



# המרכז הישראלי לאסטרטגיות למידה בניהול רותי דקל

## הפרעת קשב וריכוז (ADHD) - ראייה קצרה אחרת

הפרעת קשב וריכוז היא תסמונת (אוסף של תסמינים) הבאה לידי ביוטוי באחד או יותר מהתייפוקורים הבאים: קשיי להיות קשוח ומרוכז לאורך זמן, קשיי בשיליטה עצמית, תנעות יתר או אימפלוסיביות. יחד עם זאת, חשוב להבהיר כי לא כל ילד שאינו קשוב בשיעור או מתקשה בלמידה הוא ילד עם הפרעת קשב וריכוז, ולא כל מי שזו ביכולתו שקט הוא היפראקטיבי. הפרעת קשב וריכוז היא מצב רפואי המשפיע על תפקודו של האדם. מודובר בתסמונת (=אוסף של מאפיינים) שמקורה נוירולוגי. מאפייני התסמונת מפורטים כ- DSM - IV (ספר המחלות הפסיכיאטריים). למרות שכיחות התופעה ורבייה המקרים בתחום, עדין רבים חילוקי הדעות בקרב החוקרים באשר למקור התסמונת, מאפייניה ודרכי הטיפול.

תלמידים רבים בעלי הפרעת קשב וריכוז, מתקשים ברכישת מושגים יומיומיות היօסיד בבייה"ס היסודי: קראייה, כתיבה וחישוב, למורות שהם מוכשרים ואינטיגניטיבים. הפער בין "אני יכול לפחות" לבין "אני לא מצליח" גורם להפרת השינויים המשקל הפנימי וכ吐וצה מכך לתיסכום ולעיטים אף לכעסים ולהתרזויות אליות. הסביבה שאינה מכירה את מאפייניה התסמונית והשלכותיה, לא אחת משיאה ילדים אלה בעיצבות ומורדות. למורת שהפרעת הקשב נחשבת למאפיין המקשה בכיה"ס, השלכותיה באות לידי ביוטוי בכל תחומי החיים.

התסמונת קיימת בקרב 5-10% מהאוכלוסייה, אצל ילדים מושג יתיר או מושג יתיר או מושג יתיר או למיעמד כלכלי, לילדיהם ומנוגרים עם הפרעת קשב גנטית, ככלומר התסמונת עברה בין הוראות במשפחה. תיפוקודם החושתי תקין. מחקרים מלמדים על קשר גנטי, ככלומר התסמונת עברה בין הוראות במשפחה. התסמונת מולדת ומלווה את האדם מרגע לידתו ועד מותה. אין טיפול רפואי טוב יותר בכיה"ס ובכיתת. ההבדל בין העציר עליון עם התסמונת את הילד כך שיתפרק טוב יותר בבייה"ס ולהתסמנותן, אך קיימות תרופות המאזנות את המבוגר עם אותה התסמונת הוא בחווית הצלחה והיכישון שווה עד היום, באיזום ורכוי.

התמודדות עילית ובבחירה איפיך לילדים המתאימים למכלול התובנות של הפרט. מחקרים מלמדים כי אחים גבויים בקשר מי שלא טפלו בצעירותם, מתקשים בחויהם כבוגרים: כברע מהם מתקשים לסייעים תיקון, רק פחות מעשרה אחוזים מהם מסיים מושג ראשוני, הם מתקשים לייצור וגיוט יציבה, להתמודד במקום עבורה ולעכבר בתפקיד הולמים את יכולותיהם וכישורייהם. לעומת זאת בוגרים נטהה לעברינות ולהתמכרוות. נתונים קשים אלה הווידם במספר מחקרים שונים שנדרכו בשנות האחרונות. על רקע ממצאים אלה, לדרכם המילים "הפרעת קשב וריכוז" או המונח המקבול "ADHD", מוערדים בנו אסוציאציית שליליות: קשים בילדותם, בעיות התנהגות, קשיים חברתיים ועוד. חשוב לציין כי תמונה זו אכן מתבלט בילדים רבים, אך ניתן לשנות ולפעול גם אחרת. לכן חשובים איתורו המודעם, הטיפול ההוליסטי והתמיינית.

חשוב גם לדעת כי לצד הקשיים, בעלי הפרעת קשב וריכוז יש גם תוכנות חיוביות כמו: ארגנטיות, ספונטניות, יצירתיות, דמיון מפותח, יכולת פיזיognomia, יכולת אליתור, אמפתיה, הם לא משעממים, הם בעלי חוש הumor וודע. באם ידרשו כיצד לתעל את האנרגיות שלהם ולהשתמש בתוכנות החוקות שלהם, דרכם להצלחה, סלהה.

היום נראה כי כל תלמיד שני הוא עם הפרעת קשב וריכוז ומטופל רפואי, בעוד שאין לך הוא. הסתטיסטיקה עידין עומדת על 5-10% מהאוכלוסייה כמקרה אמת. בפועל, יש לנו אבחון יתר הנבען במסיבות שונות וביניהן: עליה במודעות לתסמנות ולהשלכותיה, פתיחת תרופות חדשות, עליה תלויה בקשר מבוגרים המשמשים בתרופה והמונייניות חדשנית של מושג הבריאות של פני שנותיהם,elifani שנותם משפחה ורופא ילידי מותר לתת מרשםיהם וראשוניהם לריטלן וקונצרטה בכפוף להכרה מושוואת של "הפרעת קשב", אך שcameutical כל ילד עם קשיים בילדודה מופנה לבדיקת רופא מומחה באבחנה משוערת של "הפרעת קשב", אך חלק לא מבוטל של הילדים הנשלחים לאבחן אין בעילוות התרופה הם מתקבלים אותן את הבעיות שלהם. ואלה, אך עד חמישית ההדרלים מטופלים תרופה שלא צריך.

או מה עושים? ראשית יש להבין מהי תסמונת הפרעת קשב וריכוז. אין "קייזורי דרכ" לאבחן התסמונת. לרבות מטפסים על קיומה ע"י שלילת תופעות אחרות כמו קיומה של ליקויים למורה למורה, קשיים רגשיים, חסר ביטחניים ומינרליים, תזונה לקויה או חסר בשינה. לכן, מומלץ לבצע אבחון הכלול אבחון ליקויים למורה, רגשי ורופא. רק לאחר שהביעה תאבחן כMRI, נזון יייה להתחילה בטיפול.

מומלץ כי הטיפול יהיה כוללני בילד ובמשפחה. בילד: טיפול רפואי במידה ונדרש, או אחר טיפול קוונטטיבי, רופאה משלימה ועוד, תמיכה רגשית, צמצום פער למדוי, הקיית אסטרטגיית למידה והתארגנות והכוונה חברתית.

קשה לגדר ילד עם הפרעת קשב וריכוז ללא הידע הנקוז. קשה שבעתים, כשהשייתר מילדי אחד עם התסמונת

ועוד יותר כשאחוריו ההורם גם כן בעל הפרעת קשב וריכוז. לכן, השובה גם התייחסות המפשחתית.

מומלץ כי ההורם יקבלו הדרכה הכלולית הסבר על התסמונת: מאפייניה והשלכותיה, לצד כלים מעשיים

להתמודדות עיליה ביתה ובכיה"ס.

ולסימן, מעט על הטיפול התרופתי. הורים וילדים מתחללים ורק מושמע את המילה רטליון. הם לא מוכנים לשמעו על שום טיפול רפואי. את הורים אלה אני לרב שאלות: "האם היהת מאמין להזריק לילדכם אינסולין אם היהת לו סכנת?" "בודאי שלא", היא התשובה השכיחה, אך היא תמיד מלולה בהערה. מסכמת הוא יכול לומר, מהפרעת קשב, לא. ותשובה לכם ההורם היא שאמונם לא מתיים מהפרעת קשב (למרות שהמחקרים מלמדים למשל על מעורבות גבוהה יותר בתאנונת דרכם בקשר נגעים עם הפרעת קשב לעומת שאר האוכלוסייה), אך אתם מאמינים עלי ילדים, פוגעים בדרמיי העצמי שלם ומגבילים את יכולתם להצלחה בהמשך, בקיצור "זרסרים" לחם את החיים.

האם רטליון הוא האפשרות היחידה? בודאי שלא. הטיפול התרופתי נחוץ בקשר אליו שהפרעת הקשב פוגעת בתפקידים הומומי ו/או לא מאפשרת להם למשם את יכולותם. כתוצאה-מרקם ייירה בדרמיי העצמי ובתוחשת מסוגלת שלהם. בהמשך הם גללו התנהגות של "הימנעות מראש" במקורה הטובי, ונוטיה לאלימות, לסתים לאכזרות בוגר בוגר, או בנסיבות קיימות לפניה בחוננות שנותן כמיון בינו לבין ההורם של תלמיד או ראיון קבלת לעבורה ועוד, יש להעדרת את הטיפול התרופתי. וזאת בעיקר סמסטר באוניברסיטה, לפני ראיון קבלת לעבורה ועוד, יש להעדרת את הטיפול התרופתי. וזאת ממשום שהחותצאות זו מיידית. יחד עם זאת, אם מאפייניה התסמונת מזויים ברכה נסוכה עד בוננית, ההורם הנגרם קיים אך הוא אינו ממשוערי והتلמיד או המבוגר מצליח לתמן לмерות מאפייניה התסמונת, או מומלץ לשקל טיפול אחר.

בשוק יש מיגון פרטוניים בהם, מספר המנתנים בהם, שיטת טיפול רותי דקל. עדין לא נמצא שיטת טיפול אחת המתאימה לה. שיטת טיפול המתאימה ל- 100% מהאוכלוסייה, ב"רכבי רשותם לאסטרטגיות למידה" ניתן לעוזר אבחן לאיתור הפרעת קשב וריכוז (אבחונים נוספים כמו: איתור ליקויים, בשלות לביה'א וועוד) ולקבל את הטיפולים הבאים: טיפול עפ"י עקרונות הרפואה הסינית, תוכנת מחשב שהיא שיטה קוונטטיבית המאמנת את המוח לפתח קשב וריכוז, הדרכות הורים, טיפול רגשי, והוא מתבקשת והקניית אסטרטגיות למורה לזרוך צמצום פערים והפיתח התלמיד ללמידה עצמאית.

אתם מוזמנים לבקר באתר של "המרכז הישראלי לאסטרטגיות למידה":

טל: 09-8999440 אורה: [www.rutydekel.com](http://www.rutydekel.com)

ואיל: [contact@rutydekel.com](mailto:contact@rutydekel.com)