



הפרעות קשב וריכוז

דנה קינד

מאפיינים להפרעת קשב

קיום שישה תסמינים או יותר בתחומים שונים ולאורך שישה חודשים לפחות:



תחום הקשב:

- ▶ לעיתים קרובות אינו מקדיש תשומת לב לפרטים או עושה שגיאות טיפשיות בלימודים, בעבודה או בפעילות אחרת.
- ▶ מתקשה לשמור על קשב למשך זמן במטלות או במשחק
- ▶ נראה כמי שאינו מקשיב כשמדברים אליו
- ▶ אינו עוקב אחר הוראות ומתקשה להשלים מטלות כגון הכנת שיעורי בית מטלות בעבודה ועוד.
- ▶ מתקשה בארגון מטלות ופעילויות
- ▶ נמנע מעיסוק במטלות הדורשות מאמץ מנטלי ממושך
- ▶ מאבד חפצים
- ▶ דעתו מוסחת בקלות על ידי גירויים חיצוניים, שוכח פעילויות יומיומיות.



תחום היפראקטיביות – אימפולסיביות

- ▶ לעיתים קרובות ממולל בידיים וברגליים או מקפץ בכיסא
- ▶ עוזב את הכיסא בכיתה
- ▶ רץ או מטפס באופן מוגזם במצבים לא תואמים
- ▶ חש קושי בעיסוק בפעילויות פנאי או במשחק שקט
- ▶ נמצא בתנועה מתמדת
- ▶ מדבר בלי הפסקה
- ▶ פולט תשובות לפני תום השאלות, מתפרץ.
- ▶ מתקשה לחכות לתורו
- ▶ מפריע או מציק לאחרים

- 
- 
- ▶ חלק מהתסמינים להיפראקטיביות, אימפולסיביות או לחוסר שקט הגורמים לבעיה מופיעים לפני גיל שבע. אם הסימנים להפרעת קשב הופיעו בגיל מאוחר יותר סיכוי רב שהגורם לכך אינו הפרעת קשב ראשונית אלא מצבים אחרים כמו: גיל ההתבגרות, הפרעה חברתית או רגשית וכיוצא באלה.
 - ▶ ההפרעה מתבטאת בשני מצבים חברתיים לפחות.
 - ▶ חייבת להיות עדות ברורה לפגיעה תפקודית משמעותית בבית או בבית הספר
 - ▶ אי אפשר להסביר את התסמינים בהפרעה נפשית כמו חרדה או הפרעת אישיות.
 - ▶ קושי בסינון גירוי ראשוני
 - ▶ קושי ביכולת לברור מידע ולבצע אתו פעולה מסוימת
 - ▶ הקושי הוא בקלט ולא בעיבוד המידע! (לעומדת לקות למידה בה בקושי הוא בעיבוד)



תהליך האבחון

- איסוף מידע מהבית
- איסוף מידע מבית הספר
- הצלבת מידע
- קבלת החלטה להמשך התהליך
- המשך מעקב / הפנייה לאבחון
- הדרכת הורים
- התערבות טיפולית

סוגי הערכות

- ▶ **הערכה פסיכולוגית:** נועדה להעריך את החוזק והחולשה בתחומים השכליים, הקוגניטיביים, הרגשיים וההתנהגותיים, כולל יחסי הגומלין בניהם והשפעתם על התפקוד האקדמי של התלמיד ועל תפקודיו האחרים
- ▶ **הערכה רפואית** כוללת בדיקה גופנית אצל רופא הילדים, שלילת בעיות שמיעה וראייה, גורמי סיכון סביבתיים או קליניים

בדיקות ממוחשבות לאבחון תפקודי קשב

- **מבחן TOVA** - TEST OF VARIABLES OF ATTENTION – יכולת התמדת קשב בסביבה חסרת אתגר ועניין.
- **בדיקה נירו-פסיכולוגית ממוחשבת** – BRC אבחון המציג פרופיל קוגניטיבי של הנבדק על ידי השוואה לנורמות על פי גיל, מגדר ושנות לימוד.
- **מוקסו MOXO TEST**



שיח עם ילדים בעלי הפרעת קשב:

בתחום הלימודי:

- חשוב לשאול את הילד מה מסייע לו ללמוד
- הגדרת המשימה
- צמצום מסיחים
- חזרה על הוראות
- יצירת קשר עין
- הפסקות יזומות



7 כללים ומיומנויות להם זקוק המחנך/ המטפל – הדרכה מעשית

