

Aider les élèves ayant un trouble de déficit d'attention/hyperactivité à mieux réussir à l'école



Line Massé, Ph. D.
Professeure titulaire

Département de psychoéducation, UQTR
<http://www.uqtr.ca/line.masse>

Réseau entre aides 2013, 7 février 2013

Plan

- Les principales difficultés d'apprentissage des élèves ayant un TDA/H
- Les solutions
 - Aménager l'environnement d'apprentissage
 - Favoriser l'écoute
 - Compenser ou limiter l'agitation
 - Prévenir ou limiter la désorganisation



2

Les principales difficultés à l'école

- 75 % des enfants qui vont être référés pour des difficultés comportementales.
- Environ 50 % vont développer des problèmes d'opposition avant la fin du secondaire.
- De 20-25 % vont développer des problèmes d'anxiété.
- Plus de 75 % vont développer des difficultés d'apprentissage.

3

Les difficultés d'apprentissage chez les enfants ayant un TDA/H

Environ 8,4 % de la population générale présente des difficultés d'apprentissage.

Difficultés d'apprentissage	TDAH	TDA
Difficultés d'apprentissage	71 %	66 %
Lecture	33 %	31 %
Orthographe	25 %	22 %
Expression écrite	63 %	59 %
Mathématiques	26 %	21 %

4

Les déficits liés au TDA/H qui ont un impact sur le plan scolaire



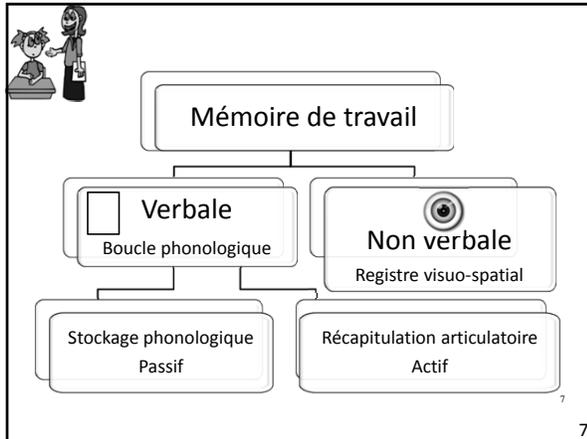
5

La mémoire de travail



- Utilisée pour des tâches qui requièrent l'entreposage et le traitement mental de l'information pour les besoins d'une tâche.
 - Ex. : transcrire des mots écrits au tableau.
- 2 aspects : capacité et efficacité
 - Pas de problème de capacité
 - Difficulté pour le stockage des éléments d'information
 - L'anxiété aggrave la mémoire de travail de plusieurs enfants ayant un déficit d'attention.

6



La mémoire de travail verbale

(Boucle phonologique ou mémoire auditive)

- 1 Stockage phonologique (passif)
 - ⇒ Réception des informations.
 - ⇒ Les informations proches phonologiquement (chat, chien, chant) sont plus difficiles à retenir que ceux qui sont dissemblables (bras, jambe, cou).
 - ⇒ Cette information s'altère rapidement.
- 2 Boucle récapitulatoire (actif)
 - ⇒ Répétition des informations dans sa tête.

8

Quels sont les impacts des déficits sur le plan de la mémoire verbale?

Ces déficits rendent difficile :

- Le traitement des sons
 - Se rappeler les sons
 - Les fusionner: **s + a = sa**
 - Les séparer:
 - Sur le plan des sons: « Dans son, j'entends « S » « ON ».
 - Sur le plan des syllabes: **mai/son**
- Apprendre l'association son/lettre
- Écrire des sons dans l'ordre correct
- Se rappeler les consignes verbales

9

La mémoire de travail visuelle

- La plus affectée chez les individus ayant un TDA/H

10

Quels sont les impacts des déficits sur le plan de la mémoire visuelle?

Ces déficits rendent plus difficile :

- De se souvenir de la forme des lettres ou du contour des mots et de reconnaître automatiquement les mots à partir de leurs caractéristiques visuelles.
- De lire rapidement.
- De se rappeler ce qui vient d'être lu.
- D'écrire les mots dans le bon sens.
- D'épeler les mots qui ont des lettres qui ne s'entendent pas (ex. : gant) ou qui sont doubles (ex. : comme).
- De garder ses idées en tête et de se rappeler ce qu'il veut écrire.
- De maintenir le fil conducteur de ses idées.
- De demeurer en lien avec le sujet tout en écrivant.
- De s'orienter.

11

La mémoire à long terme

- ▣ Stockage des éléments d'information pour une longue période de temps
- ▣ Capacité illimitée pour le stockage
- ▣ Capacité sélective de récupération l'information désirée.
- ▶ Pas de problèmes particuliers si l'information a été bien encodée.
- Les enfants ayant un TDA/H recourent moins à des stratégies de mémorisation.
 - Ont donc plus de difficulté à retrouver l'information mémorisée.

12

Les facettes de l'attention	
Intensité	Sélectivité
 Vigilance	 Attention sélective ou dirigée
 Attention soutenue ou maintenue	 Attention partagée ou divisée

13



Les difficultés liées à l'attention soutenue

- Difficulté à maintenir son attention
 - Surtout lorsque les stimuli sont répétitifs ou que les tâches sont très familières ou mécaniques ou le rythme lent.
 - Davantage besoin de stimulations; si ce n'est pas assez stimulant, produit ses propres stimulations
 - Plus facilement distrait par ce qui se passe autour de lui, plus dans son environnement **proximal** que distal
 - Surtout les conversations
 - Impact négatif sur la mémoire à long terme

14



Quels sont les impacts des difficultés liées à l'attention soutenue?

- Nuisent à la productivité à la tâche et au nombre d'erreurs commises surtout si la tâche est longue et exigeante.
 - Entraîne des erreurs de calcul (ex.: oubli de la retenue)
 - Entraîne trois aspects de la lecture :
 - 1) L'application de la connaissance des correspondances graphème-phonème dans le décodage des mots non familiers
Ex.: le graphème EAU = son O
 - 2) La formation des représentations orthographiques du mot
 - 3) La compréhension en lecture

15



Les difficultés liées à l'attention dirigée ou sélective

- Difficulté à sélectionner les éléments d'information les plus importants.
 - ⊗ Tant à l'oral qu'à l'écrit.
 - ⊗ Surtout quand l'information est subtile, ambiguë ou abondante.
 - ⊗ Plus de problèmes quand des éléments visuels non pertinents sont inclus dans la tâche.
 - ⊗ Moins de problèmes quand les tâches sont faciles ou familières ou que l'enfant maîtrise les notions de base.

16

Les autres difficultés liées à l'inattention

- Difficulté à partager l'attention 
- Difficulté à se mettre au travail ou en action 
- Difficulté à suivre les règles ou les consignes 
- Difficulté à s'organiser
 - Difficulté à organiser les idées
 - Difficulté à diviser la tâche en partie
 - Difficulté à planifier

17

Les autres difficultés liées à l'inattention

- Oublis fréquents, perte ou détérioration de biens personnels ou du matériel de travail 
- Difficulté à maintenir un effort ou à centrer son énergie sur une tâche 
- Difficulté à s'adapter en cours d'action et tendance à la surpersévérance 
- Mauvais sens du temps 
- Mauvaise perception de l'espace 

18

Les difficultés liées à l'impulsivité

- **Difficulté d'autocontrôle**
 - Réponse prématurée
 - Exécution rapide au détriment de la qualité
 - Difficulté à suivre des étapes sans soutien externe
 - Difficulté à adapter son niveau d'excitation selon la situation
- **Faible inhibition comportementale**
 - Difficulté à arrêter les réponses spontanées ou à mettre fin aux réponses en cours
 - ⇒ Moins de problèmes quand les tâches sont faciles ou prévisibles
 - Difficultés à arrêter les comportements inappropriés
 - Difficulté à s'ajuster en cours d'action et tendance à la surpersévérance

19

Les difficultés liées à l'impulsivité

- **Faible tolérance au délai de gratification**
 - Tendance très forte à la recherche de plaisir immédiat
 - Difficulté à attendre
 - Moins d'efforts fournis lors de la réalisation des tâches, surtout les tâches ennuyeuses
- **Prise de décisions rapide**
 - Difficulté à évaluer l'éventail des réponses possibles lors de la résolution de problèmes
 - Agit sans considérer les conséquences de ses actes

20

Quels sont les impacts des difficultés liées à l'impulsivité?

- Difficultés dans leurs relations sociales.
- Opposition avec les adultes.
- Nuisent à l'ensemble du processus d'écriture.
- Utilise moins de stratégies de lecture.
- La lecture et l'écriture vues comme des tâches frustrantes
 - Abandonne facilement
 - Surtout si l'enfant n'a pas une bonne préhension du crayon ou une bonne position de travail.

21

Les difficultés liées à l'hyperactivité

- **Niveau excessif d'activité motrice (éveillé ou non) ou verbale**
 - Bouge plus si la tâche est ennuyeuse ou lorsqu'il y a peu de stimulations disponibles
 - Bouge plus en après-midi
- **Difficulté à contrôler leur niveau d'activité**

22

Les difficultés liées à l'hyperactivité

- **Comparativement à des enfants sans TDA/H :**
 - Remuent la tête deux fois plus
 - Bougent le corps entier trois fois plus
 - En bougeant, couvre presque quatre fois plus d'espace
 - Ont des mouvements plus grossiers

23

Les déficits sur le plan des habiletés motrices

- Plus de 50 % des enfants ayant un TDA/H ont des déficits sur ce plan (Gagné, Chevalier, Boucher, Verret et Guay, 2008 ; Harvey et Reid, 2003).
- Réponse perceptuelle et motrice plus lente.
- Mouvements sont plus grossiers.
- Motricité fine plus faible.
- Coordination visuomotrice plus faible.

24



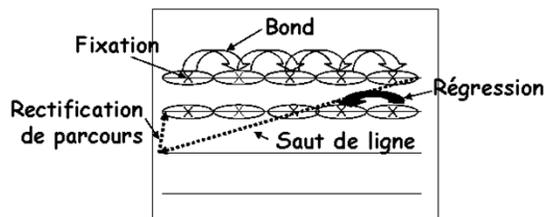
Quels sont les impacts scolaires des déficits sur le plan des habiletés motrices?

- Les déficits sur le plan de la motricité fine
 - Difficulté à écrire avec précision, à effacer et à transcrire les données sans faire d'erreurs
 - Difficulté à remettre des travaux propres
 - Nuisent à la prise du crayon et la pression exercée peut rendre plus fatiguant l'acte d'écrire
- Les déficits sur le plan visuo-moteur
 - Difficulté à se situer dans l'espace, ex. : écrire sur les lignes, commencer au bon endroit ou écrire dans le bon sens, aligner des chiffres.
- Perdre l'endroit où ils sont rendus lorsqu'ils lisent. 25

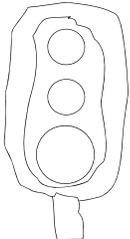


Quels sont les impacts scolaires des déficits sur le plan des habiletés motrices?

Difficulté possible en lecture



26



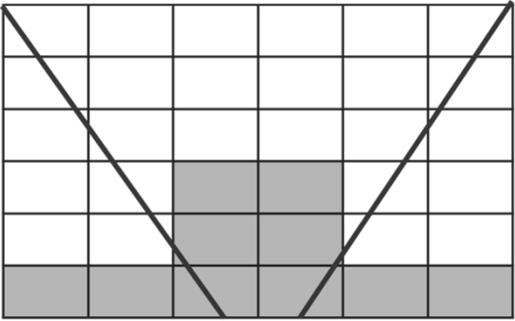
Les solutions

27

Aménager
l'environnement
d'apprentissage



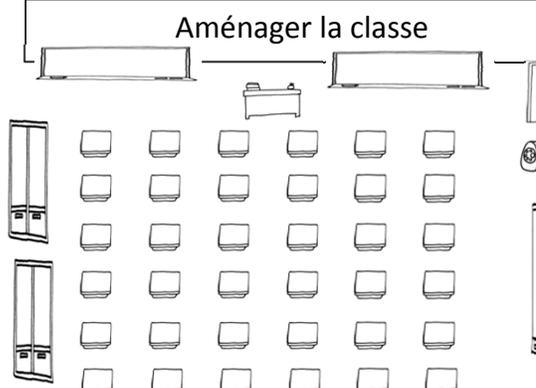
28



■ = zone de participation  = champ visuel

29

Aménager la classe



30

Aménager son espace de travail

31

Vérifier sa position de travail

32

Aménager son espace de travail à l'école

33

Fournir des outils pour faciliter la calligraphie ou l'écriture

34

Fournir des outils pour faciliter l'apprentissage – Lecture

35

Adapter le matériel

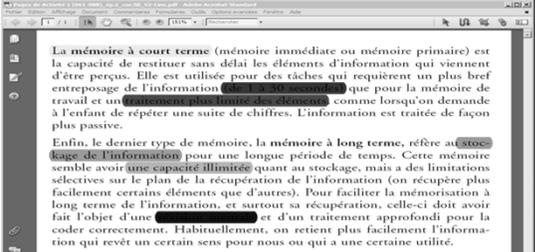
- Augmenter la taille des polices utilisées ainsi que l'espacement entre les lignes.

37

Utiliser la couleur



- Utiliser des marqueurs visuels (couleurs, **gras**, **soulignement**, etc.) pour mettre en évidence les informations importantes.



La mémoire à court terme (mémoire immédiate ou mémoire primaire) est la capacité de restituer sans délai les éléments d'information qui viennent d'être perçus. Elle est utilisée pour des tâches qui requièrent un plus bref entreposage de l'information que pour la mémoire de travail et un **traitement plus approfondi** comme lorsqu'on demande à l'enfant de répéter une suite de chiffres. L'information est traitée de façon plus passive.

Enfin, le dernier type de mémoire, la mémoire à long terme, réfère au **stockage de l'information** pour une longue période de temps. Cette mémoire semble avoir une **capacité illimitée** quant au stockage, mais a des limitations sélectives sur le plan de la récupération de l'information (on récupère plus facilement certains éléments que d'autres). Pour faciliter la mémorisation à long terme de l'information, et surtout sa récupération, celle-ci doit avoir fait l'objet d'une **encodage** et d'un traitement approfondi pour la coder correctement. Habituellement, on retient plus facilement l'information qui revêt un certain sens pour nous ou qui a une certaine utilité.

Adapter le matériel

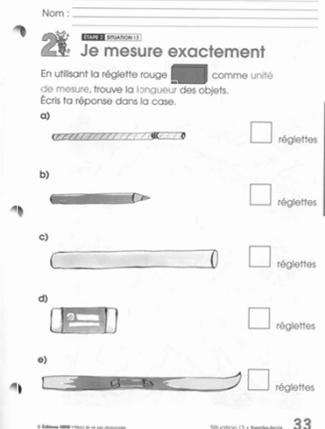


- Plier la page ou utiliser des caches afin que seulement une partie du texte soit accessible à la fois.
- Utiliser des illustrations et des graphiques qui aident à la compréhension du texte.
- Utiliser du matériel qui n'est pas trop chargé et qui est bien organisé au plan visuel; simplifier la présentation au besoin.
- Éliminer les éléments visuels attrayants, mais non pertinents

42

Adapter le matériel

- Utilisation d'images pour illustrer les propos
- Mise en évidence des mots clés
- Aération de la page



Nom : _____

Je mesure exactement

En utilisant la réglette rouge comme unité de mesure, trouve la longueur des objets. Écris ta réponse dans la case.

a)  réglettes

b)  réglettes

c)  réglettes

d)  réglettes

e)  réglettes

43

Limiter les oublis et les pertes d'objets



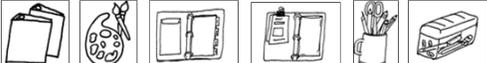
- Avoir certains effets scolaires en double (pour les effets que l'enfant transporte régulièrement) ou s'assurer d'avoir du matériel de remplacement disponible
- Disposer d'un rangement fixe et facile des articles pour les devoirs
- Identifier les vêtements ou les objets à son nom; limiter leur nombre le plus possible (par exemple en remplaçant la tuque et le foulard par un passe-montagne)
- Préparer d'une « Boîte bon départ » (boîte qui reçoit tout au long de la soirée et jusqu'au départ de l'enfant, tous les objets requis pour le lendemain, à mesure et aussitôt qu'ils deviennent disponibles; l'enfant s'assure que la boîte est vide à son départ)
- Fournir une liste de vérification à cocher

44

L'aider à organiser son matériel scolaire



- Cartables et chemises faciles à distinguer pour chacune des matières (système de couleurs, collants thématiques)
- Cahier à anneaux adapté (séparateurs, pochettes de plastique, pochettes collées, pinces pour retenir les feuilles volantes)
- Coffre à crayons qui tient debout et qui permet facilement de voir son contenu
- Boîte de rangement transparente



45

Adapter de la tâche



- La technique du sandwich
 - Débuter par une tâche intéressante et facile.
 - Poursuivre par une tâche plus difficile ou moins appréciée.
 - Terminer par ce qui est le plus facile et le plus intéressant.
- S'il arrive qu'on manque de temps, il est préférable de commencer par le plus urgent.
- Réduire la quantité de matériel présenté ou le découper en partie et présenter une section à la fois
- Encadrer l'enfant au début de la réalisation des consignes ou faire de la précorrection

46

Pour favoriser l'attention partagée

- ❑ Se placer près de l'élève pour donner les directives et utiliser son matériel
- ❑ Donner une consigne à la fois et donner à l'élève le temps d'exécuter la première directive avant de donner la deuxième
- ❑ Favoriser les automatismes pour certaines procédures
- ❑ Fournir des feuilles de travail avec des phrases à compléter

47

Sensibiliser au temps



Logiciel de tâches

- Clear
- Notebook
- To do
- Etc.

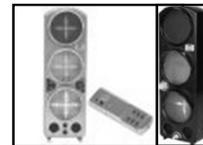
48



Favoriser l'écoute

49

Réduire le niveau de bruit



50

Attirer l'attention



- 🔔 Sollicitez l'attention en émettant un bruit ou en recourant à un signal visuel (comme éteindre et allumer).
- 🔔 Utilisez des messages humoristiques non verbaux afin d'aider l'élève à prendre conscience qu'il est déconcentré.
- 🔔 Utilisez un code non verbal permettant d'indiquer au jeune qu'il n'est pas attentif.
- 🔔 Se rapprocher physiquement.
- 🔔 Chercher le contact visuel.



51

Comment faire efficacement une demande



- 1 Soyez sûr que l'élève prête attention à ce qui lui est dit :
« Arrête, regarde et écoute. »
- 2 Éliminez, si possible, toute distraction avant de donner une directive. Ne jamais parler dans le bruit.

52

Comment faire efficacement une demande

- ③ Faites une demande brève, concrète, affirmative, directe et sur un ton neutre et ferme.
- ❖ Pas une question ou une faveur.
- ❖ Pas un long discours.
- ❖ Les directives les plus efficaces comptent moins de 10 mots.
- ❖ Dire ce qu'il doit faire et pas seulement ce qu'il ne doit pas faire.

53

Comment faire efficacement une demande

- ④ Donnez une directive à la fois.
- ⑤ Demandez à l'élève (ou aux autres élèves) de répéter la directive donnée ou de l'expliquer dans leurs propres mots.
- ⑥ Allouez au moins 5 secondes à l'élève pour répondre avant de répéter la consigne.
- ⑦ Organisez les consignes dans un ordre logique en insistant sur le nombre d'étapes.
 - Faire des descriptions de tâches et des rappels pour les consignes plus longues.
 - Utiliser des chiffres plutôt que des lettres pour marquer les étapes.

54

Procédures ou routines claires

Quand j'arrive en classe le matin,

1. je défais mon sac calmement;
2. je place mon sac dans mon casier;
3. je regarde le menu de la journée;
4. je prépare le matériel nécessaire à la première activité;
5. je travaille en silence sur mon projet personnel.

55

À reformuler

- Marc est assis en arrière de la classe. Il a un amas de petites boules de papier devant lui. Il lance ces petites boules de papier sur les autres élèves. L'enseignant dit : « Arrête de lancer ces boules de papier aux autres élèves. »
- Alex importune son voisin, prend ses objets et le traite de toutes sortes de noms. L'enseignante dit : « Qu'est-ce que tu fais là? Est-ce que c'est respectueux? Calme-toi, donne-lui ses choses et va t'asseoir à ta place en silence. »

56

Les petits pas

Pour qui?

- ☞ Pour ceux pour qui les transitions sont difficiles

Comment?

- ☞ Question ou petite demande avant de faire une demande qui exige plus d'efforts.

57

Pour favoriser mon écoute...

1. Je prends la position d'écoute. 
2. Je dépose les objets que je manipule. 
3. Je pose mes mains sur mes cuisses ou sur mon pupitre. 
4. Je regarde l'enseignant et je l'écoute en silence. 
5. Je m'éloigne des sources de bruits ou je demande que l'on réduise le bruit autour de moi. 
6. Je demande que l'on répète la consigne au besoin. 

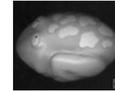
58

Compenser ou limiter l'agitation



59

Répondre au besoin de bouger



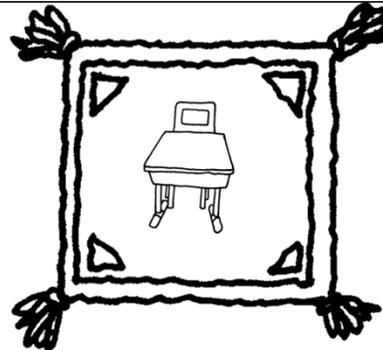
60

Varié les positions de travail



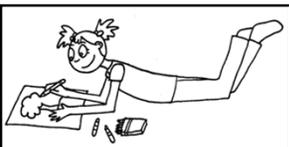
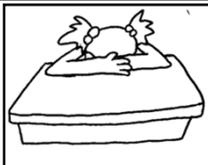
61

Limiter son espace de travail



62

Des moyens simples pour se détendre



63

Un contact physique pour le calmer

- ❑ Poser les mains à plat sur ses épaules ou ses bras s'il est debout.
- ❑ Poser la main à plat sur ses jambes s'il est assis.
- ❑ Exercer une légère pression.



Lui fournir des outils proprioceptifs

65

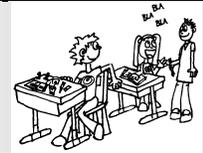
Un endroit pour se calmer

66



Compenser les déficits d'attention de l'élève ayant un TDAH

Exercice



Directives

Pour chacune des situations décrites plus bas, identifiez le(s) déficit(s) spécifique(s) d'attention touché(s) en utilisant la lettre appropriée :

- a) attention dirigée ou sélective
- b) attention partagée
- c) attention soutenue
- d) vigilance
- e) mémoire de travail

Par la suite, pour chacune des situations, trouvez au moins deux interventions que vous pourriez adopter pour résoudre le problème rencontré.

1. Alice est souvent rêveuse ou dans la lune.

Problème(s) spécifique(s) d'attention : _____

Interventions :

2. Marc prend beaucoup de temps à entreprendre une nouvelle tâche ou commence longtemps après les autres. Souvent, il ne se souvient plus de ce qui était demandé et il regarde souvent sur les voisins pour savoir quoi faire.

Problème(s) spécifique(s) d'attention : _____

Interventions :

3. Alice commet de nombreuses erreurs dans ses travaux de mathématiques : elle oublie souvent les retenues ou aligne mal ses chiffres.

Problème(s) spécifique(s) d'attention : _____

Interventions :

4. Marc interrompt fréquemment son travail pour prêter attention à ce qui se passe autour de lui (surtout lorsque ses voisins parlent), pour jouer avec ses effets scolaires ou pour regarder autour de lui.

Problème(s) spécifique(s) d'attention : _____

Interventions :

5. Philippe perd ou oublie souvent ses effets scolaires.

Problème(s) spécifique(s) d'attention : _____

Interventions :

6. Flavie a de la difficulté à suivre les consignes, particulièrement dans les activités de compréhension de texte. Elle donne des réponses qui ne sont pas en relation avec ce qui est demandé ou répond en omettant des éléments essentiels.

Problème(s) spécifique(s) d'attention : _____

Interventions :
