

Pascale Brunet-Simard MSS,TSI
Marie-Pier Lelièvre MSS, TSI
Jacinthe Pellerin, EED et Kristine Demers, conseillère FDMT

Contenu de la présentation

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:

- inattention
- bougeotte
- impulsivité

Réalité



Mythe



Réalité

Il s'agit d'un trouble neurologique.

Il existe un déséquilibre dans la neurotransmission :

- Noradrénaline
- Dopamine.

Il y a de plus en plus
d'enfants qui
reçoivent un
diagnostic de TDAH.

Réalité



Mythe



The background features a large central yellow circle containing text. Surrounding this are various other circles in shades of teal, green, orange, and pink, some solid and some dashed. A thin, light blue dashed line curves around the central circle.

Mythe/Réalité

Il y a plus de diagnostics de posés car le TDA/H est mieux connu. Toutefois, les études démontrent une grande stabilité du trouble dans le temps.

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

2/3 ont un diagnostic associé

Trouble oppositionnel	40-80%
Trouble d'apprentissage spécifique	24-70%
Trouble de comportement	20-56%
Anxiété	10-40%
Syndrome de la Tourette	2%

Zeigler,2006 & Barkley,2007

Un enfant atteint de TDAH,
qui passe des heures à jouer
à des jeux vidéo, est
capable 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 excellente.

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 bien structuré, avec des horaires affichés et 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

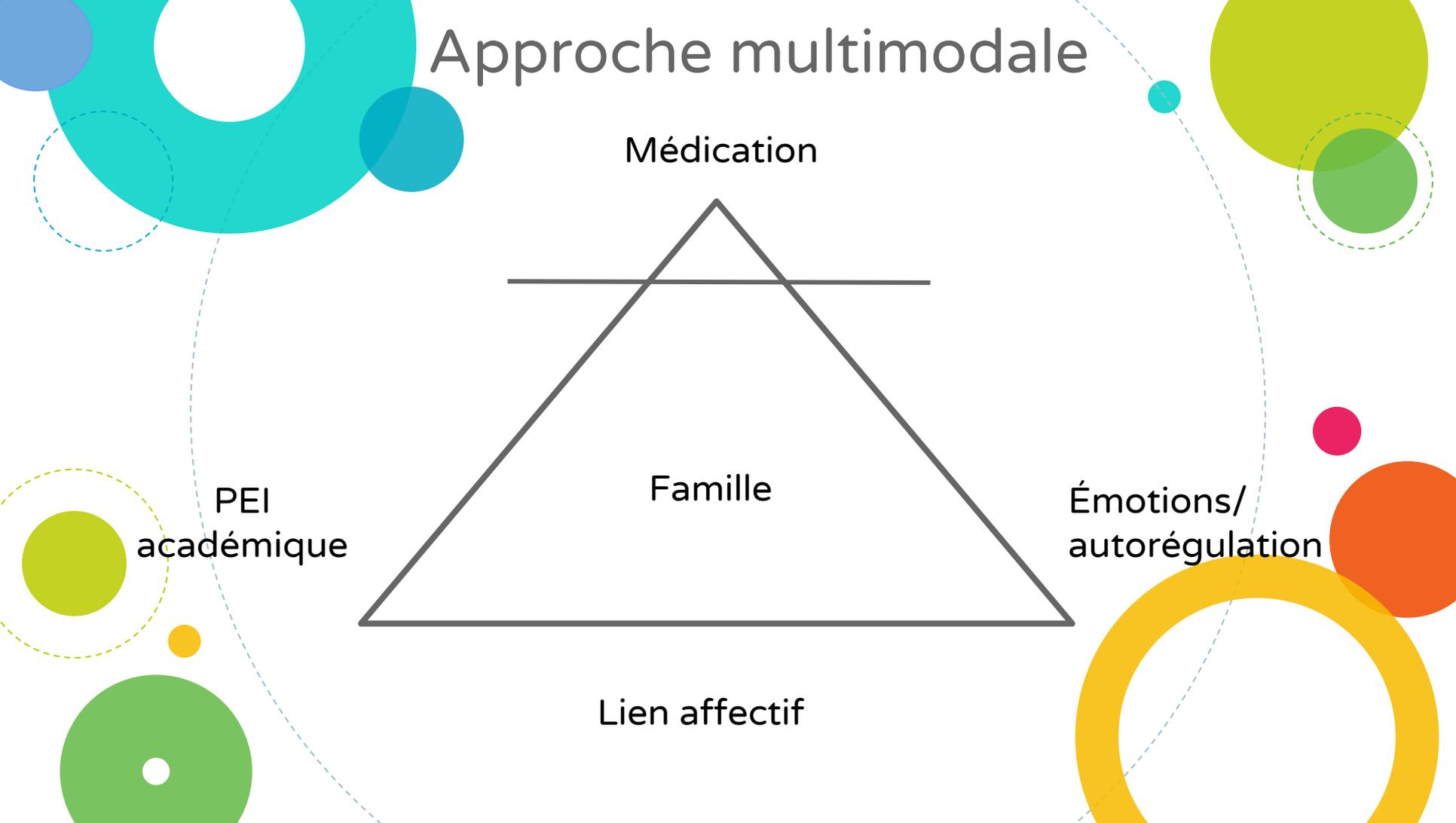
Médication

Famille

Émotions/
autorégulation

PEI
académique

Lien affectif



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

Réalité



Mythe



Réalité

En raison de leur impulsivité, les enfants TDAH peuvent avoir de la difficulté à créer des liens d'amitié significatifs,



2

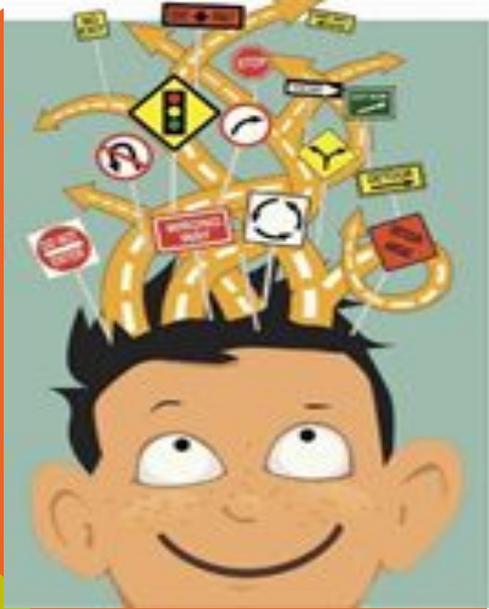
Aperçu et définition

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, peine, joie, colère...)



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



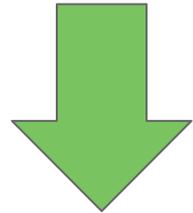
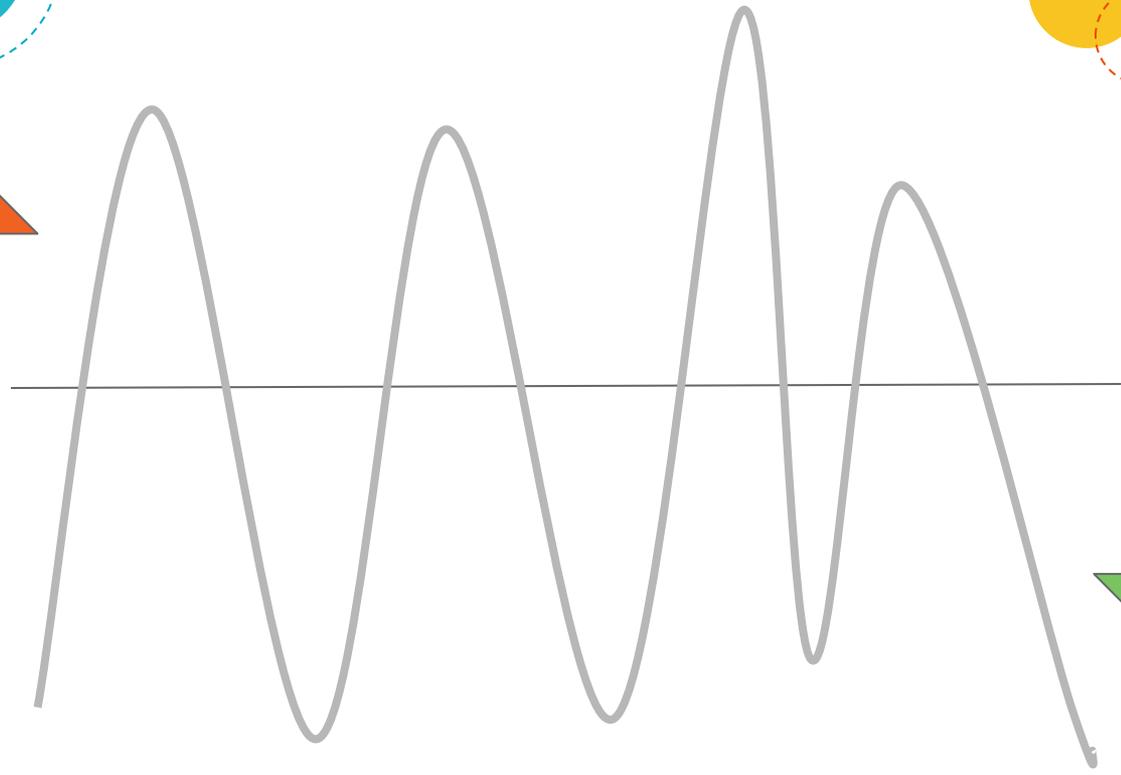
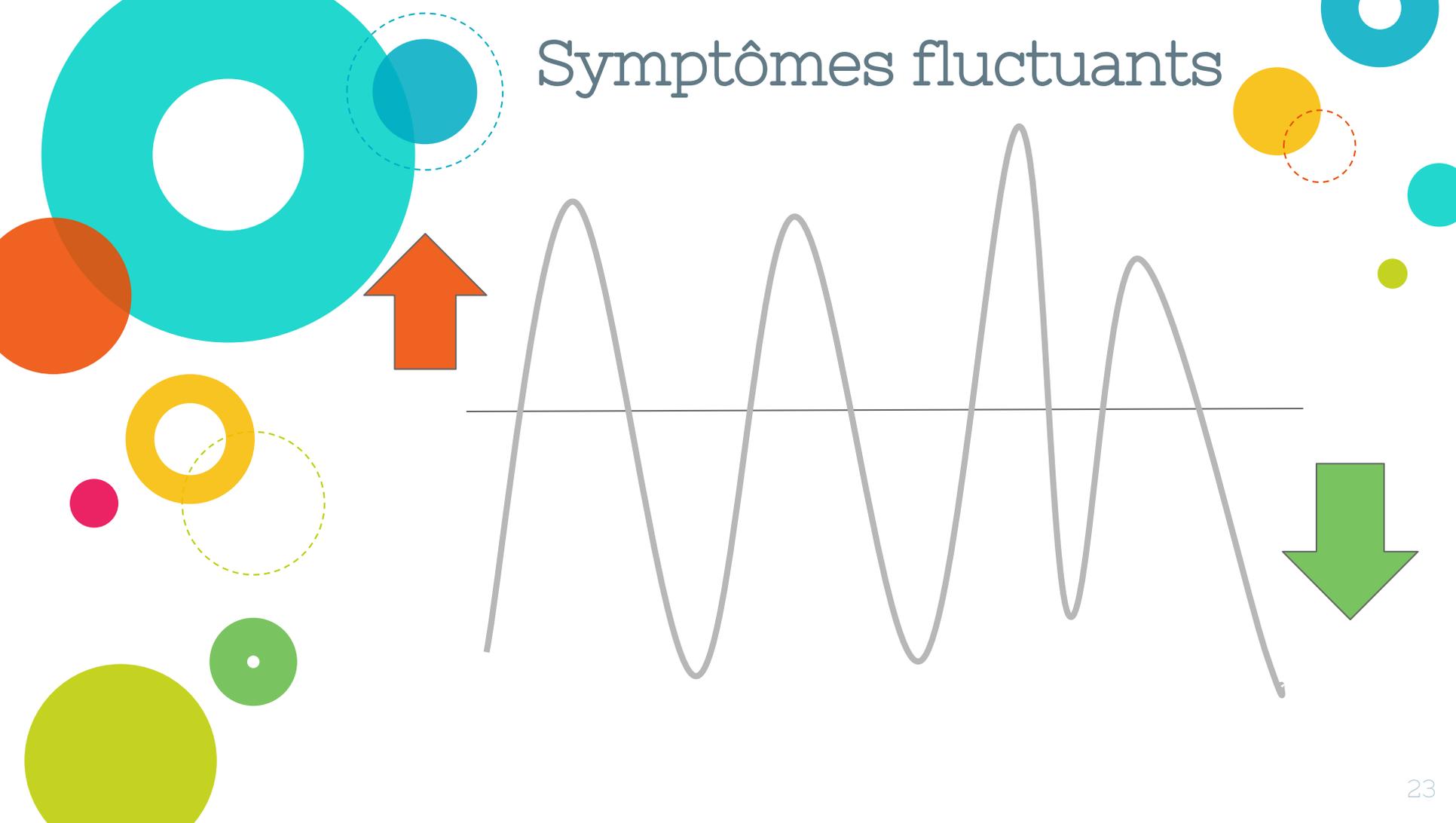
En fait, c'est un peu comme s'il manquait de feux de circulation et de panneaux de signalisation dans le réseau routier et que les voitures n'avaient plus un bon système de démarrage et de freinage.

The background is white with several decorative elements: a large orange ring in the top left, a large teal ring in the bottom right, a large green circle in the top right, and a large yellow circle in the bottom left. There are also smaller circles in pink, green, and teal, some with dashed outlines. A large teal number '3' is centered within a large dashed circle.

3

Signes et symptômes

Symptômes fluctuants



Impulsivité

© L'élève atteint de TDAH anticipe moins que les autres 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.

- Échapper la réponse avant une question
- Interrompre
- S'emporter de façon démesurée ou s'emballer
- Difficulté à 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.
- ◎ Les 3 grands défis:
 - ◎ Attention sélective
 - ◎ Attention soutenue
 - ◎ Attention divisée



Trouble de l'attention

Trouble de l'attention sélective: difficulté à choisir l'information à traiter:

- 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

Trouble de l'attention divisée:

- Difficulté à écouter et noter en même temps
- Difficulté à entendre une consigne si concentré dans une autre activité et mauvaise mémoire de travail
- Perte fréquente de ses effets personnels

Attention soutenue

- 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

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

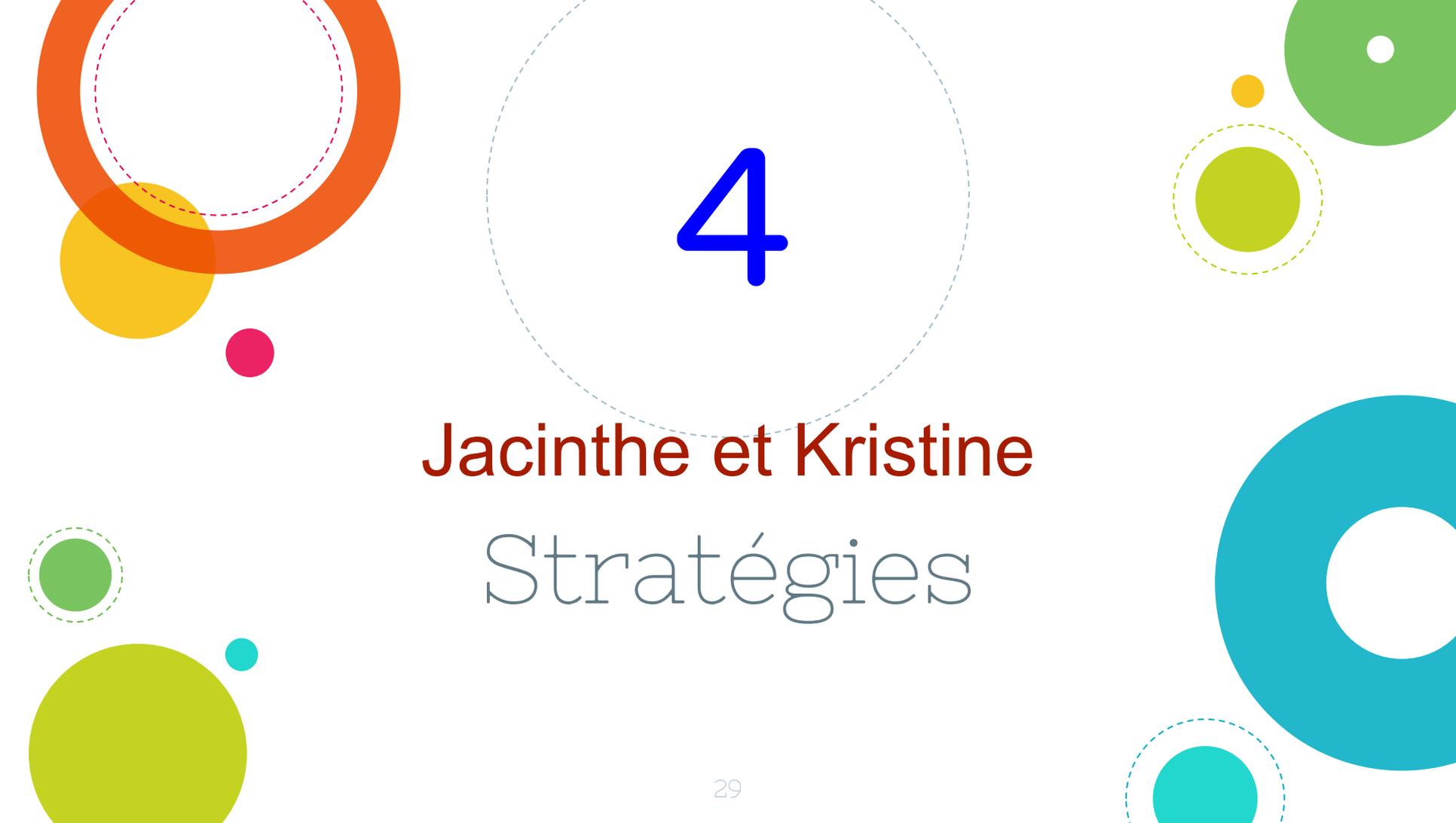
- ⊙ Agitation permanente,
- ⊙ Instabilité, incapacité à tenir en place ou signes d'impatience.



Les grandes forces du TDAH

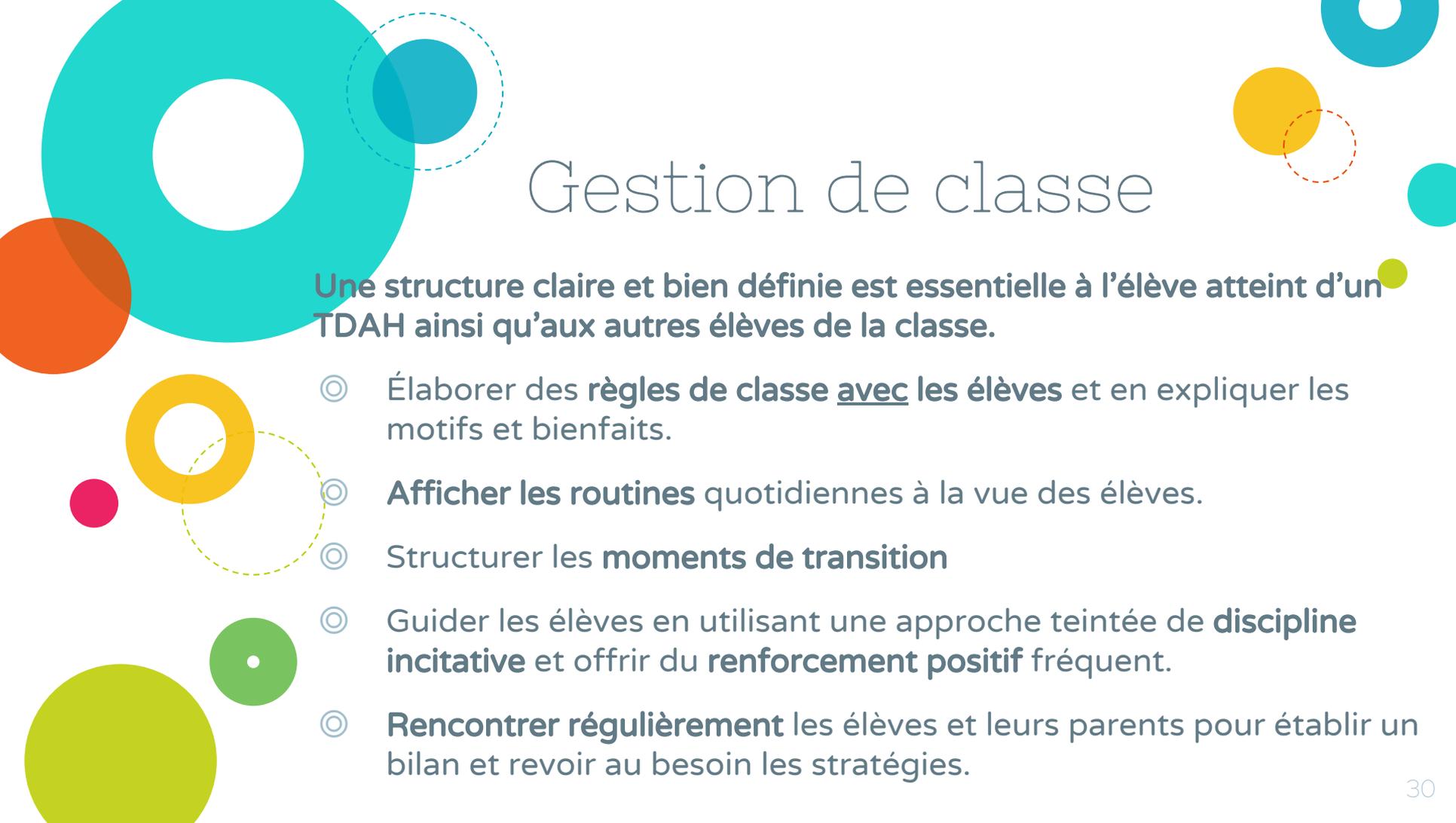
- Spontanéité
- Créativité
- Curiosité
- Résilience
- Prise de risques
- Débrouillardise
- Aptitude à innover
- Intuition
- Confiance
- Loyauté
- Sens de l'humour

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.



4

Jacinthe et Kristine
Stratégies



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.

Notes personnelles

(J) Techniques d'impact - **engrenage**

(J) **Élaborer des règles de classe avec les élèves et en expliquer les motifs et bienfaits.** (comprises, affichées, référence, annoncent attentes / limites, constance, agir en prévention, explication rationnelle)

(K) **Yacker Tracker**

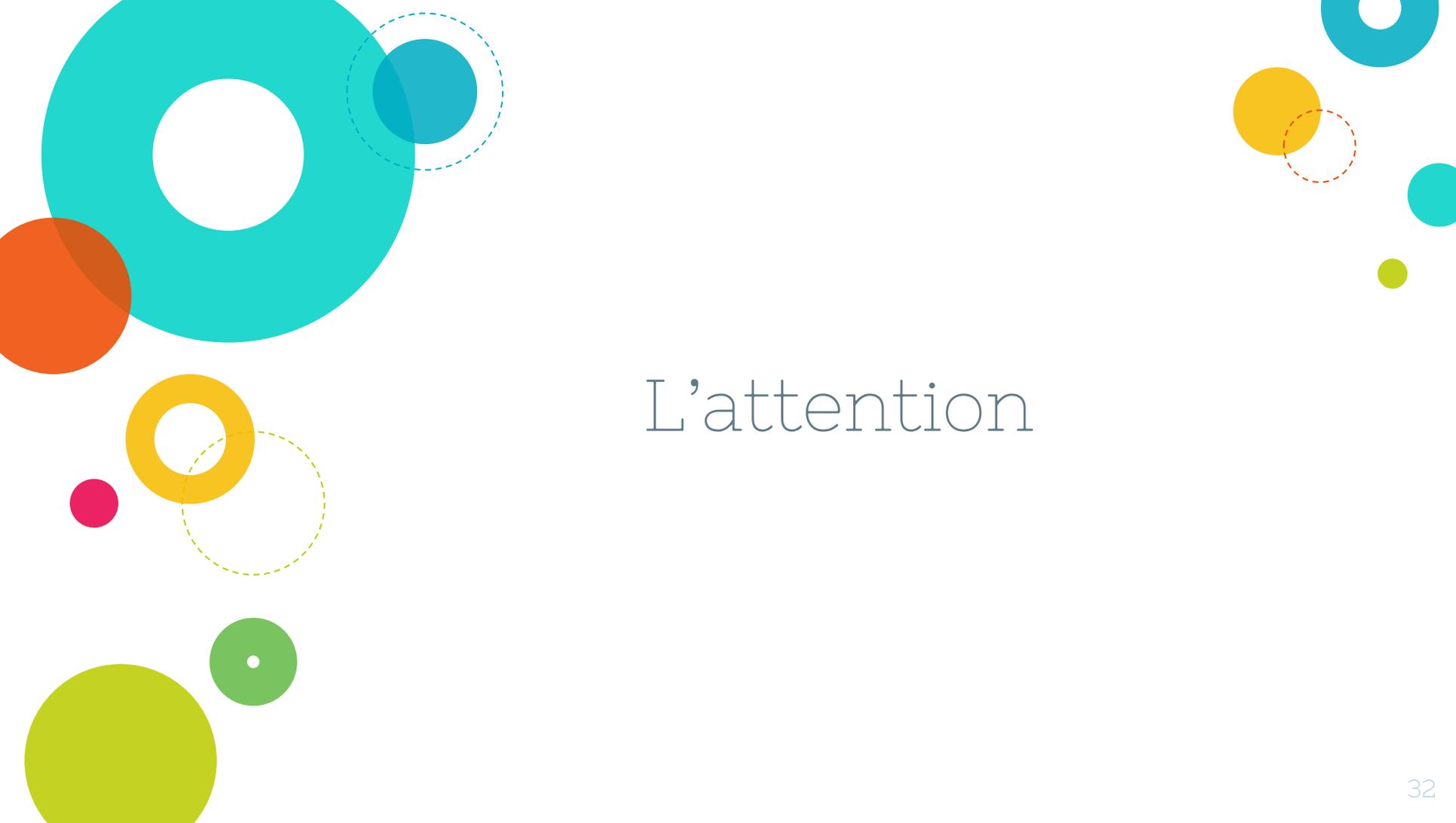
(J) **Afficher les routines quotidiennes à la vue des élèves.** (permet de se situer, maintenant/après/ensuite (centre Genève), réduit anxiété)

(K) **Talk Bar**

(J) Structurer les **moments de transition** (**bouteille lourde**, mission, proximité)

(J) Guider les élèves en utilisant une approche teintée de **discipline incitative** et offrir du **renforcement positif** fréquent.

(J) **Rencontrer régulièrement** l'élève et ses parents pour établir un bilan et revoir au besoin les stratégies (engager l'élève, permettre ajustements, responsabilisation)



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](#)



Notes personnelles

(J) **Structurer l'environnement** pour répondre aux besoins des élèves. (asseoir l'élève loin des distractions - porte, fenêtre, incorporer exercices de relaxation à la routine de l'élève) ...faut essayer !

(J) **Limiter l'affichage** d'appuis visuels en salle de classe. (essentiel académique, routine et comportement)

(J) **Éliminer le superflu** du pupitre des élèves. (organisation bac, cartable, etc.)

(K) Fournir des **outils sensoriels** répondant aux besoins des élèves. (coquilles, isoloir, toobaloo, ensemble classe flexible, etc.)

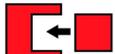
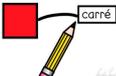
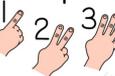
* **Coussin chaise:** Pour soutenir concentration, motricité fine, bonne posture assise. Ce coussin est rempli d'air et assure la stabilité en créant de l'instabilité! Le coussin force l'enfant à garder les muscles de son tronc en activité pour améliorer la circulation sanguine, l'oxygénation du cerveau, le tout pour une meilleure attention

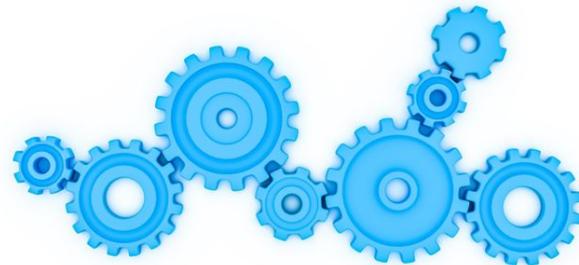
(J) **Enseigner des habiletés** liées à l'attention. *[Pause cerveau](#) *[Expert de la concentration](#)

Stratégies: Attention (suite)

Distractions influençant la compréhension des consignes

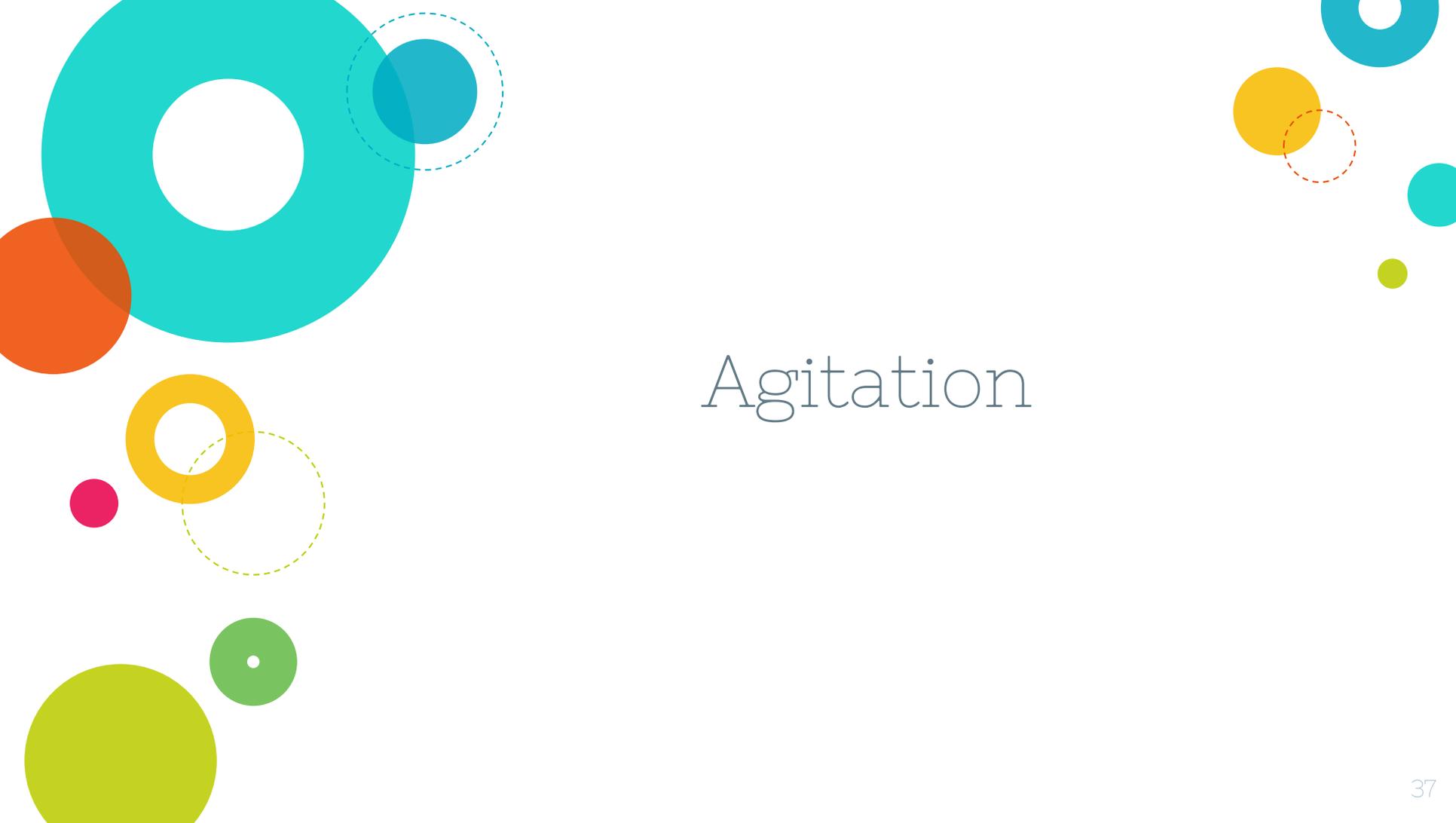
- **Établir un contact** avec l'élève lors des directives de fonctionnement.
- **Demander à l'élève de reformuler** les consignes comprises.
- **Numéroter** les consignes.
- Accompagner les consignes verbales de **consignes imagées**.
- **Modeler les attentes** face au travail demandé.
- **Marcher la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

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



Notes personnelles

- (J) **Établir un contact** avec l'élève lors des directives de fonctionnement. (demander reformulation de la consigne, vérifier que la consigne est comprise) ... pas besoin d'être visuel
- (J) **Demander à l'élève de reformuler** les consignes comprises.
- (J) **Numéroter** les consignes
- (J) Accompagner les consignes verbales de consignes imagées.
- (J) **Modeler les attentes** face au travail demandé.
- (J) **Marcher la classe** pour offrir de l'appui au besoin (éviter la perte de temps, découragement, décrochage, carton aide ou pas) - **Vérifiez les engrenages !!!**



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.



Notes personnelles

- (J) Incorporer des **stations sensorielles** en salle de classe. (table haute, élastique à la chaise, pédalier, siège de bille, siège mambo) (K) **ensemble classe flexible**
- (J) **Prévoir et structurer des moments** dans la routine quotidienne où l'élève peut être libre de dépenser de son énergie. Vidéo 0:00-0:17, [alphabet](#), [UNO](#) donner un mot pour le groupe-classe (K) **disque sensoriel**
- (J) 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. (K) **manimo, bac sensoriel, fibre optique, coussin vibrant, labyrinthe, fantôme**

Stratégies: Agitation (suite)

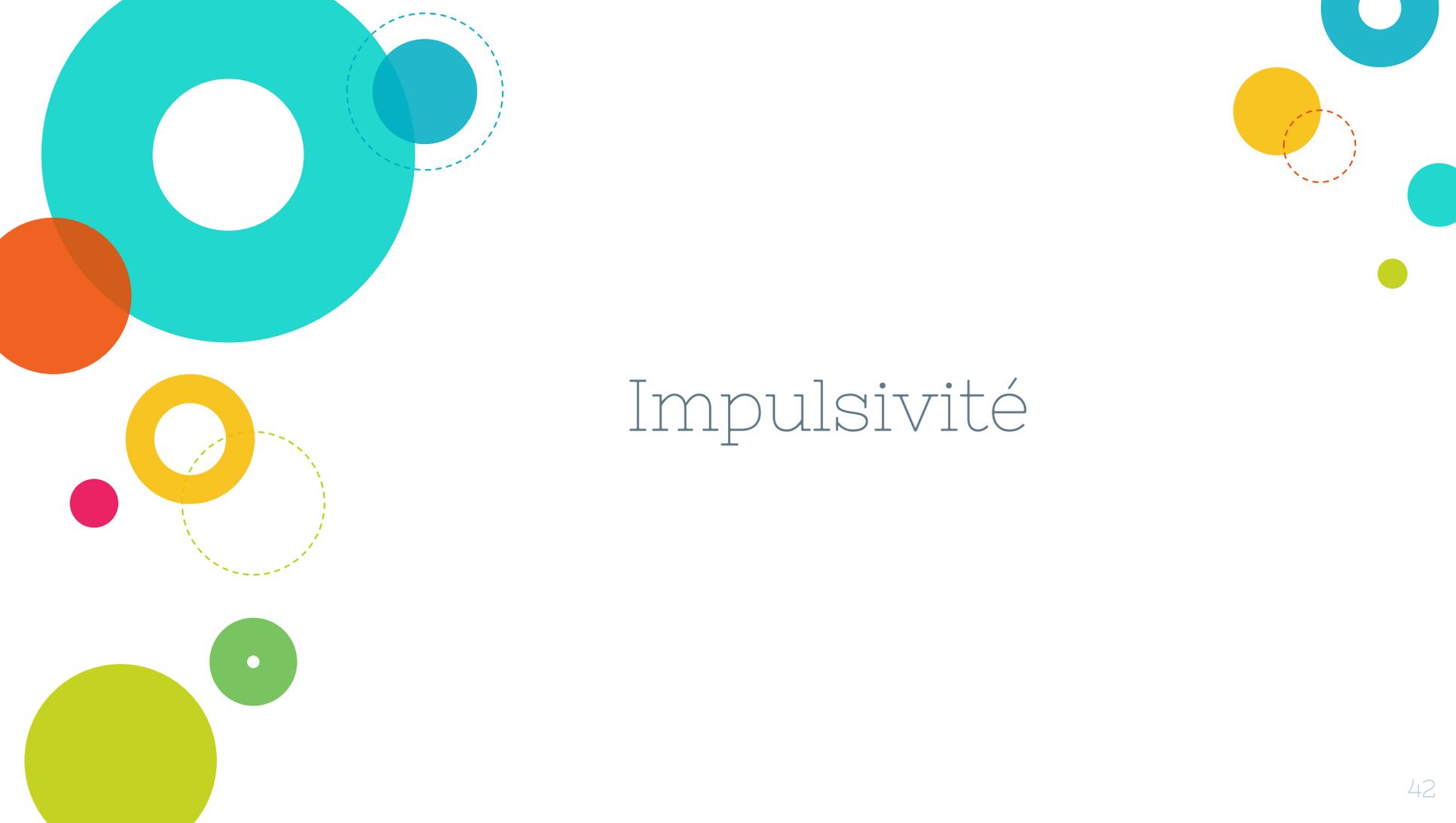
- ◎ Mettre à la disposition des élèves des **outils sensoriels ayant des propriétés apaisantes.**
- ◎ Enseigner en prévention des **activités de retour au calme.**
[Cartons retour au calme midi trente](#)



Notes personnelles

(J) Mettre à la disposition des élèves des **outils sensoriels ayant des propriétés apaisantes**. **Bouteille lourde** (K) - **manino, coussin de cuisse, crayon lourd** (pour plus âgés)

(J) Enseigner des **activités de retour au calme**. ([respiration gâteau](#), [respiration + respiration en carré](#) (centre Genève), étirement, visualisation, etc.) [Cartons retour au calme midi trente](#)

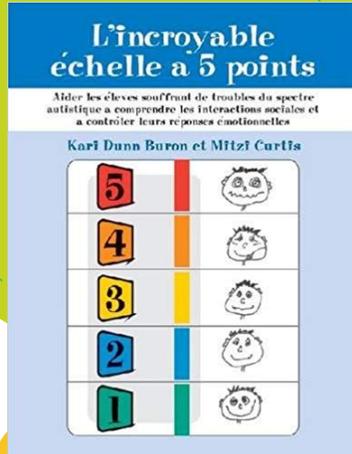


Impulsivité

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-liste** 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)



Notes personnelles

(J) Utiliser un **minuteur ou un sablier** pour informer l'élève du temps dont il dispose pour travailler. *contre-indiqué pour élève anxieux. (K) **time-time, sablier glue**

(J) Proposer une **Check-liste** à l'élève afin qu'il se régule face aux attentes et à ses accomplissements.

(J) **Incorporer des pauses sensorielles** à la routine de l'élève. (**Maintenant difficile-Après facile**) (K) **balle, theraputty,**

(J) Enseigner des **techniques de contrôle mental**. **Cartes cerveau direction**

(J) 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. [L'Émojeu](#)
- ⊙ 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 !**

Notes personnelles

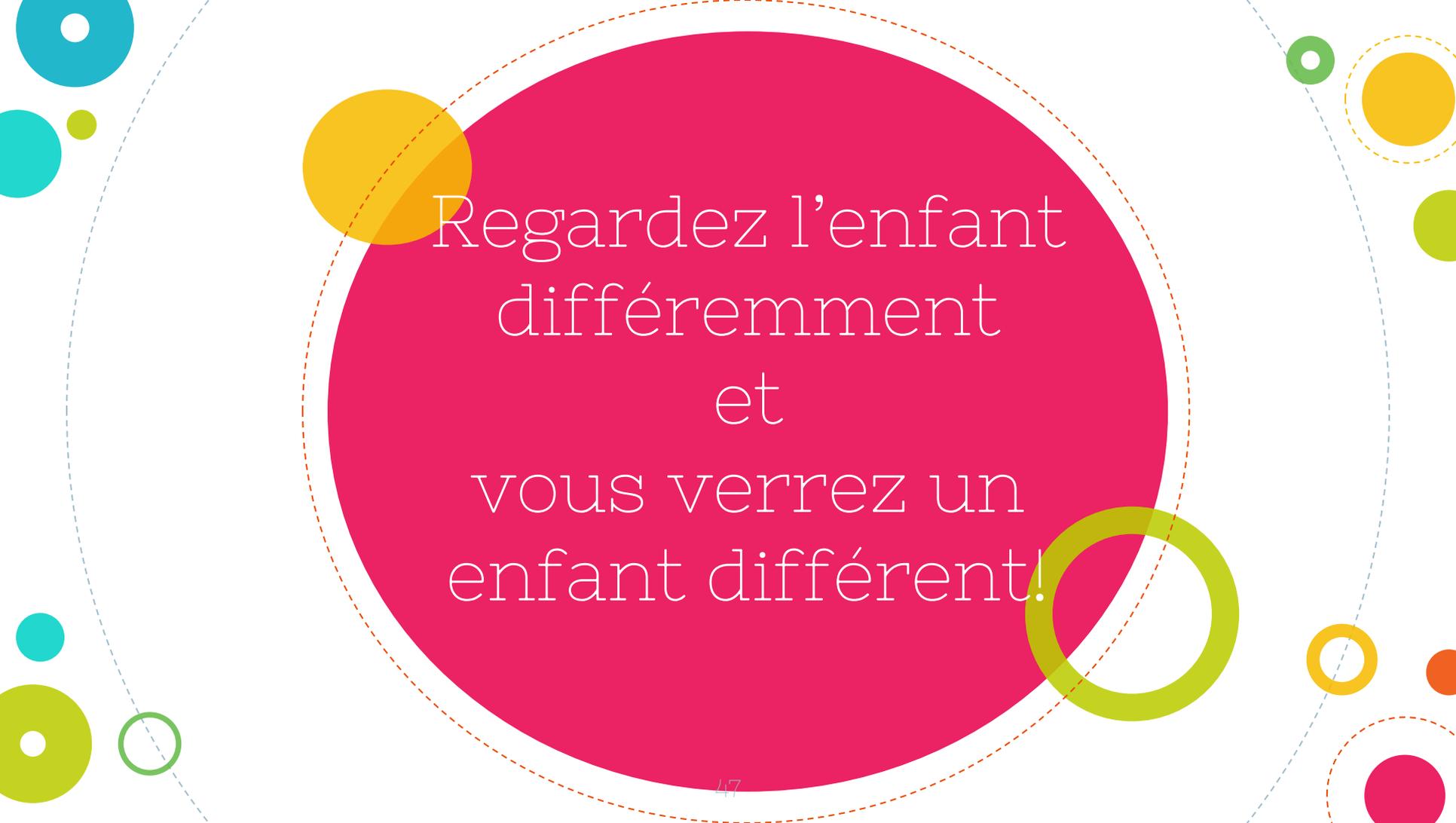
(J) Enseigner par des **outils ludiques** des habiletés au contrôle de l'impulsivité. (K) **souris en fuite, bazar bizarre**

(J) **Développer le vocabulaire** de l'élève en lien avec les émotions ressenties. (aide à verbaliser et moins passer à l'action) **L'Émojeu** (K) **volcan émotions**

(J) Accompagner l'élève à **comprendre les conséquences** de ses actions, ses paroles et ses choix. **Pepsi, bouteille grenouille**

(J) Développer avec l'élève une **banque de comportements de remplacement** afin d'élargir les réactions possibles en lien avec l'émotion ressentie. **Fourchette de comportement**

(J) **Et en tout temps, Souligner les améliorations !**

The background features a large, solid magenta circle in the center, surrounded by a dashed orange border. The entire composition is set against a white background with various decorative elements: smaller solid circles in shades of blue, yellow, green, and orange, and dashed lines in light blue and orange. A large, thick green ring is positioned on the right side, partially overlapping the magenta circle.

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

BB.ca

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 MSS, TSI
brunep@ecolecatholique.ca

Marie-Pier Lelièvre MSS, TSI
leliem@ecolecatholique.ca

Jacinthe Pellerin, EED
pelleja@ecolecatholique.ca