

Stratégies gagnantes

Habiletés sociales

- établir des règles de vie claires;
- structurer les activités pour éviter les désorganisations;
- après une situation conflictuelle appliquer la démarche de résolution de conflit, favoriser la réparation par des gestes réparateurs, l'impliquer dans la recherche de solutions;
- utiliser les pairs et les adultes comme modèles.

Impulsivité

- réduire à l'essentiel les règles à suivre et les formuler de façon claire, prévoir des conséquences positives et négatives relativement à ces règles;
- illustrer les routines du matin et du soir, de même que les débuts et fins de périodes;
- intervenir tôt, dès les premiers signes d'une désorganisation;
- prévoir et planifier toutes les situations critiques pour l'élève (transitions, récréations, activités spéciales). Annoncer ce qui s'en vient et ce qu'on attend clairement des élèves;
- prévoir avec l'élève une marche à suivre quand il sent monter la colère, encourager les retraits volontaires (classe et transition);
- aider le jeune à développer l'habileté de s'arrêter et de réfléchir;
- dire tout haut ce qu'on se dit dans notre tête lorsqu'on fait face à une situation ou à une tâche;
- imposer des conséquences immédiates et automatiques;
- utiliser les temps d'arrêts (time-out) pour éviter les escalades négatives;
- utiliser des codes non verbaux qui rappellent l'élève à l'ordre de façon discrète;
- pour l'impulsivité verbale (parler sans attendre le droit de parole) :
 - placer sur le bureau un pictogramme représentant cette règle;
 - ignorer le commentaire si le jeune l'a formulé sans avoir levé la main;
 - valoriser ceux qui lèvent la main;
 - donner l'attention rapidement quand l'élève impulsif lève la main afin de l'encourager à le faire.

Comportements

- formuler les règles de fonctionnement du groupe de façon claire et visuelle;
- favoriser un climat calme dans la classe;
- éviter de donner des conséquences à tout le groupe pour les actions d'un élève;
- intervenir calmement, sans émotivité;
- établir une communication régulière avec les parents;
- utiliser la technique du 1-2-3;
- système d'émulation et de modification du comportement.

L'élève ayant un trouble déficitaire de l'attention



avec ou sans hyperactivité

Estime de soi

- valoriser les activités dans lesquelles il a de la facilité;
- évaluer plusieurs moments de la journée au lieu de la journée dans sa globalité;
- prévoir des récompenses et des privilèges signifiants, fréquents et rapprochés;
- informer les parents des situations de réussite autant que des difficultés;
- pour une conséquence donnée, accorder deux récompenses ou privilèges;
- limiter les objectifs à un ou deux simultanément;
- donner à l'élève des responsabilités qu'il pourra assumer;
- se donner des moments privilégiés avec le jeune afin de développer une relation significative;
- être attentif aux situations où l'élève peut être le bouc émissaire des autres;
- l'impliquer dans la recherche des solutions;
- ne pas réagir aux « ça ne me dérange pas » ou « je m'en fous » suite à une conséquence donnée;
- intervenir par rapport au comportement à modifier, sans remettre l'intégrité de l'enfant en question.

Capacité d'organisation

- organiser le matériel selon un code de couleurs facile à utiliser (ex. : cartable avec séparateurs, duotang couleur), limiter le nombre de livres et l'espace de rangement;
- coller sur le bureau un panier de rangement pour les outils de travail;
- établir des routines pour le matin et le soir;
- utiliser des listes de vérification sur lesquelles l'élève coche les tâches terminées;
- utiliser un chronomètre pour fournir des repères dans la gestion du temps;
- utiliser du papier quadrillé ou divers choix de trottoirs ou d'interlignes pour faciliter l'organisation dans l'espace.

Agitation

- alterner les apprentissages actifs et passifs;
- prévoir des moments où le jeune peut bouger sans trop déranger (ex. : lui donner des responsabilités, lui permettre de travailler debout);
- prévoir des pauses où les élèves font quelques exercices de détente;
- demander à l'élève de venir présenter à l'enseignant chaque partie de travail terminée (tâche morcelée);
- placer le pupitre de l'élève à un endroit susceptible de moins déranger les autres;
- délimiter, à l'aide d'un ruban gommé, un espace autour du pupitre;
- placer des balles de tennis sous les pattes de la chaise et du pupitre pour diminuer le bruit;
- éviter les retraits de la récréation;
- permettre des stimulations sensorielles (gourde d'eau pour boire, balle antistress);
- multiplier les encouragements et les renforçateurs concrets lorsque l'élève adopte une bonne conduite;
- lui permettre de varier sa position et son lieu de travail (debout, couché, coin de lecture...).

Intervenir par rapport à l'inattention

Stratégies pour l'élève

- encourager les élèves à visualiser dans leur tête la tâche demandée. L'utilisation de la visualisation mentale doit cependant être adaptée selon l'âge et le développement intellectuel du jeune;
- susciter le développement du discours intérieur qui permet de se donner des consignes à soi-même;
- enseigner des méthodes de gestion du temps et répéter jusqu'à ce que ce soit assimilé.

L'environnement

- utiliser des isolements portatifs en carton que les élèves peuvent placer sur leur bureau pour les tâches qui demandent plus d'attention;
- limiter les distracteurs dans la classe;
- placer l'élève dans un endroit stratégique dans la classe;
- placer des élèves pouvant servir de modèles près du jeune présentant un TDAH;
- réduire le bruit ambiant en plaçant des balles de tennis sous les pattes des chaises et des bureaux;
- mettre une douce musique de fond pendant certaines activités;
- libérer le pupitre des objets non essentiels à la tâche;
- s'assurer que l'intensité de la lumière est correcte;
- varier les positions de travail et, si possible, l'environnement de travail entre certaines tâches plus exigeantes.



Les enseignements

- s'assurer de la compréhension des consignes en :
 - demandant son regard;
 - changeant le ton de sa voix, en frappant dans les mains ou sur le tableau, en mettant le doigt sur la bouche;
 - nommant son nom avant de donner la consigne;
 - utilisant des consignes courtes, claires et allant droit au but;
 - évitant de donner plusieurs consignes à la fois;
 - utilisant un support visuel qui rappelle les consignes;
 - répétant la consigne après 5 minutes;
 - donnant des exemples de ce qu'on attend;
 - organisant les directives dans un ordre logique (structurer le travail);
 - utilisant l'élève comme exemple;
 - faisant répéter la consigne par l'élève.
- utiliser le prénom de l'élève en difficulté dans les exemples ou utiliser son matériel pour montrer ou expliquer la tâche à faire;
- utiliser un code non verbal permettant d'indiquer à l'élève qu'il n'est pas attentif;
- souligner les moments d'attention par un renforçateur concret;
- encourager l'élève lorsqu'il demande de l'aide;
- souligner le travail terminé;
- alterner les périodes de travail exigeantes et les tâches permettant de bouger et de refaire le plein d'énergie.

Les outils

- placer un rappel visuel sur le bureau pour faire penser de rester attentif;
- utiliser une feuille d'auto-enregistrement sur laquelle l'élève indique s'il était attentif lorsque l'enseignant lui dit de le faire;
- utiliser le tutorat par les pairs;
- mettre en évidence des pictogrammes (arrêter, regarder, écouter, être muet, déposer son matériel) qui montrent aux élèves comment se rendre réceptifs quand vient le temps d'écouter des explications;
- encourager l'utilisation des calendriers, agendas et planificateurs.