

TDAH – ATTENTION et ORGANISATION

- Une demande à la fois.
- Capter l'attention et répéter.
- Utiliser des pamirs ou une séparation de table.
- Placer l'élève devant et/ou loin des distractions.
- Placer l'élève à côté d'un élève calme.
- Programme de la journée visible en tout temps.
- Plan d'organisation des affaires.
- Une couleur par matière (fourre jaune et classeur jaune pour les maths par ex.).
- Décomposer les tâches en plusieurs étapes distinctes.
- Avoir sur la table le strict nécessaire.

TDAH – IMPULSIVITÉ et HYPERACTIVITÉ

- Afficher de façon claire et simple les règles de vie.
- Construire une liste des comportements attendus de l'élève.
- Utiliser des gestes codés (doigt sur la bouche, regard).
- Offrir la possibilité à l'élève de sortir de la classe pour gérer son émotion.
- Avoir un coussin d'équilibre, un élastique en bas de table ou d'autres moyens de bouger ou manipuler en classe.
- Permettre des pauses.

Boîte à outils

Cette brochure vous est proposée pour vous accompagner dans la mise en place d'adaptations légères qui sont à noter dans des mémos Pronote.

La liste n'est de loin pas exhaustive.

Boîte à outils

Aménagements lors de difficultés de comportement





GESTION DES RELATIONS

- Mettre en place un conseil de classe hebdomadaire (45min).
- Créer un contrat de comportement avec l'élève basé sur 1 ou 2 objectifs clairs.
- Organiser des ateliers / jeux de coopération.
- Créer une boîte à qualités (avec des images ou mots positifs que les élèves remplissent).
- Utiliser et apprendre aux élèves « les messages clairs » pour la résolution de conflits :
 - Enumérer les faits
 - Exprimer mon émotion (parler en « je »)
 - Exprimer mon besoin
 - Proposer une solution

GESTION DES ÉMOTIONS

- Fabriquer un baromètre des émotions.
- Créer une liste de suggestions pour gérer les émotions (respiration, balle anti-stress, gribouillis, boire de l'eau, ...).
- Prévoir une routine pour calmer après une récréation ou pour une transition : coloriage de mandala ; musique douce ; lecture d'une histoire ; ...
- Avoir un coin des émotions ou retour au calme (permettant à l'élève de s'isoler si besoin).



*Adapter, ce n'est pas faire « moins », c'est faire « autant » ou « mieux » mais différemment.
« Adapter, ce n'est pas renoncer, c'est permettre »*

A. Pouhet

RECADRAGE

- Expliciter les règles de classe, les attentes et les conséquences en cas de non-respect.
- Convenir d'un délai clair pour voir l'évolution de la situation.
- Faire un bilan de ses compétences scolaires.
- En cas de sanction, privilégier la réflexion (discussions ou fiche de réflexion).