

"חנוך" קואורדינציה ובריאות רגשית

ד"ר מרק ורטהיים

ניתוח אבחונים במרכז ורטהיים מצביע על מתאם גבוה בין בעיות קואורדינציה,

בעיות רגשיות וחוסר מקובלות

התוצאה – ילד "חנוך"

קואורדינציה לקויה אינה רק בעיה גופנית!

מחקרים חדשים מצביעים על קשר בין חוסר קואורדינציה

לבין בעיות רגשיות, חברתיות והתנהגותיות.

הממצאים מלמדים על כך שיכולת קואורדינטיבית ירודה מעכבת תהליכי התפתחות, משפיעה לשלילה על תפקוד

רגשי חברתי ומובילה למגוון קשיים בתפקוד היומיומי ועלייה מתמדת במספר הילדים המוגדרים על ידי הילדים

בחברתם כ"חנונים".

15-20% מהילדים סובלים מבעיות במיומנויות גופניות קואורדינטיביות כמו: שיווי משקל על רגל אחת, קפיצה

על רגל אחת, טיפוס רציף במדרגות או על סולם, גלגול, זריקה ותפיסה של כדור. תופעות של סרבול גופני, ליקויים

בתנועה, קשיים בתפיסה מרחבית, וויסות חושי, יציבה לקויה, הופכות להיות שכיחות יותר בימינו, כמו גם

תופעות של הפרעות קשב וריכוז, היפראקטיביות, דיסלקציה ואלימות.

בקרב 70% מהילדים הסובלים מבעיות קואורדינטיביות מתגלים גם קשיים בתחומי התנהגות, למידה, רגש

וקשרים חברתיים כאשר רבים מהם לא מקובלים.

במצואות, ילדים רבים עוברים רופאים רבים, מאבחנים רבים וטיפולים שונים. במקרים רבים הבעיה היא בחוסר

הבקרה הגופנית או בחוסר קליטת מידע בצורה נכונה.

בגיל הגן זה קשור יותר לשפה, בגילאי בית הספר יש בעיה של בטחון עצמי נמוך, ניתוק חברתי וישיבה ממושכת

ליד המחשב.

נוצרת על הילד תדמית שלילית שמובילה לבעיות רגשיות ולאחריהן גם לתסמונות שונות.

ד"ר מרק ורטהיים, מסביר כיצד בעיות קואורדינציה מובילות לבריאות רגשית לקויה:

- ילד ללא קואורדינציה יימנע מפעילות גופנית ומהשתתפות במשחקי כדור ולא יתמיד בחוגי ספורט.
- ילד כזה הוא בעל דימוי עצמי נמוך,
- נתפס בעיני חבריו כפחדן
- הסטיגמה שהוא מקבל לעיתים קרובות היא של ה"חנון של הכיתה" - מובילה לדחייה חברתית, שרק מגבירה עוד יותר את בעיותיו הרגשיות.

נשמע ממנו לא אחת משפטים כמו: "לא מעניין", "משעמם", "אני לא יכול", "אני לא מסוגל", "אני לא מאמין שאצליח", "אני כישלון", "מאשימים אותי בהכול", "ילדים צוחקים עליי ולא רוצים לשחק איתי".

אצל ילד כזה קיים גם פער בין יכולת החשיבה לבין הערכת היכולת התנועתית שלו, ויכולתו ללמוד תנועה-מיומנויות חדשות (בגלל חסך בקואורדינציה). הוא חש חוסר וודאות, פחד ואף לחץ יתר (על צורותיו השונות), במיוחד במקומות ובמצבים חדשים ומשתנים.

אם ילד כזה ימשיך לגדול ללא טיפול נכון, הדימוי העצמי שלו יוסיף להתדרדר, התקשורת החברתית תיפגע קשות, ואף תהיה ירידה ביכולת הלימודית (למרות שהוא בד"כ מצטיין לימודים) ובהישגיו.

לעתים, הוא יביע את זעמו ותיסכולו הפנימי בדרך אלימה, (גופנית/מילולית) או שיהפוך למופנם ש"חברו" היחיד הוא המחשב.

לפיכך, אבחון בשיטת OCO מאפשר מיפוי הקושי ואיתור נקודות החולשה הקואורדינטיביות שלו ויאפשר הפעלה ממוקדת באמצעות פעילות קואורדינטיבית תואמת את צרכי הילד, שבעקבותיה אנו רואים ילדים שחל שיפור משמעותי בביטחונם העצמי, בדימויו העצמי, בכישורי החברה והחיים שלהם ובהישגיהם הלימודיים ובתהליך של זמן מעבר מ"חנון" ל"מקובל".

שיטת OCO, שפותחה על-ידי ד"ר מרק ורטהיים, מאפשרת ליצור תהליך טיפולי ממוקד, תוך דגש על התאמה לדרישות ולצרכים השונים והייחודיים של הפרט. הפעילות הקואורדינטיבית, שמשלבת תנועה עם משחק והנאה, מבוססת על משימות מותאמות גיל בדרגות קושי שונות.

חווית ההצלחה והעלייה ההדרגתית בקושי ובמורכבות התרגול מחזקים את הביטחון העצמי של הילד. השילוב של פעילות אישית עם פעילות קבוצתית, ותרגול בבית ע"פ תכנית, משפרת את התפקוד האישי, החברתי והסביבתי של הילד ויוצרת אמון במסוגלות הן אצל הילד והן אצל ההורה.

והילד בונה לעצמו תדמית חדשה ומוצא את מקומו בחברת הילדים.