

תוכן עניינים

1	מבוא
2	סקירת ספרות
2	1. הפרעות קשב והיפראקטיביות ADHD
2	1.1 המשגה ומאפיינים
3	1.2 קומורבידיות להפרעה (תחלואה נלווית)
3	1.3 גורמי סיכון והתפתחות ההפרעה
4	1.4 אבחנה וטיפול
5	1.5 הפרעת ADHD במעגלי החיים – לימודי, חברתי ורגשי
6	2. השפעת הפרעת ADHD במישור הלימודי בגיל ההתבגרות
6	2.1 השפעת על היכולות ותפקוד הלמידה
8	2.2 תוצרי לוואי של ההפרעה בהתנהלות הלימודית השוטפת ובהישגים האקדמיים
9	2.3 אתגרים וקשיים סביבתיים והשפעתם
11	3. התמודדות והתערבות מערכתית
14	דיון
17	סיכום
18	ביבליוגרפיה

מבוא

מחקר זה מבקש לבחון ביתר דיוק את ההשפעה של הפרעת ADHD על הישגים לימודיים של תלמידים מתבגרים, תוך בחינת האתגרים והקשיים הנלווים להפרעה בהיבט זה. בנוסף, אבקש במחקר זה לחדד את הדרכים והשיטות בעזרתן ניתן למזער את השפעתה השלילית של ההפרעה על ההישגים האקדמיים והלימודיים.

הפרעת קשב וריכוז (ADHD) משפיעה על כ-5-7% מתלמידי בית הספר ברחבי העולם. היא מהווה סוגייה מחקרית בולטת וממשיכה להעסיק את החוקרים שטרם "פיצחו" את צופנה. אין מחלוקת על כך שהפרעת ADHD משפיעה באופן משמעותי על תפקוד הלמידה ועל ההישגים האקדמיים בטווח הקצר והארוך (Baweja, Mattison, & Waxmonsky, 2015). אולם, אי תמימות דעים קיימת באשר לסיבות והאופן ההשפעה שיש להפרעה על ההישגים הלימודיים. מחד גיסא, ישנן עדויות לכך שהסימפטומים של ההפרעה – חוסר קשב וריכוז, היפראקטיביות ואימפולסיביות הם השורש לבעיות הלימודיות בכלל, ולהישגים האקדמיים בפרט (Sayal, Washbrook, & Propper, 2015). מאידך גיסא, אחרים סבורים כי הסיבה לכך טמונה בגורמים אחרים כדוגמת – לקויות למידה (Elbin et al., 2013), בעיות קוגניטיביות (Simone et al., 2018), בעיות פסיכולוגיות (Tarver, Daley, & Sayal, 2014) או גורמים סביבתיים כגון: משפחה (Keilow, Holm, & Fallesen, 2018) או סביבה בית ספרית (Tiikkaja & Tindberg, 2021).

מתוך נקודת מבט זו נגזר הרציונל של מחקר זה, ובו אבקש לעמוד ביתר חדות על אופן השפעת הפרעת ADHD על הישגים אקדמיים. אי לכך, שאלת המחקר שתנחה עבודה זו מנוסחת באופן הבא: באיזה אופן משפיעה הפרעת ADHD על הישגים לימודיים של תלמידים מתבגרים? מהם האתגרים והקשיים של ההפרעה במישור זה? וכיצד ניתן להתגבר עליהם?

זהו מחקר עיוני המתבסס כל כולו על סקירת ספרות מעמיקה בנושא. תחילה תוצג סקירת ספרות הנוגעת למחקרים קודמים בנושא הפרעת ADHD, סיבות להיווצרותה, והשלכותיה על מישורי החיים – אקדמי, רגשי, חברתי ופסיכולוגי. כמו כן, יתבצע מיקוד על אופן השפעת הפרעת ADHD על התפקוד האקדמי בכלל, וההישגים האקדמיים בפרט וכן האתגרים והקשיים הנלווים לה. לאחר מכן, יוצג פרק הדיון שיציג את האינטגרציה בין ממצאי המחקרים הקודמים שהוצגו בפרק סקירת הספרות, תוך בחינת מידת הלימתם. לבסוף, יוצג סיכום המחקר שיציג את הממצאים המרכזיים ואת המסקנות שהוסקו בעקבות ממצאים אלו. הסיכום יכלול תשובה לשאלת המחקר, וכן המלצות למחקרי המשך

סקירת ספרות

1. הפרעות קשב והיפראקטיביות ADHD

1.1 המשגה ומאפיינים

המדריך האמריקאי לאבחון הפרעות פסיכיאטריות (DSM-5) מגדיר הפרעת קשב ריכוז והיפראקטיביות (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) (להלן: ADHD) כהפרעה נוירו-התפתחותית כרונית שהסובלים ממנה מאופיינים בקשיי ריכוז, היפראקטיביות ואימפולסיביות החורגים מהנורמה. בשל כך הלוקים בה עשויים לסבול מתפקוד לקוי בהיבטים שונים בחיי היומיום. אדם יאובחן כלוקה בהפרעת ADHD כאשר הוא סובל משישה סימפטומים לפחות של ליקויים בקשב ובריכוז. בנוסף, הוא סבל מלפחות שישה סימפטומים של אימפולסיביות ופעלתנות יתר (היפראקטיביות), במשך שישה חודשים לפחות בצורה שפוגמת בתפקוד ולא תואמת את השלב ההתפתחותי. לעומת זאת, הפרעת קשב וריכוז (Attention Deficit Disorder) (להלן: ADD) מוגדרת כהפרעת קשב וריכוז ללא רכיב ההיפראקטיביות והאימפולסיביות. אדם יוגדר כסובל מ-ADD כאשר הוא סובל מלפחות שישה סימפטומים של ליקויים בקשב ובריכוז, כאשר הם נחווים במשך שישה חודשים לפחות (Edition, 2013).

הפרעת ADHD נפוצה מאוד בגילאים צעירים, והיא מופיעה בגיל צעיר ברוב המקרים עוד בטרם הילד הגיע לגיל 12 (Tarver, Daley, & Sayal, 2014). שיעורם המוערך של הילדים הסובלים מההפרעה נע בין 3% ל-5%, כאשר חמישה אחוזים מסך הילדים הסובלים מההפרעה נוטים לסבול מקשיים משמעותיים שלעיתים נמשכים לאורך כל חייהם גם בחייהם הבוגרים. בנים נוטים יותר להיות מאובחנים בהפרעה זו בהשוואה לבנות, כאשר היחס עומד על בת אחת לשניים או שלושה בנים (1:2-3). ישנם אף מחקרים שהצביעו על יחס של 6:1 בנים לבנות בהתאמה (סיפרפאל, 2018). אך ניכר כי במקרים רבים בנות אינן נוטות להיות מאובחנות בהפרעה שכן הן נוטות לא להחצין את ההתנהגות שלהן בשונה מבנים, למרות שהן עשויות להיות מאובחנות כלוקות בהפרעה זו באותה מידה כמו בנים (Gershon & Gershon, 2002). אך עם זאת, שיעור הבנות המאובחנות בהפרעה עולה משנה לשנה בצורה ליניארית והיחס בין הבנים המאובחנים לבנות משתווה (Sayal et al., 2018).

הפרעת קשב וריכוז הינה הפרעה שכיחה בקרב תלמידים הלומדים במסגרות החינוכיות. שיעור המאובחנים בהפרעה עומד על בין 5% ל-10% מאוכלוסיית הילדים בגיל בית ספר (משרד הבריאות 2010). הפרעה זו שכיחה בכל שכבות האוכלוסייה, בהיעדר קשר למעמד הסוציו-אקונומי של הסובלים ממנה. הגורמים להפרעה אינם ברורים, ולכן הפרעה זו נחשבת ככזו שאינה ברורה, שהסטיגמה דבקה בה. לכן, לא פעם ההורים והמורים של הילדים הסובלים מן ההפרעה חווים תסכול וקושי בהתמודדות מולה. נוסף לכך, הפרעה זו נתפסת כ"שקופה" במישורים רבים, זאת מאחר והילד הסובל ממנה עשוי לתפקד באופן שונה לחלוטין במסגרות חינוך שונות ובתקופות שונות, ולכן הוא גם אינו יהיה מודע היטב לעובדה כי הוא סובל מבעיה רפואית כלשהיא, אלא "רק" חווה תסכול בעקבות הקשיים. כפעול יוצא, גם הסביבה שלו מתקשה לתפוס את ההפרעה כבעיה רפואית כלשהיא, ולכן ישנה נטייה של הסביבה לתפוס התנהגות זו כעצלות, דחינות ופינוק (אל-דור, לשם, אלבוחר-הובנה ושנער-קסל, 2013).

בעיה זו נעשית חמורה עוד יותר כאשר השלכותיה ומרכיביה אינם מוכרים לרופאים ולחוקרים כקשורים באופן כלשהוא להפרעה עצמה. מתוך כך, הפרעות של היעדר תאבון, הפרעות בוויסות רגשי, הפרעות אישיות וכיוצא בזה, אינן תורמות באבחון ההפרעה, אלא מכוונות את הרופאים לאבחון בעיות נפשיות או גופניות אחרות. בישראל, קיימת בעיה באבחון ההפרעה והבנתה, זאת משום שאיננה משויכת לתחום רפואי אחד ויחיד, אלא משויכת לתחומי רפואה רבים. לפיכך, המטפלים והמאובחנים הפרעה זו עשויים