

פרופיל חושי — מהות ורציונל

הבסיס המדעי-קליני של כלי המיפוי · מסמך מלווה (לא שאלון) · מאי 2026

מסמך זה מציג את ה"למה" שמאחורי הכלי: על מה הוא נשען תיאורטית ומחקרית, ומדוע במסגרת מאשרת-נירודיברסיטי. הוא נועד לליווי הכלי ולשיח מקצועי — לא למילוי.

מהות הכלי

הכלי ממפה דפוסים חושיים אישיים — אינו מאבחן. מטרתו להגביר מודעות עצמית, לתת שפה לחוויה, ולאפשר התאמות. הוא מיועד למבוגרים, להורים ולנשי חינוך, ונשען על מודל Dunn, דפוס Bogdashina, ומודל האינטרוצפציה של Mahler — בגישה הרואה בהבדל החושי וריאציה טבעית ולא ליקוי.

1. למה למפות — תפקוד, ויסות ורווחה

עיבוד חושי הוא הרישום, האפנון והארגון של מידע חושי לצורך תגובה לסביבה. כשהמערכת אינה תואמת את הסביבה, ההשפעה ניכרת בתפקוד יומיומי, בוויסות רגשי, בלמידה וברווחה. סקירה שיטתית (Costa-López ועמיתים, 2021) מצאה קשרים שליליים בין עוצמת עיבוד חושי לבין איכות חיים ותפקוד. מחקר על מבוגרים עם לקויות למידה (Sharfi, Rosenblum ו-Meyer, 2022) הראה שדפוס „רישום נמוך” מנבא חלק מהשונות בתפקוד הניהולי.

הרלוונטיות אינה מוגבלת לבעלי אבחנה: עבודה עם Dunn (Wallisch ועמיתים, 2022) מצאה שדפוסים חושיים הם תכונה של כלל האוכלוסייה, כולל ילדים ניורטיפיים — ולכן מיפוי חושי רלוונטי לכל אדם. הקשר נמשך לאורך מעגל החיים: בילדות הוא מנבא ביצוע פעילויות יומיום (Ricon, Sorek ו-Engel-Yeger, 2017), ובגיל מבוגר ירידה חושית מכבידה על תהליכים קוגניטיביים (Seitz ועמיתים, 2024).

2. הבסיס התיאורטי

מודל ארבעת הרבעונים (Dunn)

המודל בנוי על שני צירים: סף נירולוגי (כמה גירוי דרוש כדי להגיב) ואסטרטגיית תגובה (פסיבית מול אקטיבית). הצירים יוצרים ארבעה דפוסים: רישום נמוך, חיפוש חושי, רגישות חושית, והימנעות חושית. בדיקה אמפירית (Metz ועמיתים, 2019) מצאה שציר הסף מייצג טווח רציף, וסקירה עדכנית (Grobelna ועמיתים, 2025) הראתה את תקפותו גם באוכלוסיות פסיכיאטריות.

דפוס התפיסה (Bogdashina)

Bogdashina תיארה חוויות תפיסתיות ייחודיות, בעיקר באוטיזם: עיבוד חד-ערוצי, תפיסה גשטלטית (קושי להפריד אות מרעש), סינון לא יעיל, תנודתיות בין-יומית, ועיבוד-יתר. הבסיס הנירוביולוגי מתואר בתיאוריית ה-Intense World (Markram ועמיתים, 2007) — תגובתיות-יתר מוחית שגורמת לעולם להיחוות כעוצמתי מדי.

אינטרוצפציה ואלקסיטימיה

אינטרוצפציה — תחושת הגוף מבפנים — היא חוש מרכזי שנשמט ממיפויים חושיים קלאסיים, ולפי Mahler היא בסיס לוויסות עצמי. מחקר (Bonete ועמיתים, 2023) מצא קשר הדוק בין בלבול אינטרוצפטיבי, אלקסיטימיה וקשיי ויסות. ממצא חשוב (Livingston ו-Livingston, 2016): אינטרוצפציה לקויה קשורה לאלקסיטימיה ולא לאוטיזם כשלעצמו — כלומר אינה „מהות” האוטיזם אלא תכונה נלווית.

3. מסגור מאשר (נירודיברסיטי)

הפרדיגמה הנירודיברסיטית רואה בהבדלים חושיים וריאציות טבעיות, לא גירעונות. (den Houting, 2018) ממסגרת זאת דרך המודל החברתי של מוגבלות: המוגבלות נוצרת מאי-התאמה בין האדם לסביבה, לא

מהמאפיין עצמו. מרבית הקושי החושי נובע מאי-התאמה אדם-סביבה (Normand ועמיתים, 2025) — סביבות המתוכננות לנורמה הניורטיפית.

המיפוי מייצר ידע-עצמי המאפשר לזהות גורמי עומס ותמיכה ולתקשר צרכים — תהליכים שנקשרו לתוצאות חיוביות (Brantley ועמיתים, 2025). לעומת זאת, מסגור פתולוגי מייצר בושה ולחץ להסתרה ופוגע בבריאות הנפש (Bradley ועמיתים, 2021). עיקרון מנחה: אותו עיבוד שמכביד בהקשר אחד יכול להיות חוזקה באחר.

4. מיפוי מול אבחון

הכלי מזהה דפוסים, מייצר שפה לחוויה, מאפשר זיהוי עצמי של עומסים ותמיכות, ותומך בתכנון ובשיח עם אנשי מקצוע. הוא אינו מאבחן אוטיזם, SPD או ADHD, אינו מחליף הערכה מקצועית, ואינו מספק ממצאים פסיכומטריים מתוקפים. ידיעת הפרופיל היא תנאי לבקשת התאמות — למשל בסביבת עבודה (Chen ו-Yakubova, 2024).

5. גבולות ואתיקה

- משלים ולא מחליף: כלי מיפוי הוא נקודת פתיחה; הערכה מלאה משלבת ראיון, תצפית וכלים מתוקפים (DuBois ועמיתים, 2017).
- רגישות הקשר: גיל, תרבות, עייפות ומצב רגשי משפיעים על הביטוי החושי; תנודתיות בין-יומית היא חלק מהתמונה (Grobelna ועמיתים, 2025).
- אפקט המסכה: מבוגרים שלמדו להסתיר עשויים לדווח נמוך מחווייתם (Bradley ועמיתים, 2021). מסכה היא תגובה צפויה לנרטיב גירעוני (Pearson ו-Rose, 2020), וקשורה לחרדה ודיכאון (Hull ועמיתים, 2021). שפה מאשרת — „הדפוס שלך” ולא „הבעיה שלך” — מפחיתה הגנתיות ומשפרת דיוק הדיווח.

6. ערך לכל קהל

- הורה: להבין שהתנהגות מתסכלת נובעת מהצפה חושית אמיתית ולא מ„בחירה רעה”, ולעבור מענישה להתאמה. קשיים חושיים של ילד משפיעים גם על מצוקת ההורה (Lobato-Ruiz ועמיתים, 2025).
- איש חינוך: לזהות שיציאה מהמקום או „חוסר הקשבה” עשויים להיות בריחה מעומס חושי, ולתכנן סביבת כיתה ואסטרטגיות מותאמות.
- מבוגר: להבין מדוע סביבות מסוימות מתישות, לתכנן התאוששות חושית, ולבקש התאמות. היכולת לנסח את הצרכים קשורה לאיכות טיפול טובה יותר (MacLennan, O'Brien ו-Tavassoli, 2021).

7. הקשר ישראלי

בישראל, פרופיל ה-AASP תוקף בעברית עם נורמות מקומיות (Engel-Yeger, 2012) — בסיס חשוב לכל כימות חושי בעברית. הערכה מקצועית מלאה ניתן לקבל דרך פסיכולוג/ית שיקומי/ת, מרפא/ה בעיסוק, או מסגרות קופות החולים. הכלי הציבורי הוא שלב מקדים — מיפוי שמכוון לשיחה ולהמשך, לא אבחון.

מקורות מפתח

Dunn ובסיסו: Metz ועמיתים (2019); Grobelna ועמיתים (2025). • עיבוד חושי ותפקוד: Costa-López ועמיתים (2021); Sharfi, Rosenblum ו-Meyer (2022). • אינטרוצפציה: Bonete ועמיתים (2023); Mahler ו-Livingston (2016); Livingston. • ניוירדיברסיטי: Wallisch ועמיתים (2022); Normand; den Houting ועמיתים (2025). • מסכה: Bradley ועמיתים (2021); Rose ו-Pearson; Hull ועמיתים (2020); Brantley ועמיתים (2017); self-advocacy: DuBois ועמיתים (2025); Chen ו-Yakubova; Intense World: Markram. • הקשר ישראלי: Engel-Yeger (2012). • בסיס תיאורטי: Bogdashina (2016).

פותח על ידי טל שני-שרמן, פסיכולוג שיקומי. הניסוח מקורי; המקורות מצוינים לייחוס.