

Dyslexie // dysphasie // dyspraxie...

ENTRÉE LIBRE
ATELIERS,
CONFÉRENCES,
ÉCHANGES,
ANIMATIONS, ...



Coralie Laubry

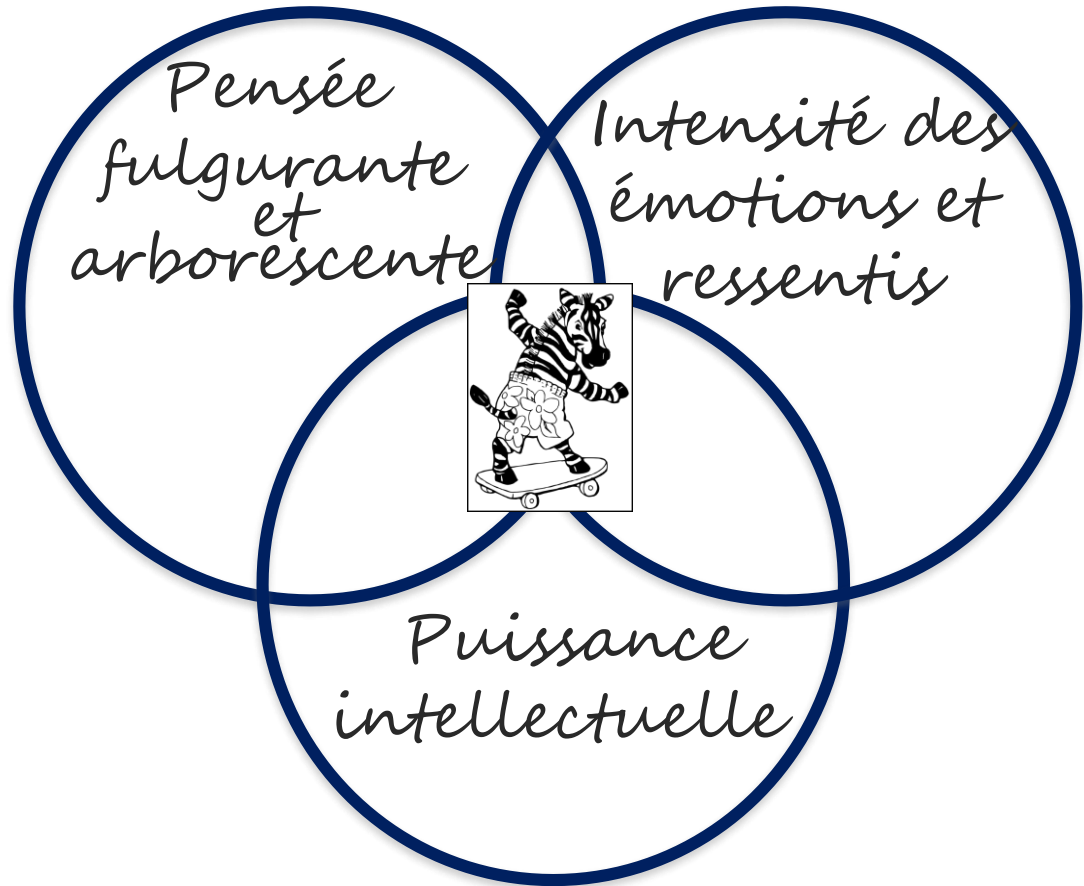
Psychologue

7 octobre 2023

CENTRE
EUROPÉEN
de Psychologie
Intégrative

Cogito'Z
la psychologie au présent

INTENSITE



Le TDA/H : Trouble Déficit d'Attention avec ou sans Hyperactivité

Trois dimensions :

- Inattention
- Impulsivité
- Hyperactivité motrice



Critères DSM-5

Type combiné
Type inattention prédominante
Type impulsivité/hyperactivité
prédominante

- Environ 5 % des enfants / 2,5% des adultes
- 2 à 3 garçons pour une fille
- « On doit mettre clairement en évidence que les symptômes interfèrent avec ou réduisent la qualité du fonctionnement social, scolaire ou professionnel. »
- Pas mieux expliqué par un autre trouble psychologique (trouble psychotique, trouble anxieux, trouble de l'humeur, etc.)

→ Les symptômes sont présents avant l'âge de 12 ans et s'observent dans au moins 2 environnements différents

Attention aux confusions !



Il s'ennuie en classe

Elle n'écoute pas

Il s'agite

Elle rêve

Il a toujours mille idées dans la tête

Elle ne fait que se lever de table

Il n'arrive pas à faire ses devoirs

Elle est distraite

On doit toujours lui dire « fait attention »



HPI ?

TDA/H ?

LES 2 ?

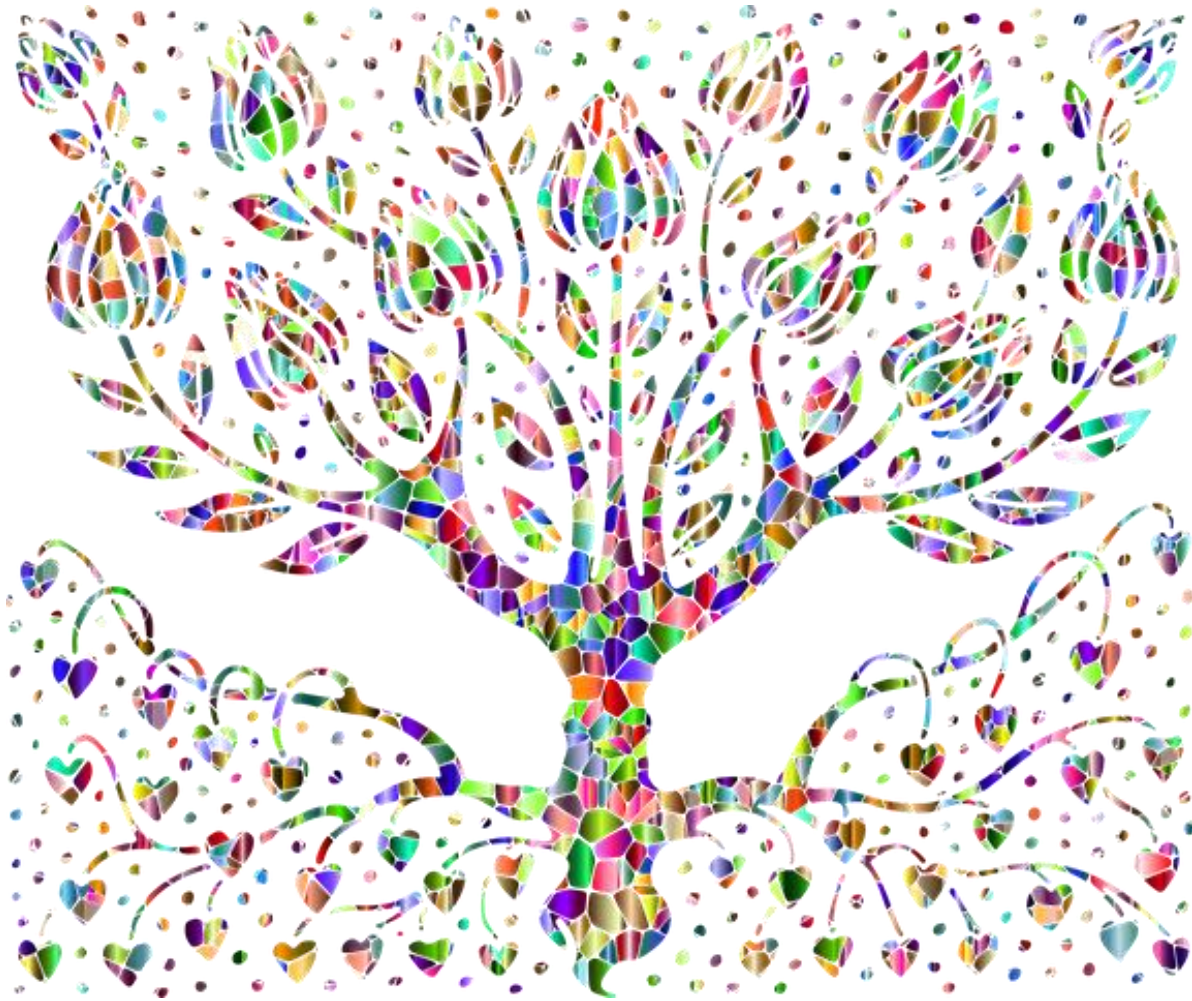


OU...?



INTENSITE





HP et pensée en arborescence → une pensée riche et
fulgurante qu'il faut arriver à gérer
Des émotions intenses qui peuvent s'emballer

HP et multi-tâche → meilleures compétences en attention partagée ... encore meilleures dans le cas d'un TDA/H+HPI !



Stratégies compensatoires
qui masquent le trouble





Je me pose des questions concernant mon enfant...



- J'observe des comportements que je ne comprends pas
- J'ai des retours des enseignants qui sont préoccupés par les comportements de mon enfant ou par son travail
- Mon enfant est souvent puni, il semble comprendre les règles pourtant mais n'arrive pas à les appliquer
- Je dois tout le temps répéter les choses pour qu'elles soient faites
- Mon enfant n'arrive pas à se concentrer
- Mon enfant est en décalage avec les autres, semble s'ennuyer

Fais attention !

Concentre-toi !

Regarde ce que tu fais!

Ça fait 50 fois que je te le répète!



Calme toi!



Il ne VEUT pas?
ou
Il ne PEUT pas?

Je questionne:

- Cadre ?
- Ecrans?
- Rituels?
- Gestion familiale des émotions?
- Niveau de patience?
- Frustration?
- Anxiété/fatigue
- Rythmes (alimentation, sommeil, activité physique)

CHECKLIST

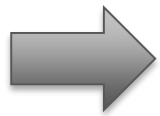
<input checked="" type="checkbox"/>
<input checked="" type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>
<input type="checkbox"/>



Démarches



- Échange avec les enseignants / psychologue scolaire
- Bilan psychologique / neuropsychologique
- Diagnostic → médecin

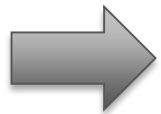


Nécessité de prendre en compte à la fois le mode de fonctionnement de l'enfant (HPI) **et** son trouble pour pouvoir bien le comprendre et l'accompagner

Accompagnements



- Remédiation neuropsychologique
- Psychomotricité (en particulier si dimension hyperactivité)
- Neuro-feedback
- Traitement médicamenteux
- Suivi psychologique → apaiser l'anxiété, réguler les émotions, comme facilitateur de la mise en place d'outils de régulation attentionnelle et comportementale
- Accompagnement de la famille (accompagnement à la parentalité, programme de Barkley,...)



Nécessité de prendre en compte à la fois le mode de fonctionnement de l'enfant (HPI) **et** son trouble pour pouvoir bien le comprendre et l'accompagner

Aménagements scolaires

OUI au multi-tâche



Autoriser l'enfant à bouger, sortir de classe si possible

Mettre en place des stratégies pour l'aider à se rendre compte qu'il est déconcentré (signe visuel par exemple)

Accepter qu'il soit parfois déconcentré (il est peut-être quand même capable de suivre)

S'assurer de l'adéquation entre ce qu'on lui propose et son besoin de stimulation (zone proximale de développement)

Ne pas le stigmatiser lorsqu'il est impulsif ou le sanctionner injustement (bavardages, trafique ses affaires, répond sans lever la main,...)

Co-Construire avec l'enfant

Au quotidien...



Ce qui compte le plus...

**la confiance
et le lien**

- Favoriser un attachement secure
- Aider l'enfant à se sentir accepté tel qu'il est, et pas tel qu'on pense qu'il doit être

CADRE

The image features a central text box with a thin orange border, set against a background of various green leaves and branches in a watercolor style. The text inside the box is centered and reads:

**PREVENIR
DIALOGUER
RASSURER**

CADRE



Sentiment d'impuissance parental :
« rien ne fonctionne! »

Garants du cadre... mais pas dans l'autoritarisme

Des règles claires
Des conséquences qui
peuvent être anticipées

Quelques lois « Non
discutables et non
négociables »

Co-construction
Conseils de famille
Responsabilisation



S'assurer de son attention

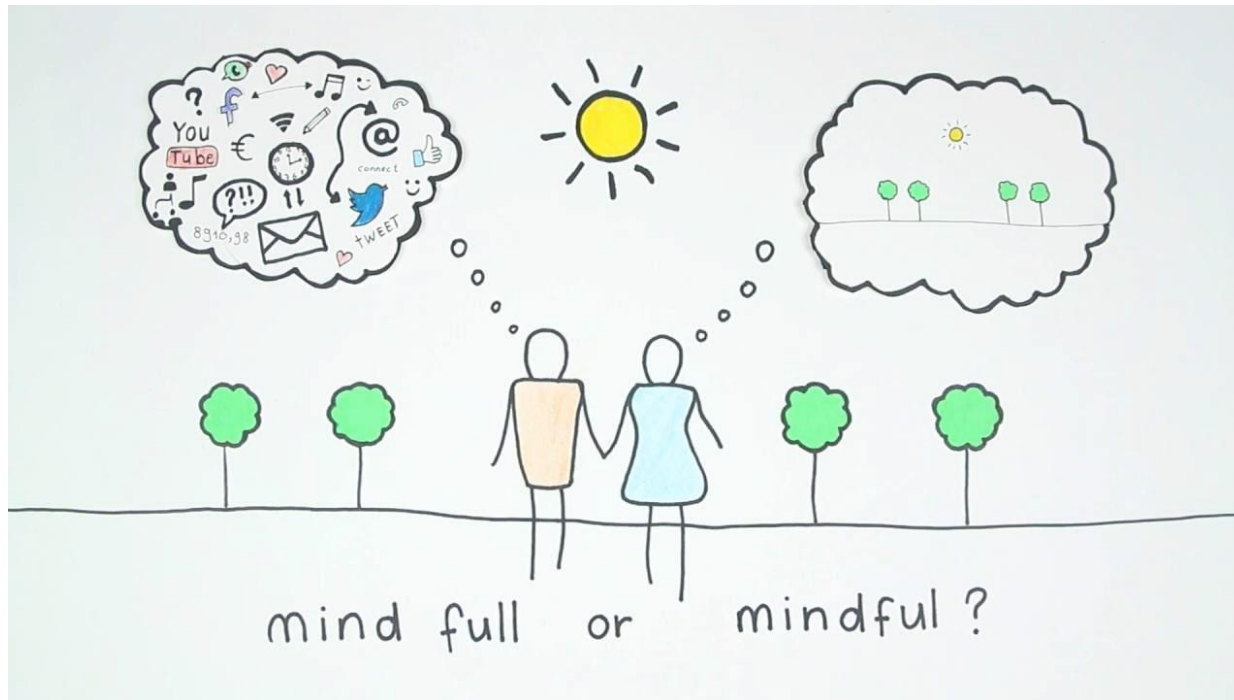
- Se mettre à hauteur de l'enfant
- Se regarder
- Donner une seule consigne à la fois
- Faire répéter à l'enfant ce qu'il a compris qu'il doit faire
- Renforcer positivement lorsqu'il le fait

S'organiser dans le quotidien

- Mettre en place des rituels / automatismes
- Faire des listes ++



La Mindfulness





Quand mes compétences
émotionnelles vont bien...

Tout est mieux!!!

Moral,
Santé physique,
Relations aux autres,
Relation à soi-même,
Performances scolaires

La recharge de gâteaux



Les moyens de motivation

Challenge

Renforcement positif

Sanction/réparation

Clarté du cadre

Régularité/consistance



Gérer les écrans



Prendre soin de
soi,
pour mieux
prendre soin de
mes enfants
(mais pas que...)



Un enfant accepté et aimé pour ce qu'il est,
deviendra un adulte épanoui!



NOUS AVONS TOUS DES CHALLENGES A RELEVER,
MAIS ILS NE SONT PAS TOUS AUX MEMES ENDROITS
ET PERSONNE N'EST OBLIGE DE LES RELEVER TOUT SEUL !