

Ce este ADHD?

ADHD este varianta prescurtată a tulburării de hiperactivitate cu deficit de atenție. ADHD este o tulburare neurobiologică care constă cu precădere într-un nivel accentuat de hiperactivitate, impulsivitate și deficit de atenție. ADHD este citată în literatura de specialitate ca și condiție medicală, nu ca o boală. Mai jos sunt descrise comportamente pe care le pot manifesta persoanele cu ADHD.

Hiperactivitate



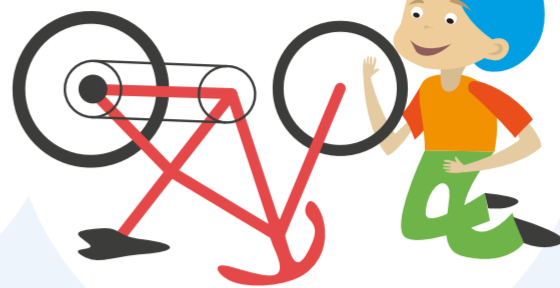
- Le este greu să stea liniștite
- Dă din mâini și din picioare



- Sunt în mișcare constantă



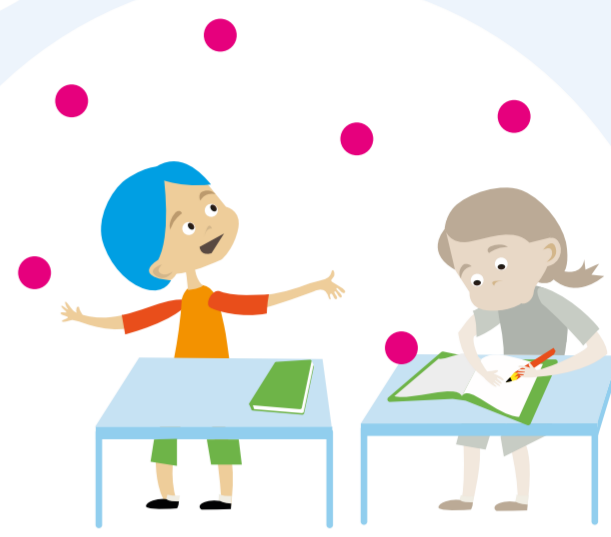
- Schimbă frecvent activitatea sau centrul de interes



- Stare internă de agitație
- Fără repaos sau odihnă
- Calm în afară, haos în interior



- Se joacă cu obiectele



- Se adaptează cu dificultate în situații diferite

Impulsivitate

- Își așteaptă cu dificultate rândul
- Amână cu greutate satisfacerea propriilor nevoi
- Îi întrerupe sau deranjează pe ceilalți

- Impulsivitate fizică



- Impulsivitate cognitivă
- Impulsivitate emoțională



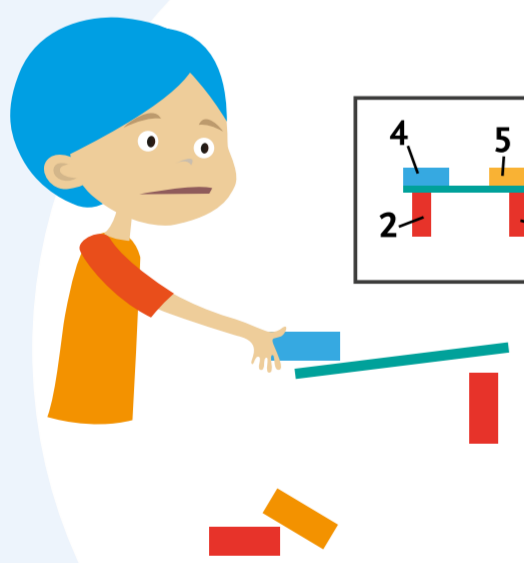
- Impulsivitate verbală



- Acționează fără să gândească în prealabil
- Rareori se gândește la consecințe



Deficit atențional



- Le este greu să urmărească instrucțiunile
- Le este greu să se concentreze pe detalii
- Le este greu să se organizeze și să ducă sarcinile la bun sfârșit
- Le este greu să analizeze și să rezolve probleme
- Fac adesea greșeli din neatenție



- Pierd frecvent lucruri



- Gândirea asociativă, gândurile, sunt adesea amestecate și legate când de un subiect, când de altul



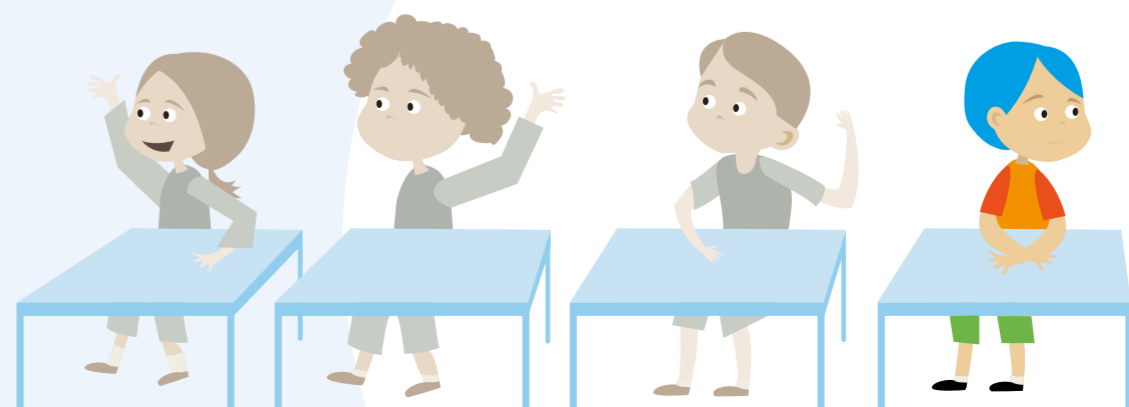
- Sunt ușor de distras

- Uneori termină sarcinile academice rapid, altelei au nevoie de extrem de mult timp
- Se plictisesc repede
- Le este greu să se concentreze pentru perioade lungi de timp



- 1 _____
- 2 _____
- 3 _____
- 4 _____
- 5 _____

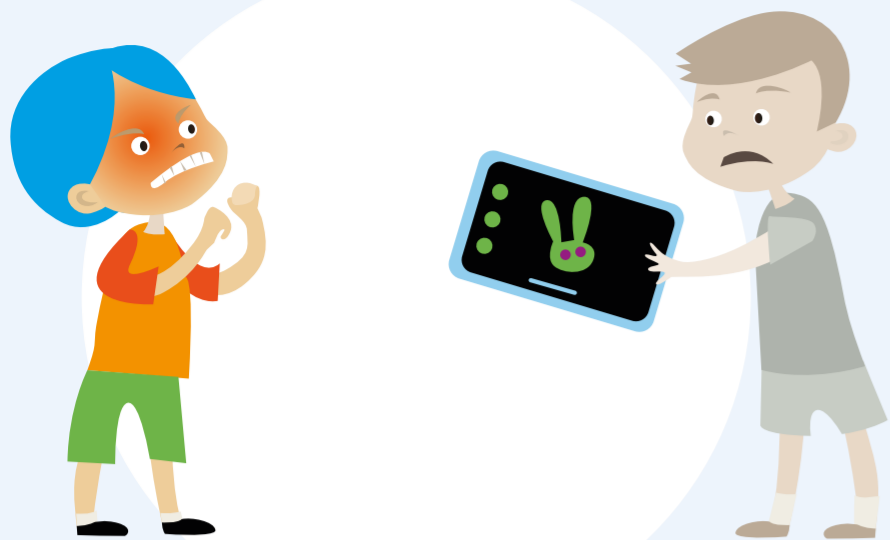
- Reticenți la a rezolva sarcini impuse, care necesită concentrare pe termen lung
- Le este dificil să păstreze nivelul de concentrare în activități care nu îi interesează în mod deosebit



- Pare adeseori că nu ascultă
- Nu sunt atenți la mesajele care sunt comunicate
- Visează cu ochii deschiși - par să fie într-o lume a lor

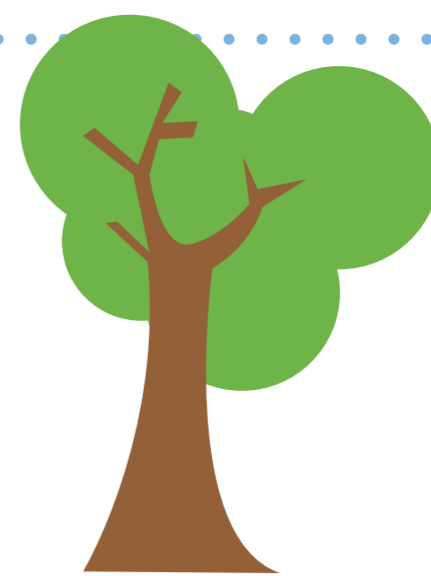
Provocări secundare frecvente în ADHD

Dificultăți emoționale



Management precar al timpului

- Le este greu să finalizeze sarcini
- Le este greu să
- Le este greu să țină minte când și cu cine au întâlniri

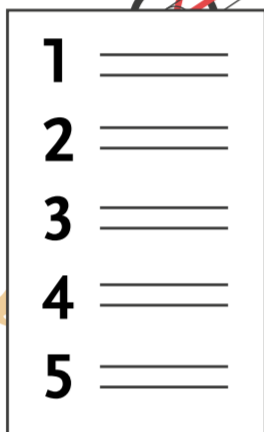


Dificultăți de somn



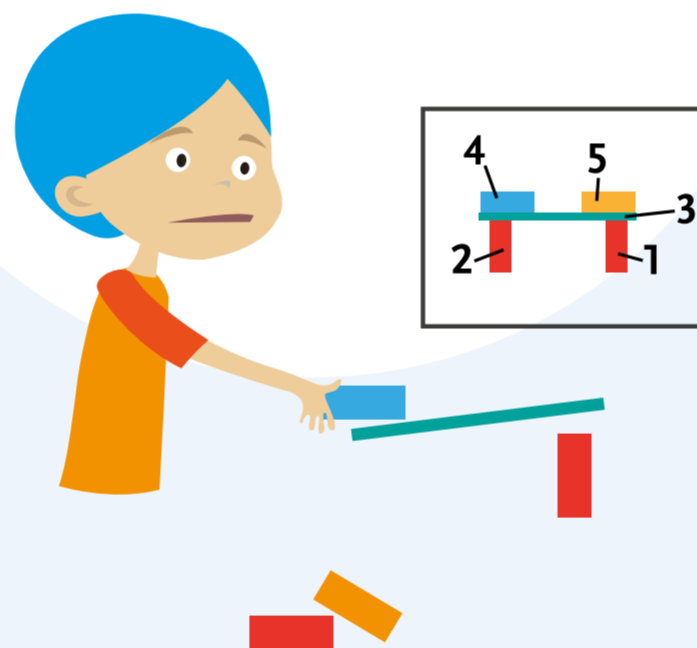
Dificultăți cu concentrarea și memoria de lucru

- Probleme la nivelul memoriei de lucru



Discrepanță între abilitate și performanță

- Adeseori, deși posedă abilități, le este greu să le folosească în practică
- Le este greu să se achite de sarcini



Dificultăți de învățare

- Le este greu să se concentreze pe perioade lungi de timp
- Dificultăți cu citirea, scrierea și calculul aritmetic
- Le este greu să rezolve probleme analitic



Altele

- Riscuri
- Se expun la pericol
- Pare că nu au frică
- Nu se gândesc la consecințe



Dificultăți comportamentale

- Incapacitatea de auto-reglare
- Le este greu să aștepte
- Capacitate redusă de a-și folosi imaginația
- Le este greu să se angajeze într-un dialog cu sine
- Capacitate redusă pentru auto-motivare

