

LES DIFFICULTÉS  
DES ÉLÈVES À L'ÉCOLE  
ORDINAIRE

MÉMO PRATIQUE POUR  
LES ENSEIGNANTS

Erestina Arifi, Agnese El Jaoui,  
Noémie Fai, Belinda Kqiku,  
Luca Bonascia

Avec la collaboration d'Ivana  
Mitrovic, enseignante  
spécialisée

2020

HEPVS | PHVS  
Haute école pédagogique du Valais  
Pädagogische Hochschule Wallis

# DES DIFFICULTÉS ATTENTIONNELLES AU TROUBLE DU DÉFICIT DE L'ATTENTION AVEC OU SANS HYPERACTIVITÉ (TDA/H)

Bob a 7 ans. C'est un garçon très calme qui attire à peine l'attention en classe. Il est rêveur, il regarde constamment autour de lui à l'école. Son rythme de travail est plus lent que ses camarades. Cependant, il n'a jamais de problèmes de comportement. Il griffonne souvent dans son cahier. Il regarde par la fenêtre, semble dans la lune. Parfois il n'entend pas la question ou ne se rappelle plus ce qu'il doit faire. Il est rêveur. Il oublie souvent d'écrire ses tâches et de prendre ses affaires pour accomplir ses tâches à la maison. Il lui arrive d'oublier d'apporter ses devoirs à l'école.



## POURQUOI UN TEL DÉPLIANT ?

Nous avons tous, de temps à autre, des difficultés à rester immobile, à nous concentrer ou à contrôler un comportement impulsif. Toutefois, chez certains élèves, les manifestations peuvent entraver les apprentissages scolaires et la vie quotidienne. Ils peuvent même, dans certains cas, devenir persistants, envahissants et être le signe d'un TDA/H (Trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité).

Vous trouverez dans ce MÉMO :

- des pistes pour **repérer** et **comprendre** les difficultés de vos élèves
- des **propositions concrètes** de prévention et d'action
- des **ressources** pour vous soutenir dans votre questionnement et vos démarches

## COMPRENDRE : l'attention et la concentration, qu'est-ce que c'est ?

### L'attention permet :

- D'alimenter, d'orienter, de contrôler l'ensemble des fonctions cognitives
- De favoriser l'ouverture de nos sens à la réalité externe ou interne
- D'assurer une réception maximale de toutes les informations
- De mobiliser l'organisme
- Est un réflexe qui peut être dirigé (Poloni, 2019)

**3 types d'attention :**  
divisée (2 tâches), soutenue (durée), sélective (focus)

### La concentration permet :

- De fermer notre conscience à la distraction
- Favoriser une utilisation maximale de la mémoire de travail (Poloni, 2019)

Chaque enfant a un « réservoir » attentionnel différent influencé par son âge, la difficulté de la tâche, sa motivation, sa distractibilité, etc.  
Le défi de l'enseignant : ménager la consommation attentionnelle et permettre le remplissage du réservoir !

## REPÉRER : quelles sont les manifestations possibles en classe des difficultés attentionnelles ?

### Ressources potentielles :

- Grande imagination
- Débrouillard, fantaisiste, grande curiosité
- Intelligent
- Original
- Téméraire
- Sens artistique, créativité hyperdéveloppée
- Sens de l'humour, autodérision, amuseur public
- Meneur, persévérant
- Empathique, grand coeur
- Grande sensibilité, généreux, serviable
- A du culot, de l'audace, a de la répartie
- Sens de la justice important
- Intérêt pour beaucoup de choses très variées
- Excellente adaptabilité

- Souvent ne parvient pas à prêter attention aux détails, fait des erreurs d'étourderie dans les devoirs scolaires ou d'autres activités
- A souvent du mal à soutenir son attention au travail ou dans les jeux
- Semble souvent ne pas écouter quand on lui parle personnellement
- Souvent, ne se conforme pas aux consignes et ne parvient pas à mener à terme ses devoirs scolaires
- A souvent du mal à organiser ses travaux ou ses activités
- Souvent évite, a en aversion, ou fait à contrecœur les tâches qui nécessitent un effort mental soutenu
- Perd souvent les objets nécessaires à son travail ou à ses activités
- Souvent se laisse facilement distraire par des stimuli externes
- A des oublis fréquents dans la vie quotidienne

Le cerveau avec ou sans TDA/H :



Inattention  
Impulsivité  
Désorganisation / Oublis

Rêverie  
Agitation  
Dispersion

TDA/H?

Quand la difficulté se transforme en...

**TDA/H** (Trouble du Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité).

Lorsque les difficultés persistent malgré les aides (durée, fréquence, intensité), il peut être nécessaire de signaler la situation pour des bilans et des aides complémentaires.



### Diagnostic :

Pédiatre en collaboration avec psychologue, psychomotricien-ne, ...

## ACCOMPAGNER ET VALORISER

Ce qui peut aider à se concentrer en classe

- Regard positif : accepter la différence et valoriser les compétences spécifiques
- Expliquer les difficultés et besoins spécifiques de l'élève présentant des difficultés d'attention
- Développer l'entraide et la collaboration entre les élèves (tutorat)
- ...

- Placer si possible l'élève près de l'enseignant
- Réduire le plus possible les sources de distraction (affichage, déplacements...)
- Rester à proximité de l'élève lors d'explications / instructions
- Etablir un contact visuel fréquent ou lui dire explicitement de regarder, pointer du doigt son matériel nécessaire à la réalisation de la tâche
- ...

- Répéter la consigne en la reformulant et en regardant l'élève
- A l'écrit faire ressortir les informations pertinentes en les surlignant
- Instaurer un contrôle systématique du carnet de devoirs et donner les tâches en début de leçon
- ...

- Donner du sens aux apprentissages
- Rendre les apprentissages ludiques
- Feedback positif lorsque l'enfant fait ce qui lui est demandé
- ...

- Proposer à l'élève un système de classement (une couleur par branche...)
- Encourager l'élève à se représenter mentalement les étapes de la tâche
- Préférez le cahier au classeur
- ...

### Quelques idées de matériel pour la classe



# RESSOURCES

## pour aller plus loin



Tous les liens vers les références/ressources ci-dessous sont consultables sur [www.hepvs.ch/memos](http://www.hepvs.ch/memos)



## Pour les parents et les enseignants

- CSPS (2018). *Fiches d'information pour les enseignant-e-s*. [www.cspvs.ch](http://www.cspvs.ch)
- LACHAUX, J-P. (2015). *Le Cerveau funambule*. Odile Jacob.
- LUSSIER, F. (2011). *100 idées pour mieux gérer les troubles de l'attention*. Tom Pousse.



## Ouvrage scientifique

- TARDIF, E., DOUDIN, P-A. (2016). *Neurosciences et cognition : Perspectives pour les sciences de l'éducation*. De Boeck supérieur.



## Pour les enfants

- LACHAUX, J-P. (2016). *Les petites bulles de l'attention : Se concentrer dans un monde de distractions*. Odile Jacob.
- SHAWN, D., SHAWN, I. (2012). *Pourquoi je ne peux pas être attentif*. Elke Henneberg, Communication ebmed.



## Personnes et associations ressources

- Dans le centre scolaire : l'enseignant-e d'appui.
- Dans les CDTEA : les psychologues et psychomotriciens.
- Les thérapeutes des élèves ayant un diagnostic de TDA/H.
- Clinique DIS 7, Sion : [www.dis7.org](http://www.dis7.org)
- Association TDAH Impulse : [www.associationtdah-impulse.ch](http://www.associationtdah-impulse.ch)
- Association Suisse romande de Parents d'Enfants avec Déficit d'Attention, avec ou sans Hyperactivité (ASPEDAH) : [www.aspedah.ch/tdah](http://www.aspedah.ch/tdah)
- TDA/H Belgique : [www.tdah.be](http://www.tdah.be)