

Le TDAH au pays des lettres*

TDAH : trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité. C'est un trouble neurodéveloppemental.

Ce trouble **nuît aux fonctions exécutives du cerveau** qui permettent, de façon prolongée, de fixer son attention sur une tâche à l'exclusion de toute autre (**difficultés attentionnelles**) et de s'organiser de façon à pouvoir efficacement accomplir cette tâche (**difficultés organisationnelles**).

Le trouble peut se manifester de deux manières :

1. Sans hyperactivité : l'individu est calme et semble déconnecté de son environnement.
2. Avec hyperactivité : il est agité et impulsif.

En classe...

Rester attentif, bien lire les questions ou les consignes et se mettre à la tâche; prendre des notes, ne pas perdre son matériel et respecter les échéances; ne pas se laisser distraire par tout ce qui l'entoure ni par ses propres sensations et sentiments : tout cela renvoie à de l'autorégulation et représente un plus grand effort pour l'étudiant qui vit avec le TDAH que pour les autres étudiants. La réussite de cet étudiant reposera sur la mise en place d'un mode de fonctionnement qui favorisera son organisation et sa concentration.



AU PAYS DES LETTRES

Dans le contexte de cours de littérature, ses difficultés et le temps dont il aura besoin pour les surmonter peuvent¹ avoir des effets particuliers sur l'étudiant affecté d'un TDAH.

A. LECTURE

Difficultés attentionnelles

D'abord, **la lecture étant, à la base, un défi pour un étudiant qui vit avec un TDAH, un contexte facilitant sera prévu²**. Une lecture efficace de textes littéraires peut lui être impossible en classe. Comme l'objet littéraire est à la base de notre discipline, cet étudiant peut avoir avantage à lire avant le cours les textes, même les extraits, hors classe, dans le contexte prévu. **L'étudiant qui a un TDAH peut avoir besoin des textes d'avance et doit savoir pour quand il doit les avoir lus, que ce soit pour une évaluation ou juste pour suivre le cours.**

Sa lecture peut aussi être facilitée par une **mise en page simple des textes photocopiés**. En effet, les pages surchargées, que ce soit parce qu'il y a beaucoup de texte ou parce que le paratexte est très présent, font que l'information à traiter est plus grande.

La lecture d'œuvres complètes représente un défi particulier pour cet étudiant. Premièrement, dans le contexte de ses difficultés organisationnelles, **il aura besoin de connaître, idéalement par mio ou sur Léa** (pour ne pas les perdre), **les dates auxquelles les œuvres complètes doivent avoir été lues**. Il appréciera toute information additionnelle sur le temps qui doit être consacré à cette lecture (difficulté de certaines œuvres ou partie d'œuvres) de façon à se préparer un calendrier de lecture réaliste et efficace. **Il sera aussi utile pour lui de recevoir des conseils de son enseignant par rapport à la lecture d'une œuvre en particulier** : pour la comprendre, faut-il être plus attentif au point de vue narratif? Faut-il constituer, au fur et à mesure, un arbre généalogique? Etc. Deuxièmement, la somme d'information qu'il faut garder en tête pour que le sens émerge d'une œuvre complète risque de dépasser la mémoire de travail de cet étudiant. Pour pallier ce handicap, **l'étudiant devra développer une manière de noter l'information au fil de sa lecture**. De façon à pouvoir naviguer plus facilement dans le texte et dans ses notes, **il pourrait vouloir utiliser, quand elles existent, des versions numériques des œuvres³**. En cours de lecture, **toute activité** pédagogique qui l'aidera à consolider sa compréhension du texte (discussion en classe, questions sur des portions de l'œuvre, tout autre prétexte **qui lui demandera de paraphraser l'œuvre**) **lui permettra de l'assimiler, ce qui aura pour effet de libérer sa mémoire de travail et de l'aider à poursuivre sa lecture plus**

¹ Le TDAH, comme toutes les situations de handicap, se manifeste de façon différente chez chaque individu. Cette fiche expose une série de possibilités de manifestations, certaines contradictoires. L'étudiant avec un TDAH ne les présentera pas toutes. Il est même possible qu'avec les accommodements de l'étudiant, l'enseignant n'en perçoive aucune.

² Le lieu, le moment et la durée des périodes de lecture doivent être facilitants. L'étudiant peut également avoir recours à des outils particuliers : coquilles antibruit ou bruit blanc, etc. Ce contexte facilitant, s'il n'est pas déjà déterminé, peut l'être avec l'aide du conseiller SAIDE de l'étudiant.

³ Une fois maîtrisés, les supports numériques lui permettent de retrouver facilement un passage (de retrouver celui où un personnage a été présenté, par exemple, s'il ne s'en souvient plus quand le personnage réapparaît dans le récit), de chercher une définition sans déposer le « livre » (d'une pression du doigt), de surligner un passage, de laisser des notes au fil du texte (où l'étudiant paraphrase ce qu'il a compris à la fin de chaque chapitre, par exemple), puis de revoir ses annotations au fil du texte ou isolément.

efficacement. Des discussions informelles avec un autre étudiant ou avec l'enseignant auront le même effet. **On peut aussi lui proposer de lire un résumé de l'œuvre avant d'en commencer la lecture** : avoir un point de vue d'ensemble donne du sens à ce qu'on lit plus rapidement, et aide donc à retenir l'information.

Lecteur impulsif

L'étudiant qui vit avec un TDAH accompagné d'impulsivité risque, lui, de lire très vite et de commettre de nombreuses erreurs de lecture : il n'attend pas d'avoir assez d'information pour comprendre le texte et il saute à des conclusions. Même si la suite du texte contredit franchement sa compréhension, son idée ne sera pas corrigée par sa lecture extrêmement rapide et superficielle. Par contre, puisque ce lecteur est en général très dynamique et volubile, **il est possible de lui faire prendre conscience de ses erreurs au fur et à mesure.** Pour cela, **il faut qu'il prévienne, dès le départ et le plus souvent possible au cours de la lecture, des discussions informelles avec un autre étudiant ou avec l'enseignant.** Une telle approche lui permet d'ajuster sa lecture avant qu'elle ne soit à reprendre en totalité tout en préservant son enthousiasme et en l'aidant à développer des réflexes d'autocritique. Ici encore, lui **proposer de lire un résumé de l'œuvre avant d'en commencer la lecture** peut éviter certains dérapages.

B. ÉCRITURE

En situation d'écriture, l'étudiant avec un TDAH **gère difficilement les deux cours généralement prévus pour les rédactions sur table.** Souvent, il peine à se mettre au travail, et structurer sa pensée, voire ses phrases, est difficile. En plus, comme son attention diminue significativement au fur et à mesure que le cours avance, il peut souffrir encore plus que les autres du fait que la révision du texte soit la dernière étape d'une rédaction et de la pénalité en langue dans nos cours. **Il devra prévoir que sa révision se déroule vers le début d'une période de rédaction, quand ses capacités attentionnelles sont à leur sommet,** quitte à répartir autrement ses périodes d'évaluation avec le SAIDE. **Imposer à un tel étudiant une subdivision en étapes** (planification, rédaction, révision) **est avantageux pour lui** tant qu'il n'a pas développé la discipline pour le faire lui-même. **L'étudiant impulsif** peut avoir tendance, parce qu'il écrit très vite et qu'il se dit qu'il peut se passer de temps additionnel, à vouloir rédiger en classe. Il devra prendre conscience du fait que pour nos rédactions, **renoncer au calme** des locaux du SAIDE (et à l'occasion de pouvoir bien comprendre le sujet, le respecter et se relire), **c'est se laisser très peu de chance de réussir.**

Pour ce qui est des projets d'équipe, **l'étudiant qui a un TDAH peut être une véritable locomotive pour son groupe.** Il est souvent très créatif et dynamique; d'autres membres de l'équipe pourront se charger de structurer le projet et de s'assurer qu'il soit mené à terme.

Bref...

	Difficultés possibles	Solutions
En lecture	<ul style="list-style-type: none"> • Difficulté à lire dans un environnement distrayant et à certains moments • Difficulté à respecter les échéances, surtout pour les projets d'envergure, dont la lecture d'une œuvre complète • Difficulté à se souvenir de ce qui est lu, et qui n'est pas porteur de sens au départ, assez longtemps pour comprendre un texte long • Erreurs de lecture 	<ul style="list-style-type: none"> • Donner d'avance à l'étudiant : <ul style="list-style-type: none"> ◦ les textes (une mise en page simple; si possible, lecture sur support électronique) ◦ les échéanciers ◦ les conseils ou questions de lecture • Proposer la lecture d'un résumé des œuvres avant de commencer à les lire • En cours de lecture, amener l'étudiant à valider et à consolider sa compréhension du texte (questions sur des portions de texte, discussions, rédaction de résumés)
En écriture	<ul style="list-style-type: none"> • Difficulté à structurer sa pensée • Difficulté à s'organiser pour réviser son texte 	<ul style="list-style-type: none"> • Imposer ou proposer à l'étudiant une subdivision en étapes (planification, rédaction, révision) tant qu'il n'a pas développé cette autodiscipline

* Références

- COURVILLE, Bruno et Claire DESCHAMBAULT (2017). *Atelier sur le TDAH chez les adultes* - 23 mars 2017. Document inédit.
- FALARDEAU, Éric (2003). « Compréhension et interprétation : deux composantes complémentaires de la lecture littéraire », *Revue des sciences de l'éducation*, vol. 29, n° 3, p. 673-694. Doi : 10.7202/011409ar
- HAMMARRENGER, Benoît (s.d.). *TDAH*. Repéré à <https://aqnp.ca/documentation/developpemental/tdah/>
- Le trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité* (s.d.). Repéré à http://cenopfl.com/troubles-apprentissage/deficit_attention.php
- VINCENT, Annick (2014). *Mon cerveau a encore besoin de lunettes. Le TDAH chez l'adulte*. Montréal, Éditions Québec-Livres.