

LES OPTIONS DE TRAITEMENTS - TDAH

Médication

Une fois le diagnostic reçu, les adultes atteints du TDAH peuvent souhaiter parler à leur médecin au sujet des médicaments disponibles pour traiter le TDAH. Il y a beaucoup plus de choix qu'auparavant, et les médicaments ne cessent de s'améliorer. Toutefois, il est important de ne pas prendre vos décisions au sujet de la médication pour le TDAH en fonction de ce que « vous avez entendu », mais plutôt en fonction d'un avis médical reçu de la part d'un médecin qualifié. Que vous choisissiez de prendre une médication dans votre plan de traitement ou non, vous devez vous souvenir que les médicaments seuls sont rarement suffisants pour aider les adultes atteints du TDAH à avoir une vie remplie de succès.

Psychothérapie

Lorsque quelqu'un vit avec un TDAH non diagnostiqué, les difficultés liées au désir de vouloir réussir dans la vie, à l'école, au travail et dans les relations interpersonnelles génèrent souvent des sentiments d'incompétence ainsi qu'une pauvre estime de soi. Toutefois, ces sentiments ne disparaissent pas automatiquement à la suite du diagnostic. Les adultes ayant reçu un diagnostic de TDAH peuvent devoir avoir recours à la psychothérapie afin d'être en mesure de surmonter leur sentiment d'échec, afin de les aider à surmonter la dépression ou l'anxiété (si elles sont également diagnostiquées), ou afin de les aider à gérer la colère et le désespoir qu'ils peuvent ressentir face à ce diagnostic aussi tardif.

Le coaching en TDAH

Le coaching en TDAH fait partie intégrante d'un programme de traitement complet pour le TDAH. Le coaching en TDAH a une excellente réputation et est reconnu comme étant l'une des meilleures méthodes pour aider les adultes atteints du TDAH à améliorer leur vie et à atteindre leurs objectifs. Le coaching peut vous aider à atteindre des objectifs majeurs tout en vous aidant à développer des stratégies qui vous permettront de surmonter les obstacles de la vie quotidienne, afin que vous puissiez vous concentrer sur ce qui fait de vous une personne aussi exceptionnelle. Notre site web comporte une section complète portant sur le coaching en TDAH et les avantages qu'il peut vous apporter.