

האיפיונים ההתנהגותיים של הילד ההיפראקטיבי

היפראקטיביות מאופיינת בתבניות התנהגותיות חריגות המופיעות אצל חלק מהילדים, בעצמות שונות:

- א. פעילות יתר.
- ב. קשיי קשב וריכוז — ונטייה מוגברת להיסח-הדעת.
- ג. סגנון התנהגות אימפולסיבי.
- ד. קשיי למידה כלליים או ספציפיים.
- ה. הפרעות התנהגות בעלות אופי תוקפני.

נוסף לתבניות ההתנהגותיות החריגות קיימים גם שינויים פיזיולוגיים ואטיולוגיים הקשורים לקשיי הילדים.

א. פעילות יתר

חדוה, המורה בכיתה ג', מתלוננת:
 "בשעת סיפור, כשכל המבטים מופנים אליי, וכל הילדים נראים מרוכזים ומקשיבים, בולטת התנהגותו חסרת-השקט של דני. אין הוא חדל להתנועע. הוא משחק בחפצים על שולחנו, עט, מחק או מחברת. הוא ממשש אותם, מדפדף בספר, או מקשקש על הדף. לעתים הוא מכה בידו על השולחן בקצב קבוע, או פותח וסוגר עט כדורי. הוא מרבה להתנדנד על הכיסא, ולא אחת נופל. כשהוא מצביע הוא מנופף ידיו, קם ומתיישב לסירוגין בחוסר מנוחה. מפעם לפעם הוא ניגש לפח-האשפה לזרוק קליפה או נייר, ובדרך הוא נוגע בחבריו ובחפציהם".
 חדוה ציינה בהדגשה כי אין לה תחושה שדני מתנועע כדי להכעיסה, או להצחיק את הילדים שבכיתתו; אך התנהגותו משרה חוסר-שקט. כעסה

מתגבר פתאום, והיא גוערת בקול "מספיק!", ואחר תמהה היא על עצמה, מדוע היא עייפה כל כך, כאילו "אינה יכולה יותר".

משמעות המונח היפראקטיביות היא פעילות יתר, ובכך ממקד התיג את תשומת-הלב לסימפטום הבולט. גם המונח התחליפי, היפרקינטיות, מדגיש את התנועתיות המרובה של הילדים. למרות ניסיונות להבחין בין שני המונחים, מקובל כיום להשתמש בהם כבמונחים מקבילים, ואמנם כך יהיה גם השימוש בהם בספר זה.

הילד, כאמור, מתואר כמתנועע ללא הפסק, מניע ידיים ורגליים, מרבה לגעת בחפצים שונים, נוטה יותר מחבריו לקום מכיסאו בכל רגע ולהסתובב בכיתה. מורות מתארות כיצד ילדים, המתאפקים כמעט בכוחות עליונים שלא לקום ללא רשות מהכיסא, מזנקים בריצה ובהקלה לכל שליחות, מרימים חפץ שנפל למורה או לאחד הילדים בכיתה.

אחרים נמצאים בעימותים מתמידים עם מבוגרים שאינם חדלים להעיר להם הערות כגון: "תפסיק להתנועע", "אל תקום", "מדוע אתה נוגע בכל דבר" וכיו"ב. לא אחת מתלונן המבוגר, ולעתים שלא בצדק, כי הילד אינו מקשיב לדבריו — מאחר שילד הנע כל הזמן, אינו נראה קשוב [27, 1].

יתר-התנועתיות בולטת במידה כה רבה עד שרופאי ילדים נוטים להציע דיאטה עשירת קלוריות לילד, בהנחה שצריכת האנרגיה שלו מוגברת. אך מחקרים גילו כי סך כל הפעילות המוטורית היומית של הילד ההיפראקטיבי, כפי שנמדדה במכשירי מדידה מדויקים ובתצפיות, אינו עולה במידה משמעותית על זה של הילד הרגיל, [35, 28, 23, 10, 6]. בתצפיות בבית-הספר ניתן להבחין בין גילויי הפעילות בהפסקה — בחצר בית-הספר, ובשיעורים.

בעת ההפסקה לא היו הילדים ההיפראקטיביים שונים מהילדים הרגילים. השוני בלט בזמן השיעור: במצבים המחייבים ישיבה בכיתה, הקשבה, וסיגול ההתנהגות לדרישות חיצוניות המחייבות הפחתת הפעילות ומיקודה. התצפיות הורו שהקושי אינו בכמות הפעילות אלא בכיוונה. הילד הרגיל נע גם הוא, אך תנועותיו משרתות את התפקיד שאותו הוא ממלא; ואילו תנועות הילד ההיפראקטיבי הן חסרות כיוון.

ההתנהגות ההיפראקטיבית אינה בולטת רק במצבי למידה, אלא מתגלה ליד שולחן האוכל, בעיקר בארוחות חגיגיות, בביקורי אורחים, בבית-הכנסת ולעתים אף בעת האונה לטלוויזיה. למעשה היא באה לביטוי בכל מצב שבו נדרש הילד במשך זמן ממושך יחסית, ורצוף, לעכב את פעילותו ולהתאימה לדרישה חיצונית.

בליל הסדר בבית גבע ישבו לשולחן בני משפחה, קרובים וידידים — מבוגרים וילדים. האווירה היתה חגיגית, כולם נראו נינוחים ומרוצים. במתח גובר ובצער חש יעקב את עצמו שונה מכולם. מבטו עקב אחר התנהגותו חסרת השקט של בנו בן התשע — אייל. הוא נגע בכלי האוכל, קם והתיישב מפעם לפעם, אכל בקולניות ורקע בחוסר מנוחה ברגלו. "תאונות" קלות אירעו לו בלי הרף — יין נשפך, מזלג נפל ופרוסת מצה התפוררה לפירורים. מבטו של יעקב נפגש לרגע במבט אישתו, ורק אז הבחין עד כמה מתוחה גם היא. בשקט לחשה לו "ראה עד כמה דומה התנהגותו להתנהגות טלי בת אחיך, בת השנתיים".

בתצפיות על ילדים היפראקטיביים בתנאי ניסוי במעבדה פסיכולוגית, בא הסינדרום לביטוי רק בתנאי ניסוי מובנה בעל דרישות מוגדרות. כשניתן לילדים לשחק משחק חופשי — לא ניכר שוני בין שתי הקבוצות. אי לכך, הגדירו חוקרים את התופעה כהתנהגות שאין ללמוד אותה במבודד, אלא תמיד בהקשר של המצב שבו נמצא הילד, וניתן לצפות שהסינדרום יבלוט במצבים שבהם נדרשים ויסות של פעילות ועצירה התנהגותית.

ב. קשיי קשב וריכוז — ונטייה מוגברת להיסח-הדעת

— "אלי, אל תפסיק את כתיבת החיבור".

— "ניר, הקשב למשדר הטלוויזיה".

— "דני, גמור לסדר את המגרה, לפני שתלך למשחק".

הערות כאלו נאמרות לא אחת על ידי הורים ומורים לילדים רגילים. לילדים היפראקטיביים מושמעות הערות כגון אלו בלי הפסק, שוב ושוב, ולעתים חדלים להעיר להם — מתוך ייאוש.

מורתו של גל, המחארת אותו כילד נכון וטוב לב, טוענת כי הוא מצטיין ב"התחלות". בעייתה היא — ההתמדה. כל משימה ותפקיד הוא מתחיל בהתלהבות וברצון. אך תוך זמן קצר מוסחת דעתו. הוא שם לב לרעשים בחצר, לצפירת אמבולנס על הכביש, או לדברי חבריו.

תיקו מלא בעבודות שהתחיל — ולא סיים, חיבורים — שרק משפטיהם הראשונים נכתבו, ועבודות במלאכה — "מתחלות".

ראיית הבעיה המרכזית של הילדים בקשיי הקשב שלהם, ולא דווקא בתנועתיות היתר, מאפיינת את הגישה החדשה במחקר, שביטוייה הם במיון הפסיכיאטרי DSM III [2], ובמחקרים בקבוצת דוגלס [10, 9].

הקושי מתמיד לאורך שנים במצבים השונים, בין אם נמצא הילד בחדר שקט יחסית ומועט גירויים, בין אם הוא נמצא בחדר רגיל, ובין אם בחדר מרובה

גירויים ויזואליים ואקוסטיים — [9, 11, 31] בכיתה-הספר או בבית. ראוי לציין שבמצבים שבהם הופחתו הגירויים בצורה מלאכותית הייתה עלייה בולטת ברמת ההיפראקטיביות, והתנהגות הילדים דמתה להתנהגות אנשים וחיות בניסויים שבהם נבדקה ההשפעה של חסך חושי — כלומר מצבים ללא גרייה חיצונית [11, 31].

קשב מצומצם נמדד במשך הזמן שהילד מקדיש לתפקיד שאותו הוא מבצע, לעומת הזמן שאותו הוא מקדיש לגירויים ולפעולות, השונים מהתפקיד שאותו מצפים שיעשה [1]. ניתן להתייחס למספר היבטים בעת לימוד הקשב וקשיו: א. **עצמת הקשב**: האם הקשב אינטנסיבי והילד משקיע מאמצים בלימוד הגירויים המוצגים, או שלפניו קשב אקסטנסיבי בעל אופי פאסיבי.

ב. **אורך הקשב** — האם המאמץ להקשב מתמשך יחדת זמן מספיקה. ג. **סלקטיביות הקשב** — האם הילד קשוב במידה דומה לגירויים שהם רלוונטיים לשם ביצוע התפקיד ו/או להבנת המצב, או שהוא קשוב לכל הגירויים במידה שווה.

אם מנגנון ה"סינון" לקוי, תחלק כמות האנרגיה המושקעת בתפקיד באופן שעצם ההשקעה בתפקיד תהיה נמוכה.

אמנם קשיו הקשר מתמידים במצבים שונים, אך הם מושפעים על ידי גירויי הסביבה לחיוב ולשלילה. גורמים מסיחים כרעשים (טלפון, רדיו), אורות מהבהבים (פלורסצנט) או אורות צבעוניים, תמונות לא רלוונטיות וצבעים עזים — פוגעים בקשב. לא אחת נמצא שאמצעי המחשה ועזר לימודיים חדשים וצבעוניים, המעוררים מוטיבציה ויתר תשומת-לב אצל הילד הרגיל, גורמים להיסח-הדעת ולקשיו ריכוז לילד ההיפראקטיבי, קשיים שביטיהם יכולים להיות הפסקת הפעילות המצופה, משך זמן ארוך יותר הנדרש לביצועה, ומספר שגיאות רב יותר. כשם שהילד ההיפראקטיבי מגיב ביתר עוצמה על מסיחים שליליים, הוא מושפע במידה מרובה גם על ידי חיזוקים חיוביים המשפרים את רמת תפקודו ומרחיבים את טווח הקשב שלו.

הילד זקוק לחיזוקים רבים ותכופים, וירידה בשיעור החיזוקים — פוגעת בביצוע. נראה שהחיזוק מהווה לא רק גורם מגביר, אלא הוא גם בבחינת משוב ממוקד המאשר שביצועו של הילד הוא בהתאם למצופה [10]. הצורך במשוב מתמיד ומדויק, המעריך את ביצועו של הילד, בא לביטוי לא רק בהתנהגות תפקודית אלא גם במצבים חברתיים [5]. הילד מרבה לשאול ילדים ומבוגרים שאלות אוריינטציה, ומבקש אישורים. לא אחת הוא חוזר שוב ושוב על אותן שאלות, ובכך הוא מייגע את הוריו ומוריו. המורה, שהילד שואל אותה שוב ושוב "האם ענית נכון?", והאם שהילד חוזר ושואל אותה "לא תשכחי?" או "אני ילד טוב?" מתייחסות לשאלות ההתמצאות כאל "נדנד" והטרדה,

ומגיבות לעתים בחוסר סבלנות ובכעס, ולעתים בהתבדחות אכזרית. פורגר וסמית [24] הבחינו בשני חלקים בפעולת הקשב:

(א) **קשב תגובתי**: תגובה כמעט אוטומאטית של האדם לגירוי חדש בסביבתו. תגובה זו מלווה בשינויים גופניים כעלייה בדופק ובמידת ההזעה.

(ב) **קשב מתמשך**: תגובה מתמשכת, המתבטאת באופן פיזיולוגי בירידה בקצב הדופק, בעכבה בויעה ובפעילות המוטורית.

תגובה זו מתפתחת לאחר השלב הראשון, והיא נשלטת על ידי מערכת העצבים הפאראסימפטית.

הילד ההיפראקטיבי אינו שונה בהגבתו לשלב הראשון של הקשב, אך הוא מתקשה לקיים את הקשב לאחר מכן.

תופעה זו מתבטאת בכך שאצל ילדים היפראקטיביים רבים אין ירידה בדופק ובהזעה כמצוי אצל הילד הרגיל. חוקרים נוספים [32, 10] הבחינו בביצוע השונה של תפקידים המחייבים קשב קצר לעומת תפקידים המחייבים מאמץ מתמשך של קשב.

בתפקידים קצרים ולא מורכבים לא נמצא שוני בין ביצועו של הילד ההיפראקטיבי לזה של הילד הרגיל; אך בביצוע תפקידים מורכבים המחייבים גיוס ממושך של מאמצים, מתקשה הילד להתמיד במאמץ לרכוז כוחות ולפעול מתוך משמעת פנימית. אם "שובר" הניסיון את התפקיד המתמשך ליחידות קטנות ע"י פניית-תזכורת חוזרת לילד, משתפר ביצועו.

בתפקידים המורכבים הבחינו החוקרים בשני סוגים של היסח-הדעת [32, 10]:

(1) פעילויות תחליפיות לא רלוונטיות.

(2) התנהגות המאופינת על-ידי חלום-בהקיץ ופיזור דעת.

נוכחות מבוגר בעת ביצוע התפקידים מפחיתה את משך הזמן שהילד מקדיש לחלומות-בהקיץ ומפחיתה את העיסוק בפעילות תחליפית, אך בביצוע התפקיד לא חל שיפור משמעותי.

ג. סגנון התנהגות אימפולסיבי

— "גמרתי", קראה ליאת בת העשר.

— "כבר", תמהה אמה, "אולי נבדוק את התרגילים?"

— "אוף", התלוננה הילדה. בחוסר-רצון גלוי ישבה עוד כדקה עם המחברת.

— "גמרתי לבדוק ואני יורדת לשחק", הכריזה בטון החלטי.

— "קשה לי להאמין שכבר גמרתי", אמרה האם לליאת, ובעיקר לעצמה.

— "תבדקי בעצמך", אמרה הילדה ברוגז, זרקה את המחברת על

השולחן, וירדה לשחק.

האם עיינה במחברת, ונאנחה. המחברת מרושלת, ללא שוליים, טעויות מרובות, המשקפות עבודה מהירה, ללא מאמץ לדייק. דבריה של שרה המורה באספת ההורים מאמש הדהדו באוזניה: "ליאת מבינה את החומר הנלמד, אך אין לה סבלנות. היא מסיימת כל דבר במהירות, ומסרבת לבדוק. ציוניה הנמוכים משקפים את ריבוי טעויותיה — ולרוב אלו טעויות טפשיות. סגנונה מרושל ואימפולסיבי."

הילד ההיפראקטיבי מאופיין בהתנהגותו האימפולסיבית. הוא מסיים תפקידים במהירות קרבת ובביצועו ישנן שגיאות מרובות. במחקרים בפסיכולוגיה התפתחותית שבהם נלמדים שלבים בהתפתחותם של ילדים רגילים, הודגש שלב ה"הערכה" של פתרון הבעיות, כשלב חשוב בהתפתחות אסטרטגיות התנהגות יעילות [22]. בשלב זה לומד הילד לעצור את ביצועו כדי לבדוק את הפתרון שבחר בו, ולהעריכו בהשוואה לפתרונות אפשריים אחרים. התנהגות זו מתפתחת בהדרגה אך היא מותנית גם בסגנון של הילד לאורך ציר אימפולסיבי-רפלקטיבי. אנשים רפלקטיביים נוטים לבלום התנהגות ולבדוק פעילות לעומת אנשים אימפולסיביים הנוטים לפעול מייד ומתוך שיקול דעת מועט.

בבדיקת האיפיונים של סגנון פתרון הבעיות אצל הילד ההיפראקטיבי [9] נמצאו איפיונים אימפולסיביים. הוא מתקשה בשני המדדים האופייניים למשתנה:

(א) בעיכוב התגובה והשהייתה

(ב) בדיוק בביצוע

סגנון זה יציב בגילאים השונים למן הינקות [4], ומצוי גם אצל המבוגר שהיה בילדותו היפראקטיבי [14].

ד. קשיי למידה כלליים או ספציפיים

חוקרים רבים מתייחסים להיפראקטיביות כלאחד מתת-הסוגים של ליקויי הלמידה, בעוד שאחרים מתייחסים לחפיפה החלקית בין שני המושגים, תוך הכרת הקשר הרב שביניהם [26, 8]. אצל כשליש מהילדים ההיפראקטיביים נמצאה פגיעה לימודית בולטת, ואצל כ-50%-40% נמצא איחור לימודי ניכר [15, 20, 21, 36]. לאופר [16] אף הכליל וקבע שהאיפיון היחיד המשותף לכל הילדים ההיפראקטיביים הוא תמשיגות לימודית בתחום מקצוע אחד או במרבית המקצועות, ודימוי-עצמי נמוך בהתייחס לתפיסת עצמם כחלמיים. חוקרים ניסו ליחס את הכישלון הלימודי לבעיות הקשב או לסגנון

האימפולסיבי של הילדים, אך הכישלון הלימודי התמיד גם לאחר טיפולים ספציפיים ומוצלחים בשינוי הסגנון של פתרון הבעיות, ובלימוד הילד כיצד להתרכז ולהתגבר על קשיי הקשב שלו.

בבדיקות ספציפיות נמצאו קשיים, בדומה לקשיים של ילדים לקויי למידה, בשלושת התחומים של עיבוד המידע: בתחום הקלט, העיבוד, והתפוקה. הילד מתקשה להבחין מה הם הגירויים הרלוונטיים בסביבתו. אירגון הקלט שלו לוקה. יש לו קשיי הכללה והפשטה, ולא אחת הוא שוכח אינפורמציות שלמד והבין בעבר הקרוב. בתפקידים קונקרטיים שיעור ההצלחה גבוה יותר, אך ככל שהתפקיד מחייב הכללה וסיווג של הידע, ויכולת להעבירו מתחום לתחום — בולטים הקשיים. לא אחת מתגבשת ההתרשמות שהקושי אינו בעצם הכישור, אלא מתמקד ביכולת התפוקה.

נראה שילד יש אוצר מלים תקין, אך הוא מתקשה להשתמש בו ביעילות. יש לו ידיעות מרובות, אך הוא מתקשה לשחזרן בהתאם לדרישות מובנות ולכן ייכשל במבחנים. אמהות טוענות טענות רבות משקל, שאין לבטלן כאילו הן רק ביטוי להגנת-יתר, ולפיהן הילד התכוון לבחינה וידיעותיו נראו טובות ומתאימות למצופה, אך בעת המבחן — נכשל.

לחפיפה החלקית עם לקויות למידה יש משמעות טיפולית ברורה. כל טיפול בהיפראקטיביות חייב לכלול הוראה מתקנת שתתייחס לקשיי הלמידה ולפיגור בידע.

ה. הפרעות התנהגות בעלות אופי תוקפני.

קיימת חפיפה רבה בין הפרעות התנהגות כתוקפנות, חוסר צייתנות והתנהגות אנטי-חברתית ובין הסינדרום ההיפראקטיבי. סטיוארט [33] מדווח במחקריו שמתוך 175 ילדים שהופנו לטיפול במרפאה פסיכיאטרית, 49% אובחנו כהיפראקטיביים, ו-46% כתוקפניים, ו-34% ייצגו את תחום החפיפה. כלומר, 3 מתוך 4 ילדים שאובחנו כתוקפניים היו היפראקטיביים. מחקרים אחרים [30, 28] מדווחים על הפרעות התנהגות של כ-20% מהילדים ההיפראקטיביים ופרופורציות דומות נמצאו במחקרים שנערכו בארץ. הפרעות ההתנהגות וגילויי התוקפנות בולטים בילדות אך מתמידים גם בגיל-ההתבגרות ובבגרות [17, 18], ומלווים לעתים בהתנהגות עבריינית ובהסתבכות עם החוק. קמצאים אלה אינם מפתיעים, וסביר להניח שילד אימפולסיבי וחסר מנוחה המתקשה לעכב התנהגות או להתאימה לדרישות הסביבה, יימצא בתסכולים ללא גבול, וייטה לתוקפנות. לא אחת מופיעים הגילויים בד בבד עם קשיים חברתיים. סגנון ההתנהגות אינו רק ביטוי למיעוט עכבות באימפולסים תוקפניים, אלא גם לקשיים בתפיסה ובהבנה חברתית.

הורים מדווחים כי ילדם מציק, מתגרה, מעליב ומסתבך בתגרת ידיים, כאילו לא הפנים נורמות התנהגות מקובלות, או כאילו אינו מסוגל להתאים את התנהגותו ולסגלה למוסכמות.

"אל תצחקו ממני", צעק תומר בן השבע בהתרגשות. אמו, שנחפזה לחדר שבו שיחק עם שני חברים מכיתתו, ידעה, לצערה, למה עליה לצפות. רז ושרון כבר עמדו בפתח מוכנים ללכת, כעוסים אך גם נבוכים. לפני כרבע שעה באו אל תומר לשחק איתו בקסטה החדשה שבמשחק הטלוויזיה, והמשחק כבר נפסק.

— "מה יש לו", שאל רז, "סתם התבדחנו, למה הוא כועס?"
 — "הוא דחף אותי", התלונן שרון, "הפסיק אותי באמצע המשחק וסגר את הטלוויזיה".

— "הסתלקו ואל תחזרו", צרח תומר בכל כוחו, בהתעלמו מנוכחות אמו. בהתרגשות החל זורק ספרים וצבעים משולחנו.
 — "איש לא מתכוון להרגיז אותך", ניסתה האם להסביר, אך לשווא...
 הילדים הלכו, תומר שכב על הרצפה בוכה וצועק, והאם עמדה חסרת-אונים ואובדת עצות.

חשוב לציין שכרבע או כחמישית מילדי הקבוצה ההיפראקטיבית אינם מתנהגים בתוקפנות יותר מהמקובל על ידי בני גילם.