

Carnet de communication TDAH



Aequae
Sophrologie

Description des troubles
& aménagements proposés

À la maison

Trouble déficitaire de l'attention

Avec Inattention

Ce que cela implique

**MANQUE
DE CONCENTRATION**



Les aménagements possibles :

- Établir le contact visuel fréquemment lorsqu'une demande est formulée

Ce que cela implique

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



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)
- Alternner les activités pour éviter la monotonie

Ce que cela implique

DISTRACTIBILITÉ



Les aménagements possibles :

- Favoriser un endroit calme pour les devoirs
- Ne laisser que les affaires nécessaires

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 en une phrase courte simple et précise
- Faire reformuler la consigne



Trouble déficitaire de l'attention

Avec Hyperactivité - Impulsivité

Ce que cela implique

PARLER BEAUCOUP

Ce que cela implique

AGITATION MOTRICE

- Gigoter
- Se tortiller
- Courir partout
- Bouger constamment

Les aménagements possibles :

- Mise en place d'un tableau des récompenses pour l'apprentissage des comportements et compenser les difficultés

Ce que cela implique

**DIFFICULTÉ À ATTENDRE
SON TOUR**

Ce que cela implique

**INTERRUPTION DES
CONVERSATIONS D'AUTRUI**

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 :

- Création d'un tableau de rituels pour le matin et le soir
- Utilisation des cartes mentales

Ce que cela implique

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



Les aménagements possibles :

- Guide de travail lors des devoirs : noter par étape et aider à comprendre ce que l'enfant doit faire à chaque étape

Ce que cela implique

**ALTÉRATION
DE LA FLEXIBILITÉ
COGNITIVE**



Les aménagements possibles :


- Prévenir à l'avance des imprévus et des changements
- Jeu du «Ni Oui ni Non»
- Trouver le plus de mots d'une lettre ou d'une catégorie, jeu du petit bac
- Trouver le plus de fonctionnalités avec un objet



Silvain Marvié
Sophrologue Emdr

 06 66 38 48 59

 smarvic@aequae.fr

 79 Rue Jacques-Louis Hénon
69004 Lyon

 www.aequae.fr

