

LES DIFFICULTES D'ATTENTION

Vos questions :

« La maîtresse dit que mon fils de 7 ans n'écoute pas en classe, que puis-je faire ? »

« Ma fille a 9 ans ; elle change d'activités toutes les 5 minutes, pourquoi elle ne tient pas en place ? »

« Mon enfant n'arrive pas à se concentrer pour les devoirs à la maison, comment l'aider ? »

« Pourquoi mon fils ne fait attention à rien et oublie tout le temps ses affaires ? »

Nos suggestions:

- Est-ce que vous pensez que votre enfant est suffisamment reposé-e en ce moment (qualité de sommeil, rythme de vie,...) ?
- Avez-vous remarqué ce qui peut aider votre enfant à se concentrer (activités, lieux, moments de la journée, etc.) ?
- Est-ce que votre enfant montre les mêmes difficultés dans toutes ses activités (devoirs, jeux, loisirs, etc.) ?
- Pouvez-vous accompagner votre enfant dans ses activités pour soutenir son attention ?
- Avez-vous pensé à proposer à votre enfant des étapes ou petits objectifs ?

En quelques mots :

L'attention est la capacité à se concentrer sur une activité donnée (école, loisirs,...). Cette capacité évolue avec l'âge et peut être liée au contexte. Tout enfant peut être concerné par des difficultés d'attention qui perturbent parfois la vie quotidienne et nécessitent une aide particulière pour certains.

Différentes raisons peuvent l'expliquer :

- la fatigue peut être une première explication car l'attention demande de l'énergie.
- des problèmes de santé (vision, audition, maladies,...) peuvent également gêner la concentration.
- certains enfants montrent de l'instabilité et n'arrivent pas à rester concentrés (soucis, difficultés familiales,...).
- d'autres encore souffrent d'un problème plus particulier les empêchant de rester attentifs alors qu'ils font des efforts.

Les difficultés d'attention peuvent donc avoir des causes très variées nécessitant des réponses adaptées.

Quand solliciter une aide complémentaire?

- Si malgré un contexte favorable, les difficultés d'attention sont encore là.
- Si ces difficultés existent depuis longtemps et l'empêchent d'apprendre.
- Si des difficultés de comportement apparaissent et gênent ses relations.
- Si la situation devient difficile à vivre pour l'ensemble de la famille.

Et pour une réponse plus personnalisée
ou si vous êtes inquiet·e, appelez nous.

au 02 99 55 22 22