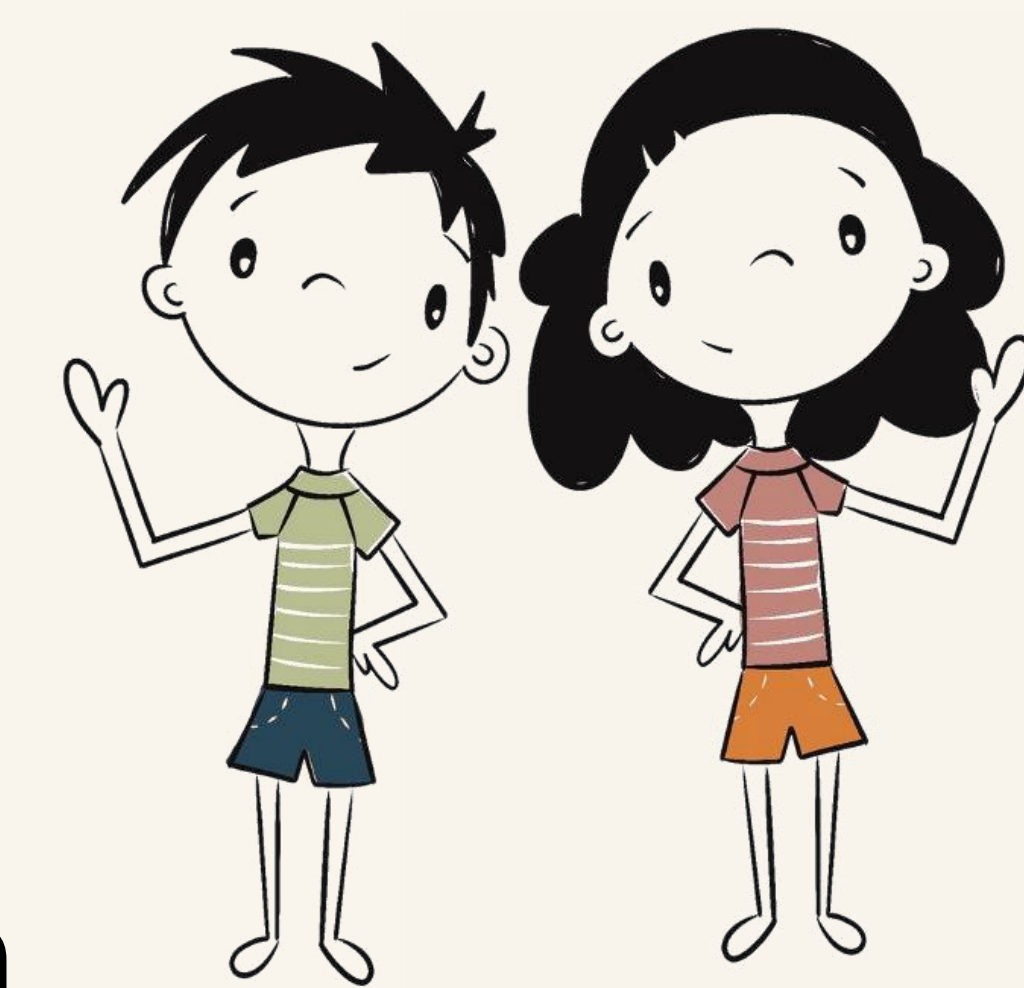


הבדלים בין המינים ברמת הערנות האנטרוספטית, בקרב ילדים עם התפתחות תקינה בגילאי 5-10 שנים.

יעל בירן, אורן דחוח ונועם כהן שועלי בהנחיית ד"ר לימור רוזנברג



החוג לריפוי בעיסוק, בית הספר למקצועות הבריאות, הפקולטה לרפואה, אוניברסיטת תל אביב

הקדמה

ערנות אינטרוספטית כוללת עיבוד של תחושות פנימיות שהופכות זמינות למודע, מתייחסת לרגישות לגירויים שמקורם בגוף, כגון רעב וצמא. הספרות מציגה הבדלים בין המינים בתחומים שונים, מחקרים הראו כי קיים הבדל בין נשים וגברים ברמת הערנות האינטרוספטית. נשים מפגינות רמת ערנות גבוהה יותר ביחס לבנים אשר מוסבר בעקבות השינויים ההורמונליים שחוות נשים. קיימים כלים שונים למדידת החוש האינטרוספטי בעיקר עבור מבוגרים ואילו עבור ילדים אותר שאלון אחד מותאם לגילאי 8 שנים ומעלה. בגילאים אלו, לא נמצאו הבדלים אך עדיין לא נבדק ההבדל בין המינים אצל ילדים צעירים ברמת הערנות האינטרוספטית, לכן פותח שאלון חדש מותאם לילדים צעירים. מושג זה מתהווה בתחום הריפוי בעיסוק הן מבחינת מחקר והן בתהליך הטיפול בשל השפעתו על ביצוע והשתתפות בעיסוקים.

מטרת השערת המחקר

מטרת מחקר זה הייתה לבחון את הבדלים בין המינים ברמת הערנות האינטרוספטית, בקרב ילדים עם התפתחות תקינה בגילאי 5-10 שנים.

השערת המחקר:

ימצא הבדל בין בנים לבנות ברמת הערנות האינטרוספטית, ימצא הבדל לטובת הבנות לפיו לבנות תהיה רמת ערנות אינטרוספטית גבוהה יותר מלבנים.

שיטה

אוכלוסיית המחקר

במחקר זה השתתפו 107 ילדים, מתוכם 52 בנים ו-55 בנות בגילאי 5-10 שנים, אשר נדגמו באמצעות מדגם נוחות. כל הנבדקים עם התפתחות נוירו-טיפוסית, לומדים במסגרות החינוך הרגיל, דוברי עברית ואינם מטופלים בהווה בריפוי בעיסוק או בכל מקצוע בריאות אחר.

כלי המחקר

1. **שאלון "שמים לב לגוף" להערכת ערנות אינטרוספטית של ילדים (Rozenberg, 2003)** - פותח לצרכי מחקר לבדיקת הערנות האינטרוספטית אצל ילדים צעירים בגילאי 5-10 שנים, בדיווח עצמי. כלי זה כולל 10 פריטים ספציפיים למצבים גופניים. בכל פריט יבחן מדד תשומת הלב וכמות תשומת הלב. השאלון מנוסח בקונקרטיות ומונגש לילדים באמצעות עזרים ויזואליים. ממצאי המחקר סיפקו מידע ראשוני אודות תוקף מבנה השאלון ומהימנותו כיוון שעדיין נמצא בפיתוח.

2. **שאלון להורים אודות ערנות אינטרוספטית של ילדיהם (Rozenberg, 2003)** - שאלון דיווח הורי המספק מידע על רמת ערנות אינטרוספטית של הילד מנקודת מבטם כמטפל עיקרי. הכלי כולל 10 היגדים ובהם ההורים מתבקשים לדרג את רמת תשומת הלב של ילדיהם למצבי גוף שונים.

3. **שאלון פרטים אישיים**-שאלון אשר כולל פרטים סוציו-דמוגרפים של הילד ומשפחתו.

הלך המחקר



מקורות

Clark, E. R., Brown, T., & Yu, M. L. (2023). A Comparison of Child-Reported and Parent-Reported Interoceptive Awareness in Typically Developing School Aged Children. *Journal of Occupational Therapy, Schools, & Early Intervention*, 1-15.

Critchley, H. D., & Garfinkel, S. N. (2017). Interoception and emotion. *Current opinion in psychology*, 17, 7-14.

תוצאות

לא נמצא הבדלים מובהקים בכל אחד מהתחומים שנבדקו בשאלון ערנות אינטרוספטית בדיווח עצמי של הילד.

משתנה	בנות (n=55) mean±sd	בנים (n=52) mean±sd	t df=105	P
ממוצע הערנות האינטרוספטית- דיווח עצמי	4.62±0.56	4.65±0.72	0.841	>0.05
ממוצע הערנות האינטרוספטית- דיווח הורים	4.67±0.58	4.65±0.63	0.824	>0.05

מכיוון שלא נמצא הבדל בציון בכולל, נבדקו התחומים בנפרד, תוצאות שאלוני דיווח ההורים הציגו הבדל מובהק אחד בתחום הערנות לשינוי בקצב דופק הלב.

משתנה	הורים לבנות (n=55) mean±sd	הורים לבנים (n=52) mean±sd	t df=105	P
ערנות לשינוי בקצב הדופק	4.38±1.23	3.86±1.41	-2.01	0.04*

בשונה מהמשוער, תוצאות מחקר זה מדגימות כי אין הבדל מובהק סטטיסטית בין בנים לבנות ברמת הערנות האינטרוספטית בתחומים: צימאון, רעב, שומע, התפנות, כאב, קור, חום, שינויי נשימה, שינויים בקצב הדופק ועייפות.

דיון

נמצא כי אין הבדלים מובהקים סטטיסטית בין המינים ברמת הערנות האינטרוספטית. תוצאות אלו תואמות למחקרים קודמים שנעשו בגילאים מעט מבוגרים יותר, המצביעים על כך שיתכן כי בשלב ההתפתחותי הזה, ההבדלים אינם קיימים. ניתן להסביר את הממצאים כך:

1. על אף השוני בסוגי השאלונים שנעשה בהם שימוש להערכת ערנות אינטרוספטית (MAIA- y) בהשוואה לשאלון "שמים לב לגוף", לא נמצא הבדל ברמות הערנות האינטרוספטית בין המינים בגילאים צעירים, דבר שממחיש שהבדלים בין המינים עשויים להיות תלויים בגורמים אחרים.

2. בהשוואה לדיווחים עצמיים של הילדים, דיווחי ההורים מצביעים על הבדל בין המינים רק בתחום הערנות לשינוי בקצב דופק הלב, כאשר הורי הבנות דיווחו על ערנות גבוהה יותר. מדובר בדיווח סובייקטיבי אשר מציג כי להורה פרספקטיבה שונה מהילד. דיווח ההורים תואם להשערת המחקר כי ימצא הבדל בין המינים. תוצאה זו עשויה להיות מושפעת מגורמים תרבותיים וחברתיים, ייתכן כי הסבר לממצא זה הינו הקשר התפיסתי בין קצב פעימות הלב לבין מצבים רגשיים.

3. ממצאי המחקר אינם עולים בקנה אחד עם ממצאי הספרות העוסקים בהבדלים בין המינים בתחומים שונים. ייתכן כי ההבדלים המתוארים בספרות אינם נובעים מגורמים פיזיולוגיים ונובעים מגורמים אחרים כגון גורמים חברתיים, תרבותיים או סביבתיים.

מסקנות

מחקר זה הינו מחקר חלוץ העוסק בהבדלים ברמת הערנות האינטרוספטית בין המינים בילדים בגילאי 5-10 שנים. המסקנה העיקרית העולה הינה כי בנים ובנות בגיל הצעיר מדווחים על ערנות אינטרוספטית בצורה דומה. הממצאים הראשוניים הללו מוסיפים לידע שלנו אודות המושג. חשיפה למושג זה תאפשר העמקה בהשלכות של הערנות האינטרוספטית על תפקודו של האדם. כדוגמת השפעה על יכולותיו במסגרות החינוך בגילאים שונים.

מגבלות המחקר

- המדגם לא מייצג את כלל האוכלוסייה בישראל, שכן המשתתפים באו ממגזר סוציו-אקונומי גבוה והמחקר בוצע רק בקרב ילדים מאוכלוסייה יהודית ובעלי התפתחות נוירוטיפוסית. לכן, תוצאות המחקר לא ניתנות להכללה לאוכלוסיות מגזרים שונים או אוכלוסיות קליניות.
- השאלון "שמים לב לגוף" לא הוכח כמתקוף או מהימן, דבר שעשוי להשפיע על דיוק התוצאות. מחקרי המשך שיכללו כלי זה יוכלו להעריך את נתוני התוקף והמהימנות של השאלון.
- המחקר הסתמך על נתונים סובייקטיביים בלבד, מבלי לכלול מדדים אובייקטיביים שמספקים תמונה רחבה יותר של ההבדלים הפיזיולוגיים.