

**Narrateur:** La production de ce webinaire a été réalisée grâce au financement du ministère de l'éducation. Veuillez noter que les opinions exprimées ne reflètent pas nécessairement celles du ministère de l'éducation.

[silence]

**Narrateur:** C'est avec fierté que l'équipe TA@l'école présente notre conférencière Nathalie Arbour qui animera ce webinaire sur l'utilisation efficace du temps supplémentaire en situation d'évaluation. Pendant le webinaire, nous publierons les faits saillants de la présentation sur Twitter et Facebook, nous vous invitons à joindre la conversation en utilisant le mot clic hashtag Webinaireta.

[silence]

**Narrateur:** Avant de commencer, voici quelques items cuisine, nous voulons que vous soyez à l'aise avec le panneau de configuration de côté au webinaire. Si vous ne voyez pas le plein panneau, vous devriez voir une flèche sur laquelle vous pouvez cliquer pour agrandir le panneau. Ce même bouton permet de minimiser le panneau lors de la présentation.

[silence]

**Narrateur:** À la partie supérieure du panneau de configuration, vous verrez un globe terrestre, en cliquant sur le globe vous pourrez sélectionner la langue de votre choix sur le panneau de configuration.

Si vous souhaitez poser une question, veuillez entrer votre texte dans la case au bas du panneau de configuration et choisir de l'envoyer au personnel dans le menu déroulant. Veuillez noter que vous pouvez poser vos questions au cours du webinaire, mais qu'elles ne seront répondues qu'à la fin pendant la période des questions.

[silence]

**Narrateur:** Pour de l'assistance technique, n'hésitez pas à communiquer avec Adeline, ses coordonnées sont toujours affichées au bas de la diapositive.

[silence]

**Narrateur:** Après le webinaire, nous vous enverrons les diapositives et un lien pour un sondage afin d'avoir vos commentaires concernant ce webinaire. Dans environ trois semaines l'enregistrement du webinaire sera disponible et nous enverrons un lien à tous les participants.

[silence]

**Narrateur:** Maintenant Nathalie Arbour est orthopédagogue de formation, cinq années ont été allouées au sein de la Commission scolaire des Affluents en tant qu'enseignante en classe d'adaptation scolaire et régulière ainsi qu'orthopédagogue au primaire. Les deux dernières années ont été consacrées plus spécifiquement comme conseillère pédagogique et orthopédagogue conseil.

Depuis 2012 elle est conseillère en service adaptés au Cégep de Saint-Jérôme et se spécialise principalement au niveau des troubles d'apprentissage, du trouble déficitaire de l'attention et des aides technologiques.

Dans ses présentes fonctions elle soutient les étudiants en situation de handicap, offre des formations sur les aides technologiques et des conférences portant sur les mêmes sujets. Elle travaille également depuis 2014 en bureau privé comme orthopédagogue auprès de la clientèle du primaire jusqu'au collégial. Bonjour madame Arbour je vous cède maintenant la parole.

**Nathalie Arbour:** Bonjour tout le monde, ça me fait plaisir d'être avec vous aujourd'hui je vais seulement démarrer le diaporama, ça ne sera pas tellement long. Je vous souhaite la bienvenue dans le webinaire sur l'utilisation efficace du temps supplémentaire en situation d'examen, donc d'évaluation. Je vous dirai que-- Je suis désolée, on a un petit problème aujourd'hui [rire], on a des problèmes techniques, juste un instant, je vais redémarrer la présentation.

[silence]

**Nathalie Arbour:** Je suis très contente en fait de pouvoir vous accueillir aujourd'hui pour l'utilisation efficace du temps supplémentaire en situation d'évaluation, dans un premier temps on va voir ensemble l'état de la situation. On va revoir les défis qui sont reliés au TDA, TDAH. On va également comprendre les impacts TDAH sur la gestion du temps, parce que c'est un des défis du TDAH.

On va également aussi avoir ensemble des écrits scientifiques, par la suite on va voir aussi une façon d'apprendre bien gérer son temps en situation d'examen. Je vais vous parler aussi l'importance de cibler nos forces et nos faiblesses, ainsi que l'importance de décortiquer une tâche, estimer le temps qui sont des défis également du TDAH.

D'autant plus qu'on va aussi regarder ensemble comment utiliser les mesures et outils technologiques parce que comme on vous l'a donné dans la présentation, j'ai beaucoup développé au niveau des outils technologiques, mais ce que je vais vous présenter peut également aussi s'inscrire au travers justement toutes les stratégies qu'on peut enseigner à un élève ou à un étudiant. À la toute fin évidemment on va voir ensemble un résumé.

Aujourd'hui ce que je vais faire, je vais vous parler de l'importance de bien gérer son temps, pourquoi c'est si important de bien gérer notre temps ? En fait je vous dirais que la première des choses on diminue notre stress qui est lié au situation d'examen, tous nos élèves sont stressés par les examens, donc le fait de bien gérer leur temps va diminuer le stress.

Ça permet à l'élève de démontrer son plein potentiel. Ça permet également aussi d'augmenter son sentiment d'efficacité et obtenir plus de temps pour se réviser, et évidemment quand on complète nos examens, on se sent beaucoup mieux. Je vous dirais que ce qu'il faut prendre conscience présentement c'est que l'étape de révision des TDAH c'est une étape qui est souvent sautée, et c'est une étape qui dans le fond fait en sorte que les étudiants vont passer directement aux propres pour ne pas perdre de temps.

Ce qu'on se rend compte, c'est que les étudiants qui ont un TDAH des fois ils possèdent des stratégies, mais ils n'arrivent pas nécessairement à les déployer de façon adéquate. Souvent pour ceux qui justement on de l'impulsivité, ce qu'on va leur mentionner souvent c'est de retourner à leur place ce qui d'avoir un temps, on va leurs dire retourne à ta place et va te réviser.

Souvent ce qu'on voit ce sont des élèves qui pour eux quand on leur dit d'aller se réviser, ça ne veut absolument rien dire tout simplement, et je vous dirais même que tellement ça ne veut rien dire, ils retournent à leur place, ils ne savent pas par où commencer, quoi prioriser et puis finalement ils reviennent et puis ils préfèrent laisser l'examen tel quel et il y a souvent des étapes qui sont justement bâclées.

L'état de la situation présentement ce qu'on entend, c'est tout le monde se questionne sur le temps supplémentaire. Je comprends très bien le pourquoi qu'on se questionne parce qu'on en donne de plus en plus, donc on veut être certain de donner pour répondre aux besoins.

La seule chose c'est qu'on parle de retrait du temps supplémentaire et de l'estompage de la mesure. Ça ça m'a paru vraiment critiquer parce que ça fait naître beaucoup d'anxiété chez les étudiants. Dans un premier temps, il faut comprendre ici qu'on fait face à des jeunes qui éprouvent des difficultés d'organisation et de planification du temps, donc il faut faire très attention parce que ceux qui bâtissent les examens souvent c'est eux qui vont déterminer le temps.

Souvent c'est les enseignants, ils possèdent quand même une facilité au niveau de la matière et ils savent dans le fond les réponses de l'examen et en même temps il faut perdre de vue que si on connaît bien la matière et les réponses, on ne peut pas toujours prendre en compte toutes les difficultés de tout le monde.

Nos étudiants eux ils mettent du temps à traiter l'information qu'ils éprouvent des difficultés avec leur mémoire de travail et c'est souvent pour ces raisons qu'on redonne du temps supplémentaire. D'autres fois chez le TDAH on a des difficultés à se mettre à la tâche et ça peut être perçu comme un désengagement ou un manque de motivation ou un manque d'effort, donc il faut faire attention.

Pour l'instant en page, on s'aperçoit que chez certains étudiants la mesure va servir d'autres fois servir ou pas, donc e qu'on va proposer c'est de dire, « Écoute, je te donne du temps supplémentaire, mais ce qu'on va voir c'est qu'avec le temps, on va voir comment tu l'utilises et de quelle façon on peut peut-être le réduire pour que ça arrive à rentrer dans le temps. » Ça ça fait naître beaucoup d'anxiété chez nos étudiants, donc il faut faire attention.

Ce que je dirais, je fais un rappel au niveau du TDA et TDAH, donc on se rappelle que le TDA et TDAH c'est un trouble, c'est un trouble qui a des impacts sur les apprentissages et il ne faut pas oublier qu'on fait face encore à des jeunes, ça je l'ai mentionné qui ont des problèmes de gestion de temps de planification de la tâche.

C'est un aspect très difficile pour eux-autres. Quand on va à l'école, justement on doit quand même être assez organisé et on doit justement être capable de planifier et gérer notre temps au niveau des tâches. Ce que je dirais, c'est que chez le TDA, c'est des jeunes qui ont tendance à se perdre dans leur pensée à être dérangés par

tout ce qui se passe autour, donc ils perdent le fil des fois de ce qu'ils ont à faire, et une fois sur deux chez ces jeunes-là, on assiste à un traitement d'information qui est l'incident qui est plutôt lent.

Chez le TDAH, c'est le contraire ils ont tendance à faire rapidement, souvenez-vous des fonctions dictées des fois qu'on va avoir plus d'impact, et comme je le disais tantôt quand on veut leur mentionner d'aller se réviser ils ne savent pas par quel bout prendre ça. Il ne faut pas oublier que le TDAH qui lui a un cerveau qui est plus expérimental qu'un marathonien, donc c'est un jeune pour qui ça va très vite dans sa tête, malheureusement c'est des jeunes que leur compromis va être centré plutôt sur la vitesse que la précision.

Ce n'est pas pour mal faire. Si on assiste un jeune qui remet son examen rapidement, qui n'est pas précis au niveau de ses réponses. Il faut quand même le guider. Je ne dis pas nécessairement lui donner les réponses, mais il faut le guider dans les étapes à suivre par la suite.

Comme je l'ai mentionné, c'est un trouble. C'est un trouble qui a aussi de l'impact au niveau scolaire. Ça c'est vraiment important et ça donne de l'impact partout. Il ne faut pas oublier non plus comme je l'ai mentionné que l'école, les pages de lecture, d'écriture vont demander une bonne gestion du temps, ils vont demander de prioriser des actions et ils vont demander de bien estimer ce temps-là et justement, de faire les examens dans un temps demandé. Ça, c'est quand même important de savoir que les TDAH, ça fait partie de ces défis.

Évidemment, le TDAH également à différents âges selon l'âge. Ce que la littérature dit, c'est que l'hyperactivité peut diminuer avec la maturité du cerveau, l'impulsivité également et l'inattention va demeurer. C'est très important quand on fait la lecture des besoins chez les jeunes. Qu'on se rappelle également que quand ils vieillissent probablement selon la tâche ou selon où ils en sont rendus au niveau des impacts, c'est important également de refaire une lecture des besoins du jeune pour bien adapter les mesures.

Parce que peut-être une mesure qui était présente lorsqu'on était plus jeune, qui n'est plus nécessaire en vieillissant. Par contre, je vous dirais que plus la tâche augmente des fois, plus il faut ajouter certaines mesures chez certains types d'étudiants. C'est important de bien lire les besoins des jeunes avec le temps. Ce n'est pas parce qu'on donne une mesure à l'âge du primaire qu'elle va persister dans le temps jusqu'à l'université. C'est important de regarder la tâche et les besoins de l'étudiant.

J'aborde aussi la médication juste en guise de rappel. En fait, ce que je veux vous mentionner, c'est que la médication, évidemment, ce que les lignes directrices de **[inintelligible 00:11:57]** mentionnent. Ça c'est très important. C'est que le TDAH doit être pris en charge tous ces angles.

Il faut regarder quels sont les aspects de la vie de l'enfant qui sont affectés pour aller justement les travailler. Tout ce qui touche au niveau social, scolaire et émotionnel doit être pris en charge par différents spécialistes. C'est ce qu'on appelle : "L'approche multimodale".

Le médicament, c'est quelque chose qui en fait va faciliter, il va aider à faciliter les changements qu'on va faire avec les divers spécialistes. C'est un aspect du traitement. C'est important, certains jeunes vont bien répondre à la médication, d'autres non. On le sait très bien que pour ceux qui répondent moyen à la médication, c'est peut-être plus celles au niveau des rééducations, mais ce n'est pas impossible non plus.

Je vous amène ici sur cette diapositive que j'ai eu en fait le droit de présenter parce que monsieur Martin Pearson m'a justement partagé en fait cette diapositive-là. Ce que j'ai trouvé intéressant ici, c'est que malgré le fait qu'on a traitement pharmacologique optimal, il n'en demeure pas moins qu'il y a des effets résiduels liés à la médication. On le voit dans la portion de gauche. On parle que dans le fond la médication doit aider à augmenter l'attention soutenue, l'attention en détail, diminuer dans certaines cas la distractibilité.

Par contre, si on regarde du côté droit, il n'en demeure pas moins qu'on va toujours avoir des problèmes de gestion de temps, d'organisation, de priorisation et même de procrastination. Quand même dire qu'on est bien pris en charge au niveau de la médication, il n'en demeure pas moins que c'est sur ces aspects-là, parfois chez certains jeunes qu'on avoir encore des difficultés, qu'on va devoir travailler. Ça c'est important. Je m'exprime de cette façon-là, mais ce n'est pas la pilule du miracle. On le sait. Je ne vous apprends rien aujourd'hui, mais je vous dirais que le traitement pharmacologique va aider, mais viendra pour régler tout.

En fait, la diapositive qui est partagée par le docteur, ça en fait c'est lors d'une présentation qu'elle a faite. Évidemment, ce qu'on voit chez le TDAH, c'est des différences dans la capacité de s'auto-moduler. Ça c'est important de bien comprendre. Nos jeunes qui ont le TDAH ont de la difficulté à adapter leur concentration aux différentes conditions du moment.

Par exemple, ici on a l'activation, le focus, l'effort, l'émotion, la mémoire et l'action. Autrement dit, un jeune qui a de la difficulté à se moduler au niveau de l'activation, ça va donner des problèmes d'organisation. Ça va lui donner des problèmes au niveau de la priorisation. Ça va être un jeune qui peut avoir de la difficulté à initier la tâche, la difficulté au niveau de la gestion de son temps.

Le focus évidemment, il va avoir besoin d'adapter, il va avoir de la difficulté à adapter son attention. C'est pour ça des fois qu'on peut voir que chez certains jeunes qui ont le TDAH, quand ils sont intéressés par un sujet, ils sont plus capables de focaliser. Ce n'est pas le manque d'effort ou le manque d'intérêt.

On ne sait pas pourquoi, dans le cerveau présentement, il une zone qui mentionne que oui, le jeune est capable en fait d'adapter quand il y a de l'intérêt, donc qui agit en fait comme un motivateur qui permet aux jeunes d'être beaucoup plus concentré à ce moment-là. Quand une tâche en fait, fait moins appel à l'intérêt du jeune, là, la capacité à s'auto-moduler au niveau de l'attention devient plus difficile.

Vous avez toutes les sections que vous pourrez consulter. C'est important de comprendre exactement que ces jeunes-là ont de la difficulté à s'adapter dans diverses conditions.

Au niveau de l'attention, ce qu'on remarque, on le dit que c'est un trouble, donc on va avoir des difficultés à moduler les idées, les stimuli, on va être hypersensible aux stimuli distrayants. C'est régulier que des jeunes me disent qu'ils sont distraits par tout ce qui se passe autour et à cause de ça, ils perdent le fil. Ils vont connaître beaucoup d'erreurs d'inattention. Ils vont s'éparpiller dans la tâche, ils vont avoir des difficultés à démarrer, à terminer ou à changer une tâche au bon moment. Ça fait face à des difficultés organisationnelles. On va avoir des oublis, des pertes d'objets ou [rire] temporairement égarés en effet. Ça, c'est important de bien comprendre que ce sont des manifestations sur lesquelles vous pouvez justement avoir un œil, tout simplement.

Au niveau de la littérature, je vous amène quelques écrits. Il y a des choses qui sont plus récentes et des choses moins récentes, mais sachez que dans l'ensemble, les choses ont plus ou moins changé à ce niveau-là.

Présentement ce qu'on observe avec la présence d'hyperactivité ou d'impulsivité. C'est évidemment un déficit des fonctions exécutives. On va voir, souvent chez le TDAH un problème de mémoire de travail. Qu'est-ce que s'est la mémoire de travail ? Je sais que certains le savent, mais pour d'autres, je pense qu'il serait important que je le précise.

En fait, ça demande de bien conserver les informations dans le but de les réutiliser. Souvent le temps supplémentaire doit être aussi donné pour ça. Parce que si la mémoire de travail est déficitaire, quand on est en lecture et en écriture, on a recours à une mémoire de travail régulièrement quand on lit ou on écrit. Alors, le temps supplémentaire est lié à ça.

Évidemment, on a de la difficulté au niveau de la planification de l'action. Autrement dit capable de décortiquer notre temps, être capable de prioriser les actions à faire, donc être capable d'estimer dans le temps combien de temps ça doit prendre. S'arrêter, s'adapter, adapter nos comportements aussi aux conditions de la tâche. Ça ce n'est pas évident. Souvent aussi, chez le TDAH on va avoir un manque d'inhibition. Autrement dit, le contrôle pour s'arrêter, pour réfléchir n'est pas toujours non plus adéquat.

On comprend que ceci, ça va avoir des impacts évidemment, donc, le jeune doit garder le focus, il doit déterminer dans l'ordre les actions qu'il doit poser, il doit entrer dans le temps prescrit en répartissant ses énergies également sur chacune des portions de tâche, donc ça ce n'est pas évident.

Évidemment, les impacts de l'hyperactivité et de l'impulsivité, on va avoir, comme j'en ai parlé, un compromis qui est centré sur la vitesse d'exécution au détriment de la précision.

Moi, je vous dirais que ce sont les jeunes qui vont faire rapidement, mais qui ne seront pas nécessairement précis. Ils ont des difficultés à bien s'organiser, ils ont des difficultés à découper une tâche, ayant des difficultés à prévoir les étapes à suivre et difficultés à maintenir le but à atteindre. Des fois on peut sauter **[inintelligible 00:18:10]** dans une tâche éparpillée. Maintenir le but en même temps que de faire l'activité, ce n'est pas toujours évident non plus.

Également, il y a une autre étude aussi qui mentionne que les TDAH, en fait, ils ont fait comme deux groupes. On avait un groupe de TDAH qui était TDAH avec du temps supplémentaire et un groupe qui, justement, n'était pas TDAH évidemment, avec du temps supplémentaire. Ce qu'on fait connaître dans cette étude-là, c'est qu'évidemment le temps supplémentaire, oui ça l'aide. Ça l'aide, mais en même temps, c'est bénéfique, ça diminue l'anxiété, ça diminue le stress, mais donner du temps pour donner temps, ce n'est pas l'idéal.

Autrement dit, il faut prendre du temps pour perdre encore plus de temps. Autrement dit, il faut comprendre que les TDAH ont des problèmes d'organisation et de planification qui vont dépasser leur capacité à se concentrer. Il y a très peu de jeunes qui accèdent aux études supérieures en raison de ces difficultés-là.

Souvent nos TDAH vont poursuivre leurs études, mais vont arrêter en cours d'études supérieures. À la limite, ce n'est pas parce que c'est un potentiel intellectuel qui fait rien. Autrement dit, ils sont dans la moyenne supérieure à la moyenne, selon les évaluations. Sauf qu'ils ont de la difficulté en raison de leurs problèmes d'organisation et de planification.

Dans l'étude on mentionne aussi, comme les jeunes avaient plus de temps, donc qui ont fait plus d'essais pour assurer la réussite de l'évaluation. Sont-ils arrivés à plus de précision ? Non, sauf que le temps supplémentaire n'a pas augmenté justement le nombre de bonnes réponses, mais ils ont été quand même plus précis que si on n'avait pas eu. Ça l'augmente un petit peu, mais pas significativement.

Comme certains TDAH travaillent plus lentement, le fait d'avoir plus de temps, mais évidemment, ça fait diminuer l'anxiété. On peut comprendre que le temps peut être bénéfique, mais il y a quelque chose au niveau de l'organisation et au niveau de la planification qui ne fonctionne pas.

Autrement dit, comme je le disais, ça n'augmentait pas le nombre de bonnes réponses, on était quand même plus précis en tant que davantage. Dans le fond, les jeunes savent diminuer l'anxiété.

Il a encore quelque chose également qui mentionne également que les jeunes qui ont un TDAH ont des difficultés à mettre en place des projets. Où plusieurs étapes sont nécessaires à la réussite, d'anticiper en venant les étapes. Ils ont également aussi une faible capacité à traiter en même temps les données en mémoire de travail, ça j'en ai parlé.

Contrôler leur comportement, se référer à un but futur et faire une comparaison entre l'état atteint et l'état attendu ça également ça relève d'un défi. Ils oublient plusieurs étapes dans des tâches qui demandent de plusieurs actions soient menées de façon ordonnée pour réussir. Même si on leur fait des listes parfois, je voudrais que moi des fois j'ai des jeunes dans mon bureau qui me **[inintelligible 00:20:56]** « Je me suis fait une liste des choses à faire. » Ils ont oublié leur liste. Évidemment, on comprend que la liste ce n'est peut-être pas [rire] toujours efficace.

Il faut comprendre aussi que l'élaboration d'une réponse va demander certaines choses. Ça demande de maintenir en mémoire de travail l'état actuel de la situation

en même temps que le but final, puis en même temps qu'on va chercher en mémoire à long terme une procédure de résolution.

Sauf que pour les TDAH, ce n'est pas évident. On le sait, c'est des jeunes qui s'éparpillent, qui perdent le fil et tout ça. C'est une procédure qui est très coûteuse en attention. Ça demande une grande concentration et ça demande du temps également. Le maintien des informations en mémoire chez un enfant TDAH est très court aussi, on sait qu'ils sont dans l'instant présent.

En plus, s'ils restent sur un sujet trop longtemps, ils oublient les données utiles. On comprend que oui, on peut donner du temps, mais aussi un travail à faire au niveau de l'organisation.

Le modèle de Barkley. Justement, ça c'est autre chose qui est important, parce que les jeunes ont des incapacités dans le développement du sens du temps. Encore-là, c'est une donnée scientifique qui montre que les jeunes qui ont un TDAH vont avoir de la difficulté à savoir combien de temps ça va prendre de faire une action.

Je suppose que vous avez déjà discuté avec les jeunes combien de temps tu penses que ça doit prendre ? **[inintelligible 00:22:15]** un peu près ils ne sont pas sûrs. Après quand tu leur demandes combien de temps ça leur pris. Ça aussi c'est assez complexe, ils ne savent pas trop. Ils ne savent pas nous dire si ça a pris 10 minutes, 15 minutes. Ça a été long, ça a été court. Ce n'est pas évident. Ce sont deux choses pour lesquelles justement c'est important de travailler avec eux.

Qu'est-ce qu'il en est du TDA ? Parce que présentement, il y a des études, il y a plus de chercheurs qui s'intéressent à la différence entre les deux. C'est important également de le mentionner parce que des fois, dans le choix de nos mesures, ça peut amener une certaine différence, ça amène du moins une certaine compréhension et une explication du pourquoi on donne telle ou telle mesure.

Autrement dit, chez les TDA, ce qu'on sait, c'est qu'une fois sur deux, on va assister à un ralentissement du traitement de l'information. Vous avez une source dans le bas ici, qui est un article qui a été écrit par quelqu'un avec qui je collabore beaucoup, qui est madame Marie-Claude Guay, qui est une neuropsychologue, elle a fait le recensement des écrits sur les difficultés d'apprentissage chez les jeunes qui ont un trouble déficitaire d'attention et cet article-là est paru dans une revue qui s'appelle l'Approche Neuropsychologique des apprentissages chez l'enfant.

C'est vraiment intéressant parce que là-dedans, on aborde la lecture, l'écriture et les mathématiques. Je vous invite à aller justement les consulter. Vous avez la source ici en bas et là les références à la toute fin.

L'autodétermination. Sûrement que les gens en entendent de plus en plus parler. Moi, ça m'apparaît quelque-chose de vraiment important chez tous les jeunes en trouble d'apprentissage, mais aussi particulièrement chez des jeunes qui ont un trouble déficitaire de l'attention. Qu'est-ce que c'est l'autodétermination ? C'est un ensemble de caractéristiques que doit posséder un individu dans le but d'agir, se comporter dans son propre intérêt, avoir le contrôle sur sa vie. Il y a d'ailleurs une dame au nom de Josiane Robert, qui a fait une thèse à ce sujet-là, vous avez

d'ailleurs aussi à la toute fin, la source. Je pense que ça peut être très intéressant d'aller voir ce qu'elle a écrit à ce sujet-là, elle donne des formations également.

Je voudrais qu'un étudiant qui est autodéterminé, il peut faire plusieurs choses. Il peut parler premièrement, il peut nommer ses goûts, ses intérêts, ses forces et ses faiblesses. Il peut différencier justement la différence entre un besoin et un désir. J'ai besoin de ça. Ça j'aimerais bien, ça j'en ai vraiment besoin.

Okay. Faire des choix qui rejoignent justement ses goûts, ses intérêts, ses besoins et de ses désirs. Il est en mesure aussi de considérer plusieurs options, il est capable aussi d'anticiper les conséquences de ses décisions. On peut comprendre que des fois, ce n'est pas toujours évident pour nos jeunes qui ont un TDAH. Il est capable d'initier puis d'agir lorsque c'est nécessaire. Il est capable également aussi d'évaluer ses décisions prises, par les résultats dans le sens de ce qui est arrivé et de réviser ses décisions pour cette chose, de s'ajuster en conséquence. De planifier des objectifs puis d'agir dans le but justement d'atteindre tout ça.

Pourquoi je vous amène à ça ici ? Ce que je veux que vous compreniez, c'est qu'il faut absolument aussi dans le fond d'autodétermination qu'il faut absolument comprendre que les attributs ne sont pas innés. Okay ? Autrement dit, j'ai mis une photo d'Obélix parce qu'on ne tombe pas dans le potion magique, on ne naît pas autodéterminé. Okay ? C'est quelque chose qui se développe tout au long de la vie jeune. L'environnement a un rôle à jouer pour développer justement ces connaissances-là et ces habiletés-là.

Je vous dirais que dans l'environnement, on retrouve oui le jeune, on retrouve également la famille et l'école. Évidemment, les gens doivent mettre à profit les choses pour que l'élève puisse justement aller développer son autodétermination. Une belle façon de le faire également c'est le plus tôt possible, c'est faire participer les jeunes dans le plan d'intervention pour qu'il puisse être en mesure de vous donner quelles sont ses difficultés et à être partie prenante dans le choix des mesures.

Le plus tôt possible de lui faire comprendre également, pourquoi on lui donne telle ou telle chose. Ça, ça m'apparait cruciale parce que, encore aujourd'hui, plusieurs jeunes participent au plan d'intervention. C'est malheureux, je comprends qu'une contrainte de temps, mais nous quand on le reçoit chez nous au collégial, les jeunes arrivent dans nos bureaux et quand on s'assoit avec eux, quand on leur demande des choses parfois ils sont actifs, sont autodéterminés et d'autre fois, ils ne le sont pas parce qu'on les a pris beaucoup en charge. Il faut faire attention, je pense que c'est important d'inclure les jeunes justement pour développer cet aspect-là.

Excusez-moi. Ici, je vous présente une autre recherche qu'on mentionne justement la thèse du madame Josiane Robert, ces auteurs présentent les facteurs intrinsèques sont gérés par l'individu, qui sont nécessaires à la manifestation des comportements autodéterminés sur **[inintelligible 00:27:04]**. Ce qu'on dit, c'est que l'individu agit en fonction des connaissances et des habiletés, mais c'est l'environnement qui va proposer aussi diverses possibilités de développer ou non ces dernières. Évidemment, quand on prend une élève en charge complètement, et que, il ne fait qu'exécuter ce qu'on lui demande c'est vraiment pas aidant.

Le fait justement de le faire participer, de le faire justement travailler au niveau de ces mesures ou quoi que ce soit et par la suite d'avoir des retours avec lui pour s'ajuster en conséquence et prévoir d'autres actions, ça m'apparaît quelque-chose qui est beaucoup plus aidant. Ça c'est vraiment important que les jeunes puissent développer dans le fond sa propre connaissance de lui-même pour arriver à savoir où il n'y a pas des faiblesses et des forces. Ça c'est certain que c'est important.

L'autonomie. Ça c'est une phrase qu'on entend souvent, puis on l'entend de plus en plus jeune. Je peux comprendre qu'on arrive en secondaire cinq et qu'on mentionne, « Là nos jeunes ne sont pas autonomes au collégial. » Non, ils ne sont peut-être pas autonomes, mais ils ont pris beaucoup en charge, c'est des jeunes qui ont des difficultés d'apprentissage, il ne faut pas l'oublier. Ils ont des difficultés également parce qu'ils n'ont pas souvent participé, ils n'ont pas du tout une grande connaissance de leur trouble non plus.

Ces phrases-là, on les entend également aussi au secondaire. On l'entend dès le secondaire. Là, ils ne sont pas autonomes, ça aussi l'autonomie, on comprend qu'il y a une différence entre être autonome à la maison dans les tâches ménagères et être autonome face à la chose scolaire, face aux tâches scolaires, c'est plus ardu surtout quand ton intérêt est moindre, tu as tes difficultés.

C'est important aussi que l'environnement autour puisse développer cet autonomie-là. Ça ça m'apparaît vraiment cruciale. C'est un comportement qui, justement encore là, comme l'autodétermination n'est pas inné.

Maintenant, à la lumière de ces informations. Moi je vous parle en fait de méthodes que j'utilise avec les jeunes au collégial et que j'utilise en privé qui fonctionne relativement bien. Évidemment, c'est comme toutes mesures ou toutes stratégies qu'on va donner. Parfois il y a certains jeunes qui vont aimer, d'autres vont se sentir moins à l'aise avec ça.

Moi je vous dirais que c'est quand même un beau succès. Moi ce que vous dirais, je vais vous faire dans le fond une démonstration d'une tâche au niveau de l'écriture. C'est plus simple pour le moment. Ce qui est important chez le jeune, c'est de savoir où se situe ses défis. Dans un premier temps, avec vos jeunes, ce qui est important, c'est il faut développer très jeune où se situent dans le fond leurs forces, les mettent à profit et où se situent les défis à relever. Les faiblesses et ce sur quoi on doit travailler.

Okay, donc ça c'est vraiment important. En écriture ou en lecture, où sont tes forces, où sont tes faiblesses et sur quoi qu'on doit mettre l'accent. Ce jeune, il devrait être en mesure très jeune de développer et arriver à ce qu'on a écrit dans le schéma.

Par la suite, moi je vous dirais que lors de mes entrevues, j'ai relevé ce que j'entends le plus chez mes jeunes qui ont eu TDAH, puis je vous dirais qu'au sujet de Saint-Jérôme sur 920 étudiants inscrits avec diagnostic à nos services d'aide, on a la moitié qui ont eu TDAH. Okay ? Ça fait référence beaucoup à ce qu'on me dit, mais également aussi aux écrits de madame Guay.

Souvent je vais avoir des étudiants qui vont me dire, « Moi, j'ai le syndrome de la page blanche. » Ils se disent, « Ce n'est pas évident de sortir. » Okay. « Je déplace

continuellement les idées d'endroit dans mon texte. » Ce sont des jeunes qui au niveau de l'organisation ont de la difficulté à mettre les idées au bon endroit. Des fois ils vont partir sur quelque chose [inintelligible 00:30:41] qu'ils vont effacer, puis donc on va voir un brouillon qui va être plutôt raturé.

Souvent ce qu'on va avoir aussi, c'est des jeunes qui vont être tellement anxieux et perfectionnistes qu'ils vont dire finalement, « Je recommence tout. » Puis on change les idées de place, puis, « J'ai toujours des idées qui émergent. Ce qui fait que dans le fond je dois tout recommencer. » Ça n'a quand même pas de bon sens, ils perdent un temps.

Notez que ce n'est pas toujours cohérent, il y en a certains qui sautent du coq à l'âne, d'autres vont me dire que ça prend beaucoup de temps pour construire des phrases, donc les phrases ne viennent pas facilement. Souvent, il ne faut pas oublier non plus qu'on a des jeunes qui au niveau de l'écrit vont écrire de la même façon qu'ils parlent. Souvent on va avoir des phrases qui vont être vraiment mal construites. Okay ?

Ensuite de ça, « Je ne sais pas comment rédiger mon texte adéquatement. » Ils n'ont pas nécessairement de stratégie. [inintelligible 00:31:23] Ils partent de haut en bas et puis quand une faute ils la corrigent, mais le problème, c'est qu'il ne voit pas tout. Souvent on va avoir des jeunes qui vont avoir tendance à être plus hyper actifs, impulsifs et au niveau des fautes, malheureusement ils connaissent leurs règles, mais ils ne les voient pas.

« Je n'applique pas ou je ne possède pas de stratégie d'autocorrection. » J'ai souvent vu ça et « J'ai de la difficulté à suivre le plan. » Il y en a certains qui vont me dire, « Oui, je me fais un plan. » Parce que moi, je leur demande, « Est-ce que tu te fais un plan ? » « Oui, je me fais un plan. » « Okay, mais pourquoi ? » « Je ne le suis pas. » Okay. [rire] Ce n'est pas efficace, donc évidemment, il faut trouver le moyen de faire un plan qui leur parle.

Moi, ce que je fais avec eux qui m'apparaît important, je leur dis, « Écoute, on va essayer ensemble de voir, quand tu rédiges, quand tu fais une rédaction, quelles sont les étapes que tu as à suivre ? Autrement dit, je dois sortir mes idées, je dois organiser mes idées, je dois rédiger, je dois réviser et je dois me corriger, parce que souvent quand on doit prendre connaissance de la tâche, c'est la première évidemment. Ça on le fait souvent en classe, les enseignants vont nous avoir aborder ce sujet, on va regarder ensemble le sujet et tout ça. Quand on arrive vraiment à la rédaction, ce sont les cinq étapes qui ressortent le plus souvent.

La procédure que moi j'utilise, en fait ce que j'ai vu, c'est, « Quelle est la durée prévue pour ton examen ? » Je me fie aux collégiens, mais c'est pareil au secondaire aussi. J'ai trois périodes de 45 minutes, j'ai trois périodes de 50 minutes, donc chez nous, j'ai trois périodes de 60 minutes. Moi, je l'ai ça en minutes, j'ai un total de 180 minutes.

Ce que je leur mentionne, c'est que bon, à ça on va ajouter ton temps supplémentaire, donc toi, si tu as trois heures pour faire un examen, évidemment c'était le tiers temps, parce que la plupart vont arriver avec le tiers temps et au

collégial, il est possible également d'avoir un demi-temps, mais avant de passer à un demi-temps, on fait exactement cette procédure-là.

On ajoute une heure, donc mon 180 minutes plus mon temps supplémentaire de 60 minutes, au total j'ai 240 minutes pour faire mon examen. Souvent ce qui va arriver, ils vont être dans un bloc chez nous pour faire l'examen, donc on a la salle d'examen pendant 240 minutes. Je comprends que ce n'est pas la même réalité quand on est au primaire ou au secondaire, mais par contre, on peut utiliser toutes nos stratégies dans nos 60 minutes de temps supplémentaire, selon nos difficultés.

Autrement dit, moi ce que je les invite à faire, c'est que tu as 240 minutes, maintenant je veux que tu répartisses ton temps également sur chacune de tes tâches. En temps normal, idéalement, je dis bien dans un monde idéal, ça serait 48 minutes par tâche. Maintenant ce qui est important de faire, « Je veux que tu répartisses ce temps selon tes besoins. » Autrement dit, « Toi, où sont tes difficultés ? Est-ce que sortir tes idées, c'est quelque chose qui est facile ? »

Certains jeunes vont dire, « Oui. Moi c'est facile, je n'ai pas besoin de 48 minutes. » « Parfait. Les 18 minutes restantes, où tu pourrais aller le mettre ? » « Je vais aller le mettre à un endroit où je sais que j'ai plus de difficultés. » Comme organiser mes idées. « Moi, me faire un plan, c'est compliqué. » « Si c'est compliqué pour toi, c'est excellent. On va aller rajouter ton temps là, et la même chose pour les autres étapes. » On ajuste le temps en conséquence.

Je fais une différence entre réviser et corriger. Certains m'ont demandé pourquoi donc je l'explique. Pour moi réviser, c'est réviser la cohérence du texte, c'est réviser certaines phrases, c'est lire mon contenu, mais se corriger, c'est vraiment aller selon justement la grammaire ou l'orthographe ou c'est vraiment la correction en tant que tel. Je ne touche pas à la cohérence, je ne touche pas aux structures de phrases. À ce moment-là, c'est vraiment corriger les erreurs, les fautes.

Ensuite, je fais le calcul et j'arrive à mon 240 minutes. Je leur remets un plan, donc autrement dit, « Quelles sont tes étapes à réaliser ? » Ils viennent écrire, numéro un, sortir mes idées, numéro deux, ainsi de suite et là je leur demande d'estimer le temps. Moi, ça me prendrait 30 minutes pour sortir mes idées, 66 minutes pour faire telle ou telle chose et je laisse une case pour le temps réel parce que ça permet de voir le temps réellement pris. Souvent ce que je vais dire aux jeunes, surtout en privé là que je l'exerce lors des rééducations privées, je vais demander à ce qu'on plastifie pour le réutiliser.

Autrement dit, quand le jeune fait son examen, il prend un temps pour mettre ses étapes, estimer son temps ou il peut le faire avant ou s'il sait que le temps s'en vient et les étapes qu'il y a à faire. Il arrive avec son plan en étape tout fait. Autrement dit, il peut s'en servir lors de son examen. Ce qui est important ici, okay, c'est en fait où je fais un rappel, c'est être capable de décortiquer notre tâche, donc d'être capable d'arriver à dire quelles sont les étapes à faire? Je dois apprendre à cibler mes forces et mes faiblesses en fonction de la tâche et apprendre à estimer le temps pour chacune des tâches, donc ça ça m'apparaît vraiment important.

Moi, ce que je vous dirais le time timer, c'est la chose aussi qui m'apparaît essentielle. Des fois, ça peut aussi chez certains jeunes créer dans le fond un stress, mais chez d'autres, ça peut être très utile. Moi, ce que je leur dis, c'est pour chaque segment où tu as estimé du temps, bien régler dans le fond ton horloge, ça ne fait pas de bruit, c'est un rappel visuel et tu vois dans le fond le temps qui s'écoule, le temps qui reste pour effectuer ta tâche.

Si toutefois tu arrives à zéro et qu'il te manque du temps, essaie d'aller retrancher du temps dans une autre tâche, puis ajoute-toi du temps assez réaliste. La case de temps réel devient importante à ce moment-là parce que le jeune peut aller justement indiquer ses temps à côté et s'ajuster dans une future tâche après.

C'est exactement ce que je mentionnais, c'est d'avoir de la souplesse parce qu'on sait que chez certains jeunes qui ont de l'anxiété en situation d'examen, inévitablement le fait de voir la minuterie arriver à zéro, ça peut stresser. Le fait d'avoir justement ton plan en étape te permet de voir un autre endroit où tu as mis plus de temps, puis peut-être aller retrancher cinq minutes, si tu estimes que ça prend cinq minutes. Toutes ces choses-là, c'est des rappels visuels.

Évidemment pour cette portion-là, quand utiliser les mesures d'aides ? Moi, je vais vous parler davantage des outils technologiques car j'ai développé ma spécialité au niveau des outils de technologie. Vous savez, n'importe quelle stratégie que vous allez enseigner à un jeune TDAH peut être aussi insérée à l'intérieur de chacune des étapes dont je vais parler. Même je dirais d'abord et avant tout quand on fait l'évaluation des besoins, on ne pense pas nécessairement tout de suite à la technologie, donc c'est important de pouvoir installer chez les jeunes des stratégies justement qu'ils vont pouvoir appliquer, soit des stratégies d'autocorrection, des stratégies de rappel, des stratégies d'annotation en lecture. Tout ça avant même d'en arriver aux outils de technologie. On sait que les outils technologiques souvent, il faut que ça réponde à un besoin aussi, à une difficulté qui persiste, mais par contre, il est fort possible quand la tâche s'allonge qu'on y arrive tout à fait.

Ce qui est important pour obtenir un engagement de la part du jeune, moi je vous dirais que pour n'importe quoi, c'est important d'expliquer les raisons de l'attribution des mesures. Les jeunes doivent savoir pourquoi ils ont telle ou telle mesure que ce soit une aide technologique, pourquoi on leur enseigne une stratégie ? Ils doivent comprendre le but de cette chose-là, ils doivent savoir à quoi ça répond et pourquoi qu'on leur donne parce que justement ils ont des difficultés à tel ou tel endroit.

Aussi il faut le démontrer par un enseignement ce que c'est. Il faut comprendre que ce n'est pas parce qu'on l'explique que le jeune sait déjà comment l'appliquer. Moi, je vous dirais que si vous avez un champ de bataille à mener avec des TDAH, oui, c'est de rééduquer justement le temps supplémentaire, comment l'utiliser, la saine gestion du temps, mais également aussi démontrer explicitement comment s'installe la stratégie ou l'aide technologique à l'intérieur de tâches justement complètes. Comme par exemple quand je complète des lectures, quand je veux démontrer le fonctionnement d'un logiciel, mais bel et bien d'arriver à dire, « Voici, je te donne une tâche de lecture, on va simuler exactement ce que tu devrais faire avec ton logiciel. »

Évidemment il est important de démontrer les stratégies lors de situations d'apprentissage parce qu'on comprend qu'en situation d'évaluation sans donner une aide technologique, on demande juste une fois quand on voit le jeune en situation d'évaluation, c'est encore plus stressant. Ça doit faire l'objet justement d'un entraînement et surtout de l'avoir exercer en situation d'apprentissage.

C'est à partir de ce moment-là quand le jeune comprend toutes ces choses-là qui va être possible pour lui de bien comprendre et de s'engager, dans ce qu'on va lui offrir. Pour l'émergence des idées, enfin quelqu'un qui n'a pas d'émergence d'idées, mais pour quelqu'un qui a de la difficulté justement à démarrer une tâche à obtenir des idées. Moi, je vous dirais que le champ lexical ou le dictionnaire des cooccurrences d'Antidote peut être quelque chose de très aidant. Autrement dit, des fois, les mots ne viennent pas facilement, et tout simplement, de se mettre dans le sujet avec des mots qui font référence aux sujets qu'on doit toucher, ça peut déjà être un stimulant justement pour démarrer notre situation de rédaction. Ensuite, évidemment, chose qui est vraiment aidante pour nos jeunes qui ont TDA-TDAH, c'est vraiment le-- Je peux vous parler, ce sont toutes les cartes conceptuelles. Au niveau de la rédaction, au niveau de la lecture, au niveau de l'étude, au niveau de l'oral, pour un jeune qui justement a des difficultés au niveau de l'organisation, ça c'est vraiment très aidant. Là, je vous présente le logiciel Inspiration, mais on peut avoir différents-- En fait, un logiciel sur le Web, comme SIMAC 2, Lexmine, ou toutes ces choses-là qui peuvent justement soutenir nos jeunes en lecture et en écriture.

Pour les jeunes qui déplacent leurs idées, moi, ce que je leur dis, parce que dans le logiciel Inspiration, ça, je dois vous le dire, c'est vraiment important. Vous avez d'un côté le schéma comme je vous ai présenté juste avant, mais vous avez aussi le mode du plan. Moi, ce que je vais dire aux jeunes, c'est que, oui, si t'es un genre d'apprenant qui est simultanée, la carte conceptuelle va te parler, tu vas avoir une vue d'ensemble, mais si t'es quelqu'un qui est plus séquentiel, et qui a besoin de voir les étapes, c'est important d'aller dans le plan. Surtout parce que quand on fait une carte mentale dans Inspiration, si on débute par une branche, ça ne veut pas dire que lui, quand on va le transférer, la première branche qui pour nous semble le début, va être le début pour Inspiration. Tu peux mélanger toutes les branches, et au niveau du plan, les idées vont être mélangées. Moi, ce que j'invite-- J'invite les jeunes plutôt à aller voir dans le plan, et aller voir si les idées sont en ordre. Si en fait, on a besoin de déplacer une idée, c'est là qu'on va le faire en maintenant le bouton droit de la souris enfoncé, on va les déplacer en haut, en bas, l'idée où on souhaiterait l'avoir. Ça, ça permet de le faire avant l'écrit, et ça permet déjà de structurer davantage notre pensée.

Évidemment, après, on peut penser notre schéma ou notre plan en mode Word. Pourquoi j'ai fait ça ? En fait, moi, quand les jeunes travaillent à l'écran, je leur demande de mettre Inspiration d'un côté, la smag d'Inspiration et la smag de Word d'un autre côté, côte à côte. Pourquoi ? C'est que ça permet de suivre le plan à l'écran. Ça évite le papier sur le bureau qui fait que le jeune justement avec son attention d'étudier peut commettre plus d'erreurs. On a l'écran côte à côte, et s'il y a une idée qui émerge, automatiquement vu qu'on est dans un Word, on peut aller l'ajouter, puis, ça nous fait justement éviter de penser à cette idée-là, ne pas avoir peur de l'oublier, **[inintelligible 00:42:54]** tout simplement. Ça nous permet d'ajouter nos idées, puis de les utiliser au bon moment tout simplement.

**[inintelligible 00:43:02]** évidemment, dans tout ce qui s'appelle syntaxe vocale ou pre-départ orthographique, ça peut être très aidant pour certains jeunes au niveau de la structure des phrases. Évidemment, il faut faire attention parce qu'on sait que certains jeunes qui ont des TDAH des fois ont l'attention aussi fragile. Le fait de réécouter des phrases, des fois, peut aider. Surtout pour des doublants. Ça va arriver souvent que des gens vont dire: « Moi, j'écris souvent j'ai ouvert la- la porte. J'écris deux l'article. » Au moins, tu l'entends, avec la syntaxe vocale. Ça, ça permet également, cette portion-là chez nos jeunes qui ont TDH, ou si on fait une erreur d'orthographe, ils peuvent déjà la corriger. L'autre chose par contre, il faut faire attention parce que si le jeune a tendance à écrire comme il parle, des fois il ne verra peut-être pas toutes les erreurs de syntaxe. Il faut l'entraîner justement à percevoir ces petites erreurs-là. Parce que souvent, les gens vont **[inintelligible 00:43:59]** [rire] et ça se dit, c'est sûr ça se dit parce que toi tu le dis à l'oral, mais ce n'est pas nécessairement forcément comme ça qu'on va les traduire à l'écrit. C'est important qu'on prend conscience de cette différence-là. Parce que même si on les entend, des fois, on les perçoit tôt, puis des fois, ils ne corrigeront pas leurs phrases.

Évidemment, pour travailler la syntaxe, travailler la cohérence, ça aussi ça m'apparaît important. Pour un jeune qui saute du coq à l'âne, ça peut être important de faire lire 32 paragraphes, il préfère aller voir s'ils s'enchainent bien, voir son métier dans le fond et l'aider sur le sujet, ou si on n'est pas en train de parler d'autre chose. Moi, ce que je vais dire aux jeunes: " Ne fait pas lire ton texte au grand complet." Parce que ça a tendance à tomber dans l'une, tout simplement. Toi même, en lisant, après avoir lu un texte, ça va être la même chose. Fais lire peut-être deux paragraphes à la fois, arrête-toi, questionne-toi, regarde ta tâche effectuée, regarde si tu es toujours en lien avec ça, si tu as toujours maintenu l'intention.

Antidote, je vous arrive avec-- Réviser avec méthode. Dans le fond, dans la correction, il y a possibilité d'aller ajouter dans les favoris certains filtres à l'intérieur des prises. Je fais juste un-- Ça fait partie comme ça. Il y a différents prismes qui sont les prises de corrections, de révisions des statistiques et de l'inspection. À l'intérieur des ces prismes-là, il y a différents filtres. Le filtre va mettre en évidence l'aspect qu'on doit travailler. Moi, ce que j'aime bien faire, c'est prendre un texte d'un jeune, regarder justement là où se situent ses défis et aller choisir des filtres en conséquence que je vais les mettre dans les favoris pour en faire une révision personnalisée à chaque jeune.

Ça ne veut pas dire que Julia va réviser les mêmes choses que Mark parce que les deux n'ont pas nécessairement les mêmes forces et faiblesses. Les favoris sont vraiment personnalisés. Évidemment, je vous présente en fait rapidement la méthode de correction que j'ai travaillé avec notre collègue, aussi avec **[inintelligible 00:45:57]** d'informatique. Dans l'ordre, c'est important de travailler les marques de rupture, c'est important de travailler les longueurs de phrases, c'est important de pouvoir se réviser, d'aller chez chacun de nos favoris. Moi, je vous dirais de ne pas mettre trop de favoris, trop comme-- Le mieux est d'en travailler, d'en retirer, d'en ajouter, d'échanger, mais à la limite, d'en avoir quatre, cinq, pas plus. À la toute fin, on vient mettre comme dans nos favoris, le regroupement pour aller corriger dans un premier temps les alertes et terminer par les erreurs. Pourquoi on fait ça de cette façon-là ? Il ne faut pas oublier que c'est un logiciel, et que le logiciel analyse de façon linéaire. Autrement dit, quand tu arrêtes son analyse, la

phrase n'est pas conforme et quand il ne comprend pas, il va arrêter l'analyse, et à un certain endroit, il va la reprendre, mais en tout cas par un autre endroit où il vaut mieux comprendre. Parfois, il peut laisser des traces d'erreurs, et le jeune qui n'est pas tellement nécessairement habile n'arrivera peut-être pas à les repérer. C'est important de travailler dans l'ordre ces étapes-là. On arrive bientôt à la toute fin.

Ce que je vous dirais, ce qui est important, en fait, on fait un retour, chez le très jeune, je pense qu'à partir du moment où on change à la distance supplémentaire, à la disposition chez notre TDH, il faut dans le fond entamer une rééducation pour leur montrer d'ors et avant tout comment gérer ce temps-là. Je pense qu'il est important de les accompagner pour développer la prise de conscience de leurs propres forces et propres faiblesses. C'est de s'asseoir avec un travail, c'est de s'asseoir avec un examen, de regarder là où il y a des difficultés. Qu'est-ce qui a manqué ? Pourquoi ils en sont arrivés à ça. Ça, ça peut être important.

Mettre à la disposition les outils, que ce soit technologiques ou les stratégies, d'en développer l'autonomie également dans l'utilisation de la mesure. De démontrer de façon explicite au départ, ça c'est vraiment important dans une tâche complète. Pas seulement montrer dans un exercice quoi que ce soit. Parce que quand le jeune arrive dans une page complète, où il doit accomplir plusieurs actions, c'est là qu'il y a la difficulté à transférer des fois ce qu'on lui a montré. Il revient dans une tâche, vraiment, dans l'ensemble d'une tâche en fait de lecture et d'écriture, comment justement arriver à déployer cette stratégie-là ou les outils. Contrairement à vous au départ, j'ai 35 ans d'en faire.

Dans un deuxième temps, on le fait ensemble chacun notre tour. Moi, je peux prendre une portion de la page sur une autre portion, on échange entre nous notre façon de faire, et pour arriver à avoir une rétroaction sur ce qui fait de correct pas correct pour arriver à développer son autonomie. Par la suite, moi, je pense toujours de laisser les jeunes aller un peu pendant un certain temps. Si vous avez des blogs de rééducation, ça peut être un mois, ou je vois les jeunes à toutes les séances pour travailler ça, je le laisse aller un mois, je vois d'autres types de problématiques par la suite, et je revois pour faire un retour et voir comment cet exercice s'il a bien réussi, ou s'il n'y a pas des ajustements à faire. S'il y a bien une partie au niveau de l'orthopédagogie où je pense qu'il est important, justement, de rééduquer chez nos jeunes qui ont un TDAH, c'est vraiment d'arriver à entraîner justement le jeune à bien décortiquer la tâche, et à bien estimer le temps. En plus, leur permettre de revenir sur la tâche.

En conclusion, je vous dirais, ce qui est important, c'est de bien comprendre les déficits cognitifs et leurs impacts en lecture et en écriture. C'est aussi très important d'aider le jeune à se connaître au niveau de ses forces et défis à accomplir, d'entraîner comme je disais le jeune à décortiquer le temps et la tâche, et de bien comprendre le rôle et les mesures, à quoi ça vient justement pallier. Amener le jeune à développer son autodétermination dans le but qu'il soit capable d'agir, et de se prendre en charge tout simplement. Si vous trouvez les références, ça vous pourrez aller les consulter et on arrive à la toute fin du webinar pour les gens s'ils ont des questions.

**Narrateur:** Merci Madame Arbour pour cette excellente présentation. Nous allons maintenant passer à la foire aux questions. Si vous souhaitez poser une question à Madame Arbour veuillez entrer votre texte dans la case au bout du panneau de configuration et de choisir un envoyer au personnel dans le menu déroulant. Je vais tout de suite commencer avec les questions qu'on a reçues au cours de votre présentation. Pouvez-vous renommer les logiciels d'organisations d'idées qui sont gratuits ?

**Nathalie Arbour:** En fait il y a peu de logiciels nécessairement gratuits. Moi je n'en connais pas. Ceux qui fonctionnent le mieux, ils ont des licences annuelles qui ne sont pas nécessairement extrêmement dispendieuses, mais par contre ce que je vous dirais c'est qu'ils ont des capacités au niveau du transfert des cartes comme tantôt quand je parlais qu'on peut avoir une carte conceptuelle et la transférer dans un document Word après pour aller insérer des idées qui émergent. Donc des fois il va avoir une possibilité de cinq transferts ou 10 transferts pour 39,95. Certains logiciels comme Lexmine, Simatool le sont. Le logiciel expiration, c'est un logiciel qui est à 79,99 et qui se vend en fait sur le site de mate moment.

C'est un logiciel qui agit sur l'ordinateur tout simplement. Je ne connais rien de gratuit. Ils en existent certainement, je n'ai fais des recherches à ce niveau-là ça serait à faire, c'était quelque chose que je pourrais vous faire parvenir éventuellement, mais pour l'instant ce que je connais est plutôt coûtant parce qu'il y a plusieurs actions qui peuvent être faites.

**Narrateur:** Merci beaucoup. Au début de la présentation vous parliez de plan d'intervention. Pouvez-vous élaborer ?

**Nathalie Arbour:** De plan d'intervention ?

Oui j'ai [rit]. En fait c'est important. Je pense que je ne sais pas si c'est de ça qu'on fait allusion, mais en fait ce qui est important c'est que le jeune participe à son plan d'intervention. Souvent, ce qui va arriver c'est par manque de temps et ça va être les intervenants qui vont le faire avec les parents. Parfois les jeunes ne sont pas disponibles, on ne peut pas nécessairement les faire manquer des cours ou les enseignants ne sont pas disponibles à ces moments-là. Donc moi ce que je dis c'est dans la mesure du possible il est capable de réunir tout ce beau monde-là mais le jeune également parce que le jeune il doit faire partie de son plan d'intervention.

C'est la personne qui est le mieux placé pour arriver à élaborer sur ses difficultés et ses besoins. Il faut l'entraîner à faire ça parce qu'un coup arrivé à l'université ou au collégial, ils ont de la difficulté à cerner ce qu'ils ont besoin. Ça m'apparaît important de le faire jeune et pour avoir quelqu'un qui est auto déterminé, c'est-à-dire qui est capable de prendre en charge et poser des actions dans le but de justement prendre en charge ses propres choses et faire avancer ces choses, il faut justement qu'on l'amène à prendre conscience de toutes ces choses-là.

**Narrateur:** Je crois aussi qu'on peut dire que l'équivalent de [inintelligible 00:53:00] du plan d'intervention du Québec serait le PEI le plan non seulement individualisé.

**Nathalie Arbour:** Oui totalement. C'est vrai. Très bien effectivement.

**Narrateur:** Dans lequel le jeune pourrait prendre sa place justement.

**Nathalie Arbour:** Bien sûr exactement, de l'inviter à en faire partie de la rencontre pour que lui-même puisse s'exprimer également sur ses besoins puis être d'accord avec les stratégies qu'on lui donne.

**Narrateur:** Merci beaucoup. Une autre question d'un participant. Pourrait-on dire que le TDAH est un trouble des fonctions exécutives ?

**Nathalie Arbour:** Non, par exemple ça se relève plus je vous dirais des neuropsychologues. Moi je vous dirais que souvent chez un TDAH on va avoir des impacts au niveau des fonctions exécutives. Est-ce que c'est un trouble d'ordre exécutif ? Non, je ne pense pas que tous les TDAH ont nécessairement des difficultés à ce niveau-là mais à tout le moins je vous dirais que au niveau de l'organisation puis la planification du temps, j'en ai rarement vu qu'il n'y avait pas discuté de ce côté-là.

**Narrateur:** En effet. Vous nous avez proposé une démarche concernant des projets de rédaction des productions écrites. Est-ce que vous proposez la même démarche aux élèves qui ont fait des évaluations plus de type questionnaires ?

**Nathalie Arbour:** Oui des fois. **[Inintelligible 00:54:16]** En fait ce qui est important je pense ce n'est pas la démarche en tant que telle. Moi, je vous ai présenté comment je fonctionnais au niveau de l'écriture, mais effectivement au niveau des questionnaires ça peut être d'aller cibler les questions pour lesquelles il y a de la facilité, aller cibler les questions pour lesquelles il y a des difficultés par lesquelles je commence d'abord de telles questions, comment se procéder donc c'est décortiquer, c'est d'amener à se trouver une façon de travailler parce qu'il ne faut pas oublier que ces jeunes-là ont de la difficulté justement à s'organiser. On a discuté à prévoir une action pour estimer les temps de savoir prendre. Dans diverses situations les amener à être habiles à ce niveau-là parce qu'effectivement ils vont avoir à faire face à plusieurs types d'exams qu'ils ont aussi.

Parfois aussi ce qui est important de comprendre c'est que- on va dire oui mais on ne donnera pas du temps supplémentaire parce qu'ils ne prennent pas tout le temps sauf qu'il faut comprendre que dans certaines évaluations, les jeunes vont avoir des facilités puis dans certaine autre d'évaluation les jeunes vont éprouver des difficultés donc c'est difficile de prévoir ou avoir de la facilité pour avoir des difficultés. En tant que personne qui nous n'en avons pas nécessairement. Moi je pense qu'il faut développer l'autonomie chez les jeunes à bien gérer leur temps. Ici on n'en a pas besoin tant mieux. Ils ont des forces ces jeunes-là. Par contre quand ils ont des faiblesses il ne faut pas leur retirer sous prétexte qu'ils ne prennent pas tout le temps.

**Narrateur:** Merci beaucoup. Désolée pour cette rafale de questions mais les participants en faisant parvenir plusieurs. J'irais du côté des actes technologiques-là. Une participante se demandait à quel âge selon vous on pourrait introduire les technologies pour mieux aider les élèves au niveau de la planification et de l'organisation ?

**Nathalie Arbour:** Je dirais il faut faire attention. Il faut que ça réponde à un besoin, il faut avoir mis en place des stratégies. Il faut regarder avec les jeunes aussi sa raison au niveau de la technologie. Chez les jeunes, des fois ce n'est pas facile. C'est une manipulation de plus. Le cadre conceptuel devait être fait aussi par écrit. J'en ai encore des jeunes qui sont au niveau secondaire et collégial préfèrent les faire manuscrites. Donc ça dépend vraiment. Moi je dirais pour installer un concept de carte conceptuelle moins chez les jeunes du primaire je dirais manuscrits. Je ne leur présenterais pas une carte faite, je leur montrerai moins un peu comment je la fais. J'élaborerai avec eux. Peut-être qu'eux le seraient où s'ils trouveraient une façon et à un moment donné quand on voit que la tâche allonge et que ça devient beaucoup plus long, oui là peut-être quand ça devient un besoin on peut passer avec une carte conceptuelle au niveau de l'ordinateur.

Mais je pense que si- je ne peux pas arriver à dire non, puis ça dépend vraiment les uns, ça dépend où le jeune est rendu, il faut faire vraiment une bonne lecture des besoins de gens.

**Narrateur:** Également on va faire le pont, comment introduire un peu l'idée du temps supplémentaire ou des aides technologiques auprès des élèves qui auraient peur du jugement de leurs camarades face à l'utilisation de tels outils ?

**Nathalie Arbour:** Moi je pense qu'il faut l'introduire de la même façon dont on introduit une paire de lunettes. Il faut faire comprendre aux jeunes qu'il y a des jeunes qui portent des lunettes puis pourquoi des lunettes ? Pour mieux lire que les autres. Ils portent des lunettes parce qu'ils en ont besoin. C'est un outil compensatoire qui va les aider à lire puis à déployer leurs potentiels pareil comme tout le monde. C'est la même chose au niveau des technologies. Il faut qu'on explique dans le fond.

C'est dès là que je parlais en fait qu'il est important de bien comprendre le trouble qu'on a. Souvent on laisse ça de côté un peu, on veut faire la chose de se discuter ce cas-là, le jeune est déjà démotivé. C'est important de comprendre c'est quoi ton trouble. Quels sont les impacts. C'est un trouble, c'est à vie, ça peut évoluer dans le temps peut-être tu trouverais des stratégies compensatoires qui vont t'aider à fonctionner. Mais il faut comprendre que ce qu'on donne vont t'aider et si ça ne fonctionne pas, ce n'est pas une mesure qui est coulé dans le béton. C'est une mesure qu'on va choisir ensemble, on va choisir ce qui va toi, te parler, qui va t'aider. Donc on n'impose pas des choses. C'est important je pense de travailler ça de cette façon-là.

**Narrateur:** D'accord merci beaucoup. Vous nous avez présenté un exemple d'organisation du temps avec des élèves qui vivaient les évaluations en bloc. Avez-vous des idées pour trouver du temps supplémentaire en classe ordinaire ?

**Nathalie Arbour:** Écoutez, moi ce que je vous dirais c'est sûr de votre côté vous êtes beaucoup au niveau de la conception universelle des apprentissages et je trouve ça vraiment très bien. Chez nous aussi on travaille fort à installer ce concept-là. En fait on donne ce temps universel pour tout le monde. Moi ce que je dirais c'est qu'apprendre à décortiquer la tâche ça peut être quelque chose d'important et ensuite qu'en classe ça peut [inintelligible 00:58:44]. On commence par préparer

notre plan. Si toi t'as du temps supplémentaire puis que je te fais venir par exemple à la récréation, à l'heure du dîner ou à une récupération, je dois accorder ce temps-là pour faire ton plan. Si toi tu allouais que tu avais 66 minutes à mi-temps plus une période de récupération 30 minutes, on va essayer de prendre deux récupérations. Ça commence par ton plan puis en dessus de ça, essaye de gérer ton temps en classe également parce que nous c'est vrai c'est un bloc c'est beaucoup plus facile parce qu'il ne sort avance deux, trois ou quatre heures, cinq heures d'examen. C'est très long et il trouve ça très difficile des fois. Mais ce que je vous dirais c'est qu'en classe c'est entrecoupé. Donc si on sélectionne vraiment notre tâche et qu'on regarde le temps que ça prend pour chacune d'entre elles, c'est plus facile d'insérer dans certaines périodes et voire dire quoi on peut aller travailler dans cette période.

**Narrateur:** Je vous remercie beaucoup. C'était tout le temps que nous avons aujourd'hui pour la période des questions. Auriez-vous un petit mot de la fin.

**Nathalie Arbour:** En fin moi tout ce que j'ai envie de mentionner c'est que je- présentement ce que je vois c'est que je sens qu'il y a beaucoup de jeunes qui sont vraiment anxieux ou stressés par le fait que justement il y a beaucoup de gens qui questionnent le temps supplémentaire. Je comprends aussi pourquoi on a certains questionnement mais le format de la chose c'est pas nécessairement d'en accorder ou pas d'en accorder. Je pense d'en accorder est bien mais d'en donner pour en donner ce n'est pas l'idéal. Il faut montrer comment le gérer parce qu'il faut pas oublier que les impacts de ces jeunes-là au niveau du TDAH, c'est vraiment dans l'organisation, la planification et l'estimation de ce temps-là. C'est très difficile de juger, d'enlever du temps supplémentaire quand on n'a pas travaillé ou rééduqué cette portion-là. Après quand le jeune a bien acquis, justement ce qu'on lui a montré et il est capable de le déployer, là on peut juger ce temps supplémentaire est bénéfique ou pas. Moi je pense que d'abord et avant tout jeune on doit rééduquer cette partie-là parce que ce sont les défis de nos jeunes qui ont TDAH et on a en de plus en plus. Ils parviennent aux études supérieures et il faut leur venir en aide à ce niveau-là.

**Narrateur:** Merci beaucoup madame Arbour encore une fois. Si vous avez d'autres questions, je m'adresse aux participants, écrivez-nous à [info@taalecole.ca](mailto:info@taalecole.ca). Nous veillerons à ce que vos questions obtiennent une réponse. Restez au courant des activités de TA@l'école soit en visitant notre site web, en nous suivant sur Twitter et Facebook. Je vous remercie beaucoup de votre participation.