



Commission scolaire  
de la Rivière-du-Nord

# Vivre avec un enfant de 5 à 12 ans ayant un **TROUBLE DE DÉFICIT DE L'ATTENTION AVEC OU SANS HYPERACTIVITÉ (TDA/H)**

Dès le préscolaire, votre enfant doit s'adapter à un groupe, coopérer avec d'autres enfants dans des activités structurées, écouter et suivre des consignes, demeurer assis, fixer son attention sur des tâches précises, effectuer des travaux et, plus tard, faire des devoirs et étudier. Ces exigences favoriseront le développement de ses capacités d'attention ou pourront faire ressortir ses difficultés. Il lui faudra être attentif pour comprendre les messages verbaux et non verbaux de son enseignant et de ses compagnons. Il devra repousser tout ce qui peut le distraire de sa tâche et devra choisir les bonnes informations pour réaliser son travail. L'attention est nécessaire à la mémorisation et aidera son rendement scolaire.



Par Suzanne Labrecque, psychologue, en collaboration avec Jocelyne Cassagnol, directrice à la retraite, CSRDN



« **Votre enfant a besoin que vous l'encouragiez et le félicitez lorsqu'il utilise ces moyens et cela l'incitera à poursuivre ses efforts.** »

[www.csrdsn.qc.ca](http://www.csrdsn.qc.ca)

**AGIR**  
POUR  
réussir

Si votre enfant ne peut fixer son attention, qu'il bouge beaucoup, qu'il ne retient pas l'information nécessaire pour accomplir une tâche ou qu'il n'écoute pas les consignes, qu'il parle tout le temps, qu'il a souvent des conflits à régler, il y a lieu de vous questionner et de rencontrer l'enseignant. Vous pourrez alors partager vos observations et mettre en place des mécanismes qui l'aideront à développer les habiletés nécessaires à son évolution personnelle et scolaire.

Le déficit de l'attention sans hyperactivité passe inaperçu plus longtemps, car les enfants touchés sont généralement calmes, réservés, plus introvertis et paraissent souvent dans la lune. Ils risquent d'avoir de faibles résultats scolaires, même des échecs, en raison de leur lenteur à traiter l'information.

Dans tous les cas, une **évaluation rigoureuse** est de mise pour confirmer la présence d'un trouble de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité. Votre collaboration avec l'équipe-école et le pédiatre est essentielle, car vous connaissez bien votre enfant.

## QUELQUES SUGGESTIONS

Vous devrez faire preuve de tolérance et de patience, car cela prendra plus de temps à votre enfant pour faire ses apprentissages.

## **Devoirs et leçons**

Prévoyez un endroit calme, préparez tout son matériel (crayons aiguisés, gomme à effacer, règle) et donnez-lui un temps limite suivi d'une activité plaisante.

## **Organisation**

Préparez une liste des objets à mettre dans son sac d'école qu'il pourra consulter afin de le préparer chaque soir avant de se coucher.

## **Écoute des consignes**

Apprenez-lui à vous regarder lorsque vous lui parlez, donnez-lui des consignes brèves et claires.

Votre enfant a besoin que vous l'encouragiez et le félicitez lorsqu'il utilise ces moyens et cela l'incitera à poursuivre ses efforts.

## **POUR EN SAVOIR PLUS :**

Association panda Thérèse-de-Blainville  
et des Laurentides :  
[www.pandastb.com](http://www.pandastb.com)

Association québécoise des troubles  
d'apprentissage :  
[www.aqeta.qc.ca](http://www.aqeta.qc.ca)