

התזמורת היחודית של ADHD חידושים מחזית המחקר

מיומנויות הניהול הם המיומנות לבצע תפקודים ניהוליים כגון; סדר ואירגון, קבלת החלטות, קביעת סדר עדיפויות, אימפולסיביות ושליטה.

מיומנויות הניהול הם "המעבד" (פרוססור) הגבוה ביותר במוח המאפשר לאדם לבצע ביעילות את מיומנויות הניהול אחרי שקיבל מידע, פירש, פענח ואז הוא מקבל החלטה ונותן פקודה לפעולה בעולם מורכב כמו של היום, בעבודה בלימודים ובחברה. החוקרים את התופעה מדווחים על חולשה של מיומנויות הניהול אצל אנשים המאובחנים עם ADHD, וזה מסביר את הקושי וההתנהלות הכושלת של אנשים אלה למרות שכמו שאמרת קודם, הם יכולים להיות בעלי אינטלגנציה גבוהה, וביחד עם זה מסביר מדוע הם מסוגלים לבצע פעולות מסוימות ולא אחרות, וגם, למה כל כך קשה להבין את ההתנהגות שלהם - שזה בעיני אחת הבעיות הנלוות בעיקר במשפחה, הורים לילדים או עם בני זוג.

וזה מסביר למשל:

את הקשיים הספציפיים שלהם למרות שהם משתדלים. את הקושי שלהם בניהול זמן ובארגון עצמם וארגון הסביבה שלהם

מדוע טיפולים מסויימים מצליחים ואחרים נכשלים:

אחרי טיפול יעיל, המוח יכול לעקוף את החולשות ולבנות מסלולים חדשים שיעקפו את החולשות בליקויים של המסלולים הקיימים מה שהחוקרים קוראים כיום - הנירו פלסטיות של המוח.

וכמו תמיד אפנה לטיפול היעיל ביותר היום, טיפול עם מחקר מדעי מאחוריו שהומצא בקנדה ע"י מוח יהודי וכל הפיתוח הטכנולוגי בוצע בישראל - במעוז ההייטק הרצליה, המחקרים המדעיים בוצעו וממשיכים להתבצע באוניברסיטאות שונות בארץ. זה גם מאפשר לקוראי העברית לקרוא את כל ההסברים והמחקרים בעברית. ●

ד"ר בילי, מומחית בתחום בפרעות קשב וריכוז, קשיי זיכרון, ליקויי למידה ובעיות התנהגות. בעלת חברת AttentionB לאימון נירו קוגניטיבי התנהגותי ומרצה באוניברסיטה האמריקאית יהודית.
billi@weinamerica.com



במדע או בתסלחו לי ב"חרטא".

היום אני בוחרת לפתוח בסדרת מאמרים על החידושים בתחום שיובילו אותנו בעוד כשנתיים שלוש לשינוי שם התופעה ובהכרח גם לשינוי הגישה ולשינוי שיטות הטיפול. השם אמור להשתנות, אך בינתיים הוא קרוי:

Executive Functioning Impairments

מה שזה אומר הוא התייחסות לתופעות ולסימפטומים הנובעים מהשינויים באופן בו באים לידי ביטוי מיומנויות הניהול של הילד או האדם הבוגר המאובחן, ואחרי שתקראו את ההמשך תבינו למה הכוונה.

מה הם מיומנויות הניהול? Executive Function

ADHD היא תופעה/סימפטום אמיתי נוירוביולוגי במוח ולא סתם מיונח שמדביקות מורות לילדים שמפריעים להן בכיתה. לא מדובר כאן באדם או ילד עצלן שאינו משתדל מספיק, ואינו יודע ללמוד ולהקשיב בשקט. בין הסובלים מהפרעת הקשב והריכוז, הן ילדים ומבוגרים כאחד. זו יכולה להיות עקרת בית שאינה מסוגלת לנהל את משק ביתה או מבזבזת כספים ללא שליטה. זה יכול להיות אדם מבוגר המתקשה לתקשר עם אנשים אחרים או ילד שמשגע או הורים והמורים וכל מי שסביבו. אלו הן ההתנהגויות שאנו כאנשים "רגילים" לא מבינים למה הם לא מצליחים להיות כמו כולם" להשתדל להתאמץ וללמוד, הרי במקרים רבים יש להם אינטלגנציה גבוהה, הם חכמים יצירתיים ובסך הכל ילדים ואנשים כל כך מיוחדים ויחודיים - אז למה כל כך קשה להם?

בהגדרה הקיימת היום להפרעת קשב וריכוז - אדהד יש שני "דיסטים"

ADHD - Attention Deficit Hyperactive Disorder

ADD - Attention Deficit Disorder

המדענים שחוקרים את התופעה זנים כיום בשינוי ההגדרה ל ADHD, היום אנו יודעים ש ADHD הוא הרבה מעבר לבעיות קשב וריכוז וזיכרון והתנהגות. זהו האופן בו האדם - בכל גיל ומין מעבד, מפרש ומגיב לאינפורמציה ולמצויאות שמעצבת את חיי האדם. התוצאות הן מה שאנחנו רואים בחיי האנשים והילדים עם הסימפטומים של הפרעת הקשב והריכוז. אנו חייבים להבין למרות שזה קשה שזו לא בעיה שבשליטת האדם.

מכיוון שחדשות לבקרים צצים "מומחים" מסוג זה או אחר (בכל מקום וגם לאחרונה במחוזותינו) אני מבקשת להבהיר שחשוב מאוד לשים לב לאן הולכים ובעיקר כשמדובר בילדים. טיפולים שונים ללא מחקרים בדוקים מדעיים, מבטיחים הרים ובעות אך ללא כל אסמכתא. מטפלים ללא תעודות שיכשירו אותם לטפל בתחום, צצים כפטריות אחר הגשם. לכם כהורים וכמבוגרים ישנה אחריות לבדוק ולבחון מי מטפל בילדכם או בכס, לבקש תעודות, לראות מחקר אקדמי אמיתי ולא רק עדויות מטופלים (שזה טוב אבל לא מספיק). חקר המוח מתקדם בצעדי ענק. בעבר, לא ידענו מה שאנחנו יודעים היום ולכן כמו שאמא אחת שאלה אותי "אז מה לשאול את המטפל?" ענית לה: "לבקש לראות תעודות, לבקש לשאול מי מכיר בו, באיזה שיטות הוא עובד ומה המחקר שהוא יכול לשלוח אותך אליו כדי לבחון אם הוא עוסק