

Ecole et trouble de l'attention : apprendre à se comprendre

Psy Le trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité est souvent associé à un certain nombre de difficultés que l'école peine à appréhender. Des spécialistes à la rencontre des enseignants

Chris Foster avait 45 ans lorsque son TDA/H (trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité) a été diagnostiqué. Une situation heureusement rare. Mais pas exceptionnelle. Au soulagement de poser des mots sur ses singularités, a succédé chez cette enseignante américaine l'envie de mettre ses connaissances intimes du TDAH au service des enfants qui en sont atteints.

Invitée à rencontrer un public de parents et professionnels azuréens par le Dr Hervé Caci, pédopsychiatre aux hôpitaux pédiatriques de Nice CHU-Lenval et spécialiste du TDAH (lire ci-dessous), elle s'est rendue dans la foulée au cours privé George-Sand à Nice. Un des rares établissements secondaires dans la région à proposer une pédagogie innovante et surtout adaptée pour des jeunes atteints de troubles sévères de l'attention avec hyperactivité, de phobie scolaire, de « dys » (dyslexie, dysorthographe, dyscalculie, etc.), souvent en échec scolaire.

« La partie visible de l'iceberg »

Objectif de la présence de Chris Foster dans l'école : rencontrer et dialoguer avec les enseignants qui accompagnent ces enfants différents et qui, en dépit des petits ef-



L'enseignante américaine Chris Foster et le Dr Hervé Caci, pédopsychiatre spécialiste de ces troubles, en discussion avec les enseignants du cours privé George-Sand à Nice.

(Photos N. C.)

fectifs, sont parfois mis en difficulté par leurs comportements singuliers.

« Les troubles de l'attention et l'hyperactivité sont la partie visible de l'iceberg chez ces enfants, précise d'emblée l'enseignante. Parmi leurs autres difficultés, une mauvaise gestion du temps, des problèmes dans les fonctions exécutives, des troubles de l'apprentissage,

une faible tolérance à la frustration, un contrôle ardu des émotions, de la colère en particulier – "Je pense,

donc je dis !", de gros problèmes pour démarrer une tâche... » Pendant que la spécialiste égrène la longue liste des troubles, les enseignants opinent tous du chef. Mais ce qu'ils attendent, au-delà du constat, ce sont les clés pour dénouer les situations difficiles. Elle leur donne

quelques pistes : « C'est tellement difficile pour les enfants atteints de TDAH de rester assis sur une chaise toute la journée ! Ce que j'ai mis en place dans ma classe,

c'est une zone pour les "bougeurs". Sachant qu'ils ne peuvent dans le même temps rester assis et concentrés sur les cours, ils ont la possibilité dans cette zone de se déplacer tout en prenant des notes. »

Et pour les enfants les plus agités, c'est un autre espace que Chris Foster a dessiné dans sa classe : « Une zone de calme, agrémentée de tapis, d'objets rassurants, leur est réservée... » Réaction immédiate des enseignants présents : « Et s'ils refusent d'y aller ? » « Ils n'ont pas le choix... En début d'année, un contrat social est signé avec les élèves, comme dans une famille ; il existe

Des zones pour les « bougeurs »

teints de TDAH de rester assis sur une chaise toute la journée ! Ce que j'ai mis en place dans ma classe,

Le Dr Hervé Caci : « Ces enfants souffrent d'une grande instabilité émotionnelle »

Le Dr Hervé Caci est pédopsychiatre aux hôpitaux pédiatriques du CHU Lenval à Nice.

Constate-t-on une progression du Trouble déficit de l'attention /hyperactivité (TDAH) ? Il est difficile de répondre à cette question. Disons plutôt que ces troubles sont davantage repérés que dans le passé. Les enfants qui en sont porteurs posent de plus en plus de problèmes au système éducatif. Ils sont confrontés à de vraies difficultés d'intégration scolaire.

Jusqu'à se retrouver exclus du système scolaire ?

Non, on essaie de ne pas les exclure. Mais, dans les faits, dès qu'un enfant a des troubles du comportement, on ne dit pas qu'il a possiblement un TDAH, on conclut rapidement qu'il



« Il faut de la bienveillance et de la compréhension », souligne le Dr Hervé Caci.

est « psychiatrique » et qu'il n'a dès lors rien à faire à l'école. Ce rejet est bien réel.

C'est la raison pour laquelle les parents de ces enfants, sur vos conseils souvent, se tournent vers des structures telles que George-Sand...

Oui, dans la mesure où l'on se retrouve en échec par rapport à toutes les mesures de compensation du handicap. On est obligé d'avoir une soupape de sécurité. Dans les Alpes-Maritimes, on a la chance d'avoir des écoles privées hors contrat et sous contrat, qui peuvent accueillir ces enfants. Dans d'autres départements en France, moins pourvus, c'est l'école à la maison qui est développée pour eux : les parents enseignent à leurs enfants. Avec toutes les difficultés que cela suppose.

Pourquoi ce « désamour » entre l'école traditionnelle et les enfants TDAH ? Ces enfants souffrent d'une

grande instabilité émotionnelle. C'est une caractéristique liée au TDAH mais que l'on n'a pas encore – intégrée parmi les critères du trouble. Ça signifie qu'ils « montent », s'énervent très vite, et retombent aussi vite. Ce n'est pas simplement de l'impulsivité. Si ces comportements ne sont pas gérés dans une classe, cela peut effectivement mettre le bazar.

Plus précisément ?

Certains enfants peuvent faire des crises de colère intenses à la suite d'une provocation mineure. Si l'enseignant n'anticipe pas et « ne fait pas redescendre » l'enfant très vite, ça peut prendre une ampleur folle. D'autant que, dans ces moments d'excitation majeure, ils peuvent dire : « J'en ai marre, je veux mourir. »

L'enseignant le prend au premier degré, se dit que c'est un enfant suicidaire, et qu'il n'en veut plus dans la classe. Il n'y a pas le débriefing nécessaire.

Vous recevez ces enfants en consultation, que rapportent-ils ?

Ces enfants ne sont pas suicidaires, ni même déprimés. Ils disent juste : « Je n'arrive pas à ne pas m'énerver. C'est incontrôlable, c'est monté, je n'ai pas pu m'arrêter, et je n'en pouvais plus. » Et il n'y a ce mot qui est sorti : « Je veux que ça s'arrête, donc je veux mourir. » Mais il n'y a rien derrière. C'est difficile d'expliquer ça aux enseignants.

Chris Foster évoque la méditation, le tapping pour ces enfants. Qu'en pensez-vous ? Il existe des dizaines de

des règles, si elles ne sont pas respectées, ce sont les autres enfants qui les rappellent. »

« Pourquoi je suis comme ça et pas les autres ? »

Si l'enseignante reconnaît qu'il peut être difficile de garder son calme face à des refus, des provocations, elle rappelle que les premiers à souffrir de la situation, ce sont les enfants eux-mêmes : « Dans leur tête, ils se disent : "Pourquoi je suis comme ça et pas les autres ? C'est très dur pour eux..." » Parmi les autres originalités de sa pédagogie, de courts moments de méditation, mais aussi de tapping, une technique basée sur le tapotement de points d'acupuncture, qui permet de réduire l'anxiété. « Quand l'un ne marche pas, on essaie l'autre... Et puis après, on discute... »

Ces approches pourraient-elles être envisagées dans toutes les écoles en France ? « Chris Foster est elle-même concernée par un TDAH ; on ne peut imposer à des enseignants non sensibilisés ou non formés qu'ils adoptent ces méthodes », répond le Dr Caci. Ceux de George-Sand sont volontaires pour essayer. D'autres suivront peut-être.

NANCY CATTAN
ncattan@nicematin.fr

méthodes efficaces. Mais si, déjà, on était plus dans la compréhension et l'empathie vis-à-vis de ces enfants, et moins submergés par les programmes...

En France, on est surtout dans la sanction, alors qu'il faut de la bienveillance et de la compréhension pour aider ces enfants.

Les aider comment ?

Leur apprendre à se calmer, et à respecter les autres... On ne peut demander à un enfant TDAH d'être calme et concentré en même temps. C'est impossible pour lui. Soit il bouge et se concentre sur ce qu'on lui dit, soit il se concentre pour ne pas bouger, mais n'écoute plus ! On ne peut imposer un fonctionnement type à un enfant qui a ce type de troubles. D'où la nécessité déjà de bien connaître ces troubles.