

Comprendre le TDAH

Le Trouble Déficit de l'Attention avec ou sans Hyperactivité (TDAH) touche environ 5 % des enfants et peut avoir des répercussions importantes sur leur vie quotidienne, leur scolarité et leurs relations sociales. Souvent mal compris, ce trouble neurodéveloppemental est bien plus qu'un simple « manque de discipline » ou une « hyperactivité passagère ».

Afin de mieux informer et sensibiliser, nous partageons ces articles rédigés par TDAH France, qui expliquent de manière claire et détaillée ce qu'est le TDAH, ses symptômes, ses causes et les approches possibles pour accompagner les enfants au quotidien en milieu scolaire.

<https://www.tdah-france.fr/Definition-du-TDAH.html>

<https://www.tdahecole.fr>

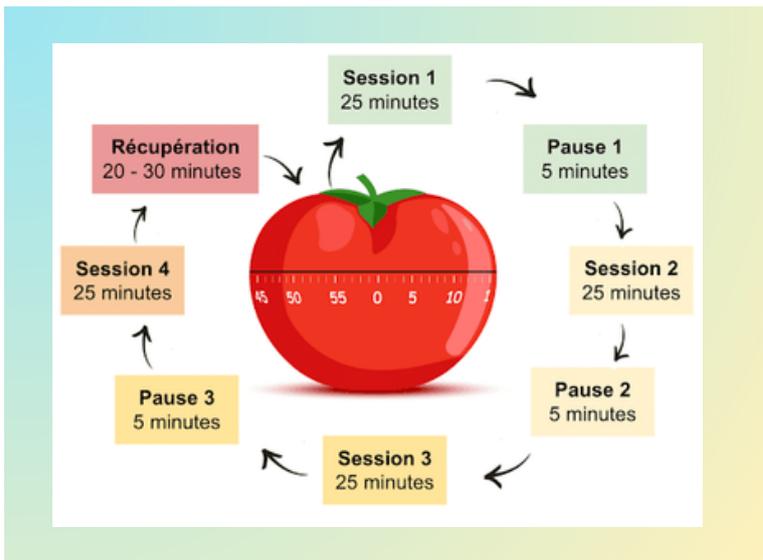
LE TDAH

La méconnaissance du trouble entraîne une mauvaise interprétation de leur comportement qui donne une image éronnée de la personne très négative et dévalorisante.

tel qu'il est:	tel qu'il est vu:
créatif	dans la lune
spontané	mal élevé
soif de justice	insolent
curieux	casse-cou
tenace	têtu
ultra sensible	pleurnichard
passionné	capricieux



Lyla George



Témoignages

Le TDAH touche des personnes de tous horizons, qu'elles soient anonymes ou célèbres. À travers le témoignage d'un jeune qui le vit au quotidien et d'une personnalité qui a su en faire une force, découvrons comment ce trouble influence leur parcours, entre défis et réussites.

L'autorégulation attentionnelle : une clé pour l'épanouissement

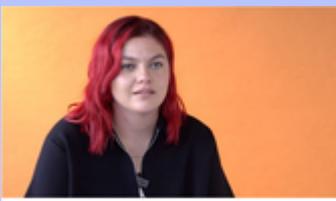
L'autorégulation de l'attention est une compétence clé qui aide les enfants à mieux gérer leur concentration et à s'épanouir pleinement.

Découvrez cet article inspirant, qui propose des conseils pratiques pour favoriser leur développement, notamment avec la méthode Pomodoro, une approche simple et efficace pour les aider à rester concentrés sur leurs tâches.

(cf. iconographie à gauche)

https://postcovidneuropsy.eu/resources/fr/114_METHODE%20POMODORO.pdf

<https://www.bloghoptoys.fr/lautoregulation-attentionnelle-et-tda-h>



Le témoignage de Louane sur ses TDAH : « Je peux oublier ce que tu m'as dit il y a une seconde »

La chanteuse Louane, en couverture du numéro du « Nouvel Ois » consacré cette semaine à la santé mentale, se confie sur les TDAH (Troubles de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité) qui lui ont...

30 | Nouvel Ois | Nov. 12, 2014



Portrait d'Arthur, vidéaste ayant un TDAH

Chez Hoptoys, on donne la parole aux personnes concernées par le handicap. Aujourd'hui, partons à la rencontre de Arthur, étudiant et adulte TDAH.

16 | Hoptoys | Oct. 15, 2022