

Carnet de communication TDAH



Aequae
Sophrologie

Description des troubles
& aménagements proposés

À l'école / Activités sportives

Trouble déficitaire de l'attention

Avec Inattention

Ce que cela implique

**MANQUE
DE CONCENTRATION**



Les aménagements possibles :

- Établir le contact visuel fréquemment
- Utilisation des supports visuels et du tableau
- Décomposition des tâches longues en étapes courtes
- Favoriser la participation orale

Ce que cela implique

**MANQUE
DE PERSÉVÉRANCE ET
ABANDON DES TÂCHES
LONGUES ET DIFFICILES**



Les aménagements possibles :

- Alléger le travail à faire et décomposer en petites tâches
- Cibler la compétence prioritaire du travail et soulager les autres (ex. en grammaire : texte à trous)
- Alternier les activités pour éviter la monotonie

Ce que cela implique

DISTRACTIBILITÉ



Les aménagements possibles :

- Placer l'enfant près de l'enseignant, à côté d'un élève calme, pas à côté d'une fenêtre
- Laisser le strict nécessaire sur le bureau

Ce que cela implique

INATTENTION AUX DÉTAILS



Les aménagements possibles :

- Utilisation de couleurs sur les détails importants des leçons

Ce que cela implique

DIFFICULTÉ DE COMPRÉHENSION ET OUBLIS DES CONSIGNES



Les aménagements possibles :

- Donner une seule consigne à la fois (consignes au fur et à mesure de la réalisation)
- Énoncer une consigne par une phrase courte, simple et précise
- Faire reformuler la consigne
- Écrire la consigne au tableau



Trouble déficitaire de l'attention

Avec Hyperactivité - Impulsivité

Ce que cela implique

PARLER BEAUCOUP



Les aménagements possibles :

- Favoriser le chuchotement
- Utilisation d'une balle antistress

Ce que cela implique

AGITATION MOTRICE

- Gigoter
- Se tortiller
- Courir partout
- Bouger constamment



Les aménagements possibles :

- Permettre à l'enfant de se déplacer dans la salle de classe : effacer le tableau, ramasser les cahiers, distribuer les photocopiés et feuilles d'exercices, etc.

Ce que cela implique

DIFFICULTÉ À ATTENDRE SON TOUR



Les aménagements possibles :

- Mise en place d'une balle anti-stress pour gérer l'attente

Ce que cela implique

**INTERRUPTION
DES CONVERSATIONS
D'AUTRUI**



Les aménagements possibles :

- Demander à chaque fois d'attendre que l'adulte ait terminé de parler

Ce que cela implique

AVERSION AU DÉLAI



Les aménagements possibles :

- Time-timer ou chronomètre pour visualiser le temps





Syndrome dysexécutif

Ce que cela implique

**DÉSORGANISATION
ET MANQUE DE
PLANIFICATION**



Les aménagements possibles :

- Utilisation d'un code couleur par matière
- Écrire les étapes successives d'un travail au tableau et sur une feuille mise à côté de l'enfant
- S'assurer que l'enfant note ses devoirs sur un agenda

Ce que cela implique

**DIFFICULTÉ À METTRE EN
PLACE DES STRATÉGIES
ET À LES MAINTENIR**



Les aménagements possibles :

- Expliquer le déroulement et les étapes à suivre pour réussir un exercice
- Encouragements

Ce que cela implique

**ALTÉRATION
DE LA FLEXIBILITÉ
COGNITIVE**



Les aménagements possibles :


- Annoncer l'emploi du temps de la demi-journée en l'écrivant au tableau
- Avertir lors des changements des activités



Silvain Marvié
Sophrologue Emdr

 06 66 38 48 59

 smarvic@aequae.fr

 79 Rue Jacques-Louis Hénon
69004 Lyon

 www.aequae.fr

