



הוא נתקל, נופל ולא רוצה לצאת חזר

איפה הבעיה?

ד"ר מרק ורטהיים, מפתח שיטת OCO™

מכירים את הילדים שאומרים עליהם שיש להם שתי רגליים שמאליות או שתי ידיים שמאליות? אותם הילדים גם נתקלים בחפצים, נופל להם האוכל מהידיים והם חורטים בזמן הציור/הכתיבה. מספר הילדים המסורבלים עלה בשנים האחרונות בצורה דרמטית. אז אם כך, מה הן התופעות שמאותתות לנו שישנה בעיה ומה מומלץ לעשות?

הילדים האלו לא חולים, אבל משהו לא בסדר. לכאורה הם לא זקוקים לשום טיפול רפואי ומצד שני, גם אינם שולטים טוב בגופם. לאחדים יש ידיים שמאליות ואחרים נעמדים במשחק כביכול מבלי להבין מה לעשות. בנוסף, ישנם ילדים שנופלים במהלך היום ללא כל סיבה, בין אם כתוצאה מהסתרבולות של רגליהם או נפילה ממצב ישיבה על כיסא.

כאשר ילדים אלו מגיעים לשלב העלייה לבית הספר, הם הופכים לנושא לבדיחה, ללעג ואף להתעללויות, בשפה הפשוטה: "ילדי כאפות". כמו כן, קשה להבין מה ילדים אלו כותבים. הם יקבלו לרוב גם ציונים לא טובים בשל חוסר הבנת הכתיבה שלהם.

הורים רבים מזהים שינוי שוני מסוים בהתנהלות היום-יומית של הילד שלהם ושואלים את עצמם מה ניתן לעשות? ברוב המקרים הם יפנו לרופא התפתחות הילד. במקרים מסוימים, הוא ישיב להם שלא מדובר בבעיה רפואית קשה, משהו שיעבור עם הזמן ולעיתים יוסיף ויאמר שהילד לא יהיה כדורגלן. במקרים אחרים, הרופא ימליץ להורים לקחת את ילדם לריפוי בעיסוק או לפיזיותרפיה ולאחר תקופה קצרה, הילד לא ירצה ללכת ויוסיף: "משעמם לי".

גננות רבות מזהות שינוי בגן ילדים "חריגים" ולכן פונות להתייעץ עם הפסיכולוגית/היועצת של הגן. לעיתים הן מצרפות הסבר שהילד לא משתתף במשחקים, הוא לא סוציאלי-חברתי ולא משתלב בחברה.

בתקופה זו, כל תופעה חריגה מתויגת לבעיה רפואית ולכן, הילדים שיש להם תופעות כאלו ואחרות (שעליהן נרחיב בהמשך), נמצאים בקטגוריה של DCD (Developmental Coordination Disorder). קטגוריה שלפני כן הייתה מוגדרת: "בעיות קטנות בצרבלום". הקשיים או ההפרעות בתחום הקואורדינציה, מתבטאים בחסכים של גירויים להתפתחות הרכיבים של הקואורדינציה. רכיבי הקואורדינציה הם אלו שמאפשרים לילדים לתפעל את עצמם בחיי היום-יום. רכיבים אלו במידה ולא מאוזנים בהתפתחותם, משפיעים על תפקוד הילד בכל תחומי חייו: רגשי, קוגניטיבי, התנהגותי, חברתי ובריאותי.

פרופ' בלנק מגרמניה, טוען שכ-30% אחוז מהילדים, סובלים מבעיית קואורדינציה או כבעיה ראשונית או משנית. בנוסף הוא אומר שבמערכת הבריאות ובעיקר במערכת החינוך (בבתי ספר יסודיים ובגנים בפרט), פחות מודעים לבעייתיות הבעיה ולא לוקחים אותה ברצינות מספקת. יתר על כן, במקרים רבות הופכים בעיות מסוג זה לבעיות רגשיות ומטפלים בהן ככאלו.

פרופ' מייסונה מקנדה, טוענת שבעיות קואורדינציה הן הסיבה העיקרית לבעיות רגשיות, כאשר על הציור בין בעיות הקואורדינציה לבעיות הרגשיות וחוסר היציבות הרגשית, מופיעות כל הבעיות האחרות. כגון: קשיי למידה, חוסר בטחון עצמי, קשיים ביצירת חברויות ועוד.

בעיה זו יש לטפל כי היא מהווה סכנה בריאותית לילדים, בכך שיוצרת בעיות נוספות ומתרגמים אותן לקשיים אחרים, למשל: קשיי למידה, קשיים רגשיים וכדומה.

ישנם קשיים שחוזרים על עצמם, ביניהם: מסירה, זריקה, תפיסה, ריצה, קפיצה, דילוג, גזירה, צביעה וכתובה. כל אלו ועוד, קשורים לבעיית הקואורדינציה של ילדים אלו.

אצל ילדים מסוימים בעיית הקואורדינציה באה לידי ביטוי בפעולות בהן מעורבות שתי הידיים באופן כזה שאחת מסתמכת על השנייה, למשל: רכיסת רוכסן בסוויטשרט, כיפתור כפתור במכנסיים, גריבת גרביים, שריכת שרוכים ופתיחת פקק של בקבוק.

אצל ילדים אחרים, בעיית הקואורדינציה באה לידי ביטוי באיטיות בתנועה או בתנועות יתר ללא תכלית. בנוסף, איחור שפתי או שפה לא מובנת, יכולים להיות תסמין לבעיית קואורדינציה!

ישנם ילדים שתסמיני בעיית הקואורדינציה שלהם הופכים להיות בולטים יותר לעין כאשר הם עולים לכיתה א' והם מקוטלגים כילדים עם הפרעות קשב, בעיית ריכוז, בעיות התנהגותיות וקשיי למידה. אצל ילדים אלו, התופעות בגן הילדים הופיעו בצורה של נפילה מהכיסא, היתקלויות בחפצים, הימנעויות מלצאת לחצר, ממשחק הנדנדה, פחד לרדת במדרגות וכל פעולה של 'יד מוארכת' הקשתה עליהם מאוד ('יד מוארכת' - החזקת חפצים בהמשך ליד שלהם ולהמשיך איתם את התנועה או המיומנות המסוימת בה הם עוסקים באותו הרגע, בין אם מדובר בארוחה או במשחק).

בעיית הקואורדינציה יכולה להתחיל עוד בשלב הינקות, כלומר, כאשר תינוק מתקשה ביניקת חלב מאמו, בזחילה ועוד. בהמשך, ילדים אלו לא יוכלו לשרוק, לנשוף ולשאוף בצורה מסודרת.

ילדים עם בעיות קואורדינציה, בדרך כלל מבטאים חוסר תנועתיות או תנועות יתר בצירוף עיוותים בידיים, בפנים, באצבעות ובמיוחד בזמן מאמץ. הפדגוג העולמי, קיפארד, טוען שילדים אלו מסורבלים במשימות הפרקטיות והם "ילדי ג'לי", כלומר איברייהם הולכים לכיוונים שונים ללא כל סדר בגופם. 'התנועה הכלל גופית' מראה כאילו יש להם בעיות עם עצמם והם נעים בשטח כאילו גופם וראשם לא מחוברים. ילדים אלו לא יודעים להתמודד עם משימות, הם משדרים שיש להם כביכול "בעיות עם עצמם", אינם מביעים דעה, אינם בטוחים בעצמם וניגשים לפעולות שונות באיטיות. כאשר הם כבר יגיעו לבצע משימה, רוב הסיכויים שהדבר יקרה כתוצאה מלחץ שהופעל עליהם מהסביבה.

"קואורדינציה לקויה מחייבת חיפוש סיבה! אחרת בעייה קלה תהפוך להפרעה.."

(ש.ק.ט דרך קואורדינציה, ורטהיים, 2009)

פרופ' בלנק טוען, ש8-6% (מתוך ה-30% שהוזכרו למעלה) מהילדים שסובלים מבעיית הקואורדינציה בצורה משמעותית (הפרעת קואורדינציה), אם הם לא יטופלו, הם יסבלו מקשיים רבים ונוספים שיצטרפו בהמשך חייהם, כמו למשל: בעיות נהיגה (בלמידה ובתפקוד), קשיים בפעילויות פנאי וחברה. שאר הילדים (22% הנותרים) הינם ילדים עם בעיות קואורדינציה שלא נראות לעין ולכן הם מתויגים כבעלי הפרעות אחרות, כמו למשל: הפרעות קשב, בעיות תקשורתיות, בעיות שפתיות ועוד.

באבחונים השונים שנערכים ע"י אנשי מקצוע שונים (רופאים בהתפתחות הילד, פסיכולוגים, מרפאים בעיסוק ומאבחנים פסיכו-דידקטיים), ישנה התייחסות והערכה לקואורדינציה, אך ההתייחסות היא כללית ואינה נכללת כגורם שיש לטפל בו בצורה מעמיקה כמו בנושאים האחרים.

אחת התופעות בחברה המודרנית היא התנועות שמתפלגות לתנועות יתר או חוסר תנועות מוחלט. במקרים רבים, חוסר התנועות נובע מבעיות קואורדינציה שמובילות גם להשמנת יתר. גם כאן הטיפול הוא תזונתי/תרופתי ו/או המלצה לעסוק בספורט. "באופן די מפתיע" ילדים אלו אינם מחזיקים מעמד בשום חוג, עוברים מחוג אחד לאחר, מתלוננים על שעמום ומגיעים למצב בו הם שונאים לעסוק בספורט.

בעיית הקואורדינציה, בשונה מבעיות אחרות, איננה יכולה להשתפר באמצעות טיפול תרופתי/שיחתי. יתר על כן, הטיפול בה נהפך לשולי בשל העובדה שאנשי המקצוע שעוסקים בתחום אינם רבים, אינם ממוקדים ואינם עובדים לפי מודל של אבחון וטיפול ייחודי לתחום הקואורדינציה.

הורים רבים מזהים שילדם שונה ובוחרים להתמודד בדרך המוכרת להם והיא הבעת חום ואהבה באמצעות חיבוקים, ליטופים, זהירות יתר על המידה ואינם מאפשרים להם להתפתח דרך גירויים שילדים בדרך כלל יוצרים לעצמם (סיכון- סיכוי). בנוסף, כאשר ילדים אלו נופלים, הוריהם נכנסים ללחץ שהם יהיו בטרומה, מה שמוביל את הילד לא לנסות יותר דברים חדשים, שדווקא אותם הוא חייב לנסות שוב בכדי ללמוד (גירויים לתפיסה חושית).

מצד אחד, הורים צריכים לקבל את העובדה שילדם מסורבל ויש לו בעיות קואורדינציה, כך יכול להיות שהוא לא יהיה ספורטאי הישגי, (למרות שישנם מקרים חריגים של ילדים שהתבגרו והגיעו להישגים במקומות שדרשו קואורדינציה ברמה גבוהה). מצד שני, התפתחות מאוזנת בכל גיל, דורשת תנועה ומשחק. לכן חובה להתייחס למסורבלות הילד כמה שיותר מוקדם, כבר בגילאי הגן.

חשוב להסתכל בכמה מאפיינים: הימנעות מיציאה לחצר הגן, תנועתיות כלל גופית לקויה, התרחקות מהתנדנדות בנדנדה, חוסר רצון להחליק במגלשה, חוסר התקדמות בסיבוב גלגל, התקדמות לא רציפה עם מריצה, קושי בטיפוס, קושי בירידת מדרגות, בריחה משימות עם שיווי משקל, איננו עומד בהכתבת קצב חיצונית ופעולות נוספות שעובדות על כלל הגוף.

חשוב קודם כל להסתכל על הפעולות הכלל גופיות (כפי שצוין למעלה), מה שהוגדר פעם כ"מוטוריקה גסה" לפני העיסוק במיומנויות הספציפיות לגן, כגון: גזירה, צביעה, הדבקה וכדומה, מה שהוגדר כ"מוטוריקה עדינה". בהמשך, הבעיות בפעולות הכלל גופיות שאינן מטופלות, יהוו את הבסיס לבעיות הקואורדינציה שישפיעו על הלמידה ויהוו קושי רגשי וחברתי גם כן.

"למידה היא חוויה במידה ויש קואורדינציה כבר בהתחלה.."

(ש.ק.ט דרך קואורדינציה, ורטהיים, 2009)

בשנים האחרונות, נצפתה עלייה משמעותית במספר הילדים שמגיעים לטיפולים שונים בתחום הריפוי בעיסוק, פיזיותרפיה, ריפוי בדיבור, טיפול באומנויות, רכיבה טיפולית ונראה שתוצאות העזרה הינן חלקיות. בשנים האחרונות התפתחו כמה שיטות טיפול המתמקדות בפיתוח רכיבי הקואורדינציה. שיטת OCO היא אחת מהמובילות. השיטה, שפורסמה בכתבי עת בינלאומיים, מטפלת שנים רבות בבעיות קואורדינציה ופותרת בעיות רבות בנושאים שהוסברו לעיל שנוצרים כתוצאה מבעיות אלו (קשב, השמנה, דימוי עצמי, קשיי למידה וכו'). שיטת OCO מהווה טיפול מונע ללא כל שימוש בתרופות. אומנם מדובר בתהליך לא קצר, אך בעזרת אבחון וטיפול בשיטה, ניתן ראשית למקד את הבעיה הקואורדינטיבית, ולאחר מכן למקד את העשייה עם הילדים וההורים בתוכנית מובנית, הן במרכז בפעילות מודרכת והן בתרגול בית של הורים וילדים. השיטה תורמת לתפקוד בכל תחומי החיים. ילד בעל בעיות קואורדינציה, הופך לילד בעל תפיסה תחושתית גבוהה (לא ויסות חושי!), מה שמאפשר לו לתפקד רגשית, נפשית וגופנית בצורה מאוזנת.

"קריאה וכתובה גם ברמת הקואורדינציה תלויה.."

(ש.ק.ט דרך קואורדינציה, ורטהיים, 2009)

חשוב להעלות את רמת המודעות לתסמינים של ילדים עם בעיות קואורדינציה ולהבין שהאבחון והטיפול בבעיות אלו קריטי להתפתחות הילד וללמידתו בין אם חומרים לימודיים ובין אם כישורי חיים. כאיש מקצוע, הורה ומרצה בתחום, הסוד טמון בשיתוף הפעולה בין הורי הילד, הילד ומחנכיו.