



Aa

Définition

Le **TDAH** est un **trouble neurologique**. Les personnes qui en sont atteintes éprouvent de la difficulté à contrôler leur comportement et/ou à maintenir leur concentration...

T : Trouble, le TDAH n'est pas une maladie mais un trouble qui se caractérise par un ensemble de symptômes, donc plus dans le sens d'un syndrome.

DA : Déficit de l'Attention. Les difficultés attentionnelles sont le pilier du syndrome TDAH

H : Hyperactivité désigne le symptôme le plus visible et le plus perturbateur sans pour autant constituer le fondement du diagnostic (il peut n'y avoir aucune hyperactivité visible)

Note : il est commun de rencontrer le terme "Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité". Or cette dénomination peut prêter à confusion : ce n'est pas le trouble qui est déficitaire. C'est la raison pour laquelle les associations préconisent l'appellation "Trouble Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité".

Chiffres

De 3% à 12% des enfants présentent un TDAH

Les garçons ont trois fois plus de risque d'être atteints que les filles.

2 symptômes/ 3 types

Déficit attentionnel

Hyperactivité Impulsivité

Les symptômes de TDAH se manifestent par une tendance **continue** d'inattention et/ou d'hyperactivité-impulsivité.

Hyperactivité et impulsivité dominantes

À mesure que les personnes atteintes de TDAH vieillissent, leurs symptômes peuvent disparaître, changer ou prendre différentes formes.

9%
30%
Déficit attentionnel prédominant

61%

Les 3 symptômes sont visibles combinés ou mixtes

1

L'hyperactivité n'est que la partie visible de l'iceberg poussant à nous faire oublier que le véritable trouble est un déficit attentionnel.

2

L'hyperactivité peut aussi avoir d'autres origines (précocité, dépression, carences éducatives...) nécessitant un diagnostic différentiel, pour écarter préalablement toutes les causes possibles d'hyperactivité, avant d'envisager le diagnostic d'un TDAH

Diagnostic

Le diagnostic comporte le plus souvent un **bilan neurologique** et un **bilan neuropsychologique**.

Bilan neurologique

Vérifie si les symptômes ne sont pas le signe d'une maladie
Vérifie qu'il n'existe pas **d'autres troubles** qui pourraient perturber les apprentissages (troubles de l'audition ou de la vision, retard de développement ou de langage, allergies, troubles du sommeil...)
Cherche à mettre en évidence des **difficultés particulières associées** (troubles de coordination, psychomoteurs ou du langage comme une dyslexie, ...)

Bilan neuropsychologique

Cherche à identifier un éventuel trouble de l'attention ou de l'inhibition (déficit de contrôle)
Vérifie que tout va bien sur le plan intellectuel (évaluation des QI et des différentes fonctions de la mémoire)
Évalue comment le ou les troubles mis en évidence interagissent avec les apprentissages de l'enfant
Vérifie qu'il n'y a pas de problèmes psychoaffectifs et éducationnels, qui peuvent aussi bien provoquer les mêmes symptômes qu'en être la conséquence.





Troubles associés

Le TDAH est souvent associés à d'autres troubles comme les troubles spécifiques du langage et des apprentissages ou le trouble oppositionnel avec provocation... Chez l'adulte, les troubles de l'humeur, comme la dépression ou le trouble bipolaire, sont fréquemment observés chez les adolescents et les adultes atteints de TDAH.



<http://ressources-ecole-inclusive.org/>

Hyperactivité-impulsivité

Type mixte

Inattention

Le déficit attentionnel

Attention sélective

Elle permet de porter son attention sur l'information pertinente et de ne pas se laisser distraire par des informations non pertinentes.

Attention soutenue

C'est la capacité à maintenir son attention sur une même tâche pendant un temps assez long.

Attention partagée

C'est la capacité de partager des informations venant de plusieurs sources (visuelles, auditives) pour pouvoir les traiter.

- Difficulté à se concentrer
- Ne pas porter attention aux détails ou faire des erreurs insouciantes
- Ne pas sembler écouter
- Difficulté à s'organiser
- Perte de l'orientation de la tâche
- Difficulté à suivre des instructions
- Perdre des objets
- Être facilement distrait
- ...

Il perd énormément de temps dans les tâches banales de la vie quotidienne (manger, s'habiller, ...)

Il n'arrive pas à appliquer les consignes.

Il perd systématiquement ses objets personnels.

Il n'arrive pas à organiser son travail ou ses activités.

Il a des difficultés à mener à terme un travail ou un jeu, il "zappe" continuellement d'une activité à l'autre...

Il est distrait par tout ce qui peut attirer son attention.

Il fait des erreurs "stupides" d'inattention ou d'étourderie.

Ceci sans la moindre mauvaise volonté.

Davantage de structure

- Rendre lisible son emploi du temps
- Rendre visible l'écoulement du temps
- Ritualiser les temps de travail (fonctionnement repère)
- Rendre lisible les différentes phases d'une séance, décomposer les tâches, marquer la consigne
- Signaler visuellement le début et la fin d'une activité...

Lisibilité

Matérialiser le temps

- Anticiper et expliquer les changements dans la mesure du possible
- Lui apprendre à réfléchir avant d'agir: "Stop"
- Organiser les temps autour de renforceurs
- Anticiper les distracteurs éventuels
- Rendre visible les outils nécessaires pour une tâche
- ...





L'hyperactivité

- Autoriser la "bougeotte", favoriser les déplacements, le travail debout...
- Aménager pour aider à la décharge de l'hyperactivité

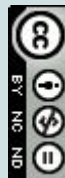


Certains enfants TDAH manifestent très peu de signes d'impulsivité et/ou d'hyperactivité motrice (voir page 1/3).

L'enfant se fait très peu remarquer, si ce n'est parce qu'il est :

- lent, voire très lent.
- d'une grande distractibilité.

Ces enfants risquent de passer inaperçus... tant ils sont calmes et ne dérangent pas.



<http://ressources-ecole-inclusive.org/>



L'impulsivité

C'est l'aspect le plus **visible** du TDAH et qui pose véritablement le plus de difficultés à gérer



Il existe un risque de mise en place d'une **spirale négative**

- Enseignant / Enfant TDAH
- Enfants / Enfant TDAH
- Enseignant / Parents



L'enseignant se retrouvant en difficulté de gestion, son autorité est interrogée
Les autres élèves peuvent arriver à ne plus supporter les "agressions" dues à l'impulsivité
Les parents des autres élèves ont l'impression que rien n'est mis en place
L'élève TDAH ne trouvant pas sa place propose des réactions qui sont conformes à la stigmatisation ressentie...



1
Davantage de structure

2
Davantage de tolérance

3
Davantage de reconnaissances

Voir page 4/4

Structurer la relation à la loi

- Proposer des règles explicites (claires, constantes, concrètes, cohérentes et conséquentes)
- Proposer des sanctions éducatives non vexatoires.
- Faire réparer le préjudice (prendre en compte la victime et faire prendre conscience du ressenti de celle-ci)
- Amener l'élève à exprimer les raisons de son passage à l'acte (mettre des mots)
- Permettre à l'élève de percevoir le manquement aux règles de fonctionnement du groupe et ses conséquences (matérielles, relationnelles, affectives...)
- Identifier avec l'élève ou lui proposer d'autres modalités de résolution de l'école (mettre en place cet enseignement)

1



Structurer la communication

- S'assurer que l'enfant nous écoute réellement lorsque nous lui parlons.
- Donner une consigne à la fois.
- Maintenir le contact visuel avec lui lorsque nous lui faisons une demande. Parler d'une voix douce et ferme.
- Laisser le temps à l'enfant de réagir après notre demande (latence).
- Parler en termes de "comportements attendus" plutôt qu'en termes de "comportements défendus". Par exemple : "assieds-toi !" plutôt que : "arrête de courir partout !"
- Faire du renforcement positif quand le comportement demandé est acquis. Par un « merci », par tout geste ou parole d'encouragement. C'est reconnaître à l'enfant la capacité de s'améliorer.

1

Structurer le temps, l'espace

Voir page 2/4





L'impulsivité

suite de la page 3/4



Voir page 3/4

1
Davantage de structure

2
Davantage de tolérance

3
Davantage de reconnaissances

Être plus tolérant

Il faut choisir ses batailles, établir une hiérarchie dans nos valeurs éducatives afin de pouvoir être exigeant sur ce qui est important et rester "tolérant" pour les choses moins importantes.

Il faut ainsi tolérer certains comportements et faire preuve d'explications au niveau des autres élèves.

2



3
Parce que l'on va être souvent "derrière lui", que l'on va lui imposer beaucoup de frustrations, on veillera également à lui donner de **nombreux signes de reconnaissance positifs**, de nombreux encouragements. C'est à ce prix que l'enfant pourra "maintenir à flot" son estime de lui-même.



→ Vous trouverez aussi des pistes dans les fiches TCC...

<http://ressources-ecole-inclusive.org/>



Prise en charge du TDAH

nécessite :



1
Formation à la connaissance du trouble



2
Un renforcement de la communication

entre le personnel scolaire, les membres de la famille et l'équipe responsable de la prise en charge



3
La mise en place de stratégies de prise en charge

*Il existe plusieurs manières de prendre en charge le TDAH. Ces solutions incombent toujours **aux familles**. Les pistes envisagées ci-dessous ne sont pas exclusives et peuvent être articulées entre elles...*

Thérapie comportementale

Les thérapeutes aident les patients atteints de TDAH à remplacer les comportements improductifs ou problématiques et aident à élaborer des stratégies pouvant faciliter l'accomplissement de tâches, l'organisation, l'efficacité et la productivité. La thérapie comportementale peut également inclure de la formation parentale pour aider les adultes à prendre soin de leurs enfants atteints de TDAH.



Formation parentale

On enseigne aux adultes responsables d'enfants atteints de TDAH comment composer avec les comportements propres au TDAH. On leur montre notamment à établir des routines quotidiennes pour l'enfant, ainsi qu'à utiliser des systèmes de récompenses et des méthodes disciplinaires proactives.



Formation en compétences sociales

Les personnes présentant un TDAH peuvent apprendre des façons de mieux composer avec les autres et d'améliorer leurs interactions avec ces derniers.



Médication

Des médicaments peuvent être utilisés dans le cadre du programme de traitement du TDAH. Ces médicaments peuvent aider les patients à se concentrer et à faire abstraction des distractions ainsi qu'à améliorer leur concentration et leur contrôle de l'impulsivité. Bien que les médicaments ne soignent pas le TDAH, ils peuvent contribuer à prendre en charge les symptômes du TDAH.

