

MIEUX VIVRE AVEC LE TDA-H à la maison

Programme d'entraînement multi-pédagogique pour les parents

GRUPE DE PAROLE
DE PARENTS



Supervisé par Céline Lemesle Psychologue Clinicienne - Neuropsychologue - Thérapeute familiale

Séance	Thème	Outils
1- Être parent d'un enfant présentant un TDAH	Connaissances sur le TDAH Expression des attentes et des besoins des parents	<ul style="list-style-type: none">• Accueil et connaissance mutuelle• Description clinique du TDAH• Nature du trouble et impacts sur la vie de l'enfant et de son entourage• Épidémiologie• Hypothèses étiologiques• Présentation du programme
2- Intervenir auprès de l'enfant ayant un TDAH	Connaissance et compréhension de la problématique du TDAH	Traitement
3- Compenser les déficits de l'enfant au quotidien	Compensation des déficits de l'enfant ayant un TDAH au quotidien	<ul style="list-style-type: none">• Gestion des problèmes de sommeil et d'alimentation• Compensation

		des problèmes d'agitation, d'attention et d'impulsivité
4- Pour des devoirs sans larmes et sans dispute	Participation à la vie scolaire	<ul style="list-style-type: none"> • Accompagnement lors de la période des devoirs • Collaboration et partenariat avec le milieu scolaire • Ressources
5- Aider l'enfant à mieux réussir en lecture	Participation à la vie scolaire	<ul style="list-style-type: none"> • Difficultés en lecture liées à l'inattention, à l'agitation ou à l'impulsivité • Solutions (activité complémentaire au besoin)
6- Aider l'enfant à mieux réussir en écriture	Participation à la vie scolaire	<ul style="list-style-type: none"> • Difficultés en écriture liées à l'inattention, à l'agitation ou à l'impulsivité • Solutions (activité complémentaire au besoin)
7- Aider l'enfant à mieux réussir en mathématiques	Gestion des comportements	<ul style="list-style-type: none"> • Difficultés en mathématiques liées à l'inattention, à l'agitation ou à l'impulsivité • Solutions (activité complémentaire au besoin)
8- Rendre l'enfant plus obéissant avec ses parents	Gestion des comportements	Demandes, consignes ou règles
9- Donner de l'attention positive à l'enfant pour améliorer ses comportements	Gestion des comportements	Attention et rétroaction positives
10- Mettre en œuvre un système	Gestion des comportements	

<i>d'émulation et de modification du comportement</i>		Systeme d'émulation et de modification du comportement
11- Contrecarrer les comportements inacceptables (deux séances)	Gestion des comportements	*Utilisation des punitions (conséquences logiques, réprimandes, retrait de privilèges, réparation) *Utilisation des punitions (temps d'arrêt) et attention sélective
12- Combiner les interventions pour améliorer les comportements de l'enfant	Gestion des comportements	<ul style="list-style-type: none"> • Hiérarchie des interventions • Révision
13- Désamorcer les crises de l'enfant ou mieux les gérer	Harmonisation des relations parents-enfants	Gestion de crise
14- Maintenir une bonne relation parent-enfant	Harmonisation des relations parents-enfants ou des relations fraternelles	Interactions familiales positives: comment exprimer ses émotions et être à l'écoute de l'enfant
15- Résoudre les conflits familiaux	Éducation affective et sociale	Relations avec la fratrie, médiation et conseil de famille
16- Renforcer le concept de soi de l'enfant	Éducation affective et sociale	Renforcement du concept de soi de l'enfant
17- Aider l'enfant à mieux vivre avec les autres (Deux Séances)	Éducation affective et sociale	Développement des habiletés sociales
18- Aider l'enfant à mieux tolérer les frustrations et à gérer sa colère	Éducation affective sociale	<ul style="list-style-type: none"> • Maîtrise de soi (autocontrôle) • Tolérance à la frustration • Gestion de la colère

**19- Aider l'enfant à
gérer son anxiété**

Éducation affective sociale

Gestion de l'anxiété

**20- SUPERVISION
(facultative)**

Comment allez-vous ?

Groupe de parole parents,
synthèse

- * 2 mois après
- * 4 mois après
- * 12 mois après

Calendrier des sessions établi avec les participants. Pour toute demande d'information complémentaire et inscription, je vous propose de me contacter.

[Me contacter par mail](#)



Céline Bidon-Lemesle, Psychologue Clinicienne, Neuropsychologue, Thérapeute familiale, Formatrice.