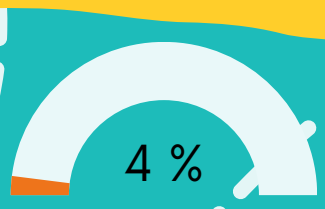
TDA/H

TROUBLE DÉFICITAIRE DE L'ATTENTION AVEC OU SANS HYPERACTIVITÉ

C'EST 4 % DE LA POPULATION. AUTREMENT DIT, UN ÉLÈVE PAR CLASSE.



QUÉSACO ?

C'est un trouble neurodéveloppemental caractérisé par l'inattention, l'hyperactivité ou l'impulsivité. Les manifestations du TDA/H sont nombreuses et diversifiées. Certains enfants présentent davantage d'hyperactivité et d'impulsivité, alors que d'autres ont plus de symptômes d'inattention.

UN SUPER POUVOIR

Je déborde d'énergie et d'enthousiasme face aux défis intellectuels. Je suis rapide et efficace quand j'aime ce que je suis en train de faire. Je suis très sensible.

LE REVERS DE LA MÉDAILLE

Un rien me distrait. Mes pensées s'enchainent à la vitesse de la lumière dans ma tête. Les oublis, les retards et l'impulsivité peuvent mener à des conflits et même à des attitudes de rejet.

CE DONT J'AI BESOIN

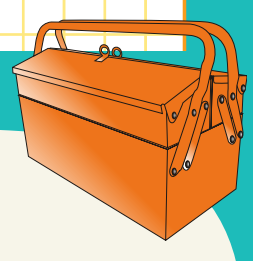
La communication entre les spécialistes, mes parents et moi-même est primordiale ! Le neuropédiatre peut définir un traitement sur mesure incluant une prise de médicaments et de la psychothérapie.

VRAI

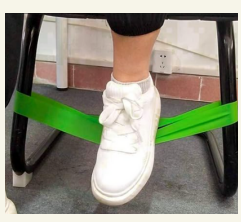
- Être TDA/H, c'est pour la vie.
- Il est souvent associé à d'autres troubles.
- Le manque d'attention varie en fonction des situations.

FAUX

- C'est un problème d'éducation.
- Le TDA/H disparait à l'âge adulte.
- Il est causé par les jeux vidéos.
- Un traitement médicamenteux soigne durablement.
- Le TDA/H est dû à la paresse.



BOITE À OUTILS



CHOISIR UNE ASSISE ADAPTÉE

RENFORCEMENT POSITIF IMMÉDIAT

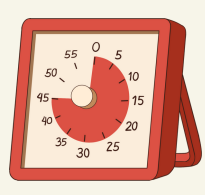
RELANCER L'ATTENTION

LIMITER LE NIVEAU SONORE ET LES DISTRACTEURS

PLANIFIER

SUPPORTS VISUELS

CONSIGNES SIMPLIFIÉES



TIME TIMER