

TDA-H

TRASTORN PER DÈFICIT D'ATENCIÓ - HIPERACTIVITAT



És un trastorn d'origen neurobiològic que apareix abans dels 7 anys d'edat i causa un deteriorament funcional.

ACTUALMENT ES DESCRUIEN TRES TIPUS



INATENT



- Dificultats per mantenir l'atenció
- Descuits o oblits persistents
- Tendència a la distracció
- Estil cognitiu lent i dificultats en l'aprenentatge



IMPULSIU



- Moviments motors excessius
- Impulsivitat verbal i/o conductual
- Pot associar-se a comportament problemàtic



COMBINAT



Combinació dels dos anteriors

COM
ACTUAR



CREAR HÀBITS

- Mantindre una rutina de treball estable.
- Fixar un horari
- Supervisar els deures però deixant que treballi a soles progressivament.
- Utilitzar tècniques de control temporal.
- Treballar tècniques d'estudi
- Mantenir contacte amb el tutor o la tutora.

PROGRAMAR FEINES

- Planificar i organitzar la feina que haja de fer.
- Revisar diàriament la seua agenda.
- Donar-li instruccions breus, precises i concretes, comprovant sempre que les ha entés.
- Ensenya-li com fragmentar les tasques.
- Fes-li repetir allò que estiga mal fet o descuidat.

CUIDAR L'AUTOESTIMA

- Reforçar la seua seguretat personal i la seua autoestima.
- Valorar el seu esforç encara que no haja aconseguit els resultats esperats.
- Anticipar possibles bloquejos per evitar que es desmotive o es desanime.