



Pascale Brunet-Simard MSS,TSI
Caroline Lavallée MSS,TSI
Michel Assaf, éducateur EED
Nathalie Gagnon, conseillère FDMT

Contenu de la présentation

The background features a collection of colorful circles in shades of teal, blue, green, yellow, orange, and pink. Some circles are solid, while others are dashed outlines. A large, faint dashed circle is centered behind the main content area.

Mythes
et
Réalités

Aperçu
et définition
du TDAH

Signes et
symptômes

Stratégies
et outils

Mythe



Réalité

Ou

L'abréviation TDAH signifie
"Trouble déficitaire de l'attention et
d'hyperactivité" (DSM-5)

Il s'agit d'un trouble neurologique
pouvant entraîner:

- l'inattention
- la bougeotte
- l'impulsivité

Réalité



Mythe



Réalité

Il s'agit d'un trouble neurologique.

Il existe un déséquilibre dans la neurotransmission :

- Noradrénaline
- Dopamine.

Source: CAS, 2013

Le TDAH est l'un des troubles de santé mentale les plus présents à travers le monde.

Réalité



Mythe



Réalité

Le TDAH occupe le troisième rang des troubles de santé mentale en importance au niveau mondial.

On estime qu'il touche environ 3,4 % des enfants et des adolescents.

Source: Polanczyk, GV, Salum GA, Sugaya LS, Caye A, Rohde LA. (2015)

Les enfants nés en juillet
ont plus de risque de
recevoir un diagnostic de
TDAH.

Réalité



Mythe



Réalité

Une nouvelle étude d'un groupe de chercheurs de l'UQAM menée auprès de 795 000 enfants, démontre que ceux nés en juillet, août et septembre risquent davantage d'hériter d'un diagnostic de TDAH comparativement à ceux nés d'octobre à décembre. Un constat qui suggère un phénomène de surdiagnostic.

Les enfants qui
présentent un TDAH
se comportent mal par
manque de volonté ou
par opposition.

Il s'agit d'un trouble du
comportement.

Réalité



Mythe



Mythe/Réalité

Comorbidités les plus
fréquentes
associées au TDAH

Trouble
d'apprentissage

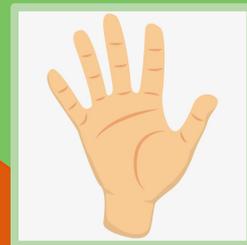
Trouble oppositionnel
avec provocation et
trouble des conduites

Troubles anxieux

Sources: Larson K, Russ SA, Kahn RS, Halfon N. (2011), DuPaul GJ, Gormley MJ, Laracy SD. (2013), Rommelse NN, Altink ME, Fliers EA et coll. (2009), Dunn DW, Kronenberger WG. (2003), Abramovitch A, Dar R, Mittelman A, Wilhelm S. (2015), Halldorsdottir T, Ollendick TH. (2014) et Boylan K, Georgiades K, Szatmari P. (2010).

Un enfant atteint de TDAH qui est capable de passer des heures à jouer à des jeux vidéo devrait être en mesure de demeurer attentif en classe.

Réalité



Mythe



Mythe

L'enfant peut arriver à se concentrer sur une activité très stimulante. C'est plus une question de stimulation que de motivation.

Écouter en classe nécessite une attention beaucoup plus active, qui est difficile à maintenir même quand la motivation est présente.

Les enfants atteints de TDAH ont besoin de structure pour gérer leurs comportements et réussir à l'école.

Réalité



Mythe



Réalité

Les élèves qui ont des problèmes d'attention, d'hyperactivité ou d'impulsivité réussissent mieux dans un milieu structuré où l'horaire est établi à l'avance et qui présente peu de distractions.

Ils ont besoin de routines prévisibles, d'enseignement d'habiletés et de soutien émotionnel.

Si une médication est prescrite, les interventions éducatives ne sont plus nécessaires.

Réalité



Mythe



Mythe

Une médication peut aider à diminuer les symptômes à court terme.

Les mesures éducatives servent à augmenter la maîtrise des symptômes à long terme.

Une approche multimodale est la méthode privilégiée pour améliorer les symptômes et le fonctionnement scolaire, social et familial.

Approche multimodale

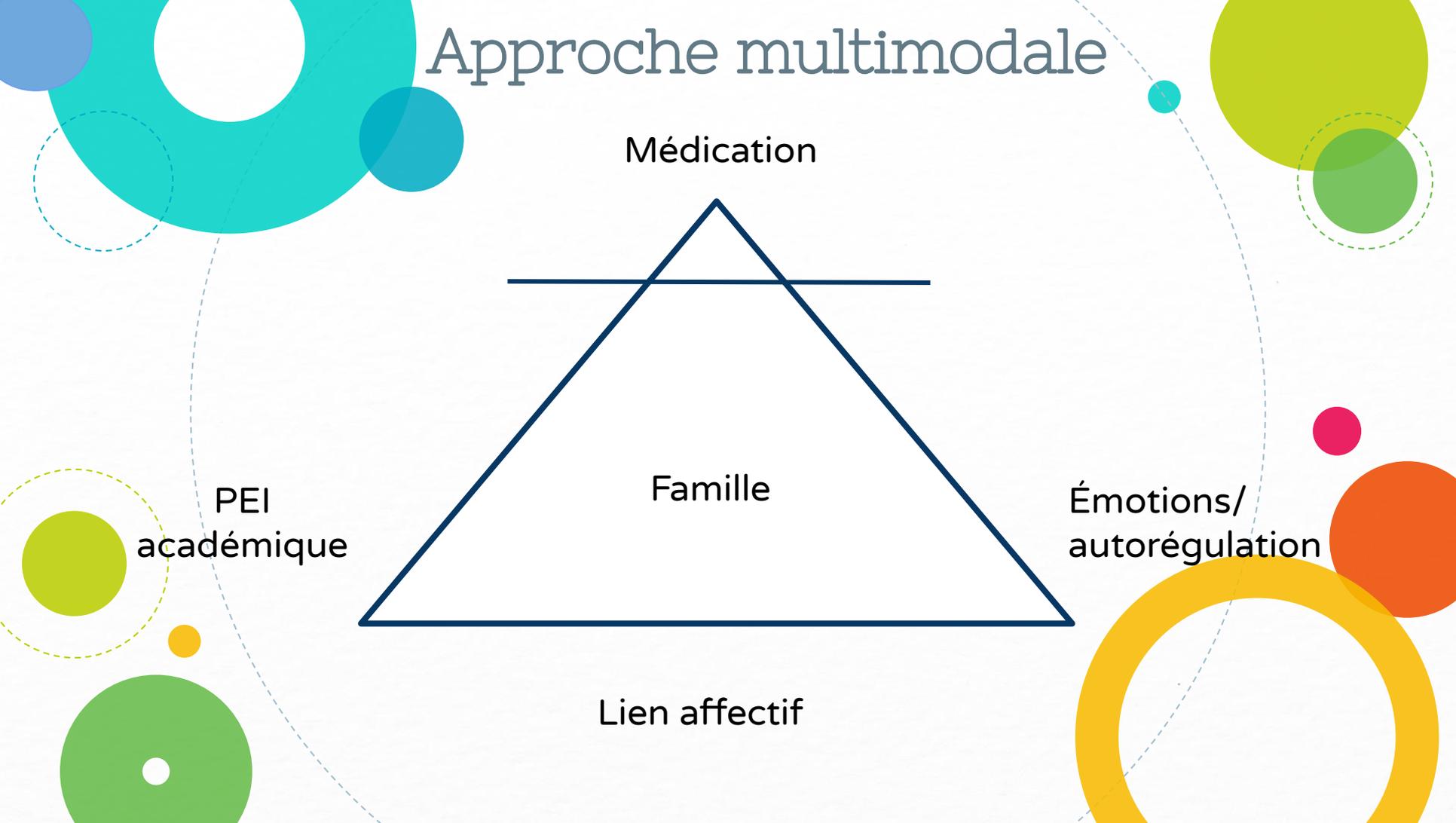
Médication

Famille

Émotions/
autorégulation

PEI
académique

Lien affectif



Les enfants ayant
un TDAH vivent
souvent des défis
au niveau des
habiletés
sociales.

Réalité



Mythe



Réalité

En raison de leur impulsivité et de leur difficulté d'attention, les enfants qui présentent un TDAH peuvent éprouver des difficultés au plan des habiletés sociales.

L' inattention

se définit par:

Difficulté à prêter attention aux détails ou erreurs d'inattention fréquentes

Difficulté à soutenir son attention

Ne pas écouter lorsqu'on adresse la parole directement à la personne

Non respect des consignes et/ou tâches inachevées

Difficultés à planifier et organiser tâches et activités

Évitement de certaines tâches, surtout celles nécessitant un effort mental

Perte d'objets nécessaires à des tâches ou au travail

Distraction facile par des stimuli externes

Oublis fréquents dans la vie quotidienne

L'hyperactivité et l'impulsivité

se définissent par:

Agitation des mains et des pieds; bougeotte lorsqu'assis sur un siège

Se lever souvent de son siège lorsqu'inapproprié

Courir et grimper partout

Difficulté à rester tranquille

Fébrilité, être survolté

Parler souvent et trop

Donner la réponse à une question avant que celle-ci ne soit achevée

Difficulté à attendre son tour

Interrompre l'autre, imposer sa présence

Source: Outils TDAH en milieu scolaire (2014)

L'origine du TDAH est
génétique.

Réalité



Mythe



Mythe/Réalité

Le TDAH serait expliqué à
75% par la transmission
génétique
(Faraone & Mick, 2010).

The background is white with various colorful circles and dashed lines. In the top left, there's a blue circle, a large orange ring, a yellow circle, and a small pink circle. In the top right, there's a green circle with a white dot, a small orange circle, and a lime green circle with a dashed border. In the bottom left, there's a green circle with a dashed border, a large lime green circle, and a small cyan circle. In the bottom right, there's a large cyan ring and a cyan circle with a dashed border. A large dashed light blue circle is centered in the upper half of the page.

2

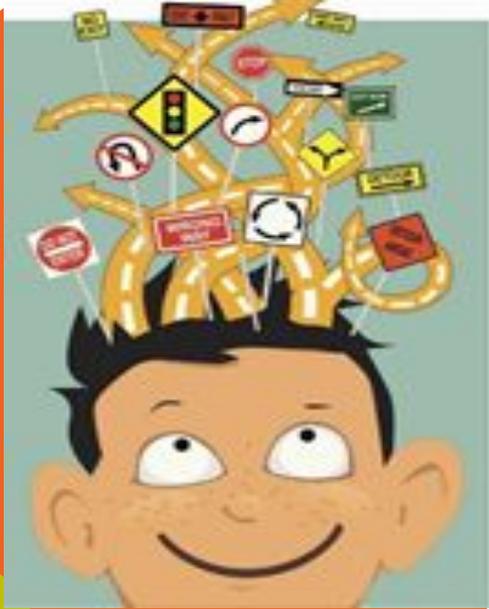
Aperçu et définition

TDAH

- ◎ L'élève a des difficultés à trier et hiérarchiser les nombreuses et diverses informations qui arrivent à son cerveau.
- ◎ Il a plus de mal que les autres à prioriser les informations utiles liées à la tâche ou à l'activité en cours.
- ◎ Il a de la difficulté à empêcher son attention de se détourner des stimuli qui sont soit :
 - ◎ externes (bruits divers, animation, mouvement)
 - ◎ internes (pensées, émotions)



Comparons la circulation de l'information dans le cerveau à un réseau routier



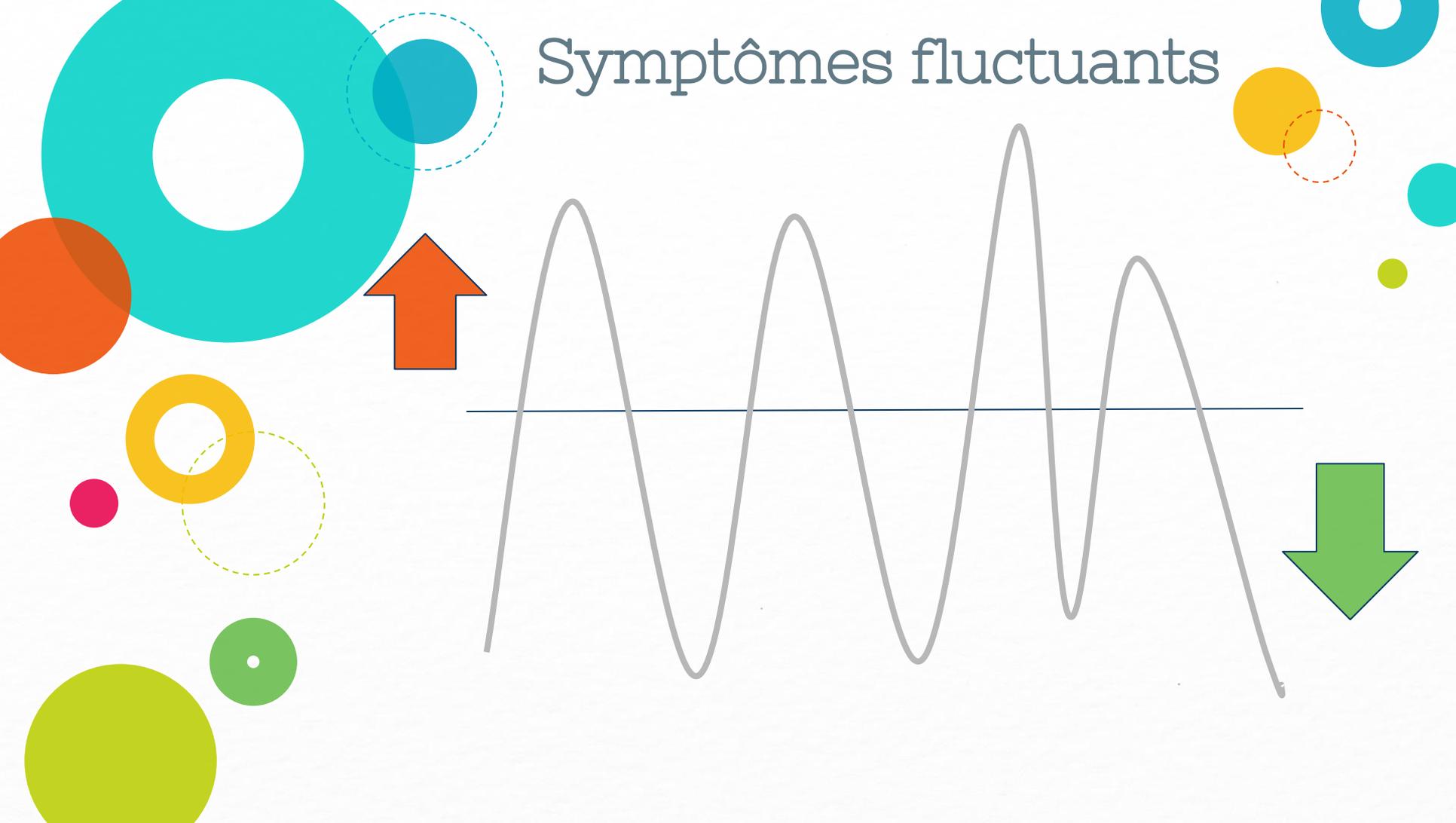
En fait, c'est un peu comme s'il manquait de feux de circulation et de panneaux de signalisation dans le réseau routier et que les voitures n'avaient plus un bon système de démarrage et de freinage.

The background features several decorative elements: a large orange ring in the top left, a yellow circle below it, a pink dot, a green circle with a dashed border in the bottom left, a large teal ring in the bottom right, and a teal circle with a dashed border in the bottom right. A large teal number '3' is centered within a large dashed circle.

3

Signes et symptômes

Symptômes fluctuants



Impulsivité

© L'élève atteint de TDAH éprouve de la difficulté à anticiper les conséquences de son comportement.

Il a de la difficulté à prendre un moment pour réfléchir avant d'agir, car cela lui demande un effort considérable.

- Il peut donner la réponse avant de connaître la fin de la question.
- Il peut interrompre.
- Il peut s'emporter de façon démesurée ou s'emballer.
- Il peut être difficile d'attendre son tour.

**bla
bla
bla

bla
bla
bla**



Trouble d'attention

◎ Certains élèves ont plus de difficulté à se concentrer sur une tâche, à exécuter un travail et à ignorer les distractions.

◎ Nous pouvons observer des défis au niveau de:

- ◎ L'attention sélective
- ◎ L'attention soutenue
- ◎ L'attention divisée



Trouble de l'attention

Attention sélective

Elle permet de sélectionner l'information pertinente.

- Difficulté à se mettre au travail
- Difficulté à s'organiser
- Difficulté à sélectionner les informations importantes
- Difficulté à prêter attention aux détails ou tendance à traiter des détails inutiles au détriment de l'information importante

Attention divisée

Elle permet de traiter simultanément deux tâches.

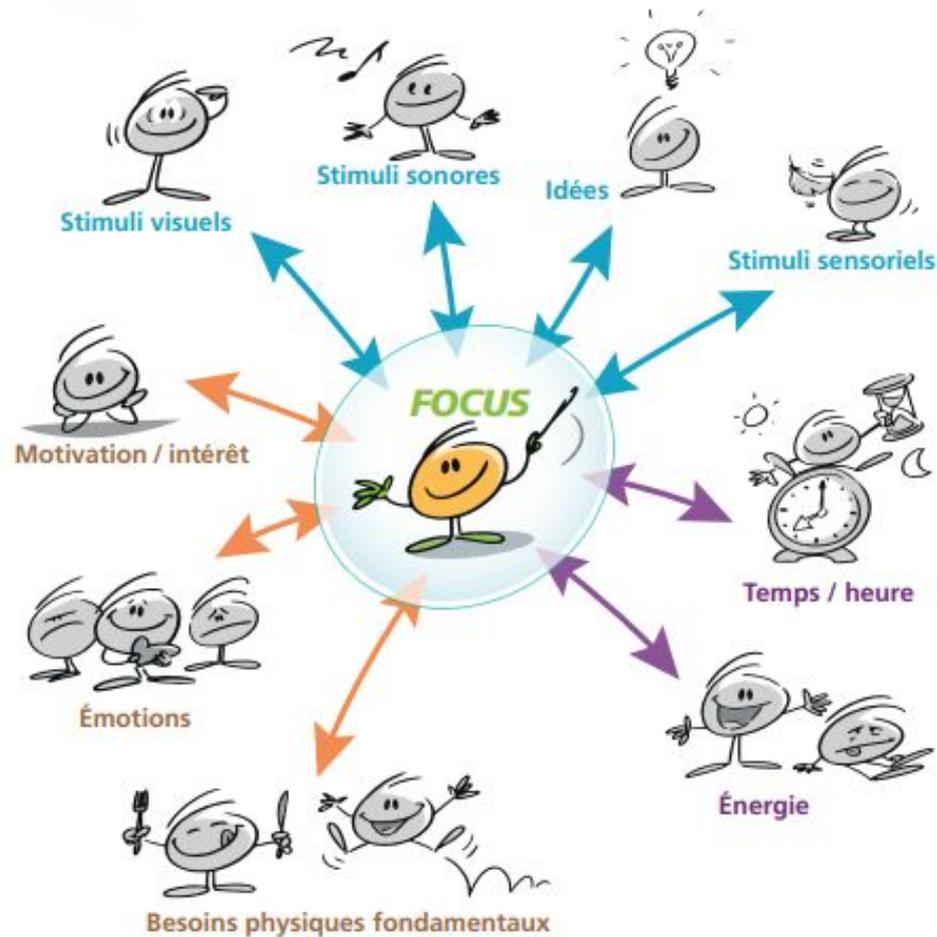
- Difficulté à écouter et noter en même temps
- Difficulté à entendre une consigne s'il est concentré dans une autre activité et ont des problèmes de mémoire de travail
- Perte fréquente de ses effets personnels

Attention soutenue

Elle permet de maintenir son niveau d'attention sur une longue période.

- Difficulté à traiter la même information longtemps
- Difficulté à terminer ce qui est commencé
- Évitement des tâches demandant un effort soutenu
- Lenteur d'exécution à cause des distractions

L'attention est fragile et peut être influencée par plusieurs facteurs dont nous devons tenir compte, TDAH ou pas!



Hyperactivité



Hyperactivité intellectuelle:

- ⊙ Passer d'un sujet à l'autre sans lien évident,
- ⊙ Jouer avec les mots,
- ⊙ Difficulté à suivre le fil de ses idées.

Hyperactivité motrice

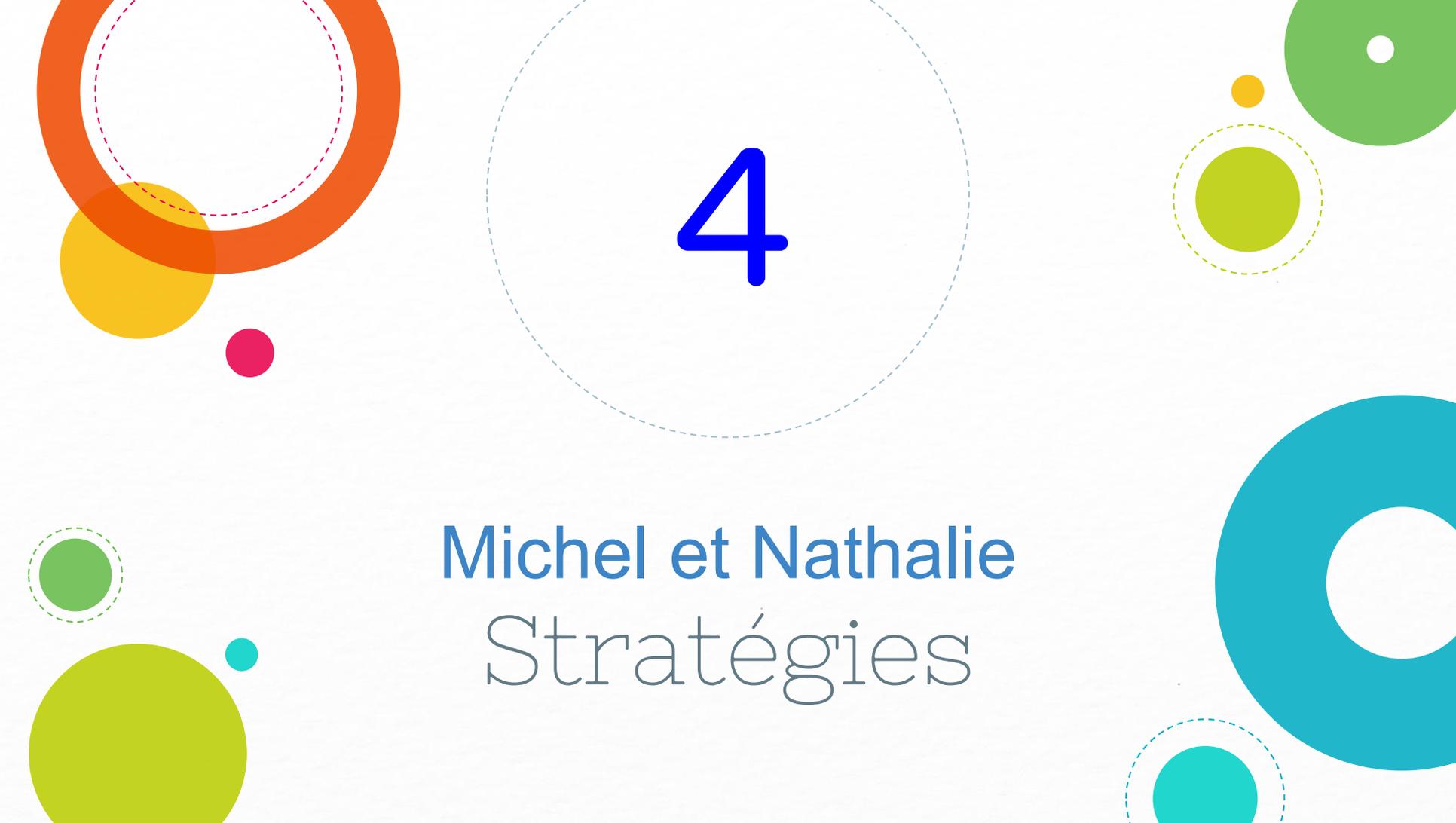
- ⊙ Agitation permanente,
- ⊙ Instabilité, incapacité à tenir en place ou signes et sentiments d'impatience.



Les grandes forces du TDAH

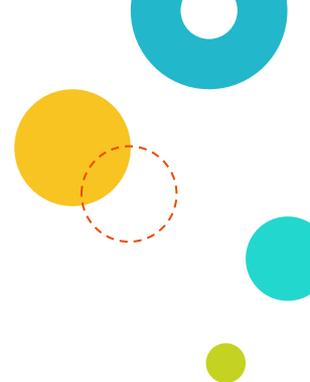
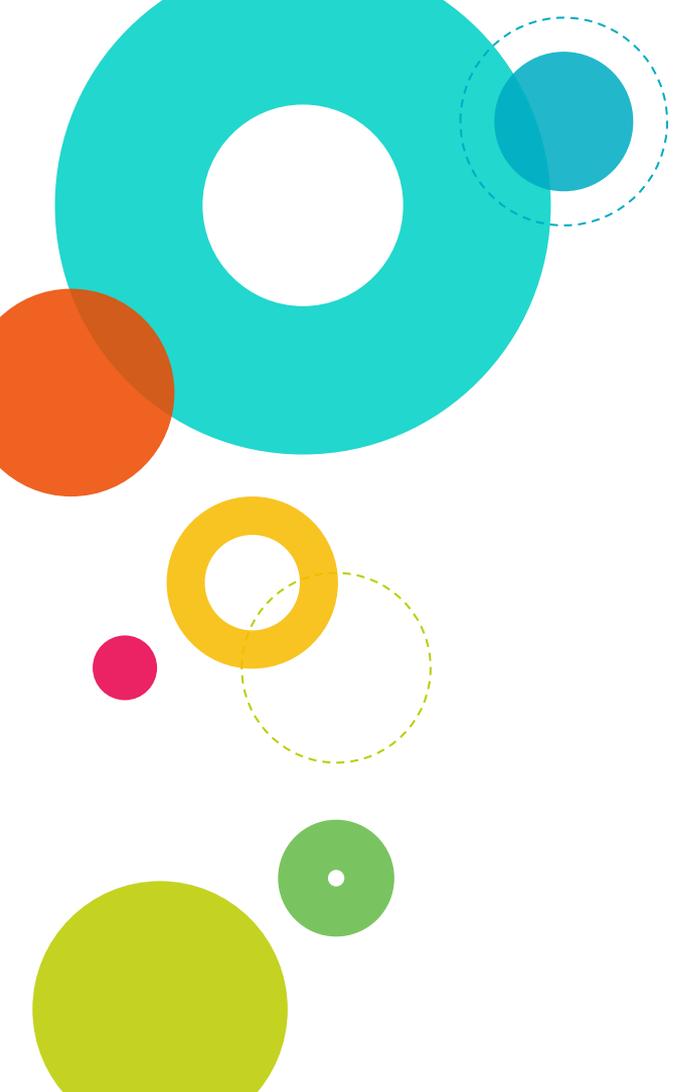
- Spontanéité
- Créativité
- Curiosité
- Résilience
- Prise de risques
- Débrouillardise
- Aptitude à innover
- Intuition
- Confiance
- Loyauté
- Sens de l'humour

Il est souvent facile de ne considérer que les caractéristiques négatives de l'enfant atteint de TDAH. Il faut toutefois souligner que le TDAH s'accompagne aussi des qualités énumérées ci-dessus.

The background features several decorative elements: a large orange ring with a dashed white inner circle in the top left; a large light blue dashed circle in the top center; a large teal ring with a white inner circle in the bottom right; and various smaller solid circles in yellow, pink, green, and teal scattered throughout. Some circles have dashed outlines.

4

Michel et Nathalie
Stratégies



L'attention

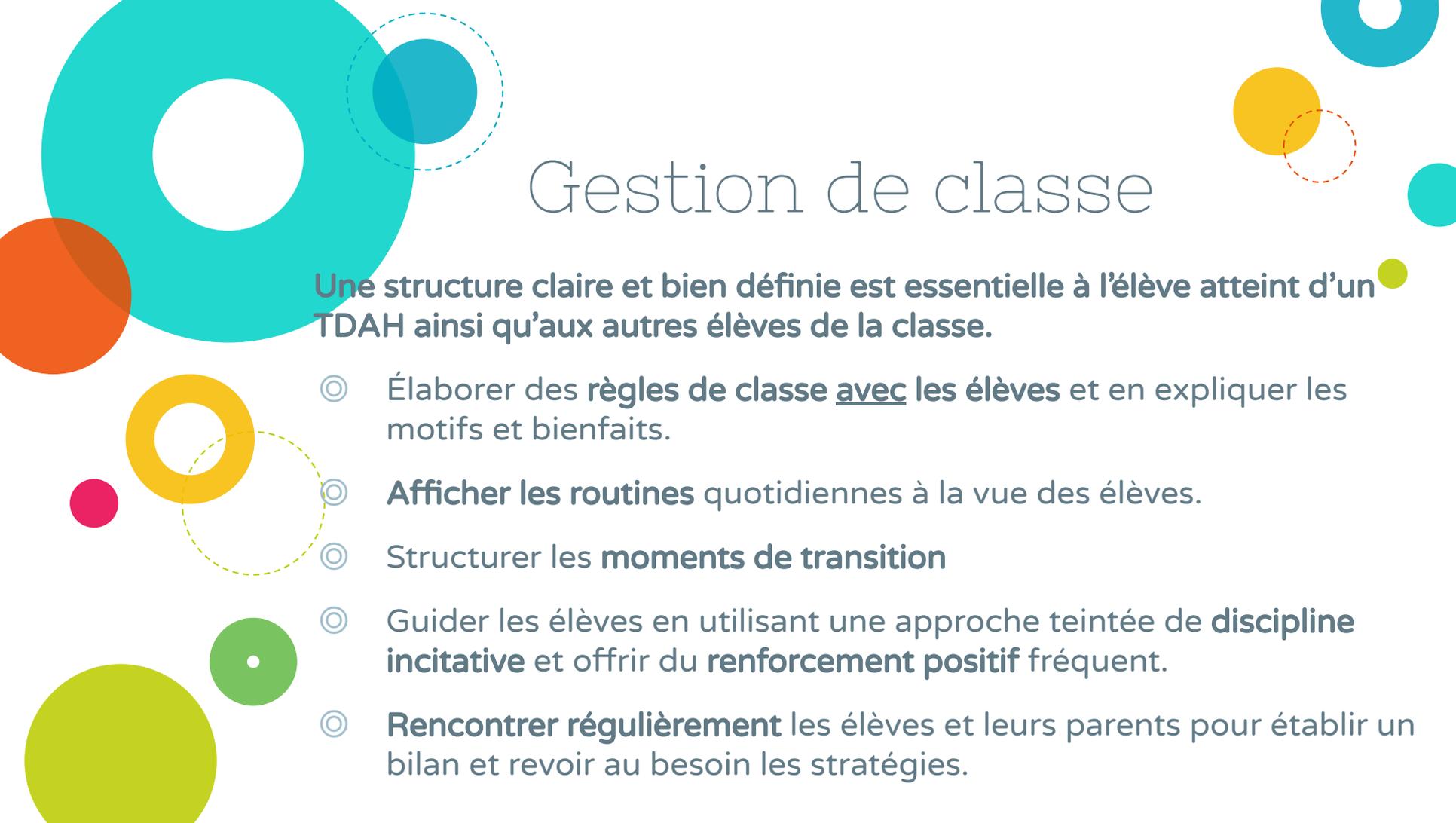
Stratégies: Attention

Les difficultés liées à la concentration, l'exécution ainsi qu'à ignorer les distractions en salle de classe sont des défis quotidiens pour les élèves.

Diminution ou perte d'attention en salle de classe

- Structurer l'environnement pour répondre aux besoins des élèves.
- Limiter l'affichage d'appuis visuels en salle de classe.
- Éliminer le superflu du pupitre des élèves.
- Fournir des **outils sensoriels** répondant aux besoins des élèves.
- Enseigner des habiletés liées à l'attention. *[Pause cerveau](#)
*[Expert de la concentration](#)





Gestion de classe

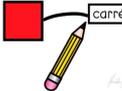
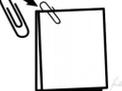
Une structure claire et bien définie est essentielle à l'élève atteint d'un TDAH ainsi qu'aux autres élèves de la classe.

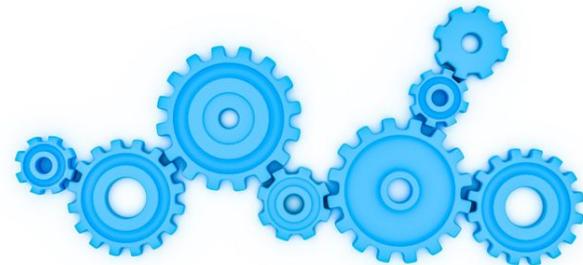
- ⦿ Élaborer des **règles de classe** avec les élèves et en expliquer les motifs et bienfaits.
- ⦿ **Afficher les routines** quotidiennes à la vue des élèves.
- ⦿ Structurer les **moments de transition**
- ⦿ Guider les élèves en utilisant une approche teintée de **discipline incitative** et offrir du **renforcement positif** fréquent.
- ⦿ **Rencontrer régulièrement** les élèves et leurs parents pour établir un bilan et revoir au besoin les stratégies.

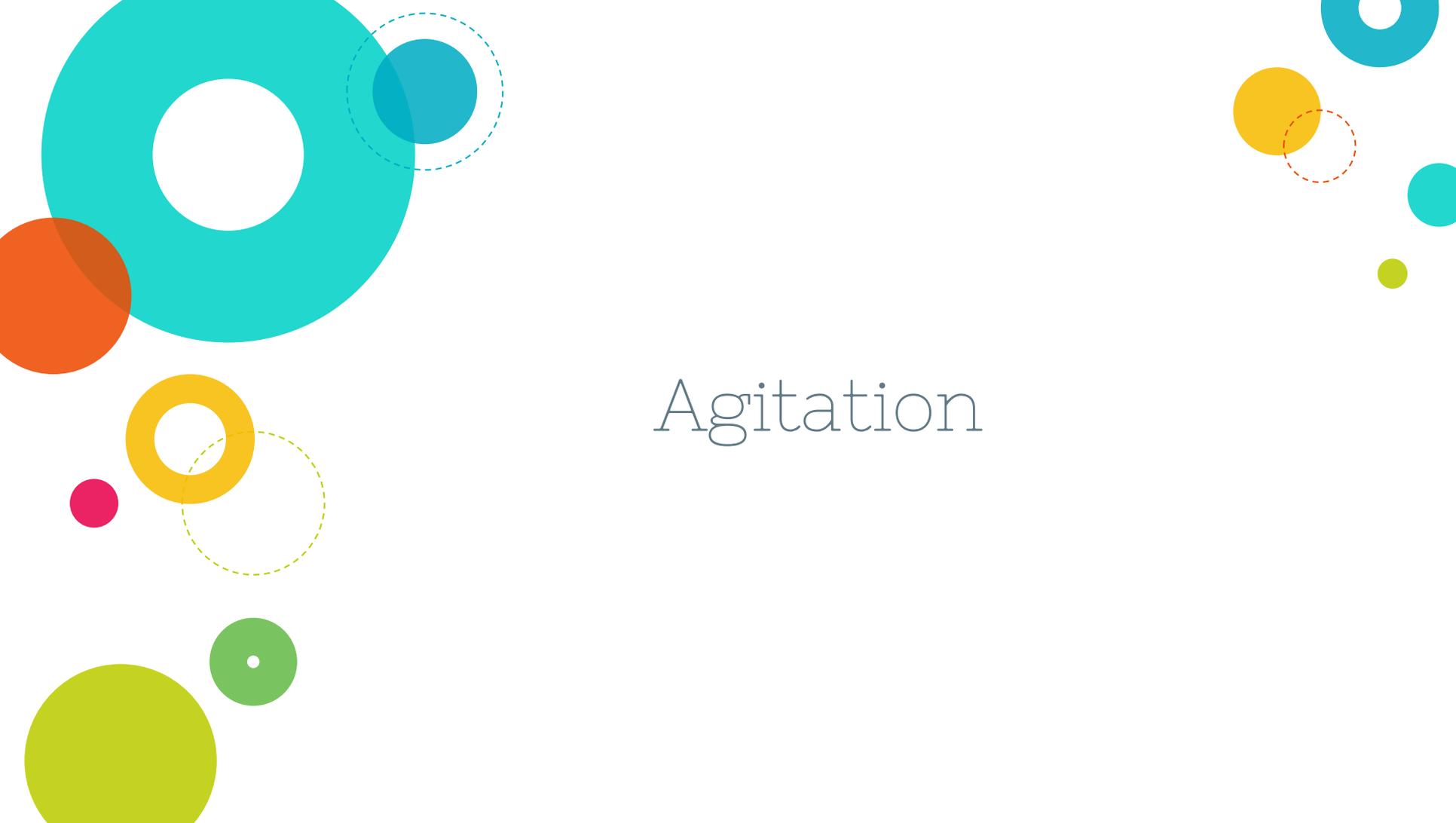
Stratégies: Attention (suite)

Distractions influençant la compréhension des consignes

- **Établir un contact** avec l'élève lors des directives de fonctionnement.
- **Demander à l'élève de reformuler** les consignes comprises.
- **Numéroter** les consignes.
- Accompagner les consignes verbales de **consignes imagées**.
- **Modeler les attentes** face au travail demandé.
- **Marcher la classe** pour offrir de l'appui au besoin.

additionne 	aiguisé 	assemble 
associe 	attache 	barre 
cherche 	coche 	colle 
colorie 	complète 	compte 





Agitation

Stratégies: Agitation

Puisque l'élève s'agite pour stimuler son éveil cérébral afin de rester vigilant, les accommodements sensoriels permettent aux élèves de canaliser leur énergie tout en apprenant.

Incorporer des **stations sensorielles** en salle de classe bénéfiques pour l'ensemble des élèves.

Prévoir et structurer des moments dans la routine quotidienne où l'élève peut être libre de dépenser de son énergie.
[parcours sensoriel](#) / [alphabet dynamique](#)

Aménager un [coin de retour au calme](#) dans la salle de classe où l'élève peut se retirer pour se détendre, se recentrer et/ou se recueillir.



Stratégies: Agitation (suite)

- ⊙ Mettre à la disposition des élèves des **outils sensoriels ayant des propriétés apaisantes.**
- ⊙ Enseigner en prévention des **activités de retour au calme.** [Cartons retour au calme midi trente](#)



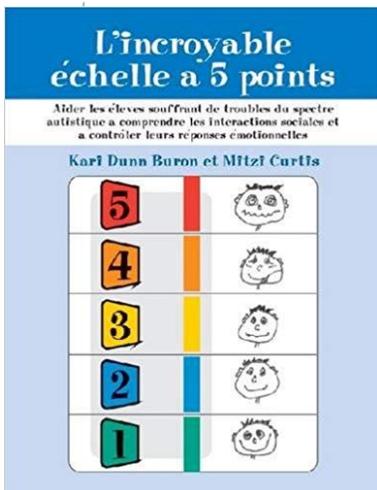


Impulsivité

Stratégies: impulsivité

L'impulsivité découle de l'incapacité d'inhiber les stimuli internes poussant l'élève à agir sans avoir anticipé les conséquences de ses actions.

- Utiliser un **minuteur** ou un **sablier** pour informer l'élève du temps dont il dispose pour travailler. *contre-indiqué pour élève anxieux.
- Proposer une **Check-list** à l'élève afin qu'il se régularise face aux attentes et à ses accomplissements.
- **Incorporer des pauses sensorielles** à la routine de l'élève ainsi qu'au groupe-classe.
- Enseigner des **techniques de contrôle mental**. [Cartes cerveau direction](#) - (clinique d'apprentissage spécialisée CAS)
- Avant le début d'une situation potentiellement difficile **revoir avec l'élève les attentes et les stratégies** à privilégier. (l'incroyable échelle à 5 points)



Stratégies: impulsivité (suite)

- ⊙ Enseigner par des **outils ludiques** des habiletés au contrôle de l'impulsivité.
- ⊙ **Développer le vocabulaire** de l'élève en lien avec les émotions ressenties.
- ⊙ Accompagner l'élève à **comprendre les conséquences** de ses actions, ses paroles et ses choix.
- ⊙ Développer avec l'élève un **registre de comportements de remplacement** afin d'élargir les réactions possibles en lien avec l'émotion ressentie.
(ex: [Fourchette de comportement](#))
- ⊙ **Et en tout temps, SOULIGNER LES AMÉLIORATIONS !**



Regardez l'enfant
différemment
et
vous verrez un
enfant différent!

Outils pratiques

[TDAH La boîte à outils](#)

Ta à l'école <https://www.taalecole.ca/>

Clinique d'apprentissage spécialisé <https://www.apprenonsensemble.com/>

Centre Genève https://visuals.autism.net/?page_id=17

[Liste d'outils sensoriels](#)

fdmt
créateur de
creator of **MANIMO**[®]

Bibliographie

[20 Mythes et réalités concernant le TDA/H](#)

De schaetzen, Stéphanie; De coster, Pascale (2010). [TDA/H et scolarité](#) : Belgique, L'asbl TDA/H Belgique, 56.p

Ontario (2013). [Vers un juste équilibre](#), *Pour promouvoir la santé mentale et le bien-être des élèves*, Gouvernement de l'Ontario.

[Le TDAH les mythes et les faits](#). Consulté en ligne le 17 octobre 2018

[Le TDAH manuel enseignant.pdf](#)

Maisonneuve, Marie-France (2019). Le TDAH:formation de maître sur le TDAH.

[La discipline, un jeu d'enfant \(CPP\)](#)

Merci !

Pascale Brunet-Simard, travailleuse sociale, MSS, TSI
brunep@ecolecatholique.ca

Caroline Lavallée, travailleuse sociale, MSS, TSI
lavalc@ecolecatholique.ca

Michel Assaf, éducateur ressource EED
assafmi@ecolecatholique.ca

Nathalie Gagnon
Conseillère ventes et formatrice fdmt
n.gagnon@fdmt.ca