



Què vol dir ser neurodivergent?



Cada cervell és diferent.

Alguns cervells **pensen, senten i aprenen** d'una manera diferent de la majoria. No hi ha una manera correcta de fer-ho.

-  **No són persones malaltes**
-  **No és culpa de ningú**
-  **No són menys capaços**

-  **Sí, són creatives i originals**
-  **Sí, es concentren molt en allò que els motiva**
-  **Sí, tenen una mirada única i sensible**

Formen part del 15–20% de la població (1 de cada 5).

Neurodivergències més comunes:

- **Autisme (TEA)**
- **Trastorn per dèficit d'atenció (TDAH)**
- **Dislèxia i altres dificultats de l'aprenentatge**
- **Ansietat**
- **Altes capacitats**
- **Trastorn obsessiu compulsiu (TOC)**



Nens i nenes neurodivergents

Algunes neurodivergències no es veuen igual en nens que en nenes.

Durant molts anys, l'autisme, el TDAH i altres condicions s'han estudiat principalment en nens.

Això ha fet que moltes nenes i dones quedin invisibilitzades o rebin un diagnòstic tardà.

En els **nens**:



síntomes són més externs i visibles:

- Hiperactivitat
- Conductes disruptives
- Interessos molt marcats

En les **nenes**:



- Inatenció
- Ansietat
- Sobreesforç per encaixar
- Gran camuflatge social
- Moltes aprenen a imitar, a adaptar-se i a “no molestar”. Però aquest esforç constant té un cost emocional alt.



Dislèxia – Trets principals

Fortaleses:

- Pensament visual i creatiu
- Bona comprensió oral
- Capacitat per veure el conjunt
- Idees originals i intuïció
- Perseverança

~10-15%
població

Dificultats:

- Lectura lenta o amb errors
- Ortografia
- Escriure i copiar textos
- Memoritzar lletres o paraules
- Pressió del temps a l'escola

Tenen dificultat amb la lectura i l'escriptura però moltes vegades tenen una intel·ligència normal o superior.

Poden tenir una gran creativitat visual i pensar en imatges en lloc de paraules. Per això, sovint aprenen millor amb mètodes visuals, pràctics o manuals que amb un text escrit.

Moltes persones dislèxiques són molt intuïtives i troben solucions originals a problemes.



TDAH - Trets principals



Fortaleses:

- Creativitat i idees ràpides
- Molta energia i iniciativa
- Hiperfocus en allò que motiva
- Espontaneïtat i entusiasme
- Pensament flexible

~5-10%
població



Dificultats:

- Mantenir l'atenció
- Impulsivitat
- Organització i gestió del temps
- Regulació emocional
- Entorns molt estructurats

No és que no tinguin atenció, sinó que els costa mantenir-la en allò que no els resulta motivador.

Quan hi ha alguna cosa que els apassiona, poden tenir una concentració molt intensa, fins i tot superior a la mitjana. Això es diu *hiperfocalització*.

En el TDAH implica una atenció "diferent", no un dèficit.



Autisme (TEA) - Trets principals



Fortaleses:

- Pensament profund i detallista
- Interessos intensos
- Sinceritat i honestedat
- Pensament lògic
- Sensibilitat i lleialtat

~1-2,8%
població



Dificultats:

- Comunicació social
- Mala gestió dels canvis i imprevistos
- Sensibilitat al soroll, llum o textures
- Gestió emocional
- Entorn escolar exigent amb ritmes, normes i manera d'aprendre

L'autisme és un espectre. Això significa que hi ha moltes maneres de ser dins d'una mateixa condició.

Cada infant és diferent: alguns parlen molt, altres menys. Alguns necessiten més ajuda, altres menys. Tots tenen habilitats i dificultats pròpies.

Cada infant és diferent, amb habilitats i necessitats pròpies.



Transtorn Específic del llenguatge (TEL) –

Trets principals



Fortaleses:

- Creativitat
- Habilitats visuals i espacials
- Curiositat i motivació
- Empatia i sensibilitat
- Resiliència

~7%
població



Dificultats:

- Dificultat per expressar-se amb paraules
- Problemes de comprensió oral
- Errors en la gramàtica i l'estructura de les frases
- Retard en el desenvolupament del llenguatge

Moltes persones amb TEL són molt creatives i visuals, i sovint troben maneres originals de comunicar-se i resoldre problemes sense dependre només de les paraules.

La seva alta sensibilitat emocional fa que acostumin a ser molt conscients de les emocions pròpies i dels altres.



Altes capacitats – Trets principals



Fortaleses:

- Aprenentatge ràpid
- Pensament complex i creatiu
- Curiositat intensa
- Gran memòria
- Alta sensibilitat i sentit crític

~2-3%
població



Dificultats:

- Avorriment escolar
- Desconnexió i desmotivació
- Perfeccionisme
- Alta autoexigència
- Dificultats emocionals o socials

Com que aprenen ràpid i amb facilitat poden comprendre conceptes difícils abans que altres infants de la seva edat.

La seva creativitat i pensament original sovint troben solucions inesperades als problemes.

La seva curiositat és intensa: sempre volen saber el “perquè” de tot i explorar noves idees.



Ansietat – Trets principals

Fortaleses:

- Empatia i sensibilitat
- Previsió i planificació
- Detall i precisió
- Responsabilitat i compromís
- Creativitat i reflexió

És una de les
comorbiditats* més
freqüents d'altres
neurodivergències
~20-40%

Dificultats:

- Preocupació constant
- Estrès davant de noves situacions
- Dificultats per concentrar-se
- Evitar certes activitats per por a fallar
- Síntomes físics

Com que són persones molt observadores, perceben detalls i canvis que per altres persones passen inadvertits.

La seva gran capacitat de previsió sovint fa que puguin anticipar problemes i preparar-se per a situacions difícils.

Tenen una empatia elevada i senten i entenen molt bé les emocions dels altres.

*Una comorbiditat és quan una persona té dos o més trastorns alhora.



TOC – Trets principals

Fortaleses:

- Atenció al detall
- Meticulositat i cura
- Responsabilitat
- Capacitat de planificació
- Perseverança i constància

És una *comorbiditat
freqüent d'altres
neurodivergències
~9-22%

Dificultats:

- Pensaments repetitius i intrusius
- Conductes repetitives (compulsions)
- Estrès i malestar
- Dificultat per controlar la rutina
- Impacte en la vida quotidiana

El TOC pot aparèixer en qualsevol edat tot i que sovint s'inicia en la infància o adolescència.

Moltes persones aprenen a gestionar les obsessions i rituals i a portar una vida normal i satisfactòria.

Alguns rituals del TOC poden semblar estranys però són una eina del cervell per controlar l'ansietat, no una mania .



Impacte emocional del no-reconeixement

Quan una neurodivergència passa desapercebuda, el conflicte no neix del cervell, sinó de la mirada. Les expectatives i els espais no estan preparats per acollir la diferència.

 Què passa quan ningú no ho veu?

Missatges que rep la criatura:

- “Alguna cosa no faig bé”
- “Els altres poden, jo no”
- “He de dissimular”
- “Millor callar”



Estratègies de supervivència (no són elecció)

- Masking (amagar com soc)
- Perfeccionisme extrem
- Autoexigència constant
- Aïllament



Conseqüències habituals

- Ansietat i baixa autoestima
- Tristesa o desconexió emocional
- Rebuig a l'escola
- Sensació de “no encaixar enlloc”



Quan arriba el reconeixement...

- Les peces encaixen i la culpa baixa
- L'autoestima comença a reparar-se

**Reconèixer la neurodiversitat a temps no crea límits.
Evita ferides invisibles.**



Quan NO és mala conducta

**No tot comportament difícil és una elecció.
Sovint és una resposta del sistema nerviós.**

“Ho fa expressament”

- ✓ Desregulació emocional:
→ El cervell està saturat i no pot autoregular-se

“És mandrós / no s'esforça”

- ✓ Fatiga cognitiva
→ Ha estat fent un sobreesforç invisible durant hores

“No fa cas”

- ✓ Dificultat de processament
→ No ho ha entès, no ha pogut integrar la consigna o necessita més temps

“Busca atenció”

- ✓ Necessita ajuda o connexió
→ No sap com demanar-la d'una altra manera

“És molt desafiant”

- ✓ Rigidesa cognitiva o necessitat de control
→ El canvi genera inseguretat real, no caprici

Abans de jutjar un infant, recordem que allò que ens pot semblar desafiant, maleducat o provocador pot estar expressant una dificultat que no veiem. Darrere d'un comportament hi pot haver una neurodivergència, una sobrecàrrega sensorial, una emoció que no sap com gestionar o una necessitat no coberta.

**Els infants no sempre tenen les eines per explicar què els passa.
Sovint el seu comportament és el seu llenguatge.**