

À partir de quand peut-on parler de trouble de l'attention ?

Les signes évocateurs d'un trouble de l'attention sont observés généralement avant l'âge de 12 ans, même si un diagnostic de trouble se pose rarement avant l'âge de 7 ans. Il convient d'être prudent et de ne pas associer trop rapidement l'agitation et le trouble de l'attention.

La Haute Autorité de Santé (2015) indique que « si l'un des trois symptômes du TDAH¹ peut effectivement être l'hyperactivité motrice, on ne peut conclure qu'un enfant « qui bouge » souffre de TDAH. En effet, il peut tout à fait s'agir d'un comportement naturel qui ne provoque pas de souffrance dans le quotidien de l'enfant ou d'un comportement passager ou réactionnel, qui ne correspond pas aux critères diagnostiques du trouble TDAH ». L'agitation ou le manque d'attention observés chez un enfant peuvent constituer des traits de son caractère ou bien apparaître dans un contexte particulier (signes réactionnels liés à un stress particulier, une période de transition, un événement de vie familiale, associés à un autre trouble...).



En revanche, lorsque les symptômes cités précédemment persistent au-delà de six mois et engendrent chez l'enfant une souffrance, ils doivent alerter les professionnels. Il s'agit d'un enfant atteint dans ses fonctions exécutives² et donc empêché dans les différents aspects de sa vie : apprentissages scolaires, relations aux autres, actes de la vie quotidienne.

Plus le temps passe avant une éventuelle prise en charge, plus les répercussions dans la vie de l'enfant sont susceptibles de s'accroître : perte de confiance en soi, difficultés scolaires, conflits familiaux, difficultés relationnelles, rapport conflictuel à la règle.

¹ Trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité

² Habilités de haut niveau nécessaires à la réalisation d'un comportement voulu et à l'adaptation à des situations nouvelles. Les fonctions exécutives englobent entre autre les compétences d'inhibition, de planification, d'organisation, de mémoire de travail ou de flexibilité cognitive

Un premier repérage à l'école ?

L'école maternelle est souvent le lieu dans lequel les signes se révèlent, car ils ont un impact direct sur les apprentissages : enfant très / trop (?) rêveur, qui ne peut se concentrer sur une activité, au comportement agité, ayant d'importantes difficultés à s'organiser, à être autonome, à mémoriser des informations à court terme...

Les enseignants, interpellés par le comportement de cet élève, se trouvent en situation d'alerter, tout en se devant de rester à leur place d'enseignants. Ils peuvent s'associer l'expertise du psychologue de l'éducation nationale et plus généralement du RASED, du médecin scolaire ou du médecin de PMI.

Dans le dialogue avec les parents, les professionnels de l'éducation nationale peuvent orienter la famille vers le médecin de premier recours (généraliste ou pédiatre), qui suit l'enfant et connaît son environnement. Ce médecin est généralement un interlocuteur de confiance qui pourra s'impliquer dans un pré-diagnostic, dès lors que les difficultés exprimées par l'enfant et ses parents deviennent problématiques dans la vie quotidienne.

Dans tous les cas, et même lorsque le comportement de l'enfant est difficile à gérer dans le cadre scolaire, le dialogue école – parents doit être maintenu autant que possible, dans l'intérêt de l'élève. Les différents professionnels qui le suivent se réunissent en équipe éducative afin de partager les informations nécessaires au suivi de l'enfant et à la mise en place d'adaptations pédagogiques en classe.

Des activités pour apprendre à se concentrer proposées par Olivier ROUSSEL CPC, membre du Pôle maternelle



Lors d'activités qui nécessitent une forte attention conjointe vers un support collectif manipulé ou utilisé par l'enseignant (livre, photo, poster, bande numérique...) **permettre à l'enfant d'en avoir une réplique en modèle réduit entre les mains.**

Ci-contre, une capture d'écran du site <https://deux-minutes-pour.org/> qui montre un album en deux exemplaires (l'un dans les mains de l'enseignante et l'un entre les mains de l'enfant).

D'autres accessoires peuvent aider les élèves à se (re)-concentrer : manipuler un sablier à eau, porter un casque antibruit, s'asseoir sur un coussin, s'isoler sous un tipi ou derrière un paravent.

Une organisation spatiale de classe qui trouve **un équilibre entre lieux collectifs** (coin regroupement, tables collectives rondes/rectangulaires, tables individuelles collées) et **espaces individuels** dans lesquels les élèves peuvent choisir de s'installer seul (table individuelle, tapis individuel au sol, mobilier flexible "type" table "ZTOOL",...). J'insiste souvent sur le fait que par habitude les enseignants regroupent les 5/6 élèves devant réaliser la même tâche individuelle pendant les ateliers sur une table collective. Pour les élèves avec troubles attentionnels, je préconise souvent que cette tâche individuelle puisse se mettre en place dans des endroits très différents. (Ci-contre, photo de tablettes ZTOOL).



Si six élèves se retrouvent dans un même espace collectif pour réaliser l'activité (sur une grande table collective par exemple), trouver des façons de **marquer des espaces individuels** afin d'éviter sans cesse d'avoir à négocier avec ses voisins, son matériel et son espace propre. Pour cela il est facile d'utiliser des sets de table, des petits cerceaux, des tapis pour aider chacun à évoluer dans son espace propre. Ci-dessous des photos sur l'un de mes anciens postes qui montrent des façons d'aider chacun à se sentir dans un espace individuel d'action.



Lors des temps collectifs, **apporter un étayage physique par la proximité d'un adulte** (enseignant ou ATSEM ou AESH) auprès d'un enfant. On pourra être en proximité ou assurer un toucher corporel... Voir photo ci-contre extraite du site :

<https://deux-minutes-pour.org/video/faciliter-les-temps-de-regroupement-demy/>



On peut aussi créer un « coin du calme » pour permettre aux élèves qui en ont besoin de se recentrer, comme expliqué sur le site : <http://123dansmaclasse.canalblog.com>

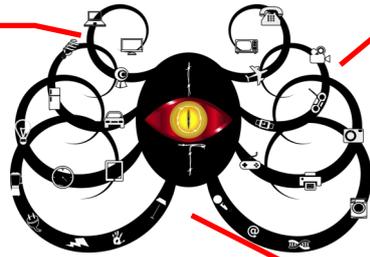
D'autres ressources autour du bien-être :

- [Pratiques corporelles de bien-être](#) (exercices favorisant le bien-être et l'empathie)
- [Cohérence kid](#) (activités basées sur la respiration)
- [Les émotions de Gaston](#) (série de livres pour apprendre à gérer ses émotions)

Comment faire en classe ?

À l'école maternelle, peuvent se mettre en place les premières adaptations qui permettent de soulager la tension engendrée par l'agitation de l'enfant, aussi bien pour l'enfant lui-même que pour ses camarades et pour l'enseignant-e.

Outiller l'élève de repères visuels qui lui permettent d'appréhender le temps que dure l'activité, le temps qui reste avant la fin, et la succession des différentes phases de la journée (matérialisation des temps ritualisés de la journée).



Limiter les distracteurs visuels en réduisant les affichages au strict nécessaire et en organisant l'espace de la classe de manière claire.

Établir régulièrement un contact visuel direct avec l'enfant : « Regarde-moi ! ».

Donner des consignes courtes et précises ; verbaliser les attentes ; s'assurer que l'enfant a bien compris les consignes ; les lui faire reformuler.

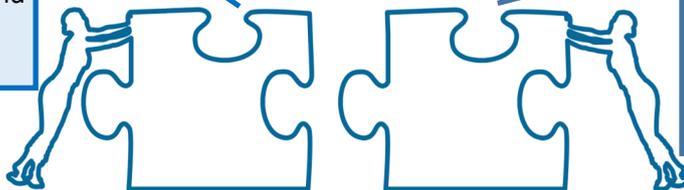


Rassurer l'enfant lorsque des signes de frustration ou de stress apparaissent. Dans le cas où une sanction est nécessaire, l'appliquer avec un effet immédiat, mais en l'expliquant pour lui donner du sens.

Valoriser l'enfant dans ses réussites et dans ses interactions sociales positives.

Accompagner l'enfant dans la verbalisation de ses émotions ; l'aider à comprendre celles de ses pairs.

Installer un espace dans lequel l'élève peut aller s'isoler quand il en a besoin, pour s'apaiser.



Aider l'élève à démarrer la tâche demandée, à s'organiser dans son matériel et son travail.

Ne jamais priver l'élève de récréation ou de séances du domaine « agir et s'exprimer avec son corps ».



Accepter l'utilisation d'objets qui permettent à l'enfant de se canaliser, telles que des balles antistress.

Repères bibliographiques et sitographiques :

- <https://eduscol.education.fr/cid140652/le-deficit-attention-des-eleves-comment-agir.html>
- Haute Autorité de Santé, *Conduite à tenir en médecine de premier recours devant un enfant ou un adolescent susceptible d'avoir un trouble déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité*, 2015
- <https://www.tdah-france.fr/>
- <https://groupes-premier-degre-36.tice.ac-orleans-tours.fr/eva/spip.php?article319>

Crédits : <https://pixabay.com/fr/photos/erreur-point-d-interrogation-1966448/>
<http://www.pipsa.be/outils/detail-2139613806/hopla.html>
<http://123dansmaclasse.canalblog.com>
<https://www.amazon.com/Pratiques-corporelles-de-bien-%C3%AAtre/dp/2867134706>
<https://deux-minutes-pour.org/>
<https://www.amazon.fr/linterieur-moi-Aurelia-GAUD/dp/2330009194>