**משימה 1:**

סקירה כללית:

טמפרמנט מתייחס לסגנון ההתנהגותי הייחודי של הפרט, המתבטא בתגובותיו הרגשיות והמוטוריות למצבים שונים. זהו מרכיב מולד באישיות, המתפתח ומשתנה במהלך החיים בהשפעת גורמים סביבתיים וחברתיים (Rothbart & Bates, 2006).

מקור המושג:

המושג "טמפרמנט" הוגה לראשונה על ידי היפוקרטס, הרופא היווני העתיק, במאה החמישית לפני הספירה. היפוקרטס הציע תיאוריה של ארבעה טיפוסי טמפרמנט המבוססים על ארבעת הנוזלים בגוף: דם, ליחה שחורה, מרה צהובה ומרה לבנה (Kagan, 1994).

מאמרים אקדמיים עדכניים:

1. Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (2006). Temperament. In N. Eisenberg, W. Damon, & R. M. Lerner (Eds.), Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional, and personality development (6th ed., pp. 99-166). John Wiley & Sons.

מאמר זה מציג סקירה מקיפה של המחקר העכשווי על טמפרמנט, כולל הגדרות, מדידה, והתפתחות לאורך החיים. הוא מדגיש את חשיבות הטמפרמנט בהתפתחות האישיות והתאמה פסיכו-חברתית.

1. Shiner, R. L., Buss, K. A., McClowry, S. G., Putnam, S. P., Saudino, K. J., & Zentner, M. (2012). What Is Temperament Now? Assessing Progress in Temperament Research on the Twenty-Fifth Anniversary of Goldsmith et al. (1987). Child Development Perspectives, 6(4), 436-444.

מאמר זה סוקר את ההתקדמות במחקר הטמפרמנט בעשורים האחרונים, מציג את ההגדרות העדכניות של טמפרמנט ומדגיש את חשיבותו בהבנת התפתחות הילד.

מאמר מחקרי:

1. Gartstein, M. A., & Rothbart, M. K. (2003). Studying infant temperament via the Revised Infant Behavior Questionnaire. Infant Behavior and Development, 26(1), 64-86.

מחקר זה מציג כלי מדידה חדש לטמפרמנט של תינוקות - השאלון המתוקן להתנהגות תינוקות (IBQ-R). המחקר בדק את המבנה הפקטוריאלי של הטמפרמנט בקרב תינוקות ומצא שלושה גורמים עיקריים: חיוביות, שליליות ויכולת ויסות.

טמפרמנט לפי לאבאן:

רודולף לאבאן, תיאורטיקן ומורה למחול, פיתח מערכת לניתוח תנועה המתייחסת גם לטמפרמנט. לפי לאבאן, הטמפרמנט מתבטא באיכויות התנועה של האדם, כגון משקל, זמן, מרחב וזרימה (Laban & Lawrence, 1974). לדוגמה, אדם בעל טמפרמנט "קל" עשוי להתאפיין בתנועות קלילות ומהירות, בעוד אדם בעל טמפרמנט "כבד" עשוי להתאפיין בתנועות איטיות ומדודות יותר.

טמפרמנט לפי קסטנברג:

ג'ודית קסטנברג, פסיכואנליטיקאית ומומחית להתפתחות ילדים, פיתחה את פרופיל התנועה של קסטנברג (KMP). לפי קסטנברג, הטמפרמנט מתבטא בדפוסי תנועה מולדים הניתנים לצפייה כבר מגיל ינקות. היא זיהתה מספר מאפייני תנועה המשקפים את הטמפרמנט, כגון קצב, מתח שרירים, וסגנון התנועה במרחב (Kestenberg Amighi et al., 2018).

דיון על הממצאים:

הסקירה מראה כי המושג "טמפרמנט" הוא רב-ממדי ומורכב, המשפיע על מגוון היבטים בחיי האדם. בהקשר של גוף ותנועה, ניתן לראות כי הטמפרמנט מתבטא באופן ישיר באיכויות התנועה, כפי שמודגש בגישות של לאבאן וקסטנברג. זה מספק כלי חשוב לאבחון וטיפול, במיוחד בהקשר של טיפול דיאדי וקשר הורה-ילד.

בהקשר של טיפול דיאדי, הבנת הטמפרמנט של הילד וההורה יכולה לסייע בהתאמת הטיפול ובשיפור האינטראקציה ביניהם. למשל, הורה לילד בעל טמפרמנט "קשה" (נוטה לתגובתיות גבוהה ורגשות שליליים) עשוי להזדקק לכלים שונים מהורה לילד בעל טמפרמנט "קל" (נוטה להסתגלות מהירה ורגשות חיוביים).

בקשר הורה-ילד, התאמה טובה בין הטמפרמנט של ההורה לזה של הילד (מה שמכונה "goodness of fit") יכולה לתרום להתפתחות רגשית וחברתית בריאה של הילד. מאידך, חוסר התאמה עלול להוביל לקשיים ביחסים ובהתפתחות.

מסקנות:

1. טמפרמנט הוא מרכיב מרכזי באישיות, המשפיע על התנהגות, רגשות ויחסים בין-אישיים.
2. הטמפרמנט בא לידי ביטוי בגוף ובתנועה, ולכן ניתן לאבחן ולטפל בו באמצעות גישות מבוססות-תנועה.
3. הבנת הטמפרמנט חשובה במיוחד בטיפול דיאדי ובקשר הורה-ילד, שכן היא מאפשרת התאמה טובה יותר של הטיפול והאינטראקציה.
4. מחקר עכשווי מדגיש את החשיבות של התאמה בין הטמפרמנט של הילד לסביבתו, במיוחד להוריו.

סיכום:

המושג "טמפרמנט" הוא מרכזי בהבנת ההתנהגות והאישיות האנושית. מקורותיו נעוצים בפילוסופיה היוונית העתיקה, אך הוא ממשיך להיות נושא למחקר ופיתוח תיאורטי עד ימינו. בהקשר של גוף, תנועה, טיפול דיאדי וקשר הורה-ילד, הטמפרמנט מספק מסגרת חשובה להבנת ההבדלים האינדיבידואליים ולהתאמת הטיפול והאינטראקציה. גישות כמו אלו של לאבאן וקסטנברג מדגישות את הקשר בין טמפרמנט לתנועה, ומספקות כלים יישומיים לעבודה טיפולית. המחקר העכשווי ממשיך לחקור את מרכיבי הטמפרמנט, התפתחותו לאורך החיים, והשפעתו על מגוון תחומי חיים.

ביבליוגרפיה:

Gartstein, M. A., & Rothbart, M. K. (2003). Studying infant temperament via the Revised Infant Behavior Questionnaire. Infant Behavior and Development, 26(1), 64-86. <https://doi.org/10.1016/S0163-6383(02)00169-8>

Kagan, J. (1994). Galen's prophecy: Temperament in human nature. Basic Books.

Kestenberg Amighi, J., Loman, S., Lewis, P., & Sossin, K. M. (2018). The meaning of movement: Developmental and clinical perspectives of the Kestenberg Movement Profile. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315159232>

Laban, R., & Lawrence, F. C. (1974). Effort: Economy of human movement. Macdonald & Evans.

Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (2006). Temperament. In N. Eisenberg, W. Damon, & R. M. Lerner (Eds.), Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional, and personality development (6th ed., pp. 99-166). John Wiley & Sons. <https://doi.org/10.1002/9780470147658.chpsy0303>

Shiner, R. L., Buss, K. A., McClowry, S. G., Putnam, S. P., Saudino, K. J., & Zentner, M. (2012). What Is Temperament Now? Assessing Progress in Temperament Research on the Twenty-Fifth Anniversary of Goldsmith et al. (1987). Child Development Perspectives, 6(4), 436-444. <https://doi.org/10.1111/j.1750-8606.2012.00254.x>

**סיכומי המקורות:**

אסכם את המקורות העיקריים שהוזכרו בסקירה לגבי טמפרמנט:

1. Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (2006). Temperament.

סיכום: מאמר זה מציג סקירה מקיפה של המחקר העכשווי על טמפרמנט. הוא מגדיר טמפרמנט כהבדלים אינדיבידואליים בתגובתיות ובוויסות עצמי, שיש להם בסיס ביולוגי ומופיעים מוקדם בחיים. המאמר דן בשיטות מדידה של טמפרמנט, בהתפתחותו לאורך החיים, ובהשפעתו על התפתחות האישיות והתאמה פסיכו-חברתית. הוא מדגיש את האינטראקציה בין טמפרמנט לסביבה בעיצוב ההתפתחות.

1. Shiner, R. L., et al. (2012). What Is Temperament Now?

סיכום: מאמר זה סוקר את ההתקדמות במחקר הטמפרמנט ב-25 השנים שקדמו לפרסומו. הוא מציג הגדרות עדכניות של טמפרמנט, דן במבנה הפקטוריאלי של טמפרמנט, ובוחן את הקשרים בין טמפרמנט להתפתחות אישיות ופסיכופתולוגיה. המאמר מדגיש את חשיבות הטמפרמנט בהבנת התפתחות הילד ומציע כיוונים למחקר עתידי.

1. Gartstein, M. A., & Rothbart, M. K. (2003). Studying infant temperament via the Revised Infant Behavior Questionnaire.

סיכום: מחקר זה מציג את השאלון המתוקן להתנהגות תינוקות (IBQ-R), כלי מדידה חדש לטמפרמנט של תינוקות. המחקר בדק את המבנה הפקטוריאלי של הטמפרמנט בקרב תינוקות ומצא שלושה גורמים עיקריים: חיוביות (כולל רמות פעילות, חיוך וצחוק), שליליות (כולל עצב, פחד, תסכול), ויכולת ויסות (כולל משך קשב, ויסות רגשי). המחקר מספק תובנות חשובות לגבי מבנה הטמפרמנט בגיל הרך.

1. Kagan, J. (1994). Galen's prophecy: Temperament in human nature.

סיכום: בספר זה, קאגן מתחקה אחר ההיסטוריה של מושג הטמפרמנט, החל מהתיאוריה של היפוקרטס על ארבעת הנוזלים בגוף. הוא מציג את המחקר המודרני על טמפרמנט, מתמקד בהבדלים בין ילדים מעוכבים (inhibited) ולא מעוכבים, ודן בהשפעות הגנטיות והסביבתיות על התפתחות הטמפרמנט.

1. Laban, R., & Lawrence, F. C. (1974). Effort: Economy of human movement.

סיכום: ספר זה מציג את תיאוריית המאמץ (Effort) של לאבאן, המתארת איכויות תנועה בהקשר של משקל, זמן, מרחב וזרימה. למרות שהספר אינו עוסק ישירות בטמפרמנט, הוא מספק בסיס תיאורטי לקשר בין איכויות תנועה לטמפרמנט, שנעשה בו שימוש בתחום הטיפול בתנועה.

1. Kestenberg Amighi, J., et al. (2018). The meaning of movement: Developmental and clinical perspectives of the Kestenberg Movement Profile.

סיכום: ספר זה מציג את פרופיל התנועה של קסטנברג (KMP), שיטה לניתוח תנועה המקשרת בין דפוסי תנועה להתפתחות פסיכולוגית. קסטנברג מתייחסת לטמפרמנט כמתבטא בדפוסי תנועה מולדים הניתנים לצפייה כבר מגיל ינקות. הספר מציג כיצד ניתן להשתמש ב-KMP להערכה ולטיפול, כולל בהקשר של טמפרמנט והתפתחות רגשית.

כל אחד ממקורות אלה תורם להבנתנו את מושג הטמפרמנט מזווית שונה, החל מהיסטוריה ותיאוריה, דרך מחקר אמפירי, ועד ליישומים קליניים ותנועתיים.

להלן סקירה מעודכנת, מקיפה ומפורטת של המושג "טמפרמנט" בהקשר של גוף, תנועה, טיפול דיאדי וקשר הורה-ילד:

מבוא: טמפרמנט מתייחס להבדלים אינדיבידואליים בתגובתיות ובוויסות עצמי, בעלי בסיס ביולוגי, המופיעים מוקדם בחיים ומשפיעים על התפתחות האישיות והיחסים הבינאישיים (Rothbart & Bates, 2006). בסקירה זו נבחן את התפתחות המושג, את הקשר שלו לגוף ותנועה, ואת יישומיו בטיפול דיאדי ובקשר הורה-ילד.

מקורות היסטוריים: המושג "טמפרמנט" הוגה לראשונה על ידי היפוקרטס במאה החמישית לפני הספירה. היפוקרטס הציע תיאוריה של ארבעה טיפוסי טמפרמנט המבוססים על ארבעת הנוזלים בגוף: דם, ליחה שחורה, מרה צהובה ומרה לבנה (Kagan, 1994). תיאוריה זו השפיעה על חשיבה פסיכולוגית למשך מאות שנים.

מחקר עכשווי:

1. גנטיקה וטמפרמנט: Saudino, K. J., & Wang, M. (2012). Quantitative and molecular genetic studies of temperament. In M. Zentner & R. L. Shiner (Eds.), Handbook of Temperament (pp. 315-346). The Guilford Press.

מחקרים גנטיים מודרניים מצביעים על תרומה משמעותית של גורמים תורשתיים לטמפרמנט. Saudino & Wang (2012) סוקרים מחקרי תאומים ומחקרים מולקולריים המדגישים את התפקיד החשוב של גנטיקה בעיצוב הטמפרמנט, תוך הכרה בחשיבות האינטראקציה בין גנים לסביבה.

1. טמפרמנט והתפתחות אישיות: Slobodskaya, H. R., & Kozlova, E. A. (2016). Early temperament as a predictor of later personality. Personality and Individual Differences, 99, 127-132. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.04.094>

מחקר אורך זה מצא קשרים משמעותיים בין מדדי טמפרמנט בגיל הרך לתכונות אישיות בגיל ההתבגרות, מדגיש את חשיבות הטמפרמנט בהתפתחות האישיות לאורך זמן.

1. טמפרמנט ופסיכופתולוגיה: Pérez-Edgar, K., & Guyer, A. E. (2014). Behavioral Inhibition: Temperament or Prodrome? Current Behavioral Neuroscience Reports, 1(3), 182-190. <https://doi.org/10.1007/s40473-014-0019-9>

מאמר זה בוחן את הקשר בין עיכוב התנהגותי, סוג של טמפרמנט, לבין התפתחות הפרעות חרדה. המחברים מציעים מודל המשלב גורמים ביולוגיים, קוגניטיביים וסביבתיים בהסבר הקשר בין טמפרמנט לפסיכופתולוגיה.

1. טמפרמנט והורות: Bates, J. E., Schermerhorn, A. C., & Petersen, I. T. (2012). Temperament and parenting in developmental perspective. In M. Zentner & R. L. Shiner (Eds.), Handbook of temperament (pp. 425-441). The Guilford Press.

מחקר זה מדגיש את חשיבות ה"התאמה הטובה" (goodness of fit) בין טמפרמנט הילד לסביבתו ההורית, ואת ההשפעה ההדדית בין טמפרמנט להורות לאורך ההתפתחות.

טמפרמנט בהקשר של גוף ותנועה:

1. גישת לאבאן: Laban, R., & Lawrence, F. C. (1974). Effort: Economy of human movement. Macdonald & Evans.

רודולף לאבאן פיתח מערכת לניתוח תנועה המתייחסת לאיכויות תנועה כגון משקל, זמן, מרחב וזרימה. למרות שלאבאן לא התייחס ישירות לטמפרמנט, עבודתו משמשת בסיס לקשר בין איכויות תנועה לטמפרמנט בטיפול בתנועה.

1. גישת קסטנברג: Kestenberg Amighi, J., Loman, S., Lewis, P., & Sossin, K. M. (2018). The meaning of movement: Developmental and clinical perspectives of the Kestenberg Movement Profile. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315159232>

ג'ודית קסטנברג פיתחה את פרופיל התנועה של קסטנברג (KMP), המקשר בין דפוסי תנועה להתפתחות פסיכולוגית. קסטנברג ראתה בטמפרמנט ביטוי של דפוסי תנועה מולדים הניתנים לצפייה כבר מגיל ינקות.

1. טמפרמנט וטיפול בתנועה: Shuper Engelhard, E. (2019). Dance/Movement Therapy and Attachment Theory: Joining Forces to Heal Complex Trauma. In H. Payne, S. Koch, J. Tantia, & T. Fuchs (Eds.), The Routledge International Handbook of Embodied Perspectives in Psychotherapy (pp. 248-258). Routledge.

מאמר זה מציע דרכים לשילוב טיפול בתנועה עם תיאוריית ההתקשרות, ומספק תובנות לגבי עבודה עם דפוסי התנהגות מוקדמים, כולל אלו הקשורים לטמפרמנט, באמצעות התערבויות מבוססות-תנועה.

טמפרמנט בטיפול דיאדי וקשר הורה-ילד:

1. Sameroff, A. J., & Fiese, B. H. (2000). Transactional regulation: The developmental ecology of early intervention. In J. P. Shonkoff & S. J. Meisels (Eds.), Handbook of early childhood intervention (pp. 135-159). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511529320.009>

מודל הרגולציה הטרנסאקציונלי מדגיש את האינטראקציה המתמשכת בין הילד לסביבתו, כולל טמפרמנט הילד וסגנון ההורות.

1. Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2018). Affect regulation, mentalization, and the development of the self. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429471643>

ספר זה מדגיש את חשיבות היכולת ההורית לווסת את הרגשות של הילד ולהבין את מצבו המנטלי, תהליך המושפע מטמפרמנט הילד.

דיון: הסקירה מדגישה את המורכבות של מושג הטמפרמנט ואת השפעתו הרחבה על התפתחות הילד והאדם. המחקר העכשווי מצביע על הבסיס הגנטי החזק של טמפרמנט, אך גם על האינטראקציה המתמדת עם גורמים סביבתיים, במיוחד הורות. בהקשר של גוף ותנועה, הגישות של לאבאן וקסטנברג מספקות כלים לזיהוי וטיפול בביטויים גופניים של טמפרמנט.

בטיפול דיאדי ובקשר הורה-ילד, הבנת הטמפרמנט של הילד וההורה מאפשרת התאמה טובה יותר של הטיפול והאינטראקציה. חשיבות ה"התאמה הטובה" בין טמפרמנט הילד לסביבתו מודגשת במחקרים רבים, ומהווה בסיס להתערבויות טיפוליות.

מסקנות:

1. טמפרמנט הוא מרכיב מרכזי באישיות, בעל בסיס ביולוגי חזק אך גם מושפע מהסביבה.
2. הבנת הטמפרמנט חיונית בטיפול דיאדי ובקשר הורה-ילד, ומאפשרת התאמה טובה יותר של הטיפול והאינטראקציה.
3. גישות מבוססות-תנועה מספקות כלים ייחודיים לזיהוי וטיפול בביטויים גופניים של טמפרמנט.
4. יש צורך במחקר נוסף על היישום של ידע על טמפרמנט בהתערבויות טיפוליות מבוססות-תנועה.

סיכום: המושג "טמפרמנט" ממשיך להיות מרכזי בהבנת ההתפתחות האנושית. המחקר העכשווי מדגיש את מורכבותו ואת השפעתו הרחבה על התפתחות האישיות, היחסים הבינאישיים, והבריאות הנפשית. בהקשר של טיפול דיאדי וקשר הורה-ילד, הבנת הטמפרמנט מספקת בסיס חשוב להתערבויות טיפוליות, במיוחד אלו המשלבות עבודה עם הגוף והתנועה.

ביבליוגרפיה:

Bates, J. E., Schermerhorn, A. C., & Petersen, I. T. (2012). Temperament and parenting in developmental perspective. In M. Zentner & R. L. Shiner (Eds.), Handbook of temperament (pp. 425-441). The Guilford Press.

Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2018). Affect regulation, mentalization, and the development of the self. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9780429471643>

Kagan, J. (1994). Galen's prophecy: Temperament in human nature. Basic Books.

Kestenberg Amighi, J., Loman, S., Lewis, P., & Sossin, K. M. (2018). The meaning of movement: Developmental and clinical perspectives of the Kestenberg Movement Profile. Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781315159232>

Laban, R., & Lawrence, F. C. (1974). Effort: Economy of human movement. Macdonald & Evans.

Pérez-Edgar, K., & Guyer, A. E. (2014). Behavioral Inhibition: Temperament or Prodrome? Current Behavioral Neuroscience Reports, 1(3), 182-190. <https://doi.org/10.1007/s40473-014-0019-9>

Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (2006). Temperament. In N. Eisenberg, W. Damon, & R. M. Lerner (Eds.), Handbook of child psychology: Vol. 3. Social, emotional, and personality development (6th ed., pp. 99-166). John Wiley & Sons.

Sameroff, A. J., & Fiese, B. H. (2000). Transactional regulation: The developmental ecology of early intervention. In J. P. Shonkoff & S. J. Meisels (Eds.), Handbook of early childhood intervention (pp. 135-159). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511529320.009>

Saudino, K. J., & Wang, M. (2012). Quantitative and molecular genetic studies of temperament. In M. Zentner & R. L. Shiner (Eds.), Handbook of Temperament (pp. 315-346). The Guilford Press.

Shuper Engelhard, E. (2019). Dance/Movement Therapy and Attachment Theory: Joining Forces to Heal Complex Trauma. In H. Payne, S. Koch, J. Tantia, & T. Fuchs (Eds.), The Routledge International Handbook of Embodied Perspectives in Psychotherapy (pp. 248-258). Routledge.

Slobodskaya, H. R., & Kozlova, E. A. (2016). Early temperament as a predictor of later personality. Personality and Individual Differences, 99, 127-132. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2016.04.094>

**בשמחה. הנה סיכום קצר על כל אחד מהמקורות שהוזכרו בסקירה:**

1. **Bates, J. E., Schermerhorn, A. C., & Petersen, I. T. (2012): סיכום: מחקר זה בוחן את האינטראקציה בין טמפרמנט הילד לבין סגנון ההורות. המחברים מדגישים את חשיבות ה"התאמה הטובה" (goodness of fit) בין טמפרמנט הילד לסביבתו ההורית, ואת ההשפעה ההדדית בין טמפרמנט להורות לאורך ההתפתחות.**
2. **Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2018): סיכום: ספר זה מתמקד בחשיבות של ויסות רגשי ומנטליזציה בהתפתחות העצמי. המחברים מדגישים את תפקיד ההורים בפיתוח יכולות אלו אצל ילדיהם, תוך התחשבות בטמפרמנט הייחודי של כל ילד.**
3. **Kagan, J. (1994): סיכום: ספר זה מתחקה אחר ההיסטוריה של מושג הטמפרמנט, החל מהתיאוריה של היפוקרטס. קאגן מציג את המחקר המודרני על טמפרמנט, מתמקד בהבדלים בין ילדים מעוכבים (inhibited) ולא מעוכבים, ודן בהשפעות הגנטיות והסביבתיות על התפתחות הטמפרמנט.**
4. **Kestenberg Amighi, J., et al. (2018): סיכום: ספר זה מציג את פרופיל התנועה של קסטנברג (KMP), שיטה לניתוח תנועה המקשרת בין דפוסי תנועה להתפתחות פסיכולוגית. קסטנברג מתייחסת לטמפרמנט כמתבטא בדפוסי תנועה מולדים הניתנים לצפייה כבר מגיל ינקות.**
5. **Laban, R., & Lawrence, F. C. (1974): סיכום: ספר זה מציג את תיאוריית המאמץ (Effort) של לאבאן, המתארת איכויות תנועה בהקשר של משקל, זמן, מרחב וזרימה. למרות שאינו עוסק ישירות בטמפרמנט, הוא מספק בסיס תיאורטי לקשר בין איכויות תנועה לטמפרמנט.**
6. **Pérez-Edgar, K., & Guyer, A. E. (2014): סיכום: מאמר זה בוחן את הקשר בין עיכוב התנהגותי (behavioral inhibition), שנחשב לסוג של טמפרמנט, לבין התפתחות של הפרעות חרדה. המחברים מציעים מודל המשלב גורמים ביולוגיים, קוגניטיביים וסביבתיים בהסבר הקשר בין טמפרמנט לפסיכופתולוגיה.**
7. **Rothbart, M. K., & Bates, J. E. (2006): סיכום: מאמר זה מציג סקירה מקיפה של המחקר על טמפרמנט, כולל הגדרות, מדידה, והתפתחות לאורך החיים. הוא מדגיש את חשיבות הטמפרמנט בהתפתחות האישיות והתאמה פסיכו-חברתית.**
8. **Sameroff, A. J., & Fiese, B. H. (2000): סיכום: המחברים מציגים את מודל הרגולציה הטרנסאקציונלי, המדגיש את האינטראקציה המתמשכת בין הילד לסביבתו, כולל טמפרמנט הילד וסגנון ההורות. הם דנים בחשיבות של התערבות מוקדמת בהתבסס על הבנה זו.**
9. **Saudino, K. J., & Wang, M. (2012): סיכום: מאמר זה סוקר את המחקר הגנטי העדכני על טמפרמנט, כולל מחקרי תאומים ומחקרים מולקולריים. הוא מדגיש את התרומה המשמעותית של גורמים גנטיים לטמפרמנט, אך גם את חשיבות האינטראקציה בין גנים לסביבה.**
10. **Shuper Engelhard, E. (2019): סיכום: פרק זה מתאר כיצד ניתן לשלב טיפול בתנועה עם תיאוריית ההתקשרות בטיפול בטראומה מורכבת. למרות שאינו עוסק ישירות בטמפרמנט, הוא מספק תובנות לגבי כיצד ניתן לעבוד עם דפוסי התנהגות מוקדמים באמצעות התערבויות מבוססות-תנועה.**
11. **Slobodskaya, H. R., & Kozlova, E. A. (2016): סיכום: מחקר אורך זה בדק כיצד טמפרמנט בגיל הרך מנבא אישיות בגיל ההתבגרות. הממצאים מראים קשרים משמעותיים בין מדדי טמפרמנט מוקדמים לתכונות אישיות מאוחרות יותר, מדגישים את חשיבות הטמפרמנט בהתפתחות האישיות.**

**CopyRetry**

**בהחלט, אערוך דיון המשווה ומנתח את הממצאים העיקריים מהמקורות השונים:**

1. בסיס גנטי מול השפעות סביבתיות:

המחקר של Saudino & Wang (2012) מדגיש את התרומה המשמעותית של גורמים גנטיים לטמפרמנט. עם זאת, מחקרים אחרים, כמו אלה של Bates et al. (2012) ו-Sameroff & Fiese (2000), מצביעים על החשיבות של האינטראקציה בין הטמפרמנט המולד לבין הסביבה, במיוחד סגנון ההורות. זה מעלה שאלות מעניינות לגבי המידה שבה הטמפרמנט הוא קבוע לעומת גמיש ומשתנה לאורך הזמן.

1. התפתחות לאורך זמן:

המחקר של Slobodskaya & Kozlova (2016) מראה קשרים בין טמפרמנט מוקדם לאישיות מאוחרת יותר, מה שמחזק את הרעיון של יציבות מסוימת בטמפרמנט. מאידך, העבודה של Rothbart & Bates (2006) מדגישה את ההתפתחות והשינוי בטמפרמנט לאורך החיים. זה מעלה שאלות לגבי האיזון בין יציבות לשינוי בטמפרמנט.

1. טמפרמנט ופסיכופתולוגיה:

Pérez-Edgar & Guyer (2014) מציעים קשר בין טמפרמנט (במיוחד עיכוב התנהגותי) לבין התפתחות הפרעות חרדה. זה מתקשר לעבודתו של Kagan (1994) על ילדים מעוכבים ולא מעוכבים. יחד, אלה מעלים שאלות חשובות לגבי התפקיד של טמפרמנט בהתפתחות של בעיות נפשיות ואת הפוטנציאל להתערבות מוקדמת.

1. טמפרמנט בהקשר של גוף ותנועה:

העבודות של Laban & Lawrence (1974) ושל Kestenberg Amighi et al. (2018) מציעות דרכים לראות את הטמפרמנט דרך הגוף והתנועה. זה מספק פרספקטיבה ייחודית וחשובה, במיוחד בהקשר של עבודה עם ילדים צעירים או במסגרות טיפוליות לא מילוליות. Shuper Engelhard (2019) מראה כיצד ניתן ליישם גישות אלו בטיפול בטראומה, מה שמרחיב את הפוטנציאל היישומי של הבנת הטמפרמנט דרך תנועה.

1. טמפרמנט וקשר הורה-ילד:

Bates et al. (2012) ו-Fonagy et al. (2018) מדגישים את חשיבות ההתאמה בין טמפרמנט הילד לסגנון ההורות. זה מתקשר למודל הרגולציה הטרנסאקציונלי של Sameroff & Fiese (2000), המדגיש את האינטראקציה המתמשכת בין הילד לסביבתו. אלה יחד מציעים שהבנת הטמפרמנט חיונית לא רק להבנת הילד, אלא גם לפיתוח התערבויות יעילות שמערבות את ההורים.

סיכום הדיון:

הממצאים מהמקורות השונים מציגים תמונה מורכבת של טמפרמנט כתכונה בעלת בסיס ביולוגי חזק, אך גם מושפעת מאוד מהסביבה ומתפתחת לאורך זמן. הם מדגישים את החשיבות של הבנת הטמפרמנט בהקשרים שונים - מהתפתחות אישיות ופסיכופתולוגיה ועד ליחסי הורה-ילד וטיפול בתנועה.

שאלות למחקר עתידי שעולות מדיון זה כוללות:

1. כיצד ניתן לשלב באופן אופטימלי את ההבנה של טמפרמנט בהתערבויות טיפוליות, במיוחד אלו המבוססות על תנועה?
2. מהי המידה המדויקת של השפעת הגנים מול הסביבה על טמפרמנט, וכיצד זה משתנה לאורך ההתפתחות?
3. כיצד ניתן לשפר את ה"התאמה הטובה" בין טמפרמנט הילד לסביבתו, במיוחד בהקשר של יחסי הורה-ילד?

**משימה 2**

מספר כיוונים לעבודה תנועתית והתערבויות דיאדיות בתנועה המתייחסות לנושא הטמפרמנט ונותנות ביטוי לגוף ולתנועה בתוך הטיפול הדיאדי. הנה שלוש הצעות:

1. התאמת איכויות תנועה בין הורה לילד:

תיאור: בהתערבות זו, המטפל מנחה את ההורה והילד לחקור יחד איכויות תנועה שונות (למשל, קל/כבד, מהיר/איטי, ישיר/עקיף) ולשחק עם התאמה והתנגדות ביניהם.

נימוק: התערבות זו מבוססת על התיאוריה של לאבאן, המקשרת בין טמפרמנט לאיכויות תנועה. היא מאפשרת להורה ולילד להתנסות בסגנונות תנועה שונים מהטבעיים להם, ובכך לפתח גמישות בביטוי הטמפרמנט שלהם. זה יכול לשפר את ה"goodness of fit" ביניהם ולהעשיר את האינטראקציה הדיאדית.

דוגמה: הורה וילד יכולים לנוע יחד כשהם מחזיקים ידיים, כאשר ההורה מוביל תנועה "כבדה" והילד מגיב בתנועה "קלילה", ואז להתחלף. זה מאפשר להם לחוות את ההבדלים בטמפרמנט שלהם ולפתח אמפתיה והבנה הדדית.

1. "שיקוף תנועתי" מותאם טמפרמנט:

תיאור: בפעילות זו, ההורה והילד מתחלפים בתפקידי "מוביל" ו"משקף". המוביל מבצע תנועות המשקפות את הטמפרמנט הטבעי שלו, והמשקף מנסה לחקות אותן במדויק.

נימוק: שיקוף תנועתי הוא טכניקה מוכרת בטיפול בתנועה, והתאמתה לטמפרמנט מאפשרת להורה ולילד להבין ולחוות באופן גופני את הביטוי התנועתי של הטמפרמנט של האחר. זה מפתח אמפתיה, מודעות עצמית, ויכולת לזהות ולהגיב לרמזים לא מילוליים.

דוגמה: ילד בעל טמפרמנט "אקטיבי" יכול להוביל תנועות מהירות ואנרגטיות, בעוד ההורה משקף אותן. לאחר מכן, הורה בעל טמפרמנט "מהוסס" יכול להוביל תנועות איטיות ומדודות, והילד ינסה לשקף אותן. זה מאפשר לשניהם לחוות ולהבין את ההבדלים בטמפרמנט ביניהם.

1. "מסע תנועתי" משותף:

תיאור: ההורה והילד יוצרים יחד "מסע תנועתי" בחדר, כאשר כל אחד מהם מביא לידי ביטוי את הטמפרמנט שלו בחלק שונה של המסע. המטפל מנחה אותם לשלב את התנועות שלהם ולמצוא דרכים ליצור הרמוניה בין הסגנונות השונים.

נימוק: פעילות זו מבוססת על הרעיון של קסטנברג לגבי פרופיל תנועה אישי. היא מאפשרת להורה ולילד לבטא את הטמפרמנט הייחודי שלהם, תוך כדי למידה כיצד לשלב ולהתאים את עצמם זה לזה. זה מפתח מיומנויות של שיתוף פעולה, הקשבה גופנית, וגמישות בביטוי הטמפרמנט.

דוגמה: הילד יכול להתחיל את המסע בקפיצות ותנועות מהירות (אם זה מתאים לטמפרמנט שלו), בעוד ההורה ממשיך בתנועות מדודות ואיטיות יותר. בהמשך, הם מתבקשים למצוא דרך לנוע יחד, אולי על ידי יצירת תנועה שמשלבת את שני הסגנונות או על ידי מציאת קצב משותף.

כל ההתערבויות הללו מאפשרות להורה ולילד לחקור את הטמפרמנט שלהם ושל האחר דרך הגוף והתנועה, תוך פיתוח מודעות, אמפתיה, וגמישות. הן גם מספקות למטפל הזדמנויות לצפות באינטראקציה הדיאדית ולהתערב באופן ממוקד כדי לשפר את ההתאמה והתקשורת בין ההורה לילד.