

מעברים – הבנה והתמודדות עם מעברים בקרב ילדים עם ASD

כתבה ועיבדה: יעל קמחי, מדריכה ארצית ללקויות מורכבות

קשיים במעברים

לתלמידים בספקטרום האוטיסטי קושי במעברים :

- מתקשים "לתפוס" את כל המידע בסיטואציות השונות
- מתקשים להעריך מה מצופה מהם במצבים שונים
- מתקשים לספק תגובות הולמות לגירויים שונים

כתוצאה מכך – מתעוררות חרדות בקרב הילדים, הגורמות להתנהגויות בלתי מותאמות במצבים של מעברים, וקושי בהתמודדות עם מצבים חדשים ולא מוכרים.

עם איזה מעברים הילדים מתמודדים??

מעבר ממורה למורה, משעור לשעור, ממטלה למטלה, מספר לחוברת, משורה לשורה, מההסעה לכתה, מהכתה להפסקה, ממסגרת למסגרת ועוד ועוד.....

המקור לקושי במעברים

1. על פי ה DSM לתלמידים אלה דפוסי התנהגות, פעילות ותחומי עניין מוגבלים וסטריאוטיפים, לצד עיסוק יתר בתחום התעניינות אחד או יותר:
 - היצמדות רבה לשגרה (סדר יום) מסוימת או לטקסים קבועים
 - תנועות מוטוריות סטריאוטיפיות חוזרות ונשנות
 - עיסוק יתר בחלקים של אובייקטים - התעניינות במרכיבים לא תפקודיים של חפצים
2. בבדיקת תיאורים קוגניטיביות מרכזיות המסבירות את המקור ללקות, ידוע כיום כי לילדים בספקטרום האוטיסטי קשיים נרחבים **בתפקודים הניהוליים** - תהליכים מטה קוגניטיביים, המאפשרים השגת יעדים עתידיים, בהם:
 - תכנון
 - זיכרון עבודה (היכולת לשמר ולעבד פריט בו זמנית)
 - שליטה בתגובות ועכבה
 - גמישות קוגניטיבית (היכולת להעביר את הקשב מגירוי לגירוי).

כתבה ועיבדה: יעל קמחי, מדריכה ארצית ללקויות מורכבות

לקשיים בתפקודים הניהוליים השלכות על יכולת התכנון וההתארגנות לקראת משימה לימודית לצד קשיים במעברים בין ובתוך המטלות הלימודיות. חשיבתם של ילדים רבים בספקטרום נוטה להיות נוקשה וחסרת גמישות. קושי זה אף מעיב על יכולתם לפתור בעיות ולבחון מגוון חלופות.

כמו כן, קיים קושי משמעותי בשינוי וגיוון של אסטרטגיות, ואף נראה קושי בתהליכים של הכללה והעברה. לעיתים נראה כי מיומנות נרכשת הינה מיומנות ספציפית לאותה סיטואציה, ואינה ניתנת להעברה.

התמודדות עם מעברים

כצוות חינוכי, בבואנו להכין תלמיד למעבר כלשהו, עלינו להתייחס לנקודות הבאות:

- חשוב לתכנן כל מעבר בקפידה, תוך התחשבות במאפייני התלמיד ודרישות הסיטואציה והסביבה
- המטרה בתכנון – ללמד את התלמיד להתמודד ולהסתגל למגוון מצבים
- ניתן להפחית התנהגויות בלתי הולמות במידה והתלמיד הוכן במידה מותאמת למעבר

דרכים להתמודדות עם מעברים

- חשוב להכין את התלמיד מראש, באמצעות רצף פעולות צפוי מראש. ניתן להציג את רצף הפעילויות באופן חזותי (תמונה, סמל או מילים כתובות)
- ניתן להכין לוח זמנים יומי, שבועי או חודשי. יש תלמידים הזקוקים ללוח זמנים יומי, ואף אותו לעיתים יש לפצל (שעות הבוקר ובהמשך שעות הצהריים). לעומתם, יש תלמידים הנתמכים בלוח שבועי או חודשי. חשוב להתאים את לוח הזמנים האישי לרמת התלמיד, ולא להכין לוחות זמן גורפים עבור כלל תלמידי הכתה.
- חשוב לעבור עם התלמיד על תכנית המעברים מראש.
- דרך ההצגה צריכה להיות מותאמת לתלמיד - החל מרמה מוחשית מעשית ועד ליווי מילולי
- ניתן להיעזר בחפץ המסמל את הפעילות הקרובה (לדוגמא – צלחת שתסמל ארוחה, דלי שיסמל שעת חצר ועוד).
- ליווי של צילומים או ציורים לסיפור חברתי יכולים להיות יעילים בהכנת התלמיד לשינוי.
- חשוב שסיפורים אלה יכילו מידע המתייחס לפרטים בשינוי הצפוי - פרטים על הפעילות, תאור הסביבה החדשה או רגשות שיתכן וילוו את המעבר.
- הסיפור החברתי יותאם ליכולותיו של התלמיד גם באורכו וכן במידת מורכבותו

כתבה ועיבדה: יעל קמחי, מדריכה ארצית ללקויות מורכבות

- חשוב לתאר מראש את המעברים וגם ללוות את התלמיד תוך כדי התהליך בהתייחסות מילולית ברורה, עקבית וחוזרת על עצמה (כגון "אתה באמת עובר בזריזות מהכיתה שלך אל אולם ההתעמלות")
- שימוש קבוע במילים כמו "קודם" ו"אחר כך" יכול להבהיר את סדר הפעולות הצפוי ומקל על המעבר ("קודם תסיים את התרגילים בחשבון ואחר כך יגיע הזמן לארוחת עשר").
- חשוב לציין ולהדגיש את סיום הפעילות או המצב.
- יש להתאים את האמצעי בו מכינים לקראת השינוי ליכולותיו של התלמיד כגון, במעורבות פיזית כמו הפיכת כרטיס התקשורת, הכנסתו למעין כיס בתחתית הרשימה, מחיקת הפעילות מרשימה כתובה או סימון V לידה.
- אפשר להוסיף חיזוק כחלק מן הפעילויות על פני הרצף לאחר השלמת המשימות.
- מטרתנו תהיה תמיד לפתח את אישיותו ואת יכולות הבחירה של התלמיד.
- חשוב לאפשר לתלמיד לבחור בין פעילויות רצויות או להחליט על סדר הפעילויות ככל שניתן.

הכנת צוותים במעברים

חשוב להכין את הצוותים חינוכיים לקראת מעברים:

- במעבר ממורה למורה
- במעבר ממורה לסייעת
- במעבר משכבה לשכבה
- במעבר ממסגרת למסגרת
- במעבר מהבית לבית הספר
- במעבר מההסעה לכתה

בהעברת המידע על התלמיד – חשוב להדגיש:

- דרך התנהגות אופיינית של התלמיד.
- מערכת השעות ומעריך הארגון וההבנייה התומכים בתלמיד.
- דרכים שנמצאו יעילות בהוראה ובשילוב התלמיד בסביבתו.
- האמצעים החזותיים שתמכו וסייעו לתלמיד.
- רמת ההשתתפות של התלמיד בפעילויות ובחיים החברתיים של הכיתה.
- דרכים יעילות לעורר את הנעתו של התלמיד.

כתבה ועיבדה: יעל קמחי, מדריכה ארצית ללקויות מורכבות

- הדברים שהתלמיד אוהב /אינו אוהב.
- תחומים תחשתיים כגון, תחומים המעוררים או מדכאים את תגובותיו של התלמיד.
- אסטרטגיות התנהגותיות או תכניות התערבות בשעת משבר שנמצאו כיעילות (או בלתי יעילות).
- התייחסות לבטיחותו של התלמיד כגון נטייה לברוח, לאכול דברים לא אכילים וכדומה.
- יכולת הבעה אישית של בתלמיד לגבי מצבים בריאותיים כגון, איך הוא מבטא שאינו חש בטוב, איך מבטא כאבים או מתאר תחושה של התקפים אפילפטיים קרבים.

מעברים בין כיתות ובין מסגרות

- ניתן להכין ספרונים המתייחסים לפרידה ולמעבר למסגרת החדשה
 - אם אפשרי, רצוי לבקר את המסגרת העתידית בליווי אדם מוכר ותומך.
 - הצוות של הכיתה יכול לסייע במעבר בכך שיצייד את התלמיד באביזרי מעבר אהובים ומוכרים כמו המשך יומנו האישי, קלמר וכו'
- ההכנות למעבר בין בתי ספר דומה למעבר בין כיתות אך יתכן כי יהיה צורך בתהליך ממושך יותר
- כדי להקל על הקליטה החברתית במסגרת החדשה (בעיקר במסגרות שילוב בבתי ספר רגילים):
- רצוי לזהות מורה במסגרת החדשה שתהיה איש הקשר לשאלות ולבירורים
 - חשוב להכיר לתלמיד מספר חברים שיהיו אותו בכיתה.
 - חשוב לוודא שהתלמיד ידע את מקומם של השירותים וילמד להתמצא בסביבה החדשה
 - חשוב לברר חוקי כיתה חדשים (באם קיימים חוקים ייחודיים באותה כיתה)
 - רצוי לעזור לתלמיד למצוא דרכים להתמודד עם תחושות מתח וחרדה לקראת המעבר.
 - אם קיימת אפשרות בחירה, מומלץ לבחור כיתה המותאמת בגודלה לצרכי התלמיד (מעט תלמידים, צמצום בבעיות התנהגות, מורה תומכת)
 - חשוב להכין את תלמידי הכיתה לקראת בואו של התלמיד החדש

כתבה ועיבדה: יעל קמחי, מדריכה ארצית ללקויות מורכבות

מחקר אודות מעברים

Transitions for Young Children with Autism From Preschool to Kindergarten/
Forest, Horner, Lewis-Palmer & Todd, (2004). Journal of Positive Behavior
Interventions

מאמר זה עוסק במעבר מהמעון לגן הילדים, שהינו המעבר החינוכי הראשון שהילד מבצע במהלך חייו האקדמיים. במחקר זהו 25 מרכיבים המקלים על מעבר זה, כפי שעלה מתוך ראיונות עם הורים, גננות מעון וגננות רגילות. חשוב לציין כי החוקרים חילקו את המרכיבים לארבע נקודות זמן: כשנה לפני המעבר המתוכנן, כחצי לשני לפני המעבר המתוכנן, זמן המעבר ולאחר המעבר (מעקב ובקרה לאחר המעבר עצמו).

חשוב לציין כי החוקרים הדגישו כי רוב המסגרות לא יישמו את כלל המרכיבים, יחד עם זאת, המרכיבים שנמצאו הם המרכיבים העיקריים המסייעים למעבר מוצלח. להלן יפורטו המרכיבים שנמצאו כמשמעותיים:

- זיהוי וקביעת סוג המסגרת לאחר המעבר (גן חינוך מיוחד, שילוב עם תמיכה וכו)
- קביעת סוגי התמיכות הנדרשות במסגרת החדשה (תמיכה פרא רפואית, עיצוב התנהגות וכו)
- מיומנויות מוכנות הנדרשות למסגרת החדשה. לאחר זיהוי המיומנויות הנדרשות, הן נקבעות ומיושמות בתל"א של התלמיד
- תכנון לוו"ז כללי של המעבר (ובהמשך לתכנון לוו"ז ספציפי)
- חלוקת תפקידים בין אנשי הצוות השונים (כולל הורים) לקראת המעבר
- החלטה על איש קשר במסגרת החדשה כמו גם מרכז מהמסגרת הנוכחית.
- ביקור של צוות הגן במעון
- ביקור של צוות המעון בגן
- ביקור של התלמיד בגן
- ישיבה להעברת מידע בין הצוותים החינוכיים
- הכנת חומרים על ידי צוות המעון עבור הימים הראשונים של התלמיד בגן
- הכנת סדר יום מותאם לגן על ידי הצוותים של שתי המסגרות
- הכנת הסביבה החינוכית של הגן בהתאם לדיווח של צוות המעון
- הערכות של צוות פרא רפואי
- מפגש של צוות הגנים וההורים במטרה להעריך את המעבר
- העברת מידע אודות המעבר לאחראי על התחום

כתבה ועיבדה: יעל קמחי, מדריכה ארצית ללקויות מורכבות

לסיכום, המעבר מהמעון לגן הילדים נתפס כמעבר משמעותי בחיי הילד עם האוטיזם. חשוב לשמר את הנלמד בתקופת המעון, ועל כן יש להשקיע משאבים רבים לביצוע מעבר יעיל. לדברי החוקרים, חשוב להקדיש כשנה לתכנון המעבר, תוך זיהוי המטרות ואנשי הקשר הרלוונטיים. ניתן להשתמש במרכיבים שהועלו במחקר כרשימה למעקב אחר ההכנה למעברים בין מסגרות חינוכיות בכלל ומסגרות גניות בפרט.