COMPRENDRE LE TDAH

Les critères en bref

Trois dimensions. Des signes fréquents qui gênent le quotidien.

Inattention

9 critères

- Faire des erreurs d'inattention.
- Avoir du mal à maintenir son attention.
- Semble ne pas écouter quand on lui parle.
- Ne pas terminer les tâches ou suivre les consignes jusqu'au bout.
- Avoir du mal à organiser ses tâches.
- Éviter les tâches demandant un effort mental prolongé.
- Perdre les objets nécessaires à ses activités.
- Être facilement distrait.
- Oublier des choses dans la vie quotidienne.

Hyperactivité

6 critères

- Remuer les mains ou les pieds, se tortiller.
- Se lever quand il faudrait rester assis.
- Courir ou grimper à contretemps ; chez l'adulte, ressentir de l'agitation.
- Avoir du mal à jouer ou à se détendre calmement.
- Être souvent en mouvement, comme poussé par un moteur.
- Parler excessivement.

Impulsivité

3 critères

- Répondre avant la fin d'une question.
- Avoir du mal à attendre son tour.
- Interrompre les autres ou s'imposer dans leurs activités.

Comment lire ces critères ?

Deux ensembles diagnostiques : inattention (9 critères) et hyperactivité-impulsivité (6 + 3 critères). Le seuil est d'au moins 6 critères dans un ensemble jusqu'à 16 ans, puis 5 à partir de 17 ans. Les deux ensembles peuvent être présents.

Les signes durent au moins 6 mois et sont excessifs pour l'âge. Plusieurs sont présents avant 12 ans, dans au moins deux contextes, avec un impact sur la vie quotidienne. Le professionnel examine aussi les autres explications.

Synthèse pédagogique des critères du DSM-5, reformulés en langage simple. Le diagnostic est posé par un professionnel formé.

Tous TDAH!
Moins de clichés, plus de déclics.