

הפרעת דחק פוסט טראומטית (PTSD) בקרב ילדים מתחת לגיל 6 באה לידי ביטוי באמצעות משחק, שחזור חוויה של נושאים או היבטים הקשורים לאירוע הטראומטי, וכן עשויה להתבטא בחלומות המעוררים תחושת פחד. במחקרים קודמים אובחן התפקוד הניהולי של האם כבעל השפעה ממתנת על החוויה הטראומטית. הכוונה לתפקוד של האם המאפשר לילדיה לווסת את מחשבותיהם ופעולותיהם. כך למשל, הכנת ארוחת בוקר, ביצוע מטלה ללימודים או לעבודה תאפשר לילדים לראות דברים מנקודות מבט שונות, לשים לב לפרטים חדשים בסביבה ולפעול בהתאם. בעת חירום, היכולת הזו מתחדדת אף יותר כך שהיכולת לשמור על הילדים ולהפנות אותם לממ"ד בזמן אמת, תאפשר לילדים לקבל החלטות בצורה טובה יותר במציאות משתנה ואף מאיימת.

קבוצת מחקר בהובלת פרופ' נעמה עצבה-פוריה [מהמחלקה לפסיכולוגיה](#), ראש מרכז דואט לגיל הרך באוניברסיטת בן-גוריון בנגב, בחנה את הקשר בין סימפטומים של הפרעת דחק פוסט טראומטית בקרב הורים וילדים לתפקוד הניהולי של האם. היכולת לעכב תגובה ולהתארגן מחדש בהתאם למציאות משתנה היא שתצביע על כך. למשל מקרה בו ילד קופץ בבהלה בעקבות רעש חזק של מטוס חולף. במידה והאם הבחינה בו והסבירה לילד את הגורם לכך, הרי שהיא גילתה רגישות והבחינה בצרכי הילד במציאות משתנה. על אחת כמה וכמה אם באותו הבוקר היו אזעקות באזור מגוריהם והמציאות המשתנה הופכת לאיום ביטחוני.

משפחות החיות בדרום ישראל נמצאות ברמות חשיפה שונות לאיום ביטחוני, החל ממשפחות שגרות ביישובי עוטף עזה (עד 20 ק"מ מרצועת עזה) ועד ישובים מרוחקים יותר בדרום הארץ (עד 40 ק"מ מרצועת עזה).

במדגם שכלל 131 אימהות וילדיהן הבכורים, בגילאי 45-10 חודשים (52% בנים), לקראת הגעתו של הילד השני (בטרימסטר השלישי להריון). רוב ההורים היו נשואים, ורוב המשפחות חוו דרגות שונות של חשיפה לאיום ביטחוני וירי טילים בעיקר מהערים באר-שבע, שדרות ואשקלון. האימהות מילאו משימות ממוחשבות בכדי להעריך את התפקודים הניהוליים שלהן, כמו: היכולת לעדכן את תוכן זיכרון העבודה או היכולת לעכב תגובה דומיננטית שאינה רלוונטית לסיטואציה. כמו כן, הן מילאו שאלונים מקוונים שעסקו בזיהוי סימפטומים של פוסט טראומה אצל האם והילד.

התוצאות הצביעו על כך שיכולת התיווך של האם את הסיטואציה המאיימת, הורידה בצורה מובהקת את הקשר בין PTSD לסימפטומים של הפרעת דחק בקרב הילדים ומיתנה תגובות פוסט טראומטיות באזור המאיים מבחינה ביטחונית. בנוסף, נראה שאימהות עשויות להידרש לעבד ביעילות ובמהירות מידע הנוגע לילד ולסיטואציה (למשל, הבנת האיום ופינוי מהיר לחדר בטוח), לתווך את המצב לילד ולווסת את הרגשות שלה ושל ילדה. מכאן, שיכולת האם לנטר ביעילות מידע רלוונטי עשויה לתרום ליכולתה להגיב לילדה כראוי ברגע האמת ולחזק בו חוסן אישי.

העיסוק במחשבות ודאגות מעוררות חרדה יכול להפוך ליותר ויותר בולט במהלך האירוע ולאחריו. לפיכך, ייתכן שהיכולת לעדכן את הילד ולהנחות אותו לעתים תכופות עשויה לא רק לסייע בניהול טוב יותר של האירוע המלחיץ עצמו, אלא גם להקל על ויסות מתמשך של דאגות הנוגעות לעצם החשיפה לאיום הביטחוני בעבר ובעתיד.

עוד עלה במחקר, שאימהות עם רמות גבוהות של ויסות עצמי עשויות להיות מסוגלות טוב יותר להפריד את תגובת הלחץ שלהן משל ילדיהם, ובכך הן מעניקות לילדים את התחושה שרואים ומבינים אותם, מה שעשוי להפחית את הסיכון של הילדים לפתח הפרעת דחק בהמשך.

"נראה כי יכולתה של האם לנטר את המידע הרלוונטי בסביבתה ביעילות, ולעכב תגובות אימפולסיביות יותר, תורמת ליכולתה להגיב בצורה רפלקטיבית יותר, הרואה את צרכיה הילדים ומסייעת בהגברת תחושת הבטחון, וכך היא יכולה ליצור עבורם מקום בטוח יותר המקדם את ההתפתחות. כתוצאה מכך, הילדים עשויים לחוש מוגנים יותר, ולכן, בסיכון נמוך יותר לפתח תסמיני PTSD", מסבירה פרופ' עצבה-פוריה. "בהיבט הקליני ובעבודת היום-יום, תוצאות אלו עשויות להיות מועילות בזיהוי המשפחות שעשויות להזדקק ליותר תמיכה וסיוע תחת איום ומצב ביטחוני מורכב".

איסוף הנתונים נערך במהלך אוקטובר 2018 למרץ 2020 (לפני מלחמת 'חרבות ברזל'). הממצאים שופכים אור על תקופות בהן המציאות הביטחונית המאיימת הגבירה את הסיכון להפרעת דחק פוסט טראומטית ועל כן המקום של ויסות עצמי בקרב ההורה עשוי למנוע התפתחות תסמיני PTSD. מרכז דואט לגיל הרך ממשיך להפעיל מאז ה-7 באוקטובר תוכניות לאוכלוסיית ההורים ביישובי העוטף המשקפות את חשיבות התפקוד ההורי והצורך בהגברת הרפלקטיביות ההורית שתורמת במצבי אי ודאות וחירום להתמודדות טובה יותר ויכולה אף למנוע התפתחות תסמיני PTSD.

קבוצת המחקר כללה את: מיכל לוי, ד"ר טל יציב, ד"ר כנרת לבבי, ד"ר פורת יעקב, פרופ' אליסון פייק, פרופ' קירבי דיטר-דקארד, ד"ר אמנון הדר, ד"ר גיא בר, ד"ר מירון פרוימוביץ ופרופ' נעמה עצבה-פוריה.

מחקר זה נתמך ע"י השופט בדימוס ליאון קפלן ועל ידי U.S.-Israel Binational Science Foundation אשר ניתן לפרופ' נעמה עצבה-פוריה ולפרופ' קירבי דיטר-דקארד.