

## מאת: פרופ' מאיר לוטן ומירב הדר-פרומר

ערך הפעילויות במים ידוע מזה שנים רבות, אך רק לאחרונה החל להצטבר חומר המצביע על חשיבותו של טיפול זה לילדים עם נכויות התפתחותיות. השחייה הינה חלק נכבד מהחינוך הגופני לילדים. לשחייה ערך משולש: הישרדות, כושר והנאה (Elkington, 1978). ערכים אלה מתאימים גם לאדם עם מגבלות, בהנחה ששילובם של ילדים עם מגבלות בחיים הנורמליים הוא חלק ממטרתנו כהידרותרפיסטים. הפעילות במים נתפסת על ידי הילד, משפחתו, וסביבתו כפעילות בה עוסקים ילדים "רגילים", וכך היא מחזקת את תפיסת הילד וסביבתו כי הילד עם המגבלה יכול להשתלב בחיים הרגילים. תחושה זו מחזקת את הביטחון והדימוי העצמי של הילד.

מחקרים שבדקו את הקשר שבין התפתחות מוטורית להתפתחות תפיסתית (Rosenbloom, 1975 Held, 1965) מצאו כי הגבלה בתנועה האקטיבית מגבילה את ההתפתחות בכל התחומים, וביניהם ההתפתחות התפיסתית. הגבלות התנועה מצמצמות את עולמה של הילדה ומעכבות את התפתחותה בכל התחומים, וזאת מכיוון שהתנסותה התחושתית נפגמת, והיא אינה חווה את החוויות הרגילות והשגרתיות שחווה כל ילד בגילה. הפנמה של העולם החיצוני נעשית רק דרך החוויה הפעילה של הילד וחושיו. בשל מגבלותיהן, חוות ילדות עם תסמונת רט את העולם באופן מינימלי ולכן אין זה מפתיע שהתפתחותן הינה מזערית בכל התחומים. מטרתנו הינה לעודד ילדות עם תסמונת רט להגיע לעצמאות מרבית, ללמד אותן להשתלב בחברה, לשמור על יכולתן הגופנית (כאמצעי לעצמאות ולשמירת בריאותן הכללית), ולשפר את איכות חייהן.

רוב הילדים רואים במים, בראש ובראשונה, מקור להנאה. במים התנועה נעשית קלה וחופשית יותר, ומאפשרת לילדה לבנות סכמת גוף נכונה ודימוי גוף תקין. מודעות זו משפרת את תנועתה גם מחוץ למים ומשנה את גישה השלילית של הילדה לתנועה. כאשר ילדה לומדת לנוע בחופשיות במים ולעיתים אף שוחה, היא יכולה להשתלב בקבוצות שחייה או קבוצות פעילות שונות במים, ובכך לשפר את כישוריה החברתיים. תחושת ההצלחה מביצוע התנועה ומן השימוש החופשי בגופה מעניקה לילדה תחושה סיפוק והנאה, ומשפרת את דימויה ובטחונה העצמי (Reid-Campion, 1991).

במים מתבטל הצורך בעזרים המשמשים את הילדה ביבשה, כמו כסאות גלגלים והליכונים. דבר זה מאפשר התנסות טבעית ונקייה מעכבות גופניות ומסב עונג רב לילדה הכלואה בגופה ובמכשוריה בכל שעות היממה ביבשה. נקודה חשובה נוספת: ילדה שהתרגלה לפעילות במים יכולה להשתלב בפעילויות משפחתיות, כמו בילוי משוחרר ונעים בים או בבריכה.