

Dancing with grandparents to create creativity and optimism in times of loss

רוקדות עם סבתא: יצירתיות ואופטימיות בזמנים של אובדן

Einat Shuper-Engelhard & Maya Vulcan

"When I look at her moving, old age is less frightening..."

In his famous wish "may I be alive when I die", Winnicott articulated the aspiration of being creatively and intimately engaged in fulfilling relationships during old age, rather than harboring feelings of resentment and anger over perceived losses until death. In light of existing theories and research on dance movement therapy in old age and developmental processes within families, the present study aims to explore the significance of spontaneous, unstructured dance sessions involving adult grandchildren and their grandparents, examining the impact on each generational group.

In this action research, a total of sixteen dance-movement therapists and their grandmothers engaged in three free-form dance meetings conducted within the grandmothers' home. By analyzing the recorded videos of these sessions, personal diaries, and conducting semi-structured interviews, the study revealed that the free dance meetings, where the granddaughter mirrored her grandmother's movements while introducing creative expansions, had a transformative effect on the grandmother's mental state. The sessions also empowered the grandmother's abilities and promoted eye contact, touch and playfulness while acknowledging the importance of rest and legitimizing it. As a result, positive memories and emotions surfaced, leading to an uplifted mood and spirits. The encounter also had a profound impact on the granddaughters' perception of aging and facilitated a space for navigating processes of separation.

The discussion will delve into the significance of dance within close relationships as a tool for fostering novel experiences for the elderly and aiding in coping with differences and loss. Moreover, based on the results of this study, we will offer a dance movement therapy

intervention model for adult grandchildren's support of the elderly in the community in order to promote wellbeing and quality of life at old age.

כשאני מסתכל עליה נעה, על הריקוד שלה, הזקנה פחות מפחידה... מפתיע לראות כמה יפה היא רוקדת. ניתנה לי ההודמנות לראות בה אישה"

ויניקוט, במשאלה המפורסמת שלו "להיות בחיים כשאני אמות", ביטא את השאיפה להיות נוכח, מעורב ופעיל באופן יצירתי ואינטימי במערכות יחסים במהלך זקנה, במקום לשאת תחושות של טינה וכעס על מגוון האובדניים שצוברים לאורך החיים ועד המוות. לאור התיאוריות והמחקרים הקיימים על טיפול בתנועה ומחול בגיל מבוגר ותהליכי התפתחות בתוך המשפחה, מטרת המחקר המוצג היתה לחקור את המשמעות של מפגשי ריקוד ספונטניים בין נכדות בוגרות וסבותיהן, על כל אחד מהדורות.

במסגרת מחקר פעולה, שש עשרה מטפלות בתנועה ומחול וסבותיהן השתתפו בשלושה מפגשי ריקוד חופשי שנערכו בבית הסבתות. על ידי ניתוח הסרטונים המוקלטים של הפגישות הללו, קריאה ביומנים אישיים שכתבו הנכדות בעקבות המפגש, וקיום ראיונות מובנים למחצה בין הנכדה לסבתה, המחקר חשף כי מפגשים קבועים של ריקוד חופשי, בהם הנכדה משקפת את תנועות סבתה תוך הצעה להרחבה של התנועה, עידוד לקשר עין, למגע ולמשחק והעצמה של יכולת פיזיות, בצד מתן אפשרות למנוחה, משנים את נקודת המבט של הנכדה על הזקנה ומספקים מרחב לתהליכי פרידה. מצד הסבות, המפגש יצר שינוי בהלך רוהן: עלו זיכרונות ורגשות חיוביים וכן ביטויים של התעלות הרוח.

הדיון יעמיק במשמעות של ריקוד בתוך מערכות יחסים קרובות ככלי לטיפוח חוויות חדשות בזקנה וסיוע בהתמודדות עם שינויים ואובדניים. יתרה מכך, בהתבסס על תוצאות מחקר זה, נציע מודל התערבות של טיפול בתנועה ומחול בקהילה, על מנת לקדם רווחה ואיכות חיים בגיל מבוגר.

Biography

Einat Shuper-Engelhard (PhD, DMP) is a senior lecturer and serves as the head of the Dance Movement Therapy M.A. training program at the Graduate School of Creative Arts Therapies in the Faculty of Welfare and Health Sciences at the University of Haifa. She is a researcher at the Emili Sagol CAT Research Center and Lecturer at the Kibbutzim College of Education, Israel. She has worked as a therapist with Holocaust survivors and in various Israeli

kindergartens and high schools with children suffering from emotional difficulties and developmental problems. She concentrates on studying children's sexual abuse, DMT with adolescence, parenting and couple relationships.

Maya Vulcan (PhD) is a dance movement therapist and a psychotherapist. She is a lecturer at The School of Creative Art Therapies at the University of Haifa and at the Kibbutzim College in Tel-Aviv. Prior to that she served as the head of the Dance Movement therapy training program at the Kibbutzim College (2017–2023). Her clinical experience includes working as a therapist with infants and their caregivers, teenagers and adults: she specializes in working with psychosomatic disorders and medically unexplained symptom and with children who suffer from emotional difficulties and developmental problems. She also works as clinical supervisor at "OTI" – The Israeli Autism Association - and at her private practice in Tel Aviv. Her research focuses on DMT education and training, DMT with couples, body and movement interventions with ASD, DMT with infants and caregivers, DMT diagnostic profiles, and professional identity in the field of DMT.

Recent publications and conference presentations

Vulcan, M., & Shuper Engelhard, E. (2022). **Open studio in dance movement therapy: application and enhancement.** In: *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 1-16.

Shuper Engelhard, E. (2022). **Dance movement therapy with children who have undergone sexual trauma.** In: *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 1-12.

Bresler, A., Michal Bat-Or, & Shuper Engelhard, E. (2023). **Analyzing therapy logs: Mapping physical and mental manifestations of anxiety among children undergoing dance/movement therapy.** In: *American Journal of Dance Therapy*. 1-15.

Pitluk Barash, M., Shuper Engelhard, E., & Elboim-Gabyzon, M. (2023, April). **Feasibility and effectiveness of a novel intervention integrating physical therapy exercise and dance movement therapy on fall risk in community-dwelling older women: a randomized pilot study**. In *Healthcare* (Vol. 11, No. 8, p. 1104). MDPI.

Shuper Engelhard, E. (Ed). (2023). **Dance/Movement therapy and sexual abuse: assessment and intervention based on body-mind approaches**. Taylor & Francis.