

TDAH en milieu de travail

Beaucoup d'adultes atteints d'un TDAH font très bien leur travail et trouvent que certains traits de leur TDAH sont des avantages importants dans leur choix de carrière (haute énergie, résolution de problèmes, créativité et hyper concentration). Pour d'autres, certains de leurs symptômes peuvent causer des difficultés dans leur milieu de travail.

Si vous rencontrez des difficultés au travail, ne décidez pas immédiatement que votre emploi ne vous convient pas. Bien qu'il soit nécessaire de choisir un emploi adapté à vos forces plutôt que vos faiblesses, tous les emplois comprennent quelques tâches ennuyeuses et banales. Les adultes atteints d'un TDAH peuvent décider impulsivement que leur carrière choisie ne leur convient plus et changer à une autre carrière sans songer sérieusement à tous leurs options. Parfois, trouver une niche particulière peut vous aider à réussir. Être passionné par des aspects de votre carrière peut souvent être l'élément clé pour susciter votre intérêt et améliorer votre succès professionnel.

Le TDAH est un trouble facilement traitable. Il existe maintenant une variété de traitements avec ou sans médicaments pour le TDAH chez l'adulte. Obtenir une évaluation approfondie et utiliser de traitements multimodaux peut: augmenter la concentration et l'attention, améliorer les compétences d'organisation et réduire les distractions, l'impulsivité et l'hyperactivité, de même qu'aider à gérer les émotions. Cependant, il n'existe pas de solution magique pour ceux qui éprouvent des difficultés en milieu de travail. En prenant le temps d'évaluer votre situation, mettant en œuvre des stratégies et demandant des accommodements appropriés, vous améliorerez vos chances de réussite dans votre carrière.

Votre TDAH en Milieu de Travail

Les impacts possibles du TDAH sur le rendement d'un employé dépendent de plusieurs facteurs, le type et la gravité des symptômes du TDAH, les forces personnelles qui aident à compenser les faiblesses et le succès des stratégies mises en œuvre. LIRE LA SUITE [Votre TDAH en Milieu de Travail](#))