

על רקע המצב הביטחוני המלצות לאנשי מקצוע המטפלים בילדים ובוגרים עם אוטיזם

פרופ' דיצה צחור, מנהלת המרכז לאוטיזם של אלו"ט

רצף האוטיזם מתאפיין הן בקשיים חברתיים-תקשורתיים והן בהתנהגויות תבניתיות, חזרתיות וקושי בוויסות החושי. לחלק מהילדים והבוגרים שעל הרצף יש קשיים נלווים כאשר אחת הבעיות השכיחות היא החרדה שמופיעה אצל כ-40% מהילדים/בוגרים, בעיות קשב וריכוז שמופיעים אצל כ-60% וכן קשיי התנהגות שונים שמופיעים בשכיחות גבוהה.

ילדים ובוגרים עם אוטיזם קיים לעיתים קושי להיות במסגרת חברתית צמודה. הצורך להיות במקום קטן עם הרבה אנשים חלקם זרים עלול להביא למצוקה חברתית.

המציאות הביטחונית המורכבת משפיעה על ילדים ובוגרים על רצף האוטיזם באופן ייחודי הקשור הן לתסמיני הליבה והן לקשיים הנלווים. ולא רק זאת, אלא שכל ילד/ה/בוגר/ת על רצף האוטיזם יחוה את מצב החירום הנוכחי באופן שונה. זאת מאחר ומדובר ברצף שבו היכולות והקשיים שונים מאוד מאחד לשני. השוני נובע מטווח רחב של יכולות ההבנה והקוגניציה, מרמת שפה הבעתית שונה ומחומרה שונה של הקשיים החברתיים-תקשורתיים וההתנהגותיים.

יש לזכור שאחד המאפיינים את רצף האוטיזם הוא הצורך בשגרה ידועה וברורה. אין ספק ששינוי מהותי כמו הצורך לשהות במרחב מוגן ממ"ד או מקלט הוא שינוי משמעותי לסביבה הרגילה של הילד/בוגר ועלול להשפיע לרעה על ההתנהגות.

אחד המאפיינים הבולטים של המאובחנים עם אוטיזם הוא הקושי בוויסות החושי. כ-70% מהילדים/בוגרים יראו רתיעה בולטת מרעשים/צלילים מגיל צעיר. צליל ועוצמת האזעקות בעת צבע אדום יכול להיות טריגר למצוקה רבה תחושתית אצל חלק מהילדים.

לחלק מהילדים/בוגרים יש תסמיני חרדה משמעותיים וחלק אף מטופלים בתרופות נוגדות חרדה. חוסר הוודאות אשר מוביל לתחושות של חרדה ומצוקה באוכלוסיה בכלל, עלול להיות בולט יותר אצל ילדים ובוגרים המתמודדים עם קושי תקשורתי ותסמיני חרדה בולטים עוד קודם להתחלת המצב הביטחוני.

לאחוז גבוה של הילדים/בוגרים על רצף האוטיזם יש תסמיני חוסר קשב, היפראקטיביות ואימפולסיביות. לילדים/בוגרים עם תסמיני ADHD יתקשו להישאר במקום אחד במרחב מוגן בממ"ד או מקלט לאורך זמן. זה יכול להקשות מאוד על הצוותים המטפלים ובוודאי על ההורים שצריכים לדאוג לביטחונם של הילד מצד אחד אך גם להבין את מצוקותיו.

צוותים במסגרות או בעבודה ביתית שמטפלים בילדים/בוגרים על רצף האוטיזם צריכים לזכור את הקשר בין תסמיני הליבה להתמודדות המורכבת עם המצב הנוכחי וכן את השונות הרבה בין הילדים/בוגרים.

בבואנו להעריך מה ניתן לעשות על מנת לאפשר הסתגלות טובה יותר למצב הביטחוני המורכב יש לשקול את כל התובנות האלו בתכנון ההתערבות במסגרות החינוכיות ובבתים לחיים וכן במתן ההמלצות להורים. כמו כן, כל תכנית צריכה להתאים לכל אחד ואחת באופן אינדיבידואלי על פי מאפייני ההתנהגות והיכולות הבסיסיות שלהם.

יש לזכור שקושי חברתי-תקשורתי שמתבטא הן בקושי ליזום ולפנות לאחרים והן ביכולת להעביר מסרים ברורים על המצב הרגשי הם ממאפייני רצף האוטיזם. כתוצאה מכך, לא תמיד הילדים/בוגרים יביאו לידיעתנו את מצבם הרגשי ואת צרכיהם והקושי עלול לבוא לידי ביטוי בהתנהגויות מאתגרות שלא היו מופיעות בזמנים רוטיניים.

ילדים/בוגרים עם שפה דבורה מצומצמת יתקשו עוד יותר בהעברת המסרים ברורים על צרכיהם ועל מצבם הרגשי.

בהסתמך על הידע הנצבר על רצף האוטיזם מה ניתן לעשות במסגרות הטיפוליות ובבתי המשפחות?

1 קשיי תקשורת

חשוב שבזמנים אלו נגביר את השימוש בתקשורת חליפית ותומכת. לדוגמה לילדים/בוגרים לא וורבלים להרבות בשימוש באמצעים כמו לוח תקשורת, PECS או אייפד הן להבנה של הקשיים שהילד עובר והן בתהליך ההתערבות וההכנה בעת אזעקות.

2 הפחתת הקושי החברתי בהסתגלות לקבוצה של אנשים במרחב המוגן

מומלץ לעשות הכנה קודמת לגבי מי יהיה עם הילד במרחב המוגן ואף להשתמש באמצעים חזותיים (תמונות) כדי להרגיל את הילד/בוגר לסיטואציה המלחיצה.

3 הפחתת הקושי בשינויים בשגרה

הכינו את הילד/בוגר לשינוי ברוטינה באמצעי המתאים ליכולות. לילדים/בוגרים בתפקוד הגבוה ניתן להשתמש באמצעים מילוליים או כתובים, חזרה שוב ושוב על ההליך הנכון ומה יקרה בכל שלב. ניתן בילדים להשתמש בטכניקת ה"סיפור החברתי" כהכנה לשינוי ולהתנהגות המצופה מהילד. לילדים ללא שפה ניתן להשתמש בלוח חזותי וגם כאן לחזור על הרצף שהילד יצטרך לבצע מספר פעמים עד להפנמה.

4 הפחתת הקושי בויסות חושי

לילדים עם רתיעה מצלילים שונים אפשר להשתמש באוזניות להפחתת החשיפה לרעש של האזעקות וההמולה במרחב המוגן. בהתאם אם יש רתיעה ממגע, ריחות או מרכיב סנסורי אחר יש לתכנן זאת מראש ולמצוא לו פתרונות חלופיים.

5 הפחתת חרדה

לילדים/בוגרים עם תסמיני חרדה בנוסף לרצף האוטיזם מומלץ על הכנה, אימון ותרגול חוזרים לסיטואציה כך שבמצב חירום הם יהיו מתורגלים מה יש לעשות ואיך להתנהל. ילדים/בוגרים המטופלים תרופתית ומגלים חרדה רבה מהסיטואציה יש להתייעץ עם הרופאים המטפלים בהם לגבי שינוי במינון והתאמתו למצב החדש.

6 התמודדות עם קשיי קשב, נטייה להיפראקטיביות ואימפולסיביות

קשיי הקשב, הנטייה להיפראקטיביות ואימפולסיביות יכולים להשפיע על יכולת הילדים/בוגרים להישאר לאורך זמן במקום אחד. גם כאן חשובה הכנה רבה קודם. בנוסף, במידה וילד/בוגר יש תחום עניין שאוהב, לאפשר לעסוק בו בעת השהייה במרחב המוגן. עיסוק במסכים שפחות מומלץ ביומיום יכול להיות אמצעי מרגיע ומשפר אי שקט מוטורי וקושי בקשב אצל חלק מהילדים.

7 ילדים/בוגרים המטופלים תרופתית

אם הילד/הבוגר מטופל תרופתית, יש לחשוב איך מאזנים את הטיפול כך שישפיע על תקופות ארוכות יותר ויאפשר לילדים/בוגרים להסתגל טוב יותר למצב המורכב.