



מרכז אלו"ט
למשפחה



אגודה לאומית לילדים אוטיסטים
The Israeli Society For Autistic Children

אפריל 2015

מידע חדש בתחום האוטיזם גיליון 73 – בוגרים

שלום לכולם,

המפתח למיצוי הפוטנציאל הגלום בכל אדם על הספקטרום האוטיסטי טמון בהבנה ובהכרה של הצרכים המיוחדים שלו ובמציאת מענים מתאימים לצרכים אלה. במידעון זה נציג מחקרים חדשים הנוגעים לאספקטים שונים בחייהם של בוגרים על הספקטרום האוטיסטי ולרווחתם.

לאורך שמונה וחצי שנים אספו חוקרים בארה"ב נתונים ממדגם גדול על מנת לעקוב אחר שינויים המתרחשים בקרב בוגרים על הספקטרום האוטיסטי בשני ערוצים: תסמיני האוטיזם כפי שהם מוגדרים על פי ה-DSM והתנהגויות מאתגרות, בנוסף נבדק כיצד יכולה הסביבה המשפחתית להשפיע על שינויים אלו.

משחק מזל ממוחשב שימש מחקר באוניברסיטת אלבמה בנסיון לשרטט את דפוסי קבלת ההחלטות של בוגרים עם אוטיזם לעומת אלו בוגרים בהתפתחות תקינה.

שאלון חדש שפותח באוניברסיטת חיפה בוחן את מיומנויות העבודה והפרופיל המקצועי של הבוגרים על מנת לאתר את אותן המשרות שיתאימו לכישורים ולצרכים שלהם.

מחקר הולנדי בדק האם ניתן להשפיע על איכות החיים הנפשית של בוגרים על הספקטרום האוטיסטי באמצעות תרגול של תרפיה מבוססת מיינדפולס, גישת טיפול קוגניטיבית המתמקדת במודעות וקשב לתהליכים העדינים המתרחשים בהווה, ובכך מאפשרת שינויים נרחבים בתפיסה לגבי מחשבות, רגשות ותחושות.

מלבד המטרות המוצהרות של מחקרים אלו, ניתן להסיק מהם גם דברים הנחשפים בין השורות: על היכולת של אנשים על הספקטרום האוטיסטי בתפקוד גבוה לספר על עצמם ולהעיד באופן אמין על חזקותיהם וחולשותיהם, על האפשרויות לייצר ולשמר חברויות ועל המנגנונים המשפיעים על הבחירות שלהם.

בנוסף, שני ספרי הדרכה מתורגמים להורים, למשפחות ולמטפלים של אנשים על הספקטרום האוטיסטי.

קריאה מהנה,
מיכל שמול

מידענית מרכזי אלו"ט למשפחה

Change in Autism Symptoms and Maladaptive Behaviors in Adolescence and Adulthood: The Role of Positive Family Processes

Ashley C. Woodman, Leann E. Smith, Jan S. Greenberg & Marsha R. Mailick
[Journal of Autism and Developmental Disorders](#)
Vol. 45, Issue 1, January 2015, Pages 111-126.

שינויים בתסמיני אוטיזם ובהתנהגויות מאתגרות בגיל ההתבגרות והבגרות: תפקידם של תהליכים משפחתיים

במחקר ארוך טווח זה, נבחנו לאורך שמונה וחצי שנים השינויים בתסמיני האוטיזם ובהתנהגויות המאתגרות בקרב מדגם גדול של מתבגרים ובוגרים על הספקטרום האוטיסטי. המדגם כלל 313 משתתפים על הספקטרום האוטיסטי ובני משפחותיהם מן המדינות מסצ'וסטס וויסקונסין. החוקרים בדקו נתונים שנאספו בחמישה פרקי זמן שונים בין השנים 2000-2010.

תסמיני האוטיזם, כמו קשיים בתקשורת מילולית ולא-מילולית, חוסר בהדדיות חברתית ותחומי עניין מצומצמים, נבדקו באמצעות שאלון ה-ADI-R (Autism Diagnostic Interview - Revised). התנהגויות מאתגרות חולקו לשלושה תחומים – התנהגות כלפי עצמי: פגיעה עצמית, חזרתיות טקסית או הסתגרות. התנהגות כלפי האחר: פגיעה באחרים, הרס לרכוש או התנהגות מפריעה, והתנהגות א-סוציאלית: פגיעה חברתית או חוסר שיתוף פעולה.

הממצאים מצביעים על מגמת שיפור במהלך ההתבגרות והבגרות עבור רוב האנשים על הספקטרום האוטיסטי. מידת החומרה של תסמיני האוטיזם בדרך כלל פחתה במהלך המחקר. השיפור הניכר ביותר היה בהתנהגויות חזרתיות, בתחומי עניין מצומצמים וסטריאוטיפיים ובתקשורת המילולית, וכן הורגש שיפור גם בהדדיות חברתית. כ-20% מן המשתתפים במדגם המדגם דיווחו על חברויות. בהשוואה לתחילתו של המחקר, לאורך הזמן פחתה השכיחות של התנהגויות מאתגרות, בעיקר של ההתנהגויות א-סוציאליות.

עם זאת, השינוי לא היה אוניברסלי עבור כל המשתתפים, ובקרב מיעוט מהם חלה החמרה בתסמיני האוטיזם במהלך המחקר: בוגרים על הספקטרום האוטיסטי בעלי לקות שכלית הציגו בסוף המחקר רמות גבוהות יותר של תסמיני אוטיזם והתנהגויות מאתגרות בהשוואה לבוגרים ללא לקות שכלית נלווית.

מעבר למאפיינים של הבוגרים על הספקטרום האוטיסטי, להיבטים של הסביבה הרגשית של המשפחה היתה השפעה על תוצאות ארוכות הטווח. בוגרים שאימהותיהן הרעיפו עליהם יותר שבחים לאורך חייהם, הפגינו בסוף המחקר רמות נמוכות יותר של לקות בתקשורת המילולית ובהדדיות החברתית. שבחים מצד האם היו קשורים גם בשיפור בהתנהגויות המאתגרות כלפי האחר ובהתנהגות הא-סוציאלית. תפקיד דומה היה גם לאיכות היחסים בין האם והילד. לאמהות שדיווחו על מערכת יחסים טובה יותר היו ילדים עם פחות התנהגויות מוחצנות וא-סוציאליות בסוף המחקר.

מיקום המגורים של הבוגר על הספקטרום האוטיסטי, לא היה גורם מנבא של תסמיני אוטיזם או של התנהגויות מאתגרות. ההשפעה החיובית של המשפחה נשמרה ללא קשר לשאלה האם הבוגר התגורר בבית המשפחה או לא, תוך שימת דגש על החשיבות המתמשכת של היחסים בין האם-והילד.

יחדיו, ממצאים אלו תומכים בחשיבותם של תהליכים משפחתיים על אנשים עם אוטיזם. המחקר משרטט את הקשר בין מערכת יחסים משפחתית טובה ובין תוצאות חיוביות עבור הבוגרים על הספקטרום האוטיסטי. המשפחה עשויה לספק את התמיכה החברתית הנחוצה כדי להניע שיפור בתיפקוד ההתנהגותי של בוגרים על הספקטרום האוטיסטי.

המחקר הנוכחי מרחיב את ההבנה שלנו לגבי שינוי בפנוטיפ של האוטיזם עם המעבר לבגרות. לתוצאות המחקר יש השלכות חשובות על היכולות להשפיע על מהלך החיים של אנשים על הספקטרום האוטיסטי וכיוונים פוטנציאליים של התערבות טיפולית עבור המשפחות.

לקבלת המחקר המלא באנגלית ניתן לפנות למייל b_lauren@alut.org.il

מחקר

Mindfulness-Based Therapy in Adults with an Autism Spectrum Disorder: Do Treatment Effects Last?

Michelle Kiep, Annelies A. Spek, Lisette Hoeben

[Mindfulness](#)

March 2014

תרפיית מיינדפולנס לבוגרים על הספקטרום האוטיסטי

במחקר הנוכחי, נבדקה מידת ההשפעה של תרפיית מיינדפולנס (Mindfulness-Based Therapy) או "קשיבות מודעות" על רווחתם הנפשית והפיזית של בוגרים על הספקטרום האוטיסטי, וכן נבחן האם השפעות התרפיה נשמרות לאורך זמן. המוקד בתרפיית מיינדפולנס טמון בהפניית תשומת הלב למחשבות ולרגשות, ללא שיפוטיות וללא צורך לשנות אותם. הלמידה כיצד לקבל ולהתמודד עם חוויות אלו, עשויה להפחית הרהורים פנימיים ומצב רוח שלילי.

חמישים בוגרים מהמרכז לאוטיזם בהולנד השתתפו במחקר, מתוכם 34 גברים ו-16 נשים בגילי 20-60 (ממוצע 38 שנים). המשתתפים חולקו לחמש קבוצות. שני פסיכולוגים שעברו תכנית הכשרה של טיפול במיינדפולנס הובילו את המפגשים קבוצתיים. הטיפול כלל תשעה מפגשים שבועיים בני שעות וחצי.

שני המטפלים הדריכו את משתתפי הקבוצות בשימוש בטכניקות של מיינדפולנס, לאחר שפרוטוקול הטיפול המקורי הותאם לצרכים הספציפיים של מבוגרים על הספקטרום האוטיסטי. בנוסף המשתתפים התבקשו להתאמן בין 40 ל-60 דקות של מדיטציה בבית במהלך 6 ימים בשבוע, במטרה לשלב את מיומנויות המיינדפולנס בסביבה הביתית ובשגרת היום.

על מנת להתמודד עם הקשיים התפקודיים של המשתתפים בתרגול הטכניקות, בהדרכות ניתן גש על תכנון שיעורי הבית, כלומר על תרגול המדיטציה, וכל קושי בתכנון נדון באופן אינדיבידואלי. המשתתפים הודרכו לבדוק אילו תרגילים היו המועילים ביותר עבורם בחיי היום יום.

התסמינים נבחנו לפני תחילת הטיפול, בסיום סדרת הטיפולים ולאחר 9 שבועות. בכל השלבים המשתתפים ענו על שלושה סוגי שאלונים על מנת לחקור את השפעות קצרות טווח וארוכות טווח של התכנית הטיפולית.

סימפטומים של חרדה, דיכאון, אגורפוביה, סומטיזציה, אי התאמה בין חשיבה לפעולה, חוסר אמון ורגישות, בעיות שינה ורווחה נפשית כללית – כל אלו ירדו באופן משמעותי במהלך הטיפול. רק סימפטומים של עוינות עצמית לא פחתו באופן משמעותי לאורך הטיפול. לא נמצאו הבדלים משמעותיים בסימפטומים הפסיכולוגיים והפיזיים שדווחו מיד בתום סדרת הטיפול ו-9 שבועות לאחר הטיפול.

ההנחה היא, כי העובדה שפרוטוקול המיינדפולנס המותאם התמקד בהקניית מיומנויות התרגול בחיי היומיום של הפרט תרם להשפעה חיובית: המשתתפים למעשה למדו כיצד המדיטציות עשויות להועיל להם וכיצד להשתמש בטכניקות של המדיטציה. משמעות הדבר הוא כי תוצאות הטיפול נשארות יציבות לאורך הזמן ומכאן כי טיפול בגישת מיינדפולנס לבוגרים על הספקטרום האוטיסטי הוא אפקטיבי הן בטווח הקצר והן בטווח הארוך.

לקבלת המחקר המלא באנגלית ניתן לפנות למייל b_lauren@alut.org.il

מחקר

Decision-Making Skills in ASD: Performance on the Iowa Gambling Task

Joanna L. Mussey, Brittany G. Travers, Laura Grofer Klinger and Mark R. Klin

[Autism Research](#)

[Volume 8, Issue 1](#), February 2015, 105-114

קבלת החלטות בקרב צעירים על הספקטרום האוטיסטי : ביצועים במשחק מחשב

קבלת החלטות ממלאת תפקיד מרכזי בתפקוד יומיומי, אך מעט מאוד ידוע לגבי הדרך בה אנשים על הספקטרום האוטיסטי מקבלים החלטות. המחקרים הנוכחיים בחנו קבלת החלטות של אנשים על הספקטרום האוטיסטי באמצעות משחק קלפים ממוחשב (Iowa Gambling Task IGT) שמטרתו להרוויח כסף על ידי בחירה בין חפיסות קלפים. על מנת להצליח במשחק, השחקנים צריכים היו להבין אילו קלפים מובילים לרווח כספי ואילו להפסד.

במחקר השתתפו 15 סטודנטים על הספקטרום האוטיסטי שגויסו מהקליניקה לאוטיזם באוניברסיטת אלבמה, וקבוצת בקורת של 17 סטודנטים בהתפתחות תקינה. הגיל הממוצע של המשתתפים היה 19.

בניסוי הממוחשב הראשון הוצגו למשתתפים 4 חפיסות קלפים, וההנחיה היתה לזכות בכמות כסף גדולה ככל הניתן על ידי בחירת קלפים מתוך החפיסות השונות. בנוסף, נאמר למשתתפים שהם יכולים להחליף בין חפיסות הקלפים בכל פעם שהם רוצים.

תוצאות הניסוי הצביעו על כך שאנשים על הספקטרום האוטיסטי קבלו החלטות פחות טובות בהשוואה לקבוצת הביקורת, תהליך הלמידה שלהם באשר לחבילת הקלפים שמזכה ביותר כסף היה איטי יותר ולכן והם מיעטו לבחור בחפיסת הקלפים שהובילה פעמים רבות יותר לזכייה בכסף והרבו לבחור בחפיסת הקלפים שגרמה לאובדן של כסף. כמו כן, בהשוואה למשתתפים בהתפתחות תקינה, הם נטו להחליף לעיתים קרובות יותר בין חפיסות הקלפים.

במחקר המשך, החוקרים בקשו לבחון את משמעות ההחלפה התכופה בין חפיסות הקלפים. בניסוי זה, סטודנטים בהתפתחות תקינה ששחקו את במשחק המחשב קבלו הנחיה מוקדמת להחליף בתכיפות את חפיסות הקלפים. הממצאים העידו כי להנחיה היתה השפעה לרעה על תהליך קבלת ההחלטות של המשתתפים: הם הפגינו האטה בקצב הלמידה שלהם וקיבלו החלטות שלא הובילו לזכייה בכסף, ובכך דמו לביצועים של משתתפים על הספקטרום האוטיסטי מחלקו הראשון של המחקר.

על פי שני המחקרים הללו, נראה כי האסטרטגיה בה השתמשו אנשים להחליט באיזו חבילת קלפים לבחור, השפיעה על היכולת ללמוד ועל היכולת לקבל החלטות באופן מועיל.

באופן ספציפי, לשינויי התכופ היתה השפעה שלילית על היכולת לקבל החלטות מיטיבות בהמשך. כלומר, התפרשות על מגוון חוויות ובחירות מקשה על היכולת ללמוד מכל אחת מן החוויות השונות וליישם את הלמידה על קבלת החלטות עתידיות. לעומת זאת, חשיפה מרוכזת לחפיסת קלפים אחת מאפשרת למידה על החוויה ושילוב הידע הנלמד גם לגבי החפיסות האחרות. התוצאות המשולבות מציעות כי לדרך שאנשים על הספקטרום האוטיסטי חוקרים ומתייחסים לסביבה שלהם, עשויה להיות קשורה תהליך קבלת החלטות לקוי.

לקבלת המחקר המלא באנגלית ניתן לפנות למייל b_lauren@alut.org.il

Work performance skills in adults with and without high functioning autism spectrum disorders (HFASD)

Eynat Gala, Efrat Landesa, Noomi Katz

[Research in Autism Spectrum Disorders](#)

[Volume 10](#), February 2015, Pages 71–77

מיומנויות עבודה של בוגרים על הספקטרום האוטיסטי בתפקוד גבוה

לפי מחקרים אקדמיים, אנשים על הספקטרום בתפקוד גבוה בבגרותם נשענים מאד על אחרים לתמיכה בתעסוקה, בתפקוד בחיי יום יום וביחסים עם אחרים. גם כשהם מועסקים הם מתקשים לשמר את מקום עבודתם לאורך זמן ולעיתים קרובות רמת העבודה נמוכה מהיכולות והפוטנציאל האמתי שלהם.

במחקר זה נבדק שאלון חדש המיועד לאנשים עם אוטיזם בתפקוד גבוה שסיימו בית ספר או מוכנים להתחיל לעבוד ומטרתו היא יצירת ביסוס לפרופיל תעסוקתי וסיוע בהתאמה טובה בין הפרט למקום העבודה. השאלון מכיל 78 פריטים בשישה תחומים שונים: הרגלי עבודה, סגנון עבודה, מידת עצמאות בעבודה ובלמידה, פעילויות יומיומיות שגרתיות, מיומנויות בינאישיות וצרכים סנסוריים בסביבת העבודה.

במחקר השתתפו 37 אנשים על הספקטרום האוטיסטי בתפקוד גבוה, בגילי 20-40, אשר אותרו במדגם מתוך סניפים של "בית אקשטיין" ומילאו את שאלון ביחד עם בודקת חיצונית. בנוסף, השתתפו במחקר 102 בוגרים בהתפתחות רגילה, שמילאו את שאלון באופן עצמאי. מתוכם נלקחה קבוצת בקושרת שהותאמה למדגם של האנשים על הספקטרום האוטיסטי מבחינת מגדר, גיל ורמת השכלה.

תוצאות השאלונים מצביעות על הבדלים משמעותיים בין שתי הקבוצות ברוב התחומים הקשורים לעבודה כאשר קבוצת הביקורת הציגה ציונים גבוהים יותר בתחומים אלו. המשתתפים על הספקטרום האוטיסטי קבלו ציונים נמוכים יותר בתחום "סגנון עבודה", מה שמרמז שהם נטו להעדיף את השגרה ולא עבודה משתנה, ומעיד על הקשיים שלהם בהתמודדות עם שינויים צפויים ובלתי צפויים בעבודה. הממצאים בתחום של "עצמאות בעבודה/ למידה" חשפו כי אלו עם אוטיזם היו עצמאיים פחות, והיו זקוקים להסברים נוספים ותגמולים בהשוואה לקבוצת הביקורת.

עם זאת, בתחום "הרגלי העבודה", הכולל פריטים הקשורים לתקנות בעבודה, שמירה על ארגון, סדר ואיכות העבודה, לא נמצאו הבדלים משמעותיים בין שתי הקבוצות. ייתכן שהדבר נובע מהיכולות הגבוהות של אנשים עם אוטיזם בתחומי דייקנות, תשומת לב לפרטים, ודיוק בעבודה.

בקבוצת המשתתפים בהתפתחות רגילה, היתה התאמה חיובית בין הציונים בתחומים השונים, כלומר, ציונים גבוהים בתחום אחד הצביעו על ציונים גבוהים בתחום אחר, דבר המעיד על פרופיל מקצועי אחיד ומגובש. מנגד, בקבוצת המשתתפים על הספקטרום האוטיסטי, ציונים

טובים בתחום אחד לא הצביעו בהכרח על ציונים טובים בתחום אחר, כלומר הפרופיל המקצועי שלהם מגוון יותר ופחות ניתן לחיזוי.

בניגוד לקבוצת הבקורת, מקומות העבודה של רוב המשתתפים על הספקטרום האוטיסטי התאפיינו בשעות קבועות, סביבה שקטה, עבודה שגרתית שמתבצעת לבד, וכמעט אף פעם לא דורשת ללמוד דברים חדשים. רק כמחציתם דיווחו על לחץ להשלמת העבודה בזמן, רובם האמינו כי עבודתם תאמה את כישוריהם וכי רמות השכר שלהם היו נאות.

ממצא זה יכול להצביע על שביעות רצון של משתתפים עם אוטיזם מרמת השכר שלהם, או לחלופין על חוסר המודעות לפערים בין שכרם לשכר הממוצע במשק, שכן רובם מתגוררים עם הוריהם או בהוסטל ואינם נדרשים לנהל תקציב.

על פי ממצאי המחקר, השאלון הוא כלי הערכה המבדיל ביעילות בין בוגרים על הספקטרום האוטיסטי בתפקוד גבוה ובין בוגרים התפתחות רגילה, וכן הוכיח המחקר את יעילותו בזיהוי הפרופיל הייחודי של אנשים על הספקטרום האוטיסטי.

תוצאות המחקר הנוכחי, המבוסס על דיווח עצמי, תואמות לתוצאות של מחקרים קודמים שהתבססו על שאלוני הורים ומעבידים, ממצא זה מעיד על כך שאנשים על הספקטרום האוטיסטי מסוגלים לספק מידע אמין בנוגע ליכולות ולאתגרים שלהם.

לקבלת המחקר המלא באנגלית ניתן לפנות למייל b_lauren@alut.org.il

ספרים חדשים

אינטראקציה אינטנסיבית ואינטגרציה חושית: מדריך לתומכים באנשים עם אוטיזם חמור

פיבי קלדוול וג'יין הרווד
הוצאת אח, 2014.

אנשים עם אוטיזם חמור חווים את המידע החושי שהם מקבלים מהעולם שסביבם בצורה שונה לגמרי מהחוויה של מי שאינם על הרצף האוטיסטי. הם מרגישים מנותקים ומוצפים וההתנהגות שלהם יכולה לשקף מצוקה. בספר זה נראה כיצד ניתן לתקשר עם אנשים שאינם מילוליים, כאלה שהדיבור שלהם מוגבל ולעתים גם מי שמסוגלים לדבר אך מאבדים את היכולת לעבד דיבור כשהם מצויים במצבי משבר. נציג דרכים לעזור להם להבין את העולם שסביבם. האינטראקציה האינטנסיבית משתמשת בשפת הגוף של האדם עצמו כדי ליצור עמו קשר ואילו האינטגרציה הסנסורית מפתחת את היכולת של הפרט לקבל, לעבד ולהבין מידע שמגיע מהחושים דרך פעילויות ייעודיות. ניתן להשתמש בטכניקות הללו כדי לפתח סביבה המותאמת במיוחד לצרכי הסנסוריים של האדם הלוקה באוטיזם תוך צמצום הגורמים המעוררים מצוקה. הספר שופע דוגמאות, סיפורי מקרה ומגוון רחב של טכניקות שנוסו ושיעילותן הוכחה, והוא מספק כלי עבודה יקרי ערך עבור הורים, מטפלים ואנשי מקצוע אחרים התומכים באנשים עם אוטיזם חמור ועם לקויות למידה אחרות. (מתוך אתר ההוצאה).

[כתובת לרכישת הספר](#)

הנע כדי לתקשר : 300 משחקים ופעילויות עבור הילד שלכם עם אוטיזם

סימון גריפין ודיאן סנדלר
הוצאת אח, 2014

הספר הוא משאב מעשי גדוש רעיונות מלהיבים והדרכה שנועדו להניע ילדים עם אוטיזם וקשיי תקשורת אחרים. המבנה בהיר וידידותי ומציג למעלה מ-300 פעילויות ומשחקים מעשיים ומהנים שסייעו לפיתוח מיומנויות התקשורת של ילדכם. הספר מציע דרכים יצירתיות לשימוש בחפצים ובצעצועים יומיומיים. למשל, אם ילדכם אוהב לפוצץ בועות סבון, אולי הוא גם ייהנה לספור בועות, ללכוד אותן על מקל, לרמוס אותן ברגליו או אפילו לשחק בהן כדורעף! הרעיונות החדשניים בספר זה פותחו במשך 40 שנה של ניסיון קליני וחינוכי, ונועדו לגרום הנאה הן למבוגר והן לילד. כל המשאבים המוזכרים בספר זמינים בקלות ואפשר להשתמש בהם לקידום תקשורת בכל הרמות, החל מהושטת יד לעבר חפץ ועד להרחבת התקשורת המילולית. הספר מושלם לתמיכה בהורים, מטפלים ואנשי מקצוע בהנעה ופיתוח של מיומנויות תקשורת אצל ילדים על הספקטרום האוטיסטי. (מתוך אתר ההוצאה).

[כתובת לרכישת הספר](#)

*המידע/הפרסום המועבר בדיוור זה הינו כללי בלבד, אינו מתייחס למקרים פרטניים ואינו מהווה תחליף לייעוץ משפטי ו/או מקצועי. המידע/הפרסום אינו מהווה המלצה ו/או עידוד מצד אלו"ט או מי מטעמה לבצע או שלא לבצע כל פעולה שהיא.