



כנפיים של קרמבו

מרכז הכשרה
חינוכי חברתי
ידע • חינוך • פיתוח • מחקר



כנפיים של קרמבו

תנועת נוער לצעירים
עם ובלי צרכים מיוחדים

ללכת לע(א)יבוד חושי

דורלי רוזנשטיין – מרכז ידע חינוכי-חברתי 'כנפיים של קרמבו'

עיבוד חושי הוא תהליך התפתחותי טבעי שתחילתו בהריון ובו מתפתחת היכולת לארגן מידע סנסורי (תחושת) מהסביבה ומהגוף לפעילות מותאמת. הוא מאפשר לנו להקצות משאבים ולווסת תגובות באופן פרופורציונלי ובהתאם לגרייה שנקלטה במערכת העצבים שלנו. תהליך זה, מאפשר לנו להתנהל במרחב החיים מבלי שגירויים שונים יוציאו אותנו מ"שיווי משקל".

לכולנו רגישויות חושיות בדרגות שונות. אבל מה קורה כאשר המוח לא תמיד מצליח לארגן את החוויה כמו שצריך? מה קורה לנו כשאנחנו לא מצליחים לווסת את התחושות לכדי חוויה תפיסתית מאוזנת? מצבים אלו נפוצים יחסית בקרב ילדים. כ-15% מהילדים סובלים מהפרעה בעיבוד החושי שבאה לידי ביטוי בהתנהגויות שנתפסות ע"י הסביבה כ"לא מאוזנות". אחת ההשפעות המשמעותיות ביותר של קשיים בעיבוד החושי, משתקפת אצל הילדים שלנו בקשיים חברתיים ורגשיים.

מה בין עיבוד חושים לאיבוד חברים?

היכולת לווסת את תגובותינו נבנית עם הגיל ועם החשיפה ההולכת וגוברת למצבים תחושתיים שונים ומכאן, אנו לומדים כיצד לנהוג בהתאם לדרך בה אנו קולטים את העולם. כאשר ילדים חשים מוצפים מהסביבה (קולות, מגעים, ריחות, תנועות), הם מתקשים להכיל את העומס התחושתית ויש לכך ביטויים התנהגותיים שעלולים להיתפס כ"לא מאוזנים" ע"י הסביבה. הדבר יכול לבוא לידי ביטוי בהתפרצויות זעם, פרצי בכי, בריחה – כל דבר, שמבחינת הילד, יפסיק את הצפת הגרייה בה הוא חש. כך בא לידי ביטוי הקשר ההדוק בין קשיי ויסות חושיים, רגשיים והתנהגותיים. חשוב לזכור, כי תהליך ההתפתחות של הוויסות הרגשי חל במקביל להתפתחות מנגנון העיבוד והוויסות החושי.

מצבים של קשיים בעיבוד החושי עלולים לגרום לילד לתסכול ולתחושת בדידות חברתית. הוא מרגיש כי הוא "אינו מתאים" לסביבה. ילדים ומבוגרים מודעים לתגובות השונות ועורכים, באופן טבעי, השוואות בהתנהגויות חברתיות. ומכאן, נוטים פעמים רבות לפרש את התנהגות הילד הלא מווסת, כאגרסיבית ואלימה או, לחליפין, מופנמת וילדותית ומתקשים לשייך זאת לקשיים המלווים את התפתחותו התחושתית. תגובות אלו, מהסביבה, גורמות לילד עצמו לתסכול רב ולתחושת אכזבה מחבריו ומהמבוגרים מהסובבים אותו, שבהם הוא שם את בטחו.

חשוב לציין כי ילדים שמתמודדים עם קשיים אלו, נוטים להתקשות לתאר במילים או בתחושות את החוויות שלהם ובמצב זה תחושת הבדידות והתסכול גוברת עוד יותר. העולם נתפס כמקום מאיים ומתסכל והם כמהים להכלה והבנה. ילדים רבים חיים בתחושה כי "אף אחד לא מבין אותי", "לא כיף לי..." ומשדרים כעס וחוסר שביעות רצון, ולעיתים אף דפוסי התנהגות חרדתיים. מצד שני, נמצא ילדים שמתקשים לבסס לעצמם קבוצה חברתית בשל אימוץ של אסטרטגיות התנהגותיות מרדניות, רצון לשלוט בסביבה (וכך להגן על עצמם), תוקפנות ונוקשות מחשבתית.

לעיתים, ילדים אלו, נתפסים ואף מאובחנים כסובלים מהפרעות קשב וריכוז או הפרעות רגשיות – התנהגותיות. מן הראוי לפנות לאבחנה מبدלת על מנת לטפל במצבים אלו באופן שיאפשר להם לחוות את העולם ממקום נעים ומווסת, ובכדי למנוע היווצרות של דפוסי התנהגות ואישיות המתגבשים סביב הלקות ועלולים לגרום לסבל מיותר. לשם כך, מומלץ לאפשר לילדים לחוות, מגיל צעיר, מגוון רחב של חוויות שיסייעו להם להיחשף בהדרגה, אך באופן קבוע, לתחושות מגוונות: מרקמים, הפעלות מוטוריות ומגעיות, ריחות וטעמים, צלילים וקולות, תנועות.

כאשר עולה קושי אל מול חוויות חושיות: התנגדות, הימנעות, חוסר נוחות, פעלתנות יתר, חיפוש אובססיבי אחר תחושה מסוימת – מומלץ לפנות לאבחון וטיפול של מרפאה בעיסוק, מטפלים/יועצים התפתחותיים, פסיכולוגיים התפתחותיים/חינוכיים או למרכזים להתפתחות הילד.

מוזמנים לפנות אלינו ולהעמיק את הידע בתחום דרך סדנאות וסדנאות להורים ואנשי חינוך:

krembo@krembo.org.il

