

## עדי אלפא, פסיכולוגית קלינית

מנהלת "המרכז לגיל הרך" בתחנה הפסיכולוגית, גבעת חיים איחוד, עמק חפר.

# קִנְגָה וְרוּ -

## אספקטים רגשיים של פגות

של מבוגר הנפצע מיריות. האילוצים הרפואיים והטיפוליים אינם מאפשרים לפג להנות מהרגעה מתמדת בידי ההורה, כפי שהיה מתבקש ומתחייב בתנאי דחק ומצוקה כאלה.

חוסר הבשלות של מערכות חיוניות (הנשימה, העיכול, החיסון) מעמיד את הפג בסיכון גבוה יותר מאחרים לחלות ולפתח קשיים בריאותיים שונים, גם זמן רב אחרי השיחרור מהפגיה. תינוקות אלו חשופים על-כן לחוויות רבות יותר של מצוקה, כאב, חוסר אונים וחרדה.

לחוויות הללו ישנה השפעה ארוכת-טווח על התפתחותו של התינוק: תינוק אשר כאלה הן חוויותיו הראשונות בעולם, יתקשה לחוות את הסביבה כנעימה, רכה ובטוחה, ועלול להתקשות בפיתוח אמון בסיסי כלפי הסביבה.

תינוק שנאלץ להתמודד עם הצפה של גרזים כאשר המערכת העצבית שלו אינה בשלה לכך, עלול לסבול בהמשך מקשיים בויסות ובאירגון התחושתני; הוא עלול להיות תינוק שמרבה לבכות וקשה להרגעה, תינוק שאינו יושן טוב, אינו אוכל טוב (ומתקשה להעלות במשקל), ובהמשך יכולים להופיע קשיי קשב וריכוז וקשיים בתיכנון ובאירגון הפעילות. תינוקות אלה, יותר מאחרים, עלולים לפתח בעיות התנהגות וליקוי-למידה.

בשל הקשיים הרבים בטיפול בו, תינוק או ילד כזה עלול להיחשף ליותר חוויות של כעס או דחיה מצד סביבתו, ולתחושות אשם, תסכול, ודימוי-עצמי שלילי.

### ההורים

כפי שהפג חשוף לחוויות וקשיים שילדים אחרים אינם חווים, כך גם הורים לפגים נאלצים להתמודד עם עומס חוויות שאינו מוכר להורה לתינוק "רגיל". הקושי של ההורים מתחיל בדרך כלל בעצם האירוע של לידה טראומטית טרם זמנה, שעלולה לעורר חרדה רבה, חוסר-אונים ואף רגשות-אשם.

השלב השני הוא המפגש עם התינוק. ככל שהלידה מוקדמת יותר כך עלול המפגש להיות קשה יותר עבור ההורים. זהו מפגש עם תינוק השונה מאוד במראהו מכפי שציפו. הוא רחוק מלהיראות ולהיות "התינוק המושלם" שהורים

"כשראיתי את הקופיף הקטן, גודלו פחות ממחצית הזרוע שלי, כולו שעיר, מקומט, מחובר למכשירים וצינורות...לא דומה בכלל לתינוק הורדוד והרך לו ציפיתי, פרצתי בבכי.

לא ידעתי בגלל מי אני בוכה: בגלל, שקטן כל כך, חסר אונים, כמו גוזל מרוט שנפל מהקן, או בגללי - מההלם, מהפחד, מהאכזבה...לא הייתי מוכנה לכך בכלל. ואז עוד לא ידעתי שזאת רק ההתחלה, ושעוד יהיה הרבה קושי. אני כל כך אוהבת אותו, אבל הוא לא תינוק שקל וכיף לגדל אותו".

פגות הינה חוויה קשה הן לתינוק והן להוריו. לידת פג היא גורם-סיכון בתהליך ההתפתחות של התינוק במישורים רבים, ובכללם ההתפתחות הרגשית.

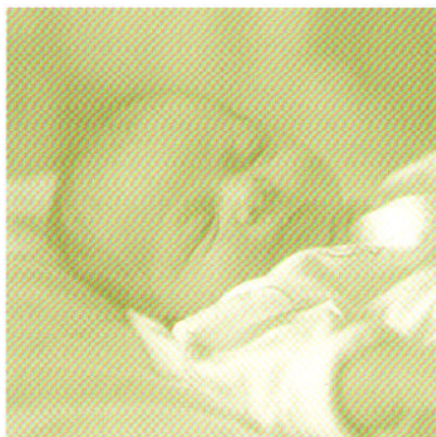
אם נזכור כי התפתחותו הרגשית של התינוק נבנית על חוויותיו המוקדמות ועל הקשר הראשוני עם הוריו, הרי שעבור הפג ועבור הוריו החוויות המוקדמות אינן קלות וגורמים רבים עלולים להקשות על תהליך ההתקשרות בין התינוק והוריו, הן בתקופת הינקות המוקדמת והן בהמשך הדרך.

### התינוק

עבור הפג, טראומת הלידה והמעבר מהחיים ברחם לחיים בחוץ הינה חריפה הרבה יותר מאשר אצל תינוק שנולד בזמן. הפג נדרש להתמודד עם הפצצה של גירויים (אורות, רעשים, מגעים, הבדלי טמפרטורה) כאשר המערכת העצבית שלו עדיין אינה בשלה. הוא נאלץ לחוות עומס אדיר של תחושות שאינו מסוגל עדיין לסנן, לעבד ולארגן בתוכו. ההצפה הזאת בגירויים יוצרת חוסר-שקט, וקושי להירגע ולהגיע לוויסות-עצמי.

נוסף על חוסר הבשלות של מערכת העצבים, התינוק הפג נאלץ להתמודד עם חוויות שתינוקות רגילים בדרך כלל אינם חשופים להן: כל הבדיקות והטיפולים הרפואיים, הכוללים לעיתים קרובות טיפולים פולשניים, יוצרים עומס גדול של חוויות כאב שעוצמתן היא אדירה ביחס לבשלות המערכת להתמודד אתן. רופאים משווים את החוויה של פג הנאלץ לשאת דקירות מרובות בגופו לחוויה





פגות הינה חוויה קשה הן

לתינוק והן להוריו. לידת

פג היא גורם-סיכון

בתהליך ההתפתחות של

התינוק במישורים רבים,

ובכללם ההתפתחות

הרגשית.

אמהות לפגים סובלות יותר חרדה מתמשכת ופחות בטחון בתיפקודן כאמהות מאשר אמהות לילדים רגילים.

חוסר האיזון התחושתי של תינוקות פגים והרגישות הרבה שלהם מקשים על הסביבה לזהות מה נעים לתינוק ומה לא. הם מרבים לבכות, "לא טוב" להם, קשה להרגיע אותם. האם עלולה למצוא עצמה מבולבלת, חסרת-אונים, כועסת ומתוסכלת מאוד בטיפול בתינוק כזה. הרגשות הקשים הללו עלולים לפגוע בהתקשרות של האם והתינוק ובהתפתחות הרגשית שלו.

נמצא כי במצבי חולי ממושכים של תינוק, הן התינוק והן האם פחות מגיבים ופחות מחייכים ומאותתים זה לזה. עם ההחלמה, התינוק חוזר לרמת תגובתיות רגילה בקשר, אך אצל האמהות נותרת לעיתים רמת תגובתיות נמוכה לתינוק עוד לזמן רב.

כלומר, אמהות לפגים הסובלים מסיבוכים רפואיים ומצבי חולי חוזרים עלולות לפתח תבניות התקשרות כמו אמהות בדכאון: פחות יוזמות קשר ופחות מגיבות ונענות לאיתותים מצד התינוק. לאורך זמן עלול הדבר להשפיע אף הוא על תהליך ההתקשרות של התינוק ועל התפתחותו הרגשית.

נוסף על העומס המתואר יש לקחת בחשבון הקושי של ההורים להתפנות אל הילדים הנוספים במשפחה, הזקוקים לתשומת הלב של הוריהם בתקופה כזו אף יותר מתמיד.

רוב ההורים מתמודדים עם הקשיים ומצליחים לבסס קשר טוב עם התינוק למרות המכשולים הרבים. אך נדרשת עד מאוד עירנותם של אנשי המקצוע הפוגשים ומלווים את הורי הפגים לגבי העומס הרגשי שהורים ותינוקות אלו מתמודדים עימו, ולהשלכות שעלולות להיות לכך על התפתחותו הרגשית והכוללת של התינוק. ככל שישכילו לזהות את הקשיים ולתמוך בהורים הללו - כך יקל על ההורים להבין את קשייו של הילד, לתמוך בו, ולאפשר לו התפתחות רגשית טובה יותר.

חולמים עליו, והפער הזה שבין התינוק שבפנטזיה לתינוק הממשי עלול לעורר רגשות דחיה וקושי להתקשר לתינוק.

זהו תינוק המעורר אצל ההורים חרדה עצומה לקיומו ובריאותו, וחרדה להתפתחותו בעתיד. ההורים חשים חרדה והיסוס ליטול אחריות ולטפל ביצור כה קטן וחסר אונים, והם חשים חסרי-אונים בעצמם נוכח הכאב והמצוקה הצפויים לילדם.

תהליך ההתקשרות של ההורים והתינוק - עובר ומתרחש דרך הפגיה.

לעיתים לא ניתן לאפשר להורים לגעת בתינוק, ואפילו כאשר מותר להם לגעת ולטפל בו בעצמם ואף לשאת אותו על גופם בטיפול "קנגורו" (כמו "אינקובטור אנושי" שבו התינוק צמוד לחזה ההורה במשך מספר שעות) - אפילו בתנאים האופטימליים, עדיין האחריות לשלומם ובריאותו של התינוק נתונה בידי הצוות הרפואי ולא בידי ההורים.

כלומר, תהליך ההתקשרות בתחילתו, לעיתים ימים ולעיתים מספר שבועות או חודשים, אינו תהליך בלתי אמצעי וטבעי, וההתקשרות צריכה להתגבר על לא מעט מכשולים: רתיעה, דחיה, סכנת חיים, חרדה גבוהה, אָפֶל (על התינוק שקיוו לו ונולד תינוק שונה), חוסר זמינות של מגע פיזי מתמשך, תלות בממסד הרפואי, ועוד.

רוב ההורים לפגים מתגברים על מכשולים אלו, אך האתגר שההורות מציבה בפניהם הוא לעיתים קשה יותר מזה של הורים ליילודים בשלים.

במקרים לא מעטים, המשבר של לידת פג אינו מסתיים עם היציאה הביתה. המעבר החד מהתמיכה ו"העטיפה" שניתנו לתינוק ולהוריו בפגיה אל האחריות שעוברת לידי ההורים בבית, הינו מעבר שמעורר חרדה רבה.

אפילו פגים ללא פגיעות או נזקים נוירולוגיים ובריאותיים חמורים - רגישים יותר להידבקות במחלות.

הם רגישים במערכת הנשימה ובמערכת העיכול, ורגישים יותר לגירויים הסביבתיים. הטיפול היומיומי בתינוקות אלה מורכב עד מאוד ועלול ליצור עומס רגשי רב.

נמצא במחקרים כי בשנה הראשונה לחיי התינוק,