



Clinique
d'apprentissage
spécialisée

819 663-4400

340, rue Main, Gatineau (Québec) J8P 5K3

www.apprenons ensemble.com

Le iceberg du TDAH

Seulement 1/8 d'un iceberg est visible !!

La plus grande partie du iceberg est cachée sous la surface

La pointe du iceberg : Les comportements évidents du TDAH

Hyperactivité

- agité
- parle beaucoup
- ne peut s'asseoir tranquille
- court ou grimpe beaucoup
- toujours sur la brèche

Impulsivité

- manque d'auto-contrôle
- dit des choses sans réfléchir
- dit des mensonges
- difficultés à attendre son tour
- interrompt les autres
- met son nez dans les affaires des autres
- perd son calme

Inattention

- désorganisé
- ne complète pas ses projets
- ne porte pas attention
- a des oublis au quotidien
- ne semble pas écouter
- distrait(e)
- fait des erreurs d'inattention
- perd ses choses
- ne fait pas le travail scolaire

Cachés sous la surface : Les comportements pas si évidents du TDAH

Des déficits au niveau des neurotransmetteurs influencent le comportement

- Des niveaux insuffisants de neurotransmetteurs (dopamine, norépinéphrine et sérotonine) résultent à une activité cérébrale réduite pendant les tâches cognitives

Faible fonctionnement exécutif

- Mémoire de travail
- Activation et vigilance
- Dialogue interne
- Gestion des émotions
- Résolution de problèmes complexes

Difficultés avec la perception du temps

- Ne juge pas le passage du temps efficacement
- Perd la notion du temps

- A des difficultés à planifier le futur
- Difficultés à estimer le temps requis pour exécuter une tâche
- Impatient(e) et déteste attendre
- Les devoirs prennent une éternité
- Évite de faire ses devoirs
- Souvent en retard

Décali développemental de 30%

- Moins mature
- Moins responsable
- Jeunes adultes de 18 ans agissent plus comme des enfants de 12 ans

Difficultés avec l'apprentissage par les récompenses et les punitions

- Répète ses mauvais comportements
- Peut être difficile à discipliner
- Moins susceptible de suivre les règles
- Difficultés à gérer son propre comportement

- N'apprend pas de ses erreurs du passé
- Doit avoir des récompenses immédiates
- Les récompenses à long terme ne fonctionnent pas
- N'examine pas son propre comportement
- Difficultés à changer son propre comportement

Faible tolérance à la frustration

- Difficultés à contrôler ses émotions
- Mèche courte
- Émotionnellement réactif(ive)
- Perd son calme facilement
- Risque d'abandonner plus facilement
- Faible persistance
- Parle ou agit avant d'avoir pensé
- Inquiet(ète) avec ses propres sentiments
- Difficultés à prendre la perspective de l'autre
- Peut être centré sur soi et égoïste

Conditions co-existantes

2/3 ont au moins une autre condition

- Trouble oppositionnel avec provocation (40-80%)
- Trouble des conduites (20-56%)
- Anxiété (10-40%)
- Dépression (0-45%)
- Trouble bipolaire (12%)
- Abus de substance (5-40%)
- Trouble obsessionnel-compulsif (4%)
- Trouble de tourette (2%)

Problèmes d'apprentissage sérieux (90%)

- Trouble d'apprentissage spécifique (24-70%)
- Difficultés en lecture (8-39%)
- Problèmes d'orthographe (12-30%)
- Difficultés avec l'écriture (12-27%), en particulier avec les compositions

- Difficultés avec la calligraphie (60%)
- Difficultés avec les calculs mathématiques (26%)
- Difficultés de mémoire de travail
- Difficultés à mémoriser
- Oublie les demandes des enseignants et des parents
- Récupération lente de l'information
- Difficultés de compréhension écrite et orale
- Difficultés à mettre leurs idées en mots
- Difficultés à mettre rapidement des mots ensemble
- Désorganisation
- Lent traitement cognitif de l'information
- Difficultés de coordination motrice
- Inattention
- Style d'apprentissage impulsif

Difficultés avec le sommeil

- N'obtient pas de sommeil reposant
- Difficultés à s'endormir
- Difficultés à se lever
- Arrive en retard à l'école
- Dort en classe
- Privé de sommeil
- Irritable
- Bataille avec les parents le matin

Le TDAH est souvent plus complexe que la plupart des gens ne le réalisent.

Comme les icebergs, plusieurs problèmes associés au TDAH ne sont pas visibles. Le TDAH peut être léger, modéré ou sévère.

Le TDAH risque de coexister avec d'autres conditions et peut être très handicapant pour certains élèves.