

# ביבליוגרפיה מוערת על המפגש בין נורוולוגיה, קונגוציה, דינמיקה רגשית וקשיי התנהגות

# הילד בתוך השרון להתחבר לילד הסובל מ- ADHD ומקשיי התנהגות

רשימה זו כוללת ספרים האמורים להעמיק ולהרחיב את הבנתכם לגבי הילד עם ADHD והפרעות התנהגותיות. רוב המקורות מיועדים לציבור הרחב. מקורות המיועדים לאנשי מקצוע סומנו בכוכבית. קריאה מהנה!

על הורות לילדי הפרעות קשב וריכוז וקשיי התנהגות:

מונדן א. אוטלוס ג. (2005) *המדריך ל- ADHD* ספר הדרכה להורים ולאנשי מקצוע. הוצאת ספרים "אח".

ספר *מקפי וידידותי לקורא*. מציע רקע מעודכן על התופעה של ADHD הפרומנה וסוגי טיפול המרכזיים למיניהם.

פנטקוסט ד. (2004) *הורות לילדים הסובלים מהפרעת חוסר קשב/ היפראקטיביות* הוצאת ספרים "אח" בע"מ.

הספר מתאר גישת הורות לילדי ADHD והפרעות התנהגות הנקראות *ADDD*. הגישה היא "ישומית והגוינת ואמורה להיות כלי עזר להורים המנסים להתמודד עם האתגורים היום-יומיים של ילדי ADHD

\*Anastopoulos, A.D., Smith J.M. and Wien, E.M. (1998) *counseling and training parents in Attention Deficit Hyperactivity Disorder*. 2<sup>nd</sup> ed. Barkley, R.A. (ed), Guilford Press, NY, 373-394.

ד"ר שמחה (סטיוארט) ציסנר

הוצאת ספרים "אח" בע"מ

פינקר, ס. (1999) כיצד מועל המוח.

פרופסור פינקר מראה שליטה מדהימה בתחומים רחבים כמו סוציולוגיה, אבולוציה ופסיכולוגיה התפתחותית. הוא מביא מחקרים רבים המצביעים על קשר הדוק בין צרכים חברתיים להתפתחות פיזיולוגית ונירולוגית. הפרק השלישי "צקמת בני העשרה" מעניין ביותר בתואר של האינטראקציה בין ארגון וניהול עצמי, לאבולוציה ולביולוגיה.

Ratey, J.I. (2002) *A Users Guide to the Brain*. Vintage Press, N.Y.

הספר מאפשר להורים ולמורים בלי רקע במדעים להציף ולהבין את פעולות המוח במיוחד במעולות הקשורות לקשב, ריכוז וניהול עצמי.

Ledoux, J. (1998) *The Emotional Brain*. Touchtone, N.Y.

מה הבסיס הנירולוגי של רגש? מה גורם לחרדה ופחד?

בספר הזה מצג פרופסור לודז תיאוריה המהכרת רגשות ותפקידים ניירולוגיים. המוח הרגשי מתעל את ההתקדמות המדעית המנסה לחבר בין המוח והעולם הרגשי.

על הקשר בין שליטה עצמית ותפקידי ניהול:

\*Barkley, R.A. (1997) *ADHD and the Nature of Self-Control*. Guilford Press, N.Y.

פרופסור ברקלי, בן החוקרים המובילים בהבנת ADHD, מתאר את התאוריה שלו שבה ADHD תוארה כהפרעה במערכת ניירולוגית של ריסון עצמי. ברקלי מפרט את תפקידי הניהול המרכזיים המשפיעים על ההפרעה ומסביר שמהותה אינה נגייה בקשב אלא ליקוי בשליטה עצמית.

\*Brown, T.E. (2000) *Attention Deficit Disorders and Comorbidities in Children, Adolescents and Adults*.

רניאר מקצועי של התערבות משפתחת להורים של ילדי ADHD, התערבות מתיחסת לפנים תיאורטיים ומעשיים בעבודה עם הורים, ומתארת גישה התנהגותית-קוגניטיבית מובנית.

Hartmann, T. (1993) *Attention Deficit Disorder: A Different Perception*. Underwood / Miller Publishing, Novato, CA.

בספר הזה טום הרטמן מציע לנו להבין ADHD כתופעה סוציולוגית שבה אדם בעל אופי של "יצד" מנסה לשרוד בעולם של "תקלאים":

מנור, א. טיאנו ש. (2003) לחיות עם הפרעת קשב וריכוז ADHD הוצאת "דינוך".

אוסף של מאמרים על ADHD שונכת על ידי מומחים ישראלים. הספר כולל חלקים על אבחון וטיפול מצד אנשי מקצוע מובילים וגם מאמר של הורה על התמודדות לעזרת עצמית.

האלול א.מ., רייטי ג.ג. (2001) ספר התשובות לפרעת קשב, הוצאת "אור עס".

הספר מצג שאלות של הורים, מתנגדים וילדים המנסים להתמודד עם ADHD, האלוו וריטי מציעים פתרונות מעשיים המלאים אמפתיה ותכנה לאתגרים של הילדים ומשפתחותם.

על הקשר בין ניירולוגיה להתנהגות:

אליצור, א. טיאנו ש. מונין ת. נוימן מ. (2002) פרקים נבחרים בפסיכיאטריה, הוצאת "ספירוס".

למרות הרמה האקדמית, הספר קריא, ברור ונגיש להורה ולמורה המעוניינים להתעמק בנושא. במיוחד הפרקים על הפרעות בשליטה באימפולס והפרעות פסיכיאטריות בילדים ומתנגדים מאירים את הנושא המדויק את יחסי המגוולן בין ניירולוגיה לסביבה ביצירת התנהגות.

בשפה מרגשת מתאר ד"ר בוסקאליה את כח הריפוי הטמון בחיבוק ובהקנת אהבה. הוא מגלה מחסומים וגשיים הרסניים בחיי משפחות ומתאר בדרך משכנעת, את הרווח האדיר הנובע מהתגברות על הפחד מלאחוב.

סולובייצ'יק י.ד. (2002), *אדם וזיגמן*, הוצאת עמותת תורת הרב.

בספר זה מתאר הרב סולובייצ'יק גישה אקסטרנטואלית-דתית לחיי המשפחה ולקשרים במשפחה. הוא מתאר אפיונים מרכזיים של תפקידים "אבהיים" והיוניים להתפתחות הילד ולהתפתחותם של האב והאם.

צ'סנר א. (2005) *"עבודה קבוצתית עם ליקויי למידה-דרמה ויצרד" הוצאת ספרים "אח"*.

בספר הזה מתואר כח הריפוי הטמון בקבוצה והיכולת להפעיל דינמיקה קבוצתית כדי לחזק את הדמוי העצמי. הספר חשוב למורה ולכל מי שעובד עם קבוצות, המעוניין לאפשר לכל תלמיד וילד למצוא את הקול הייחודי שלו ולהתחבר עם כוחותיו האישיים.

קובי ט. (1996) *שבנת ההרזלים של אנשים היפראקטיביים במיוחד*.

ברב מכת הזת, מתאר ד"ר קובי תהליך העובר משליטה עצמית להתחברות חברתית. הספר מתאר עקרונות של מנהיגות החשובים למנליל חברה, מנהל בית ספר, מורה בבית הספר או הורים במשפחה. דגש על היכולת ליצור דינמיקה חיובית כתוצאה מדוגמא אישית.

מיטשל, ס.א. (2003) *תקווה ופחד במסיבולאנליזה* תולעת ספרים.

בספר מרתק ועמוק מתאר פרופסור מיטשל את הרעיון שהחוויה האנושית האוטנטית היא מוצר של "המפגש". במקום להסתכל על ילד בעיית'י כעל עובדה סטטיט, מיטשל מדבר על מצב דינמי ואינטראקטיבי היוצר את החוויה הפנימית של כל יחיד. חשיבותה של השקפה זאת היא

במאמר הראשון בספר מרחיב פרופסור בראון את החיבוריה של ברקלי לגבי הפעיה בקשב וריכוז היפראקטיביות ותפקידי ניהול. כמו ברקלי, גם הוא מדגיש את תפקידי הניהול כגורמים מרכזיים בהתפתחות ההפרעה, אבל בראון כולל בהגדרתו תפקידים המתייחסים לקשב וארגון כגורמים ראשוניים בהפרעה, וסבן את ההפרעה כביטוי של ליקוי כמגון רחב של תפקידים נייורולוגיים המשפיעים על קשב, ריכוז וריסון עצמי. הניתוח של בראון נותן בסיס תיאורטי לחורה או מורה הרוצה להתערב בדרך ממוקדת עם היילד עם הפרעות קשב וריכוז וקשיי התנהגות.

על הקשר בין עיוותי חשיבה, רגש והתנהגות:

ברוס, ד.ד. (2002) *בוחרים להרגיש טוב*. "פסגות".

בשפה פשוטה, בלוגיית דוגמאות רבות מרחי' היום-יום, ילד זייויד ברוס מתאר את הקשר בין חשיבה להתנהגות ברוש. ברוס מבסס את דבריו על החיבוריה הקוגניטיבית-התנהגותית של פרופסור אהרון בק המבין רגש והתנהגות כתוצאות ישירות של חשיבה. בספר, מתאר ד"ר ברוס תהליך שבו ניתן לתקן עיוותי חשיבה ולהפחית מצבי רוח שליליים והתנהגויות חסרניות.

בלומסווייטט מ.ל. (2005) *ילדים עם הפרעות התנהגות: הקניית כישורים*, הוצאת ספרים "אח".

ספר הדרכה הכתוב בשפה בהירה, מתאר טכניקות עזרה לילדים עם קשיי התנהגות ופתיח חשיבה מועילה. מבסס על החיבוריה של רגשות והתנהגויות הנובעות מחשיבה. הספר מלא בעצות מעשיות שיוזילו את היילד להתנהגות הולמת וחיונית.

על חשיבות הדינמיקה הרגשית החיובית:

בוסקאליה, ל. (1989) *לחיות, לאחוב וללמוד*. זמורה - ביתן מוציא לאור.

בכך שהיא מאפשרת לכל הורה ומורה להיות שותף מלא ביצירת החוויה הפנימית של ילדיו, תלמידיו ועצמו.

על יצירת אקלים בית ספרי חיוכי :

קולט, ג. (1974) *ניצח נשלים ילדים*. הוצאת "מסדה".

הספר מדגיש בניית שותפות בין תלמידים, מורים והורים כאבן היסוד של אקלים חיוכי בבית הספר.

Glasser, W. (1969) *Schools without failure*. Harper and Row, N.Y.

בספר הזה, מתאר ד"ר גלסר את יצירת הקשר עם העולם הפנומי של הילד כגורם המרכזי בתצלחת התלמיד במערכת. הוא מציג צעדים מעשיים ליצירת חוויה איכותית ואותנטית במערכת החינוך.

Glasser, W. (1993) *The Quality School Teacher*, Harper Perennial, N.Y.

הספר כולל הצעות פרטניות למורים המנסים ליצור קשר מהותי ומשמעותי עם תלמידיהם. ד"ר גלסר מתאר את רעיונותיו לגבי יצירת בית הספר "האיכותי" שבו העיקרון הבסיסי הוא להפוך את בית הספר למקום שמספק את צרכיו הרגשיים והבין-אישיים של התלמיד.