

Trouble déficitaire de l'attention /hyperactivité (TDA/H)



Le trouble déficitaire de l'attention et/ou hyperactivité-impulsivité est un trouble neurodéveloppemental dont les critères diagnostiques selon le DSM-5 sont définis selon deux modalités : une persistance de l'inattention et/ou une hyperactivité-impulsivité qui interfère avec le fonctionnement scolaire, social et de la qualité de vie.

Le TDA/H

Déficit d'attention

Dirigée: focalisation sur une tâche
Partagée: traitement simultané de plusieurs stimuli
Soutenue: état de concentration persistant
Hypovigilance: reconnaissance/discrimination de stimuli

Hyperactivité et impulsivité

Activité motrice excessive, intense
Actions précipitées
Désorganisation
Dysfonctionnement motivationnel

... Et Troubles associés

- **Autres troubles neuropsychologiques : troubles des apprentissages**
- **Comportementaux d'opposition et des dysrégulations émotionnelles**
- **Anxiété de performance**

Conséquences potentielles

- **Interactions sociales problématiques**
- **décrochage scolaire**
- **Diminution de l'estime de soi**
- **Qualité de vie altérée**

Principales manifestations « TDA/H »

- Concentration, attention difficile
- Organisation du travail problématique
- Facilement distrait
- Oublis et perte fréquents d'objets
- Conformité aux consignes difficiles
- Remuant
- Difficulté à attendre
- Parle beaucoup, interrompt
- Intolérance aux délais
- Procrastination

Bibliographie/webographie

- APA. (2015). *DSM-5®: Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux*. Elsevier Masson.
- Marais, H., & Romo, L. (2018). *Conséquences et prise en charge du TDAH chez les étudiants*. Présenté à 48ème Congrès AFTCC, Paris.
- Sauvé, L., Racette, N., Bégin, S., & Mendoza, G. (2016). *Quelles sont les stratégies d'apprentissage que les étudiants universitaires ayant un ou des troubles d'apprentissage ou un déficit d'attention doivent apprendre à utiliser ? Éducation et francophonie, 44(1), 73-95.*
<https://doi.org/10.7202/1036173ar>
- Vera, L., & Gaillac, V. (2016). *Prendre en charge les adultes souffrant de TDAH*. Dunod.

Facilitateurs identifiés / à l'environnement physique de travail

- Réduire le nombre et l'intensité des stimulations
- Séquencer rigoureusement le travail
- Alternier régulièrement travail et pause

Quelques facilitateurs identifiés au regard de la CUA*

Lignes Directrices CUA

Exemples de déclinaisons

I.1.1 Proposer divers moyens de personnaliser la présentation de l'information.	- Mettre à disposition les contenus du cours dans des formats courts et épurés
I.2.3 Soutenir le décodage des textes, de la notation mathématique et des symboles.	- Ecrire des phrases et paragraphes courts, concrets - Utiliser un lexique explicite et une syntaxe simple
I.3.3 Guider le traitement, la visualisation et la manipulation de l'information	- Limiter les distracteurs - Communiquer les informations progressivement - Diviser et regrouper l'information de façon significative
II.4.2 Optimiser l'accès aux outils et aux technologies de soutien	- Limiter les affaires de travail - Utiliser des agendas papier ou électronique avec système de rappel pour l'organisation quotidienne - Limiter les écrans
III.6.2 Soutenir la planification et l'élaboration de stratégies	- Favoriser l'élaboration d'un plan général de travail - Encourager le temps de relecture
III.6.3 Faciliter la gestion de l'information et des ressources	- Produire des documents lisibles, aérés - Limiter le nombre de consignes
III.7.3 Minimiser les risques et les distractions	- Veiller à un environnement d'apprentissage calme - Prévoir des temps de pauses dans son agenda
III.8.4 Augmenter le retour d'information pour une plus grande maîtrise	- Encourager à répéter, reformuler les consignes de travail
III.9.2 Promouvoir les attentes et les idées qui optimisent la motivation	- Encourager à étudier/réviser sous forme de jeux - Proposer et organiser des prises de notes en binôme