

DIFERENȚA DINTRE
TULBURĂRILE DE PROCESARE SENZORIALĂ (TPS) ȘI ADHD

	ADHD	TPS
<i>Ce reprezintă?</i>	O condiție biologică care creează greutatea multor copii în a se concentra și a sta liniștiți.	O sensibilitate extremă sau lipsa sensibilității la stimulii senzoriali precum lumini, sunete, arome, mirosuri și texturi.
<i>Semne observabile</i>	- Este visător sau confuz - Aparent nu ascultă - Este predispus la nervozitate și supra-stimulare datorită lipsei controlului impulsurilor - Are dificultăți cu organizarea și îndeplinirea sarcinilor - Este plictisit dacă nu-i place o activitate - Are dificultăți în urmărirea instrucțiunilor - Are dificultăți în a sta pe scaun în timpul activităților - Este nerăbdător și nu-și așteaptă rândul - Se mută și se mișcă permanent - Este agitat, trebuie să se ridice și să manipuleze diferite lucruri - Întrerupe conversațiile și spune lucruri nepotrivite - Nu înțelege consecințele acțiunilor sale - Se joacă periculos și își asumă riscuri fizice	Sensibilitate: - Are probleme de concentrare; este distras de stimuli externi - Nu-i place să fie atins - Este atras de sunete și mirosuri pe care alții nu le observă - Îi este frică, fuge sau devine supărat în locuri zgomotoase sau aglomerate - Îi este frică pentru siguranța personală chiar și atunci când nu există un pericol real - Are dificultăți cu rutinele și locurile noi, cu schimbările, în general - Își schimbă locul și se mișcă pentru că nu se simte confortabil - Este sensibil la felul în care simte îmbrăcămintea pe corp Lipsa sensibilității: - Are nevoie în mod constant să atingă oameni și lucruri - Are dificultăți în delimitarea spațiului personal al altor persoane - Îi lipsește coordonarea - Prezintă toleranță ridicată la durere - Se joacă periculos și își asumă riscuri fizice
<i>Posibil impact emoțional și social</i>	Are probleme în respectarea regulilor sociale, ceea ce face dificil să-și facă și să mențină prietenii. Un feedback negativ frecvent cu privire la acțiunile sale sau la faptul că nu acordă atenție persoanelor poate afecta stima de sine a copilului.	Anxietatea sau evitarea locurilor aglomerate și zgomotoase poate face dificilă socializarea. Colegii pot evita sau exclude un copil cu tulburări de procesare senzorială deoarece acesta se joacă prea mult sau nu-și respectă spațiul personal.
<i>Cine poate ajuta</i>	<i>Pediatricii și medicii specialiști:</i> diagnosticarea precoce a ADHD și prescrierea tratamentului corespunzător nevoilor, inclusiv pentru anxietate și a altor probleme comune de sănătate mintală care pot coexista. <i>Psihologii:</i> terapie comportamentală pentru a-l învăța să-și gestioneze acțiunile și interacțiunile, pentru rezolvarea problemelor emoționale și de anxietate, eventual și dificultățile de învățare. <i>Psihopedagogii:</i> pentru a-și dezvolta abilitățile de organizare și management al timpului.	<i>Terapeuții ocupaționali:</i> pentru a-l învăța să-și dezvolte abilitățile de imitare. Terapia de integrare senzorială ajută copiii să învețe să răspundă la stimulii senzoriali din mediu într-un mod corespunzător. <i>Psihologii:</i> terapie comportamentală pentru a-l învăța să-și gestioneze acțiunile și interacțiunile, pentru a-l ajuta la rezolvarea problemelor emoționale legate de tulburările de prelucrare senzorială și dificultățile de învățare. <i>Medicii specialiști:</i> medicație pentru anxietate și atacuri de panică.
<i>Ce se poate face la școală?</i>	Un plan de intervenție personalizat, care poate include: timp suplimentar la teste, așezare în clasă aproape de catedră și departe de stimuli, un spațiu de lucru mai mare, un semnal nonverbal sau o imagine pentru a atrage atenția copilului, obiective divizate în sarcini scurte, fișe de lucru simple, nu aglomerate, ore ilustrate pentru activitățile zilnice, pauze de mișcare etc.	Un plan de intervenție personalizat și terapie ocupațională: un loc în clasă departe de sursele de zgomot care îi pot distra atenția, pauze senzoriale, activitate fizică pentru a ajuta la reglarea emoțiilor, a comportamentului și a nevoii de mișcare, căști pentru anularea zgomotului și pentru a reduce auto-stimularea, un scaun potrivit, pentru ca să poată pune picioarele pe podea și să-și țină coatele pe masă, o pătură senzorială, astfel încât să se poată stăpâni și să stea pe scaun.
<i>Ce se poate face acasă?</i>	- Stabiliți regulile și lipiți-le la vedere pentru a vă ajuta copilul să gândească înainte de a acționa - Creați rutine și ritualuri zilnice - Divizați sarcinile - Folosiți prompt vizual, cum ar fi liste de verificare, programe vizuale și note lipite la vedere pentru a ajuta copilul să se concentreze, să rămână organizat și să facă lucrurile așa cum trebuie - Permiteți pauze în timpul efectuării temelor - Organizați o cameră de studiu - Ajutați-l să-și organizeze ghiozdanul și să verifice în mod regulat dacă este curățat - Anunțați-l în prealabil cu privire la modificările din program și explicați-i la ce se poate aștepta în situații noi.	- Urmăriți modelele de comportament ale copilului, astfel încât să puteți anticipa situațiile dificile pentru el - Pregătiți-vă copilul pentru întâlniri sociale sau situații noi, astfel încât el să știe la ce să se aștepte - Păstrați la îndemână căști pentru urechi - Găsiți activități zilnice pentru a-și consuma energia, cum ar fi sport sau muzică - Învățați-vă copilul despre situațiile periculoase la care el nu este sensibil, cum ar fi gerul și căldura - Folosiți platouri divizate dacă este deranjat atunci când se ating diferite tipuri / feluri de alimente - Instalați și utilizați întrerupătoare dimmer sau becuri colorate pentru a modifica iluminarea - Mergeți împreună la cumpărături, astfel încât copilul să poată să-și aleagă haine confortabile - Căutați îmbrăcăminte fără panglici, fără cusături, din țesături moi.

