



CONDITIONS GAGNANTES POUR RÉPONDRE AUX BESOINS DE BASE DE TOUS LES ÉLÈVES

- BESOINS PHYSIOLOGIQUES
- BESOINS DE PLAISIR ET DE SÉCURITÉ
- BESOINS D'APPARTENANCE
- BESOINS D'ESTIME DE SOI
- BESOINS DE RÉALISATION DE SOI

Document de l'intervenant

BESOINS PHYSIOLOGIQUES

1. Favoriser l'écoute en incitant les élèves à avoir une bonne posture

Pourquoi ? (Importance spécifique au TDAH)

Pour favoriser la circulation sanguine et ainsi augmenter le taux d'oxygène au cerveau.

Pour TDAH : permet d'avoir une meilleure concentration sur la bonne cible.

Intervenant	Parent	Élève
<ul style="list-style-type: none"> - Enseigner la position d'écoute. - Avant de donner une consigne, demander la position d'écoute ou indiquer le repère visuel illustrant la position d'écoute. 	<ul style="list-style-type: none"> - Valoriser la bonne posture. 	<ul style="list-style-type: none"> - Adopte la position d'écoute qu'on t'a enseignée.

2. Structurer des périodes de mouvements physiques et de relaxation

Pourquoi ?

Pour éliminer les tensions et permettre une meilleure attention. Temps d'attention de 20 minutes en moyenne.

Pour TDAH : permet de mieux gérer l'agitation.

<ul style="list-style-type: none"> - Prévoir des moments pour appliquer des techniques de respiration, de mouvements de tête et de bras. - Autoriser le déplacement pour l'aiguisage de crayons ou pour jeter un papier à la poubelle. - Permettre la gomme à mâcher. - Donner la responsabilité des commissions. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibiliser votre jeune à l'importance de l'activité physique et aux techniques de respiration. - Prévoir un temps de relaxation à la maison avant l'heure du coucher. 	<ul style="list-style-type: none"> - Respire par le nez, couche-toi à une heure raisonnable, bouge et dépense ton énergie en dehors de la classe - Profite de ton cours d'éducation physique au maximum.
---	--	--

3. Boire de l'eau

Pourquoi ?

Pour maintenir l'hydratation, ayant ainsi une incidence sur l'oxygénation du cerveau, par conséquent favoriser l'attention.

Pour TDAH : besoin de connaître divers moyens pour l'aider à être plus attentif.

<ul style="list-style-type: none"> - Permettre aux élèves d'amener une bouteille d'eau en classe. - Donner l'exemple en buvant soi-même de l'eau. 	<ul style="list-style-type: none"> - Sensibiliser votre jeune à l'importance de boire de l'eau et l'inciter à en boire à la maison. - Préférer l'eau aux boissons gazeuses. 	<ul style="list-style-type: none"> - Bois régulièrement de l'eau.
---	---	--

4. Favoriser le bien-être physique

Pourquoi ?

De saines habitudes de vie favorisant le bien-être physique permet aux élèves d'être disponibles aux apprentissages.

Pour le TDAH : facteur de protection pour favoriser la disponibilité aux apprentissages.

<ul style="list-style-type: none"> - Référer les élèves ayant un problème de santé lié au sommeil, à l'alimentation, etc. - Offrir une collation lors des pauses ou au début d'une période. - Récupérer le matériel, les vêtements perdus ou le matériel scolaire non utilisé dans le but de les redistribuer aux élèves. 	<ul style="list-style-type: none"> - Vous assurer que votre jeune ait des vêtements appropriés selon la saison. - Vous assurer d'une bonne alimentation pour votre jeune. - Établir une heure de coucher raisonnable. 	<ul style="list-style-type: none"> - Assure-toi de dormir entre 8 et 10 heures par nuit. - Mange bien. - Porte des vêtements confortables et convenables.
--	--	--

BESOINS DE PLAISIR ET DE SÉCURITÉ

1. *Instaurer des routines*

Pourquoi ?

Permet d'organiser le temps de façon plus efficace, sécurise l'élève et facilite les moments de transition.

Pour TDAH : pallie à la faiblesse au niveau de l'organisation.

Intervenant	Parent	Élève
<ul style="list-style-type: none"> - Faire l'horaire de la période avec les élèves et le rendre visible. - Installer une horloge visuelle. - Annoncer le temps alloué pour chacune des tâches. - Annoncer la transition d'une activité à une autre. - Sonner une cloche annonçant la dernière minute de pause. 	<ul style="list-style-type: none"> - Maintenir une routine à la maison, au coucher, pour les périodes de devoirs, durant la semaine et laisser plus de liberté la fin de semaine. 	<ul style="list-style-type: none"> - Respecte les routines établies. - Fais-toi des notes du déroulement de ta journée. - Planifie tes activités (école, travail, tâches, amis, etc.). - Utilise tes outils de gestion de temps (agenda).

2. *Instaurer un climat de classe favorable aux apprentissages*

Pourquoi ?

Pour permettre d'établir des attentes claires et précises. Permettre une meilleure gestion de classe et, à moyen ou long terme, une diminution des interventions sur le comportement.

Pour TDAH : diminue le nombre de stimuli externes rendant l'élève plus disponible aux apprentissages.

<ul style="list-style-type: none"> - Accueillir les élèves à leur arrivée en classe. - Élaborer les règles de fonctionnement avec le groupe. - Être constant, maintenir les règles pour tous les élèves, et ce, en tout temps. - Faire un retour avec l'élève qui n'a pas respecté les règles. 	<ul style="list-style-type: none"> - Appuyer l'enseignant dans ses décisions face à votre enfant. - Verbaliser votre désaccord (s'il y a) envers un enseignant sans la présence de votre enfant. - Faire réaliser à votre enfant que ses choix de comportement ont une incidence sur tout le groupe. 	<ul style="list-style-type: none"> - Salue l'enseignante ou l'enseignant à ton arrivée en classe. - Participe à l'élaboration des règles de fonctionnement. - Respecte les règles de fonctionnement de ta classe. - Assume tes conséquences, si tu en as.
--	---	---

3. *Favoriser l'encadrement scolaire*

Pourquoi ?

Pour permettre aux élèves d'être disponibles aux apprentissages; s'ils n'ont pas à penser à leur sécurité, ils peuvent se consacrer à leurs études.

Pour TDAH : permet de mieux gérer ses émotions.

<ul style="list-style-type: none"> - Assurer une surveillance adéquate. - Donner du pouvoir aux victimes. - Sanctionner les agresseurs. - Aviser la direction ou l'éducateur des changements chez l'élève. - Offrir des activités pour permettre au jeune de se sentir en sécurité. - Faire la distinction entre rapporter et dénoncer. 	<ul style="list-style-type: none"> - Être à l'écoute de votre enfant. - Encourager votre enfant à s'impliquer dans les activités parascolaires. - Aider votre enfant à se contrôler et à résoudre ses conflits. 	<ul style="list-style-type: none"> - Implique-toi dans les activités parascolaires. - Dénonce les situations inacceptables que tu vois ou que tu vis. - Répare les torts que tu peux causer
---	--	--

4. *Établir des règles de fonctionnement claires et précises dans la classe*

Pourquoi ?

Il est important d'élaborer des règles de fonctionnement afin de favoriser un climat sécurisant pour l'élève.

Pour TDAH : permet de mieux comprendre et de respecter les attentes.

<ul style="list-style-type: none"> - Élaborer un code de vie simple et clair avec vos élèves. - Afficher le code de vie dans le local. - Remettre une copie du code de vie en début d'année et le revoir avec les élèves quelques fois dans l'année. - Assurer une constance dans les interventions. 	<ul style="list-style-type: none"> - Appuyer l'enseignante ou l'enseignant dans les conséquences et les récompenses qu'il ou elle donne. - Si une règle du code de vie n'est pas claire pour vous, communiquer avec l'enseignante ou l'enseignant. 	<ul style="list-style-type: none"> - Participe à l'élaboration du code de vie. - Assume les conséquences de tes choix. - Respecte les règles de fonctionnement de ta classe. - Réfère-toi au code de vie si tu n'es pas certain de faire un bon choix de comportement. - Assure-toi de bien comprendre le code de vie. - Demande des clarifications au besoin.
--	--	--

BESOINS D'APPARTENANCE

1. Accueillir les élèves dans la classe

Pourquoi ?

Pour que les élèves se sentent considérés, aimés et favoriser leur engagement au sein du groupe.

Pour TDAH : permet une certaine reconnaissance, le rend plus ouvert à s'investir au sein du groupe ou à la vie de la classe.

Intervenant	Parent	Élève
<ul style="list-style-type: none"> - Utiliser le nom des élèves. - Être près des élèves à leur arrivée. - Annoter des petits mots sur les travaux. - Verbaliser les bons coups du groupe. - Prendre le temps d'accueillir les élèves avant de débiter une activité. - Dire « Bonjour ». - Être disponible. 	<ul style="list-style-type: none"> - Aider votre jeune à entretenir de bonnes relations avec les adultes. - Lui enseigner le respect de l'autorité. 	<ul style="list-style-type: none"> - Accepte que ton enseignante ou ton enseignant te donne de l'attention. - Réponds à l'accueil de ton enseignante ou de ton enseignant.

2. Planifier un projet-école ou groupe-classe

Pourquoi ?

Pour permettre aux élèves de créer des liens entre eux et avoir le sentiment de faire partie d'une collectivité.

Pour TDAH : permet à l'élève de se sentir accepté et de faire partie du groupe

<ul style="list-style-type: none"> - Tenir des réunions de classe sur une base périodique (titulaire). - Planifier des situations d'apprentissage. - Solliciter la participation de partenaires (parents, ressources, etc.). - Donner des thèmes communs à toute l'école. 	<ul style="list-style-type: none"> - Vous intéresser aux projets de classe ou d'école. - Participer aux projets lorsque c'est possible. 	<ul style="list-style-type: none"> - Développe ta capacité à coopérer. - Respecte les autres en gestes et en paroles même si tu n'es pas d'accord. - Lorsque tu critiques, assure-toi que c'est constructif et que ça ne dénigre pas le travail de l'autre. - Respecte les rôles de chacun lors d'un travail d'équipe. - Parle en « je ». - Suggère des projets.
---	---	--

3. Établir une bonne relation maître-élève

Pourquoi ?

Une bonne relation avec l'enseignant motive l'élève à s'investir dans les projets de classe ou d'école.

Pour TDAH : permet de se sentir en confiance.

<ul style="list-style-type: none"> - Participer avec les élèves à d'autres activités que scolaires. - Être un bon modèle pour les élèves. - Vous intéresser à ce que les élèves vivent (connaître un intérêt ou une caractéristique de chacun des élèves). - Entretenir des propos positifs. 	<ul style="list-style-type: none"> - Encourager votre jeune à discuter avec l'enseignante ou l'enseignant lorsqu'il vit une frustration. - Clarifier les situations douteuses directement avec l'adulte concerné. 	<ul style="list-style-type: none"> - Conviens avec ton enseignante ou ton enseignant des modalités de communication appropriées. - Sois respectueux avec tes enseignants et tes enseignantes. - Verbalise tes insatisfactions en dehors des moments de colère.
--	---	---

BESOINS D'ESTIME DE SOI

1. Valoriser les élèves

Pourquoi ?

Il est important de réagir de façon constructive lorsque les élèves vivent des succès et font des efforts, dans le but de les reconnaître. La reconnaissance d'autrui est un aspect incontournable dans la construction de l'estime de soi. Pour TDAH : besoin d'être renforcé et valorisé régulièrement parce que vit plus souvent des échecs.

Intervenant	Parent	Élève
<ul style="list-style-type: none"> - Féliciter sur le champ les bons coups des élèves. - Circuler dans la classe. - Poser la main sur l'épaule. - Éviter de divulguer des résultats devant toute la classe. - À l'occasion, vous donner des moments pour mentionner les bons coups des élèves. - Utiliser des méthodes non verbales pour signaler aux élèves les comportements inappropriés (signes gestuels établis au préalable avec ceux-ci). - Communiquer avec les parents aussi lorsque ça va bien. 	<ul style="list-style-type: none"> - Souligner régulièrement les bons coups de leur enfant. - Offrir du temps de qualité lorsque votre enfant vit des réussites. 	<ul style="list-style-type: none"> - Entretiens un langage intérieur positif. - Accepte les commentaires positifs. - Sois fier de tes réussites. - Accepte d'avoir des limites et transforme-les en défi.

2. Favoriser des activités de connaissance de soi

Pourquoi ?

Nécessaire pour acquérir l'estime de soi. Il faut apprendre à se connaître avant de pouvoir se reconnaître.
Pour TDAH : une meilleure connaissance de soi permet de mieux utiliser les stratégies qui répondent à ses besoins.

<ul style="list-style-type: none"> - Faire des activités en lien avec l'approche orientante. - Permettre aux élèves de prendre conscience de leurs forces et de leurs limites, leurs besoins et leurs sentiments. (Productions orales ou écrites qui invitent les élèves à parler de leurs forces, intérêts et qualités). - Parler positivement de votre emploi. 	<ul style="list-style-type: none"> - Être à l'écoute de votre jeune. - Écouter ses rêves sans les démolir. - Respecter ses aspirations. - Le laisser faire des erreurs. 	<ul style="list-style-type: none"> - Prends en notes, dans un journal personnel, tes forces, tes défis et les moyens que tu utiliseras pour réaliser tes défis. - Permets-toi de faire des erreurs. - Questionne les gens de ton entourage sur leurs rêves et leurs passions. - Exprime tes rêves, tes passions et tes craintes.
---	---	--

BESOINS DE RÉALISATION DE SOI

1. Aider à organiser la mémoire

Pourquoi ?

Permet de mieux organiser l'information reçue pour la récupérer plus facilement.

Pour TDAH : importance d'enseignement de stratégies de mémorisation parce plus de difficulté à mémoriser.

Intervenant	Parent	Élève
<ul style="list-style-type: none"> - Numéroté les consignes, les présenter de façon séquentielle, verbalement et visuellement. - Laisser l'élève se servir d'un aide mémoire. - Donner une signification à l'information à mémoriser. 	<ul style="list-style-type: none"> - Vérifier régulièrement si les travaux et l'étude sont faits. - Favoriser un environnement calme pour l'étude. - Structurer une période de devoirs et d'étude. 	<ul style="list-style-type: none"> - Utilise tes aide-mémoire. - Développe une méthode de prise de notes (ex. : crayons de couleur). - Organise tes notes de cours de façon à catégoriser l'information.

2. Aménager l'espace de travail

Pourquoi ?

Pour une meilleure organisation du travail, favoriser l'efficacité, moins de perte de temps.

Pour TDAH : diminue le nombre de stimuli donc favorise la concentration.

<ul style="list-style-type: none"> - Exiger le strict minimum sur le bureau. - Avoir des exigences claires sur le matériel nécessaire et autorisé en classe. - Indiquer dans quelle section doivent se trouver les feuilles distribuées. 	<ul style="list-style-type: none"> - Choisir des outils scolaires favorisant l'organisation du matériel. - Quelques fois dans l'année, vous assurer que votre enfant a tout son matériel. 	<ul style="list-style-type: none"> - Mets tes crayons dans un étui. - Utilise un cartable ou une couleur par matière. - Structure ton cartable par des index séparateurs. - N'apporte rien d'inutile en classe.
---	---	---

3. Établir des méthodes de travail

Pourquoi ?

Pour éviter les oublis et faciliter les apprentissages.

Pour TDAH : pour pallier au déficit, aux difficultés liées au TDAH.

<ul style="list-style-type: none"> - Enseigner les différentes façons de prendre des notes. - Fournir les critères d'un travail de qualité. - Être constant dans les exigences des travaux. 	<ul style="list-style-type: none"> - Inciter votre jeune à utiliser ses outils organisationnels. - Lui enseigner des méthodes de travail face aux tâches ménagères 	<ul style="list-style-type: none"> - Fais-toi des listes de tâches. - Utilise ton agenda.
--	--	---