

נטייה להתמכרות אצל המתמודדים עם הפרעות קשב

שמר ארזי, מדריך ארצי באגף לקויות למידה והפרעות קשב, מומחה בתחום הטיפול בהפרעות קשב

הפרעות קשב מוכרת לנו כקושי של הילד להקשיב לאורך זמן, ביטויים של אימפולסביות, תנועות יתר, קושי בוויסות ובשליטה עצמית.

מחקרים שונים מצביעים על קשר בין התנהגויות סיכון לבין הפרעות קשב. הפרעות הקשב מעלה את הסיכון לשימוש בחומרים מסוכנים ולהתמכרויות. רמת הסיכון של ילד עם הפרעות קשב, בהשוואה לילד אחר, לפתח התמכרות גבוהה פי-2 ואצל ילדים עם הפרעות קשב לא מטופלת הסיכון עולה אף לכדי פי-3.5.

מדוע קשר זה קיים?

ישנן מספר סיבות אשר יכולות להסביר את הקשר בין הפרעות הקשב לבין הנטייה להתמכרות:

- 1- פגיעה באונה הפרונטלית - הקושי המרכזי אצל המתמודדים עם הפרעות קשב נעוץ בפגיעה באונה הפרונטלית באזורים האחראים על תפקודים ניהוליים. לילד עם הפרעות קשב יש קושי להפעיל תהליכי תכנון, בקרה וויסות וכל אלו פוגעים בהכרח ביכולת קבלת ההחלטות. מכאן ניתן להבין מדוע הוא בסיכון.
- 2- המחקר מראה כי בקרב אנשים עם הפרעות קשב קיים קושי בהעברת דופמין במוח. לדופמין יש תפקידים שונים הן בהשפעה על רמת הקשב והן בהשפעתו על תחושת העונג והסיפוק. אצל אנשים עם הפרעות קשב קיים ליקוי בתהליך הפרשת הדופמין ואם הם נחשפים לחומרים שמחקים את פעילות הדופמין, הם צפויים "לקצר תהליכים" ולהתמכר במהירות.
- 3- מצב רגשי/נפשי – הפרעות הקשב מקשה על הילדים לפעול בצורה מותאמת בסביבה הרגילה, היא פוגעת בלמידה ובאינטראקציה החברתית. ילדים אלה חווים תסכולים וכישלונות מגיל צעיר (ילדים עם הפרעות קשב בגילאי כיתה א'-ד' חווים פי 4 תגובות שליליות מהסביבה בהשוואה לילדים ללא הפרעה), חוויות אלו פוגעות בדימוי ובביטחון העצמי וגורמת להם להסתובב בתחושה שאינם שווים ואינם יכולים. תחושות אלה עלולות "לדחוף" אותם לחפש מפלט במקומות אחרים ולא רצויים.
- 4- שימוש לשם טיפול עצמי – ישנם מצבים שבהם הרצון לנסות להתמודד עם המצב גורם לילד לחפש את הפתרון דרך ניסיון להשתמש בחומרים אשר "משכיחים" את התסכול אך פעמים רבות השימוש ה"מבוקר" לכאורה יוצא מכלל שליטה.

מה ניתן לעשות ?

חשוב להתחיל באבחון ובעיקר בהתערבות בגיל צעיר. ככל שנתחיל בגיל צעיר נצמצם את הסיכון לפגיעה ונעניק לילד כלים ודרכים להתמודדות עם קשייו בצורה מותאמת.

הטיפול בהפרעת הקשב הוא טיפול מורכב, רב מערכתי, הכולל מספר מעגלי התערבות: הורים, מענה תרופתי, מענה רגשי/התנהגותי, ושת"פ עם המערכת החינוכית. המחקרים מראים שמענה נכון מפחית את רמת הסיכון בצורה משמעותית. כצוות חינוכי עלינו להיות רגישים ולשים לב לכל שינוי בהתנהגות אצל הילדים, כגון: איחורים שלא בשגרה, התנהגויות לא רגילות ותגובות קיצוניות. כמו כן יש להעלות את המודעות בקרב ההורים לעניין.

לסיכום, הנוכחות של הפרעת הקשב, מונעת מהילד לקבל החלטות בצורה מותאמת. לעיתים קרובות ההחלטה שיבחר תהיה לא מושכלת ואף עלולה להזיק לו. לכך מתווסף ההיבט הרגשי, תחושת חוסר המסוגלת והדימוי העצמי הנמוך. כל אלה גוררים אותו לרצון לברוח למקומות שבהם יחוש פחות כאב ותסכול לתחושה חיובית יותר גם אם לרגעים בודדים.

חשוב לזכור שיש הבדל משמעותי ומובהק בין ילד אשר מקבל מענה וטיפול להפרעת הקשב לבין זה שאינו זוכה לכך ובשל כך רמת הסיכון עולה.