

## L'enfant TDAH : qui est-il vraiment ?

### TDAH : de quoi parle-t-on ?

Il s'agit d'un trouble neurodéveloppemental, tout comme l'autisme et les troubles Dys. Son nom complet est **T**rouble du **D**éficit de l'**A**ttention avec ou sans **H**yperactivité. Son diagnostic repose sur des critères bien définis. Ce trouble concerne environ 5% des enfants et adolescents dans le monde.

**Les symptômes que l'on observe sont liés à une difficulté neurobiologique et non à une mauvaise éducation ou à un manque de volonté**

Le TDAH se décline selon 3 formes cliniques :

- Une **inattention** prédominante,
- Une **impulsivité** et/ou **agitation** prédominante,
- La version mixte, qui associe les 3 symptômes : inattention, impulsivité et agitation.

Tous les enfants peuvent avoir ce genre de manifestations, à un moment donné, et notamment lors de la petite enfance mais dans le cas des enfants TDAH, ces difficultés sont persistantes et se manifestent de façon plus sévère et plus fréquente que chez les enfants du même âge et entraînent une gêne significative dans plusieurs domaines de leur vie: social, scolaire, familial (et professionnel quand ils seront plus grands).

Les enfants ayant un TDAH avec agitation prédominante se font plus vite remarquer et alertent plus rapidement : leur comportement dérange, perturbe. Leurs parents s'inquiètent plus vite et consultent plus tôt que pour les formes sans hyperactivité ; l'agitation provoquant plus de problèmes disciplinaires que l'inattention seule.

Cependant, les trois formes du TDAH peuvent entraîner des difficultés :

- a) Chez toute personne, l'attention est variable au cours de la journée mais chez un enfant TDAH c'est encore plus fort et plus souvent.
- b) Un enfant avec un TDAH se laisse vite distraire par les stimuli de l'environnement mais aussi par ses propres pensées : il n'arrive pas à faire le tri sur ce qu'il doit considérer en priorité.
- c) L'attention varie selon l'intérêt de la tâche : la nouveauté ou le côté ludique va stimuler, le côté répétitif va démotiver.

Pour ces 3 points, les efforts à fournir étant plus grands que pour ses pairs, la fatigue que cela lui cause va le rendre moins endurant que les autres. Et la fatigue va encore aggraver les difficultés d'attention mais aussi rendre l'enfant plus impulsif et accentuer son hyperactivité.

Les mots pour décrire l'enfant TDAH sont, la plupart du temps : « manque d'attention », « difficultés de concentration », « agitation », « impulsivité », « désorganisation ».

Pour l'enseignant ou tout autre observateur ne connaissant pas le trouble :

- Manquer de concentration peut signifier manquer de bonne volonté ou de motivation,
- L'agitation est prise pour une marque d'immaturité ou d'indiscipline de l'enfant,
- L'impulsivité peut être vécue comme une démonstration d'agressivité.

Pour le médecin, ces mêmes comportements sont cependant perçus comme les symptômes du trouble.

Celui-ci se manifeste différemment selon chaque enfant, mais aussi selon les moments de la journée et en fonction de ses autres difficultés et de ses atouts :

- certains arriveront à pallier leurs difficultés attentionnelles en adoptant des stratégies ou grâce à un haut potentiel intellectuel.

- un enfant d'un naturel craintif ou timide arrivera mieux à surmonter son tempérament agité.

- l'apparence parfois joviale ou effrontée est souvent une belle façade qui cache un mal-être pour ces enfants qui souffrent d'être trop souvent confrontés à l'échec et contraints à la conflictualité. Ce sont en effet des enfants qui se font très souvent gronder ou punir et sont mal compris.

**Si le TDAH présente toutes les apparences de l'indiscipline et de l'insolence, il ne correspond pas pour autant à des actions volontairement hostiles à l'autorité ou à autrui.**

## Les manifestations du TDAH

Il se manifeste en principe très tôt par un excès d'agitation dès l'âge de la marche ou à l'entrée en collectivité. L'année du CP est une année charnière qui pousse souvent à consulter : parce que les exigences scolaires s'accroissent mais aussi parce que le trouble peut entraîner des difficultés d'apprentissage qui se révèlent à ce moment-là et celles-ci accentuent la difficulté déjà existante.

L'enfant atteint d'un TDAH souffre de difficultés précoces et durables. Les 3 caractéristiques principales sont de plus en plus connues, nous allons les retracer selon les difficultés souvent rencontrées.

### 1. Le déficit de l'attention - « il est distrait, ne fait pas attention »

Les difficultés rencontrées	Les conséquences de son trouble
Passe d'une activité à une autre, n'en termine aucune, oublie qu'il faut ranger avant de passer à autre chose	Il semble ne s'intéresser à rien ou être impossible à canaliser
Il a du mal à travailler seul : il a besoin qu'on l'aide à initier la tâche mais aussi à la poursuivre	Il demande une attention constante, parfois de façon plus intense que les autres enfants de son âge qui ont l'air d'avoir plus de difficultés
Consigner ses devoirs dans le cahier de texte lui est difficile, il le fait de manière incomplète	Il a besoin qu'on l'aide pour le faire
Prêter attention aux détails est très compliqué	Il aura donc beaucoup de mal avec toutes les consignes à plusieurs composantes, avec les exercices à plusieurs données, lors des devoirs à plusieurs séquences, etc...
Fait beaucoup de fautes d'étourderie dans le travail scolaire ou les autres activités	Le travail n'est pas précis, semble bâclé
A du mal à soutenir son attention	Evite ou fait à contrecœur les tâches qui nécessitent un effort mental soutenu (travail scolaire, devoirs) Il ne parvient pas à les mener à terme car ça lui demande énormément
Difficulté à s'organiser dans ses travaux ou ses activités	Il peine à gérer ses tâches, est désordonné dans son travail comme dans ses affaires, gère mal son temps et n'arrive pas à respecter les délais
Perd régulièrement les objets nécessaires à son travail ou à ses activités (matériel scolaire, livres, outils, papiers, lunettes, vêtements...)	Ça finit par agacer et lasser tout le monde
Oublis fréquents pour tout : faire ses devoirs, faire signer ses mots, respecter ses rendez-vous	On finit par se dire qu'il le fait exprès...
A du mal à écouter, à dialoguer	On pense qu'il le fait délibérément, il agace
Il est très étourdi, maladroit	Il a du mal à se lier d'amitié, à s'intégrer et à participer aux activités collectives
N'arrive pas à assimiler les règles	Il n'apprend pas de ses erreurs et les reproduit donc souvent : on se dit qu'il défie l'autorité ou se fiche des remarques qu'on lui fait
Semble ne pas écouter, même quand on lui parle personnellement	On croit alors qu'il ne veut pas

N'arrive pas à retenir les consignes, il faut les lui répéter plusieurs fois	On a l'impression qu'il ne veut pas s'y conformer
Il est désorganisé, désordonné, perd ses affaires	On se dit qu'il s'en fiche
Il est lent quand il fait quelque chose	C'est tellement contradictoire quand, en plus, on le voit très agité à d'autres moments
Il est vite distrait par des stimuli externes (sonores, visuels...) ou internes (ses pensées)	Il a mal à soutenir son attention et ça donne l'impression qu'il ne s'intéresse pas vraiment à ce qu'il fait ou à ce qu'on lui demande de faire

**Tout ceci est parfois perçu comme une forme d'opposition ou de mauvaise volonté et provoque plaintes et remontrances. Pourtant, l'enfant essaye, et souvent avec de grands efforts, mais son trouble l'empêche d'y parvenir comme les autres et, s'il y parvient, il se fatigue vite et ne tient pas dans la durée. On peut alors se dire qu'il ne fait que quand il veut : en fait, c'est quand il peut !**

## 2. L'impulsivité - « il ne prend pas le temps »

### Dans son travail scolaire

Sa précipitation le conduit à commettre des erreurs parfois mal comprises :

- Il cumule les fautes d'orthographe car il ne prend pas le temps de réfléchir.
- Il ne répondra qu'à certaines parties de la question car il ne prend pas le temps de lire tout l'énoncé.
- Les cahiers sont mal tenus, les devoirs mal retranscrits, les exercices bâclés.
- Il se décourage rapidement face à la difficulté ou si les résultats ne sont pas assez rapides et accessibles, s'il ne réussit pas.
- Il est peu soigneux, casse facilement ses affaires.
- Ecrire est difficile pour lui.

### Dans sa relation avec autrui

Il peut paraître impoli et mal élevé car :

- Il se montre très maladroit : il casse souvent des objets, bouscule un autre enfant en se précipitant pour jouer ou arriver à temps en classe.
- Il répond avant d'avoir écouté toute la question.
- Il ne peut attendre son tour (dans une conversation, dans une file d'attente...).
- Il interrompt les autres ou impose sa présence (dans les conversations, les jeux ou les activités).
- Il peut commencer à utiliser les biens d'autrui sans demander ou recevoir une autorisation.
- Il peut s'immiscer ou s'imposer en reprenant ce que d'autres ont commencé.
- Il n'anticipe pas les conséquences de son action : il dit à haute voix ce qu'il a sur le cœur sans imaginer que cela pourrait heurter son interlocuteur.
- Il prend parfois des risques inconsidérés sans même en avoir conscience : il est capable de traverser une rue sans regarder).

**L'impulsivité provient d'un défaut de contrôle : il ne peut pas se concentrer et se contenir dans le même temps car chaque tâche lui demande un effort énorme. Cette impulsivité est verbale, motrice et sociale : il manque de frein dans le contrôle de ses idées, de ses émotions et de ses mouvements**

## 3. L'hyperactivité - « il est toujours agité »

- Il n'arrive pas à rester en place, se lève au moindre prétexte, étire ses bras, ses jambes, se balance sur sa chaise ou la fait grincer...
- Il semble infatigable, comme « monté sur un ressort ».
- Il touche à tout, tripote un crayon, une règle, la fait tomber, se lève pour la ramasser.
- Il se retourne si un camarade émet un son, lui répond à haute voix.

- Court, grimpe partout, même dans des situations où cela est inapproprié (arbres, barrières).
- Il a du mal à se tenir tranquille, même dans les jeux ou les activités de loisir.
- Il parle trop, il est difficile à suivre.
- Lors de la récréation, il se précipite comme une tornade, bouscule tout sur son passage, se met en danger physiquement.
- Une fois adolescent, ça peut se manifester simplement par un sentiment d'agitation.
- La famille est souvent contrainte de limiter les sorties, de peur qu'il paraisse mal élevé, qu'il prenne des risques, brise des objets ou se perde dans la foule.

**L'hyperactivité est le symptôme le plus gênant pour son entourage, il a un rôle positif pour l'enfant car s'agiter lui permet de maintenir son cerveau en état d'éveil**

#### 4. La dérégulation émotionnelle

Le TDAH joue énormément sur la sphère émotionnelle : les émotions sont très variables, fluctuantes, les enfants TDAH ont un très faible seuil de tolérance à la frustration et à l'ennui.

C'est d'ailleurs certainement la plus grande des problématiques du TDAH, avant même le déficit attentionnel. L'enfant n'a pas la capacité d'adapter ses réactions lorsqu'il est confronté à une émotion, que celle-ci soit positive ou négative, il réagira toujours plus fort et souvent de façon très déconcertante ou inattendue.

La moindre frustration peut engendrer chez lui des crises de colère violentes :

- Ne pas réussir un exercice ou perdre à un jeu,
- Ne pas se sentir capable de faire ce qui lui est demandé,
- Ne pas se sentir compris,
- Ne pas arriver à exprimer ce qu'il ressent,
- Le refus de lui accorder une faveur ou un privilège...

Une joie intense aura aussi cet effet :

- Assister à une fête,
- Faire une activité très plaisante,
- Partir en voyage,
- Tout événement un peu particulier.

Outre les crises de colère, ces moments peuvent entraîner chez l'enfant une instabilité motrice, une attitude d'opposition et des comportements non adaptés.

Cette dysrégulation émotionnelle existe autant chez le petit et grand enfant que chez l'adolescent et persiste encore à l'âge adulte. Elle entraîne des changements d'humeur permanents, au gré des événements et de la façon dont l'individu arrivera à les gérer selon ses propres filtres.

#### 5. Le manque de motivation

Si la motivation peut varier selon des facteurs psycho-affectifs, elle dépend aussi de processus neurobiologiques. On est motivé quand on espère retirer de son action un plaisir à court ou long terme ou éviter un déplaisir, c'est ce qu'on appelle le système de récompense. Or, celui-ci s'organise sur une transmission dopaminergique, qui est elle-même perturbée dans le TDAH. Ceux qui en souffrent ont donc du mal à percevoir ce système de récompense.

De plus, comme un enfant TDAH est malheureusement souvent en échec malgré ses efforts, il va plus facilement se décourager.

Ces deux aspects rendent sa motivation difficile et l'enfant pourra facilement se bloquer :

- En refusant de faire un travail qui lui semble compliqué,
- En ayant du mal à initier sa tâche,
- En tentant de reporter.

C'est un enfant qui a davantage besoin de renforcements positifs : en intensité comme en fréquence pour pouvoir enclencher sa motivation.

**Il faut être conscient que le manque de motivation n'est pas la cause de leur déficit d'attention mais bien une conséquence à double niveau**

## 6. La notion du temps

La perception du temps est un processus neuropsychologique complexe qui se modifie de l'enfance à l'âge adulte. Il engage notamment des circuits cérébraux au niveau temporel et frontal (celui qui est impliqué dans le TDAH). Les émotions sont aussi impliquées dans cette perception du temps, qui est variable chez tout sujet, mais, on le comprend, encore plus chez l'enfant TDAH. Il est en grand décalage dans ce domaine par rapport à son âge physiologique ou avec ses capacités intellectuelles.

Cela se traduit :

- Par la difficulté à évaluer le temps qui s'écoule et interpréter les notions de temps (« tout de suite », « bientôt », « dans quelques minutes »),
- Se repérer dans la journée (est-on le matin ou l'après-midi ?),
- Connaître les saisons ou les jours de la semaine, les mois,
- Savoir utiliser les bons termes pour situer un événement (hier pour dire la semaine dernière, le mois dernier pour l'année dernière...),
- Commencer une activité d'une demi-heure qui lui paraîtra être une éternité.

## 7. Les difficultés relationnelles

Elles représentent une des difficultés majeures du TDAH et se révèlent souvent bien plus tôt que tous les autres aspects puisqu'elles peuvent être présentes dès la maternelle. Du fait de ses difficultés d'ajustement de son impulsivité ou de ses émotions, on constatera chez cet enfant :

- Une tendance à provoquer des bagarres,
- A arracher les jouets des mains de leurs camarades,
- A s'imposer dans le jeu...

Comme chez l'enfant autiste mais dans une mesure amoindrie, l'enfant TDAH a une certaine difficulté à se représenter les émotions et les pensées d'autrui et a donc du mal à inter-réagir.

Tout ceci entraîne bien souvent le rejet des autres et l'enfant est mis à l'écart, victime de moquerie, voire de harcèlement.

## Fluctuation et variabilité des symptômes

**C'est un trouble qui se manifeste partout, en tout temps, en toutes circonstances, mais de façon variable en intensité et selon les situations et cela le rend difficile à comprendre**

En réalité, les symptômes s'aggravent :

- dans les situations qui exigent une attention ou un effort mental soutenu.
- celles qui manquent d'attrait ou de nouveauté : écouter un cours, faire ses devoirs, réaliser une tâche répétitive.
- et surviennent plus volontiers dans les situations de groupe où les stimuli sont nombreux (garderie, école, sport...).

mais peuvent se faire discrets, minimes ou être absents lorsque l'enfant est :

- en tête-à-tête.
- dans un environnement nouveau.
- lorsqu'il ce qu'il fait quelque chose qui l'intéresse.
- dans les situations particulièrement stimulantes ou gratifiantes.

## Les troubles associés

D'après les études épidémiologiques internationales, plus de 75% des enfants atteints d'un TDAH présente au moins un autre trouble associé et plus de la moitié au moins deux :

- les troubles des conduites et de l'opposition avec provocation (de 25 à 36%).
- les troubles de l'humeur : dépression, dysthymie, troubles bipolaires (de 20 à 37%).
- les troubles anxieux (de 15 à 31 %).
- Les troubles des apprentissages (de 25 à 40%).
- Les troubles du sommeil (de 30 à 50%).
- Le trouble du spectre autistique.

## 1. Troubles des apprentissages

Ils sont très fréquents chez les enfants TDAH et comme ils se combinent à celui-ci, ils pénalisent l'enfant et aggravent les difficultés scolaires.

- Dyslexie/dysorthographe : trouble du langage écrit (lecture, écriture).
- Dysphasie : trouble de la parole et du langage - le langage expressif (ce que l'on produit) et/ou réceptif (ce que l'on comprend).
- Dyspraxie : trouble de la planification et de l'automatisation des gestes volontaires.
- Dyscalculie : trouble des outils de logique mathématiques.
- Dysgraphie : trouble d'organisation et de coordination de l'écriture.

A cause de son trouble, l'enfant TDAH aura plus de mal à compenser les éventuels Dys qu'un autre enfant.

## 2. Le Trouble Oppositionnel avec Provocation (TOP)

Il se manifeste par une attitude négative, de désobéissance et d'hostilité envers les personnes en position d'autorité.

L'enfant refuse délibérément de suivre les consignes ou de transiger avec l'adulte ou ses pairs. Il teste les limites, ignore les ordres, les conteste et justifie sa conduite comme une réponse à une injustice.

Cependant, ces attitudes peuvent être seulement dues à un TDAH très mal vécu et être une manifestation de détresse de l'enfant... attention à ne pas interpréter trop vite !

## Le retentissement du TDAH

**Tous les domaines de sa vie sont touchés, et notamment les sphères scolaire et sociale car les comportements de l'enfant y sont bien souvent incompris**

### 1. Scolaire

Il est l'objet de remarques et de remontrances à longueur de journée et il se retrouve souvent dans une situation scolaire difficile.

Il redouble davantage que les autres, fait l'objet de plus d'exclusions, change plus souvent d'établissement et a une relation à l'école et à l'enseignant complexe et parfois tendue.

### 2. Social

Du fait des fluctuations de la symptomatologie, on peut vite croire que les conduites de l'enfant sont délibérées et cela peut entraîner des réactions de rejet à son égard ou la tendance à adopter une conduite éducative répressive qui se révèle peu efficace.

Parfois c'est toute la famille qui est isolée et se sent méjugée et rejetée par l'environnement.

Avec les pairs, l'enfant a des difficultés à se faire comprendre : ses intentions et ses sentiments ne sont pas compris ou mal interprétés ; il peut alors développer des comportements agressifs ou il est victime de harcèlement.

Il est fréquemment repéré comme l'enfant perturbateur, et il est facilement rejeté.

### 3. Estime de soi

La façon dont il est perçu par son entourage met en péril le développement et le maintien de son estime de soi. Celle-ci est aussi conditionnée par le nombre de ses expériences positives et de ses réussites dans ses diverses activités et apprentissages.

L'estime de soi est quelque chose de fragile tout au long de l'enfance et de l'adolescence, et on comprend bien comme un enfant ayant un trouble déficitaire de l'attention, des difficultés dans ses apprentissages scolaires, dans ses relations avec ses pairs risque fort d'être affecté.

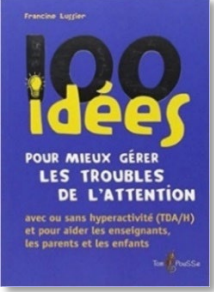
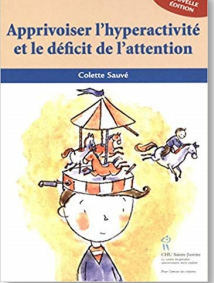


## Comment les aider ?

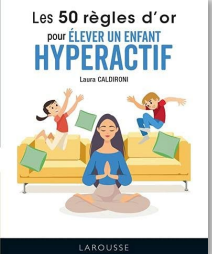
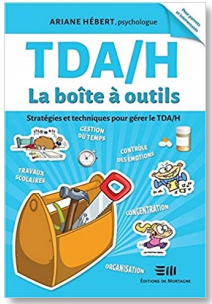

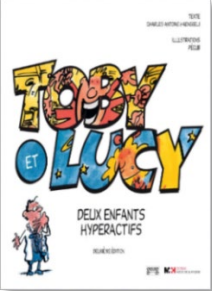
On dit de celui qui a la bougeotte qu'il ne peut rester en place. Tout est dans le « qui ne peut ». En effet, toutes les difficultés des enfants TDAH sont liées à une incapacité, et c'est ce qui les fait véritablement souffrir car ils se rendent bien compte qu'ils ne correspondent pas à certains critères et ils se sentent fautifs. Pour beaucoup d'entre eux, chaque jour est une succession d'échecs.

Même s'ils mettent toutes leurs forces pour s'assagir, leurs efforts ne peuvent se maintenir longtemps. Que ce soit à l'école ou à la maison, ils se font souvent gronder, punir. Leurs pairs les craignent à cause de leur comportement impétueux et, trop souvent, les fuient ; il y a peu de répit. Comme tous les autres enfants, ils ont pourtant le désir d'être sages, gentils, de réussir à l'école, être appréciés ou aimés : ils souffrent donc beaucoup de cette situation qui les font paraître comme des enfants méchants, désobéissants, mal élevés, qui causent de la douleur et ne méritent pas l'attention ou l'affection des autres. On leur prête bien souvent à tort des intentions provocantes ou malveillantes.

Ils sont les premiers à souffrir de leurs comportements et en souffrent bien plus que n'importe qui. Comment les aider ? En abandonnant le registre disciplinaire et en leur accordant à nouveau de la confiance : on leur permet ainsi de reprendre espoir et confiance en eux et à modérer leur anxiété.

## Lectures conseillées

	<p>« <b>100 idées pour mieux gérer les troubles de l'attention avec ou sans hyperactivité et pour aider les enseignants, les parents et les enfants</b> » - Francine Lussier – Editions Tom Pousse</p> <p>Des chapitres pour les parents, pour l'enseignant, pour le jeune.</p> <p>Très complet !</p>
	<p>« <b>Approivoiser l'hyperactivité et le déficit de l'attention</b> » - Colette Sauvé – Editions CHU Sainte Justine</p> <p>Des moyens d'action pour aider l'enfant à s'épanouir dans sa famille, à l'école, les troubles associés.</p> <p>Des conseils par âge : 3-5 ans, 6-12 ans, adolescence. Comprendre et accepter - prendre conscience de ses habiletés d'éducateur - mettre en place des stratégies nouvelles pour mieux construire. Croire en sa créativité et en son intuition de parent.</p>
	<p>« <b>Enfant hyperactif, inattentif ?</b> » - Smadar Celestin-Westreich, Léon-Patrice Celestin – Editions de boeck</p> <p>Partie 1 : analyse du contrôle cognitif et de la régulation émotionnelle pour comprendre les désajustements provoqués par le TDAH et le potentiel qui s'y associe. Partie II : 10 étapes d'intervention portant sur divers domaines favorables à l'épanouissement de l'enfant TDAH. Surmonter les défis, cultiver les atouts.</p> <p><u>Pour les parents, enseignants et intervenants professionnels</u></p>
	<p>« <b>Mieux vivre avec le TDAH à la maison</b> » - Line Massé, Martine Verreault, Claudia Verret – Editions Chenelières Education</p> <p>Des outils pour surmonter les difficultés que vit son enfant à la maison au quotidien et favoriser une expérience parentale positive. Un guide de l'animateur, un recueil d'activités (21 ateliers), un CD, les documents nécessaires à l'animation et des fiches.</p> <p><u>Pour les intervenants des milieux communautaires, établissements scolaires, réseau de santé et services sociaux qui désirent mieux soutenir ces parents.</u></p>

	<p>« <b>50 règles d'or pour élever un enfant hyperactif</b> » - Laura Caldironi - Editions Larousse</p> <p>Comment accompagner les enfants très actifs et les enfants TDAH : comment interpréter les actes de l'enfant ? Suggestions d'objectifs accessibles à l'enfant pour l'aider à reprendre confiance en soi. Comment accompagner les émotions et créer un environnement propice au développement du raisonnement et de la concentration.</p>
	<p>« <b>TDA/H - La boîte à outils - Stratégies et techniques pour gérer</b> » - Ariane Hébert - Editions de la Mortagne</p> <p>Stratégies et des trucs concrets à mettre en pratique, afin d'aider l'adulte à intervenir adéquatement. Comment apprendre aux enfants avec un TDA/H à : ne rien perdre, ne rien oublier, s'organiser, être moins agité et plus concentré, gérer l'impulsivité, diminuer sa colère, mieux vivre ses émotions.</p>
	<p>« <b>Troubles de l'attention avec ou sans Hyperactivité</b> » - Anne Gramond - Editions Tom Pousse</p> <p>Des outils pratiques et aménagements pédagogiques concrets et faciles à mettre en œuvre par les enseignants et tous ceux qui accompagnent l'enfant dans sa réussite scolaire, inspirés des thérapies cognitivo-comportementales et émotionnelles, pour permettre à cet enfant de réussir sa scolarité.</p> <p><u>Recommandé aux parents et enseignants</u></p>
	<p>« <b>Toby et Lucy, deux enfants hyperactifs</b> » - Charles-Antoine Haenggeli - Editions Médecine &amp; Hygiène</p> <p>Ce livre explique ce qu'est le TDAH et donne quelques conseils aux parents, aux enseignants, aux thérapeutes, sous la forme d'un livre illustré.</p>

Pour plus de références, consultez notre liste de livres recommandés sur notre site internet ou par nos pages Facebook

### Liens utiles

Le site du Dr Annick Vincent pour les professionnels, les parents et les enseignants : [www.attentiondeficitinfo.com](http://www.attentiondeficitinfo.com).

Le groupe Facebook de notre association réservé aux professionnels de l'Éducation : <https://www.facebook.com/groups/519814918382522/>

**Pour obtenir plus d'informations sur le TDAH et l'association internationale TDAH Partout Pareil :**

Site internet : [www.tdah-partout-pareil.info](http://www.tdah-partout-pareil.info)

Email : [info@tdah-partout-pareil.info](mailto:info@tdah-partout-pareil.info)

Page Facebook : [www.facebook.com/tdah.partout.pareil](http://www.facebook.com/tdah.partout.pareil)