

TDA/H

Trouble du déficit d'attention avec ou sans hyperactivité

Définition

Les enfants atteints d'un **trouble de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH)** ont des difficultés à se concentrer, à être attentifs et à mener à terme des tâches le moins complexes. C'est ce déficit attentionnel qui peut entraîner l'hyperactivité de l'enfant

Le TDAH est un trouble neuro-développemental qui se caractérise par trois symptômes: **inattention, hyperactivité et impulsivité**. Ils peuvent être présents à des degrés divers. Le TDAH se présente sous trois formes :

- Mixte le sujet présente à la fois les critères d'inattention et d'hyperactivité/impulsivité
- Inattentif, les symptômes d'inattention sont prédominants
- Hyperactif/Impulsif, les symptômes d'hyperactivité impulsivité sont prédominants

Caractéristiques de l'enfant avec TDAH

Inattention prédominante :

- A des difficultés à écouter ou suivre les consignes
- Est facilement distrait
- Est désorganisé, perd souvent des choses
- Fait des étourderies
- Passe d'une tâche à une autre sans en terminer aucune

Hyperactivité prédominante :

- Bouge beaucoup et touche à tout
- Se lève quand il doit être assis
- A du mal à attendre son tour et peut interrompre les autres
- Donne parfois des réponses hâtives
- Peut avoir des sautes d'humeur ou réagir vivement à certaines situations ou événements

Curieux, autonomes, plein d'imagination et de créativité

Conseils animations / activités / vie quotidienne

- **Dynamiser une activité sédentaire** : faire courir l'enfant avant l'activité, lui confier des tâches (aller chercher du matériel, faire une commission à un animateur), lui donner une petite balle antistress à manipuler pendant les consignes, etc.
- **Définir des règles** claires, concrètes et constantes
- **Structurer le temps et l'espace** : définir des repères dans le temps, ce qu'il peut faire ou non dans tel ou tel espace
- **Favoriser un contexte calme et serein**

A ne pas faire / Attitudes risquées

- Ne pas respecter le traitement prescrit
- Punir systématiquement, empêcher l'enfant de bouger/ sortir
- Crier, menacer
- Ne pointer que les comportements négatifs
- Changer fréquemment les règles, le déroulement du quotidien

Fausse idées reçues

- L'enfant avec TDAH est forcément très agité
- Les enfants hyperactifs viennent de familles trop permissives où il n'y a pas de cadre
- Tous les enfants agités sont hyperactifs
- Les enfants qui n'arrivent pas à rester attentif ou à se concentrer sur une tâche font preuve de mauvaise volonté : s'ils le voulaient ils pourraient.

Exemples de comportements observés en séjour de vacances ou ALSH

- Après que les consignes sont données collectivement, un animateur les reprend en individuel en s'assurant de capter l'attention de l'enfant.
- Proposition d'activités courtes et de temps libres
- Mise en place de « sas de décompression » : l'enfant, de façon plus ou moins autonome, prend un temps hors du groupe pour se défouler et se calmer quand l'agitation monte
- Signifier à l'enfant quand un comportement est débordant ou inadapté pour lui permettre de se réajuster et éviter les punitions systématiques.

Pour aller plus loin – Bibliographie – Supports pédagogiques

- Outils pédagogiques :

Baguette de concentration : <https://tdahbe.files.wordpress.com/2013/03/baguette-de-concentration.pdf>

- Ouvrage culture générale

100 idées pour mieux gérer les troubles de l'attention Par Francine Lussier

Trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité : Soigner, éduquer, surtout valoriser Par Nicole Chevalier, Marie-Claude Guay, André Achim, Philippe Lageix, Collectif

- Livre enfant :

Le Lion dans la tête de Ludovic - Une histoire sur l'hyperactivité Par Kristien Dieltiens

- Sites internet :

<http://www.dysmoi.fr/troubles-dapprentissage/tdah/tdah-trouble-deficitaire-dattentionavec-hyperactivite/>

<http://www.dys-positif.fr/tda-h/>