

תוכן

3	תקציר
3	מבוא
6	א. הפרעות קשב והיפראקטיביות
6	א.1 התופעה ושכיחותה
7	א.2 תסמיני התנהגות
8	א.3 ADHD לשלילה ולחיוב
11	ב. יצירתיות
11	ב.1 ההגדרה "הקלאסית" של יצירתיות
12	ב.2 בעיותיה של ההגדרה הקלאסית של יצירתיות
13	ב.3 מוח, אינטואיציה ויצירתיות
18	ג. הקשר בין יצירתיות ל ADHD
21	סיכום
24	ביבליוגרפיה

תקציר

עבודה זו עוסקת בקשר שבין הפרעות קשב והיפראקטיביות לבין יצירתיות. שאלת החקר שמנחה את העבודה הינה: האם ישנם מאפיינים משותפים ל-ADHD ויצירתיות ומהם? העבודה מבוססת על סקירת ספרות מחקרית ותיאורטית שעוסקת בכל אחד מהמונחים בנפרד ובקשר ביניהן. מטרת העבודה היא לבחון את היכולות והחוזקות היצירתיות של בעלי ADHD על מנת לקדם דרכי טיפול, ליווי והעצמה של אנשים המתמודדים עם הפרעה זו.

מבוא

אנשים רבים בכל הגילאים מתמודדים עם הפרעות קשב והיפראקטיביות (ADHD), כאשר שכיחות ההפרעה מוערכת בין 8% ל 12% בקרב ילדים ומתגברים (אור-נוי, ריבקין וברלב, 2018) ובין 2.5% ל 5% בקרב מבוגרים (Taylor, Zaghi, Kaufman, Reis & Renzulli 2017). אנשים עם הפרעות קשב, עם ובלי היפראקטיביות, פעמים רבות זוכים ליחס שלילי מצד המערכת, במיוחד זו הבית ספרית, במקרים שבהם היא אינה מותאמת לצורכיהם: הם מסומנים כילדים בעייתיים, משום שהם מתקשים לתפקד במסגרת נורמטיבית (לשבת בשקט בשיעור), והישגיהם בלימודים נמוכים (שגיא, 2017). במקרים רבים ילדים כאלו סובלים מדימוי עצמי נמוך שמלווה אותם בהמשך החיים ומקשה עליהם להתקדם ולממש את עצמם (שגיא, 2017). במילים אחרות, הדיון בנושא ADHD נעשה לא פעם על דרך השלילה- תיאור החוסר והקושי. חשוב להעיר, בעקבות גלבינו (Glăveanu, 2011), הדן ביצירתיות של ילדים, כי גם החשיבה על ילדים בכלל נעשית פעמים רבות על דרך השלילה: כאישיות שטרם הגיעה לגיבושה המלא וחסרה תכונות ויכולות מסוימות, לעומת מבוגרים. לעומת זאת, ייתכן כי עבודה ולמידה יצירתית יכולה להלום את יכולותיהם של ילדים בעלי ADHD ולסייע להם לממש אותם, ובכך לשפר את הדימוי העצמי ואת הישגיהם. כלומר, ייתכן שמחקר אקדמי בנושאים אלו מפתח את המודעות של מערכות החינוך ושל אנשי החינוך לקשר בין יצירתיות ל ADHD, ויכול לסייע בפיתוח של תוכניות לימודים המעצימות ומקדמות ילדים כאלו. כמו כן, ייתכן שמחקר בנושאים אלו יכול לסייע לדיון על הפוטנציאל היצירתי והחיובי הגלום ב-ADHD, ולאזן את הדיון שרואה רק את "הבעיה". מה גם, שיצירתיות מוכרת היום כאחת התכונות החיוניות לשוק העבודה במאה 21, אליה עתידים לצאת מי שלומדים היום בבתי הספר (עזוז, 2017), הרפז (2019). לכן, מודעות ליכולת היצירתית של אנשים המתמודדים עם ADHD ופיתוח הדרכים לטפח אותה,

יכולה לסייע בהעצמתם וקידומם ובכך לשפר את איכות החיים שלהם כילדים, וכפועל יוצא מכך גם כמבוגרים.

הנושא של עבודה זו הינו הקשר בין יצירתיות להפרעות קשב וריכוז והיפראקטיביות (להלן ADHD). שאלות החקר המנחות עבודה זו הינן: האם ישנם מאפיינים משותפים ל ADHD ויצירתיות ומהם? כמו כן, האם ניתן לקבוע שאנשים בעלי ADHD הם יצירתיים יותר מאנשים בלי הפרעה זו?

על מנת לענות על שאלות החקר תוצג סקירת ספרות העוסקת בנושאים אלו. תחילה יוצגו בתמציתיות המאפיינים של ADHD - תסמיני ההפרעה, דרכי אבחונה, תחלואיה והשלכותיה על המתמודדים איתה. לעומת ADHD, שיש הסכמה רחבה ביחס להגדרת ההפרעה, אם כי אין ידיעה ברורה על מקורה, הגדרת היצירתיות מצויה במחלוקת. כמו לדוגמא, המחלוקת בנושא היצירתיות של ילדים (Glăveanu, 2011), או בדבר ההבדל בין תהליכים יצירתיים לערכם של התוצרים היצירתיים (Glăveanu, 2018; עוז, 2017). כמו כן, מחלוקת בדבר הגורמים הסביבתיים התורמים להתפתחות היצירתיות והערכת התוצרים היצירתיים (Glăveanu, 2018; עוז, 2017). כמו כן, גם הקשר בין יצירתיות ל ADHD מצוי במחלוקת- אין מחקרים שמוכיחים באופן חד משמעי שבעלי ADHD הם יצירתיים יותר מאנשים בלי הפרעה זו. לכן, בעבודה זו אעמוד על המחלוקת המצויה בתחומים אלו- המחלוקת בדבר טיבה של יצירתיות והמחלוקת בדבר טיבו של הקשר שבין יצירתיות ו ADHD.

חשוב להעיר כי הספרות המחקרית בנושאי ADHD ויצירתיות, כל נושא בפני עצמו, היא ענפה ומתפרטת להמון תתי-תחומים ונושאים, ולא ניתן במסגרת עבודה זו להקיף הכל. לכן הדיון בעבודה יעסוק בנושאים באופן כללי יחסית, מבלי להתייחס לתתי