

LE TDAH

chez l'enfant

COMPRENDRE POUR MIEUX AGIR

Le TDAH (Trouble du Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité) est un trouble neurodéveloppemental fréquent qui apparaît dans l'enfance. **Il n'est pas lié à un manque d'éducation ni à un manque d'envie.**

Alyss ♥
à Dysland

Le parcours d'Alyss,
entre défis et victoires



C'EST QUOI ?

Le TDAH n'est pas un manque de volonté ni un problème de comportement. C'est un fonctionnement différent du cerveau qui rend certaines choses plus difficiles au quotidien, notamment se concentrer, se contrôler et s'organiser.

AU QUOTIDIEN, L'ENFANT PEUT VIVRE...



Une grande fatigue mentale

Les efforts pour se concentrer épuisent énormément.



Des difficultés d'organisation

Préparer son cartable, gérer son temps, se repérer dans ses devoirs...



Des émotions intenses

Frustration, colère, découragement peuvent être fréquents.



Une estime de soi parfois fragilisée

Il peut se sentir "différent" ou "en échec" s'il n'est pas compris.

*Avec bienveillance et compréhension,
il peut reprendre confiance en lui.*

LES SIGNES QUI PEUVENT ALERTER



Difficulté à rester concentré

Se laisse facilement distraire, décroche souvent, a du mal à terminer une tâche.



Oublis fréquents

Oublie ses affaires, ses consignes, peut perdre ses objets.



Agitation importante

Bouge beaucoup, a du mal à rester assis ou à se poser.



Impulsivité

Coupe la parole, agit sans réfléchir, a du mal à attendre son tour.



Difficulté à attendre son tour et à respecter les règles

Peut sembler "dans la lune" ou impatient.

COMMENT AIDER ?



Observer

Repérer les signes et comprendre les difficultés de l'enfant sans jugement



Comprendre

S'informer pour mieux comprendre son fonctionnement et ses besoins.



Accompagner

Mettre en place des aménagements et routines adaptées au quotidien.



Valoriser

Encourager ses efforts, ses progrès et ses réussites, même petites !

Un cadre clair, des repères stables et beaucoup d'encouragement sont les meilleurs alliés.

BON À SAVOIR

- ♥ Le TDAH n'est pas un manque de volonté.
- ♥ Chaque enfant présente un profil différent.
- ♥ Un accompagnement adapté (parents, école, professionnels) peut faire une grande différence.
- ♥ Le TDAH peut accompagner l'enfant, l'adolescent et parfois l'adulte.



À RETENIR

*Derrière les difficultés
se cachent souvent
de nombreuses forces.
Comprendre le TDAH,
c'est permettre à l'enfant
de développer tout
son potentiel.*

Avec bienveillance, patience et soutien, chaque enfant peut s'épanouir à son rythme.