



# ***Trouble déficitaire de l'attention***

Journée régionale de  
perfectionnement

*Québec, Centre Saint-Louis*

*28 janvier 2011*

# Plan de l'atelier

---

- ❑ Les troubles d'apprentissage?
- ❑ Portrait d'un adulte TDA
- ❑ Interventions pour augmenter la concentration
- ❑ Outils d'évaluation
- ❑ Conclusion/ Période de questions



## **Vrai ou faux**

---

**Le TDA/H est une maladie?**



# Qui sont les élèves atteints?

Filles ou garçons?

Milieus socioéconomiques?

Augmentation au fil des ans?

Pourcentage dans les classes?

Problème de motivation?

Éducation des parents?

Paresse intellectuelle?

# Les difficultés d'apprentissage

---

- ❑ Peuvent être **passagères**
- ❑ Ralentissent les apprentissages
- ❑ Ne sont pas généralisées
- ❑ Évoluent lentement, mais positivement lorsque prise en charge
- ❑ Peuvent mener à des modifications des comportements : agressivité, passivité, démotivation, etc.



# Les troubles d'apprentissage

---

- ❑ Persistants et **permanents dans le temps**
- ❑ Ne sont pas liés à l'intelligence
- ❑ Origine neurologique/innée
- ❑ Peuvent se manifester au niveau :
  - de l'attention
  - de la mémoire
  - du raisonnement
  - de la coordination
  - de la communication
  - de la lecture et l'écriture
  - de la sociabilité
  - de la maturité affective



# Les principaux troubles d'apprentissage

---

- La dyslexie
- La dysphasie
- Les troubles de l'attention



# Qu'est-ce que la dyslexie?

---

- ❑ Le terme **dyslexie** désigne un trouble du langage écrit qui affecte :
  - la lecture
  - l'écriture (*calligraphie*)
  - l'orthographe
- ❑ Il en résulte plusieurs troubles associés :
  - la **dyslexie** (*trouble de la lecture*)
  - la **dysorthographe/dysgraphie/dyscalculie** (*trouble de l'écriture*)

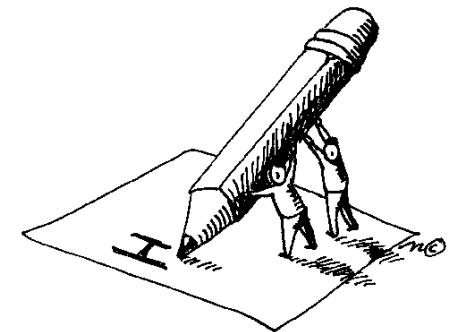
# Qu'est-ce que la dyslexie?

---

La **dyslexie** a été répertoriée par l'**OMS\*** en 1991 ce qui en fait un trouble relativement nouveau

## Prévalence:

- L'**OMS** estime que la dyslexie touche de 8 à 12 % de la population mondiale
- Le trouble touche trois fois plus de garçons que de filles



\* **Organisation Mondiale de la Santé**

## En quête de sens

---

Le crevuae se cnoditnone pue à  
peu à dnoner du snes axu txetes  
que l'no lit. Nrotre crevuae fiat cet  
exreccie nautrelelmnet, mias cehz  
le dsylxeique, cte exreccie est  
persqeu ipmosisble piusuq'il tnete  
de lrie cahqeu mot.

# Qu'est-ce que la dysphasie?

---

- Le terme *dysphasie* désigne un trouble neurologique central lié à la communication verbale

- **dysphasie expressive**

- (communication)

- **dysphasie de réception**

- (compréhension)

- **dysphasie mixte**

Les termes *audimutité* et *aphasie congénitale* étaient autrefois utilisés pour qualifier la *dysphasie*

# Qu'est-ce que la dysphasie?

---

- ❑ **L'OMS** estime entre **1%** et **3%** le nombre de personnes dysphasiques
  - Environ 25 personnes sur 10 000 sont atteintes
  - Deux fois plus de garçons que de filles
  - Les premiers symptômes peuvent apparaître avant l'âge d'un an
  - 31% des élèves dysphasiques obtiennent un diplôme\*

Le «dyslexique» a un réseau social, le «dysphasique» non

## 2- Perception:

Je ne détecte pas l'émotion derrière la phrase!

## 1- Audition :

Mon audition n'est pas affectée. J'entends parfaitement le message.

## 3- Compréhension:

Même si j'ai bien entendu la phrase, je ne comprends pas bien le sens

## 4- Organisation du message:

Je sais ce que je veux répondre, mais je ne sais pas comment le dire.

## 5- Liens avec mes connaissances:

Je sais ce que sont un coq et un âne, mais comment je peux sauter du coq à l'âne?

## 6- Programmation phonologique:

Étant donné que je ne sais pas quoi répondre, je suis frustrée, je fais la sourde.

## 7- Production:

Même si je connais les sons et les lettres, ma bouche exécute mal le message.

«Karine, tu sautes du coq à l'âne. Viens donc nous rejoindre et dis-nous des choses!»

---

*Puisqu'on ne peut changer la  
direction du vent, il faut  
apprendre à orienter les voiles*

James Dean

# Qu'est-ce que le trouble de l'attention?

---

- ❑ Le TDA/H se définit comme une difficulté ou une incapacité à être attentif, à gérer ses émotions, à organiser ses idées, à planifier ou à rester immobile
- ❑ **3 types de TDA:**
  - Prédominance de l'inattention
  - Prédominance de l'hyperactivité
  - Prédominance de l'impulsivité
- ❑ Chez l'adulte, c'est **l'inattention** qui prédomine



# Qu'est-ce que le trouble de l'attention?

---

- ❑ Trouble neurologique héréditaire (*50% des cas*)
- ❑ 4 à 6 fois plus de garçons que de filles
- ❑ Début des symptômes avant l'âge de 7 ans
- ❑ Persistance malgré l'âge dans 50% des cas
- ❑ Origine neuro-développementale  
(maturation du cerveau)
- ❑ Mauvaise gestion de la dopamine (*responsable du plaisir*) et de la noradopamine (*responsable de la détente*)



# Comprendre l'attention

---

- ❑ **L'attention soutenue** permet de rester concentré sur une même tâche longtemps

*Ex: Une production écrite*

- ❑ **L'attention divisée** nous donne la possibilité d'exécuter plusieurs tâches en même temps

*Ex: Un travail d'équipe*

- ❑ **L'attention sélective** nous permet de faire une tâche précise tout en ignorant d'autres stimuli qui pourraient nous distraire

*Ex: Ignorer le formateur qui parle pendant un travail*

## **Dire rapidement à voix haute**

---

Rouge

Bleu

Vert

Mauve

Rose

Noir

Bleu

Rose

Brun

Rouge

Rouge

Blanc

# Concentration

---



Mais pourquoi sont-ils déconcentrés en classe?

Le manque d'intérêt

problèmes personnels

Le manque de

**Le stress**

neurologiques  
camentation

Le manque d'organisatio

difficultés d'apprentissage

## **Vrai ou faux**

---

**C'est dans le domaine scolaire,  
qu'on remarque les principales  
difficultés du TDA/H?**



# Prédominance de l'inattention

---

- ❑ Ne peut soutenir son attention sur une même tâche pendant une longue période

*Ex: Un examen*

- ❑ A de la difficulté à suivre de longues conversations

*Ex: L'adulte passe du coq à l'âne*

- ❑ Est distrait par les bruits, par l'environnement

*Ex: Quelqu'un qui tousse, quelque chose qui tombe*

- ❑ Est anxieux pour tout et pour rien



# Prédominance de l'hyperactivité

---

- ❑ Aime faire le bouffon et est gaffeur
- ❑ A de la difficulté à rester en place pendant un court moment
- ❑ Présente des signes de nervosité
- ❑ Préfère rester debout que d'être assis
- ❑ Va boire de l'eau régulièrement
- ❑ Évite une tâche cognitive



# Prédominance de l'impulsivité

---

- ❑ A de la difficulté à comprendre les notions de bien ou de mal

*Ex: Entretient une rumeur non fondée*

- ❑ Change d'idées souvent (études, travail, couple, etc.)

*Ex: Il veut passer du D.E.P. au cégep*

- ❑ A de la difficulté à gérer son budget
- ❑ Est impatient
- ❑ Est désordonné dans ses cartables



**C'est à votre tour...**

---

Testez votre attention



## **Vrai ou faux**

---

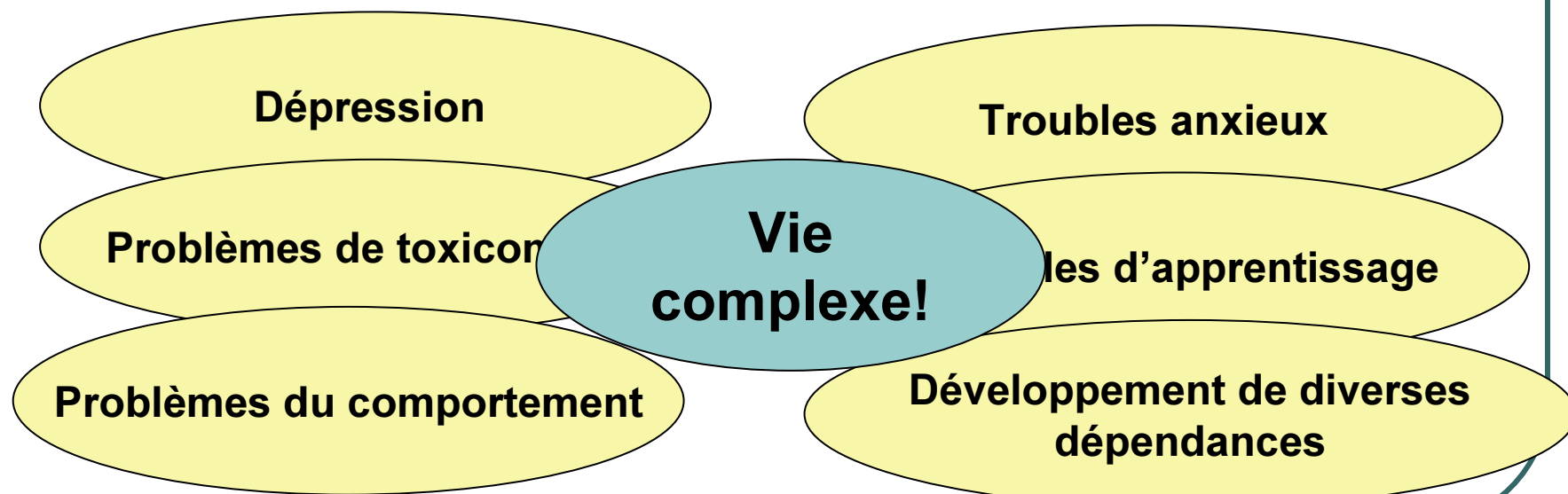
*La majorité des personnes atteintes de TDA/H a des difficultés d'apprentissage importantes?*



# Troubles associés



Les personnes qui ont un TDA/H sont davantage susceptibles de développer divers troubles associés



# Manifestations générales

---

- ❑ Immaturité
- ❑ Humeur instable (hyper réaction)
- ❑ Rapidité ou lenteur
- ❑ Gestion du temps et des priorités déficientes
- ❑ Désorganisation
- ❑ Stress élevé
- ❑ Faible estime de soi
- ❑ Décisions impulsives
- ❑ Provocateur/impatient
- ❑ Gaffeur
- ❑ Difficulté à prendre la critique



# Manifestations en français

---

- ❑ Opinions sur tous les sujets, mais non fondées
- ❑ Difficulté à comprendre la pertinence des concepts relatifs aux habiletés sociales
- ❑ Difficulté à formuler sa pensée par écrit, à donner du sens et à faire des liens
- ❑ Difficulté à lire les consignes
- ❑ Difficulté à porter un regard critique sur son travail
- ❑ Écriture malpropre
- ❑ Récurrence dans les erreurs

# Manifestations en mathématiques

---

- ❑ Difficulté à planifier (*matériel, imprévus*)
- ❑ Difficulté à se représenter mentalement des problèmes, des séquences
- ❑ Difficulté à comprendre les concepts algébriques
- ❑ Difficulté à vulgariser les séquences
- ❑ Peu de minutie
- ❑ Difficulté à établir les priorités
- ❑ Oubli d'étapes de réalisation

## Forces du TDA/H

---

- ❑ Capable de gérer plusieurs projets en même temps
- ❑ Excellent pour les travaux manuels
- ❑ Créatif et intuitif
- ❑ Sensible et compréhensif
- ❑ Sociable, rassembleur
- ❑ Sens de l'humour développé
- ❑ Polyvalent



# Carrières recommandées

---

- ❑ Domaine de la vente/marketing
- ❑ Représentant
- ❑ Domaine de la restauration
- ❑ Domaine de la construction
- ❑ Mécanicien
- ❑ Domaine des communications

**ET ILS SONT  
D'EXCELLENTS  
ENSEIGNANTS!**



# Les interventions

---

*Et vous, que feriez-vous?*



## **Vrai ou faux**

---

**Toutes les interventions sont  
adaptables et conviennent à  
mon contexte de classe?**

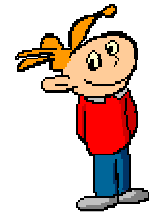


# Interventions en classe

---

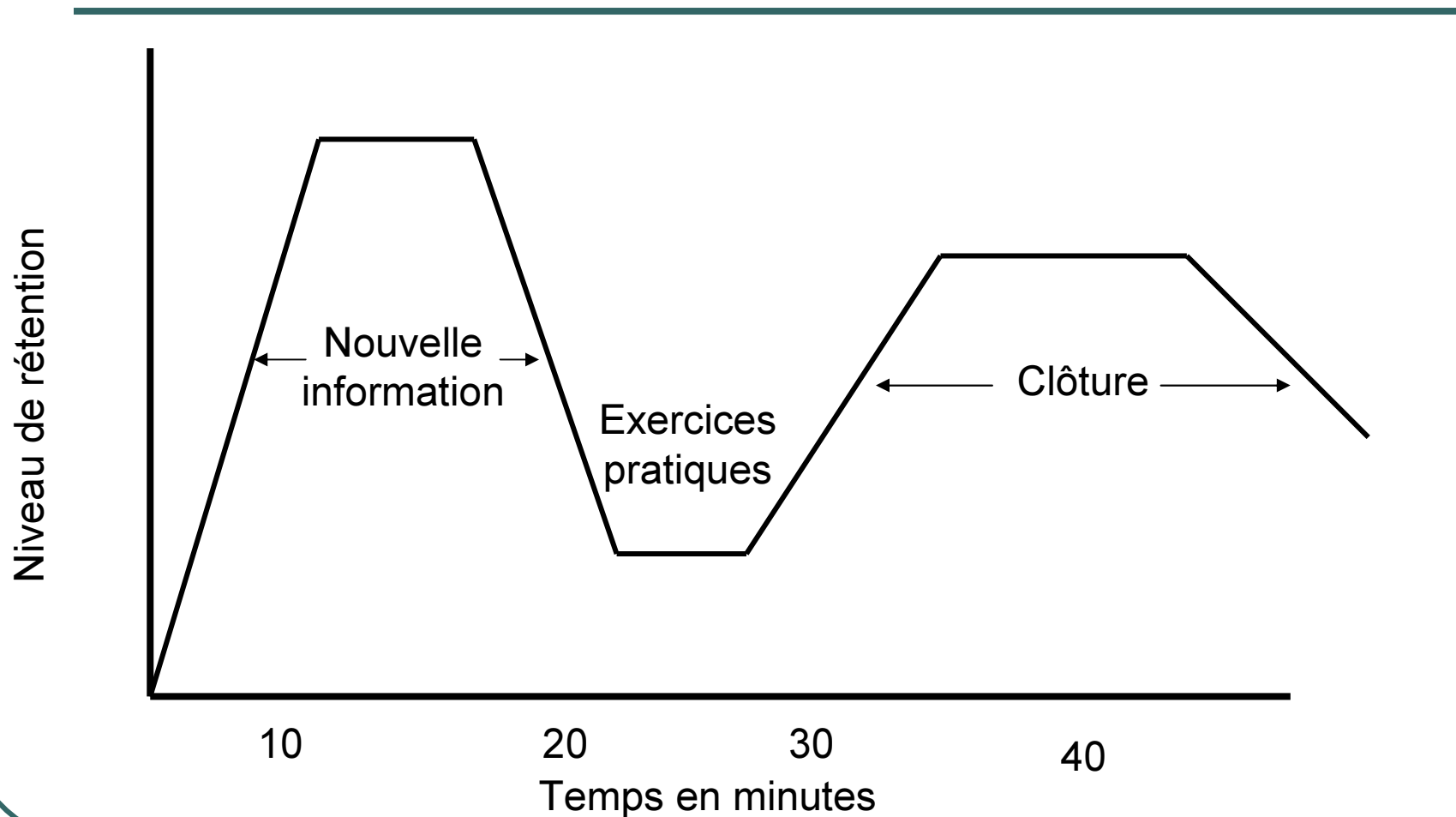
## En organisation:

- ❑ Amener l'adulte à prendre conscience de son inattention et des causes
- ❑ Exiger un contact visuel
- ❑ Valoriser la participation active
- ❑ Établir une routine de classe
- ❑ Enseigner la notion principale en début de cours



# Rétention pendant une période d'apprentissage

Buckner, Kelley et Petersen (1990)



## Durée moyenne de l'attention selon le temps du cours

Durée de la période	Période de grande écoute		Période de faible intensité	
	Nombre total de minutes	Pourcentage de la durée totale	Nombre total de minutes	Pourcentage de la durée totale
20 minutes	18	90%	2	10%
40 minutes	30	75%	10	25%
80 minutes	50	62%	30	38%

# Interventions en classe

---

## En organisation:

- ❑ Expliquer l'objectif d'une activité
- ❑ Varier les activités
- ❑ L'utiliser comme exemple
- ❑ Bouger dans la classe
- ❑ Utiliser les TIC

# Les TIC pour étudier, structurer et corriger

---

- ❑ [www.alloprof.qc.ca](http://www.alloprof.qc.ca)
- ❑ <http://cmap.ihmc.us/>
- ❑ <http://bonpatron.com/>
- ❑ <http://www.acapela-group.com/text-to-speech-interactive-demo.html>

# Donner du sens

Maquire, Frith et Morris (1999)

Est-ce que cela est pertinent?	Oui	Probabilités moyennes	<b>Très grandes probabilités</b>
	Non	Très faibles probabilités	Probabilités moyennes
		Non	Oui

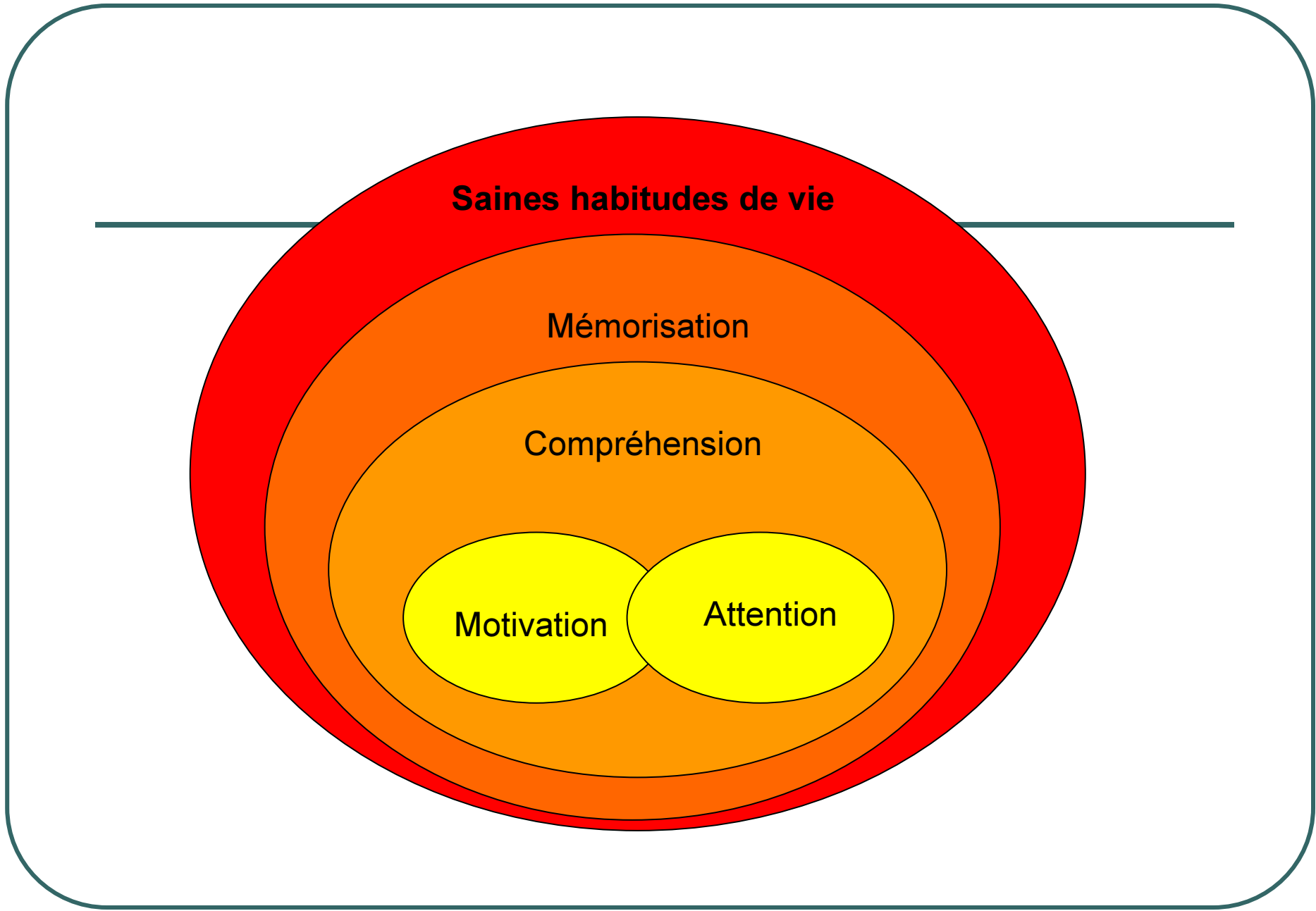
Est-ce que cela a un sens?

# Interventions en classe

---

## En intervention:

- ❑ Questionner l'adulte sur ses pertes d'attention
- ❑ Demander de noter les moments où il perd son attention
- ❑ Permettre à l'adulte de se lever, de changer de position
- ❑ Éviter de comparer à un autre pair
- ❑ Lui permettre d'alterner entre deux tâches
- ❑ Discuter de l'importance de la planification (maison et école)
- ❑ Miser sur l'importance des **saines habitudes de vie**



Karine Jacques,  
Centre Saint-Michel, 2010

---

# **Le cerveau en action**



Karine Jacques,  
Centre Saint-Michel, 2010

# Stop!

---

- ❑ Mâcher de la gomme
- ❑ Boire de l'eau
- ❑ Marcher ou se lever debout
- ❑ Lire à haute voix ou murmurer
- ❑ Utiliser une balle anti-stress
- ❑ Utiliser un ballon exerciseur
- ❑ S'asseoir sur une chaise ergonomique sans dossier



# L'attention et la mémorisation

---

## La mémoire en action

On retient :

30% de ce que l'on entend

50% de ce que l'on voit

← 70% de ce que l'on dit

90% de ce que l'on fait →

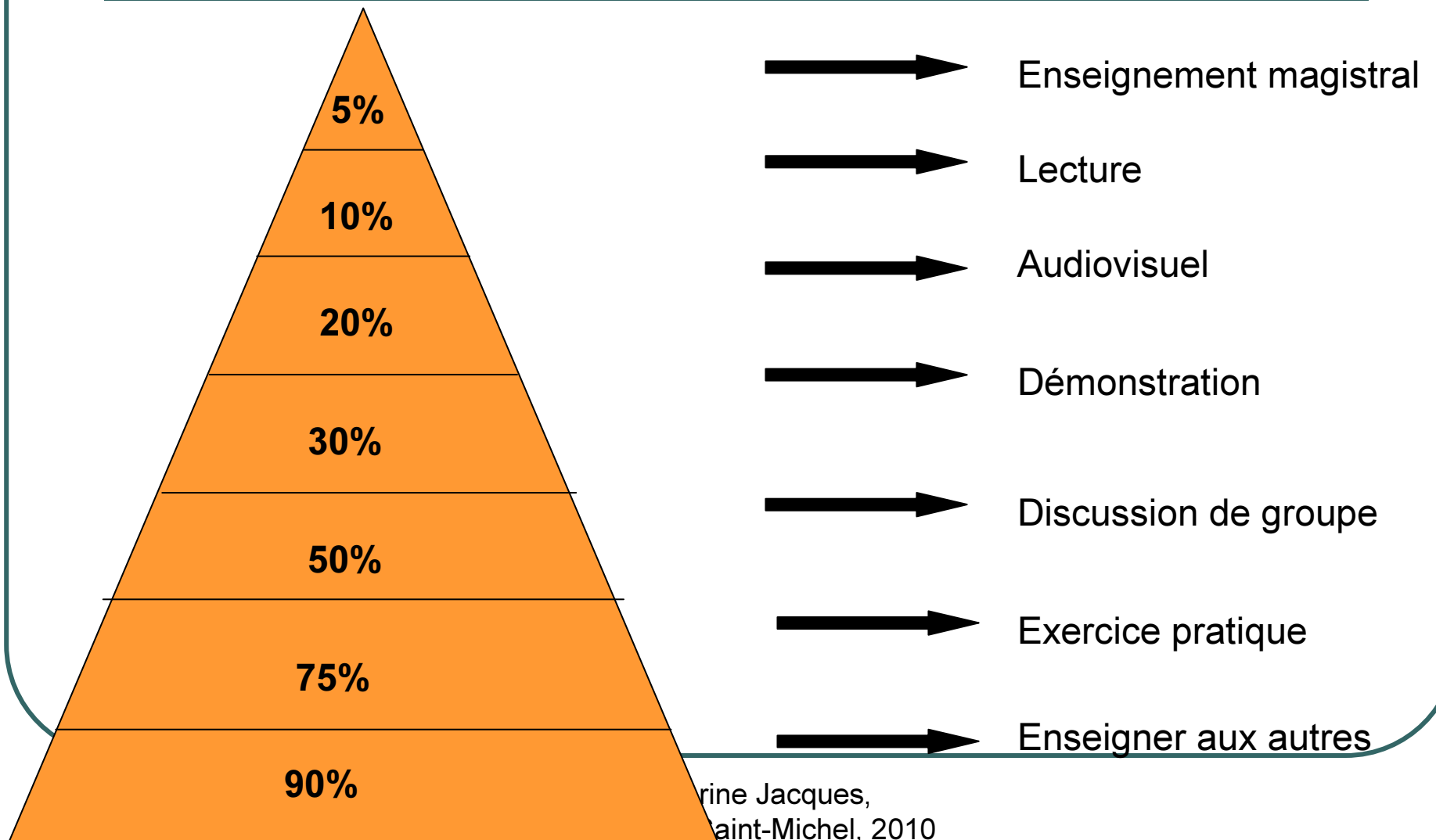
} Lecture à  
voix haute

Jouer au  
prof

→ Une recette  
par exemple

# Rétention de l'information selon la méthode d'enseignement

National Training Laboratories of Bethel (2004)



## À retenir

---

Pour les gens qui ont de la difficulté à se concentrer...

**L'attention est  
dans l'action!**

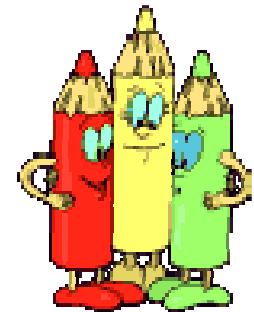


# Interventions en classe

---

## En lecture et écriture:

- ❑ Valoriser une lecture à voix haute
- ❑ Utiliser les couleurs et les schémas
- ❑ Permettre de marmonner
- ❑ Permettre de lire debout
- ❑ Utiliser **les caractères gras** ou le soulignement des notions importantes



# Interventions en classe

---

## En action:

- ❑ Offrir un support visuel pour l'enseignement des séquences
- ❑ Jumeler l'adulte à un pair aidant
- ❑ Offrir un modèle de réactions appropriées face à un problème
- ❑ Valider les travaux en cours de réalisation
- ❑ Remettre une feuille de route

# Interventions en classe

---

## En évaluation:

- ❑ Allouer plus de temps lors des évaluations
- ❑ Nommer les consignes de l'évaluation de même que les exigences
- ❑ Exiger une reformulation
- ❑ Formuler des commentaires positifs
- ❑ Dédramatiser l'erreur, éviter la correction au stylo rouge
- ❑ Valoriser une autoévaluation

# Autocorrection

---

P, G, H

A, O

O, P

O, O, P

Tout les jour

# Parler de la concentration à ses étudiants

---

- <http://www.radio-canada.ca/nouvelles/sante/2008/10/24/001-decouverte-hyperactivite.shtml>
- Compréhension de texte : *GARDER SON ATTENTION*
- Autoévaluation des stratégies
- [http://www.hcp.med.harvard.edu/ncs/ftplib/adhd/18Q\\_French\\_final.pdf](http://www.hcp.med.harvard.edu/ncs/ftplib/adhd/18Q_French_final.pdf)
- <http://www.attentiondeficit-info.com/symptomes-tdah.htm>

# Évaluation stratégies

Nom de l'adulte : \_\_\_\_\_

# fiche : \_\_\_\_\_

L'adulte est de retour à l'école de son propre gré.

OUI \_\_\_

NON \_\_\_

L'adulte répond à ses besoins de base :

OUI \_\_\_

NON \_\_\_

## Motivation :

	5	4	3	2	1
L'adulte utilise son temps d'absence à bon escient.					
L'adulte est ponctuel en classe.					
L'adulte inscrit son temps lorsqu'il s'absente.					
L'adulte participe en classe (questions, ouverture d'esprit).					
L'adulte s'implique dans son milieu (discussions, échanges).					
L'adulte nomme ses difficultés, mais persévère.					
L'adulte reconnaît que ses réussites résultent de ses efforts.					
L'adulte se donne un objectif de travail.					
L'adulte persiste devant les difficultés.					

Total :

## Des petits trucs simples

---

- ❑ Questionner l'adulte sur l'utilisation du MP3, de l'emplacement dans sa classe, de son hygiène de vie
- ❑ Échanger sur des sujets extrascolaires
- ❑ Valoriser tout changement positif
- ❑ Lui demander de se trouver des moyens pour augmenter sa concentration
- ❑ Valoriser l'utilisation des ressources de la ville



## Des outils qui font la différence

---

- ❑ Le matériel informatique : ***Word, Excel, Antidote, Dragon NaturallySpeaking, Lexibook***
- ❑ L'utilisation de la **calculatrice**
- ❑ L'enregistrement des cours avec un ***magnétophone***

# **La responsabilisation de l'adulte**

---

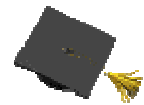
## **Il lui revient :**

- ❑ D'utiliser les ressources mises à sa disposition
- ❑ De chercher de l'aide pour des problèmes psychologiques/physiques
- ❑ De prendre sa médication
- ❑ De se questionner sur ses comportements et sa consommation

## En résumé

---

- ❑ Les interventions présentées ne sont pas compliquées et s'inscrivent dans la vision du renouveau pédagogique
- ❑ Elles visent à responsabiliser l'adulte dans ses apprentissages et à lui faire vivre des réussites
- ❑ L'adulte TDA est un apprenant qui est capable d'apprendre et qui peut réussir. Il s'agit seulement de le supporter dans son cheminement



## Quelques outils de référence

---

- ❑ VINCENT, A (2002) *Mon cerveau a encore besoin de lunettes*. Édition Académie Impact. Montréal
- ❑ MOULTON SARKIS, S (2008) *10 solutions contre le déficit d'attention chez l'adulte*. Broquet. Montréal
- ❑ <http://www.tdah-france.fr/50-trucs-de-gestion-du-deficit-d.html>
- ❑ <http://www.pelerines.org/daa/>
- ❑ <http://www.deficitattention.info/DAadulte.html>

Pour toutes questions: [jacquesk@csrs.qc.ca](mailto:jacquesk@csrs.qc.ca)