות.

השלב החמישי נקרא "אינטגרציה שניונית" (Secondary Integration). אדם המגיע לשלב זה מאופיין במערכת ערכים אוטונומית שגובשה לאחר בחינה מחדש והתאמה ל"עצמי". תכתיבים חברתיים וציוויים חינוכיים שאינם עולים עוד בקנה אחד עם העצמי, נדחים. ההתנהגות היומיומית מנוהלת על ידי ערכים ותפיסות אוטונומיים, ולכן האדם בשלב זה מקבל אחריות על חייו ומעשיו. מדובר באישיות אוטונומית ואוטנטית, המכירה בייחודיות שלה ומקבלת את עצמה ואת האחרים למרות חוסר מושלמותם. בשלב זה, האדם יודע להבחין מה בשליטתו ומה לא, הוא חווה הרמוניה שלוה וקבלה של עצמו ושל סביבתו. מתרחשת באישיות אינטגרציה בין החלקים השונים, שתכופות הם לכאורה הפכים או סותרים זה את זה. במונחים של תאוריית הגשטלט, יש לקיחת בעלות על שני הקטבים-Polarities וקבלה של שניהם. האדם מסוגל לראות את שני הקטבים כמשלימים וחיוניים לשלמותו (לדוגמה: תכנון לעומת ספונטניות, שייכות לעומת אינדיבידואליות ועוד).

המעבר משלב לשלב לפי התאוריה, מתקיים כאמור הודות לתהליך של דיסאינטגרציה, שהוא כשלעצמו כרוך ברגשות שליליים של כעס, תסכול, חרדה ודיכאון שהם תוצאה של קונפליקט פנימי בין העצמי לעצמו

האידיאלי וכן תוצאה של קריאת תיגר על המוסכמות התרבותיות. גם הגישה הנרטיבית בטיפול שמובילה הם מייקל וויט, Michel White מאוסטרליה ותלמידו דוויד אפסטון David Epston מניו-זילנד מתייחסת לנורמות החברתיות והתרבותיות כמעצבות זהותו של הפרט. בעת הטיפול, מציעה הגישה, יש לאתגר מחדש את הנורמות והמוסכמות ולבדוק האם הן מתאימות לעצמי (self) שלי. במקביל יש לבנות, בעת הטיפול, סיפור חלופי לסיפור הדומיננטי שלי שעוצב על ידי הציוויים החינוכיים והמוסכמות החברתיות-התרבותיות. בגישת הגשטלט - האינטרואקציות (Introjection), ההפנמות שבלענו ללא עיבוד ללא לעיסה הם חלק מאותם תכתיבים חברתיים וציוויים חינוכיים.

בין האינטגרציה הראשונית לשניונית בתאוריה של דברובסקי מצויים שלושה שלבים של דיסאינטגרציה. הרחבה בעיניים ימצא הקורא ברשימה הביבליוגרפית המצורפת. דברובסקי טבע מושג נוסף המתייחס לפוטנציאל שיש לאדם להגיע לשלב החמישי. פוטנציאל זה כינה "פוטנציאל ההתפתחות". פוטנציאל ההתפתחות [DP] (Developmental Potential) הוא מאפיין מולד ראשוני, שאומר משהו על האפשרות להגיע להתפתחות רגשית גבוהה. נסיבות החיים עלולות לסייע או להפריע במימוש פוטנציאל זה, כלומר בהתפתחות ובצמיחה האישית. פוטנציאל ההתפתחות גבוה יותר אצל מי שיש לו המרכיבים הבאים, שחופפים למאפיינים שנצפים לעתים קרובות אצל אנשים מחוננים:

- יכולות וכישרונות מיוחדים - אינטליגנציה גבוהה בהרבה מן הממוצע ו/או כישרונות יצירתיים בולטים.
- תכונת ה-overexcitabilities - נטייה להגיב בעצמה רבה יותר וזמן ארוך יותר מהממוצע על גירויים שונים. תכונה זו עשויה להתבטא באחד או יותר מחמשת התחומים הבאים: פסיכומוטורי, תחושת, אינטלקטואלי, רגשי ודמיוני.
- כוחות אוטונומיים חזקים של אינדיבידואליות - גורם זה מופיע בספרות גם בשם "הגורם השלישי". זהו גורם מוטיבציוני פנימי, שעשוי להתפתח עם הזמן. רישומו ניכר יותר ויותר ככל שהאדם מתקדם בשלבי ההתפתחות. גורם זה מתפתח באנשים המפתחים מודעות עצמית כתוצאה של קונפליקטים פנימיים. אנשים אלה מונעים על ידי הקולות הפנימיים שלהם והערכים שלהם יותר מאשר על ידי התורשה או הסביבה. מיכאל פיחובסקי, יליד פולין בעל תואר דוקטור בביולוגיה מולקולרית ובפסיכולוגיה וייעוץ, פגש את קזימרץ דברובסקי באוניברסיטת אלברטה ושיתף אתו פעולה במשך שמונה שנים. הוא חקר וכתב בהרחבה על הפוטנציאל ההתפתחותי של מחוננים, כתב שמדובר בכוחות אינטרפסיכיים הדוחפים לדיסאינטגרציה ופועלים באופן אוטונומי בניגוד לגורם התורשה ולגורם הסביבה

## תכונת ה-overexcitabilities

תרגומים שונים יש למונח בפולנית שטבע דברובסקי: Overexcitabilities Supersensitivities, Superstimulatabilities. כאן אשתמש ב-overexcitabilities ובקיצור o.e. התכונה מתארת אנשים שלהם נטייה להגיב על דברים באופן חזק ועצמתי יותר מהממוצע. אנשים שלהם נטייה להגיב על אותם דברים זמן ארוך יותר מהממוצע.

תגובות אלה הן חלק מהמבנה הפיזי והמנטלי של אותם אנשים. הם אינם מגיבים כך בכוונה; זה פשוט חלק ממי וממה שהם.

מחקרים רבים מצאו מתאם בין מחוננות ובין נוכחותה של תכונת ה-o.e. בתחום אחד ויותר מחמשת התחומים הבאים: פסיכומוטורי, תחושת, אינטלקטואלי, רגשי ודמיוני.

## **o.e פסיכומטורי**

עוררות מוגברת של מערכת העצבים של השרירים. היכולת להיות פעיל ואנרגטי. הנאה מהתנועה כשלעצמה. עודף אנרגיה בסיסי. אדם הניחן בתכונה זו אוהב הרבה תנועה ופעילות, עשוי לדבר מהר ועם הרבה מחוות ותנועות גוף. הוא עשוי להיות אימפולסיבי ולהזדקק לפחות שינה מאנשים אחרים. במצב של מתח עשויים להופיע אצלו טיקים עצבניים. אדם כזה נעשה יותר תחרותי ומרגיש צורך לארגן את סביבתו על פי דרכו. עלול לדבר באופן קומפולסיבי ולפעול באופן יותר אימפולסיבי. אנשים בסביבתו עלולים לחוות אותו כשתלטן וכמצויף. בבית ובבית הספר הוא נחוה כחסר מנוחה. עלול להיות מאובחן בטעות כבעל הפרעת קשב וריכוז.

## **o.e תחושת**

חוויה החזקה של עונג או חוסר נוחות חושית הנובעת אצל אנשים אלה מגירוי תחושת של מקום, ריח, מגע, טעם ושמיעה. בעלי o.e תחושת הם בעלי חוויה חושית עשירה במיוחד בהשוואה לאדם הממוצע. הם חווים הנאה מוגברת ממוזיקה ואמנות, מפיקים אין-סוף עונג מטעמים ומריחות, נהנים מאוד ממראות וממקומות. רגישות גבוהה זו עלולה ליצור אצלם הרגשה של הצפה, של גירוי יתר על המידה, של אי-נוחות. במצבים של לחץ רגשי הם עלולים לאכול יתר על המידה. הם שואפים לעמוד במרכז תשומת הלב כל הזמן. אחרים יכולים לסגת מגירויים

## **o.e אינטלקטואלי**

למי שניחן בתכונה זו צורך מוגבר לחפש אחר הבנה ואמת, צורך מוגבר להשיג ידע. מתרחשת אצלו פעילות מוגברת של המוח והחשיבה, נטייה לנתח, לפרק ולהרכיב. כמו כן יש לו נטייה לחקור, לבחון שאלות ולפתור בעיות. אנשים עם O.E אינטלקטואלי טרודים מאוד בענייני היגיון, במחשבות תאורטיות ובפיתוח מושגים חדשים. הם סקרנים באופן מיוחד, להוטים לקרוא, חדי אבחנה. הם בעלי זיכרון חזותי בולט לפרטים קטנים. אנשים אלה הם בעלי חשיבה מוסרית. מיקוד זה בחשיבה המוסרית מתורגם לרוב להתעניינות חזקה בנושאים מוסריים, בבעיות של הוגנות, בחוסר כבוד לילדים, או בהתעניינות במבוגרים חסרי בית, חולי איידס, התעניינות במלחמות, דאגה לכדור הארץ.

## **o.e דמיוני**

תכונה זו משתקפת בפעילות מוגברת של הדמיון, בעושר אסוציאציות ובדימויים עשירים. אצל מי שניחנו בתכונה זו יש שימוש רב במטפורות ודימויים, יכולת גבוהה של פנטזיה והמצאות, חלומות עם פרטי פרטים. ילדים עם נטיה כזו עלולים לערב דימיון במציאות, עשויים להעלות בדמיונים עולם שלם, שיש בו דמויות שונות ודרמות כדי להפיג שעמום. הם מתקשים להתמקד בלימוד תכנית אקדמית בלבד שאינה מערבת גם יצירה ודמיון. הם יכתבו סיפורים ויצוירו במקום לעשות תרגילים או להשתתף בדיון האקדמי.

## **o.e רגשי**

לרוב זוהי התכונה הראשונה שהורים שמים לב אליה. היא משתקפת ברגשות עצמתיים, בהקצנה של רגשות מורכבים, בהזדהות עם רגשותיהם של אחרים. לעצמה הרגשית נלוות לא פעם תגובות פיזיות, כגון כאבי ראש, כאבי בטן, סומק בלחיים, הזעה, התעניינות במוות ודכדוך. אנשים בעלי o.e רגשי בורכו יכולת בולטת למערכות יחסים עמוקות. הם מפגינים התקשרות חזקה לאנשים, למקומות ולדברים, הם מגלים חמלה, אמפתיה ורגישות במערכות יחסים. הם בעלי מודעות גבוהה לרגשותיהם ולהתפתחות הרגשית

שלהם, מקיימים דיבור פנימי ומרבים לשפוט את עצמם. ילדים בעלי נטייה כזו מואשמים לרוב בדרמתיות ובתגובתיות-יתר.

בהחלט קשה ותובעני לעבוד ולחיות עם אנשים שיש להם o.e בתחום אחד או יותר. אנשים נוטים לראות בהתנהגותם של בעלי O.E התנהגות מוזרה שאינה ניתנת להסבר או להבנה. הכרת ה-o.e והתמקדות בצדדיו החיוביים תוך הוקרת השונות בין אנשים עשויות להפחית את הקושי גם לבעל התכונה וגם לסביבתו. לסיום אומר שכאשר קראתי את המאפיינים של השלב החמישי על פי דברובסקי ראיתי לנגד עיני את הבוגר הרצוי, שהמערכת החינוכית בכלל ותכניות המחווננים בפרט יכוונו אליו. בחזון האגף מופיעים המשפטים האלה: "המורים והתלמידים מחויבים לקחת זה את זה לשדות חדשים", "מחויבות ורגישות לחברה" ההליכה ב"שדות חדשים" מצריכה יכולת לחשיבה ביקורתית, להטלת ספק, לחקירה של מה שלעתים נתפס בחברה כמובן מאליו. הליכה כזו כרוכה לעתים בבדידות ובחששות מהבלתי נודע. מחויבות ורגישות לחברה עשויות לצמוח אצל אדם הפועל מתוך מערכת ערכים שנחקרה ונבנתה באופן אוטונומי. הן עשויות לצמוח אצל מי שיכול היה להיות מחויב ורגיש לעצמו.

לסביבה תומכת המקבלת את השונות ומוקירה אותה, יש תרומה עצומה למימוש העצמי ואגב כך להגברת המחויבות והרגישות המוסרית לחברה. סביבה תומכת תאפשר את מרחב הזמן והמקום לחקירה, לקריאת תיגר ולבניית זהות אוטונומית, הפועלת מתוך רצון אישי ובחירה ולכן לוקחת אחריות על עצמה. התפיסה של דברובסקי מאפשרת נק' מבט שמקבלת את השונות, רואה בה צדדים חיוביים לצד הקשיים ואינה מפרשת את הקשיים כהפרעות. תפיסה כזו יכולה לסייע ביצירת סביבה חינוכית תומכת שתעזור לאדם לקבל את עצמו ולהתפתח.

## רשימת מקורות

- Carol .l tieso, (2007) Patterns of overexcitabilities in identified gifted students and their parent", The gifted child quarterly, volum 51, number 1 pp.11-22
- Daniels, S.& Michael M. Pichowski (2009). Living With Intensity chapter 1-3 pp 1-57, chapter 5 pp 73-83
- Lind Sharon. (2001) Overexcitability and the gifted, Supporting Emotional Needs of the Gifted website. [www.sengifted.org](http://www.sengifted.org)
- Mendaglio,S. (2006) "Dabrowski's theory of positive disintegration and giftedness: overexcitability research findings" Journal For The Education Of The Gifted, Vol. 30, No. 1, pp. 68-87
- Mendaglio, S. (2008). "Dabrowski's thoery of positive disintegration: A personality theory for the 21st century", S. Mendaglio (Ed.), Dabrowski's Theory of Positive Disintegration, Scottsdale, AZ: Great Potential Press, pp. 12-40
- O'Connor, K. (2002). "The application of Dabrowski's theory to the gifted", M. Neihart, S. M. Reis, N. M. Robinson & S. M. Moon (Eds.), The social and emotional development of gifted children, pp 51-60
- Silverman, L. (2008). "The theory of positive disintegration in the field of gifted education", S. Mendaglio (Ed.), Dabrowski's Theory of Positive Disintegration, Scottsdale, AZ: Great Potential Press, pp. 157-174