



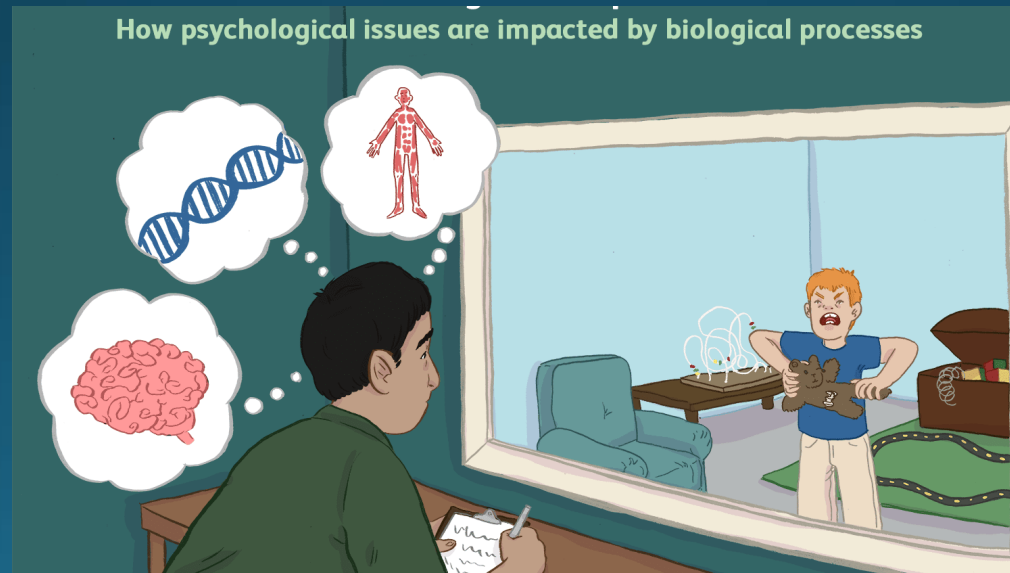
ADHD vs temperament coleric
fara o educatie din familie pentru
respectarea unor reguli de baza

Cezar Petreanu,
Grigorie-Theodor Smarandache
Cristian-Alexandru Gusatu

- Pentru a înțelege mai bine asemănările și deosebirile dintre un copil ce suferă de ADHD și un copil ce are un temperament predominant coleric ar trebui să înțelegem ce înseamnă fiecare.
- ADHD-ul este mai mult decât modelul copilului excesiv de hiperactiv ce încalcă toate regulile și este rezistent la orice formă de disciplinare.
- ADHD-ul este o tulburare neurodezvoltatoare, fiind o condiție medicală prezentă încă de la naștere.

ADHD

- În obținerea unui diagnostic corect este foarte importantă experiența specialistului, pentru ca această tulburare se poate confunda cu alte probleme de comportament.
- De asemenea, pentru o identificare corectă a ADHD-ului se recomandă urmărirea copilului pentru o perioadă de minim 6 luni.



ADHD

- Un copil ce prezintă manifestări ale ADHD-ului doar în anumite circumstanțe, cel mai probabil nu suferă de ADHD, ci de o altă afecțiune medicală sau psihologică.
- Zahărul nu provoacă ADHD. Această tulburare nu este cauzată de timp îndelungat în fața televizorului, de condiții neprielnice acasă / la școală sau de alergii alimentare.
- Există 3 tipuri de adhd: in care predomină neatenția (predominant la femei), în care predomină impulsivitatea (predominant la bărbați) sau hiperactivitatea (predominant tot la bărbați)
- Un copil poate să sufere de toate trei sau doar de unul.

Signs of ADHD in Girls



Easily distracted



Hyper-talkative



Appears withdrawn



Forgetful



Exaggerated emotional responses

Coleric

- Temperamentul = felul cum reacționează, sau cum se comportă în anumite situații de schimbare a unor elemente din mediul înconjurător.
- Cele patru temperamente sunt: sangvin, coleric, flegmatic și melancholic.
- Persoanele cu un temperament coleric au o personalitate extrovertă, se simt confortabili în situații sociale
- colericii se remarcă prin ambiția și atitudinea lor de lideri
- Ei tind să aibă o fire agresivă, energică, având o dorință puternică de a se impune în rândul celorlalți

Coleric

- Calități
 - Sunt muncitori, determinați să ducă un lucru la bun sfârșit
 - Sunt independenți, au încredere în aptitudinile lor și încearcă să rezolve problemele singuri
- Defecte
 - Au o fire irascibilă, sunt predispuși la probleme cu furia
 - În ciuda personalității extroverte, își găsește cu greu prieteni

Sanguine



Melancholic



Phlegmatic



Choleric



SANGUINE



CHOLERIC



MELANCHOLIC



PHLEGMATIC

Asemănari

- Ambele sunt înăscute și nu pot fi schimbate de-a lungul vieții.
În schimb, persoanele cu un temperament coleric își pot adapta felul de a fi la normele sociale mult mai ușor decât cei ce suferă de ADHD.
- Ambele tipuri tind să fie impulsive.
- Nu respectă regulile
- Tind să vorbească neîntrebați
- Sunt energici
- Stabilesc cu greu legături sociale profunde
- Emoții exagerate

Deosebiri

ADHD	Temperament predominant Coleric
Este o tulburare neurodezvoltatoare	Este un set de trăsături fiziologice și nervoase
Deficit de concentrare	Nivel crescut de activitate mentală
Pot să își controleze conștient reacțiile în urma unor tratamente îndelungate	Pot să își controleze conștient reacțiile fără un ajutor extern
Din cauza deficitului de concentrare nu pot urmări un plan îndelungat	Pot să își asume rapid idealuri și să se țină de ele
Își menține cu greu concentrarea la școală sau la joacă	Poate să își mențină concentrarea dacă motivația este suficient de mare
Evită activitățile care necesită efort intelectual susținut	Evită activitățile care necesită efort intelectual susținut dacă nu îi garantează apreciere

Sugestii

- Un copil care suferă de ADHD sau care are un temperament coleric nu ar trebui discriminat față de restul mulțimii, ci dimpotrivă, energia lui ar putea fi folosită pentru a atrage chiar și persoanele retrase.
- Acesta este o perlă ce trebuie încurajată să experimenteze pozitiv și să întrebe activ orice curiozitate legată de materia la care participă. În acest fel le va arăta celorlalți că nu este nici o problemă să greșești sau să fii curios și va ridica nivelul de satisfacție a învățării asupra colectivului.
- Un elev nu trebuie comparat direct cu un alt coleg, în schimb acesta ar trebui motivat printr-o laudă generală: „Vă rog să observați cu toții modul deosebit în care X a rezolvat problema”. Laudele și încurajările trebuie să fie constante pe parcursul predării pentru a păstra nivelul de motivație și satisfacție al învățării.

Sugestii

- În ciuda impulsivității caracteristice celor două tabere, aceștia sunt și foarte sensibili.
- Din această cauză, tonalitatea vocii în exprimare este un punct cheie pentru a ajunge la ei. O mustrare probabil îi va face să realizeze că au făcut ceva gresit, dar nu și ce, pentru că au reacționat natural.
- În schimb, o voce empatică ce le explică problema îi va face să înțeleagă că sunt printre persoane de încredere ce le vor binele și vor încerca să își schimbe conștient acțiunile pe viitor.

Sugestii

- Copiii care sunt foarte impulsivi pot avea probleme cu dezvoltarea unor prietenii durabile. Aceste obstacole pot duce la scăderea drastică a stimei de sine. Tulburarea crește și riscul de depresie și anxietate.
- Astfel, e rolul nostru ca profesori să încercăm să integrăm social și academic acești elevi. Trebuie să le acordăm răbdare și atenția necesară pentru a se putea dezvolta în parametrii relativ normali. Până la urmă, chiar dacă nu ai nici un prieten, profesorul va fi mereu alături de tine, pentru a-ți ilumina calea :D

Sugestii

- Dacă observi că grupul tău țintă are cel puțin o persoană cu deficit de atenție, ar fi bine să le oferi un stimul. Încercați să predați printr-o serie de pași mici cu un feedback constant și urmăriți dacă cineva s-a pierdut.
- Până la urmă, simptomele negative ale ADHD-ului se tratează mult mai ușor dacă alături de medicație se participă activ din partea cadrelor didactice și al părinților.
- De asemenea, un copil demotivat pentru că nu poate fi atent va aștepta cu nerăbdare ora dumneavoastră în care poate într-adevăr să urmărească ceva.

Parenting Strategies for Children With ADHD



Provide positive attention



Give effective instructions



Praise your child's effort



Establish rewards



Use consistent consequences

La povești cu Grig



Bibliografie

- <https://www.reginamaria.ro/articole-medicale/adhd-ce-este-si-cum-il-recunoastem-corect>
- <https://psihoterapieiasi.com/blogs/news/psiholog-iasi-psihoterapeut-iasi-ce-este-temperamentul-coleric>
- <https://algoritm-centr.ru/ro/the-toland-john/harakternye-cherty-holerika-holerik-harakteristika-psihotipa-test-na.html>
- <http://www.medfam.ro/mf/mf/mf14/psiho14.html>
- <https://www.medlife.ro/articole-medicale/deficitul-de-atentie-la-copii-care-sunt-simptomele-tulburarii-si-cum-ii-putem-ajuta-pe-cei-afectati.html>
- https://www.academia.edu/9296336/PSIHOLOGIA_EDUCA%C5%A2IEI_CAPITOLUL_I_CE_ESTE_PSIHOLOGIA_EDUCA%C5%A2IEI
- <https://www.clinicaoananicolau.ro/adhd-copii-ce-este/>
- <http://temperaments.fighunter.com/?page=choleric>
- [Temperament - Wikipedia](#)