



Sarkis Zehlanieh

Enseignant de physique au
Collège de la Salle - Kfaryachit

L'hyperactivité chez les élèves

L'hyperactivité se définit comme un dysfonctionnement du processus cognitif. La prévalence de ce trouble serait de 3 à 5 % dans la population scolaire, et il touche 3 fois plus de garçons que de filles. De plus, les enfants hyperactifs sont nombreux en milieux défavorisés. L'enfant hyperactif présente généralement des troubles d'apprentissage, des comportements antisociaux; il subit le rejet social et a malheureusement une faible estime de lui-même.

Principales caractéristiques de l'enfant hyperactif

Inattention anormale compte tenu de l'âge. L'enfant semble ne pas écouter ou ne pas entendre ce qui est dit; il est distrait par le moindre stimulus, n'achève aucune activité, ne peut se concentrer sur une tâche scolaire ou sur toute autre activité qui demande une attention soutenue.

Impulsivité: L'enfant passe d'une activité à une autre, éprouve des difficultés à organiser son travail et perturbe la classe. Il nécessite une surveillance constante parce qu'il n'arrive pas à anticiper le danger. Il a besoin de boire ou d'aller aux toilettes fréquemment.

Activité motrice inappropriée, désordonnée et sans but. L'enfant ne peut pas rester tranquille: il s'agite, court partout, remue sans arrêt et manipule les objets sans but précis. Il se berce ou fait du bruit avec sa chaise, mord son crayon, se frotte le nez, se ronge les ongles, se tire ou se tresse les cheveux.

Variabilité du rendement d'une journée à l'autre, de la qualité de l'exécution et de la rapidité avec laquelle il accomplit ses tâches.

Difficulté à obéir et à vivre sous la contrainte des

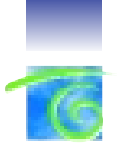
règles imposées par les parents, les enseignants et les autres enfants. Il est souvent stressé et pleure facilement.

Manque de sensibilité et d'esprit de réciprocité:

L'enfant hyperactif est abandonné par ses amis et maintient ses relations sociales à un niveau superficiel.

Opposition à la discipline: Un hyperactif réagit à celle-ci par des plaintes ou des accès de colère dont l'intensité est progressive. Il n'est pas découragé par les punitions. Quant aux menaces et aux récompenses, elles n'ont aucune prise sur lui. Il est émotivement instable, manque de maîtrise de lui-même et exprime tout changement d'humeur de façon surprenante.





Les causes de l'hyperactivité

Les facteurs génétiques

Il a été prouvé qu'une grande proportion de parents d'enfants hyperactifs étaient eux-mêmes hyperactifs durant leur enfance. La psychopathie, l'alcoolisme et l'hystérie se rencontrent plus fréquemment chez les parents des enfants hyperactifs que chez les parents des enfants équilibrés. Ce sont des modèles de comportements que les hyperactifs développent à l'âge adulte. La famille réussit en général à faire un rapprochement entre le comportement de l'enfant hyperactif et celui d'un des parents.

Les facteurs neurologiques

Il y a dans le système nerveux des substances qui permettent la transmission des messages d'une cellule à une autre. Les neurones produisent des substances chimiques qui sont à la base des réactions chimiques nerveuses. La compréhension du rôle de ces substances est très importante pour la compréhension du fonctionnement du système nerveux en général et plus particulièrement de celui de l'enfant hyperactif.

Selon les chercheurs, il est possible que le cerveau des hyperactifs souffre d'un manque de dopamine (une des substances chimiques dont je viens de parler). Cette insuffisance entraînerait un ralentissement de la transmission des informations d'une cellule à l'autre. Ce ralentissement créerait une diminution de l'activité de la zone du cerveau touchée (zone du cerveau qui contrôle une partie de la vie émotionnelle). C'est ce qui explique qu'un traitement à base de médicaments, comme le Ritalin, qui excitent et activent le système nerveux, peut améliorer le fonctionnement du cerveau en rendant l'individu plus prudent, en diminuant son activité motrice, en augmentant sa capacité d'attention et en améliorant sa réponse aux exigences sociales. L'enfant, avec l'aide des médicaments, peut organiser sa journée, et par le fait même, avoir plus de plaisir à l'école et avec ses camarades.

Les facteurs familiaux

On est en droit de supposer que le désordre et la désorganisation de la vie d'un enfant le poussent à avoir un comportement qui manque de logique; à

cet égard les chercheurs pensent que le divorce des parents, leur désaccord, la mort de l'un d'eux, la désorganisation familiale, une menace de séparation, une séparation, un voyage d'affaires, une absence prolongée de l'un des parents, une hospitalisation prolongée peuvent être des facteurs de déclenchement de l'hyperactivité.

Les facteurs psychologiques

Parmi les autres causes déjà citées, il faut compter les multiples changements survenus au niveau des amis, des écoles, des enseignants et même de l'environnement géographique proprement dit. Cela est d'autant plus sérieux lorsque les enfants ont atteint l'âge de socialisation (entre 5 et 12 ans) et sont en pleine recherche de félicitations et d'encouragements. La naissance d'un petit frère ou d'une petite sœur, une attention exagérée accordée à un enfant font souvent naître de l'insécurité chez l'enfant négligé ou qui se sent tel.

Les échecs scolaires, le rejet ou l'abandon de ses camarades de classe, la gêne provoquée par des handicaps importants dans l'exécution des fonctions vitales (surdité, handicap physique...) expliquent aussi les comportements hyperactifs de certains enfants.

En somme, l'hyperactivité constitue pour l'enfant une défense efficace, mais complique considérablement sa vie psychosociale et celle de son entourage et est à la base de dérangements parfois très graves dans sa démarche d'apprentissage.

Les facteurs environnementaux

Les toxines, les substances artificielles (colorants, parfums.....) dans les aliments, ainsi que certaines substances naturelles (maïs, blé,



œufs, chocolat...) ont été repérées par certains scientifiques comme étant des éléments déclencheurs de comportements hyperactifs. La théorie selon laquelle l'allergie est la seule responsable de l'hyperactivité n'a jamais été prouvée scientifiquement.



Diagnostic

Il faut être prudent dans l'évaluation des enfants car ils peuvent présenter souvent une immaturité qui peut dans certains cas, conduire à tort à un diagnostic d'hyperactivité. Pour cela il faut s'assurer des conditions suivantes :

- Absence de troubles généraux du comportement
- Perturbation du comportement durant au moins six mois pendant lesquels au moins huit des comportements cités ci-après sont présents
- Apparition des comportements suivants avant l'âge de sept ans

Les quatorze critères de diagnostic de l'hyperactivité peuvent se manifester sous forme de comportements différents. Les voici:

- L'enfant remue souvent les pieds ou les mains ou s'agite sur sa chaise.
- Il a de la difficulté à rester assis quand il le faut.
- Il est facilement distrait par des stimuli peu importants.
- Il éprouve de la difficulté à attendre son tour

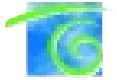
au jeu ou pendant des activités de groupe.

- Il lance souvent la réponse aux questions avant même qu'on ait fini de les formuler.
- Il éprouve de la difficulté à suivre les directives des autres (mais non pas par esprit de contradiction ou par incompréhension) ; par exemple, il ne finit pas un travail qu'il a à faire.
- Il peut difficilement maintenir son attention lorsqu'il exécute une tâche ou participe à un jeu.
- Il passe fréquemment d'une activité à une autre, et n'en mène aucune à terme.
- Il éprouve de la difficulté à jouer sans faire de bruit.
- Il parle souvent trop.
- Il interrompt souvent les autres ou fait irruption dans un groupe; il intervient par exemple dans les jeux des autres enfants.
- Il a fréquemment l'air de ne pas écouter ce qu'on lui dit.
- Il perd souvent les objets nécessaires à l'exécution d'une tâche ou d'une activité à l'école et à la maison ; il perd par exemple ses jouets, ses crayons, ses livres, ses cahiers...
- Il s'engage fréquemment dans des activités dangereuses sans tenir compte des conséquences éventuelles (mais sans être à la recherche de sensations fortes): il traverse la rue en courant sans regarder à droite et à gauche.

Ces quatorze critères sont placés par ordre décroissant d'importance, ce qui permet dans l'établissement du diagnostic, de distinguer ceux qui sont les plus significatifs et ceux qui le sont moins.

Les degrés de sévérité de l'hyperactivité sont les suivants :

- **Hyperactivité légère:** peu ou pas de symptômes autres que ceux nécessaires au diagnostic et peu ou pas de handicap dans le comportement à l'école ou ailleurs.
- **Hyperactivité moyenne:** les symptômes ou les handicaps fonctionnels se répartissent en graves et légers.



- **Hyperactivité sévère:** présence de nombreux symptômes autres que ceux nécessaires au diagnostic et altération significative et généralisée du comportement à la maison, à l'école et avec les camarades.

Les mesures à prendre

Certaines stratégies ou attitudes peuvent aider l'intervenant à être plus efficace auprès d'un élève hyperactif. En voici quelques-unes :

- **Créer une atmosphère de travail et établir une bonne relation** avec l'élève constituent un facteur indispensable pour la réussite des apprentissages.
- **Récompenser l'élève** dès qu'il a terminé une partie d'un travail sans attendre qu'il l'ait complètement achevé. La récompense doit mettre l'accent sur l'effort et non sur le résultat.
- **Diviser le travail à faire en petites portions** d'une durée de dix à quinze minutes chacune pour pouvoir aider l'élève à maintenir son intérêt pour la tâche à accomplir. Cette technique permet de donner à l'élève de meilleures habitudes de travail. Il a besoin que l'on organise son temps.
- **Aider l'élève à distinguer les erreurs** d'inattention de celles qui sont liées à une difficulté de compréhension du contenu de l'activité.
- **Savoir doser les compliments** car louer avec trop d'enthousiasme peut perturber le jeune élève et le surexciter. Mais il est important de reconnaître publiquement ses réussites.
- **Encourager l'élève à prendre des responsabilités;** celles-ci montrent qu'on lui reconnaît une certaine valeur et favorisent les interactions sociales.
- **Encourager la réussite scolaire;** c'est un moyen important pour la valorisation de l'enfant hyperactif.
- **Utiliser l'informatique** le plus souvent possible car elle permet une certaine maîtrise de l'attention. Plus les programmes sont

vivants et colorés, plus l'élève réagira positivement.

- **Favoriser l'imagerie mentale et la visualisation des conséquences des gestes** et des comportements inadéquats, dans le but de les contrôler.
- **Montrer à l'élève comment utiliser la méditation verbale,** c'est-à-dire se parler à lui-même, se faire une idée pour développer le processus de résolution et apprendre à penser.
- **Préparer des activités qui nécessitent le plus possible de mouvements de la part de l'élève;** éviter les activités qui lui demandent de rester longtemps assis à la même place.
- **Montrer à l'enfant une certaine insatisfaction lorsqu'il n'effectue pas un travail demandé,** mais sans le blâmer, et éviter de le réprimander devant les autres élèves.
- **Aider l'élève à prendre conscience** des comportements et des attitudes qui nuisent à ses apprentissages.
- **Eviter de se disputer avec l'élève hyperactif** car il semble souvent chercher l'affrontement et peut discuter pendant des heures sur de petits détails. Il faut être un intervenant ferme et juste.
- **Expliquer à l'élève les causes et les conséquences de ses actions.** Il faut lui faire subir les conséquences de son geste une fois que celles-ci lui ont été expliquées.
- **Apprendre à l'enfant à planifier** ce qu'il



doit faire avant de commencer un travail et à terminer ce qu'il a entrepris avant de passer à autre chose.

- **Entraîner l'élève à déterminer la nature et le contenu de l'activité** à faire. Il faut qu'il reformule dans son propre langage, qu'il s'interroge et se pose des questions.
- **Etablir un cadre structuré** dont les règles sont très simples et sont notées par écrit sur le papier et peuvent être collées sur la table de l'élève et sur les murs de la classe.
- **Prêter une attention particulière à l'endroit où placer l'élève en classe.** Pour diminuer les distractions, il faut éviter qu'il se mette près de la fenêtre, ou de la porte, et surtout, à proximité d'élèves susceptibles d'encourager l'indiscipline.
- **Préparer l'enfant à percevoir 'le signal'.** Si l'on ne prévient pas l'élève qu'il devra percevoir tel ou tel type de signal, il risque de ne pas le percevoir comme lorsque l'on reçoit la nuit un appel téléphonique inattendu, il faut souvent plusieurs secondes avant de se ressaisir, et l'on doit demander à l'interlocuteur de répéter sa phrase car on ne l'a pas comprise. D'où l'importance d'un

signal préalable pour que l'enfant puisse focaliser son attention et ne soit pas déphasé au début de l'activité.

- **Utiliser la nouveauté dans les stimuli.** Un enseignant à la voix monotone, utilisant toujours le même style, les mêmes formes syntaxiques, sans recourir à d'autres moyens de communication, risque de détourner l'attention de son élève. Les effets de surprise, les variations de style, du ton de la voix, de la position..... sont des éléments à exploiter. Il faut modifier les stratégies d'enseignement afin de répondre aux possibilités de l'élève hyperactif.
- **Afficher le programme de la journée** écrit de façon lisible sur le mur de la classe ou sur la table de l'élève.
- **Avoir recours à certaines thérapies** qui peuvent se faire en groupe, individuellement ou en famille.

Conclusion

Pour un enfant hyperactif, le fait de se sentir accepté et apprécié par un adulte autre que ses parents, semble protéger fortement l'estime de soi. L'attention d'une personne à laquelle il n'est pas rattaché par les liens du sang est extrêmement valorisante alors que l'amour des parents est, à ses yeux, une chose évidente. N'oublions pas que **les enfants qui ont des besoins spécifiques, ont besoin de trouver sur leur parcours des gens hautement qualifiés** ■

Références

Jean-Charles Juhel, *Aider les enfants en difficulté d'apprentissage*, Les presses de l'université Laval.

[Http://web.wanadoo.be/scarlett/hyperact.html](http://web.wanadoo.be/scarlett/hyperact.html).

