



# TDA/H et SCOLARITÉ

Comprendre et accompagner l'élève atteint de TDA/H à l'école

MERCI DE NE  
PAS IMPRIMER  
CE PDF

Pour vous procurer  
cette brochure :

[www.tdah.be](http://www.tdah.be)



*hyperactivité*  
*troubles associés*  
**TDA/H BELGIQUE**

Cette brochure a pour but d'offrir une aide concrète aux enseignants confrontés au TDA/H.

C'est en grande partie grâce à leur participation active et leur soutien que sa rédaction a été possible.

Nous les remercions pour le travail difficile, exigeant et remarquable qu'ils accomplissent jour après jour.



<b>Introduction</b> .....	<b>2</b>
<b>Aspects médicaux</b> .....	<b>3</b>
<b>1. Définition du TDA/H</b> .....	<b>3</b>
<b>2. Symptômes et caractéristiques du TDA/H</b> .....	<b>4</b>
Le déficit d'attention	4
L'hyperactivité motrice	5
L'hyperactivité intellectuelle	5
L'impulsivité	6
<b>3. Les causes du TDA/H</b> .....	<b>6</b>
<b>4. Qui pose le diagnostic de TDA/H et comment ?</b> .....	<b>8</b>
<b>5. Les traitements</b> .....	<b>8</b>
<b>6. Les troubles fréquemment associés au TDA/H</b> .....	<b>10</b>
<b>Guide pratique à l'attention des enseignants confrontés au TDA/H..</b>	<b>11</b>
<b>1. Généralités</b> .....	<b>11</b>
<b>2. Règles de base pour apprivoiser le TDA/H</b> .....	<b>12</b>
S'informer sur le TDA/H - Ne pas punir la biologie	12
Établir une bonne relation parents/enseignants	12
Établir une bonne relation avec l'élève	14
Structurer - Établir des routines quotidiennes	14
Prendre des mesures préventives concernant les comportements	15
Construire sur le positif	16
<b>3. Stratégies pour mieux gérer l'élève atteint de TDA/H dans la classe : compenser les déficits, mettre en place des solutions</b> .....	<b>18</b>
Attention	19
Organisation	22
Agitation	24
Impulsivité	25
Participation active	28
Gestion de classe	28
Périodes de transition	29
<b>4. Développer l'estime de soi du jeune atteint de TDA/H</b> .....	<b>30</b>
<b>5. Gérer les crises de colère</b> .....	<b>33</b>
<b>6. Le travail scolaire à la maison</b> .....	<b>34</b>
<b>7. L'enseignant idéal pour un élève atteint de TDA/H</b> .....	<b>39</b>
<b>8. Les qualités des élèves atteints de TDA/H</b> .....	<b>40</b>
<b>9. Conclusion</b> .....	<b>41</b>
<b>10. Ressources utiles</b> .....	<b>42</b>
Livres et sites	42
Plan de bon comportement	44
Liste de vérification du cartable à la maison	45
Liste de vérification du cartable à l'école	46
Fiche d'observation de l'élève	47
Fiche de réflexion	48
Suggestions de récompenses	49

# Introduction

Le TDA/H – Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité - a été identifié en 1845 par l'Allemand Hoffman.

Ce trouble a connu depuis de nombreuses dénominations comme « Syndrome d'Atteinte Cérébrale », « Atteinte cérébrale légère », « Instabilité Neuro motrice », « Syndrome d'Instabilité de l'Enfant », « Troubles affectivo-caractériels », « Brain Damage Syndrome », « Dysfonctionnement Cérébral a Minima – DCM », « Hyperkinésie », « Syndrome Hyperkinétique », « Trouble du déficit de l'attention », etc.

C'est parce qu'il est un trouble complexe, dont les symptômes ne sont qu'un comportement normal poussé à l'extrême, et qui se manifestent d'une manière différente chez chacune des personnes atteintes, que le TDA/H est souvent mal compris et mal diagnostiqué.

Le TDA/H affecte la vie des personnes atteintes de nombreuses manières, mais la scolarité des jeunes touchés reste sans doute le plus grand défi à relever par tous.

Lorsque l'enfant, les parents, les médecins, les enseignants, les équipes médicales et éducatives travaillent main dans la main, l'élève atteint de TDA/H aura toutes les chances de s'épanouir au mieux et de devenir un enfant, adolescent et, plus tard, adulte, heureux et épanoui.

Cette brochure a pour but d'offrir une aide concrète aux enseignants confrontés au TDA/H. C'est en grande partie grâce à leur participation active et leur soutien que sa rédaction a été possible. Nous les en remercions.

Les principes présentés dans ce guide sont des lignes directrices générales et non des règles rigides. Vous saurez les adapter au cas par cas.

Nous vous en souhaitons une bonne lecture.

*L'équipe de TDA/H Belgique.*

# Aspects médicaux

## Définition du TDA/H

TDA/H = Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité.

Le TDA/H est un syndrome fréquent touchant environ 5 % des enfants d'âge scolaire soit un enfant par classe.

À l'heure actuelle, en Belgique, seulement 1/3 d'entre eux sont diagnostiqués.

La majorité des enfants atteints de TDA/H continuera à en présenter des symptômes à l'âge adulte.

Ceux qui présentent ce trouble sont plus communément appelés « hyperactifs ». Cette manière, biaisée, de nommer le TDA/H est loin d'être neutre car elle ne met en évidence que le côté « agitation » du trouble qui n'est pas toujours présent. Cela mène à de nombreuses erreurs de diagnostic.

Le TDA/H est un désordre neurodéveloppemental et neurobiologique.

Il est constitué de trois symptômes :

- Le déficit d'attention.
- L'hyperactivité.
- L'impulsivité.

Il existe différentes expressions cliniques du TDA/H :

- Le TDA/H avec inattention prédominante.
- Le TDA/H avec impulsivité/hyperactivité prédominante.
- Le TDA/H mixte (forme la plus fréquente qui associe, à des degrés divers, difficultés attentionnelles, hyperactivité motrice et impulsivité).

Les symptômes du TDA/H ont une intensité fluctuante.

Contrairement à la croyance, nombre de sujets présentant un Trouble Déficitaire de l'Attention n'ont aucune manifestation d'hyperactivité.

Les personnes atteintes de TDA/H sont principalement perturbées par :

- Les troubles cognitifs attentionnels (distractivité, instabilité des idées, difficultés à s'organiser, oublis et pertes d'objets) .
- La désorganisation associée : procrastination (remettre à plus tard), difficulté à commencer puis terminer les tâches, éparpillement, retards, difficulté avec la notion de temps et la planification des tâches.
- L'impulsivité.
- Les difficultés à moduler l'intensité de leurs réactions émotionnelles (« à fleur de peau », « hypersensible »).

Ces perturbations leur nuisent autant dans leur travail (école ou vie professionnelle) que dans leur vie privée.

Les symptômes du TDA/H et leurs répercussions au quotidien impliquent que les personnes atteintes souffrent fréquemment d'une faible estime d'elles-mêmes et d'un sentiment de sous-performance chronique.

# Les symptômes et caractéristiques du TDA/H

## Le déficit d'attention

Il s'agit d'une tendance **excessive** à la distraction qui se manifeste souvent de manière insidieuse, déroutante, voire sélective et occasionnelle.

**TDA/H = Trouble de trop d'attention !**  
**Je fais quelque chose, en pensant à autre chose**  
**ou**  
**Je fais tellement attention à quelque chose,**  
**que je ne perçois plus rien d'autre.**

L'élève atteint de TDA/H a des difficultés à trier et hiérarchiser les nombreuses et diverses informations qui arrivent à son cerveau (ce que tout sujet fait en permanence et de manière inconsciente).

Il a plus de mal que les autres à donner la priorité aux informations utiles à la tâche ou l'activité en cours. Il a donc de la peine à empêcher son attention de se détourner des stimuli dits « perturbateurs » qui sont soit liés à l'environnement extérieur (bruits divers, animation, mouvement), soit d'origine interne (pensées, émotions comme la tristesse, la joie, la colère...).

Cela se traduit par des difficultés à maintenir l'attention sur les activités en cours, une grande distractivité, des oublis très fréquents, ainsi que des difficultés à terminer ce qui est commencé ou à suivre les instructions et consignes dans leur intégralité.

Ces troubles de l'attention se divisent en trois catégories :

**Trouble de l'attention sélective** : difficultés à choisir l'information à traiter.

- Difficultés à se mettre au travail.
- Difficultés d'organisation.
- Difficultés à sélectionner les informations pertinentes, importantes.
- Difficultés à prêter attention aux détails, ou au contraire tendance à traiter des détails inutiles au détriment de l'information importante.

**Trouble de l'attention divisée** : difficultés à traiter plusieurs informations en même temps.

- Difficultés à écouter et noter en même temps.
- Difficultés à entendre une consigne si concentré dans un exercice ou une activité.
- Mauvaise mémoire de travail.
- Perte fréquente de ses affaires.
- Difficultés pour entendre la suite de la dictée alors que l'élève termine de noter la phrase précédente.

**Trouble de l'attention soutenue** : difficultés à maintenir son attention sur un longue période.

- Difficultés à traiter la même information longtemps, sans « zapper ».
- Difficultés à terminer ce qui est commencé.
- Accumulation des erreurs au fur et à mesure que la tâche avance.
- Evitement à se lancer dans des tâches demandant un effort soutenu.
- Lenteur d'exécution à cause des distractions.

## L'hyperactivité motrice

L'activité motrice est augmentée et désordonnée chez un enfant atteint de TDA/H par rapport aux enfants du même âge.

Cette hyperactivité est le plus souvent désorganisée et non constructive (agitation permanente, instabilité, nervosité, incapacité à tenir en place ou signes et sentiments d'impatience).

Chez les adolescents, cette agitation motrice est souvent devenue une agitation intérieure (ils se sentent nerveux intérieurement comme s'ils étaient traversés en permanence par une boule de flipper) ou une incapacité à rester en place, ce qui les pousse à multiplier les activités et parfois à rechercher des comportements à risques.

## L'hyperactivité intellectuelle

Les personnes atteintes de TDA/H ont une fuite des idées, appelée « tachypsychie ».

Celle-ci est constituée d'une pensée superficielle passant d'un sujet à l'autre sans lien évident, jouant avec les mots, se distrayant très facilement.

Il est donc très difficile à autrui de suivre le fil des idées de ces personnes.

Elles ne peuvent fixer leur attention que très peu de temps sur un sujet précis.

Cela se traduit cliniquement par une logorrhée abondante et ininterrompue, épuisante pour l'entourage.

Cette hyperactivité intellectuelle est peu productive de par sa superficialité.

*Beaucoup d'enfants, d'adolescents et d'adultes  
présentent un Trouble Déficitaire de l'Attention sans  
aucune manifestation d'Hyperactivité.*

## L'impulsivité

L'impulsivité se caractérise par des difficultés à inhiber, c'est à dire à freiner, les actions verbales, motrices, cognitives ou émotionnelles.

L'élève n'arrive pas à prendre un moment pour réfléchir avant d'agir.

Il laisse échapper la réponse à une question que l'enseignant n'a pas encore fini de formuler, ou interrompt les autres quand ils parlent, sans vouloir pertinemment importuner son entourage.

Il ne peut pas arrêter les pensées hors contexte qui viennent le distraire alors qu'il travaille. Il a des gestes brusques et rapides, souvent maladroits. Il modère très difficilement ses émotions par la raison.

S'il est frustré, le jeune s'emporte de manière démesurée, s'il est enthousiaste, il s'emballe.

## Les causes du TDA/H

Le TDA/H est un trouble neurologique complexe.

D'après les dernières recherches, le TDA/H serait causé par des dysfonctions de certains messagers chimiques (neurotransmetteurs) au niveau de la partie préfrontale du cerveau.

La majorité des chercheurs en génétique considère que le TDA/H n'est pas dû au mauvais fonctionnement d'un gène unique, mais plutôt à un ensemble de gènes. Cela explique les différents aspects que peut prendre le trouble.

Les chercheurs ont observé que, chez les enfants, adolescents et adultes atteints du TDA/H, les zones cérébrales responsables de l'attention, du sens de l'organisation et du contrôle des mouvements, s'activent différemment. Ils ont aussi noté un déséquilibre dans le taux de certains neurotransmetteurs du cerveau, comme la dopamine et la noradrénaline.

Plusieurs études ont apporté des preuves solides qui permettent d'affirmer que des facteurs génétiques contribuent aux causes de ce trouble.

Les parents et les proches des enfants atteints de TDA/H rapportent fréquemment qu'ils ont ressenti les mêmes problèmes d'inattention, d'hyperactivité ou d'impulsivité que les enfants chez lesquels le diagnostic de TDA/H est posé.

Le risque d'en être atteint augmente chez les enfants dont les parents ou les frères et sœurs sont atteints. Environ 25% des parents proches d'enfants présentant un TDA/H le sont également.

Des facteurs héréditaires contribuent au TDA/H dans la majorité des cas mais le trouble peut aussi, plus rarement, être lié à des séquelles d'atteintes neurologiques en bas âge (prématurité, souffrance néonatale, exposition à des toxines pendant la grossesse (plomb, alcool, tabac...), maladie neurologique précoce d'origine infectieuse (méningite, encéphalite...) ou encore résulter d'un traumatisme craniocérébral ou d'une blessure à la tête qui aurait endommagé la zone préfrontale du cerveau.

Le TDA/H est un trouble neurologique.

Il n'est provoqué ni par l'éducation, ni par des troubles psychologiques.

L'environnement peut cependant en moduler l'expression et l'évolution. La présence ou l'absence de support et d'aide pour pallier à ce trouble peut entraîner de l'anxiété, des atteintes de l'estime de soi et des problématiques de comportement (opposition, délinquance...).

Des troubles psychoaffectifs (dépression maternelle, maltraitance, deuil, divorce des parents, etc.) peuvent créer chez l'enfant des comportements ressemblant à ceux présentés par les enfants souffrant de TDA/H. On parle alors d'« hyperactivité réactionnelle » et non de TDA/H.

Le TDA/H n'est pas causé par des facteurs externes tels que l'insuffisance ou les « mauvaises » responsabilités parentales, les facteurs socio-économiques, la paresse, la défiance ou un manque de motivation. Il n'est pas causé par une « mauvaise » alimentation, un manque d'exercice ou trop de temps passé devant la télévision. Comme toute maladie mentale ou physique, le TDA/H peut être aggravé par l'un de ces facteurs, mais ils n'en sont pas la cause.

***La personne atteinte de TDA/H  
a un déficit de la modulation  
de ses fonctions cérébrales et exécutives.  
Elle ne fait pas exprès.***

## Qui pose le diagnostic de TDA/H et comment ?

Un enseignant ne peut établir un diagnostic mais il peut toutefois observer que l'élève présente des traits ou des caractéristiques du TDA/H, et conseiller aux parents de consulter un spécialiste.

Un médecin est la seule personne habilitée à poser le diagnostic qui doit toujours être différentiel. Principalement, pédopsychiatres, neuropédiatres, psychiatres et neurologues sont spécialisés dans ce trouble.

*Etablir le diagnostic de TDA/H est difficile.*

Etablir le diagnostic de TDA/H est difficile car, prises isolément, les manifestations du trouble sont fréquentes et présentes chez de nombreuses personnes. De plus, ces manifestations sont variables et fluctuantes en fonction des situations de la vie.

Il n'existe pas de tests biologiques pour identifier le TDA/H. Il s'agit d'un diagnostic essentiellement clinique. Il est établi sur les antécédents complets de la personne atteinte et est posé après la collecte d'informations auprès des parents, des enseignants, et toute autre personne côtoyant l'élève ainsi que par l'observation par un spécialiste. Des tests d'attention, psychomoteurs, de langage et de QI peuvent affiner le diagnostic.

Le jeune doit présenter des symptômes d'inattention ou d'agitation-impulsivité avec constance, fréquence et intensité. Ils doivent persister depuis plus de six mois et être plus fréquents et plus sévères que ce que l'on observe habituellement chez ses pairs. Les symptômes du TDA/H doivent s'être manifestés dans plus d'un milieu (par exemple à l'école ET à la maison). Ceux-ci doivent, de plus, affecter les apprentissages scolaires ou le fonctionnement social du jeune.

Les observations émises par l'enseignant, ainsi que sa collaboration à remplir d'éventuels questionnaires demandés par le médecin, sont très importantes à l'élaboration du diagnostic par le spécialiste.

## Les traitements

La diminution des performances scolaires, les tensions intra et extra familiales, le risque de perte de confiance en soi ainsi que les risques d'accidents rendent absolument nécessaires le traitement et la prise en charge du jeune atteint de TDA/H.

*Le TDA/H ne se guérit pas.  
Un traitement multimodal permet de maîtriser  
les symptômes efficacement.*

Il est impossible de guérir le TDA/H, mais une action globale (également appelée traitement multimodal) permet de maîtriser les symptômes efficacement.

Parents, médecins, psychologues, professionnels de la santé et de l'éducation (enseignants, etc.) ont tous un rôle à jouer pour aider l'élève à gérer son TDA/H.

### **Approche psycho-éducative**

Elle consiste en l'information et la modification de l'environnement, du mode d'éducation, d'enseignement ou l'adaptation de ceux-ci au patient.

Elle s'adresse tant au patient qu'aux parents, enseignants et toute autre personne de son entourage.

### **Approche rééducative**

Selon les difficultés, une rééducation neuropsychologique, logopédique, et/ou une thérapie cognitive peuvent aider les personnes souffrant de TDA/H.

### **Approche psychothérapeutique**

Selon les besoins, une thérapie comportementale, d'inspiration analytique, d'affirmation de soi et/ou familiale peut être conseillée.

### **Approche médicamenteuse**

Il s'agit de molécules qui activent la sécrétion des neurotransmetteurs, notamment la dopamine et la noradrénaline.

Ce que le médicament peut apporter : amélioration de l'attention, diminution de l'agitation, du niveau d'activité, de l'impulsivité et de l'hyperactivité.

Ce que le médicament ne fait pas : donner une bonne éducation, rattraper des lacunes scolaires, contrôler les émotions, motiver.

Pour apprendre à gérer au mieux leur TDA/H, les jeunes doivent savoir comment ce trouble les affecte et participer activement aux discussions et aux décisions concernant leur traitement.

**« La plupart des professionnels de la santé qui traitent le TDA/H estiment qu'un traitement combiné constitue le meilleur traitement. Le traitement combiné comprend la psycho-éducation (éducation de la famille et de l'enfant au sujet du trouble), la thérapie comportementale, le soutien à l'école, la médication... »**

## Les troubles fréquemment associés au TDA/H

Il est nécessaire de dépister et de traiter certains troubles qui peuvent s'associer au TDA/H. Les plus fréquents sont :

- Troubles anxieux.
- Troubles de l'humeur.
- Troubles dépressifs.
- Troubles spécifiques d'apprentissage (ex : les troubles du langage, dyslexie...).
- Tics (syndrome de Gilles de la Tourette...).
- Symptômes oppositionnels avec ou sans provocation (refus actif des consignes, défis, bravades...).
- Trouble du comportement ou des conduites (agressivité, refus des règles sociales, comportements antisociaux...).
- Problèmes d'addiction (cigarette, alcool, drogue, jeux vidéos...).

# *Guide pratique à l'attention des enseignants confrontés au TDA/H*

## **Généralités**

L'enfant qui souffre de TDA/H – Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité - fait d'énormes efforts pour se concentrer et rester calme à l'école. Ces efforts ne se voient pas, mais ils sont bien présents et intenses. Malgré ceux-ci, ses résultats scolaires sont souvent inférieurs à ses capacités, et les remarques dans son journal de classe et son bulletin scolaire très négatives.

Devant tant de difficultés, et face à ses efforts non récompensés à leur juste valeur par des bons résultats et des remarques positives, le jeune se décourage et se démotive.

Pourquoi faire tant d'efforts pour ne recevoir en échange que de mauvais points et des notes en rouge dans son bulletin ?

Les jeunes atteints d'un TDA/H vivent plus de difficultés scolaires, de rejet social et ont une moins bonne estime d'eux-mêmes que leurs camarades.

Lorsqu'en plus l'élève présente une comorbidité, comme un trouble d'apprentissage (24 à 70 %), l'effet se fait d'autant plus sentir.

Les enfants atteints de TDA/H risquent plus d'avoir de mauvais résultats scolaires (90 %), de doubler une année (25 à 45 %), de nécessiter des services spécialisés (25 à 50 %).

Ils sont plus souvent punis (40 à 60 %) ou même renvoyés (10 à 18 %).

Toutes ces embûches font qu'ils abandonnent parfois l'école ou ne terminent pas leurs humanités générales, malgré de réelles capacités, entraînant des effets négatifs probables sur leur niveau de vie à l'âge adulte.

En mettant en place les stratégies qui suivent, vous ne ferez pas preuve de favoritisme envers l'élève atteint de TDA/H mais lui donnerez les mêmes chances que ses camarades d'utiliser son potentiel et ses qualités.

***Ce sont les capacités de traitement de l'information  
de l'élève atteint de TDA/H qui sont défectueuses  
et non son potentiel !***

## Règles de base pour apprivoiser le TDA/H

### S'informer sur le TDA/H - Ne pas punir la biologie

Pour aider l'élève dont vous avez la charge, il est important de le comprendre. Cela demande une bonne connaissance du trouble.

Ceci est important pour, par exemple, ne pas le punir pour des comportements qu'il ne peut contrôler en raison de son Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité.

Un jeune souffrant de TDA/H qui se désintègre au niveau émotionnel n'est pas « mauvais », il est émotif.

La mauvaise organisation, la distraction, etc. ne sont pas des choix volontaires.

La meilleure manière de gérer les problèmes d'oublis dans le travail scolaire est l'apprentissage d'une meilleure stratégie d'organisation et de gestion de son temps.

Un jeune atteint de TDA/H qui a du mal à se mettre au travail n'est pas « paresseux », il se sent comme devant une énorme montagne, il souffre de procrastination...

***On ne peut exiger d'un enfant atteint de TDA/H qu'il travaille avec concentration pendant plusieurs heures de suite, tout comme on ne peut exiger d'un enfant aveugle qu'il voie ou d'un enfant sourd qu'il entende.***

***Accepter le diagnostic de TDA/H, c'est éliminer du même coup toute velléité de qualifier cet enfant de paresseux, d'irresponsable ou d'immature.***

***Docteur André Merminod***

### Etablir une bonne relation parents/enseignant

Lorsque vous communiquez avec les parents il est préférable de :

- Montrer que vous vous préoccupez de l'enfant et de son bien-être.
- Décrire de façon objective le comportement de votre élève et son rendement en classe, ainsi que ses points forts et ses besoins.
- Mettre l'accent sur les difficultés sur le plan de l'apprentissage ou des rapports sociaux,

plutôt que sur les problèmes de comportement.

- Éviter les termes pouvant laisser croire que vous posez un diagnostic ou que vous collez l'étiquette du TDA/H.
- Informer les parents dès que possible des difficultés que rencontre l'enfant et aussi de ses progrès.

***Une relation de confiance parents/enseignants assurera le tandem nécessaire pour aider au mieux l'enfant tout au long de son année scolaire.***

Lorsque vous communiquez avec les parents, vous pourriez utiliser des phrases comme celles-ci :

« J'ai constaté en classe certains comportements qui semblent nuire à l'apprentissage de votre enfant, par exemple... Avez-vous noté des problèmes similaires à la maison? »

« Les difficultés de ce genre peuvent avoir une cause physiologique. Avez-vous songé à en discuter avec votre pédiatre ? »

**Note pour les parents : en tant que parent, il peut être utile, si les symptômes de votre enfant sont gênants à l'école, d'avertir l'enseignant ou le titulaire de la présence d'un TDA/H et des démarches que vous entreprenez pour y faire face : visites médicales, suivi en logopédie, remédiation scolaire, etc.**

**Un enseignant averti que son élève est suivi à l'extérieur de l'école sera plus enclin à voir et valoriser les efforts, les progrès, qu'un enseignant qui se sent seul face à un élève en difficulté.**

Utilisez les rencontres, appels téléphoniques, mails, mais restez en contact !

Lors de ceux-ci, décrivez les comportements du jeune le plus objectivement possible en évitant d'y ajouter des interprétations personnelles.

En guise de support, vous pouvez utiliser le matériel scolaire de l'enfant qui servira à appuyer vos dires : ratures, taches, réponses insuffisantes aux questions et aussi des listes où vous avez noté, à l'aide de petites barres, combien de fois l'enfant a répondu impulsivement, combien de fois vous avez dû attirer son attention, combien de fois il a fallu le pousser pour commencer un exercice, etc.

Il s'agit là d'un matériel concret et crédible pour commencer à chercher ensemble des moyens de changer la situation.

À l'issue d'un entretien, les parents et l'enseignant devraient pouvoir répondre à ces questions : Qu'a-t-il été convenu ? Qui se charge de quoi ? De quoi s'occupent les parents ? A quoi l'enseignant fera-t-il attention ? Y a-t-il un rendez-vous ultérieur de prévu

pour examiner la situation et éventuellement adapter ce qui a été convenu ?

Comprendre l'autre permet de se montrer plus patient et incite à se pencher plus efficacement sur les stratégies à mettre en place en vue d'améliorer la scolarité de l'enfant.

Après un tel entretien, les parents et l'enseignant se retrouvent moins seuls et savent que l'autre partie s'investit pour s'occuper de l'enfant de la manière la plus positive qui soit.

***On ne peut attendre de l'élève atteint de TDA/H qu'il soit un relais de communication fiable entre enseignants et parents qui doivent avoir un contact direct.***

## **Etablir une bonne relation avec l'élève**

La motivation scolaire des jeunes passe en grande partie par une bonne relation élève - enseignant. Celui-ci représente pour le jeune un référent affectif important.

Apprendre passe, pendant l'enfance et l'adolescence, par le désir de faire plaisir aux adultes que l'on estime. Pour ressentir le désir d'apprendre, l'enfant a besoin de lire satisfaction et admiration dans les yeux de ceux-ci.

L'attitude de l'enseignant et le regard qu'il porte sur l'élève sont aussi essentiels pour susciter la motivation existentielle de l'enfant.

Quand l'enseignant accepte l'enfant, le reconnaît tel qu'il est, est convaincu de sa capacité à évoluer et à faire des progrès, le jeune gagne en confiance en lui et ressent le désir de s'investir un maximum dans le processus d'apprentissage.

Le regard positif de l'enseignant sur l'enfant est d'autant plus important quand l'élève souffre d'une motivation faible et d'une estime de soi chancelante, ce qui est fréquemment le cas des jeunes atteints de TDA/H.

Une bonne relation élève-enseignant permet également à ce dernier de mieux cerner les difficultés et besoins du jeune.

## **Structurer - Etablir des routines quotidiennes**

L'élève atteint de TDA/H a un besoin considérable d'ordre et de régularité. Un schéma quotidien et hebdomadaire ayant une structure prévisible lui procure un point d'appui et le rassure.

Vous devrez vous tenir à cette structure plus longtemps que pour un autre élève.

Les enseignants s'attendent à ce que certaines règles ou habitudes « normales » soient enfin acquises une fois pour toutes, mais quand il s'agit d'un élève atteint de TDA/H, vous devez les maintenir plus longtemps et plus fermement que pour tout autre élève.

Dans la mesure du possible, les règles seront courtes, claires, imagées, constantes et conséquentes.

Les routines quotidiennes représentent un aspect important de la gestion du temps et permettent de limiter les oublis. Elles peuvent concerner différents moments de la journée : l'arrivée et le départ de l'école, les récréations, ou des situations plus précises comme : toujours remettre les objets directement à leur place, ranger systématiquement le matériel scolaire dans le cartable dès la fin des devoirs...

Pour les intégrer, on peut passer par une check-list écrite ou des post-it, affichés par exemple sur la porte de la chambre ou sur le bureau tant à l'école qu'à la maison.

## Prendre des mesures préventives concernant les comportements

Des règles, des attentes en matière de comportements et de routines clairement établies aident tous les élèves, mais surtout ceux atteints de TDA/H.

### Établir de trois à cinq règles de base qui doivent être respectées en classe

- Énoncer les règles en termes positifs, dans un langage adapté aux élèves. Affichez-les et parlez-en fréquemment.  
Par exemple :  
Dans notre classe, tous les élèves :
  - sont prêts à apprendre;
  - traitent les autres avec gentillesse;
  - gardent mains et pieds près de leur corps;
- Donner des exemples concrets reliés au respect des règles.
- Donner aux élèves l'occasion de faire des jeux de rôle sur la manière de respecter les règles pour les aider à mieux comprendre vos attentes.

### Utiliser des stratégies de surveillance pour minimiser les comportements perturbateurs ou dérangeants

- Vous déplacer dans la classe durant les séances d'enseignement et les périodes de travail en silence.
- Parler aux élèves et aux groupes d'élèves. Utiliser le contact personnel pour augmenter la compréhension des nouveaux concepts et nouvelles compétences.
- Commenter immédiatement et de manière précise les comportements positifs.

- Établir un contact visuel avec l'élève ayant un TDA/H avant de donner des instructions.
- Vous placer près des élèves lorsque des rappels verbaux sont nécessaires. Parlez d'une voix ferme, mais douce, pour décrire le comportement requis.
- Éliminer les objets qui nuisent. Certains objets (comme des élastiques ou les jouets bruyants) peuvent monopoliser l'attention en classe des élèves atteints de TDA/H. Lorsqu'un objet nuit à l'apprentissage, demander à l'élève de le ranger immédiatement. S'il ne le fait pas, l'enlever, le placer dans une enveloppe portant son nom et lui donner l'enveloppe à la fin de la journée pour qu'il le rapporte à la maison.

### Offrir des commentaires positifs

- Utiliser un langage précis pour décrire les comportements positifs.  
Exemple : « Bravo, tu es resté silencieux pendant toute l'explication. »
- Prendre le temps de décrire les comportements qui doivent être adoptés de manière plus fréquente.
- Vous assurer de maintenir un rapport de quatre contre un : faire au moins quatre commentaires positifs pour chaque commentaire négatif.
- Être conscient de la manière dont est utilisé le nom d'un élève durant la journée d'école. Si certains doivent constamment être rappelés à l'ordre (surtout si le ton de voix utilisé trahit l'impatience et la frustration), ils risquent d'associer leur nom à des facteurs négatifs. Ces sentiments peuvent miner leur confiance en soi et ils ne se sentiront plus à l'aise dans la classe.

### Utiliser des indices discrets

- Chercher avec l'élève atteint de TDA/H les indices qui lui indiqueront qu'un comportement fait obstacle à l'apprentissage (le sien ou celui de ses camarades).  
Ces indices seront simples et discrets, comme placer une main sur son bureau ou son épaule. Cette technique fonctionne pour les comportements mineurs, comme les interruptions ou les changements de sujet. Un geste simple et discret rappelle à l'élève qu'il doit se remettre au travail sans attirer l'attention des autres sur lui.  
Dans certains cas, il faudra expliquer clairement la manière d'utiliser ces indices discrets. Ils servent de rappel amical et non de réprimande et doivent être communiqués à voix basse, sur un ton positif.
- Apposer des rappels sur les bureaux des élèves. Lorsque c'est possible, l'encourager à concevoir et à fabriquer des cartes de rappel. Au besoin, aller jusqu'au bureau de l'élève et pointer du doigt le rappel. Cela fonctionne pour des habiletés comme : se concentrer sur le travail ; attendre son tour ; arrêter de bavarder.
- Utiliser des cartes de couleur portant des messages clés tels que « parler à voix basse » ou « continuer à travailler ». Si l'élève a besoin d'un rappel, placer la carte sur son pupitre, sans commenter. Après cinq minutes, si le comportement s'est amélioré, retirer la carte sans bruit. Si le comportement se poursuit, ajouter une seconde carte.
- L'élève peut aussi utiliser des signaux pour indiquer à l'enseignant qu'il a besoin d'aide ou d'explications. Dans les grandes classes, utiliser des cartes de couleur que les élèves

peuvent poser sur leur bureau pour signaler qu'ils ont besoin de l'aide de l'enseignant ou d'un camarade.

## Construire sur le positif

L'élève atteint de TDA/H est critiqué négativement depuis sa plus tendre enfance, par toutes les personnes qui le côtoient, que ce soit verbalement, ou par écrit dans le journal de classe ou le bulletin : « Concentre-toi », « Fais attention », « Ecoute ce qu'on te dit ! », « Calme-toi », « Fais moins de bruit », « Cesse de gigoter », « Thomas a ENCORE une fois oublié ses affaires de gym »,...

Ceci a plusieurs conséquences néfastes :

- Le renvoi perpétuel d'une image négative incite l'enfant à se construire avec une mauvaise image de lui qui engendre un manque d'estime de soi pendant l'enfance mais aussi à l'adolescence et à l'âge adulte.
- Les remarques constantes finissent par ne plus avoir l'effet escompté.
- Si ces remarques ont néanmoins encore un impact, le jeune les prend plutôt comme des agressions que comme des conseils pour progresser.

Elles risquent donc de provoquer une démotivation de plus en plus grande.

***Encouragez les bons comportements !  
Valorisez le jeune !***

Voici quelques pistes pour construire sur du positif :

- Encourager, féliciter, surprendre l'élève à bien faire.
- Renforcer le comportement attendu plutôt que punir le comportement inadéquat.
- Manifester un maximum d'affection à l'enfant.
- Identifier et mettre en avant les qualités de l'élève.
- Limiter les remarques et punitions.
- Expliquer clairement ce qu'on attend du jeune.
- Rappeler les règles avant d'entamer un exercice ou avant une activité inhabituelle.

***En règle générale, il est recommandé de faire quatre remarques positives pour compenser une remarque négative.***

Quand on fait des remarques à l'élève :

- Toujours commencer par ce qui est positif avant d'aborder ce qui peut être amélioré.
- Ne jamais dire ce qui ne va pas en public : l'humiliation ne fait pas progresser mais incite à la vengeance, notamment en faisant exactement le contraire de ce qui est demandé.
- Ne pas juger la personne, mais le comportement. Aux jugements du style : « Tu es fainéant », « Tu es méchant », préférez le concret et l'explicité : « Tu as probablement obtenu cette mauvaise note parce que tu n'as pas suffisamment travaillé, ou que tu n'as pas une bonne méthode de travail ». « Lorsque tu fais de telles remarques à ton copain cela le blesse. Ce n'est pas gentil ».
- Après une critique, proposer une solution concrète et applicable.
- Ecouter les réponses que l'élève fait à votre remarque.
- Donner de l'attention positive, encourager !
- On le sait, encourager les bons comportements, valoriser le jeune, est important. Ça l'est encore plus pour un élève atteint de TDA/H qui, à cause de son trouble, reçoit plus qu'un autre, de nombreuses remarques négatives, et ce depuis sa plus tendre enfance.
- Le jeune atteint de TDA/H a souvent une estime de lui-même très fragile et un grand « besoin de reconnaissance ». Traquer les bonnes attitudes, encourager les plus infimes progrès, les réussites même minimales. Valoriser le jeune dès que possible.

## Stratégies pour mieux gérer l'élève atteint de TDA/H dans sa classe : compenser les déficits, mettre en place des solutions

Compenser les déficits renvoie à deux sortes de stratégies.

La première consiste à organiser un environnement adapté aux besoins de l'élève (par exemple, en facilitant son besoin de bouger et en structurant sa « désorganisation naturelle »).

La deuxième consiste à prévoir les difficultés possibles de l'élève et à agir avant que l'orage n'éclate.

« Compenser les déficits » signifie donc offrir au jeune des conditions extérieures et un encadrement qui facilitent sa réussite malgré ses déficits.

Voici une série de situations fréquemment rencontrées avec un élève atteint de TDA/H et quelques conseils pour mieux y faire face.

Chaque élève étant différent, l'aide apportée à l'un peut s'avérer inadéquate pour l'autre. Par exemple, le travail en petit groupe constitue une aide efficace pour les uns, mais une trop grande cause d'excitation pour les autres.

Nous vous laissons le soin d'adopter avec chaque élève le comportement qui lui conviendra le mieux.

## Problèmes d'attention

L'apprentissage est amélioré lorsque l'on fait appel à plusieurs sens : l'ouïe, la vue, la parole, le toucher et le mouvement. C'est l'enseignement multisensoriel.

La plupart des élèves retiennent 10 % de ce qu'ils lisent, 20 % de ce qu'ils entendent, 30 % de ce qu'ils voient, 50 % de ce qu'ils voient et entendent, 70 % de ce qu'ils disent, et 90 % de ce qu'ils disent et font.

Une approche cumulative, extrêmement structurée et séquentielle, faisant appel aux supports multisensoriels, profite à tous les élèves et bien plus encore à ceux souffrants de TDA/H.

### Comment aménager la classe de manière à réduire les distractions ?

- Faire asseoir les élèves ayant un TDA/H près de votre bureau ou dans la partie de la classe où vous passez le plus de temps.
- Entourer l'élève atteint de TDA/H d'autres élèves qui peuvent servir de modèles positifs.
- Éviter les stimuli pouvant causer des distractions. Essayer de ne pas placer l'élève près du chauffage, des zones à haute circulation, des portes et fenêtres.
- Aménager un coin d'étude à faible stimulus accessible à tous les élèves. Créer par exemple un « bureau » avec une cabine d'étude ou un écran de carton pour que les élèves aient un endroit tranquille où ils peuvent travailler sans être interrompus. Ce bureau doit uniquement être utilisé pour des tâches précises et à des moments définis, ou lorsque l'élève choisit de l'utiliser. Il ne doit pas être vu comme une punition ou une aire de retrait.

### Comment attirer l'attention de l'élève ?

- Solliciter l'attention en émettant un bruit ou en recourant à un signal visuel (comme éteindre et allumer la lumière).
- S'assurer que l'enfant écoute avant de parler, obtenir un contact visuel si possible.
- Le rappeler gentiment à l'ordre quand il est distrait : toucher l'épaule, montrer la feuille du doigt ou un pictogramme.

### L'élève a des difficultés à rester attentif lorsque vous donnez des explications ou des consignes.

- Mobiliser l'attention de l'élève (avoir un contact visuel) avant de faire une demande ou d'expliquer une notion importante.
- S'assurer que l'élève reste attentif pendant toute la durée de l'explication en établissant un contact visuel direct fréquent (regarder l'élève dans les yeux) et en utilisant un signal non verbal établi au préalable avec l'élève afin de récupérer son attention le cas échéant (ex. : lui toucher l'épaule, lever la main, pointer une image sur le bureau, etc.).
- Diminuer les sources de distractions (dans la mesure du possible, placer l'élève sur un

bureau au 1<sup>er</sup> rang, seul ou entouré d'élèves calmes, ne laisser sur le bureau que le strict nécessaire, ...).

- Rester à proximité de l'élève lors de la transmission des consignes.
- Présenter les nouvelles notions point par point, selon un rythme soutenu.
- Intensifier et varier les stimuli : varier l'intonation de la voix, utiliser des couleurs ou des formats différents, des diagrammes, utiliser des signaux auditifs et tactiles.
- Mettre les exercices d'apprentissages d'automatismes en musique ou en rythme.
- Utiliser des consignes brèves, précises et simples (de préférence une consigne à la fois).
- Présenter une vue d'ensemble avant d'aborder des points précis.
- Utiliser des supports visuels et s'y référer lors des explications verbales.
- Répéter et encore répéter les nouvelles leçons ainsi que les anciennes, et ce de manières variées.
- Demander à l'élève de répéter la consigne et lui annoncer à l'avance qu'on lui fera cette demande (il pourra répéter avec ses propres mots, cela pour s'assurer de sa compréhension).
- Féliciter l'élève sur-le-champ lorsqu'il est attentif.

### **L'élève est incapable d'accorder une attention particulière aux détails ou fait des erreurs d'inattention dans ses travaux scolaires ou durant d'autres activités.**

- Vérifier à plusieurs reprises la qualité du travail en cours d'exécution et au besoin recentrer l'élève sur la tâche demandée.
- Apprendre à l'élève à utiliser les panneaux récapitulatifs affichés en classe.
- Apporter une plus grande importance à la qualité plutôt qu'à la quantité de travail effectué, tant dans les travaux à l'école que lors des devoirs à la maison.
- Créer une fiche de suivi sur laquelle l'élève pourra noter ses progrès.

### **L'élève éprouve des difficultés à suivre les consignes jusqu'au bout.**

- Ecrire les consignes au tableau sous forme d'étapes (dessins pour les petits).
- Présenter le travail par petites étapes en permettant à l'élève de consulter l'enseignant entre chacune d'elles (réduit le temps de concentration requis).
- Attendre la fin de l'exécution d'une consigne avant d'entamer l'explication de la suivante.
- Éviter de trop parler pendant le déroulement de la tâche.
- Montrer à l'élève qui accomplit correctement une tâche que vous vous en rendez compte en le félicitant.

### **L'élève est facilement distrait pendant son travail.**

- Diminuer au maximum les sources de distractions (emplacement du bureau, décor de la classe, ...).

- Regarder et questionner l'élève le plus souvent possible.
- Réduire les sources de bruits et de mouvements dans la classe.
- Essayer de fournir à l'élève atteint de TDA/H des photocopies des cours afin de lui éviter de devoir prendre des notes pendant les explications.

### L'élève a de la difficulté à maintenir son attention.

- Utiliser une minuterie ou des rappels fréquents du temps qui reste pour effectuer le travail. (Ex. : « Il reste 10 minutes, 5 minutes, 1 minute, c'est terminé. »)
- Pratiquer un enseignement multi-sensoriel, le plus stimulant possible.
- Donner des explications claires à un rythme soutenu mais pas trop longues.
- Varier les activités.
- Faire le plus de liens possibles avec le concret.
- Pratiquer la participation active (jeux de rôle, stimulation...).
- Lancer des défis.
- Utiliser des ardoises ou petits tableaux blancs : permet à chacun de répondre de manière individuelle.
- Permettre de griffonner sur une feuille ou sur l'ardoise pendant l'écoute.
- Varier l'intensité de la voix et le rythme du discours : plus ou moins fort, plus ou moins vite.
- Répéter plusieurs fois les messages importants.
- Placer l'enfant devant, à côté d'un élève calme.
- L'éloigner des sources de bruit et distractions visuelles.
- S'assurer qu'il ait tout son matériel avant de commencer un travail.
- Ne laisser que le matériel nécessaire sur le bureau.
- Lui permettre de travailler sur ordinateur.
- Diviser les tâches en plusieurs étapes.
- Ramener discrètement l'enfant à sa tâche quand il est distrait.
- Vérifier régulièrement son travail et le remettre dans le droit chemin si nécessaire.
- Lui signaler gentiment les oublis dans les exercices ou les interrogos pour lui éviter de perdre des points à cause de son trouble et non d'un manque de connaissance.
- Si nécessaire, donner plus de temps pour l'interrogation, et/ou permettre à l'enfant de travailler isolé dans une pièce, et/ou diviser une interrogation trop longue en plusieurs parties interrompues par une récréation.

### L'élève ne veut pas, ou démontre qu'il n'aime pas faire, des activités qui exigent un effort mental soutenu.

- Découper la tâche en petites parties et les présenter une à la fois (cacher les autres éléments avec un carton).
- Adapter la tâche au niveau de l'élève s'il présente des difficultés scolaires.
- Permettre à l'élève d'avoir l'aide d'un pair pour exécuter une tâche (ex. : lire les consignes, lire les problèmes à résoudre, etc.).

- Encourager l'élève en le récompensant chaque fois que la tâche fragmentée ou adaptée est complétée de manière acceptable (ex. : autocollants, images, billets de bonne conduite, etc.).

### L'élève oublie fréquemment.

Les pensées de l'élève atteint de TDA/H étant le plus souvent chaotiques, il lui est difficile d'accorder son attention aux tâches routinières de la vie quotidienne. Il oublie ses devoirs, ses affaires de gym, son matériel scolaire...

- En lui apprenant à utiliser un agenda, un planning et des check-lists, vous l'aidez à compenser ses oublis et à prendre ainsi plus d'indépendance.
- Ne pas attendre de l'élève qu'il soit capable d'imaginer, créer et utiliser de lui-même ces outils qui vous paraissent élémentaires. Il est le plus souvent inconscient de ses déficits et est donc absolument incapable de les compenser sans votre aide.
- Favoriser les routines, les automatismes.
- Utiliser des check-lists.
- Vérifier le cartable de l'enfant à la fin de la journée.

## L'organisation

### L'élève semble manquer d'organisation, perd ou oublie les objets nécessaires à ses activités.

- Expliquer aux élèves, dès le début de l'année, quelle sera la structure et transmettre les routines qui seront utilisées.
- Asseoir l'élève à côté d'un pair responsable qui l'aidera à s'organiser (ex. : tutorat, parrainage).
- Utiliser un système de rangement pratique où l'élève conservera le strict minimum et disposer le reste du matériel dans un bac distant de l'élève afin d'éviter l'éparpillement ou la distraction.
- Utiliser un code de couleurs par matière (ex. : autocollant jaune = cahier d'écriture).
- Apprendre à l'élève la meilleure façon d'utiliser le journal de classe.
- S'assurer que l'élève rentre chez lui avec son journal de classe correctement complété, ses cahiers, ses classeurs en ordre et muni du matériel nécessaire à ses devoirs.
- Formuler les instructions et les devoirs tant oralement que par écrit.
- Etablir un ordre de priorité, par exemple en disant : « ceci est la partie la plus importante de ton devoir ».
- Enseigner à l'élève des méthodes de travail.
- Utiliser des calendriers, particulièrement pour la planification des devoirs à faire à la maison et pour les travaux de longue haleine.
- Diviser les travaux en tâches simples et distinctes. Par exemple, pour vendredi achever le plan de travail, pour le mercredi suivant apporter les références concernant la première partie, etc.
- S'assurer que les parents aient bien compris le système de classeurs et de chemises, et

- leur demander de les vérifier chaque jour.
- Créer un réseau de soutien entre élèves, par exemple en transmettant leurs adresses mail, numéros de téléphone, afin de permettre à l'élève de communiquer avec ses camarades si nécessaire.
  - Inscrire clairement le nom de l'élève sur ses objets (boîte à tartine, cartable, plumier) et ses vêtements.
  - Etablir un horaire régulier indiquant aux élèves quand ils doivent nettoyer et ranger leur bureau et leur casier.
  - Fournir aux élèves ayant un TDA/H une « image » ou une photo représentant l'apparence que devrait avoir leur bureau ou leur casier une fois rangé.
  - Rappeler à l'élève de quel matériel il aura besoin.
  - Attirer l'attention de l'élève qui a oublié son matériel, sans le pénaliser pour autant.
  - Féliciter l'élève qui a apporté le matériel demandé.
  - Prévoir du matériel de rechange au cas où l'élève oublie.
  - Encourager les élèves à utiliser des pochettes; à placer le nouveau travail à faire d'un côté et les notes de cours et les travaux corrigés de l'autre.
  - Avant de passer d'un local à l'autre, rappeler à l'élève de se poser la question suivante : ai-je tout ce dont j'ai besoin ?
  - Préparer des exemplaires additionnels de tout document distribué ou du matériel dont l'élève atteint de TDA/H aurait besoin.

### L'élève a du mal à gérer le travail à la maison et les contrôles.

- Donner les instructions relatives aux devoirs, tant oralement que par écrit.
- Utiliser toujours la même partie du tableau pour inscrire les devoirs et leçons.
- Inscrire toutes les dates de remise des travaux sur un calendrier en classe.
- Afficher les devoirs et leçons sur le site web de l'école.
- Noter tous les devoirs et leçons dans un journal de classe « commun » que les élèves peuvent consulter en classe, pour vérifier si le leur est bien complété.
- Utiliser des paniers clairement marqués et demander que les devoirs soient toujours remis en début de cours.
- Etablir des routines pour les dates de remise des travaux et des devoirs, comme par exemple en donnant toujours les devoirs le lundi et en demandant aux élèves de les remettre le jeudi.
- Alléger les devoirs et les leçons le cas échéant.
- Permettre à l'élève de faire ses devoirs à l'ordinateur plutôt que de les rédiger à la main.
- Faire appel à des tuteurs du même niveau ou d'un niveau supérieur pour aider l'élève.
- Permettre à l'élève d'utiliser des accessoires tels que des magnétophones, des calculatrices, des ordinateurs et des correcteurs d'orthographe.
- Aider l'élève à construire des images mentales ou à établir des méthodes de visualisation.
- Accepter que l'élève ne puisse maintenir un rendement constant.

- Adopter un système de notation positif pour les tâches et exercices réussis.
- Préférer noter le fond plutôt que la forme.
- Eviter de pénaliser les fautes d'orthographe dans un contrôle d'histoire, de géographie, etc.
- Eviter de pénaliser les fautes d'inattention, comme par exemple quand l'élève oublie de faire les exercices sur le verso de la feuille.
- Permettre un temps de relâchement de temps à autre.

***Lors des contrôles, attention à bien coter les compétences de l'élève et non son trouble.***

### **L'élève est lent, il est toujours le dernier à terminer un travail.**

- Chronométrer l'élève pour l'aider à avancer plus rapidement.
- Eviter de demander à l'élève d'achever son travail pendant la récréation ou en plus de ses devoirs ; plus qu'un autre, il a besoin de se défouler à l'extérieur.
- Préférer les tests oraux.
- Noter l'élève, dans la mesure du possible, uniquement sur les exercices réalisés (sur un contrôle de 10 questions, si l'élève atteint de TDA/H n'a répondu qu'à 5 d'entre elles en raison de ses difficultés, ne coter que celles-là).
- Eviter les devoirs qui demandent beaucoup de temps.
- Féliciter l'élève le plus souvent possible, y compris pour l'effort accompli.

## **L'agitation**

**L'élève gigote, a des difficultés à rester assis, se tortille sur sa chaise, chipote, court ou grimpe dans des endroits ou lors de situations inappropriées, est toujours en action ou agit comme s'il était doté d'un moteur.**

- Permettre à l'élève d'avoir des objets calmants, tels que balle souple (anti-stress), gomme, qu'il peut utiliser, si nécessaire, afin d'occuper ses mains, sans faire de bruit.
- Prévoir un temps pour abaisser le niveau d'excitation de l'élève avant de reprendre une activité calme (après les récréations ou l'éducation physique, par exemple).
- Aménager un petit coin détente dans la classe afin d'aider l'élève à retrouver son calme. (ex. : petit tapis dans le coin de lecture, etc.).
- Placer les pieds des chaises dans des balles de tennis fendues (afin de limiter le niveau sonore).
- Permettre les sorties à l'extérieur de la classe. Donner à l'élève atteint de TDA/H le rôle de facteur de la classe.

- Confier à l'élève des tâches à exécuter régulièrement en classe, comme distribuer des documents ou ranger le matériel afin de lui permettre de bouger de manière appropriée et utile pendant les heures de classe.
- Permettre à l'élève de sortir de classe quelques minutes pour s'isoler dans un endroit tranquille afin qu'il reprenne le contrôle de lui-même, et ce, de façon autonome si possible.
- Désigner un endroit distant du bureau pour ranger le matériel, afin d'éviter la tentation de jouer ou tripoter.
- Garder seulement les objets nécessaires au travail sur le bureau.
- Permettre à l'élève, dans la mesure du possible, de travailler à l'endroit et dans la position qui lui convient le mieux (ex. : à genoux sur sa chaise).
- Informer l'enfant des consignes particulières et des attentes relatives à son comportement, et ce préventivement à tout événement spécial ou déplacement (ex. : rester près de l'adulte, marcher, etc.).
- Prévoir une activité physique avant une sortie durant laquelle l'élève devra rester calme et assis.
- Utiliser un système de renforcement positif (compliment, autocollant, privilège) pour favoriser l'autocontrôle.
- Intervenir avant que la « tornade » devienne trop intense, anticiper la désorganisation.

### L'élève parle beaucoup ou a des difficultés à s'arrêter de parler.

- Demander à l'élève d'écrire ce qu'il voudrait dire afin de l'entraîner à s'accorder un délai de réflexion et de réduire sa peur d'oublier ce qu'il voulait dire.
- Faire un rappel non verbal avec un signe de la main, ou des pictogrammes, pour demander le silence.
- Utiliser un système de renforcement positif.

## L'impulsivité

Un jeune atteint de TDA/H anticipe moins que tout autre élève les conséquences de son comportement. Il n'a pas la capacité de réfléchir avant d'agir. C'est seulement après coup qu'il constate que ce qu'il a fait était déplacé. Mais c'est déjà trop tard. Cette situation est très frustrante pour lui et difficile à maîtriser.

Il est possible d'apprendre à réfléchir avant d'agir ou de parler, mais cela demande un entraînement long, des efforts considérables de la part du jeune et nécessite donc beaucoup d'encouragements.

L'impulsivité est diminuée par une activité physique régulière et par la pratique de techniques de relaxation.

Apprendre au jeune le vocabulaire qui permet de décrire ses émotions et sensations l'aidera à mieux les verbaliser et, ainsi, de moins passer à l'acte.

Les thérapies cognitivo-comportementales ainsi que la psycho-éducation sont des thérapies efficaces pour apprendre à gérer l'impulsivité et les éclats de colère.

### **L'élève donne sa réponse avant d'avoir entendu la fin de la question, a des difficultés à accepter les délais, vous interrompt ou interrompt les autres lors des conversations, s'impose de façon inappropriée dans un jeu, une discussion ou tout autre situation sociale.**

- Faire un rappel non verbal pour demander le silence ou inviter l'élève à attendre son tour.
- Habituer l'élève à attendre quelques secondes avant de répondre à une question.
- Préparer l'élève à faire une activité en lui expliquant comment se comporter s'il arrive devant une difficulté.
- Faire un retour systématique après les situations difficiles (une fois le calme revenu).
- Favoriser l'autocritique en posant certaines questions (réflexion sur soi, miroir). Par exemple : « Sais-tu ce que tu viens de faire ? », « Penses-tu que tu aurais pu dire cela différemment ? », etc.
- Avant le début d'une situation potentiellement difficile (ex. : la récréation), rappeler à l'élève ce qu'on attend de lui (verbalement, en termes concrets, ou visuellement, à l'aide d'une feuille). Souligner a posteriori les bons comportements.
- Utiliser un système de renforcement positif pour favoriser l'autocontrôle.

### **L'élève a tendance à s'opposer à vos demandes ou à vos exigences.**

- Poser des limites, sans être répressif, mais en demeurant ferme et cohérent. Ne pas entrer dans des discussions complexes.
- Utiliser une feuille de route afin de favoriser la prise de conscience de l'élève face à son comportement et de souligner ses réussites.
- Éviter la lutte de pouvoir en instaurant des règles claires et simples, des conséquences annoncées à l'avance et appliquées telles que convenues, des encouragements constants, des défis à sa hauteur.

### **L'élève présente des changements d'humeur rapides et marqués.**

- Préparer l'élève aux différentes activités en adaptant les exigences ou en lui indiquant le comportement adéquat à adopter face à une difficulté. Par exemple : « Si tu sens ta colère monter, viens me voir. », « Si tu te décourages, lève la main », etc.
- Établir une séquence à suivre lorsque l'élève sent la colère monter (et lui en faire prendre conscience au besoin par un signe non verbal).
- Faire un retour systématique après les situations difficiles (une fois le calme revenu).
- Dans les moments d'anxiété, intervenir en manifestant sa sympathie afin d'aider l'élève à résoudre ses difficultés.

- Faire toujours preuve de fermeté, mais aussi de sollicitude. Ces élèves sont souvent les plus difficiles à aimer mais ce sont aussi ceux qui ont le plus besoin d'affection.

### **L'élève n'applique pas les méthodes enseignées et travaille trop rapidement, sans se questionner.**

- Encourager et enseigner la rigueur à la tâche (travail bien fait), au lieu du travail vite et mal fait.
- Utiliser l'horloge et informer l'élève du temps dont il dispose pour travailler (minimum et maximum).
- Préparer l'élève à faire une tâche en lui expliquant ce qu'on attend de lui avant qu'il débute la tâche.

### **L'élève a des difficultés dans ses relations sociales, donne des coups, bouscule ou insulte, est brusque ou maladroit.**

- Avant le début d'une situation potentiellement difficile (ex. : la récréation), rappeler à l'élève ce qu'on attend de lui. Souligner les bons comportements après la situation.
- Rencontrer l'élève individuellement (en particulier suite à un conflit) afin de lui offrir des conseils spécifiques et explicites pouvant l'aider à comprendre les habitudes sociales (développer les habiletés sociales).
- Développer des « banques de solutions » afin d'élargir le registre de réactions possibles par rapport à la colère ressentie.
- Intervenir aussitôt qu'un comportement inadéquat se manifeste (coup de pied, parole vulgaire, destruction de matériel, etc.) ; imposer une conséquence favorisant la réparation du geste.
- Faire un retour systématique après les situations difficiles (une fois le calme revenu).
- Atténuer la tension par l'humour (dédramatiser).
- Mettre en relief toute forme de réussite pour encourager l'élève à bien agir.

## Participation active

- Utiliser des ardoises ou tableaux blancs pour favoriser la participation individuelle. Quand vous posez une question, chaque élève peut y écrire sa réponse et vous la montrer.
- Ne mettre à contribution que les élèves qui se portent volontaires.
- Structurer les activités de manière à permettre à l'élève atteint de TDA/H de répondre le plus souvent possible lorsqu'il en émet le désir (par exemple en levant la main ou à l'aide d'une ardoise ou d'un tableau blanc).
- Encourager l'élève à participer activement.
- Parler moins : laisser les élèves parler davantage, travailler en groupes, résoudre eux-mêmes leurs problèmes.
- Faire appel à l'apprentissage collaboratif pour promouvoir les aptitudes sociales et laisser plus de temps pour les réponses.
- Attribuer des rôles et des responsabilités à chacun, et laisser les élèves se débrouiller seuls autant que possible.
- Utiliser des objets que les élèves peuvent manipuler. De manière générale, le processus d'apprentissage chez les élèves atteints de TDA/H est amélioré lorsqu'ils peuvent y participer activement.
- Laisser les élèves faire des erreurs, ou même échouer, tout en les encourageant pour leurs efforts.
- Diviser les tâches en plusieurs parties simplifiées.
- Veiller à tenir compte des capacités de chacun.

## Gestion de la classe

- La structure est un élément essentiel à l'élève atteint de TDA/H. Il a besoin avant toute chose de structures claires et bien définies.
- Afficher les règles bien en vue et s'y référer fréquemment (surtout au début).
- Réserver aux élèves ayant achevé leur travail, un endroit à l'écart afin de leur permettre de se lever et de se déplacer sans gêner ceux qui n'ont pas terminé.
- Expliquer aux élèves, dès le début de l'année, quelle sera la structure des cours et transmettre les routines qui seront utilisées.
- Préparer les élèves en planifiant les transitions qui vont se présenter au cours de l'année et tout autre changement susceptible de perturber la routine.
- Être conséquent.
- Maintenir un environnement structuré tout en laissant la porte ouverte à la créativité.
- Donner à l'élève atteint de TDA/H l'occasion d'assumer diverses responsabilités (par ex., chef, enseignant, bibliothécaire, etc.).
- Permettre à l'élève atteint de TDA/H d'utiliser un ordinateur et des logiciels éducatifs susceptibles de l'aider dans sa scolarité.
- Utiliser des panneaux séparateurs afin de créer des zones privées, telles qu'il en existe dans certains bureaux.

- Prévoir plusieurs moments dans la journée pour chanter, bouger ou faire de l'exercice.
- Rencontrer régulièrement l'élève et ses parents pour établir un bilan et définir, si nécessaire, les nouvelles stratégies à mettre en place.
- Garder l'esprit ouvert et rester toujours prêt à dialoguer.
- Veiller à tenir les parents régulièrement informés des progrès de leur enfant et particulièrement lorsque l'élève atteint de TDA/H prend du retard. Les efforts qu'il devra fournir pour rattraper ce retard seront laborieux tant pour lui que pour ses parents. Au plus l'implication des parents sera grande, au plus les chances de succès de l'élève atteint de TDA/H seront élevées.
- Tâcher d'écouter, tant avec vos oreilles qu'avec votre cœur, ce que l'élève et ses parents pourraient avoir à vous transmettre.

## Structure des périodes de transition

Les élèves atteints de TDA/H ont des difficultés avec les transitions. Ils ont du mal à passer d'une activité à l'autre, à se souvenir des étapes, de ce qu'il faut faire ensuite. Ils contrôlent péniblement leurs impulsions durant ces périodes moins structurées.

Ces élèves passent difficilement d'une activité informelle (temps libre, récréation) à une activité de classe plus formelle (lecture individuelle, exercice à faire, écouter un autre élève qui lit).

Il est préférable pour eux de commencer avec des activités structurées et de poursuivre avec une activité moins structurée.

De cette manière, la tâche a davantage de chances d'être menée à son terme.

La planification des activités leur est très utile pour faciliter les transitions.

Avec les enfants plus jeunes on peut utiliser des signaux visuels ou verbaux pour signifier un changement de routine. Ces périodes de transition sont suivies d'une période de travail formelle et structurée.

- Planifier les activités, développer des routines pour faciliter les transitions. Par exemple entre la récréation et le retour au travail, faire réviser un travail d'une session précédente ou distribuer des livres ou des documents.
- Avertir les élèves qu'un changement va se produire afin qu'ils puissent s'y préparer mentalement.
- Utiliser des indices sonores, comme une cloche ou une minuterie, pour indiquer quand il faut faire une pause ou recommencer à travailler.
- Indiquer clairement les changements d'activité. Par exemple, lorsque vous parlez à la classe, arrêtez-vous et dites les informations que les élèves doivent noter.
- Travailler avec les élèves individuellement afin d'établir des paramètres personnels pour les transitions habituelles. Par exemple : la vitesse à laquelle ils marcheront (en silence et à quel rythme); avec qui (seul ou avec un partenaire désigné, au milieu ou au bout de la file); où (du côté droit du couloir)...

- Passer en revue les attentes en matière de comportement avant un spectacle ou une conférence. Les activités avec beaucoup de monde sont difficiles à gérer pour les élèves aux prises avec un TDA/H.
- Offrir un soutien additionnel durant les transitions. Par exemple, lorsque vous vous déplacez d'un endroit à l'autre, donnez une mission à l'élève atteint de TDA/H pour qu'il puisse se concentrer sur quelque chose de positif durant le trajet (lui demander de transporter le cahier de présence ou des livres, discuter amicalement avec lui...).

Grâce aux rappels amicaux réguliers de l'enseignant, ces routines faciliteront les transitions entre les activités et préviendront les incidents éventuels.

## Comment développer l'estime de soi du jeune atteint de TDA/H ?

Le jeune atteint de TDA/H manque de ressources internes. Il a une mauvaise opinion de lui et de ses aptitudes.

Il se croit incapable de mener à bien ses travaux (peu importe son habileté réelle) et démontre moins de maturité que ses pairs dans son comportement avec ses camarades. Il renonce facilement et a des difficultés à faire le lien entre travail et succès et rentre ainsi rapidement dans la spirale infernale : « je n'y arriverai jamais », « je suis nul »...

Dans le cadre scolaire, cela se traduit souvent par une timidité exagérée ou des comportements oppositionnels, provocateurs qui nuisent aux apprentissages.

« Le chercheur Reasonner » parle de quatre sentiments qui composent l'estime de soi :

- Le sentiment de sécurité caractérisé par la compréhension des limites.
- Le sentiment de compétence caractérisé par la capacité à se souvenir de ses réussites passées.
- Le sentiment d'appartenance caractérisé par le fait de pouvoir trouver sa place dans un groupe.
- Le sentiment d'identité caractérisé par la connaissance de soi et l'acceptation de ses forces et faiblesses.

***Les personnes atteintes de TDA/H ont bien plus besoin de modèles et d'encouragements que de critiques.***

***Jan Boon***

Voici quelques pistes pour développer ces différents sentiments chez le jeune atteint de TDA/H :

## Le sentiment de sécurité

- Être présent de manière chaleureuse auprès de lui.
- Établir des règles familiales et scolaires peu nombreuses mais claires.
- Faire vivre des conséquences logiques et naturelles suite au manquement à ces règles.
- Rester constant dans l'application de la discipline.
- Éviter les mots blessants, les critiques constantes.
- Contrôler les facteurs de stress : préparer les changements à l'avance, aider à trouver différentes manières de se calmer en cas de stress.
- Ne pas faire preuve d'ambivalence, ne pas le surprotéger, ne pas faire preuve de laisser-faire.
- Éviter de réagir directement aux comportements provocants ou désobéissants manifestés par l'élève.

## Le sentiment de compétence

- Encourager le jeune quand il se trouve face à une difficulté. Utiliser un langage valorisant.
- Lui fournir des occasions de participer en classe, afin de lui donner des chances de réussir et lui donner les indices, encouragements, rétroactions, corrections et secondes chances nécessaires.
- Trouver des manières pour le féliciter sincèrement, lui donner une attention positive régulière.
- Lui parler de ses difficultés en ménageant sa fierté et en lui donnant des moyens pour s'améliorer.
- Lui fournir fréquemment des occasions de connaître le succès et de développer un sentiment de compétence.
- Lui expliquer, exemples à l'appui, que les erreurs ne sont pas des échecs. L'amener à les accepter. L'inciter à se corriger lui-même et lui permettre, ainsi, d'apprendre de ses erreurs.
- Avoir des attentes réelles, ni trop ni pas assez grandes.
- Susciter sa motivation.
- L'aider à planifier et à être persévérant dans la poursuite de ses objectifs.
- Développer son sens des responsabilités : lui permettre d'être responsable de ses paroles, de ses comportements, du rapport à son travail. Cela lui donne l'occasion de renvoyer l'image d'une personne entière, compétente, capable de s'améliorer, de faire des choix et lui permet de développer son estime de soi.
- Travailler sur le plaisir : construire des démarches autour du plaisir, le plaisir d'apprendre, d'être à l'école, d'exister en classe, d'avoir son mot à dire, de fêter les réussites, de se dire au revoir, de créer, de construire des liens avec les autres.

## Le sentiment d'appartenance

- Améliorer la relation du jeune atteint de TDA/H avec les élèves de la classe.
- L'encourager à se faire des amis et à gérer lui-même ses conflits.
- Promouvoir les échanges coopératifs, le soutien entre pairs, le parrainage. Il est très valorisant pour un jeune d'être capable d'apprendre à un pair ainsi que de recevoir d'un pair.

## Le sentiment d'identité

- Favoriser l'expression des émotions.
- Éviter de poser des étiquettes.
- Mettre l'accent sur ses forces plutôt que sur ses difficultés.
- Faire prendre conscience à l'enfant qu'il est unique au monde.
- Aider l'enfant à surmonter ses difficultés.

*Tu ne peux pas être heureux si tu n'es pas sûr d'avoir de belles qualités. Et, plus tu es jeune, plus tu dépends des autres pour satisfaire ce besoin.*

*Jan Boon*

## Idée pratique :

Remettez à chaque élève un sac de papier. Demandez-lui d'y inscrire son nom de manière lisible.

Ramassez les sacs.

Sur le tableau, affichez : « Nos compliments à une personne très spéciale ».

Écrivez le nom de chaque élève et placez son sac à côté de son nom.

Chaque matin, tirez le nom d'un élève au hasard qui sera la personne spéciale du jour, placez un bout de papier sur chaque pupitre. Ceci fera partie de la routine jusqu'à ce que chaque élève soit passé.

Donnez ces directives : «Écrivez une belle phrase au sujet de notre personne spéciale du jour, pourquoi je l'apprécie, quelles sont ses qualités ».

Une fois complété, révisez afin d'assurer qu'il n'y ait rien de négatif d'inscrit.

Placez les compliments dans le sac de l'élève.

Lisez à haute voix les phrases avec les plus jeunes. Avec les plus âgés, remettez-leur le sac afin qu'il puisse le lire seul. Ceci aide l'intégration, l'acceptation et à faire partie du groupe.

## Comment intervenir lorsque l'enfant atteint de TDA/H fait une crise de colère ?

Certains jeunes atteints de TDA/H sont vite irritables et se fâchent facilement. Ce comportement peut avoir de graves effets négatifs sur leurs relations.

On peut leur apprendre à reconnaître les signes avant-coureurs de la colère, comme un cœur qui bat fort, une sensation de chaleur, les poings serrés ou les dents qui grincent. Pour les aider à prendre conscience de l'intensité de leur colère, on peut utiliser des images comme un thermomètre ou un volcan.

Chaque élève doit apprendre à reconnaître les situations qui risquent de le mettre en colère, par exemple lorsqu'on l'insulte ou qu'on le provoque. Encouragez-le à s'y préparer en imaginant les moyens d'aborder positivement la situation, y compris en se parlant mentalement de manière positive.

On peut l'encourager à utiliser des stratégies de maîtrise de la colère, telles que la respiration profonde, le compte à rebours, le compte jusqu'à 10 ou la visualisation d'une situation agréable.

- Expliquez à l'enfant que tout le monde ressent à un moment donné de la colère : sa maman, son papa, son institutrice, sa grand-mère, son copain, etc.
- Ensuite, interrogez-le sur les comportements de ces derniers lorsqu'ils sont en colère : « est-ce que ton institutrice dit des vilains mots, se roule par terre, casse des objets ? »

Cet exercice a pour but de faire prendre conscience à l'enfant qu'il peut gérer sa colère autrement. Ensuite on cherchera avec lui les « techniques » qui pourraient lui éviter d'exploser, comme par exemple : prendre l'air, parler avec un adulte, se défouler sur un punching ball, respirer profondément, compter à l'envers dans sa tête, penser à autre chose...

Si malgré tout, l'enfant ne parvient pas à se maîtriser, certaines attitudes sont à cultiver lors des crises de colère.

- Isoler l'enfant pour éviter qu'il ne se sente humilié ou qu'il soit dangereux pour les autres ou lui-même.
- Si c'est possible, demander de l'aide à une personne ressource dans l'école (professionnel, direction, éducateur) et se rendre dans un local prévu à cet effet.
- L'intervenant doit rester calme et se montrer empathique. Le jeune est hors de lui, il ne se contrôle plus. Il a besoin de ne pas se sentir jugé.

Il faut qu'il puisse entrevoir « une porte de sortie ». L'intervenant le guidera en lui mettant des limites et en lui indiquant les comportements à adopter. Exemple : « arrête de frapper, assieds-toi et respire calmement. » Ces consignes devront probablement être répétées. Il est nécessaire de continuer à rester bienveillant.

- Certains jeunes ont besoin d'être contenus physiquement. Pour les petits, on peut mettre l'enfant entre les jambes de l'adulte et l'entourer avec les bras, toujours avec beaucoup de bienveillance. L'enfant sentira au travers de son corps les limites dont il a besoin.
- Lorsque le jeune commence à se calmer, on le laisse reprendre ses esprits. Changer d'endroit amène une transition avant de rentrer en classe. Ce n'est pas le moment d'entamer une discussion.
- Prévoir un moment où l'on va revenir sur l'événement. Par exemple, le lendemain matin.

Quelles sont les interventions recommandées lorsqu'on fait un retour ?

- Proposer une fiche de réflexion.
- Demander au jeune de proposer une réparation.
- Préparer la prochaine fois.

À éviter durant la crise : secouer le jeune, le culpabiliser, montrer des signes d'impatience, crier, menacer, faire la morale, insulter, annoncer une punition.

***L'enfant atteint de TDA/H fait des efforts constants, même si cela ne se remarque pas.***

## Le travail scolaire à la maison

### Pourquoi du travail scolaire à la maison ?

Les principaux objectifs des travaux scolaires à la maison sont :

- Permettre de consolider les apprentissages, de mieux assimiler et mémoriser. Répéter est une bonne manière d'apprendre. Quand on le fait peu de temps après l'enseignement, on mémorise mieux.
- Généraliser les apprentissages. Ils permettent par exemple de s'exercer à écrire sans faute dans un autre contexte que celui de l'école.
- Développer l'individualisation de l'effort, l'autonomie dans le travail et les habitudes de travail. Ils préparent à des niveaux plus avancés de scolarisation exigeant plus d'autonomie. L'élève peut être capable de sortir son livre et de lire quand tous les autres en classe font de la lecture autour de lui, mais il peut lui être difficile d'effectuer cette tâche quand il se retrouve seul. Les devoirs peuvent lui servir à être plus volontaire et plus autonome dans ses travaux intellectuels.
- Soutenir la motivation scolaire. Quand les parents consacrent du temps aux travaux scolaires, l'enfant intègre que ceux-ci sont importants. Si les parents ne s'y consacrent

pas, s'ils ne parlent jamais d'école ni des connaissances apprises, n'encouragent pas les efforts effectués, alors l'enfant ressent que ces éléments ne sont pas importants, que ça ne vaut pas la peine de consacrer de l'énergie aux apprentissages scolaires.

Si on n'arrive pas à atteindre ces objectifs, il n'est pas utile de donner des devoirs et leçons. Si cette période de travail est une période de conflits, de disputes, une occasion de démontrer à l'élève qu'il ne comprend rien : il n'y aura pas de consolidation, de généralisation, d'habitude d'autonomie et encore moins de motivation.

Dans ces conditions, il vaudrait mieux supprimer le travail scolaire à la maison et viser leurs objectifs par d'autres moyens.

Toutefois, avant de démissionner on peut tenter d'améliorer la situation.

## Gestion

- Impliquer les parents dès le début de l'année scolaire.
- Donner des devoirs dès le début de l'année scolaire.
- Se renseigner auprès des parents de l'élève atteint de TDA/H sur le temps que ce dernier consacre chaque jour à son travail scolaire à la maison.
- Fixer avec les parents un temps de travail quotidien. Par exemple l'élève doit travailler en primaire au minimum chaque jour une demi-heure mais au maximum une heure et deux en secondaire.
- Si l'élève n'arrive pas à faire tout le travail imparti dans ce temps, ne pas l'en pénaliser.
- Les devoirs devraient être donnés, ramassés et corrigés selon un horaire régulier, et ce, afin d'éviter la confusion.
- Informer les élèves dès le début de l'année des conséquences associées aux devoirs non complétés.
- Établir une bonne coordination entre les enseignants dans les cas où les élèves reçoivent des devoirs de plusieurs enseignants.
- Présenter les devoirs de façon claire, c'est-à-dire avec l'objectif visé, la façon de les compléter, le temps requis, la date de retour, le format requis, le matériel nécessaire et la méthode d'évaluation. Ces informations devraient être données oralement et par écrit.
- Vérifier si les élèves ont bien compris ce qui est demandé.
- Permettre à l'élève de commencer son devoir à l'école, donnant ainsi l'occasion de voir s'il a bien compris ce qui est demandé.
- Mettre en place un système de renforcements pour les devoirs faits et bien faits.
- Encourager les efforts surtout si les résultats ne sont pas à la hauteur de ceux-ci.
- Faire signer par les parents tous les devoirs et toutes les interrogations.

## Le devoir

- Bien identifier l'objectif visé par le devoir. Avec des élèves en difficulté, l'objectif peut être de faire pratiquer certaines notions ou de leur faire compléter leurs travaux de classe.
- Identifier la pertinence du devoir. Les élèves sont plus enthousiastes à faire leurs devoirs et étudier leurs leçons s'ils peuvent en voir le lien avec leur future carrière ou l'utilité dans la vie de tous les jours.
- Ne pas utiliser les devoirs pour l'acquisition de nouvelles connaissances.
- S'assurer que les élèves savent utiliser le matériel requis pour compléter leur devoir.
- Ne pas donner de devoir trop compliqué mais plutôt motivant et intéressant.
- Viser un seuil minimal de réussite de 70%. Lorsque la motivation intrinsèque n'est pas présente, il est important de planifier des devoirs qui seront réussis.
- Donner des devoirs courts, avec des critères d'évaluation basés sur l'effort plutôt que sur la réussite, offrir la possibilité de donner des crédits additionnels, varier les façons de répondre, ex. : phrases à compléter, choix multiples, etc.
- Éviter de donner des devoirs comme punitions.
- Donner à l'occasion des devoirs non-scolaires de type loisir.

## Comment améliorer la situation ?

### Solutions générales

- Prêter attention aux habitudes de vie : obligations après l'école, opportunités d'étudier pendant la journée, activités sportives, loisirs, visites chez des amis.
- Accorder suffisamment de temps à ces activités.
- Favoriser le calme. Eliminer au maximum les stimuli qui pourraient distraire le jeune pendant son travail : sa table de travail doit être dégagée de tout matériel inutile, être située dans une pièce calme, isolée au maximum des bruits de la maison (télé, radio, jeux des plus jeunes,...), entourée de murs les plus neutres possibles (éviter les photos et posters trop attirants). Éviter la musique et les environnements nouveaux, sources de trop de distractions. Eteindre son gsm...
- Bien se préparer, c'est-à-dire avoir un éclairage approprié et les bons outils à portée de main (les bons livres, crayons, papier, etc.).
- Etablir un horaire régulier pour les devoirs et les leçons. Les jeunes atteints de TDA/H travaillent mieux lorsque les activités sont structurées.
- Respecter rigoureusement l'horaire afin d'éviter de consacrer toute la soirée aux études.
- Prévoir des séances de travail interrompues par des pauses; par exemple, 30 minutes de travail, une pause de 10 minutes, et ainsi de suite.
- Travailler au minimum 20 minutes d'affilées sans pause. Chaque arrêt nécessite un moment pour se « re-concentrer ». Trop de pauses nuit au maintien de l'attention. Les pauses ne doivent pas excéder 15 minutes. Ne pas se lancer dans des loisirs trop difficiles à interrompre durant la pause, mais préférer une promenade dehors avec un peu d'exercice.

- Vérifier avec l'enseignant si le temps alloué aux devoirs et leçons à la maison est excessif.
- Insister sur la qualité plutôt que sur la quantité.
- Fixer une limite de temps plutôt qu'un objectif de tâche à réaliser.
- Diviser le travail en plusieurs parties. Diviser le temps total en plusieurs petites périodes de travail entrecoupées d'autres activités. Par exemple, s'il y a 20 problèmes de mathématiques à faire, demander d'en faire seulement cinq, puis prendre une pause. Le jeune atteint de TDA/H a facilement l'impression qu'il va manquer de temps ou qu'il n'arrivera pas à tout faire. Morceler les tâches peut lui donner l'impression qu'il a le contrôle sur le travail à exécuter.
- Aider le jeune à établir des objectifs de travail à court terme.

### Solutions spécifiques

#### *Sur les oublis*

- Compenser, constituer des aide-mémoires.
- Placer une carte-menu sur et dans le cartable qui décrit les étapes à franchir pour le remplir.
- Si nécessaire, avoir recours à un tuteur qui vérifie le cartable avant le départ de l'école pour la maison.
- Laisser à la maison une trousse pour les devoirs.
- Faire régulièrement un tri dans le cartable.

#### *Sur la procrastination* (reporter à plus tard)

- Ne pas attendre trop longtemps (10 - 15 minutes), après le retour de l'école, pour se mettre au travail. Éviter de commencer des activités trop stimulantes et attrayantes, qu'il serait difficile d'interrompre pour aller étudier.
- Rendre le travail plus intéressant en soulignant ce que l'enfant réussit bien.
- Rendre le travail ludique. Par exemple, en utilisant un chronomètre. « Ce serait intéressant de vérifier combien de temps tu mets pour effectuer ces vingt problèmes, je vais le mesurer, commence, je compte les minutes.»
- Faire bénéficier le jeune d'un système de renforcement, variable de préférence, qui récompense l'assiduité.

#### *Sur l'opposition*

- En cas de mésentente sur la manière d'effectuer les travaux scolaires, il est important de contacter l'enseignant pour connaître la méthodologie qu'il préconise.
- Aviser l'enfant qu'on contacte l'enseignant à ce sujet.
- Rendre l'opposition peu payante en évitant d'argumenter, en ne la renforçant pas par l'attention exclusive qu'elle pourrait apporter à l'enfant.

S'il ne fait pas son travail il en subira les conséquences à l'école le lendemain.

**Sur l'éparpillement**

- Aider l'enfant à s'organiser en établissant une routine sur le moment et le lieu des travaux scolaires tout en brisant la plate monotonie par une variation dans les modalités d'exercice. On peut toujours faire les travaux à la même heure, au même endroit et en commençant toujours par le vocabulaire, mais on peut le faire parfois en épelant, parfois en écrivant et parfois en chantant l'épellation sur un air connu.
- Demander à l'enfant de se répéter à voix basse ce qu'il a à faire et comment il va procéder pour le faire.
- Utiliser un enregistreur sur lequel on a enregistré un "bip" à des intervalles variant au hasard d'une minute à quelques minutes. À chaque "bip", l'enfant doit noter sur une fiche s'il était attentif à son travail.
- Favoriser l'activité pendant le travail : il est plus facile de rester concentré lorsque l'on étudie en parlant tout haut ou en écrivant (des plans, certains mots clés ou difficiles...). Le jeune peut aussi étudier debout en circulant ou en imitant le professeur qui donne son cours.

**Sur le trouble d'apprentissage**

- Suivre l'ordre suivant : leçons – devoirs – révision des leçons. Les leçons demandent souvent plus de concentration, or celle-ci est meilleure au début de la période d'étude et se détériore progressivement avec la fatigue. Les leçons nécessitent une révision pour être mieux retenues.
- Redonner du pouvoir à l'enfant sur ses efforts en lui demandant de trouver la meilleure manière pour arriver à faire une activité particulière d'apprentissage (certains lisent mieux quand on cache une partie du texte : cela enlève du champ visuel le reste qui distrait et qui donne l'impression qu'il y en a trop).
- Utiliser des couleurs, des crayons surligneurs pour démarquer les informations importantes.

**Sur la compréhension**

- Fournir de l'aide pour commencer une tâche si l'enfant ne comprend pas ou s'il a de la difficulté à commencer.
- Rendre le travail plus stimulant en le faisant sous forme de jeu : chacun son tour pour lire un mot, mimer l'histoire, etc.
- Si l'enfant n'arrive pas à lire, on peut se permettre de lire à sa place. Il apprend ainsi la structure des phrases, le vocabulaire et la compréhension des textes écrits.

**Sur les conflits**

- Si nécessaire, avoir recours au tutorat ou à une tierce personne pour la période des devoirs. Ne pas oublier pour autant de motiver l'enfant en consacrant, en tant que parent, de notre temps à s'intéresser à son travail scolaire et à ses efforts.

Comme les jeunes atteints de TDA/H subissent déjà beaucoup de critiques et de

remarques négatives, il est préférable que les parents trouvent du temps pour vivre des moments agréables avec eux si la période des devoirs se transforme d'habitude en cauchemar.

## L'enseignant idéal pour un élève atteint de TDA/H

En résumé, l'enseignant idéal devrait :

- Etre informé sur la nature du TDA/H, ses causes, les risques éducationnels associés à ce trouble et sur le traitement multimodal qu'il requiert.
- Etre structuré et bien organisé.
- Etre extrêmement patient, imaginatif et toujours prêt à se remettre en question.
- Utiliser le matériel didactique de manière enthousiaste et stimulante.
- Donner des explications et consignes brèves tout en utilisant le plus de stimuli possibles : bruits, couleurs, gestes... et faire ainsi appel à tous les sens de l'élève.
- Veiller à ce que l'élève soit le moins distrait possible par les stimuli environnants (supprimer de son bureau les objets inutiles, éviter de le placer à côté de la fenêtre, réduire au maximum le bruit dans la classe...).
- Encourager, féliciter quand l'élève travaille bien plutôt que de punir dans le cas contraire.
- Démontrer un sens de l'humour certain.
- Se montrer tolérant et compatissant face aux difficultés du jeune.
- Ne pas hésiter à demander de l'aide (à un autre instituteur, une logopède, un professeur de remédiation...) si l'élève présente des troubles spécifiques de l'apprentissage, mais également, si l'enseignant ne se sent plus la force de faire face à l'élève atteint de TDA/H.
- Être fréquemment en contact avec les parents.

***Il faut avoir beaucoup de patience pour apprendre à un enfant atteint de TDA/H à être patient.***

***Jan Boon***

## Les qualités des élèves atteints de TDA/H

Il est facile de ne considérer que les caractéristiques négatives de l'élève atteint de TDA/H. Il est pourtant bien plus talentueux et doué qu'il ne le laisse paraître.

Le jeune atteint de TDA/H qui a la chance d'être entouré et correctement pris en charge dévoile peu à peu au grand jour ses capacités, jusque-là insoupçonnées car masquées par les traits bruyants de son trouble.

Spontané, enthousiaste, débrouillard, curieux, altruiste, loyal, ingénieux, créatif et créateur, imaginatif, enjoué, meneur, énergique, vaillant, plaisant, enclin à la générosité d'esprit, heureux d'aider, il a un grand sens de l'humour, du ressort, de bonnes capacités d'anticipation, d'observation, d'adaptation et revient toujours à la charge.

Cet élève se révèle très vif, intelligent, doté d'une force et d'une volonté hors du commun, auréolé d'une sensibilité émotionnelle et d'une empathie qui peut être la source d'une vie riche et épanouie.

Il ne tolère pas l'injustice et prend la défense des plus faibles.

C'est un ami affectueux et attentionné, très à l'écoute des autres et qui aime aider les gens.

Certes, il a tendance à oublier les tâches ou instructions données, ou ne s'y conforme pas, et est souvent désorganisé et inattentif, mais possède également de merveilleuses qualités, pour peu que l'on prenne le temps de les découvrir.

Le défi, pour les enseignants, consiste à exploiter ce haut niveau d'activité, cet esprit curieux et cette nature sensible pour aider l'enfant à devenir un élève assidu et heureux, en lui offrant la structure nécessaire pour lui permettre d'assurer sa réussite sur le plan individuel.

Il faut se rappeler qu'il existe derrière cet élève parfois insupportable, un Einstein qui sommeille.

Albert Einstein - John F. Kennedy - Robert Kennedy - « Magic » Johnson - Walt Disney - Greg Louganis - Claude François - Jules Verne - Dr. Edward Hallowell - John Lennon - Tommy Hilfiger - Beth Ditto - Richard Branson (fondateur de Virgin) - Winston Churchill - Agatha Christie - Roberto Benigni - Ann Bancroft - Jim Carrey - Cher - Tom Cruise - Kirk Douglas - Danny Glover - Tracey Gold - Whoopi Goldberg - Mariel Hemingway - Dustin Hoffman - Michael Jordan - Carl Lewis - Steve McQueen - Will Smith - Steven Spielberg - Sylvester Stallone - Lindsay Wagner - Erin Brockovich - Robin Williams - Henry Winkler - Stevie Wonder - Emma Watson (actrice qui joue le rôle d'Hermione dans la série « Harry Potter ») - Michael Phelps (champion olympique de natation) - David Neeleman (fondateur de Jet Blue Airways) - Solange Knowle - Ty Pennington (présentateur de l'émission « Les maçons du cœur ») - Calvin (de la BD Calvin et Hobbes) - Gaston La Gaffe...

Ils sont célèbres et pourtant eux aussi sont atteints de TDA/H... le saviez-vous ?

## En guise de conclusion

Les problèmes scolaires des élèves atteints de TDA/H ont leurs origines dans leur développement neurobiologique. Ils ne sont causés ni par des parents incapables, ni par un mauvais enseignant. Ils ne sont « la faute » de personne : il n'y a pas de coupable.

Enseigner à un élève atteint de TDA/H peut être parfois frustrant et démoralisant. Une méthode, une stratégie, qui fonctionne aujourd'hui ne donnera peut-être aucun résultat demain.

Malgré leurs compétences pédagogiques et en gestion de classe, les enseignants se retrouvent parfois désarçonnés par le comportement des élèves atteints de TDA/H. Malgré cela ils ne baissent pas les bras et partent à la recherche de nouvelles stratégies, de nouveaux outils. Voilà pourquoi ces enseignants méritent toute notre admiration !

Quand on demande aux adultes atteints de TDA/H quel est le facteur qui a le plus influencé leur réussite, ils répondent fréquemment que c'est un enseignant qui croyait en eux.

Si un enseignant peut aider un enfant à mieux réussir à l'école, plus tard, en tant qu'adulte, il aura une meilleure estime de soi. Il utilisera au mieux son potentiel pour réussir sa vie et aura moins de troubles psychiques. Il sera un individu plus intégré, plus heureux, qui aura réussi à faire de sa différence sa force.

Un élève atteint de TDA/H est avant tout un enfant qui, plus encore que les autres enfants, a besoin d'amour, respect et empathie.

## Ressources utiles pour les enseignants

- Association TDA/H Belgique : [www.tdah.be](http://www.tdah.be)
- *TDA/H à l'école* – Pascale De Coster, Anne Geneviève de Longueville, Dr Xavier Schlögel – Éditions Wolters Plantyn (2007)
- *Plan d'intervention pour les difficultés d'attention* – Christiane Drouin, André Huppé – Éditions Chenelière Éducation (2004)
- *Protocole pour aider à mieux intervenir auprès des élèves pouvant présenter un déficit d'attention/hyperactivité* – C. Desjardins – M. Groulx – S. Lavigneur (1999) – Éditions Centre franco-ontarien de ressources pédagogiques.
- *Déficit d'attention et hyperactivité: Stratégies pour intervenir autrement en classe* – Thomas Armstrong – Éditions Chenelière Education (2001)
- *Apprivoiser l'hyperactivité et le déficit de l'attention* – Colette Sauvé – Éditions Hôpital Sainte-Justine (2007)
- *Programme Attentix - Gérer, structurer et soutenir l'attention en classe* – Alain Caron – Éditions Chenelière Éducation (2001)
- *Aider les élèves en difficulté d'apprentissage* – Jean-Charles Juhel – Presses de l'Université Laval (1998)
- *Etre attentif, une question de gestion* – Pierre Paul Gagné – Éditions Chenelière Education (2004)
- *Le trouble du déficit de l'attention/hyperactivité : 4 règles simples pour les parents, les enseignants et les professionnels* – Dr Martin L. Kutscher – Éditions Chenelière Education (2009)
- *Le trouble de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité* – Stacey Bélanger et autres – Éditions CHU Sainte Justine (2009)
- *Des devoirs sans problèmes : guide pratique à l'intention des parents* – Diane Dessaulniers – Éditions Centre franco-ontarien de ressources pédagogiques (1995)
- *Déficit de l'attention et hyperactivité chez l'enfant et l'adolescent* – Isabelle Wodon – Éditions Sodis (2009)
- *Les troubles d'apprentissage: comprendre et intervenir* – Destrempe-Marquez, D. et Lafleur, L. – Les Éditions de l'Hôpital Ste-Justine (1999)
- *Attention, j'écoute : Activités pour développer la compréhension de consignes verbales* – Jean Gilliam DeGaetano, Brigitte Stanké – Éditions Chenelière Éducation (1999)
- *Un enseignant bien outillé, des élèves motivés* – Lisette Ouellet – Éditions Chenelière Éducation (2010)
- *Prévenir et régler les problèmes de discipline* – Mark Boynton, Christine Boynton, Mylène Mercier – Éditions Chenelière Éducation (2009)

- *Les troubles du comportement : un défi à relever* – Fintan J. O’regan – Éditions Chenelière Éducation (2009)
- *Le conseil de coopération : Un outil pédagogique pour l’organisation de la vie de classe et la gestion des conflits* – Danielle Jasmin – Éditions Chenelière Éducation (1994)
- *La gestion des comportements en classe : Et si on regardait ça autrement ?* – Sylvie Dubé – Éditions Chenelière Éducation (2009)
- *La différenciation pédagogique : Enseigner en fonction des styles d’apprentissage et de la mémoire* – Marilee Sprenger – Éditions Chenelière Éducation (2010)
- *La classe différenciée* – Carol Ann Tomlinson – Éditions Chenelière Éducation (2003)
- *Enseigner aux élèves en difficulté en classe régulière* – Susan Winebrenner, Daniel D. Demers – Éditions Chenelière Éducation (2008)
- *Enseigner aux élèves atteints de troubles de santé mentale et d’apprentissage* – Stratégies pour la classe régulière Myles L. Cooley, Geneviève Pelletier – Éditions Chenelière Éducation (2009)
- *Apprivoiser les différences : Guide sur la différenciation des apprentissages et la gestion des cycles* – Jacqueline Caron – Éditions Chenelière Éducation (2002)
- *Différencier au quotidien : Cadre d’expérimentation avec points de repère et outils-support* – Jacqueline Caron – Éditions Chenelière Éducation (2007)
- *Bien s’entendre pour apprendre : Réduire les conflits et accroître la coopération, du préscolaire au 3<sup>e</sup> cycle* – Katia Petersen, Lee Canter – Éditions Chenelière Éducation (2002)
- *Écouter, comprendre et agir : Activités pour développer les habiletés d’écoute, d’attention et de compréhension verbale* – Jean Gilliam DeGaetano, Brigitte Stanké – Éditions Chenelière Éducation (2003)
- *Stratégies d’apprentissage et de réussite au secondaire : Un passeport pour les élèves en difficulté* – Esther Minskoff, David Allsopp, Hélène Boucher – Éditions Chenelière Éducation (2005)
- *Intégrer l’enseignement stratégique dans sa classe* – Annie Presseau – Éditions Chenelière Éducation (2004)

# Plan de bon comportement

Plan de bon comportement de .....

Jour .....

Groupe .....

Instituteur .....

Compléter le tableau avec des dessins ou autocollants

Comportement en classe	Matin	Matin après la récré	Après-midi	Après-midi après la récré
A bien écouté ?				
A levé la main avant de répondre ?				
Est resté à sa place ?				
A travaillé sans interruption ?				
Comportement pendant la récréation	Matin	Midi	Après midi	
A respecté les règles ?				
A joué avec d'autres enfants ?				
A joué seul ?				

3 ••• = Très bien

2 • = Bien

1 • = Peut mieux faire

En cas de mauvais comportement, ne rien indiquer.

Signature de l'enseignant

Signature de l'élève

Signature des parents

## Liste de vérification du cartable : à la maison

- Trousse (stylo, crayon, gomme, règle, feutres, crayons de couleur)
- Journal de classe : signé ?
- Classeur de toutes sortes de choses : correspondance donnée ?
- Classeur des contrôles : contrôles signés ?
- Classeur du travail à domicile
- Livre de lecture
- Livre de calculs
- Classeur d'éveil
- Boîte à tartines (en-cas, boisson)
- (le mardi) sac de sport
- (le mardi) sac de natation
- Mouchoir
- Médicaments

Signature des parents

Signature de l'élève

## Liste de vérification du cartable : à l'école

- Trousse
- Journal de classe : tous les devoirs et leçons y sont notés ?
- Classeur de toutes sortes de choses : la correspondance s'y trouve ?
- Classeur des contrôles
- Classeur du travail à domicile.
- La feuille à compléter y est-elle ?
- Les instructions sont-elles complètes ?
  - Livre de lecture
  - Livre de calculs
  - Classeur d'éveil

Signature de l'enseignant

Signature de l'élève

# Fiche d'observation de l'élève

Nom .....

Classe .....

Semaine du ..... au .....

	Lundi matin	Lundi après-midi	Mardi matin	Mardi après-midi	Mercredi	Jeudi matin	Jeudi après-midi	Vendredi matin	Vendredi après-midi
A son journal de classe									
A ses devoirs									
A sa trousse									
A son sac de sport									
A son journal de classe									
Met son manteau au portemanteau									
Est respectueux des autres en geste									
Est respectueux des autres en parole									
Lève la main pour répondre									
Commence son exercice spontanément. maximum 3 minutes après le départ									
Fait entièrement l'exercice									
Maintient des efforts malgré ses erreurs									
Reste assis sur sa chaise pendant 15 minutes									
Ne chante ou ne fredonne pas pendant toute une heure de cours									
Ne mordille pas son crayon en résolvant des exercices									

Signature de l'enseignant

Signature de l'élève

Signature des parents

## Fiche de réflexion

Nom : ..... Date : .....

1. Dis-moi dans tes mots ce qui est arrivé (Parle-moi de ce que tu as fait, des personnes qui étaient avec toi)

.....  
 .....  
 .....

2. Dis-moi quelle est ta responsabilité dans ce qu'il s'est passé.

.....  
 .....

3. a) Est-ce que l'action que tu as faite a causé des ennuis à quelqu'un ? À qui ?

.....  
 .....

b) Quels inconvénients découlent de ce que tu as fait ?

.....  
 .....

4. Pour la prochaine fois, trouve une ou plusieurs façons d'agir qui vont te permettre d'éviter les conséquences désagréables

.....  
 .....

5. Je, ....., m'engage à mettre en action mes nouveaux moyens sinon je subirai la conséquence suivante :

.....  
 .....

Signature de l'enseignant

Signature de l'élève

Signature des parents

# Suggestions de récompenses

## Comment peut-on récompenser en classe ?

Tout d'abord en utilisant le renforcement social, c'est le plus facile à utiliser.

Il s'agit de l'attention de l'enseignant face à un comportement désirable.

L'auteur Line Massé rapporte que les enseignants donnent 3 à 15 fois plus d'attention aux comportements dérangeants qu'aux attitudes positives de leurs élèves.

Pourtant, féliciter augmente la possibilité de revoir le comportement apparaître.

Une autre façon de récompenser la classe peut passer par la mise en place d'un système de défis qui, lorsqu'ils sont relevés, donnent droit à un privilège.

Par exemple : défi n°1 : je soigne mon écriture. Ce défi sera évalué par l'enseignant de façon quotidienne sur la feuille des étoiles. Au bout de 10 étoiles récoltées, l'élève peut choisir un privilège dans la liste conservée bien précieusement par l'enseignant.

Le système des bons points peut également être appliqué.

A chaque comportement appréciable de l'élève, ce dernier reçoit un bon point ou un autocollant. La simple reconnaissance de l'enseignant et les félicitations des parents peuvent suffire, la récompense n'est pas un passage obligatoire.

Des diplômes peuvent également être décernés.

Les notes accompagnées d'encouragements (même si elles sont insatisfaisantes) peuvent également motiver l'enfant à s'améliorer.

Reconnaître l'effort plus que le résultat donnera de l'énergie à l'enfant. Vous verrez alors très rapidement vos efforts récompensés.

## Voici quelques idées de récompenses :

- Dessiner au tableau
- Travailler au bureau de l'enseignant
- Jouer à l'ordinateur
- Choisir une activité qui sera faite en classe
- Recevoir un autocollant
- Avoir une période de temps libre
- Avoir un congé de devoir
- Envoyer un message positif aux parents
- Dîner avec l'enseignant
- Passer une récréation à l'intérieur
- Aller lire un livre aux élèves plus jeunes
- Obtenir un diplôme
- Passer 20 minutes dans une autre classe
- Apporter un CD et l'écouter en classe
- Amener la mascotte de la classe à la maison
- Choisir une récompense dans la boîte à surprise
- Être le « mini prof »
- Avoir sa photo affichée au tableau d'honneur
- Aider le ou la concierge
- Décorer la classe
- S'occuper de l'animal de la classe
- Organiser le souper de classe
- Recevoir un billet « compte sur moi »

## Diplôme de l'élève attentif

remis à

.....

Ce diplôme indique

que des efforts spéciaux ont été faits en classe

## Une belle journée !

Le prix est décerné à

.....

Aujourd'hui tu as fourni des efforts exceptionnels  
pour demeurer attentif,  
tu mérites une reconnaissance spéciale

## Certificat d'amélioration

décerné à

.....

Tu fais des progrès magnifiques !

## Le champion de la récréation !

Tu mérites une reconnaissance spéciale

## Sources

- *Concentration et mémorisation, comprendre et optimiser en quelques mots !* Nicole Laporte
- Chevalier N, Guay M C, Achim A, Lageix P, Poissant H (2006). *Troubles déficitaires de l'attention avec hyperactivité : soigner, éduquer, surtout valoriser*. Québec : Presse de l'université.
- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders (DSM-IV)*.
- Lezak, M. (1982). *The Problem of Assessing Executive Functions*. *International Journal of Psychology*, 17, pp.281-297.
- Gillet, P., Hommet, C. et Billard, C. (2000). *Neuropsychologie de l'enfant : une introduction*, Solal.
- Alberta, Direction de l'éducation française, (2001). *Enseigner aux élèves ayant des troubles d'apprentissage*.
- Reasonner, Robert W. *Building self-esteem, Parent's guide*, Palo Alto, California, 1982.
- Association TDA/H Belgique : [www.tdah.be](http://www.tdah.be)
- *TDA/H à l'école* – Pascale De Coster, Anne Geneviève de Longueville, Dr Xavier Schlögel – Editions Wolters Plantyn
- *Plan d'intervention pour les difficultés d'attention* – Christiane Drouin, André Huppé – Editions Chenelière Education
- *Protocole pour aider à mieux intervenir auprès des élèves pouvant présenter un déficit d'attention/hyperactivité* - C. Desjardins - M. Groulx - S. Lavigreur
- *Déficit d'attention et hyperactivité: Stratégies pour intervenir autrement en classe* - Thomas Armstrong - Editions Chenelière/McGraw-Hill
- *Apprivoiser l'hyperactivité et le déficit de l'attention* - Colette Sauvé – Editions Hôpital Sainte-Justine
- Destremes-Marquez, D. et Lafleur, L. (1999). *Les troubles d'apprentissage : comprendre et intervenir*, Les éditions de l'Hôpital Ste-Justine.
- *Aider les élèves en difficulté d'apprentissage* : Jean-Charles Juhel - Presses de l'Université Laval
- *Enseigner aux élèves en difficulté en classe régulière* – Susan Winebrenner – Editions Chenelière Education
- *Etre attentif, une question de gestion* – Pierre Paul Gagné – Editions Chenelière Education
- *Le trouble du déficit de l'attention/hyperactivité : 4 règles simples pour les parents, les enseignants et les professionnels* – Dr Martin L. Kutscher – Editions Chenelière Education
- *Le trouble de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité* – Stacey Bélanger et autres – Editions CHU Sainte Justine
- *Des devoirs sans problèmes : guide pratique à l'intention des parents* – Diane Dessaulniers – Editions Centre franco-ontarien de ressources pédagogique
- *Homework and Students with Learning Disabilities and Behavior Disorders: A Practical, Parent-Based Approach* Auteurs: Jenson, William R., Sheridan, Susan M., Olympia, Daniel and Andrews, Debra
- *Source: Journal of Learning Disabilities*, Vol.27, p.538-548 (1994)
- *Barkley RA. Attention Deficit Hyperactivity Disorder: A Handbook for Diagnosis and Treatment 2nd Edition*. The Guilford Press 1998. New York.
- *Why teach social skills to learning disabled students ? Sharon Vaughn, Journal of Learning Disabilities*, Vol. 18, no 10, Décembre 1985 4 p.
- *DSM-IV, Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, American Psychiatric association* Traduction française, Paris, Masson, 1996, 1056p.
- *Biederman J et al. Functional impairments in adults with self-reports of diagnosed ADHD: A controlled study of 1001 adults in the community. J ClinPsychiatry*.2006 Apr; 67:524-540.
- Bergh, R. M. (2004). *Explaining ADHD: A Paediatrician Talks to Parents*. Ottawa: Nicro Publishing.
- Kutscher M. L. (2003) *ADHD Book: Living Right Now! White Plains, New York: Neurology Press*.
- Nadeau, K.G. (2006) *Survival Guide for College Students with ADHD or LD*. New York: Magination Press.
- DU PAUL, G.B.; BANKERT, C.L.; ERVIN, R.A. (1994). *Classwide Peer Tutoring: A School-Based Academic Intervention for ADHD*, The ADHD Report, Vo.2, no.4, p.4-5.
- GREENE, R. (1993) *Conceptualizing Teacher Involvement with ADHD Students*, The ADHD Report, Vol.1, no.1, p.7-8.
- GREENE, R. (1993) *Classroom Problem Solving Steps... for Teachers*, The ADHD Report, Vol.1, no.6, p.7-8.
- LUISELLI, J.K. (1994) *A Multicomponent Classroom Intervention for Independent Academic- Productivity*, The ADHD Report, Vol.2, no.5, p.5-7.
- MARCHANT, C. (1994) *Consulting with Classroom Teachers about Children with ADHD*, The ADHD Report, Vol.2, no.3, p.7-8.
- *Practical Recommendations for Using Homework with Students with Learning Disabilities* Auteur : Patton, James R. - Source: Journal of Learning Disabilities, Vol.27, p.570-578 (1994)

Cette brochure est l'édition revue et augmentée du  
*Guide à l'attention des enseignants confrontés au TDA/H* © 2006.  
Elle est éditée par l'asbl TDA/H Belgique et a été rédigée par  
Stéphanie de Schaetzen et Pascale De Coster.  
Nous remercions le Docteur Catherine Gillain, Mademoiselle Valentine Anciaux et  
Mademoiselle Hélène Delory pour leur aide précieuse.

*hyperactivité*  
*troubles associés*  
**TDA/H BELGIQUE**

© TDA/H Belgique 2010

TDA/H Belgique asbl  
Tél. : 0484 177 708 • [info@tdah.be](mailto:info@tdah.be) • [www.tdah.be](http://www.tdah.be)

Si vous désirez soutenir les actions de l'asbl TDA/H Belgique  
rejoignez-nous en adhérant :  
[www.tdah.be/commentadherer.htm](http://www.tdah.be/commentadherer.htm)



Avec le soutien du  
Service de l'éducation permanente  
Direction générale de la Culture  
– Communauté française



Avec le soutien de  
la Communauté française Wallonie-Bruxelles



Brochures disponibles sur demande :  
[www.tdah.be/brochures.html](http://www.tdah.be/brochures.html)



Les adaptations pédagogiques permettent à ceux qui apprennent différemment, d'avancer dans leur cheminement scolaire.  
Ce guide fournit des outils pratiques pour réussir au mieux ces adaptations.

TDA/H : Trouble Déficitaire de l'attention  
avec ou sans Hyperactivité

[www.tdah.be](http://www.tdah.be)