

Quelques conseils pratiques

- ✓ Garder en tête que l'enfant ne le fait pas exprès.
- ✓ Lors des activités, se limiter au strict nécessaire.
- ✓ Limiter la présence de distracteurs sur le bureau.
- ✓ Intégrer des activités physiques permettant à l'enfant d'évacuer son trop plein d'énergie.
- ✓ Veiller à ce qu'il ait une place stratégique (près de l'enseignant, loin de la fenêtre).
- ✓ Valoriser les bons comportements.
- ✓ Mettre à sa disposition des outils lui permettant de bouger (coussin d'équilibre par exemple).
- ✓ Privilégier les explications plutôt que les punitions.
- ✓ Instaurer un code discret de rappel à la tâche (ex. : main sur l'épaule, pictogramme...).
- ✓ S'assurer que l'enfant soit attentif au moment de la consigne.
- ✓ Donner une consigne à la fois. Elle doit être claire, simple et courte.

Quelques sites utiles

www.enseignement.be (rechercher « tda/h »)

www.tdah.be

www.attentiondeficit-info.com

Contact PMS



*J'ai un enfant inattentif
et/ou hyperactif
dans ma classe,
comment l'aider ?*





Signes qui font penser à un TDA/H (avant 5 ans)

Au niveau de l'inattention

- ✓ Difficulté à terminer une tâche.
- ✓ Distraction importante, l'enfant semble dans la lune et perd des choses importantes.
- ✓ Évitement des tâches nécessitant un effort soutenu.
- ✓ Mauvaise gestion du temps et de l'organisation.
- ✓ Répétition des consignes souvent nécessaire.

Au niveau de l'impulsivité/hyperactivité

- ✓ Agitation permanente.
- ✓ Difficultés à partager la parole.
- ✓ Impatience face à l'attente.
- ✓ N'a peur de rien, peut se mettre en danger.



Comprendre

Le trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H) est un trouble neurodéveloppemental.

Il se manifeste par des symptômes durables :

- ▶ **déficit de l'attention**
- ▶ **impulsivité**
- ▶ **hyperactivité**

L'enfant présente des difficultés à inhiber et à contrôler ses idées, ses gestes, ses comportements et émotions.

5 à 8 % de la population présente un TDA/H.

Les enfants peuvent présenter des phases d'inattention ou d'hyperactivité sans pour autant présenter un TDA/H. Les enfants diagnostiqués présentent plusieurs symptômes de manière régulière, sur une longue période de temps au quotidien.

Si l'on veut améliorer le comportement, il faut d'abord s'occuper des sentiments.

Haïm Ginott

Agir

Pourquoi ?

- ▶ Pour éviter le développement de frustrations.
- ▶ Pour éviter l'impact des difficultés attentionnelles ou de son hyperactivité sur ses apprentissages.

Comment ?

- ▶ Prendre contact avec les parents pour déterminer s'ils remarquent aussi des difficultés attentionnelles ou de l'hyperactivité chez leur enfant.
- ▶ Faire appel au Centre PMS afin d'aiguiller les parents dans leur recherche de solutions.
- ▶ Prendre contact avec les éventuels professionnels qui travaillent avec l'enfant (logopède, neuropsychologue...).