



# ANIMATION ET HANDICAP

## Le trouble déficitaire de l'attention (avec ou sans hyperactivité - TDA/H)



### Présentation du TDA

Le trouble déficitaire de l'attention se définit par trois composantes :

- un déficit d'attention (distraction) ;
- l'hyperactivité ;
- l'impulsivité.

Ces trois composantes peuvent être présentes seules ou associées. On peut donc rencontrer des enfants présentant :

- un trouble de l'attention seul ou nettement dominant ;
- une hyperactivité et une impulsivité seules ou nettement dominantes (peu de signes attentionnels) ;
- un trouble de l'attention avec hyperactivité et impulsivité.

Ces trois composantes se trouvent à des degrés divers dans la population atteinte de trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H). De plus, chez un même individu, elles fluctuent en fonction d'une multitude de circonstances (fatigue, stress, etc.).

Le TDA pourrait trouver son origine dans la génétique, mais cela n'a pas été prouvé par la recherche médicale. Une autre théorie fait de l'influence sociale un facteur de développement.

On préfère utiliser "trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité" aux anciennes dénominations (hyperkinétique, hyperactif ou instable), qui sont plus réductrices.



### Caractéristiques physiologiques

#### Le déficit de l'attention

L'attention est un processus cérébral complexe qui permet de sélectionner les stimulations adéquates dans notre environnement. Elle permet de nous orienter et de choisir l'une ou l'autre réaction en fonction des situations.

Le processus attentionnel peut se diviser en trois étapes.

1. **Filtrer les stimulations** : permet de sélectionner dans notre environnement celles dont on a besoin. Par exemple, le louveteau est attentif aux indices du jeu plutôt qu'à ce qui se passe dans l'autre sizaïne (attention divergente).
2. **Soutenir l'attention** : permet de rester attentif pendant un certain temps sans distraction. Par exemple, le louveteau reste à l'écoute de toutes les règles et du déroulement du jeu sans laisser son esprit voyager vers d'autres choses (attention convergente).
3. **Planifier** : permet de passer d'un stimulus à l'autre lorsque c'est nécessaire. Par exemple, le louveteau, lorsqu'il entend le coup de sifflet de rassemblement, sait qu'il doit s'arrêter, ranger et venir au rassemblement.

Chez les personnes atteintes de TDA, une ou plusieurs de ces étapes peuvent être défaillantes. Elles ont des difficultés à choisir les bons stimuli, à rester concentrées longtemps et/ou à changer de tâche si cela s'avère nécessaire.

Normalement, le processus attentionnel est inconscient. Les personnes atteintes de TDA peuvent être attentives, mais contrairement aux autres, elles le feront consciemment et cela leur demandera énormément d'efforts.

#### L'hyperactivité

Elle peut être perçue de manière positive : capacité à faire plus, mieux et plus rapidement certaines tâches lorsqu'elles sont adéquates.

Mais **l'hyperactivité est souvent une véritable gêne pour les personnes qui en souffrent**. Elles sont toujours en mouvement, parlent beaucoup et ressentent comme un besoin important à satisfaire. Elles ont des difficultés à rester tranquilles ou s'apaiser.

Cette hyperactivité ne se porte pas seulement sur le corps, elle est aussi mentale. Les enfants atteints de ce trouble ont le cerveau en ébullition, leur rythme de pensée est accéléré. Ils ont de nouvelles idées en continu et ont du mal à rester assis sur une chaise.

#### L'impulsivité

C'est l'action ou la parole qui précède la réflexion. À certains moments, la vie en société nécessite d'inhiber ses réactions. L'inhibition permet de filtrer les diverses réactions possibles et de sélectionner la plus indiquée au vu de la situation.

Pour la personne souffrant de TDA, ce filtre ne fonctionne pas toujours, ce qui lui fait **commettre des actions irréfléchies sans en mesurer les conséquences**. Elle aura des difficultés à attendre ce qui est promis ou à attendre son tour. Elle voudra tout et tout de suite.



# Le trouble déficitaire de l'attention



## Compétences d'une personne porteuse de ce trouble

### Développement physique

Aucun problème de développement.

### Développement social

Pour certains enfants atteints de TDA, se faire des amis est source de complications. Lorsqu'on est enfant, qu'on a du mal à attendre son tour, qu'on parle tout le temps, etc., pas facile de nouer des amitiés... L'enfant porteur du TDA peut alors s'isoler ou au contraire, devenir le bouc émissaire de son groupe.

### Développement intellectuel

Aucun souci. Un enfant ayant des difficultés de concentration présentera des difficultés d'apprentissage, mais cela n'a aucun lien avec son niveau intellectuel.

### Développement affectif

L'enfant atteint de TDA/H est quelqu'un de très **sensible**. De plus, s'il accumule échecs, moqueries et problèmes relationnels, son estime de lui-même peut être sérieusement mise à mal.

### Développement spirituel

Aucun souci.



## Avez-vous déjà entendu parler de...

**Rilatine** : c'est un psycho-stimulant permettant de soulager l'enfant atteint de TDA (et non le guérir). Ce médicament a une action rapide (il peut agir en 20 minutes) mais n'est efficace que pendant 3 à 6 heures. La prescription obéit à des règles très précises, qu'il convient de respecter (pour le camp, attention aux activités et changements d'heure). En cas d'oubli d'une dose à midi par exemple, ne pas la donner le soir. L'enfant risquerait d'avoir des difficultés à dormir.

## Associations

### Belgique

- TDA/H Belgique : [www.tdah.be](http://www.tdah.be)

### France

- HyperSupers TDAH France : [www.tdah-france.fr](http://www.tdah-france.fr)



## Les conséquences dans l'animation scout

- Sois bref dans tes consignes, assure-toi d'être bien regardé et écouté (capte l'attention de l'enfant).
- Montre lentement et en exagérant les gestes à reproduire. Attire l'attention de l'enfant sur l'aspect le plus important.
- Essaie avec lui l'activité et demande-lui de verbaliser les consignes, les étapes.
- Sois précis dans tes demandes. Par exemple, nomme l'action à produire et la partie du corps qui s'en charge. Exemple : « *Tu frappes le ballon avec ton pied.* »
- Ne sois pas trop exigeant lors des actions pour éviter les débordements moteurs. Réduis les exigences motrices : lancer moins haut, moins fort, etc.
- Facilite l'orientation et les changements de direction dans l'espace en donnant des indices visuels (code de couleurs, rubans) et sonores (musique, sifflet).
- Propose à l'enfant des rôles variés : compter les points, chronométrer, arbitrer, etc. pour satisfaire ses besoins d'action et de changement.
- Évite la compétition mais favorise les défis personnels. Exemple : lancer avec plus de précision vers la cible.
- Planifie le déroulement de la journée, mets en place une certaine routine et structure les tâches proposées. Ce cadres rassurant permettra à l'enfant d'être plus calme.
- Les activités qui demandent de la concentration ne sont pas à bannir. Il faut cependant créer un environnement favorable où l'enfant aura envie d'apprendre. Privilégie la qualité plutôt que la quantité et soutiens l'enfant dans sa tâche, tant pour le féliciter que pour l'aider à se corriger s'il en a besoin.
- Offre à l'enfant des soupapes de sécurité pour lui permettre de se défouler quand il se sent trop agité. Il sera plus calme et plus participatif en groupe.
- Encourage les comportements adéquats et confie-lui des responsabilités. Cela le valorisera et l'encouragera à reproduire ses "bons" comportements.

La relation avec les parents de l'enfant est importante pour créer une cohésion dans son entourage.