
תיאור מקרה :

תרומתה של תוכנית התערבות קצרת מועד בתנועה מעגלית

לויסות חושי אצל מבוגרים עם אוטיזם: מחקר איכותני

תמר גרומן

הקריה האקדמית אונו

תקציר

מטרת תיאור המקרה היא לשתף בממצאים שעלו במחקר חלוץ, שבו נבחנה תרומתה של תנועה מעגלית לעומת תנועה חופשית במרחב לויסות חושי אצל מבוגרים המאובחנים בספקטרום האוטיסטי. במחקר השתתפו שתי קבוצות (קבוצת ניסוי וקבוצת ביקורת) בנות שישה משתתפים כל אחת, בטווח הגילים 30-65 שנים, המאובחנים עם אוטיזם בתפקוד נמוך. בשתי הקבוצות יושמה תוכנית התערבות קצרת טווח, אשר כללה חמישה מפגשים שאורכם 10 דקות; בקבוצת הניסוי השתתפו חברי הקבוצה בפעילויות הכוללות תנועות מעגליות, בעוד שבקבוצת הביקורת השתתפו חברי הקבוצה בפעילויות שכללו תנועות חופשיות במרחב. המחקר מתבסס על מתודולוגיה איכותנית; במסגרת תוכנית ההתערבות התקיימו ראיונות חצי מובנים עם אנשי הצוות המקצועי שהשתתפו בה. מן הראיונות עולה כי המרואיינים תופסים את התנועה המעגלית כיעילה יותר לויסות חושי של מבוגרים עם אוטיזם בהשוואה לתנועה חופשית במרחב; התחומים שבהם הושג השיפור המשמעותי ביותר היו הויסות החושי, תחושת הביטחון ותחושת השייכות.

תאריכים: אוטיזם, תנועה מעגלית, ויסות חושי, תחושת ביטחון, תחושת שייכות

אוטיזם

אוטיזם מוגדר בספרות המחקרית כהפרעה עצבית-התפתחותית רחבה, והוא מאופיין בליקויים בתקשורת ובהדדיות חברתית וכן בתחומי עניין ספציפיים ייחודיים. קשיים אלה באים לידי ביטוי ביכולות קוגניטיביות וחברתיות (Southall & Campbell, 2015). חומרת הסימפטומים שונה במידה רבה בין אנשים המאובחנים בספקטרום האוטיסטי, והפרוגנוזה עשויה להשתנות במהלך שנות ההתפתחות. בשנים האחרונות, הקשיים העיקריים מיוחסים לשוניות קוגניטיביות ספציפיות בתחום הכוונות התקשורתיות והמודעות למצב המנטלי, לרגשות ולמחשבות של עצמי ושל אחרים ולויסות חושי (American Psychiatric Association [APA], 2013). ממצאי מחקרים מצביעים על שיפור ביכולות הקוגניטיביות באמצעות תיווך בתחום השפה הציורית, בהסקה אנלוגית וביכולות חברתיות אצל ילדים שאובחנו

לקהילה (היימן, 2009; Fulwiler, 2011). גירויים חיצוניים משפיעים באופן שונה על הפעילות הסימפתטית (תת-מערכת במערכת העצבים האוטונומית הפועלת לתגובות מיידיות במצבי לחץ) או הפרה-סימפתטית (תת-מערכת במערכת העצבים האוטונומית האחראית לפעולות הרגעה) במוח; תנועות חדות ופתאומיות מפעילות את המערכת הסימפתטית ואילו תנועות הרמוניות וחזרתיות, ובכללן תנועות מעגליות, מפעילות את המערכת הפרה-סימפתטית (Doidge, 2015). תנועה במעגל מספקת תחושת שייכות וביטחון ומאפשרת חוויה משולבת הנאה ובמקביל מטפחת תחושת שליטה עצמית. החוויה בפעילות בתנועה במעגל מגבירה תחושת שליטה ורגולציה חושית; ההשתתפות בפעילות תנועה קבוצתית מספקת לילדים כלים חשובים להפנמת כללים ולדחיית סיפוק לטווח קצר. תחושת השליטה בגוף מגבירה את הביטחון העצמי ומפתחת דימוי עצמי חיובי (ולטר ובן צבי, 2011).

המחקר הנוכחי

בספרות המחקרית מודגשת חשיבותה של תנועה ככלי טיפולי רגשי לאנשים המאובחנים בספקטרום האוטיסטי; הטיפול באמצעות תנועה הוא אחד הכלים היעילים לאפשר ביטוי רגשי היות שהחיבור בין הגוף לרגשות ובין הרגשות לקוגניציה הוא המפתח לטיפול בתרפיה בתנועה (Koch et al., 2015).

מטרתו של המחקר הנוכחי היא לבחון את תרומתה של תנועה מעגלית בהשוואה לתנועה חופשית במרחב לוויסות חושי אצל מבוגרים המאובחנים בספקטרום האוטיסטי, נושא שטרם נחקר באופן מהותי בספרות המחקרית.

שיטה

מחקר זה הוא איכותני במהותו. מטרתו להציג את יישומה של תוכנית התערבות מנקודת המבט של המשתתפים שרואיינו באמצעות ריאיון חצי מובנה. דרך הממצאים ניתן להכיר, ללמוד ולהביא באופן אותנטי את תפיסת יישומה של תוכנית התערבות מנקודת ראות המרואיינים. הגישה האיכותנית מבוססת על ההנחה כי תופעות חייהם של בני האדם והתנסותם מוצגות באופן הטוב ביותר בסיפורים ובדרך נרטיבית מילולית (שקדי, 2003). ניתוח הראיונות נעשה בשלושה שלבים: (1) השלב הראשון - שלב הקידוד הפתוח (open coding), שלב שבו מועלים הרעיונות המרכזיים מתוך הראיונות; (2) השלב השני - שלב הקידוד הצירי (axial coding), שלב של קריאת הנתונים ומציאת ההקשרים בין הרעיונות על ידי הצלבת מידע בין המרואיינים; (3) השלב השלישי - שלב הקידוד הסלקטיבי (selective coding), יצירת המבנה התאורטי, ארגון הנתונים מחדש ובניית תמות מרכזיות וחלוקה לקטגוריות משנה.

משתתפים

במחקר השתתפו שתי קבוצות בנות שישה משתתפים כל אחת, המאובחנים עם אוטיזם בתפקוד נמוך על סמך אבחונם של פסיכולוגים קליניים, אשר אינו קשור למחקר הנוכחי על פי הגדרות ה-DSM-5 (APA, 2013). טווח גילאי המשתתפים בתוכנית ההתערבות 65-30 שנים (ממוצע גילים 47 שנים ו-6 חודשים), כולם מתגוררים בסביבה חוץ-ביתית. רובם אינם מדברים כלל, ולכולם קשיים מוטוריים וקשיים בשיווי משקל ובקואורדינציה. אוכלוסיית המחקר נבחרה על סמך מאפיינים

תפקודיים דומים, והמשתתפים שויכו לשתי קבוצות על פי התאמה גילית - קבוצת ניסוי וקבוצת ביקורת.

כל קבוצה התנהלה תחת השגחתם של חמישה מטפלים (תרפיסטים) ומדריכת תנועה במהלך תוכנית ההתערבות.

תוכנית ההתערבות

במחקר הופעלה תוכנית התערבות קצרת טווח שכללה חמישה מפגשים. התוכנית יושמה על ידי מדריכת תנועה שניהלה את המפגשים של שתי הקבוצות ועל ידי חמישה תרפיסטים בעלי ותק בתפקיד הנע בין 4 ל-25 שנים (לוח 1), אשר ליוו את הפעילויות בשתי הקבוצות. אורכו של כל מפגש היה כעשר דקות. חברי קבוצת הניסוי השתתפו בפעילויות הכוללות תנועות מעגליות, כגון הליכה סביב יריעת בד צבעונית (לוח 2), בעוד שחברי קבוצת הביקורת השתתפו בפעילויות שכללו תנועות חופשיות במרחב (כגון הליכה, ריצה, קפיצה והנפת ידיים). במהלך המפגשים נבחרו תרגילים בהמלצת הצוות המקצועי שהשתתף במחקר. התרגילים הועברו פעמיים בשבוע בשעה קבועה שהתאפשרה במסגרת לוח הזמנים הכלול בסדר היום של המשתתפים במחקר.

לוח 1. נתוני השכלה וותק בתפקיד המרואיינים/ות

ותק בתפקיד (מס' שנים)	השכלה	גיל	תפקיד
12	תרפיה בתנועה	39	מדריכת תנועה ראשית
15	תרפיה בתנועה	41	תרפיסטית
25	פסיכולוגיה קלינית	60	תרפיסט
23	פסיכולוגיה קלינית	57	תרפיסטית
4	חינוך מיוחד (M.A.)	30	תרפיסטית
8	חינוך מיוחד (M.A.)	35	תרפיסט

לוח 2. תרגילים הכוללים תנועה מעגלית

תרגילים לדוגמה	אופני התנועה המעגלית
תרגיל 1	תנועה בסיבוב לצד שמאל ונדנדוד ידיים קדימה ואחורה
תרגיל 2	תנועה סביב לבד עגול (איור 1); מנדלה צבעונית (דיאגרמה סימבולית המורכבת מעיגול הנובע ממרכזו ובו ציורים/סימנים גרפיים (איור 2)
תרגיל 3	אחיזה בקצה הבר והסתובבות עימו במעגל
תרגיל 4	אחיזה בבר העגול והתקדמות אל מרכז המעגל ולאחר מכן לאחור (מעין כינוס והרחבה)



איור 1. תנועה סביב לבד עגול



איור 2. יריעת מנדלה צבעונית שבה נעשה שימוש בתרגילים הכוללים תנועה מעגלית

ריאיון המחקר

במסגרת המחקר התקיים ריאיון פרונטלי חצי מובנה שארך כ-45 דקות עם התרפיסטים ועם מדריכת התנועה שלקחו חלק בתוכנית ההתערבות, לבחינת תפיסת השפעת התנועה המעגלית על ויסות החושי ביחס להבדלים בין קבוצת הביקורת לקבוצת הניסוי (נספח 1). כל ריאיון כלל עשר שאלות (לדוגמה, "האם לדעתך התנועה במעגל משפיעה על הוויסות החושי של המשתתפים יותר מאשר תנועה במרחב [לבד]? אם אתה חושב/ת שכן, אנא תארי/י באילו אופנים/ממדים"). השאלות חוברו בסיועם של שלושה מומחים בתחום המחקר והתרפיה בספקטרום האוטיסטי.

אתיקה

המחקר נערך תוך יישום כללי האתיקה המקצועית. ראשית, אושר קיום המחקר במסגרת הייעודית לאנשים עם אוטיזם, כמו גם ההסכמה מדעת (Informed Consent) להשתתף במחקר. לאורך המחקר נעשה שימוש בשמות בדויים על מנת למנוע חשיפת פרטים מזהים של משתתפי המחקר. כמו כן נמחקו הקלטות הריאיון, והוסרו כל הפרטים המזהים של המסגרת שבה נערך הניסוי.

ממצאים

מטרת המחקר הנוכחי הייתה לבחון את תרומתה של תנועה מעגלית על הוויסות החושי של מבוגרים עם אוטיזם באמצעות תוכנית התערבות לטווח קצר המיושמת בקבוצת ניסוי. ההערכה התבססה על ראיונות מובנים למחצה עם מדריכת תנועה וחמישה תרפיסטים שהשתתפו בתוכנית ההתערבות. בפרק זה יוצגו ארבע התמות המרכזיות שעלו מניתוח הראיונות.

ויסות חושי בתנועה במעגל בהשוואה לתנועה חופשית במרחב

בניתוח הראיונות עם מדריכת התנועה ועם התרפיסטים המשתתפים במחקר, נראה כי המרואיינים שמו דגש על יעילותה של תנועה במעגל לוויסות חושי של מבוגרים עם אוטיזם. רובם ציינו כי התנועה במעגל נתפסת בעיניהם, בעקבות המחקר הניסויי, כיעילה יותר לוויסות החושי של מבוגרים עם אוטיזם בהשוואה לתנועה החופשית במרחב. הסבר אחד שהוצע היה העובדה שבמהלך התנועה המעגלית נדרשו המשתתפים להשתלב בתוך האינטראקציה ולהתאים את תנועותיהם לקצב של הקבוצה כולה. השפעת התנועה המעגלית על הרגולציה החושית של המשתתפים במהלך תוכנית ההתערבות הודגשה על ידי אחת המרואיינות, מדריכת תנועה, לדבריה: "התנועה הלבדית מטפלת בשלב מוקדם של ייצוב רגשי, ואילו זו שבמעגל מטפלת בפנייה אל הסביבה, ובהשתלבות מתנועה שיש לה כללים משלה, שדורשת התאמה לתנועתם של האחרים ולקצבה וכו' ומה שיתן למטופל כלים להשתלב בחברה". גי' (תרפיסטית) מחזקת תפיסה זו בהתייחסה לאינטראקציות חברתיות קבוצתיות ולביטוי העולם הרגשי בתנועה במעגל, לדבריה: מתוך שלל מאפייני האוטיזם ניכר קיומו של עולם פנימי, סגור ומופנם, שאינו מתווך עצמו אל הסביבה. ריקוד במרחב לבד תומך בסממני התנהגות אלו, אותם אנו מבקשים לשנות, על כן הוא יעיל במצבי רוח קיצוניים, והרבה פחות יעיל בוויסות רגשי השם דגש על טיפול בהתנהגויות אלו, מתוך מטרה לשפר ככל האפשר את ביטחונו של המטופל, את התייחסותו לחבריו, את עולמו

הרגשי. את אלו עושה התנועה המעגלית יופי. הוויות הרגשי הוא המכשול הגדול ביותר של השיפור אותו אנחנו מבקשים להשיג, מכאן החשיבות שאני מייחסת לתנועה המעגלית, ודווקא זו הנעשית בקבוצה, תוך החזקת ידיים.

תחושת ביטחון בתנועה במעגל לעומת תנועה חופשית במרחב

מתוך הראיונות ניכרת הסכמה בין כל המרואיינים באשר לתרומת התנועה המעגלית בהשוואה לתנועה חופשית במרחב לתחושת הביטחון של המשתתפים במהלך תוכנית ההתערבות במחקר זה. לדבריו של ע' (תרפיסט): "התנועה המעגלית היא כלי חשוב, הן לצורך ויסות רגשי, הן לצורך חיזוק השייכות והן לצורך חיזוק תחושת הביטחון. ככל שנרבה להשתמש בה בטיפול במטופלים שעל הרצף האוטיסטי, כך ייטב". מן הראיונות עולה כי המשתתפים הפגינו תחושות ביטחון ורוגע וכן פתיחות רבה יותר לאינטראקציות חברתיות בקבוצת הניסוי בהשוואה לקבוצת הביקורת. מ' (מדריכת תנועה) ציינה כי לעומת התנועה במעגל, "התנועה במרחב לבד הייתה הרבה פחות יעילה בנושא הביטחון, ולו משום שתבעה מהמטופל לבנות את תנועתו לבד". ד' (תרפיסט) מוסיף:

אילו היינו מעמידים לבחירה בפני מטופלינו בין הריקוד לבד במרחב ובין הריקוד במעגל עם חבריהם, מעבר לכך שרובם היו בוחרים בתנועה המעגלית ומיעוטם בתנועה לבד, יכולנו לשער כי הבוחרים בתנועה המעגלית יהיו בעלי ביטחון גדול יותר ופתוחים יותר להתרחשות חברתית. הביטחון העצמי הוא מדד בבואנו לבחון את מידת השיפור שחל במטופל, ולא בכדי יבחרו, להערכתנו וניסיוננו, מטופלים רבים יותר בתנועה המעגלית, משום שהיא מעניקה להם ביטחון שהשפעתו ניכרת גם זמן לאחר התנועה המעגלית.

תחושת שייכות בתנועה במעגל לעומת תנועה חופשית במרחב

על פי תפיסת המרואיינים, כפי שעולה מניתוח הראיונות, בתנועה במעגל נראו גילויי תחושת שייכות אצל המשתתפים יותר מאשר בתנועה חופשית במרחב. תחושת השייכות באה לידי ביטוי באמצעות מחוות פיזיות במהלך הפעילות. לדבריה של מ' (מדריכת תנועה):

אני אישית ממליצה להתמקד בתנועה מעגלית בטיפול בילדים שעל הרצף האוטיסטי, ומוסיפה עליו תחומי תנועה נוספים, כמו לימוד ריקוד פשוט או שימוש באביזרים כמו תנועה עם כדור וכו'. הייתי מכוונת לכך שרוב הטיפול בתנועה ייעשה בקבוצה דווקא, כדי לחזק את תחושת השייכות ולאפשר התקרבות ותקשורת בין המטופלים.

ד' (תרפיסט) מחדד את תחושת השייכות שניכרת בתנועה במעגל, לדבריו:

אם בין מטורותיו של הטיפול עומד הצורך לשפר ככל הניתן את יכולותיו החברתיות, התקשורתיות, ואת הצורך בהשתלבות בחיי חברה כלשהם, אזי עלינו לשאוף לייצב את תחושת השייכות של המטופל. פועל יוצא שלתנועה המעגלית יש מה להציע לנו, מה שאין כן לגבי התנועה לבד בחלל. התנועה המעגלית, מתברר יותר ויותר, היא כלי חשוב בתהליך בו צפוי שינוי אמיתי בתחושת השייכות של המטופלים.

תפיסת התרפיסטים את תרומתה של תנועה מעגלית

מניתוח הראיונות עולה כי התרפיסטים ומדריכת התנועה תופסים את התנועה המעגלית ככלי טיפולי יעיל. כל המרואיינים יישמו את המשך הפעילות בתנועה

מעגלית גם לאחר תקופת ההתערבות היזומה. תפיסה זו באה לידי ביטוי בדבריה של ד' (תרפיסטית):

אני אוהבת את העבודה בתנועה ובתנועה מעגלית בפרט. יש בה משהו מתגמל גם למטפל או לצוות החינוכי, משום שהיא מעניקה רגעי שייכות ויחד, רגעי ביטחון, רגעי ויסות רגשי, ומעודדת יתר קוגניטיביות אצל המטופלים המאובחנים בספקטרום האוטיסטי. כיוון שערוצי תקשורת אחרים, כמו דיבור ומחוות פנים וגוף, חסומים ברמה זו או אחרת אצל מי שמאובחן בספקטרום האוטיסטי, מאפשרת התנועה המעגלית מרחב אישי בתוך היחד ומסייעת מאוד בוויסות הרגשי, שהוא הבסיס לכל עבודתנו הטיפולית עם מטופלינו.

ד' (תרפיסט) מוסיף את המלצתו לשילוב בטכניקות הטיפול סגנונות תנועה שונים הנוספים לתנועה המעגלית; לדעתו, שילוב סגנונות תנועה ובפרט בפעילות קבוצתית יזמנו אינטראקציות חברתיות ויצרו קרבה ושייכות:

אני אישית ממליץ להתמקד בתנועה מעגלית בטיפול בילדים שעל הרצף האוטיסטי ומוסיף עליה תחומי תנועה נוספים, כמו לימוד ריקוד פשוט, או שימוש באביזרים כמו תנועה עם כדור וכו'. בעקבות ההתערבות שיישמנו, הייתי מכוון לכך שרוב הטיפול בתנועה ייעשה בקבוצה דווקא כדי לחזק את תחושת השייכות ולאפשר התקרבות ותקשורת בין המטופלים.

ש' (תרפיסטית) מחזקת דברים אלו, שבהם המלצה לטיפול משולבים בו סגנונות תנועה שונים, בהתאמה לצורכי המטופלים: "אני בהחלט בעד שילוב תרגילי תנועה מגוונים, כולל תרגילים בתנועה מעגלית, ולהתאימם למאפיינים השונים אצל מטופלינו המאובחנים בספקטרום האוטיסטי".

דיון

הפרעה בוויסות החושי היא אחד הקריטריונים לאבחנת אוטיזם (APA, 2013). ויסות חושי (SM - Sensory Modulation) הוא תהליך מרכזי של עיבוד מידע הכולל את כל מערכת החישה. יכולת תקינה של ויסות חושי מאפשרת לארגן את אופן התגובה לגירויים החושיים הנקלטים באופן מתון, מדורג ומסתגל ולהימנע מתגובות קיצוניות (קולדוול, 2014; Loucas et al., 2009; Green et al., 2007). קשיים בוויסות חושי באים לידי ביטוי בין היתר בקושי בוויסות רגשי ובוויסות התנהגותי (עמית, 2016). לפי ולטר ובן צבי (2011), תנועה במעגל מספקת תחושת שייכות וביטחון ומאפשרת חוויה משולבת הנאה ובמקביל מטפחת תחושת שליטה עצמית. החוויה בפעילות בתנועה במעגל מגבירה תחושת שליטה ורגולציה חושית; תחושת השליטה בגוף מגבירה את הביטחון העצמי ומפתחת דימוי עצמי חיובי.

המחקר הנוכחי בחן אם תנועה מעגלית תורמת לוויסות החושי של מבוגרים עם אוטיזם. מטרת המחקר היו: (א) לבחון את תרומתה של תוכנית התערבות קצרה, הכוללת תנועה מעגלית, לוויסות החושי של מבוגרים עם אוטיזם; (ב) לבחון את ההבדלים בין תרומתה של תנועה חופשית במרחב לבין תרומתה של תנועה במעגל לוויסות החושי של מבוגרים עם אוטיזם. ייחודו של מחקר זה הוא בהתמקדותו

בהשפעת תנועה מעגלית על וויסות חושי ועל מאפיינים רגשיים והתנהגותיים אצל מבוגרים עם אוטיזם, תחום שלא נחקר בהרחבה עד כה בספרות המחקרית. באשר לקריטריונים שנבדקו במסגרת המחקר, המרואיינים שהשתתפו בו סברו כי ויסות רגשי, תחושת ביטחון ותחושת שייכות נתרמו יותר בפעילויות הכוללות תנועה מעגלית מאשר בפעילויות הכוללות תנועה חופשית במרחב; על פי ממצאי המחקר הניסויי הנוכחי, תנועה מעגלית יעילה יותר לתפיסתם בהשוואה לתנועה מרחבית, ומטפחת תחושות ביטחון ושייכות לקבוצה. ממצאים אלו עולים בקנה אחד עם ממצאי מחקרן של ולטר ובן צבי (2011), שבו דווח על תרומתו של הריקוד במעגל בהשוואה לריקוד במרחב לוויסות הרגשי ולשליטה העצמית אצל ילדי גן חובה. ניתן אולי לראות תרומה זו בהקבלה לזו שבמשחק תנועתי-קבוצתי. באמצעות השתתפות במשחק תנועתי-קבוצתי לומדים ילדים להתאים את עצמם לתכתיבים ולחוקים של הקבוצה שהם פועלים בה ולדחות סיפוקים לטווח הקצר; הם למדים לוותר, להמתין, להתאפק ולשלוט ברגשותיהם (ולטר ובן צבי, 2011). יתרונה של התנועה במעגל ותרומתה לוויסות חושי, לתחושת ביטחון ולשייכות לקבוצה כפי שעלה במחקר זה באו לידי ביטוי אצל המשתתפים בגילויי מחוות פיזיות, תחושות ביטחון ורוגע ופתיחות רבה יותר לאינטראקציות חברתיות בקבוצה.

במסגרת המחקר נשאל הצוות המקצועי שליווה את תוכנית ההתערבות "האם הייתה ממליץ/ה להמשיך את הפעילות שיושמה באמצעות תנועה מעגלית במסגרת הבית-ספרית?" במענה לשאלה זו כל המרואיינים המליצו על המשך פעילות בתנועה מעגלית במסגרת חינוכית או טיפולית. תפיסתם את התנועה, ובפרט התנועה המעגלית, כערוץ תקשורתי בעבודה עם אנשים המאובחנים ברצף האוטיסטי וכאמצעי טיפולי לחיזוק תחושת הביטחון, תחושת השייכות והוויסות החושי, חודדה בעקבות ההתערבות שיושמה במחקר זה. שני מרואיינים הוסיפו, כי יש לשלב טכניקות טיפוליות שבהן משולבות תנועות נוספות לתנועה המעגלית בעבודה עם אנשים המאובחנים ברצף האוטיסטי, תוך התאמה למאפייניהם הייחודיים. התנועה מקדמת מוטיבציה, מאזנת את תפקוד המוליכים העצביים במוח ומגבירה את גמישות התאים במוח; היא משפרת חיבורים קיימים, יוצרת חיבורים נוספים ומסייעת בהאצת הייצור של תאי מוח חדשים (היימן, 2009). תנועה הרמונית, מעגלית וחזרתית מפעילה את המערכת הפרה-סימפתטית (Doidge, 2015). בספרות המחקרית מודגשת חשיבותה של תנועה, ובכללה, תנועה במעגל ככלי טיפולי רגשי לאנשים המאובחנים בספקטרום האוטיסטי (Lara, 2015). בטיפול בתנועה משולבות טכניקות תנועה שונות, כאשר המשותף לכולן הוא החיבור שהן יוצרות בין החוויה הגופנית והחוויה המנטלית. התנועה מאפשרת לאבחן את החוויות ואת התכנים הפנימיים של הפרט. הטיפול באמצעות תנועה הוא אחד הכלים היעילים לאפשר ביטוי רגשי, היות שהחיבור בין הגוף לרגשות ובין הרגשות לקוגניציה הוא המפתח לטיפול בתרפיה בתנועה (Koch et al., 2015).

ייחודו של המחקר הנוכחי בכך שנבחנת בו תרומתה של תנועה במעגל לוויסות חושי ולתחושת שייכות וביטחון אצל אנשים המאובחנים ברצף האוטיסטי. נושא זה לא נחקר עד כה בהרחבה בספרות המקצועית. אחת המגבלות במחקר הנוכחי היא

שתוכנית ההתערבות שיושמה במהלכו הייתה קצרה יחסית וכללה חמישה מפגשים בשעה קבועה כדי לאפשר התנהלות שגרתית במסגרת לוח הזמנים של המשתתפים במחקר. יתר על כן, מחקר זה בחן את השיפור בוויסות החושי של המשתתפים על בסיס ריאיון עם הצוות המקצועי, ולא באמצעות כלי מדידה כמותיים, כך שממצאי מחקר זה הם סובייקטיביים ומשקפים את נקודות המבט של המרואינים. כהמלצה למחקרי המשך, מומלץ ליישם מחקר משולב (Mixed Method), הכולל תוכנית התערבות ארוכה יותר שתיבחן בה השפעתה על ויסות חושי, על תחושת ביטחון עצמי ועל תחושת שייכות אצל ילדים ומבוגרים המאובחנים בספקטרום האוטיסטי.

מקורות

- גרומן, תי (2012). השתנות שכלית בתחום השפה הפיגורטיבית אצל ילדים המאובחנים בספקטרום האוטיסטי. עבודת גמר לתואר שלישי, בית הספר לחינוך, אוניברסיטת בר-אילן.
- היימן, מ' (2009). מוח מנצח. פוקוס.
- ולטר, עי ובן צבי, לי (2011). הריקוד במעגל ובחלל החופשי והשפעתו על ויסות רגשי, שליטה עצמית ותחושת ביטחון בגיל הרך. טיפול באומנויות : מחקר ויצירה במעשה הטיפולי, 1(1), 12-22.
- עמית, ר' (2016). קשיים בוויסות החושי ואומנות הדאדא. שנתון שאנן, כב, 166-157.
- פולק, תי (2014). "אני לא אז, אל תזוזי!": טיפול רב-מקצועי בילדים צעירים מהקשת האוטיסטית. אסיה.
- צוריאל, די (2001). השתנות שכלית : אבחון דינמי של יכולת הלמידה. ספרית פועלים.
- קולדוול, פי (2014). אינטראקציה אינטנסיבית ואינטגרציה חושית : מדריך לתומכים באנשים עם אוטיזם חמור. אח.
- שקדי, אי (2003). מילים המנסות לגעת מחקר איכותני - תאוריה ויישום. רמות.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-V)* (5th ed.). American Psychiatric Association (APA).
- Doidge, N. (2015). *The brain's way of healing*. Penguin Group.
- Fulwiler, C. (2011). *The neuroscience of mindfulness*. UMass Medical School Public Sector Conference.
- Green, D., Charman, T., pickles, A., Chandler, S., Loucas, T., Simonoff, E., & Baird, G. (2009). Impairment in movement skills of children with autistic spectrum disorders. *Developmental Medicine and Child Neurology*, 51, 311-316.

-
- Koch, S. C., Mehl, L., Sobanski, E., Sieber, M., & Fuchs, T. (2015). Fixing the Mirrors: A feasibility study of the effects of dance movement therapy on young adults with autism spectrum disorder. *Autism, 19*, 338-350.
- Lara, J. (2015). *Autism movement therapy (R) method: Waking up the brain!* Jessica Kingsley Publishers.
- Ming, X., Brimacombe, M., & Wagner, G. C. (2007). Prevalence of motor impairment in autism spectrum Disorders. *Brain and Development, 29*, 565-570.
- Southall, C., & Campbell, J. M. (2015). What does research say about social perspective taking interventions for students with HFASD? *Exceptional children, 81*, 194-208.
- Tzuriel, D., & Groman, T. (2017). Dynamic assessment of figurative language of children in the autistic spectrum: The relation to some cognitive and language aspects. *Journal of Cognitive Education and Psychology, 16*, 38-63.