



Série « La psychologie peut vous aider » : Les troubles d'apprentissage chez les enfants

Qu'est-ce qu'un trouble d'apprentissage?

Les critères diagnostiques du trouble d'apprentissage, maintenant appelé **trouble spécifique des apprentissages** dans le Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, 5^{ème} édition (DSM-5), sont la manifestation persistante de difficultés à apprendre et à utiliser les habiletés scolaires (en lecture, écriture, orthographe ou calcul) pendant la scolarité, en dessous de ce qui est attendu d'un enfant compte tenu de son âge.

Pour établir un diagnostic de trouble d'apprentissage, les difficultés scolaires ne doivent pas être causées par un trouble neurologique, un trouble sensoriel (la vision ou l'ouïe) ou un trouble moteur, un enseignement inadéquat et de mauvais résultats scolaires dans une langue seconde, et elles doivent entraver de manière importante le rendement scolaire ou professionnel, ou les activités de la vie quotidienne. Différents critères et définitions sont utilisés pour établir un trouble d'apprentissage. Bien que le DSM-5 décrive les critères diagnostiques, les ministères de l'Éducation du Canada et d'ailleurs dans le monde ont également défini des critères qui servent à établir un trouble d'apprentissage et à déterminer les interventions et les mesures d'aménagement nécessaires pour le surmonter.

Et chez les adultes? Un trouble d'apprentissage est un état chronique, qui persiste à l'âge adulte, et qui interfère, dans certains cas, avec le fonctionnement à l'université, au travail, ou dans les activités de la vie quotidienne.

Ce qu'un trouble d'apprentissage n'est pas

Un trouble d'apprentissage n'est pas une **déficience intellectuelle (trouble de développement intellectuel)**, laquelle était désignée, autrefois, par le terme « arriération mentale ». Les personnes qui ont une déficience intellectuelle ont une intelligence inférieure à la moyenne (QI) et ont des difficultés graves dans plusieurs domaines (p. ex., langage, connaissances, lecture, écriture, calcul, raisonnement, mémoire). De plus, les personnes qui ont une déficience intellectuelle éprouvent des difficultés importantes au chapitre du fonctionnement adaptatif ou des aptitudes à la vie quotidienne (p. ex., s'habiller, se nourrir, interactions sociales, etc.).

D'où viennent les troubles d'apprentissage?

Le DSM-5 décrit comme suit les facteurs de risque associés aux troubles d'apprentissage :



- Facteurs de risque environnementaux : l'exposition prénatale à la nicotine ou à l'alcool, être né avant terme (prématuré) ou avoir un très faible poids à la naissance augmentent le risque de développer un trouble spécifique des apprentissages.
- Facteurs de risque biologiques/génétiques : les troubles spécifiques des apprentissages semblent héréditaires.
- Facteurs de risques cognitifs/comportementaux : les enfants d'âge préscolaire qui ont des difficultés importantes à être ou à rester attentifs sont plus susceptibles de présenter, plus tard, des difficultés en lecture et en calcul (qui ne se développeront pas nécessairement en trouble spécifique des apprentissages). Les difficultés précoces d'acquisition du langage/retards de langage et les difficultés cognitives (p. ex., mémoire à court terme) augmentent également les risques de troubles spécifiques d'apprentissage en lecture ou en écriture.

Quels sont les signes qui peuvent faire suspecter un trouble d'apprentissage chez un enfant?

En plus d'avoir de la difficulté ou de faibles résultats scolaires dans certaines matières, les enfants souffrant d'un trouble spécifique des apprentissages présentent parfois un certain nombre de symptômes comportementaux ou psychologiques; cependant, la présence de ces symptômes ne signifie pas nécessairement que l'enfant est en difficulté d'apprentissage, car ceux-ci peuvent avoir d'autres causes.

Signes comportementaux :

- **Ennui/distractivité** : si l'enfant a de la difficulté à comprendre la leçon ou les travaux à faire à la maison ou à l'école, il peut lui arriver de perdre sa concentration ou de cesser d'être attentif, pour s'engager dans des activités plus intéressantes (p. ex., parler à ses amis, se promener). Souvent, sans évaluation adéquate, on reconnaîtra à tort, chez l'enfant qui a un trouble d'apprentissage, un trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité (TDAH).
- **Réactions vives** : l'enfant se sent souvent frustré lorsqu'il ne comprend pas quelque chose, et comme, dans plusieurs cas, il est incapable d'exprimer, à l'aide de mots, ses difficultés à ses enseignants ou à ses parents, il le fait en se comportant mal (p. ex, en se disputant, en criant ou en quittant la classe).
- **Désobéissance** : dans certains cas, un enfant qui a un trouble d'apprentissage refusera de faire ce qu'un enseignant ou un parent lui demande, parce qu'il ignore comment le faire, et non parce qu'il veut provoquer son enseignant ou son parent.
- **Besoin de plus de temps pour faire le travail demandé** : lorsque l'enfant a beaucoup de difficulté dans une matière et qu'il a besoin de plus de temps pour comprendre, il risque de ne pas terminer les examens dans le délai accordé et prendre plus de temps que ses camarades de classe pour faire ses devoirs ou exécuter les tâches demandées.

Signes psychologiques :



- **Anxiété/inquiétudes** : il arrive souvent que l'enfant qui a de la difficulté à apprendre se mette à s'inquiéter de ne pas réussir à l'école. Cela peut l'amener à éviter l'école, à être nerveux la nuit précédant une journée d'école ou le matin avant de partir pour l'école, à vivre plus de stress ou d'anxiété ou à s'emporter lorsqu'il est question d'un devoir, d'un examen, d'une tâche, etc.
- **Faible estime de soi/humeur maussade** : tant que le trouble d'apprentissage n'est pas identifié, il est fréquent que l'enfant ne sache pas pourquoi il a du mal à apprendre, qu'il se blâme et se croit « stupide » ou « pas aussi intelligent que les autres enfants ».

Que faire si vous suspectez un trouble d'apprentissage chez votre enfant?

Faites part de vos préoccupations à l'enseignant de votre enfant ou à l'école. Demandez-lui ce qu'il observe par rapport à l'apprentissage de votre enfant. Les enseignants peuvent s'avérer une bonne source d'information sur les ressources offertes à l'école et sont souvent prêts à proposer différentes stratégies, à utiliser en classe et à la maison, pour vous aider à répondre aux besoins d'apprentissage particuliers de votre enfant (p. ex., utilisation d'aides visuelles, un plus grand nombre d'activités pratiques). Si les stratégies d'apprentissage proposées ne fonctionnent pas, pensez à demander une évaluation officielle pour déterminer les difficultés et les besoins de votre enfant. L'identification précoce des besoins est primordiale.

Que dois-je faire pour obtenir une évaluation du trouble d'apprentissage de mon enfant?

Comme il est mentionné ci-dessus, il est important de soumettre votre enfant à une évaluation pédagogique afin de bien comprendre les besoins de celui-ci et de déterminer ce qui explique ses difficultés à l'école (p. ex., trouble d'apprentissage, TDAH, trouble du langage, déficience intellectuelle, anxiété, stress à la maison, etc.).

Pour diagnostiquer un trouble d'apprentissage particulier, on évalue les antécédents développementaux, médicaux, scolaires et familiaux, les résultats des tests (intelligence/résultats scolaires/réalisations) et les observations des parents et des enseignants.

Où obtient-on une évaluation?

Il existe plusieurs façons d'obtenir une évaluation psychoéducative globale. L'**école**, les **centres de santé mentale communautaires**, les psychologues en **pratique privée**, et, moins souvent, le service de santé mentale de l'**hôpital local**, font ce genre d'évaluation. Dans beaucoup de cas, les régimes d'assurance couvrent une grande partie de l'évaluation, lorsque celle-ci est fournie ailleurs que dans un établissement financé par l'État. Avant d'exclure cette possibilité, vérifiez auprès de votre fournisseur d'assurances et celui de votre conjoint/époux afin de savoir si l'évaluation est couverte. Pour trouver un psychologue qui effectue des évaluations dans votre région, rendez-vous à l'adresse suivante : <http://www.cpa.ca/publicfr/choisirunpsychologue/>;



n'oubliez pas que, comme ce genre d'évaluation est très demandé, le temps d'attente peut être long.

L'idéal est de faire évaluer votre enfant par l'école. Les psychologues scolaires travaillent en collaboration avec l'enseignant de votre enfant pour effectuer une évaluation exhaustive de son fonctionnement en classe et élaborer un plan d'intervention approprié. Tous les plans d'intervention seront examinés avec vous, et seront suivis et évalués sur une base régulière, pour s'assurer que le plan continue de répondre aux besoins de développement et d'apprentissage de votre enfant. Si l'évaluation est effectuée à l'extérieur de l'école, il est préférable, si cela est possible, de consulter l'enseignant de votre enfant dans le cadre de l'évaluation.

Si le temps d'attente est trop long, vous pouvez faire appel à un **cabinet privé**. Le temps d'attente est beaucoup plus court. Toutefois, les évaluations privées sont souvent très coûteuses, mais dans certains cas, elles sont couvertes par les assurances.

Comment aider votre enfant à réussir?

Dès que votre enfant reçoit un diagnostic de trouble spécifique des apprentissages, l'école crée, dans plusieurs cas, un plan d'enseignement individualisé, qui vise à appuyer l'apprentissage de votre enfant et est fondé sur les recommandations formulées dans le rapport d'évaluation. Le plan d'enseignement individualisé est un document officiel qui sera conservé au dossier scolaire de votre enfant. Il suivra celui-ci d'une année à l'autre pour veiller à ce que ses besoins soient bien compris et que les services soient maintenus; il est également important de faire réviser ce document chaque année afin de tenir compte de l'évolution du fonctionnement de votre enfant. Le plan d'enseignement individualisé comporte des instructions à l'intention des enseignants sur la façon d'optimiser l'apprentissage de votre enfant et d'aider votre enfant à réussir en classe. Par exemple, un enfant qui a des difficultés en écriture pourrait avoir accès à un ordinateur pour faire ses travaux et ses examens. Les plans d'enseignement individualisés sont examinés et modifiés tout au long de la scolarisation de votre enfant, et peuvent même le suivre à l'université ou au collège. De même, on peut mettre en place des mesures d'adaptation dans le milieu de travail.

Le plan d'enseignement individualisé N'A PAS d'incidence négative sur votre enfant ou sur ses chances de réussir une fois ses études terminées (p. ex., lorsqu'il fait une demande d'admission auprès d'une université ou une demande d'emploi). Il indique simplement que votre enfant apprend différemment des autres enfants et que, s'il a le soutien nécessaire, il peut réussir aussi bien que les autres!

Plusieurs personnes célèbres, qui ont excellé ou sont des chefs de file dans leur domaine, avaient ou ont un trouble d'apprentissage. Par exemple, Alexander Graham Bell, l'inventeur du téléphone, Walt Disney, l'ancien président des États-Unis John F. Kennedy, et l'actrice et animatrice à la télévision Whoopi Goldberg, souffraient ou souffrent tous de dyslexie (une forme de trouble de la lecture).



À la maison, et tout au long de l'apprentissage de votre enfant, soyez souple et compréhensif, en étant conscient que les enfants qui ont un trouble d'apprentissage apprennent différemment. N'ayez pas peur de vous battre pour faire reconnaître ses besoins à l'école; vous êtes son parent et êtes là pour défendre ses intérêts!

Où puis-je obtenir plus d'information?

Pour en savoir plus sur les troubles d'apprentissage, les ressources suivantes pourront vous aider :

Association canadienne des troubles d'apprentissage <http://www.ldac-acta.ca/fr/>

National Centre for Learning Disabilities : <http://www.nclld.org/>

Pour savoir si une intervention psychologique peut vous aider, **consultez un psychologue agréé**. Les associations provinciales et territoriales, et certaines associations municipales offrent des services d'aiguillage. Pour connaître les noms et les coordonnées des associations provinciales et territoriales de psychologues, veuillez vous rendre à l'adresse <http://www.cpa.ca/publicfr/Unpsychologue/societesprovinciales>.

La présente fiche d'information a été préparée pour le compte de la Société canadienne de psychologie par Lyndsay Evraire, M. Sc.

Date : janvier 2015

Votre opinion est importante! Veuillez communiquer avec nous pour toute question ou tout commentaire sur les fiches d'information de la série « *La psychologie peut vous aider* » : factsheets@cpa.ca.

Société canadienne de psychologie
141, avenue Laurier Ouest, bureau 702
Ottawa (Ontario) K1P 5J3
Tél. : 613-237-2144
Numéro sans frais (au Canada) : 1-888-472-0657