



Trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité à l'école régulière

Informations à l'intention du corps enseignant sur le
trouble, les mesures de différenciation pédagogique et la
compensation des désavantages

Résumé

Document élaboré par la Fondation Centre suisse de pédagogie spécialisée (CSPS)
Sous mandat de la Conférence intercantonale de l'instruction publique de Suisse romande et du Tessin (CIIP)

Rédaction

Géraldine Ayer, collaboratrice scientifique CSPS

Corrections spécialisées

Michel Bader, médecin-psychiatre spécialiste du TDA/H

Anne-Marie Haas, Présidente de l'Association Suisse romande de parents et d'adultes concernés par le trouble du déficit d'attention/hyperactivité (ASPEDAH)

Renate von Davier, responsable du secteur des élèves à besoins spécifiques à la direction générale de l'enseignement secondaire II pour le canton de Genève

Fondation Centre Suisse de pédagogie spécialisée CSPS
Maison des cantons, Speichergasse 6, Case postale, CH-3001 Berne
Tél. +41 31 320 16 60, csp@csps.ch

Version de juillet 2021 © SZH/CSPS Octobre 2018

Ce document est mis à disposition selon les termes de la licence [Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International \(CC BY-NC-SA 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/) :



1 Informations sur le trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H)

Selon la dernière version du Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux (DSM - 5) et de la Classification internationale des maladies (CIM - 11), le trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H) est un trouble neurodéveloppemental. Six (ou plus) des symptômes concernant l'inattention ou/et l'hyperactivité et impulsivité suivants ont persisté pendant au moins six mois, à un degré qui rend le sujet inadapté et ne correspond pas à son niveau de développement.

Inattention

Souvent, ne parvient pas à prêter attention aux détails ou fait des fautes d'étourderie dans les devoirs scolaires, le travail ou d'autres activités ; a du mal à soutenir son attention au travail ou dans les jeux ; semble ne pas écouter quand on lui parle personnellement ; ne se conforme pas aux consignes et ne parvient pas à mener à terme ses devoirs scolaires, ses tâches domestiques ou ses obligations professionnelles ; a du mal à organiser ses travaux ou ses activités ; évite, a en aversion, ou fait à contrecœur les tâches qui nécessitent un effort mental soutenu ; perd les objets nécessaires à son travail ou à ses activités ; se laisse facilement distraire par des stimulus externes (chez les adolescentes et adolescents et les adultes également par des pensées sans rapport avec la tâche en train d'être accomplie) ; a des oublis fréquents dans la vie quotidienne.

Hyperactivité et impulsivité

Souvent, remue ou tapote les mains ou les pieds ou se tortille sur son siège ; se lève en classe ou dans d'autres situations où il est supposé rester assis ; court ou grimpe partout, dans les situations où cela est inapproprié ; a du mal à se tenir tranquille dans les jeux ou les activités de loisir ; est « sur la brèche » ou agit comme s'il était « monté sur ressorts » ; parle trop ; laisse échapper la réponse à une question qui n'est pas encore entièrement posée ; a du mal à attendre son tour ; interrompt ou empiète sur les autres. Certains symptômes étaient déjà présents avant l'âge de 12 ans et se manifestent dans au moins deux types d'environnements différents (p. ex. à la maison, à l'école ou au travail ; avec des amis ou des relations ; dans d'autres activités). De plus, les symptômes interfèrent avec les aptitudes sociales, scolaires ou professionnelles, ou en diminuent la qualité.

Le DSM-5 et la CIM-11 distinguent trois sous-types de TDA/H : (1) avec symptômes d'inattention prédominants ; (2) avec symptômes d'hyperactivité-impulsivité prédominants ; (3) avec symptômes d'inattention et d'hyperactivité-impulsivité combinés. Le TDA/H et les symptômes qui lui sont associés peuvent entraîner une gêne fonctionnelle plus ou moins importante selon le degré de sévérité (léger, modéré ou sévère). Il se manifeste dès l'enfance et, bien que les symptômes tendent à diminuer progressivement au cours du développement (à l'adolescence), ceux-ci continuent d'altérer le fonctionnement à l'âge adulte dans environ 55 à 75 % des cas.

2 Informations sur les répercussions du TDA/H

Pour comprendre les difficultés que l'élève avec un TDA/H peut rencontrer dans ses apprentissages et en classe, il est important de se renseigner sur la manière dont son trouble se manifeste. L'élève concerné, ses parents, mais aussi des personnes professionnelles ayant travaillé avec lui, pourront donner des informations précieuses sur ses difficultés propres ainsi que leur impact sur ses apprentissages. Cette prise d'information aidera à mettre en place des moyens adéquats pour gérer les difficultés que l'élève peut rencontrer. Les élèves atteints d'un TDA/H peuvent être perçus négativement comme étant irrespectueux, peu coopératifs, paresseux, immatures, etc. Il est important de prendre conscience du fait que certains comportements et attitudes ne sont dus ni à une mauvaise volonté, ni à un manque d'éducation, mais peuvent être la conséquence du TDA/H. Il ne faut pas considérer que l'élève ne peut pas s'améliorer, mais qu'il a besoin d'aménagements pédagogiques adaptés et doit développer ses propres stratégies compensatoires pour mieux gérer son trouble (plus d'information sur les répercussions dans la version longue de ce document).

3 Une pédagogie différenciée propre à soutenir les élèves avec TDA/H

Grâce à des pratiques pédagogiques appropriées, l'enseignante ou enseignant contribue fortement à soutenir l'élève avec un TDA/H. Les pratiques pédagogiques décrites ci-après constituent des réponses aux besoins spécifiques des élèves avec TDA/H et font certainement déjà partie des bonnes pratiques professionnelles quotidiennes. Nombre d'entre elles peuvent également favoriser l'apprentissage des autres élèves présentant ou non des troubles spécifiques. Ces réponses doivent bien entendu être adaptées aux besoins individuels de l'élève, à son âge, au contexte et au degré scolaire.

- **Acceptation et intégration sociale** : les élèves ayant un TDA/H sont, de par leur spontanéité, leur enthousiasme, leur créativité, et leur humour, source d'enrichissement dans une classe. Porter un regard positif est particulièrement important avec ces élèves, très sensibles à la qualité relationnelle : plus l'enseignante ou enseignant montrera à l'élève concerné qu'elle ou-il l'apprécie, soutient ses efforts et est prêt à l'aider dans ses difficultés, plus celui-ci sera motivé.
- **Mobilisation et maintien de l'attention** : placer l'élève près de l'enseignante ou enseignant, entouré d'élèves calmes ; réduire les sources de distraction ; rester à proximité de l'élève lors d'explications / instructions ; solliciter son attention lors d'explications orales.
- **Communication** : donner des informations courtes et bien structurées ; écrire au tableau les instructions / explications données oralement ; répéter fréquemment les consignes ; s'adresser à l'élève de manière personnelle ; à l'écrit, faire ressortir les informations pertinentes ; intensifier et varier les stimulus ; utiliser la communication visuelle (p. ex. langage corporel).
- **Participation active, apprentissage et motivation** : alterner fréquemment les activités ; privilégier un enseignement interactif, par deux ou par petits groupes ; varier les modalités d'apprentissages ; donner des exemples concrets et favoriser les apprentissages pratiques et les démonstrations ; expliquer l'objectif et l'utilité d'un exercice ; transformer les tâches en activités ou en jeux.
- **Structuration du travail / des activités** : expliquer la structure de la journée / du cours ; établir des routines ; annoncer à l'avance les changements et transitions ; fournir des espaces d'apprentissage fixes pour les différentes activités ; décomposer les travaux / exercices en sous-objectifs plus facilement atteignables ; établir un ordre de priorité des tâches ; permettre à l'élève de consulter l'enseignante ou enseignant entre chaque consigne ; fixer des barèmes de temps précis.
- **Organisation / planification** : encourager l'usage d'aide-mémoire et de listes, de l'agenda et du calendrier ; proposer à l'élève un système de classement et de rangement de ses documents et de ses affaires scolaires ; diviser en étapes les compétences sur lesquelles l'élève doit se focaliser ; l'encourager à se représenter mentalement la tâche et à l'organiser sous forme d'étapes successives ainsi qu'à utiliser la verbalisation intérieure.
- **Règles de vie et gestion des comportements** : établir des règles et consignes de comportement claires et simples ; expliquer clairement les conséquences du non-respect d'une règle et appliquer immédiatement la sanction prévue, faire preuve de fermeté bienveillante ; donner des instructions positives ; essayer d'ignorer les comportements gênants mineurs ; renforcer les comportements positifs de l'élève en lui signifiant sur le champ quand il s'est comporté de manière adéquate ou en instaurant un système de récompense ; lui donner l'occasion de bouger ; prévoir un temps pour abaisser le niveau d'excitation.
- **Stratégies d'autoévaluation** : aider l'élève à pratiquer l'autocorrection de son travail et à développer des stratégies pour mieux gérer les difficultés d'organisation et les oublis ; l'habituer à attendre et à réfléchir avant d'agir. L'aider à anticiper les situations qui risquent de lui poser problème ; convenir avec lui de signaux discrets pour lui signaler des attitudes ou comportements inadéquats ; favoriser l'autocritique en revenant systématiquement sur les situations difficiles ou en mettant en place une fiche d'autoévaluation du comportement ; relever les situations où il a agi convenablement et les raisons pour lesquelles ses agissements étaient appropriés ; instaurer des contrats de comportements.
- **Attention particulière** : être attentif ou attentive aux attitudes et réactions de ses camarades vis-à-

vis de lui ainsi qu'à son bien-être. S'il relâche son attention malgré le rythme d'apprentissage soutenu, c'est peut-être le signe qu'il a besoin de faire une pause.

4 Mesures de compensation des désavantages

Les personnes en situation de handicap ont légalement droit à des mesures de compensation des désavantages, pour autant que le principe de proportionnalité soit respecté, c'est-à-dire que le rapport entre les ressources investies pour éliminer l'inégalité et les bénéfices procurés soit équilibré. De manière très générale, la compensation des désavantages peut être définie comme la neutralisation ou la diminution des limitations occasionnées par un handicap. Elle désigne l'aménagement des conditions dans lesquelles se déroulent les apprentissages et examens et non une adaptation des objectifs de scolarisation / formation. La liste de mesures de compensation des désavantages pour les élèves atteints de TDA/H proposée ci-dessous est non exhaustive. Les répercussions du trouble étant différentes, elles doivent dans tous les cas être attribuées en fonction de sa situation individuelle, notamment de l'âge et du degré scolaire. Elles doivent faire l'objet d'une discussion avec toutes les parties concernées et être régulièrement réévaluées, et adaptées si nécessaire.

Environnement / place de travail

- Prise en compte des difficultés spécifiques de l'élève dans l'aménagement de l'environnement de classe (p. ex. cloisonner sa place de travail / d'examen).
- Permission de travailler debout ou de se déplacer selon le type d'activité.
- Travail / examen dans une pièce séparée.

Matériel, assistance personnelle

- Si l'élève rencontre des difficultés de motricité fine, autorisation d'utiliser un ordinateur ou du matériel d'écriture spécialisé.
- En cas de bruit dans la classe, lui permettre d'utiliser un casque d'écoute.
- Assistance personnelle d'une interlocutrice ou un interlocuteur connu et de confiance qui peut être, lors des travaux en classe, une enseignante ou enseignant de soutien, ou un camarade et, lors des évaluations, une enseignante (p. ex., pour aider l'élève à maintenir son attention).
- Mise à disposition de documents écrits (p. ex., photocopies du cours, notes prises par un camarade, afin qu'il ne soit pas ralenti par des problèmes de mémoire).

Adaptation du temps

- Prise en compte des difficultés spécifiques de l'élève lors de la planification des tests / examens. P. ex., planifier l'examen à un moment où celui-ci est généralement concentré (le matin au lieu de l'après-midi, etc.).
- Octroi de pauses supplémentaires ou plus longues (entre les examens p. ex.) de sorte à permettre des instants de récupération ou pour lui permettre de se dégourdir (p. ex., l'élève peut aller à la salle de lecture ou faire quelques pas dans la cour).
- Division du travail en plusieurs séquences limitées dans le temps. En cas de trouble sévère, une division de l'évaluation peut également être envisagée (interruption d'un jour entre les épreuves ou répartition journalière d'un examen sur une durée plus longue).
- Octroi de temps supplémentaire lors des travaux / examens. Cependant, pour les élèves ayant un TDA/H qui peinent à rester concentrés pendant un temps relativement important, cette mesure n'est pertinente que si l'élève a acquis une méthodologie appropriée qui lui permette d'utiliser ce temps à bon escient.
- Octroi de temps supplémentaire pour la préparation des tâches à effectuer, à condition que l'élève ait adopté une méthodologie appropriée.

Adaptation de la forme du travail / de l'examen

- Privilégier la forme orale plutôt qu'écrite lors de tests / examens, si l'élève rencontre des difficultés de motricité fine. À l'inverse s'agissant des consignes, mettre à disposition des informations visuelles plutôt qu'auditives.

- Varier, voire adapter la structure des travaux et évaluations (p. ex., les énoncés comportant des consignes multiples ou complexes peuvent être décomposés).
- Réduire le volume des exercices à effectuer durant le temps imparti (privilégier la qualité à la quantité pour autant que cela ne réduise pas les objectifs visés).
- Offrir une guidance plus marquée durant le travail / l'examen (p. ex., donner les consignes des épreuves les unes après les autres et pas en même temps).
- Pendant l'examen ou le travail noté, l'enseignante ou enseignant ou la personne examinatrice vérifiera, dans la mesure du possible que, pour des raisons inhérentes à son trouble, l'élève n'a pas omis de répondre à une question. De même, si en raison de difficultés de motricité fine, l'écriture de l'élève entraîne une ambiguïté pour les correctrices ou correcteurs, l'enseignante ou enseignant pourra prendre en considération des précisions données oralement par l'élève.

Adaptation des modalités d'évaluation

- Appréciation séparée des domaines à évaluer. Par exemple, si l'élève rencontre des difficultés de motricité fine, lors d'une épreuve de calcul, noter séparément la précision des graphiques.
- Privilégier le fond (ce que l'élève sait) sur la forme (la manière de répondre, l'écriture). P. ex. faire preuve d'une plus grande tolérance relativement à la qualité d'écriture et du dessin (artistique, graphique, géométrique), à la tenue des cahiers (en cas de difficultés de la motricité fine p. ex.), aux maladroises motrices ainsi qu'aux difficultés d'inattention consécutives au trouble de l'élève.

5 Sélection de ressources pédagogiques

Outils informatiques et pédagogiques

- <https://www.cliniquefocus.com> : clinique multidisciplinaire spécialisée en TDA/H donnant informations et conseils pratiques pour soutenir les personnes concernées.
- <https://tdahapp.com> : l'application TDAHapp.com a été développée par une équipe de personnes professionnelles intervenant en milieu scolaire et vise à faciliter la recherche de solutions et de moyens d'intervention auprès des élèves TDA/H.
- <https://api.ceras.ch> : aide pédagogique par l'informatique (API) pour identifier les besoins et trouver une aide technique appropriée. Pour choisir l'outil le plus adapté aux besoins de l'élève, mais aussi aux moyens de l'école et de la famille, il est cependant préférable de s'appuyer sur le réseau interdisciplinaire.
- <https://freemind.fr.softonic.com> et <https://miro.com/online-diagram-and-map-maker> : *Freemind* et *Miro* sont des logiciels gratuits de cartographie mentale. Des informations et conseils sur le *Mind Mapping* sont disponibles sur le site <https://www.mindmapping.com/fr>.
- <https://www.pearltrees.com> et <https://www.popplet.com> : *Pearltrees* et *Popplet* sont des programmes d'aide à l'organisation des idées et des intérêts.
- <http://www.pomodoratechnique.com> : *The Pomodoro Technique* est une technique d'aide à l'organisation du travail.
- <https://vclock.com/timer/> : ce site propose un *Time Timer* en ligne pour aider à la gestion du temps.
- https://www.vd.ch/fileadmin/migrated/content/uploads/zero_faute_EW.pdf : Main « Zéro fautes » est un guide d'autocorrection des travaux.

Sensibilisation au TDA/H

- <https://vimeo.com/96010905> : l'histoire de Max, vidéo pédagogique réalisée par Adrien Honnons.

Autres sites d'information

- Fondation Centre suisse de pédagogie spécialisée (<https://www.csps.ch/themes/compensation-des-desavantages>) : informations sur la compensation des désavantages.
- Association Suisse romande de parents et d'adultes concernés par le trouble du déficit d'attention/hyperactivité (<https://www.aspedah.ch>) : dispense informations et documentation sur le TDAH.