

TDAH: L'enfant atteint de TDAH



Le trouble déficitaire
de l'attention
avec hyperactivité

Cordula Neuhaus

Salmon Pharma
Une filiale de



Salmon Pharma GmbH
St. Jakobs-Strasse 90
CH-4002 Bâle, Suisse

www.salmon-pharma.com

83000127025



Impressum

**TDAH:
L'ENFANT ATTEINT
DE TDAH**

par **Cordula Neuhaus**

Psychologue diplômée

Pédagogue diplômée

Psychologue pour enfants

Alleenstrasse 29

D-73730 Esslingen, Allemagne

Téléphone: 0711 / 36 70 14

Fax: 0711 / 36 78 73

Editeur:

SALMON PHARMA GMBH

St. Jakobs-Strasse 90

CH-4002 Bâle, Suisse

www.salmon-pharma.com

MEDICE

Arzneimittel

Pütter GmbH & Co. KG

Kuhloweg 37

D-58638 Iserlohn, Allemagne

Avoir en classe un enfant atteint de TDAH

Chère enseignante,
Cher enseignant,

L'une des conditions essentielles de succès du traitement du TDAH chez un enfant ou un adolescent est la collaboration entre enseignant et thérapeute.

Nous sommes conscients des difficultés qu'éprouve un enfant TDAH dans le cadre de l'enseignement avec d'autres enfants.

Les rapports quotidiens avec l'enfant ne sont souvent pas faciles, c'est pourquoi nous avons réuni dans ce guide d'information quelques conseils qui pourraient vous être utiles.



Les enfants qui ont des difficultés d'attention ont besoin d'un enseignement très structuré.



Pour nombre d'entre eux, le soutien direct de leur attention est la seule manière de pouvoir maintenir leur concentration durant toute la leçon.

Placez si possible un enfant atteint de TDAH au premier rang ou dans un angle de la classe qui vous permette de garder pratiquement toujours un œil sur lui. En gardant le contact visuel avec l'enfant et en vous adressant personnellement à lui, sans qu'il n'y paraisse aux autres, vous obtiendrez une meilleure attention de sa part. Si vous déambulez régulièrement entre les pupitres, dirigez l'attention de l'enfant vers l'action en cours en adoptant une posture adéquate: sa tête tournée en direction de la tâche à accomplir, soit le tableau, soit le cahier de l'élève, voire une indication où il doit poursuivre son travail sur sa feuille.

L'enfant doit se rendre compte que l'enseignant n'est pas indifférent à ses problèmes et qu'il est prêt à l'aider.



Les enfants TDAH sont extrêmement sensibles à la «qualité-relationnelle»; ils sentent tout de suite si une personne les respecte tout en étant capable de leur tenir tête (ou: de les encadrer).

Si les deux s'accordent, le contact avec l'enfant posera peu de difficultés; des problèmes seront en revanche inévitables si l'adulte prend pour une attaque personnelle les manifestations de l'enfant TDAH.

Dans ses relations avec un enfant TDAH, l'enseignant doit se montrer «attentionné», mais ferme afin que l'enfant s'habitue à une structure fixe et soit ainsi capable de se sortir de son propre chaos. L'objectivité basée sur une acceptation amicale, dans l'uniformité d'un cadre fixe, sans outrepasser les capacités de l'enfant, en lui indiquant les possibilités de solution au lieu de le culpabiliser, est sans nul doute la meilleure voie à suivre.

L'enfant souffre beaucoup de ses sautes d'humeur et de ses performances inégales et sait fort bien que «quelque chose ne va pas» chez lui. Il est vain de lui rappeler sans cesse ses insuffisances; au contraire, il est important de renforcer les dispositions de l'enfant à faire des efforts et pas seulement d'en juger les résultats.

Un enfant atteint du TDAH avec hyperactivité ne fait pas délibérément le pitre pour gêner son entourage. A y regarder de près, son hyperactivité est souvent une suite d'actions sans but ni plan précis: parce qu'il est facilement distrait, l'enfant ne peut se guider lui-même.

Du point de vue biologique, l'hyperactivité est résultante de l'irritabilité issue de l'insuffisance du filtrage des stimuli liée à ce syndrome.

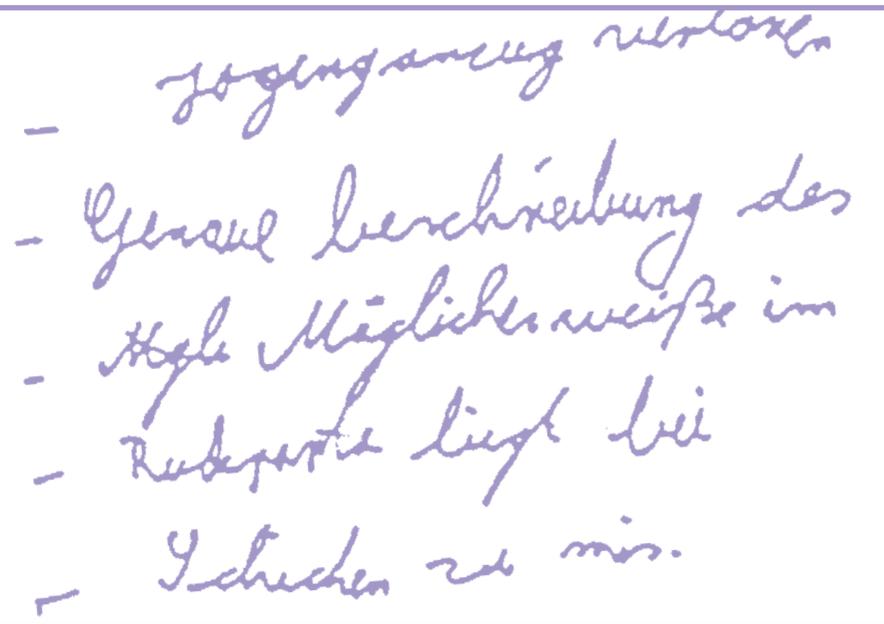
Les pitreries ne constituent pas non plus le plus gros problème; celui-ci se trouve bien plus dans le haut niveau d'excitation de l'enfant, et on ne fait que l'aggraver en s'acharnant à ses écarts.



Il est inutile de faire la morale à un enfant atteint de TDAH, car il n'est pas maître de son comportement. Le critiquer pour des futilités, par exemple en lui disant «Mais viens enfin t'asseoir!» ne fait que le provoquer.

Les «punition» ne servent à rien – sinon à stigmatiser l'enfant atteint de TDAH et à exposer la facette la plus sensible de son problème d'attention. L'enfant réagit conformément à la théorie sociologique de l'anomie – à quoi bon, de toute manière je suis un idiot, un bête, un marginal, etc. – et se comporte en conséquence. Il est préférable de désamorcer la querelle; une punition écrite à faire à la maison pose déjà beaucoup de difficultés à l'enfant et aurait pour seul effet d'exporter ses difficultés scolaires.

Tous les enfants atteints de TDAH ont des difficultés à contrôler leur force brute, en particulier dans le domaine de la graphomotricité. L'enfant a une vilaine écriture dès que l'on lui demande d'écrire vite et beaucoup. Son écriture empire s'il a en plus un problème de coordination motrice. L'écriture exige beaucoup d'efforts de la part de l'enfant, qui n'a dès lors plus la capacité de contrôler simultanément son orthographe. Il fait donc de nombreuses fautes qui ressemblent plus à un «cocktail» de fautes d'étourderie qu'à des signes de dyslexie.



- zögerliches Verhalten
- Genaue Beschreibung des
- Höhe Möglichkeiten im
- Rubrik liegt bei
- Suchen zu mir.

L'écriture d'un enfant TDAH n'est jamais comparable à celle d'un enfant normal. Là encore, il est important de valoriser la disposition de l'enfant à faire des efforts et non le résultat. Il est expressément déconseillé d'invoquer sa mauvaise écriture pour baisser ses notes. Il vaut la peine d'inviter les enfants plus âgés à écrire en caractères d'imprimerie et à laisser les enfants plus jeunes à une écriture plus simple.

La perception et le rendu d'une forme dans un dessin, par exemple, ne sont souvent pas développés en fonction de l'âge réel, limités qu'ils sont par un style de perception plus de proche en proche que global. Ceci a également des effets p. ex. sur la structure du lieu de travail et sur l'identification et la recherche d'objets situés dans l'environnement immédiat de l'enfant. Il vaut mieux aider l'enfant à s'organiser que s'emporter sur son désordre.

L'enfant oublie souvent de mettre dans son sac des livres ou des cahiers dont il aura besoin ce jour-là, ou alors il transporte toujours sur lui tout ce qu'il utilise à l'école. Que l'enfant n'arrive pas retrouver une chose qui lui manque ne veut pas dire qu'elle a disparu: cela signifie qu'il ne sait pas où il l'a mise et comment la retrouver.

Beaucoup d'enfants atteints de TDAH présentent **d'autres insuffisances fonctionnelles** visuelles, auditives, voire tactiles, lesquelles causent fatalement des retards et des difficultés dans les apprentissages techniques, y compris parfois chez des enfants d'intelligence normale.

En général, la place de ces enfants n'est pas dans une école spécialisée!

Tous les enfants TDAH développent des intérêts pour des domaines particuliers dans lesquels ils peuvent acquérir un savoir exceptionnellement détaillé et précis. Souligner et mettre en avant ce savoir peut avoir un effet de motivation énorme chez ces enfants.



La planification et la coordination motrice sont des domaines où les enfants TDAH ont souvent des difficultés. Mettre et ôter leur manteau, se rhabiller après la piscine ou le cours de gymnastique leur prend plus de temps ou alors ils s'habillent très sommairement.

Ne jamais ridiculiser l'enfant, mais venir avec lui de quelques petites règles auxquelles il devra se conformer.

Ce n'est que vers la 5^e ou 6^e année qu'un enfant «hyperactif» ne sera vraiment capable de **lever la main et d'attendre qu'on lui donne la parole**. Toute admonestation est inutile et ne fera qu'accroître le niveau d'excitation.

Il est utile:

- de faire participer intensivement l'enfant en classe, ou
- d'ignorer ses appels et
- en cas de perturbation manifeste, d'aller rapidement vers l'enfant, d'entrer en contact physique avec lui et de lui donner des consignes calmes, brèves et claires.

Notifier le comportement attendu est plus efficace que dire à l'enfant ce qu'il ne doit pas faire.

L'enfant TDAH se signale souvent par une logorrhée, c.-à-d. un bavardage incessant ponctué d'expressions scatologiques ou sexistes empruntées ailleurs qu'à la maison! Néanmoins, il adopte volontiers tout ce que son environnement lui offre d'«intéressant».

Ces diatribes verbales ne visent jamais qui que ce soit à titre personnel, mais sont surtout des manifestations non ciblées d'un certain mécontentement.

Une forte excitation causée p. ex. par des admonestations de l'enseignant peut pousser l'enfant à formuler des attaques très dures qui peuvent être très blessantes.

Une acuité de perception souvent intense en dépit d'une attention fugace, d'une part, et un fort besoin de s'exprimer correspondant à son niveau d'excitation, d'autre part, conduit l'enfant souffrant de TDAH à «vider son sac» d'une manière dont il aura profondément honte plus tard au moment de la confrontation.

Conclusion: ne pas prendre personnellement à cœur de telles attaques verbales, mais interrompre l'enfant calmement et de manière directive, éventuellement l'exclure de la classe. Plus l'enseignant réagit sereinement, meilleures seront ses chances d'être reconnu et accepté par l'enfant.

L'enseignant devra réagir de manière tout aussi calme et sereine, et néanmoins très directive, aux **menaces verbales** et aux **expressions de refus** de l'enfant. Les menaces de punition ne l'exciteront que davantage. Le mieux est de réagir immédiatement par un bougonnement amusé («Oh ! là, oui, je te crois! »ou« Tu en es sûr?») sans tonalité moraliste. Le cas échéant, on peut aussi l'ignorer purement et simplement.

En cas d'éclat (après tout, même les enseignants ne sont que des humains), il est utile de sortir brièvement de la salle de classe avec l'enfant. Il ne partira pas en courant si la situation est prise en main avant qu'elle ne «dérape».

Il est important de ramener ensuite l'enfant dans la classe et de reprendre le ton habituel en s'abstenant de commenter la situation. On pourra reprendre la discussion quelques heures plus tard quand l'enfant se sera calmé!

Ne jamais "faire la morale" après un éclat, ceci ne ferait qu'accroître le niveau d'excitation de l'enfant (en plus de lui donner mauvaise conscience).

Dans l'ambiance de fin de journée, bien des enfants ne sont plus capables d'écouter – et encore moins de noter – leurs devoirs pour la fois suivante à la fin d'une heure de classe.

C'est en général parce qu'ils n'en peuvent vraiment plus, et non par mauvaise volonté.



L'enseignant en dernière heure aura avantage à faire inscrire les devoirs par les élèves dans leur carnet dès le début de la leçon. Cela déchargera aussi de nombreuses mères dans leur lutte quotidienne pour retrouver les devoirs de leur enfant. On peut instituer le contrôle systématique du carnet de devoirs à condition que cela devienne une habitude pour l'enfant. C'est le seul moyen pour les mères d'avoir un contrôle tout en préservant la confiance.

Remarque: un enfant TDAH ne fera que ce qui a été annoncé, exigé puis contrôlé.

Si un enfant TDAH ne fait pas ses devoirs scolaires, l'enseignant devra y réagir dans un cadre interne à l'école en lui donnant des devoirs de rattrapage et autres tâches supplémentaires en rapport avec la matière.

Les appels à domicile et les plaintes au sujet de l'enfant **ne font que stresser des parents déjà stressés**; ils connaissent le problème mais ne peuvent rien changer à la situation scolaire de l'enfant. Les parents sont maîtres à la maison, les enseignants le sont à l'école.

Les rappels à domicile ne font qu'augmenter le niveau d'irritation des parents à la maison, et de perturbation de l'enfant à l'école. Plus l'enseignant est structuré, mieux cela vaut pour un enfant TDAH.

Cela implique des interrogations sur les mots appris et le contrôle des devoirs en classe, par exemple. Cela implique également des explications claires, une phase de questions en retour, une phase d'exercice.

L'enfant TDAH ne pourra traiter un problème de manière autonome que s'il est très motivé pour un sujet particulier.

Les enfants à l'attention labile doivent être assis seuls dans toutes les situations, non pour les punir, mais pour les aider.

Si un enfant atteint de TDAH est à la traîne, ne trouve pas son livre de maths ou s'éternise sur le premier mot d'un texte, il est utile de conclure un petit contrat («Je te donne un point chaque fois que tu auras préparé toutes tes affaires aussi vite que les autres pour le début de l'heure de maths»). Ce contrat sera reconduit chaque jour/semaine en fonction de l'âge de l'enfant, de ses succès et de leur régularité.

L'enfant peut être confronté à des problèmes sociaux divers – n'autorisez pas le caftage!

Les autres enfants savent très bien comment provoquer un enfant TDAH. Cela vaut particulièrement pour un enfant hyperactif. L'enseignant qui n'aura pas été témoin direct des faits ne pourra pas administrer de sanctions sans commettre d'injustice.



L'enfant TDAH qui considère avoir été injustement traité voit son niveau d'excitation augmenter à l'infini. Prostré sur sa chaise en classe, il couvrera sa vengeance pendant toute l'heure de cours et s'éclatera peut-être sous les yeux de son professeur dès la prochaine occasion – prenant l'enseignant **complètement au dépourvu**.

La meilleure solution dans ces cas: séparer les enfants et passer à l'ordre du jour. L'enseignant pourra inclure un «quart d'heure social» dans une autre heure de cours ou un autre jour de classe. **C'est le meilleur moyen d'éviter que l'enfant devienne «l'agité de la classe» et le souffre-douleur de ses camarades.**

Pendant les heures de gymnastique, les enfants TDAH ne peuvent se défouler sur le plan moteur, car l'agitation motrice augmente l'excitation interne, ce qui veut dire que plus l'enfant peut se dépenser physiquement, plus il aggrave son agitation. Le problème ne peut pas être résolu d'un coup de sifflet. L'enseignant devra donc fixer avec l'enfant un contrat raisonnable d'activité motrice et déterminer un lieu où l'enfant peut aller se calmer.

Les enfants TDAH ne sont souvent pas en mesure d'appréhender un danger et mesurer leurs limites. S'ils sont particulièrement excités, la plus grande prudence est de rigueur.

Il faut absolument éviter qu'un enfant TDAH soit **tourné en ridicule** par d'autres enfants, notamment s'il se meut maladroitement (il en va de même pour les enfants ayant des troubles de la coordination motrice).

Il ne faut en aucun cas les **provoquer** ni les tourner en ridicule, il vaut bien mieux leur proposer de l'aide et les encourager.

De manière générale, tourner un enfant en ridicule doit être proscrit: par exemple, les rédactions des enfants TDAH sont souvent brèves, non pas parce qu'il ne leur vient rien à l'esprit, mais parce que l'écriture leur pose de grandes difficultés (ils auraient aimé venir au monde avec une secrétaire et un dictaphone). Les enseignants le savent: les exposés oraux de ces enfants sont souvent d'une qualité surprenante, mais leur version écrite est un vrai désastre...



Les enfants TDAH font souvent des fautes en mathématiques, non pas parce que c'est leur branche faible, mais parce qu'ils sont incapables de bien aligner les chiffres sur le papier ou de tracer un trait droit en géométrie.

Tout jugement dépréciatif les démotive considérablement.

Sans revendiquer un rôle exclusif, l'enfant TDAH est à tous égards un défi pour l'enseignant; cependant, plus l'enseignant montrera à l'enfant qu'il l'apprécie, connaît ses points forts, est prêt à l'aider dans ses faiblesses, sera amical, serein, aimablement directif et prévisible, plus il favorisera un facteur non négligeable: l'enfant percevra l'enseignant comme un véritable être humain, par lequel l'enfant se sentira très rapidement **«superstimulé»**. Cela crée une puissante motivation pour l'enfant qui travaillera désormais pour son professeur, et le potentiel perturbateur se réduira automatiquement.

Il vaut la peine de viser cet objectif, l'enfant TDAH et ses parents en seront reconnaissants, et le milieu de la classe y gagnera beaucoup en compétence sociale.

Cordula Neuhaus