

ÉLÈVE EN DÉFICIT D'ATTENTION



guide d'intervention de l'enseignant



Cet ouvrage
a été réalisé par :

Danielle Barabé
psychoéducatrice

Louise Labranche
psychologue

Josée Laflamme
psychoéducatrice

Chantal Lavoie
enseignante au secondaire

Lisa Vautour
enseignante au primaire

Illustrations
Patrick Désilets

Infographie
Robert de la Chevrotière



Produit dans le cadre des activités sur les services intégrés



Les Centres jeunesse
de la Mauricie et du
Centre-du-Québec



du Centre-de-la-Mauricie



Programme de psychiatrie
infantile et juvénile

Cet ouvrage ne peut être reproduit sans la permission écrite
de la Commission scolaire de l'Énergie.

C. s. de l'Énergie, décembre 1999

ISBN 2-922682-01-3

Bibliothèque nationale du Québec

INTRODUCTION	page 4
ASSUREZ-VOUS QUE...	6
AMÉNAGEMENT DE LA CLASSE ET DU MATÉRIEL	8
RÈGLES DE LA CLASSE	10
DÉPLACEMENTS	11
ORGANISATION DES TÂCHES SCOLAIRES	13
TRUCS POUR ATTIRER L'ATTENTION OU LA RÉCUPÉRER	16
TRUCS POUR MAXIMISER LA PERFORMANCE AUX EXAMENS	22
RENFORCEMENT ET ATTITUDES ENVERS L'ÉLÈVE	24
ATTITUDE ENVERS LES PARENTS	28
SAUVE QUI PEUT !	30
RÉFÉRENCES	32
NOTES PERSONNELLES	34
BANQUE D'ACTIVITÉS À SUGGÉRER AUX PARENTS	37

TABLE DES MATIÈRES

La production de ce guide fait suite
aux demandes adressées au comité sur le déficit d'attention
par plusieurs enseignants et enseignantes
de la COMMISSION SCOLAIRE DE L'ÉNERGIE.

Il a été réalisé par un groupe d'intervenantes
(psychologue — psychoéducatrices et enseignantes)
de cette même commission scolaire.

Il propose des trucs et conseils à utiliser auprès des enfants
qui présentent un déficit d'attention avec ou sans hyperactivité.

Espérant que cet outil répondra à vos attentes
et pourra vous être utile...

Bonne lecture !



Voici
FRED



ANNIE,
SA MÈRE



GÉRARD
SON PROFESSEUR



THERÈSE
L'INFIRMIÈRE



Avant de dire
que Fred a un déficit de l'attention
avec ou sans hyperactivité,
assurez-vous que...

en tant qu'enseignant, vous avez relevé plusieurs de ces observations
selon la fréquence, l'intensité et la constance :



- difficulté à maintenir son attention
- difficulté à terminer ses tâches
- difficulté à s'organiser
- difficultés académiques
- difficultés relationnelles avec ses pairs
- est facilement distrait
- ne travaille pas au même rythme que les autres
- impulsivité
- agitation

...le parent et l'enseignant

ont rempli un questionnaire d'observations
pour évaluer son comportement

...l'infirmière a fait un bilan de :

- son audition
- sa vue
- ses habitudes de vie

...le médecin a évalué

l'état de santé de l'élève

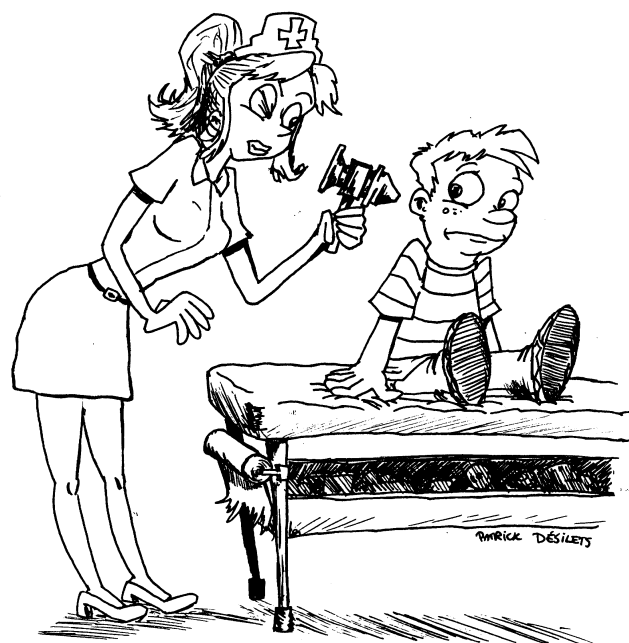
...le ou la psychologue établira

le profil intellectuel, si cela est jugé pertinent

...le ou la professionnel(le) en intervention sociale évaluera,

au besoin, la situation familiale de l'élève

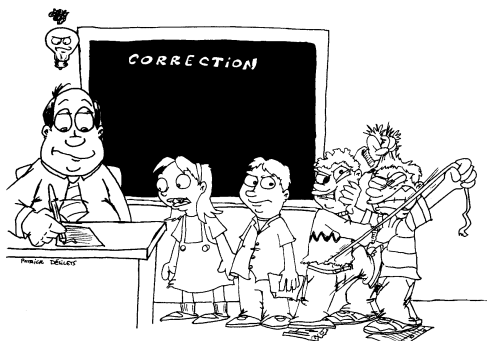
**...l'équipe se concerte dans le but d'établir le meilleur diagnostic
et d'offrir les services les plus appropriés.**





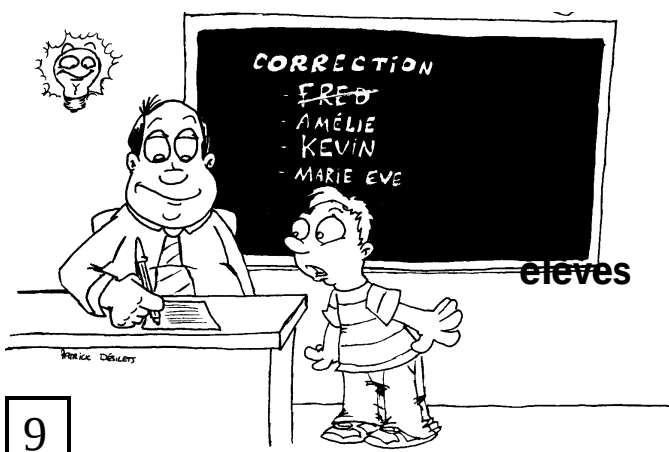
- Ne laissez rien sur le bureau de l'élève pouvant le distraire (objets inutiles).
- Choisissez la place la plus appropriée dans la classe. Dans la majorité des cas, il est plus facile de garder l'attention de l'enfant lorsqu'il est près de l'enseignant(e).

- Simplifiez et facilitez le rangement à l'intérieur du pupitre en ne gardant que le contenu essentiel.
Rangez ailleurs ce qui est le moins fréquemment utilisé.
- Identifiez clairement livres, cahiers, pochettes (couleurs ou code d'identification).
- Créez des moments de détente ...lumière tamisée, musique douce.
- Utilisez autant que possible des supports visuels pour les consignes, les règlements, etc...
- Prévoyez du temps pour enseigner aux élèves comment s'organiser (bureaux, cartables, etc...)
- Utilisez un espace précis afin que l'élève range livres et objets qui lui seront nécessaires le soir-même.
- Prévoyez des cahiers munis de pochettes ou de pinces retenant les petites feuilles volantes.



**Autant que possible,
ÉVITEZ LES FILES D'ATTENTE
pour la correction...**

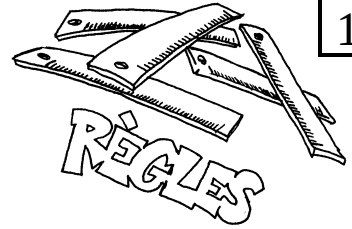
- chaque élève écrit son nom au tableau
(maximum six noms)
- l'enseignant appelle les élèves à tour de rôle
- l'élève efface son nom après la correction



**...et l'enseignant peut aussi
se rendre au bureau des**

RÈGLES DE LA CLASSE

1

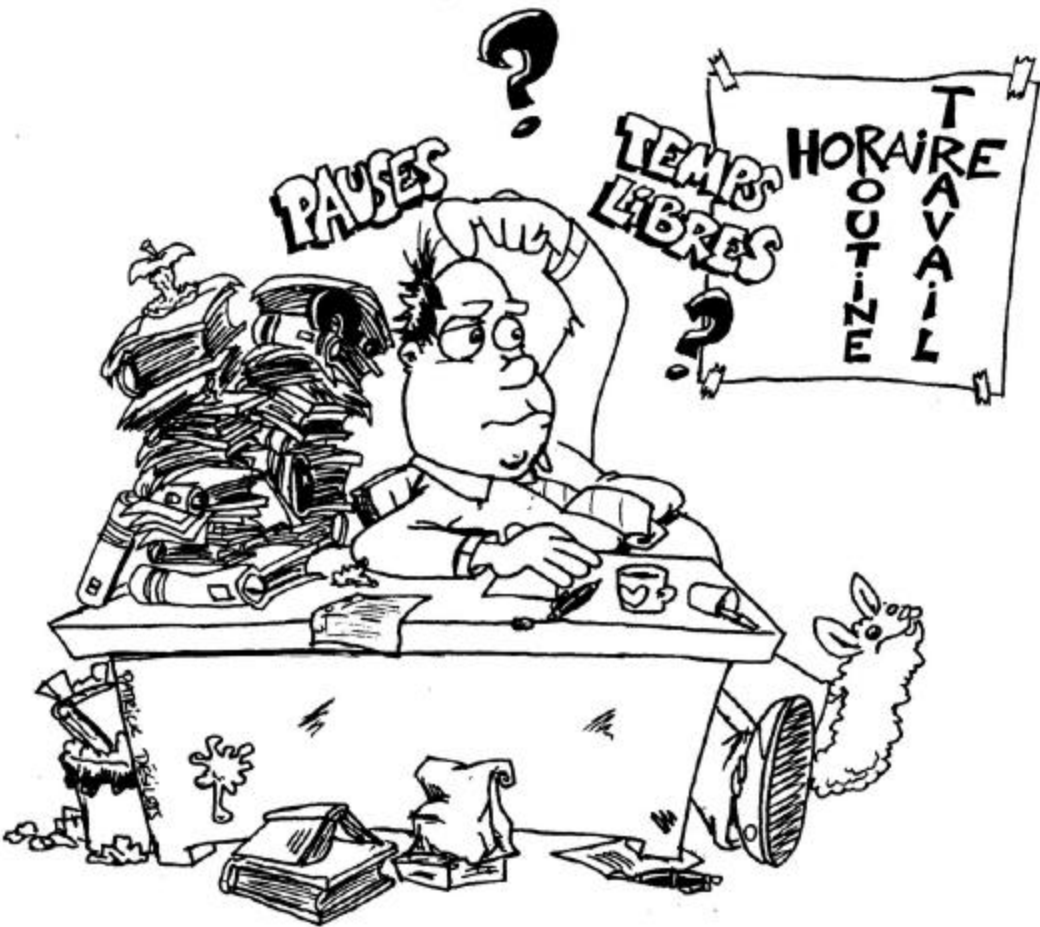


- Élaborez peu de règles : cinq maximum.
Ne ciblez que les plus essentielles.
- Énoncez les règles en termes positifs. Adaptez votre vocabulaire aux différents âges.
- Traduisez les règles en comportements observables et mesurables (fréquence, durée).
Les comportements doivent être décrits objectivement.
- Écrivez les règles bien en vue.
L'enfant sera rassuré en sachant clairement ce qu'on attend de lui.
- Faites répéter régulièrement les règles par l'élève.
- Associez une conséquence positive ou négative selon le respect ou non des règles
et informez-en les élèves.
- Affichez sur les pupitres un carton sur lequel sont inscrites les règles
pour le travail individuel.
- Instaurez des signaux qui aident au rappel des règles.
Souvent, l'élève répond bien à un simple geste de complicité.

DÉPLACEMENTS...



- Élaborez des règles claires pour les déplacements.
- Révisez ces règles jusqu'à ce qu'elles soient bien intégrées.
- Encadrez particulièrement l'enfant concerné.
Il peut être placé le premier dans le rang ou entre deux camarades pouvant l'aider à garder son calme.
- Renforcez immédiatement l'élève qui respecte bien les règles de déplacement.
- Délimitez des temps précis pour les transitions.
Exemple : «*En trois minutes, on réussit à...* »
- Diminuez au minimum les temps d'attente.



- Fractionnez les tâches : minutes de travail, minutes de repos ou activités de détente.
- Prévoyez plusieurs pauses en classe. Les périodes de travail doivent être brèves. Faites alterner les pauses avec des périodes de travail individuel et d'équipe, des temps plus actifs et plus calmes comme le travail en silence.
- Donnez toujours une tâche à la fois (consignes courtes et simples) . Définissez clairement les étapes de réalisation. ➡ **Économie de mots = Compréhension rentable**
- Demandez régulièrement à l'élève de lire la consigne à haute voix afin de garder son attention et non de vérifier sa compréhension.
- Enseignez à l'élève comment ressortir les idées principales d'un texte, les données importantes d'un problème, en surlignant les consignes d'un travail. Vous l'aidez à se structurer et à développer une méthode travail.
- Divisez les longs travaux en petites parties bien structurées dans le temps. Pour les plus âgés, les habiliter à le faire par eux-mêmes.
- Faites des listes de tâches à accomplir. Ces enfants ont besoin d'une structure. Il est difficile pour eux de gérer les changements et les transitions. Il faut donc les préparer à l'avance. Annoncez ce qui s'en vient. Répétez-le souvent.

- | | |
|----------------------|--------------------|
| ▣ Mets tes souliers | ▣ Défait ton sac |
| ▣ Taille tes crayons | ▣ Écris tes leçons |
| ▣ Fais de la lecture | |

- Respectez autant que possible un horaire fixe afin de sécuriser l'enfant.
Inscrivez-le au tableau ou sur une petite feuille collée au pupitre de l'enfant.
- Augmentez lentement les exigences ...permettez-lui de goûter au succès !
- Enseignez des notions nouvelles le matin, c'est souvent la meilleure période de la journée.
Toujours revenir sur les notions antérieures nécessaires aux nouveaux apprentissages.
- Organisez avec l'élève ses temps libres.
- Ayez en banque du travail pour les temps d'attente.
- Visez une qualité de travail plutôt qu'une quantité ...les attentes doivent être réalistes !
- Encadrez étroitement l'enfant dans ses travaux afin d'éviter les retards et le découragement.
- Mettez sur la participation active de l'élève.
- Demandez aux élèves de se trouver un compagnon d'étude à qui ils pourront téléphoner au besoin ...explications sur un devoir, emprunt d'un livre oublié, etc...
- N'hésitez pas à réduire la charge de travail quand les devoirs deviennent un problème.
L'enfant prendra alors le même temps que les autres à les accomplir.
Il ne se sentira pas enseveli sous une somme de travail qu'il ne peut supporter.



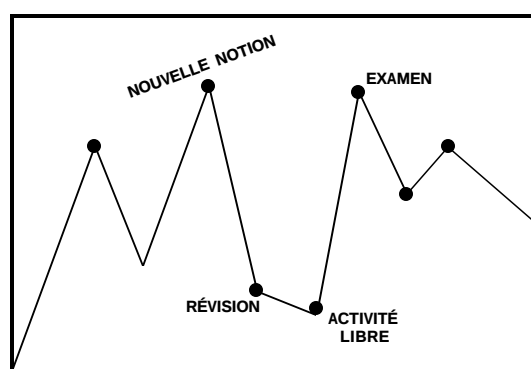
- Offrez un support visuel pour illustrer le message verbal...
 - Æ craie de couleur
 - Æ pictogramme
 - Æ calendrier
 - Æ tableau
 - Æ terminaison de verbe
- Mimez une règle (grammaire ou autre), une explication.
- Chantez une règle. Un 'Rap' ...pourquoi pas ?
- Facilitez la mémorisation en transformant une notion en comptine.
- Essayez d'intégrer des notions nouvelles sous forme de jeu.
La motivation aide les enfants.
- Permettez-vous d'être drôle, joyeux, non-conventionnel.
Introduisez des nouveautés dans la journée.

Sensibilisez les élèves à un nouveau sujet qui sera traité en classe. Des exemples...

1. Donnez le temps et les moyens aux enfants de recueillir des informations :
«Demandez à vos parents s'ils savent où est situé Madagascar ...vous pouvez chercher dans un atlas.»
2. Avant de commencer un nouveau module, donnez à l'enfant le temps d'explorer les notions en lui demandant de regarder les titres, les sous-titres et les images de ce module.

- Demandez la collaboration de l'élève pour faire la démonstration d'une nouvelle notion ... répéter l'exposé, l'expliquer dans ses mots, faire un exercice au tableau, etc...
- Expliquez à l'élève que chacun des apprentissages nécessite divers degrés d'attention. Insistez alors sur l'importance d'être plus attentif à certains moments spécifiques identifiés par le professeur.

Variez l'enseignement de nouvelles notions en fonction du niveau d'attention que chacune d'elles requiert.
Évidemment, évitez les longues périodes demandant une attention soutenue et continue !





- Répétez constamment les directives, les écrire, les dire, etc... Ces enfants ont besoin d'entendre les choses plus d'une fois pour bien assimiler.

Faites un bruit sec pour attirer l'attention sur un détail ...comme frapper avec la craie sur le tableau.

- Recherchez toujours le contact visuel «les yeux dans les yeux» lorsque vous vous adressez à l'élève.

- Assurez une proximité physique lorsque vous donnez une explication individuelle ou pour calmer un début d'agitation.

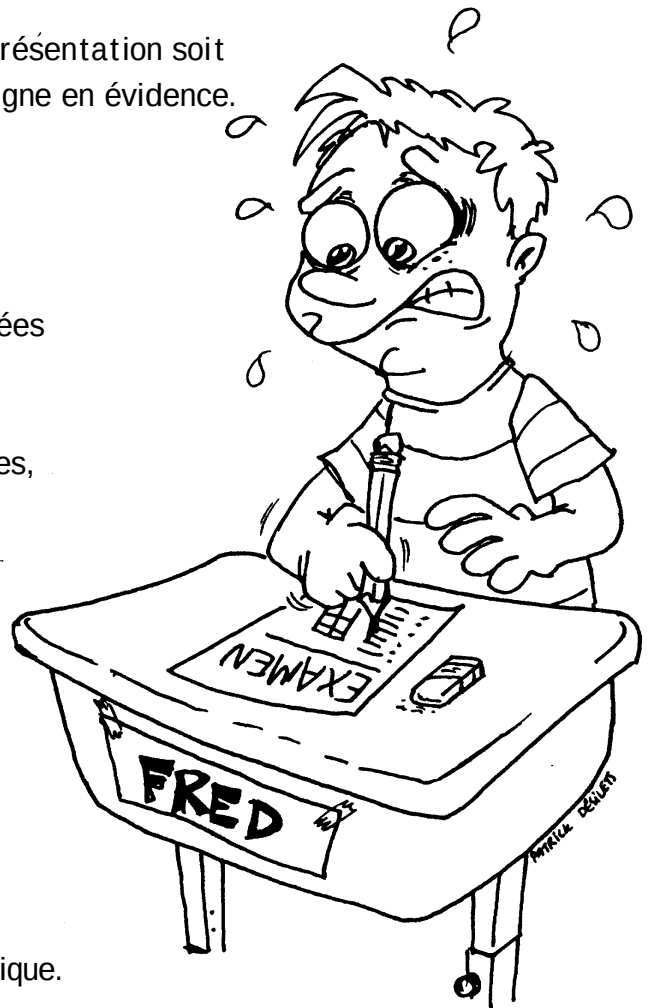
- Lors de la mise au point d'une consigne auprès d'un élève...
 1. placez-vous à la même hauteur que lui,
 2. assurez-vous qu'il vous regarde,
 3. demandez-lui de vous redire, dans ses mots, ce qu'il a compris.



- Demandez à l'enfant ce qui pourrait l'aider. Souvent, il connaît ses propres trucs pour réussir à être plus attentif ou à mieux comprendre.
- Établissez un code secret pour rappeler l'élève à l'ordre (l'enfant peut lui-même trouver le code).
- Ayez recours à l'ordinateur pour son aspect structurant et dynamique ...plus les programmes sont vivants et colorés, plus l'enfant est intéressé.
- Stimulez les enfants à lire à haute voix, à la maison comme à l'école, vous les aiderez à garder l'attention sur la lecture. Assurez-vous que l'élève en difficulté n'est pas victime des moqueries des autres.
- Utilisez un mode d'enseignement où les enfants sont actifs plutôt que passifs.
- Faites bouger les élèves régulièrement pour libérer le surplus d'énergie.

Moi aussi j'ai mes p'tits trucs...

- Élaborez les examens de façon à ce que la présentation soit claire et dégagée. Exemple : Mettre la consigne en évidence.
- Évitez les examens trop longs.
Favorisez les épreuves plus courtes.
- Répartissez les examens sur plusieurs journées afin d'éviter la surcharge.
- Lors des évaluations académiques importantes, offrez à l'enfant un environnement facilitant et soyez flexible quant à la limite du temps.
- Permettez à l'élève, quand cela s'avère nécessaire, d'utiliser un endroit calme où il pourra faire son examen.
- Soumettez les élèves à des examens de pratique.



Enseignez à l'élève des stratégies pour faire ses examens, telles que.

1. Explorer son examen afin d'évaluer la quantité de travail à accomplir.
Chez les plus jeunes, on peut exiger qu'ils déposent leur crayon.
2. Surligner les données qui lui semblent importantes.
3. Mieux gérer le temps qui lui est alloué en sautant le numéro incompris pour y revenir à la fin.
4. Tenter de procéder par élimination devant un choix multiple.

Enseignez à l'élève une méthode de révision de ses travaux et examens en établissant des étapes à suivre. Des exemples...

1. L'enseignant guide la révision en mettant l'accent sur un numéro à la fois.
2. L'enseignant peut aussi construire avec les élèves une grille de révision. Il devra y fractionner au maximum les éléments de la correction.

prenez le contrôle !

Établissez très clairement vos limites.



Évitez les discussions à propos de la justesse des règles et des limites. Placez votre main en signe d'arrêt et dites à l'enfant que la discussion est terminée. «*C'est moi l'adulte qui décide de ça !* » ...et faites un rappel de la consigne. Parfois, chez les plus jeunes, il est nécessaire de les tenir par les épaules pendant qu'on leur parle ...c'est sécurisant.

Permettez à l'enfant de sortir de la classe quand vous sentez qu'il est sur le point de se désorganiser. L'élève prend ce moyen pour se calmer.

Utilisez un code pré-établi avec l'enfant. Il s'en servira au lieu de perdre le contrôle ...et développera sa capacité d'auto-examen et d'auto-contrôle.

En situation de conflit, devenez un 'entraîneur social'.

Donnez-lui des exemples tels que :

«*Avant de donner ta version de l'histoire, demande à l'autre personne de s'exprimer ...explique-toi avec le 'JE' ...regarde la personne qui te parle !* »

Avec les plus âgés, montrez-leur à prendre des notes afin de les aider à patienter pour obtenir le droit de parole. Des exemples...

1. « Écris un mot-clé de ce que tu as à me dire afin de ne pas l'oublier ...tu m'en reparleras à la ré-creation ! »
2. Écrire le nom de l'élève au tableau afin de lui permettre de s'exprimer au moment opportun. Ainsi, tant que le nom demeure au tableau, l'élève a un besoin auquel le professeur n'a pas encore répondu. L'enfant apprend ainsi à vivre des délais.

- Faites de l'ignorance intentionnelle pour les comportements et les mouvements qui vous sont supportables.

- Favorisez l'autonomie de l'élève en lui confiant des responsabilités pour lesquelles il est possible d'assurer un encadrement.

- Soyez attentif à votre façon de donner du 'feedback' négatif. L'enfant a horreur d'être confronté à l'échec. Comme il faut le faire, procédez discrètement, de façon constructive et surtout, **éliminez toute charge émotionnelle.**

- Signifiez à l'élève, de temps à autre, que vous savez faire la part entre ses comportements et lui en tant que personne.
- Décontaminez une situation en utilisant l'humour, quand cela est favorable. Cependant, utilisez cette technique avec parcimonie, jamais d'humour sarcastique !





- Favorisez une approche qui incite l'élève à faire des choix parmi différentes activités de travail ...surtout quand il est porté à s'opposer à ce que vous lui proposez.
- Signifiez uniquement le manquement à une règle ...évitant ainsi les débats et les argumentations stériles !
- Utilisez les 'Time Out' (temps d'arrêt).
Ils aident à freiner les escalades et permettent d'éviter de réagir sous le coup de l'impulsivité, autant pour l'élève que pour l'adulte.

- Soyez prévoyant ...établisseez avec l'élève quoi faire quand «ça commence à mijoter dans la marmite».
- AGISSEZ ! Ne vous contentez pas de parler.
- Utilisez des systèmes d'économie de jetons, le 'modeling' ou jeux de rôles pour modifier les comportements inadéquats.
- FÉLICITEZ SUR LE CHAMP, SOUVENT ET AVEC ENTHOUSIASME !

- Sachez doser les critiques et les encouragements.
- Enseignez à l'élève la cause et l'effet de son agir plutôt que de le punir sur son inconduite.
- Enseignez-leur aussi la tolérance : démontrez que chacun a des difficultés personnelles à surmonter.
Exemple : difficultés d'apprentissage, de comportement, de langage, de motricité, etc...

- Surprenez l'élève à bien faire. Exemple : demeurer assis, etc... De cette façon, il n'est pas confronté uniquement à ses échecs ou à ses faiblesses.
- Signifiez-lui régulièrement ses progrès académiques.
- Élaborez un système d'évaluation du comportement sous diverses formes : défis, billets, systèmes de récompenses.
Notez que les récompenses et les punitions doivent être immédiates, justifiées et connues de l'élève.



Le professeur doit veiller à ce que ses collègues soient au courant des interventions spécifiques mises en place auprès du jeune.

Évitez de demander à l'élève s'il a pris son 'Ritalin'. Ayez vos interventions sur le comportement qu'il présente et non sur le fait qu'il n'a pas pris sa médication...

« Je n'accepte pas que tu te lèves et que tu fasses du bruit ...après deux avertissements, tu devras aller réfléchir dans le corridor ! »

- Utilisez des billets 'INFORMATION AUX PARENTS', quotidiennement ou à la semaine.
- Communiquez régulièrement avec eux par le biais d'un journal de bord ou une feuille de route. Ceci évite les rencontres précipitées en situation de crise.
- Valorisez le parent lorsque vous approuvez son attitude envers son enfant.
- N'hésitez pas à demander les trucs qu'ils utilisent auprès de leur enfant. SOYEZ PARTENAIRES ! Il est important de demeurer ouvert aux suggestions afin de profiter du maximum d'expériences positives.
- Faites ressortir les points forts de l'élève.
De cette façon, vous démontrez au parent que vous appréciez son enfant.
- Soulevez les BESOINS de l'élève, au lieu de poser une ÉTIQUETTE...
« *Il a besoin d'aide pour son travail.* » au lieu de « *Il est immature !* »
- Gardez une attitude basée sur la résolution de problèmes, évitant ainsi le blâme ou la recherche d'un coupable.

Soyez empathique aux parents : « Je comprends que ce n'est pas facile à la maison, ensemble on pourrait essayer de faire quelque chose. »

ÉVITEZ de poser un diagnostic ou d'agir en expert : « *Votre fille est **hyperactive** !* »

ÉVITEZ de porter des jugements sur l'enfant lorsque vous vous adressez aux parents. Traduisez plutôt votre message en comportements observables.

Au lieu de « *Votre enfant est lent...* », dites plutôt « *Il ne commence pas son travail en même temps que les autres...* ».

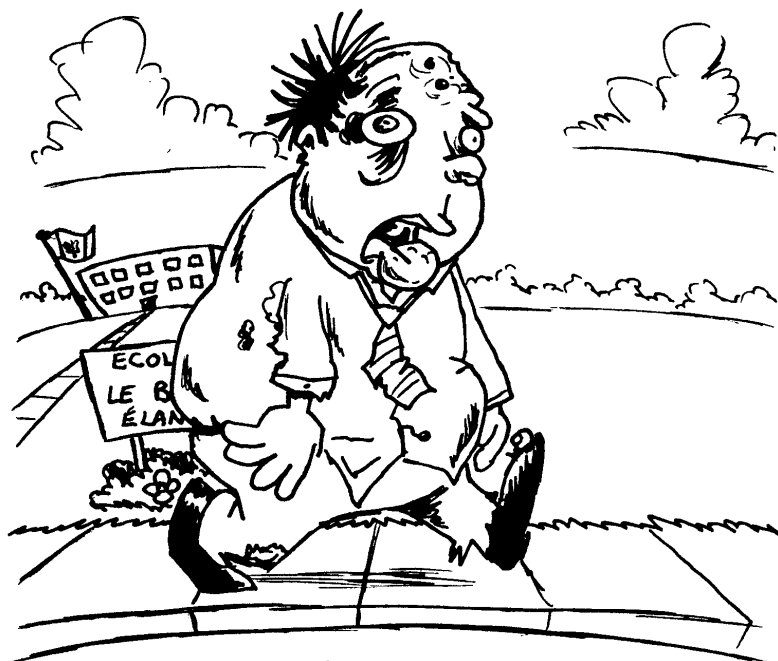
ÉVITEZ d'exiger des parents qu'ils punissent à la maison pour un mauvais comportement à l'école. La décision leur revient d'agir ou pas. Assurez-vous cependant qu'ils soient bien informés de la situation.

ÉVITEZ de faire des demandes incessantes auxquelles le parent ne peut répondre.





8h30
LE MATIN

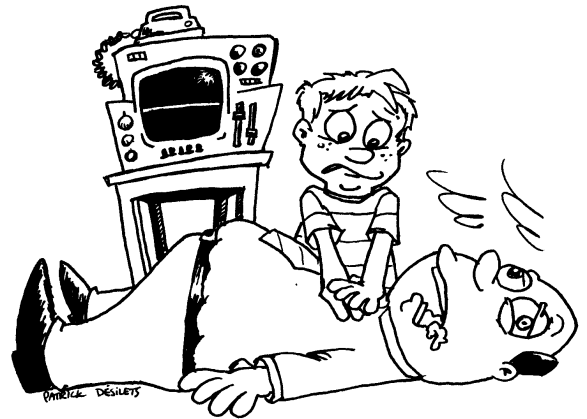


15h30
APRÈS L'ÉCOLE

- Observez votre élève et soyez attentif aux situations dans lesquelles il pourrait devenir surexcité et perdre le contrôle.
- Prévoyez un plan d'urgence pour les événements spéciaux.
- Essayez le plus possible de rester calme, même quand vous vous sentez émotivement impliqué ...évitez les escalades.
- Abstenez-vous d'agir sous l'impulsion du moment, donnez-vous quelques minutes de recul afin d'évaluer la pertinence d'appliquer ou non une conséquence.
- Profitez du soutien de vos collègues
...d'une oreille attentive dans votre milieu de travail.
- Acceptez vos moments de fatigue ou d'impatience.
- Soyez responsable uniquement des situations pour lesquelles vous avez un réel pouvoir.
- Refaites vos forces à l'extérieur du travail.
Décrochez, prenez une distance.
- Abstenez-vous de tenir le rôle du 'Super Prof' qui désire sauver l'élève. Soyez plutôt un bon accompagnateur.

...et reportez les miracles
au lendemain !

3



LIVRES...

CARON, J. (1994). *Quand revient septembre (Vol. 1)* Montréal, Les Éditions La Chenelière
CARON, J. (1996). *Quand revient septembre (Vol. 2)* Montréal, Les Éditions La Chenelière
DESJARDINS, C. (1992). *Ces enfants qui bougent trop !* Outremont, Les Éditions Québecor
FALARDEAU, G. (1997). *Les enfants hyperactifs et lunatiques* Montréal, Les Éditions Le Jour
LAVIGUEUR, S. (1998). *Ces parents à bout de souffle* Outremont, Les Éditions Québecor
REDL, F. et WINEMAN, D. (1973) *L'enfant agressif (Tome II)* Paris, Les Éditions Fleurus

ARTICLES...

GAUDREAU, R. *Petits trucs pour composer en classe avec un enfant ayant un trouble de l'attention avec hyperactivité*
ROBITAILLE, C. et GIRARDEAU, A. *Moyens d'intervention en adaptation scolaire*

DOCUMENTS...

BROWN, N. *L'hyperactivité : le ritalin de plus en plus utilisé*
CHOLETTE, L. et DESSUREAULT, C. *Les troubles de l'attention chez les enfants d'âge scolaire*

BROCHURES...

ROYER, E. *Enseigner aux élèves présentant des troubles de l'attention accompagnés d'hyperactivité*

RAPPORT DE RECHERCHES...

DESROSIERS, K. et ROYER, E. (1995) *Les troubles de l'attention avec hyperactivité : une synthèse des connaissances à l'intention des enseignants (U. Laval)*

GUIDES...

BILODEAU, R. et PARIS, C. (1999) *Interventions et soutien auprès des élèves présentant un trouble déficitaire de l'attention/hyperactivité*

COMM. SCOLAIRE DES MANOIRS (1990) *Les parents et vous : Garder le lien*

DESJARDINS, C. ,
GROULX, M. et LAVIGUEUR, S. *Protocole pour aider à mieux intervenir auprès des élèves pouvant présenter un déficit d'attention/hyperactivité*

GINGRAS, S. et BEAUDOIN, R. (1995) *Gestion des comportements difficiles de l'élève*

LAPORTE, D. et SÉVIGNY, L. (1993) *Comment développer l'estime de soi de nos enfants*

POTVIN, P. — MASSÉ, L. — BEAUDRY, G. — BEAUDOIN, R. — BEAULIEU, J.
GUAY, L. — ST-ONGE, B. *Programme d'autocontrôle, de résolution de problèmes et de compétence sociale pour les élèves du primaire ayant des troubles de comportement (P.A.R.C.)*

SAUVÉ, C. (1997) *Apprivoiser l'hyperactivité et le déficit d'attention*

BANQUE D'ACTIVITÉS POUR STIMULER L'ATTENTION...

- **L'OBJET DISPARU** : Montrer quelques objets (10 environ) à l'enfant. Il les observe pendant une minute. Il se retourne, on retire un objet. Il doit trouver lequel.
- **MÉMOIRE AUDITIVE** : Faire répéter à l'enfant des séries de chiffres, de lettres, de noms, d'animaux, de fleurs, etc...
- **JEU D'OBSERVATION** : Trouver les différences dans deux dessins qui semblent similaires.
- **LABYRINTHES** • **JEU DE MÉMOIRE** avec des cartes • **LIVRE-JEU** «Où est Charlie ?»
- **MOTS CACHÉS** ou **MOTS CROISÉS** • **JEU «La forêt enchantée»** (5 ans et +)
- **JEU DE LECTURE «Pop Corn»** : Lire un petit texte avec l'enfant et s'arrêter à n'importe quel moment. Il doit poursuivre la lecture là où vous l'avez laissée.
- **JEU DE LECTURE «À l'envers»** : Lire un mini texte en commençant par la fin.
- **JEU « Coco Crazy de Ravensburger»** (7 ans et +) • **JEU «Tutti Frutti de Ravensburger»**

INVENTEZ DES NOUVEAUX JEUX ...ET AMUSEZ-VOUS !

Ne vous gênez
surtout pas
pour l'utiliser...
le plaisir croît
avec l'usage !

Pour commander des exemplaires :

COMMISSION SCOLAIRE DE L'ÉNERGIE

SERVICES COMPLÉMENTAIRES

2072 rue Gignac, casier postal 580

Shawinigan (Qc) G9N 6V7

(819) 539-6971

télécopieur : (819) 539-7797

courriel : cse@csenergie.qc.ca

