Academics and ADHD

Attention-Deficit/ Hyperactivity Disorder or ADHD affects 5.6% of U.S. college students which is slightly higher than the U.S. reported 4%. Those with ADHD may suffer from a short attention span, poor organizational skills, hyperactivity, and difficulty listening to others. Studies have shown that students with ADHD were more likely to report feelings of depression and overwhelm. Research shows these students have a range of unmet academic needs which shows in their lower test scores and overall academic achievement.

Although ADHD may bring about academic challenges, those diagnosed still show exceptional problem solving and entrepreneurial skills. If you feel as though you experience the symptoms of ADHD don't worry, you just may need to put in a little more work. Some coping strategies for ADHD include, turning off your phone while you do work, using organizational tools, and speaking with your professor about any concerns you may have.

Academics at ADHD

Ang Attention-Deficit/ Hyperactivity Disorder o ADHD ay nakakaapekto sa 5.6% ng mga estudyante sa kolehiyo sa U.S. na bahagyang mas mataas kaysa sa iniulat ng U.S. na 4%. Ang mga may ADHD ay maaaring magdusa mula sa isang maikling span ng atensyon, mahinang mga kasanayan sa organisasyon, hyperactivity, at kahirapan sa pakikinig sa iba. Ipinakita ng mga pag-aaral na ang mga mag-aaral na may ADHD ay mas malamang na mag-ulat ng mga damdamin ng depresyon at labis na labis. Ipinapakita ng pananaliksik na ang mga mag-aaral na ito ay may isang hanay ng mga hindi natutugunan na pangangailangang pang-akademiko na nagpapakita sa kanilang mas mababang mga marka ng pagsusulit at pangkalahatang akademikong tagumpay. Bagama't ang ADHD ay maaaring magdulot ng mga hamon sa akademiko, ang mga nasuri ay nagpapakita pa rin ng pambihirang paglutas ng problema at mga kasanayan sa pagnenegosyo. Kung sa palagay mo ay nararanasan mo ang mga sintomas ng ADHD, huwag mag-alala, maaaring kailanganin mo lamang na maglagay ng kaunti pang trabaho. Ang ilang mga diskarte sa pagharap para sa ADHD ay kinabibilangan ng, pag-off ng iyong telepono habang nagtatrabaho ka, paggamit ng mga tool sa organisasyon, at pakikipag-usap sa iyong propesor tungkol sa anumang mga alalahanin na maaaring mayroon ka.