

TROIS PROFILS, UNE MÊME ORIGINE

NEURODÉVELOPPEMENTALE

Comprendre le TDAH



LE TDAH, C'EST QUOI ?

Le Trouble Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité (TDAH) est un trouble du neurodéveloppement. Il influence la régulation de l'attention, des impulsions et/ou de l'activité motrice.



Tous les enfants avec un TDAH ne présentent pas les mêmes difficultés.



ET DANS LE CERVEAU?

Chez les personnes avec un TDAH, les réseaux du cerveau impliqués dans l'attention, l'inhibition et la motivation fonctionnent différemment.

Cela ne signifie pas que l'enfant ne veut pas faire.

Son cerveau peut avoir besoin de davantage d'efforts pour :

- maintenir son attention ;
- inhiber une impulsion ;
- commencer une tâche ;
- rester motivé lorsqu'une activité apporte peu de récompense immédiate.

Distraction → Difficulté à filtrer → Attention qui saute → Fatigue



CE QUI AIDE

- ✓ consignes courtes
- ✓ une tâche à la fois
- ✓ supports visuels
- ✓ temps de mouvement
- ✓ encouragements fréquents
- ✓ environnement prévisible
- ✓ possibilité de bouger discrètement

LES 3 PROFILS



PROFIL INATTENTIF

On remarque souvent :

- ✓ oublie ses affaires
- ✓ semble rêver
- ✓ perd le fil des consignes
- ✓ termine difficilement ses tâches
- ✓ peut sembler lent à démarrer ou à répondre
- ✓ oublie rapidement ce qui vient d'être expliqué
- ✓ passe d'une activité à une autre

PROFIL HYPERACTIF / IMPULSIF

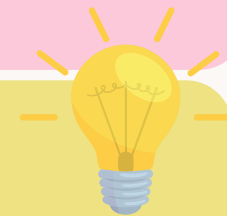
On remarque souvent :

- ✓ bouge beaucoup
- ✓ se balance sur sa chaise
- ✓ coupe la parole
- ✓ répond avant la fin de la question
- ✓ agit avant de réfléchir
- ✓ parle beaucoup
- ✓ a des difficultés à attendre

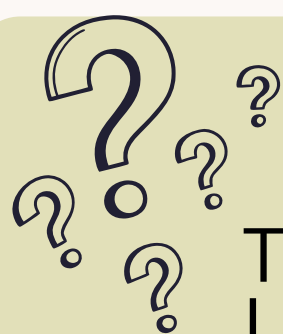
PROFIL MIXTE

L'enfant présente des caractéristiques des deux profils. C'est le profil le plus fréquent.

À RETENIR



Le TDAH n'est pas un manque de volonté.
C'est une difficulté de régulation.



PEUT-ON ÊTRE UN PEU TDAH?

Tout le monde peut être distrait, agité ou impulsif.

Le TDAH correspond à un ensemble de difficultés qui :

- ✓ sont présentes depuis l'enfance,
- ✓ persistent dans le temps,
- ✓ s'observent dans plusieurs contextes,
- ✓ entraînent un retentissement important sur la vie quotidienne.

