

# ΤΟ ΠΑΓΟΒΟΥΝΟ ΤΗΣ ΔΕΠ-Y

Το 1/8 κάθε παγόβουνου είναι ορατό!  
Το μεγαλύτερο μέρος του είναι κρυμμένο κάτω από την επιφάνεια!  
Η κορυφή του παγόβουνου: Οι προφανείς συμπεριφορές της ΔΕΠ-Y

## ΥΠΕΡΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑ

Κινείται νευρικά Δεν μπορεί να μείνει ακίνητος  
Τρέχει ή σκαφαλώνει πολύ Είναι σε συνεχή κίνηση  
Ανήσυχος Μιλά πολύ

## ΠΑΡΟΡΜΗΤΙΚΟΤΗΤΑ

Έλλειψη αυτοελέγχου Δυσκολία να περιμένει τη σειρά του  
Μιλά χωρίς να σκεφτεί Διακόπτει τους άλλους  
Λέει ψέματα Επεμβαίνει  
Αντιμιλά Χάνει τη ψυχραιμία του

## ΑΠΡΟΣΕΞΙΑ

Ανοργάνωτος Ασυνεπής  
Απρόσεκτος Ξεχασιστής  
Μοιάζει να μην ακούει Διασπάζεται εύκολα  
Κάνει λάθη απροσεξίας Χάνει πράγματα  
ΔΕΝ ΚΑΝΕΙ ΤΙΣ ΣΧΟΛΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ

## Κρυμμένα κάτω από την επιφάνεια: Οι μη προφανείς συμπεριφορές!

Ελλείμματα στους νευροδιαβιβαστές επηρεάζουν τη συμπεριφορά  
Ανεπάρκη επίπεδα των νευροδιαβιβαστών ντοπαμίνη, νορεπινεφρίνη και σεροτονίνη, οδηγούν σε μειωμένη εγκεφαλικά δραστηριότητα

### Αδυναμίες εκτελεστικών λειτουργιών

Μημήτ εργασία & ανάκληση  
Ενεργητικότητα, Ετοιμότητα, Προσαρμογή  
Εσωτερικός διάλογος Έλεγχος συναισθημάτων  
Επίλυση σύνθετων προβλημάτων

### Κακή αίσθηση του χρόνου

Δεν υπολογίζει με ακρίβεια το πέρασμα του χρόνου  
Χάνει την αίσθηση του χρόνου Συχνά αργεί  
Δεν μπορεί να προγραμματίσει το μέλλον  
Ξεχνά έργα μεγάλης διάρκειας ή καθυστερεί  
Δυσκολία μελλοντικού σχεδιασμού  
Δεν έχει υπομονή Δεν μπορεί να περιμένει  
Χάνει προθεσμίες Αποφύγει να διαβάσει  
Το διαβασμένο είναι χρονοβόρο

Συνυπάρχουσες καταστάσεις 2/3 έχουν μια ακόμη συνοδή κατάσταση  
Άγχος (34%) Κατάβληση (29%) Διπολική Διαταραχή (12%) Κατάχρηση ουσιών (5-49%)  
Σύνδρομο Tourette (11%) Ισοψυχαναγκαστική διαταραχή (4%)

Εναντιωματική Προκλητική Διαταραχή (54-67%) Διαταραχή συμπεριφοράς (22-43%)

### Δεν μαθαίνει εύκολα από ανταμοιβές & τιμωρίες

Επανάλαμβάνει τη κακή συμπεριφορά  
Δυσκολία πειθαρχείται  
Λιγότερο πιθανό να ακολουθεί κανόνες  
Δυσκολία να διαχειριστεί τη συμπεριφορά του  
Δεν μαθαίνει από προηγούμενη συμπεριφορά  
Ενεργεί χωρίς να λαμβάνει υπόψη την εμπειρία  
Χρειάζεται άμεσες ανταμοιβές  
Οι μακροπρόθεσμες ανταμοιβές δεν λειτουργούν  
Δεν εξετάζει τη συμπεριφορά του  
Δυσκολεύεται να αλλάξει τη συμπεριφορά του

### Σοβαρά μαθησιακά προβλήματα (90%)

Ειδικές Μαθησιακές Δυσκολίες (25-50%)  
Φτωχή μνήμη εργασία Δεν απορνημονώνει εύκολα  
Ξεχνά τα απήματα γονέων και δασκάλων  
Αργός μαθησιακός υπολογισμός (26%)  
Δυσκολία στην ορθογραφία (24%) Φτωχή γραπτή επικοινωνία (65%)  
Δυσκολία στην συγγραφή εργασιών Αργή ανάκτηση πληροφοριών  
Φτωχή ακουστική και αναγνωστική κατανόηση  
Δυσκολία να περιγράψει το κόσμο με λέξεις Δυσκολία στο προφορικό λόγο  
Αποδιοργάνωση Αργή ταχύτητα γνωστικής επεξεργασίας  
Φτωχή λεξιπλοκότητα Κακός γραφικός χαρακτήρας  
Απροσεξία Παρορμητικός τρόπος μάθησης

### Χαμηλή ανοχή στην απογοήτευση

Δυσκολία στον έλεγχο του συναισθήματος  
Ευερέθιστος Αντιδραστικός  
Χάνει εύκολα τη ψυχραιμία του  
Παραπέταται εύκολα Δεν επιμένει σε πράγματα  
Μιλά ή ενεργεί χωρίς να σκεφτεί Ανησυχεί  
Δυσκολία να δει τη κατάσταση με την οπτική των άλλων  
Πιθανά εγωκεντρικός Πιθανά εγωιστής

### Διαταραχή ύπνου (56%)

Δεν έχει ξεκούραστο ύπνο  
Δεν μπορεί να κοιμηθεί Δεν μπορεί να ξυπνήσει  
Αργεί στο σχολείο Κοιμάται στη τάξη  
Στέρηση ύπνου Ευερέθιστος  
Προσνοί καυγάδες με τους γονείς

Η ΔΕΠ-Y συχνά είναι πολύ πιο σύνθετη από ότι οι περισσότεροι άνθρωποι πιστεύουν!  
Όπως στα παγόβουνα, πολλά προβλήματα που σχετίζονται με τη ΔΕΠ-Y δεν είναι εμφανή.

Η ΔΕΠ-Y μπορεί να είναι ήπια, μέτρια ή σοβαρή, πιθανά να συνυπάρχει με άλλες καταστάσεις, και μπορεί να είναι αναπηρία για ορισμένους μαθητές