

Journal Acil of Psychological, Educational and Social Studies

Issn: 2830-8891

The journal is an international periodical issued by the Research and Studies

Laboratory in Human and Society Issues

University Center Cherif Bouchoucha Aflou

**NECESSITE DE L'AMENAGEMENT PEDAGOGIQUE POUR
UNE PRISE ENCHARGE COMPLEMENTAIRE DE L'ENFANT
-TDA/H-**

Dr. Sihem Cherifi*

University Mohamed Lamine Dabaghine setif 2 (Algeria),

shmcher.ortho@yahoo.fr

Date of send: 10 / 10 / 2023

date of acceptance: 12 / 12 /2023

Date of Publication: 26/12/2023

* **Dr. Sihem Cherifi**

Résumé :

Le trouble déficitaire de l'attention/ hyperactivité (TDA/H) se manifeste par trois groupes de symptômes : l'inattention, l'impulsivité et l'hyperactivité dont l'expression et l'intensité varient selon l'âge, le sexe et pour un même enfant les situations, le TDA/H constitue par sa fréquence son évolution et ses complications éventuelles (disqualification académique, difficultés d'intégration social) un problème de santé publique.

Le TDA/H affecte la vie des personnes atteintes de nombreuses manières, mais la scolarité des jeunes touchés reste sans doute le plus grand défi à relever par tous, lorsque l'enfant, les parents , les médecins, les psychologues, les orthophonistes et les enseignants, travaillent main dans la main, l'élève atteint de TDA/H aura toutes les chances de s'épanouir au mieux et de devenir un enfant, adolescent, et plus tard, adulte heureux et épanoui.

Dans le TDA/H, seules les psychothérapies familiales et la thérapie cognitive-comportementale (TCC) ont fait la preuve de leur efficacité.

Les enfants TDAH rencontrent un peu plus de difficultés avec le langage oral expressif que les autres enfants, ainsi l'acquisition du langage écrit : tel que la dyslexie, la dysgraphie, la dysorthographe et la dyscalculie, non comme conséquence de leur trouble, mais comme trouble associé. La présence d'une dyslexie ou dysorthographe co-morbide augmente en effet considérablement les risques d'échec scolaire.

L'objectif de notre travail donc est de trouver le moyen le plus efficace et adéquat pour augmenter leur temps d'attention, améliorer leur flexibilité mentale, les aider à mémoriser et s'organiser dans le temps et favoriser leurs relations sociales. Il est donc nécessaire de hiérarchiser.

Mots clés : TDA/H; scolarisation d'un enfant avec TDA/H; aménagement pédagogique.

Introduction

Le trouble déficitaire de l'attention/ hyperactivité TDA/H affecte la vie des personnes atteintes de nombreuses manières, mais la scolarité des jeunes touchés reste sans doute le plus grand défi à relever par tous, lorsque l'enfant, les parents, les médecins, les psychologues, les orthophonistes et les enseignants, travaillent main dans la main, l'élève atteint de TDA/H aura toutes les chances de s'épanouir au mieux et de devenir un enfant, adolescent, et plus tard, adulte heureux et épanoui.

Qu'est ce que c'est qu'un TDA/H ?

Les lettres TDA/H signifient: Trouble du Déficit de l'Attention/Hyperactivité, on peut également dire Trouble Déficitaire de l'Attention avec ou sans Hyperactivité; se manifeste par trois groupes de symptômes: l'inattention, l'impulsivité et l'hyperactivité dont l'expression et l'intensité varient selon l'âge, le sexe et pour un même enfant les situations, le TDA/H constitue par sa fréquence son évolution et ses complications éventuelles (disqualification académique, difficultés d'intégration social) un problème de santé publique.

Les enfants TDA/H rencontrent un peu plus de difficultés avec le langage oral expressif que les autres enfants, ainsi que beaucoup de difficultés avec l'acquisition du langage écrit: tel que la dyslexie, la dysgraphie, la dysorthographe et la dyscalculie, non comme conséquence de leur trouble, mais comme trouble associé. Une évaluation des apprentissages et du langage est donc nécessaire chez ces enfants, et un traitement rééducatif sera indispensable parallèlement au traitement pour l'hyperactivité et les troubles de l'attention. La présence d'une dyslexie ou dysorthographe co-morbide augmente en effet considérablement les risques d'échec scolaire.

Les fonctions exécutives sont impliquées dans le contrôle attentionnel pour la flexibilité cognitive : il faut pouvoir déplacer son attention rapidement et sans se perdre en route. L'attention est également primordiale. Encore une fois, les enfants les plus en difficulté ne sont pas ceux qui sont le plus hyperactifs : ils peuvent ne pas tenir en place mais ne rien avoir perdu des propos tenus, alors que d'autres restent assis mais ne peuvent maintenir leur attention et pensent totalement à autre chose.

Les Différents Types De TDA/H :

Il existe actuellement trois classifications. Elles sont liées aux trois symptômes cardinaux du trouble.

Le DSM-IV permet, en fonction des symptômes, de classer la personne dans une des trois formes suivantes :

1- TDA/H avec inattention prédominante : Elle touche 30% des cas. Il faut que l'enfant manifeste au moins six symptômes d'inattention. C'est le type le plus difficile à diagnostiquer car l'enfant est certes dans la lune mais il est généralement sage et calme, ce qui fait qu'il ne dérange personne.

2- TDA/H avec hyperactivité et impulsivité prédominantes : Ce type est la forme la plus rare, elle ne touche que 10% des cas. Il faut que l'enfant manifeste au moins six symptômes d'hyperactivité-impulsivité.

3- TDA/H de type mixte : C'est la forme la plus fréquente qui associe les difficultés d'attention, d'hyperactivité et d'impulsivité à des degrés divers. Elle concerne environ 60% des cas. Il faut que l'enfant manifeste au moins six symptômes d'inattention et six symptômes d'hyperactivité-impulsivité.

Nouveautés du DSM-V

Les critères sont restés les mêmes (6/9 d'inattention et/ou d'hyperactivité-impulsivité) mais avec l'ajout l'exemple concrets qui s'appliquent à différentes périodes de la vie (enfance, adolescence, âge adulte).

Les changements apportés visent à mieux diagnostiquer les adolescents et les adultes :

- Réduction du nombre de critères nécessaires au diagnostic pour les 17 ans et plus (5critères sur 9)
- Changement de l'âge du début de l'apparition des symptômes : avant l'âge de 12 ans. (7 ans pour DSM 4)
- Maintien des mêmes types de présentation: inattention prédominante, hyperactivité-impulsivité et mixte

Avant d'entrer dans les différents chapitres, je souhaiterais m'attarder sur une question précise :

En quoi avoir un enfant TDA/H dans sa classe peut-il être positif ?

En effet, beaucoup de professionnels de l'enseignement voient le TDA/H comme quelque chose de négatif. Ils pensent directement à un enfant épuisant, qui bouge sans cesse, qui est impatient et j'en passe. Or, cela peut devenir positif si l'enseignant prend la peine de lui consacrer du temps.

Les pistes soumises dans ce travail sont simples, concrètes et faciles à mettre en place. L'astuce à retenir, c'est que les pistes et stratégies proposées, ci-dessous, pour aider l'enfant TDA/H à évoluer positivement, permettent à TOUS les autres enfants de la classe d'évoluer positivement également. Elles leur sont aussi bénéfiques car elles leur permettent de développer leur attention, leur concentration, leur patience, leur énergie, leur organisation, leur mémoire et leur estime de soi.

1 : l'attention

Avant de commencer rappelons qu'un enfant TDA/H a des difficultés d'attention et donc a du mal à rester concentré sur une tâche précise pendant un certain temps. Cette difficulté provient d'une incapacité à trier et hiérarchiser les nombreuses et diverses informations qui parviennent à son cerveau.

1-1-Théorie et explication du concept d'attention :

Le problème d'attention trouve sa source dans le cerveau et est lié à un dysfonctionnement des fonctions exécutives. Il résulte principalement d'une incapacité à inhiber les stimuli extérieurs.

Pour mieux comprendre ce principe et pour intervenir plus efficacement, il faut savoir qu'il existe trois types d'attention :

- **L'attention dirigée**, aussi appelée attention sélective ou focalisée. Elle permet de sélectionner une source d'informations voulue en ignorant toutes les autres sources de distractions. Les distractions peuvent être visuelles, auditives ou encore motrices.
- **L'attention divisée**, aussi appelée attention partagée. Elle permet de traiter simultanément plusieurs sources d'informations et/ou de déplacer son attention entre plusieurs activités ou types d'informations.
- **L'attention soutenue**, aussi appelée attention maintenue. Elle permet de maintenir son attention longtemps et de façon continue afin de mener à terme une tâche. Grâce à elle, la personne est donc capable de se concentrer sur une tâche malgré la présence de distractions.

Ces trois types d'attention sont déficients chez les personnes atteintes du TDA/H. Il est donc important d'apporter des pistes et des stratégies à ces personnes pour qu'elles puissent pallier, améliorer et travailler ce déficit.

Les pistes et les stratégies suivantes tiennent compte des trois types d'attention et permettent donc de diminuer l'inattention.

1-2- Pistes et stratégies pour améliorer l'attention des élèves souffrant du TDA/H.

La première chose à réaliser, c'est de s'assurer que l'environnement physique autour de l'enfant favorise l'attention. Pour cela, on peut réaliser plusieurs choses.

- Tout d'abord, installer l'élève loin des fenêtres, de la porte, des affiches et des panneaux de la classe, ou encore de la bibliothèque.
- Ensuite, pour des travaux demandant plus d'attention ou pour des consignes, il convient de libérer le banc de l'élève des objets qui ne sont

pas essentiels à la tâche demandée.

- Par ailleurs, on peut également créer un isoloir portatif en carton que l'élève utilisera lorsqu'il en éprouve le besoin. L'isoloir permet à l'élève de se couper du monde classe, donc des stimuli extérieurs, et de se concentrer sur sa tâche. Cette piste est idéale pour favoriser l'attention et la concentration lors des contrôles ou des examens.
- Enfin, si l'élève souffre de la forme TDA/H avec inattention prédominante, il faut le placer près de l'enseignant qui peut ainsi garder un contact continu avec l'élève et ainsi éviter les stimuli perturbateurs qui peuvent être produits par les autres élèves de la classe. Dans le même ordre d'idée, on peut également mettre, à côté de l'élève ayant un TDA/H, un élève calme et attentif qui pourra lui servir de modèle positif.
- Etablir une communication non verbale avec l'élève. Celle-ci sera convenue et connue uniquement de l'élève et l'enseignant. Le signal peut être un geste tel que mettre la main sur l'épaule de l'enfant, ou encore un regard. Ce que l'on peut aussi faire, c'est montrer un pictogramme ou une affiche de la classe.
- Un autre dispositif peut être mis en place : l'élaboration de cartes portant des messages clés tels que « Fais attention », « Continue à travailler », « Ecoute-moi », ... Lorsque l'élève est distrait, n'écoute pas ou ne travaille plus.

Etant donné que l'élève a un problème relatif à l'attention dirigée et soutenue, il aura du mal à rester concentré pour suivre les consignes jusqu'au bout. Les pistes qui suivent sont relativement simples à mettre en place et aideront réellement l'enfant à être plus attentif.

- Premièrement, avant d'expliquer ou de donner une consigne, il faut s'assurer que l'élève soit attentif. Ne pas hésiter à utiliser un signe non verbal comme expliqué dans la piste précédente.
- Deuxièmement, durant l'explication de la consigne, vérifier que l'élève reste attentif. Pour cela, vous pouvez établir un contact visuel avec l'élève,

- utiliser la communication non-verbale ou encore rester à proximité de lui.
- Troisièmement, s'assurer que l'élève a compris. Lui demander de répéter la consigne et annoncer à l'avance qu'il devra faire cet exercice. Il fera alors plus attention.
 - Quatrièmement, il faut se rappeler que l'attention soutenue est déficiente chez l'enfant ayant un TDA/H. Il ne sait donc pas maintenir une attention soutenue sur une tâche. Il convient dès lors d'utiliser des consignes brèves, précises et simples. Il est aussi important d'éviter de donner plus d'une consigne à la fois.
 - Cinquièmement, il est important de donner des instructions qui sont à la fois auditives, visuelles et écrites : écrire les mots-clés au tableau ou illustrer la consigne par des images, des symboles. De nombreux logiciels et des sites internet permettent d'illustrer les consignes à l'aide de symboles ou de pictogrammes. Diversifier la manière de donner les consignes permet à l'élève de réaliser le travail même s'il a été distrait lors de l'explication.

Tout comme pour les consignes, il est important d'aider l'élève en présentant le travail en petites étapes. A chaque étape terminée, féliciter l'élève. Cela peut augmenter sa motivation et l'amener à redoubler d'effort pour terminer le travail. Dans cette optique-là, il est donc nécessaire de privilégier la qualité plutôt que la quantité.

Enseigner des stratégies d'écoute active. Ces stratégies permettent à l'élève de développer son attention dirigée. En effet, l'écoute est une activité qui demande de l'effort et de la concentration. Il s'agit donc ici de donner une ligne directrice sur les bonnes habiletés d'écoute à avoir.

Par exemple, comment écoute-t-on ?

- En regardant la personne qui parle.
- En posant ses crayons et son matériel sur le bureau.
- En posant les mains à plat sur le bureau.

- En prêtant attention aux explications.
- En n'interrompant pas la personne qui parle.
- En reformulant dans ses mots ce qui a été dit.
- En posant des questions, en levant la main, s'il n'a pas compris quelque chose.

Diversifier la façon de donner cours en utilisant, intensifiant et variant les stimuli. Modifier l'intonation de la voix, utiliser des gestes et son corps pour illustrer un exemple ou une consigne, utiliser des couleurs, des formats et des écritures différentes pour écrire au tableau, utiliser des signaux auditifs, visuels et tactiles.

Changer régulièrement l'intensité de l'attention demandée en alternant les activités où les élèves doivent rester assis, où ils peuvent bouger, les activités de groupe ou individuelles, les activités qui demandent une participation ou de l'écoute,...

2 : l'impulsivité

L'enfant impulsif semble incapable de prendre un moment pour réfléchir avant d'agir. L'enfant qui fait preuve d'impulsivité a tendance à " réagir au quart de tour" et/ou à " agir avant de réfléchir ".

2-1- Théorie Et Explication Du Concept D'impulsivité :

Tout comme pour le déficit d'attention, l'impulsivité trouve son origine dans le cerveau, dans les fonctions exécutives. L'impulsivité découle ici, d'une incapacité à inhiber les stimuli internes. Ce manque d'inhibition amène la personne à agir sans réfléchir, sans être capable de retarder ses désirs. Elle est également incapable de choisir le comportement (moteur, émotionnel ou attentionnel) le plus approprié pour faire face à une situation particulière.

2-2- Pistes Et Stratégies Pour Améliorer L'impulsivité Des Elèves Souffrant Du TDA/H.

Créer et réaliser les règles avec les enfants ; les réduire à l'essentiel et les placer à un endroit de la classe où les élèves peuvent les voir. Prévoir également les conséquences, positives et négatives, relatives à ces règles.

Construire les règles de vie et leurs sanctions avec les élèves leur permet d'avoir un certain contrôle sur leur sort, d'améliorer leur capacité de concentration et leur conduite.

Par la suite, il est important de poser des limites, sans être répressif, mais en restant ferme et cohérent.

- L'enseignement explicite permet de travailler le langage intérieur donc la capacité de se parler à soi-même et de se donner des consignes. Il y a quatre phases dans cette pédagogie : le modelage, la pratique guidée, la pratique coopérative et la pratique autonome. La pratique guidée consiste à mettre le haut-parleur sur sa pensée. C'est-à-dire que l'enseignant explique à haute voix les stratégies à utiliser pour réaliser le travail.
- Le temps d'arrêt. Il permet aux esprits (élève & enseignant) de s'apaiser, aux fonctions exécutives de reprendre le contrôle mais aussi et surtout d'éviter une réaction en chaîne néfaste à la relation. Grâce au temps d'arrêt, l'échange qui suit est plus productif. Pendant ce temps d'arrêt, il est nécessaire que l'enfant se livre à une activité agréable et apaisante.
- Communication non-verbale : comme vu précédemment, cette communication permet de calmer l'élève en lui montrant qu'on a remarqué qu'il avait des difficultés à se contenir. Elle peut également être utilisée lorsque l'on voit que l'impulsivité monte. Rappel, le signal doit être convenu avec l'élève et connu uniquement de lui et son enseignant afin d'éviter d'attirer continuellement l'attention des autres sur lui.
- Apprendre des techniques de relaxation. La relaxation aide l'enfant à contrôler ses tensions, sa colère.
- La détente musculaire. L'objectif est d'apprendre à contrôler ses tensions musculaires.
- Les perceptions sensorielles (écouter, regarder, sentir,..). Le but étant de fixer son attention sur une perception afin de mettre au repos l'esprit et le corps.
- Demander un délai avant de répondre.

- Demander à l'élève d'écrire ce qu'il veut répondre avant de l'interroger ou lui faire répéter la question avant qu'il ne réponde. Cela oblige l'élève à apprendre à se contrôler.
- Rappeler les comportements adéquats. Faire des étiquettes avec ce que l'enfant doit faire et les mettre sur son bureau. Par exemple :
 1. Lever la main avant de répondre.
 2. Attendre 5 secondes avant de répondre.
 3. Reformuler la question avant de répondre.
- Ignorer autant que possible les comportements et les commentaires qui peuvent l'être. Il est important de donner directement son attention et de féliciter l'élève impulsif lorsqu'il répond en respectant les éléments mis en place comme lever la main avant de répondre, reformuler la question puis répondre,....
- Fonctionner avec des objectifs et des feuilles de route¹⁹. Le but est de réussir à rendre l'élève conscient de ses comportements et de leurs fréquences. Il faut établir ensemble les objectifs et les récompenses qui seront observés et mis en place. Les objectifs doivent être réalisables, positifs et concrets.

Par ailleurs, il est nécessaire de donner des retours fréquents sur les comportements positifs et négatifs. Si un comportement pose problème, donner un retour directement mais une fois le calme retrouvé, car l'élève vit au présent !

3 : l'agitation, l'hyperactivité

L'enfant hyperactif est un enfant dont l'activité motrice est augmentée et désordonnée par rapport aux enfants du même âge. Il est toujours débordant d'énergie, perpétuellement en mouvement, sans but précis et en toute circonstance. Tout ceci, malgré lui.

3-1- Théorie et explication du concept d'agitation et d'hyperactivité :

L'hyperactivité provient d'une incapacité à bloquer des stimuli. C'est, en partie, une conséquence du problème d'attention et d'impulsivité. En effet, le manque de focalisation d'attention provoque une sur-stimulation et le déficit de contrôle provoque de l'impulsivité. Un enfant TDA/H possède donc une hypersensibilité émotionnelle et sensorielle à toutes les stimulations ce qui fait qu'il devient plus facilement actif et/ou excité.

3-2- Pistes et stratégies pour améliorer l'hyperactivité des élèves souffrant du TDA/H :

- Procurer une balle ou un objet antistress pour que l'élève occupe ses mains silencieusement. On peut fabriquer un objet antistress facilement, il suffit de mettre de la farine ou des grains de riz dans plusieurs couches de ballons de baudruche ou dans du tissu.
- Autoriser l'élève à se mettre sur ses genoux ou à rester debout à côté de son bureau pour travailler.
- Si le local classe le permet, prévoir 2 places éloignées l'une de l'autre pour que l'élève puisse voyager, bouger en se rendant d'une place à l'autre. Une place pour écouter les consignes, près de l'enseignant et une, dans le fond de la classe, pour le travail individuel.
- Placer le cartable et les objets qui ne sont pas nécessaires à un endroit précis loin du bureau pour éviter que l'élève soit tenté de les manipuler.
- Créer un petit coin détente dans le fond de la classe et permettre à l'élève d'aller écouter de la musique calme avec des écouteurs, de se bercer sur une chaise à bascule (Bergère), de se coucher dans de gros coussins,...
- Pour éviter le bruit lié au mouvement, placer des balles de tennis en dessous des pieds des tables et des chaises. On peut également placer un tapis antidérapant en dessous du bureau de l'élève.
- Utiliser du Velcro (scratch) pour garder les objets strictement nécessaires sur le banc. Par exemple, un crayon ordinaire et une gomme.
- Permettre à l'élève de bouger autour de son bureau dans une zone délimitée

avec du scotch. L'élève peut circuler librement dans la zone délimitée mais ne peut en sortir sans avoir demandé la permission préalablement.

- Permettre à l'enfant d'aller régulièrement distribuer le courrier dans les autres classes pour qu'il puisse bouger et dépenser son énergie tout en rendant service. On peut également proposer à l'enfant d'aller faire le tour de la cour en courant si la crise est imminente.
- Remplacer régulièrement la chaise de l'enfant par un ballon d'assise ou par un petit coussin gonflable. Cela permet à l'enfant de rebondir sans bruit à son pupitre tout en réalisant son travail.
- Réaliser régulièrement des activités d'arts plastiques telles que du théâtre, de la peinture, de la danse, de la musique,... Cela permet à l'enfant de s'exprimer et de réorienter l'énergie mal canalisée dans une direction positive.

4 : l'organisation

L'organisation concerne l'action d'organiser, de structurer, d'arranger, de coordonner, de planifier et de préparer les choses

4-1-Théorie et explication du concept d'organisation :

Les problèmes d'organisation découlent directement des dysfonctionnements liés au TDA/H. En effet, cinq des neuf critères servant au diagnostic sont de nature purement organisationnelle.

L'enfant a des difficultés pour jongler avec plusieurs idées à la fois ou pour les organiser afin de résoudre un problème.

4-2-Pistes et stratégies pour améliorer l'organisation des élèves souffrant du TDA/H.

Les premières pistes permettent d'organiser le matériel.

S'assurer que l'élève possède le matériel dont il a besoin. Particulièrement au moment de rentrer chez lui. Vérifier qu'il ait son journal de classe correctement complété ainsi que ses cahiers et ses classeurs en ordre.

- Avant chaque activité, lister ou rappeler le matériel dont l'élève a besoin.

Ecrire les noms sur tous les effets personnels de l'élève, des vêtements aux crayons en passant par la boîte à tartine.

- Utiliser des gommettes de couleur pour nommer les cahiers. Exemple : le cahier de religion devient le cahier point jaune, le cahier de dictée = le cahier point vert,... Cela permet à l'enfant de retenir plus facilement le nom du cahier et de le retrouver plus aisément.
- Etablir des emplacements précis pour chaque chose avec un support visuel de l'objet devant être rangé à cet endroit. (Casiers, fardes de devoir, boîtes à tartine,...)
- Utiliser des pochettes à double rabats. D'un côté, mettre les travaux à faire, de l'autre les travaux terminés et/ou corrigés.
 - Asseoir l'élève TDA/H à côté d'un élève organisé qui pourra l'aider. Les secondes pistes permettent d'organiser la journée.
 - Etablir des routines, des rituels.
 - Faire toujours la même chose lorsque l'on rentre en classe le matin.
 - Utiliser toujours la même partie du tableau pour faire le journal de classe ou pour inscrire les devoirs.
 - Utiliser un rituel pour remettre les devoirs.

Exemple : tendre un fil en dessous du tableau. Chaque pince porte le prénom d'un enfant. A chaque début de journée, les élèves vont attacher leur devoir sur le fil.

- Etablir un menu de la journée. Ecrire le programme des activités de la journée au tableau de sorte que les élèves puissent se situer dans le temps et s'organiser.

Les autres pistes permettent d'organiser le temps.

- Utiliser une horloge afin de montrer le temps qu'il reste pour effectuer une tâche. Placer sur l'horloge un triangle de couleur correspondant au temps. Exemple : 10 min = triangle vert, 2 min = triangle rouge ,....

On peut également utiliser des sabliers indiquant différents temps.

- Utiliser des agendas et des calendriers pour planifier le temps, les devoirs, les activités.

5 : la mémoire

La mémoire concerne les activités biologiques et psychiques qui permettent de retenir des expériences.

5 -1- Théorie et explication du concept :

Tout d'abord, il est primordial de prendre conscience que la mémoire constitue la base du processus d'apprentissage. Si on l'utilise bien, elle permet des apprentissages de grande qualité.

Ensuite, la mémoire est une fonction complexe du cerveau qui fait intervenir plusieurs processus interdépendants. En effet, la mémoire accomplit principalement quatre tâches qui sont chacune reliées à une composante :

- Elle perçoit les informations, la composante reliée est la mémoire sensorielle. -- Elle traite une partie des informations, la composante est la mémoire à court terme (aussi appelée mémoire de travail).
- Elle conserve les connaissances acquises et fournit des réponses aux situations. La composante est la mémoire à long terme.

Il est donc important de connaître un minimum les différentes composantes pour pouvoir développer la mémoire et les apprentissages efficacement.

- **La mémoire sensorielle.** Elle reçoit les différentes informations fournies par les cinq sens (vue, ouïe, odorat, toucher et goût). Elle reconnaît les informations et sélectionne celles sur lesquelles il faut porter son attention avant de les transmettre à la mémoire à court terme.

- **La mémoire à court terme** aussi appelée mémoire de travail. Premièrement, elle ne peut contenir que sept unités d'informations 20 à la fois. L'information transmise par la mémoire sensorielle ne reste qu'une dizaine de secondes ; après ce délai, si elle n'est pas rappelée, elle disparaît du champ de la conscience. deuxièmement, elle traite l'information à partir des connaissances et des souvenirs stockés dans la mémoire à long terme.

- **La mémoire à long terme.** C'est une sorte d'immense entrepôt où les informations qui ont été traitées par la mémoire à court terme, sont classées. Les informations stockées dans la mémoire à long terme ne s'effacent pas. Il y a dès lors énormément d'informations. Elles sont donc organisées et classées de manière à pouvoir élaborer des liens multiples.

Les enfants atteints de TDA/H ont des problèmes de mémoire car il n'y a pas de mémoire possible sans sélection des stimuli et inhibition des éléments distrayants. Or, c'est justement là où est l'incapacité des enfants TDA/H. Il est donc plus que primordial d'aider l'enfant à développer sa mémoire et ses différentes composantes.

5-2- Pistes et stratégies pour améliorer la mémoire des élèves souffrant du TDA/H :

- Utiliser la gestion mentale. Le but est d'utiliser des gestes mentaux pour construire des représentations mentales ainsi que le contenu à mémoriser. Elle se caractérise par trois phases par lesquelles il est important de passer pour mémoriser. Ils'agit de la perception, l'évocation et la restitution. La phase la plus importante étant l'évocation car c'est l'activité principale de la mémorisation. Or, on oublie presque toujours de la travailler.

L'évocation consiste à faire exister le mot ou l'image dans sa tête.

Exemples d'évocation : Photographier le mot au tableau en le regardant puis fermer les yeux et le revoir. Faire manipuler mentalement des mots.

Exemples pour travailler les gestes mentaux : Décrire mentalement ce qu'on a fait depuis le début de la journée. Imaginer les détails d'un objet familier.

- Utiliser des mots spécifiques tels que regarder, écouter, sentir, entendre, visualiser. Cela permet de favoriser une gestion sensorielle et donc de travailler sur la mémoire sensorielle.

- Mettre en évidence les mots importants du tableau en les entourant, les soulignant, en les mettant en couleur. Cela attire l'attention de l'élève et fait en sorte de diriger les récepteurs sensoriels vers la bonne direction.

- Utiliser des aide-mémoires tels que des pictogrammes pour les rituels ou des listes de rappels. Ne pas hésiter à écrire les étapes du travail au tableau.
- Répéter plusieurs fois et très régulièrement les notions pour qu'elles soient mémorisées à long terme. Chaque matin, s'assurer que ce qui a été appris la veille est intégré.
- Enseigner avec des indices multi sensoriels. Donner des signaux visuels, sonores et kinesthésiques.
 - Utiliser de la musique pour mémoriser les tâches à réaliser ou des leçons
 - Enregistrer à l'enfant un cd avec, tout d'abord, certaines directives pour réaliser un travail ou un devoir, puis une sélection de ses musiques préférées. La capacité de l'enfant à se souvenir des étapes ou de ses devoirs est grandement améliorée.
- Partir d'exemples concrets, réels ou qui viennent des élèves. Cela donne du sens et de la pertinence aux notions à étudier, ce qui facilite la mémorisation.
- Apprendre les notions de manière active et pratique. Utiliser la pédagogie de la motricité intégrée. En effet, le fait de passer par le corps permet de mieux assimiler et de retenir le concept.
 - Utiliser des trucs mnémoniques. Ils peuvent être de plusieurs sortes :
 - Définition. Il s'agit de faire penser à la signification du mot pour donner des indices sur l'orthographe.

Exemple : la pomme est le fruit du pommier.

Histoire. Exprimer un « truc », une petite histoire qui permet à l'élève de mémoriser l'orthographe ou la règle facilement.

Exemple : le mot « mourir » ne prend qu'un seul « r » car on ne meurt qu'une fois.

- Acronyme. Il s'agit d'inventer une phrase en se basant sur les lettres des mots à retenir. Exemples : Pour retenir l'ordre des planètes du système solaire. « Mangez Vos Tartes, Mais juste Sur Une Nappe »²³ = Mercure,

Vénus, Terre, Mars, Jupiter, Saturne, Uranus, Neptune. Pour retenir ce qu'il faut à une phrase. MAPO = Majuscule et Point.

- Etymologie. Faire appel à l'étymologie du mot pour clarifier l'orthographe. Exemple : Le mot « acquis ». Son « s » est muet, pour ne pas se tromper mettre le mot au féminin où le « s » est alors prononcé.

« Un cadeau est acquis, une solution est acquise. »

- Travailler la mémoire visuelle et l'automatisation des notions.

- Montrer un schème de mathématique 30 secondes à l'élève, il doit dire combien il représenté du tac au tac.

- Montrer un calcul rapidement, l'élève doit répondre rapidement.

Pour réaliser cette activité, l'élève doit mémoriser ce qui est montré afin de pouvoir le restituer.

6 : l'estime de soi

6-1- Théorie et explication du concept d'estime de soi :

L'estime de soi, c'est tout d'abord, l'opinion que l'on se fait de soi-même.

Elle se construit selon les talents et les lacunes qu'on se reconnaît. Ensuite, la perception, l'opinion que l'on a de nous est influencée par l'image que les autres ont de nous.

Par ailleurs, l'estime de soi est un processus vivant car il est en constante évolution tout au long de notre vie.

Elle permet aux personnes de relever des défis à leur mesure et de réussir ce qu'elles entreprennent.

Colette SAUVE, dans son livre, donne une définition intéressante sur la construction de l'estime de soi. « Une bonne estime de soi se bâtit à partir d'événements vécus d'une façon satisfaisante et de situations qui procurent un sentiment de sécurité et d'emprise sur la réalité » Etant donné les nombreux échecs rencontrés, l'enfant TDA/H a très souvent une mauvaise estime de soi. Il croit aussi généralement qu'il n'a pas beaucoup de valeur et qu'il n'est bon à rien.

6-2- Pistes et stratégies pour améliorer l'estime de soi des élèves souffrant du TDA/H :

- Montrer qu'il existe des personnages célèbres de l'histoire qui étaient TDA/H et qui ont brillamment réussi leur vie (W.Churchill, Beethoven, Louis Amstrong,.....)
- Etre présent de manière chaleureuse auprès de l'enfant. Etre bienveillant.
- Utiliser des renforcements positifs, valoriser l'élève. L'objectif est de redonner confiance à l'enfant en le valorisant.

Il ne faut donc pas hésiter à le « surprendre » en train d'agir et en faire un événement important pour qu'il s'en rende compte.

On peut utiliser plusieurs sortes de renforçateurs :

- Les renforçateurs verbaux : les compliments, des paroles d'encouragement, des mots positifs,...

Exemples : « Bravo, beau travail ! », « Super ! », « Je suis fier de toi », « Ton idée est géniale »

« Continue, c'est bien ! », « Tu vois, tu sais le faire »,...

- Les renforçateurs non-verbaux : les gestes d'affection, les clins d'œil, les regards, les mimiques, les signes complices, ...

Exemples : mettre le pouce en avant, tapé sur l'épaule ou dans le dos,...

- Les renforçateurs relationnels : les activités gratifiantes, des privilèges,...
- Etablir des objectifs concrets, réalisables qui sont à la portée de l'enfant et qu'il pourra assumer.
- Evaluer plusieurs moments de la journée plutôt que la journée dans son entièreté. Cela permet que le négatif ne contamine pas toute la journée.

Lors des retours, donner du positif et du négatif ! Utiliser la règle du 4 pour 1. Pour un élément négatif, donner quatre éléments positifs.

Cela permet de développer un sentiment de compétences et l'estime de soi.

-Appuyer les interactions sociales positives en proposant de faire du tutorat, du parrainage avec les plus jeunes. Favoriser les activités de socio constructivisme où le succès dépend d'une collaboration mutuelle. Réaliser un conseil de classe où les enfants peuvent s'exprimer sur leur semaine et sur les conflits rencontrés.

Donner des « chaudoudoux ». Instaurer un temps d'échange le dimanche matin. Chaque élève à son tour dit ce qu'il a aimé de son week-end « J'ai aimé ... ». Si l'élève n'a rien aimé de son weekend, autres élèves lui donnent un « chaudoudou », c'est-à-dire quelque chose qu'ils aiment chez l'enfant, un aspect positif, une qualité,...

Mettre l'accent sur les aptitudes de l'élève. Mettre en valeur les traits de caractères prometteurs afin de les faire fructifier. Cela valorise l'enfant dans son sentiment de compétence.

Il faut aussi faire attention à l'humeur de l'enfant, souvent déprimé. Il est important de le rassurer. Si la situation devient ingérable, il faut apprendre à l'enfant à « laisser tomber », tout comme l'adulte doit apprendre à décrocher quand il est exaspéré.

Pour conclure :

Il est important de ne pas trop donner trop d'informations à la fois, savoir que les apprentissages sont compliqués, valoriser l'enfant et lui donner des tâches qu'il est capable d'accomplir. Il n'existe pas de recettes miracles, mais connaître un peu le trouble de l'enfant permet de le comprendre. Il faut analyser là où il peut être meilleur, lui donner les outils, s'adapter et adapter aux difficultés de l'enfant pour lui donner les meilleures chances d'apprendre différemment des autres.

Bibliographie :

- AMSTRONG Thomas, SIROIS Gervais Déficit d'attention et hyperactivité. Edition Chenelière éducation, Québec, 2002.

- DE COSTER P. et DE SCHAEZTEN S. TDA/H et scolarité, comprendre et accompagner l'élève atteint de TDA/H à l'école. Edition : TDA-H Belgique, 2010.
- Dr VICTOOR Laurent. Le TDA/H chez l'enfant et l'adolescent, diagnostic et traitement. Edition Vivio, Bruxelles, 2010.
- DROUIN Cristiane, HUPPE André. Plan d'intervention pour les difficultés d'attention. Edition Chenelière éducation, Québec, 2005.
- GAGNE Pierre-Paul. Trucs et astuces pour apprendre à mieux penser. Edition Chenelière éducation, Montréal, 1999.
- GUILLOUX Roselyne. L'effet domino « Dys ». Edition Chenelière éducation, Québec, 2009.
- L. KUTSCHER Martin. Le trouble du déficit de l'attention/hyperactivité. Edition Chenelière éducation, Québec, 2010.
- SAUVE Colette. Apprivoiser l'hyperactivité et le déficit de l'attention. Edition Hôpital Sainte-Justine. Montréal, 2007.