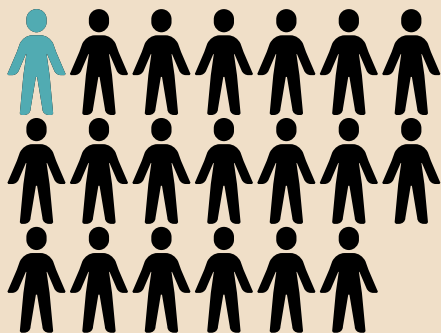


TROUBLE DU DÉFICIT DE L'ATTENTION AVEC OU SANS HYPERACTIVITÉ : UN GUIDE POUR LES ENSEIGNANT-E-S



D'après le DSM-V, environ 5% des enfants de la population générale d'âge scolaire présentent un trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H).

Dans le domaine académique, ce trouble peut les impacter d'une manière significative, allant des résultats scolaires au bien-être social et personnel. En tant qu'enseignant-e, il est primordial d'être conscient-e des difficultés dont souffrent ces enfants et de connaître leur mode de fonctionnement, afin de pouvoir mettre en place certaines accommodations dans le but de les aider au mieux dans leur parcours académique. C'est pourquoi, cette infographie présente tout d'abord les symptômes du TDA/H et les manifestations ou conséquences que peuvent amener ces symptômes dans le milieu scolaire. Enfin, elle vous donnera des conseils sur les méthodes que vous pouvez vous-même mettre en place dans votre salle de classe.

INATTENTION

- Difficulté à prêter attention aux détails, erreurs d'étourderie.
- Difficulté à soutenir son attention.
- Semble parfois ne pas écouter lors d'une conversation.
- Ne suit parfois pas les consignes ou ne finit pas ses devoirs.
- Difficulté d'organisation.
- Evite les tâches qui demandent un gros effort mental.
- Perd souvent ses affaires.
- Est facilement distrait-e.
- Oublis récurrents (affaires, devoirs, dates importantes...).

HYPERACTIVITÉ / IMPULSIVITÉ

- Est souvent agité-e.
- Difficulté à rester assis-e, se lève souvent.
- Parfois, court ou grimpe lorsque cela n'est pas adapté à la situation.
- Difficulté à rester tranquille lors de jeux ou loisirs.
- Parle souvent trop.
- Répond souvent à une question avant qu'elle soit entièrement posée.
- Difficulté à attendre son tour.
- Interrompt souvent les autres ou impose sa présence.

Procrastination

Retards

Mauvaises
notes

Difficulté avec
l'autorité

Rejet par les
pairs / relations
sociales
difficiles

Faible estime
de soi

Anxiété

Irritabilité,
frustration

Hypersensibilité

Dans la salle de classe

Réduire la charge mentale

Donnez une seule consigne à la fois - Priorisez les consignes écrites, claires et détaillées - Divisez le travail en étapes distinctes

Encourager

Laissez chacun-e aller à son rythme - Rassurez-les - Mettez en évidence les forces plutôt que les faiblesses - Augmentez la fréquence des remarques positives - Laissez-leur plus de temps pour les examens

Maximiser les moments d'apprentissage actif plutôt que passif

Evitez les cours magistraux - Privilégiez l'interaction et l'interactivité - Permettez aux élèves de choisir les thèmes de leurs devoirs ou exposés - Favorisez la créativité - Variez les modalités d'apprentissage

Equilibrer les stimulations

Permettez à l'enfant de manipuler un objet en écoutant - Faites des pauses régulières pour aérer leur esprit et leur permettre de bouger le corps - Apprenez-leur des exercices de stretching - Réduisez la luminosité dans la salle de classe - Adaptez la température