

TROUBLE D'ATTENTION AVEC HYPERACTIVITÉ (TDA/H)

■ DÉFINITION

→ Le TDA/H est un dysfonctionnement neurologique empêchant le ou la jeune de rester concentré, de se contrôler (impulsivité), et pouvant être accompagné d'une hyperactivité permanente avec de bonnes voire de très bonnes capacités intellectuelles.

Imaginez-vous toujours entouré de perceptions (auditives, visuelles...) qui vous intéressent toutes. A chaque fois, vous vous y consacrez jusqu'à ce qu'une nouvelle arrive et vous détournez sans que vous puissiez vous en empêcher.

Dans ces conditions il n'est pas facile de répondre aux demandes qui vous sont faites. Il en est de même pour la personne TDA/H.





CONSÉQUENCES POSSIBLES EN SITUATION DE TRAVAIL

- Se laisse très facilement distraire, « dans la lune »
- **Difficulté à s'organiser**
- Oublie une partie des consignes, répond avant d'avoir eu la fin de la consigne
- Les tâches sont mal effectuées ou non réalisées
- La personne n'apprend pas de ses erreurs
- **Impulsivité** (non-respect du tour de parole), ne sait pas rester en place...
- Baisse de l'estime de soi.



EN PLUS DES CONSEILS ESSENTIELS*, VOUS POUVEZ :

- **Repérer** les signes d'énervement et proposer un moment de décompression
- **Décomposer** la consigne en plusieurs tâches simples
- **Limiter** la durée des tâches
- **Supprimer** au maximum les éléments distrayeurs
- **Valoriser** les bons comportements pour l'encourager (fiche d'auto-évaluation, appréciations écrites...)
- Offrir au ou à la jeune **des opportunités de bouger**
- **Favoriser** les liens sociaux