



Vidéos d'information professionnelle

Déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité et problématiques liées

DÉCOUVREZ LE PROGRAMME DE FORMATION EN LIGNE TDAH VIP[®] :
Plus de 4.5 heures de formation disponible sous forme de parcours thématique composé de courtes capsules vidéos permettant de se familiariser à son rythme sur les différentes facettes du Trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité et les problématiques liées.

Disponible sur SAVOIRMIEUXETRE.COM.

1. Science et TDAH

Durée : 26 min / 5 capsules

Formateurs :

Dre Annick Vincent, psychiatre

Dr Anthony Rostain, psychiatre et pédiatre

Y a-t-il une épidémie de TDAH? Qu'est-ce que la science nous apprend sur ce trouble neurodéveloppemental?

La Dre Annick Vincent, psychiatre, après une brève introduction, révisé les données épidémiologiques et étiologiques du TDAH, explore ce que la science nous apprend sur le fonctionnement du cerveau des personnes avec TDAH et amène une réflexion sur l'augmentation du nombre de prescriptions de médicaments TDAH. Le Dr Anthony Rostain, pédiatre et psychiatre, nous explique le rôle de la motivation, comment les personnes atteintes de TDAH peuvent présenter plus de difficulté à passer à l'action et nous dirige vers des pistes d'intervention.

2. Visages du TDAH

Durée : 14 min / 4 capsules

Formateurs :

Dr Michel Sirois, médecin de famille
Dre Annick Vincent, psychiatre
Dre Marie-Claude Guay, neuropsychologue

Quels sont les différents portraits du TDAH de l'enfance à l'âge adulte?

Dans la vie de tous les jours, le TDAH entraîne des difficultés à moduler l'attention (inattention), les mouvements (hyperactivité), les comportements (impulsivité) et parfois les émotions (hyperréactivité). Les symptômes du TDAH ont des impacts importants dans la vie des personnes atteintes. Le Dr Michel Sirois, médecin de famille, trace un portrait des différents visages et impacts du TDAH et donne des exemples chez les jeunes, appuyé par la Dre Annick Vincent, psychiatre, qui décrit le vécu chez les grands. Dre Marie-Claude Guay, neuropsychologue, précise certaines spécificités du TDAH au féminin.

3. Diagnostic du TDAH

Durée : 16 min / 5 capsules

Formateurs :

Dr Michel Sirois, médecin de famille
Dre Annick Vincent, psychiatre
Nathalie Arbour, orthopédagogue
Dre Marie-Claude Guay, neuropsychologue

Tout le monde qui est dans la lune ou qui bouge beaucoup n'a pas un TDAH! Comment fait-on le diagnostic? Qui consulter?

Dr Michel Sirois, médecin de famille, précise les critères diagnostiques du TDAH selon le DSM 5 et explique la démarche diagnostique. Dre Annick Vincent, psychiatre, précise la démarche de consultation (qui fait quoi?). Mme Nathalie Arbour, orthopédagogue et consultante en adaptation scolaire, décrit les rôles des différents intervenants en milieu scolaire et Dre Marie-Claude Guay, neuropsychologue, clarifie la différence entre une évaluation psychologique et une évaluation neuropsychologique.

4. TDAH et hygiène de vie

Durée : 13 min / 4 capsules

Formateurs :

Dre Annick Vincent, psychiatre
Dre Marie-Claude Guay, neuropsychologue

Pourquoi est-ce primordial d'avoir de saines habitudes de vie lorsqu'on a un TDAH?

La Dre Annick Vincent présente le rôle de l'hygiène de vie pour le bon fonctionnement de notre cerveau et notre bien-être général. Elle révisé également les impacts du TDAH sur l'hygiène de vie, particulièrement l'alimentation, le sommeil et l'activité physique et offre des pistes de solutions. La Dre Marie-Claude Guay, neuropsychologue, traite quant à elle de l'utilisation saine d'Internet, des réseaux sociaux et des jeux électroniques qui demande une forme d'autocontrôle sans quoi ceux-ci peuvent devenir envahissants, voire même à un niveau pathologique. Elle met aussi en lumière les impacts du TDAH sur le « *gaming* », l'utilisation d'Internet et des réseaux sociaux et propose des stratégies pour une utilisation plus saine de ces médias.

5. TDAH et comportements d'opposition

Durée : 21 min / 5 capsules

Formatrice :

Dre Johanne Perreault, psychologue clinicienne

Mon enfant est difficile et opposant. Comment distinguer l'enfant qui s'affirme d'un enfant avec trouble d'opposition avec provocation (TOP)? Comment l'aider comme parent?

Dre Johanne Perreault, psychologue clinicienne, explique ce qu'est le TOP et offre des pistes d'intervention aux parents pour être efficace et se donner les moyens de faire ce que l'on dit.

6. TDAH et TSA

Durée : 15 min / 3 capsules

Formatrice :

Dre Jessika Dion, psychologue clinicienne

Mon enfant est lunatique, rigide et pique des crises inexplicables. Comment distinguer l'enfant avec TDAH d'un enfant avec trouble du spectre de l'autisme (TSA)?

Dre Jessika Dion, psychologue clinicienne, explique ce qu'est le TSA et comment le distinguer du TDAH.

7. TDAH et émotions chez les jeunes

Durée : 14 min / 3 capsules

Formateurs :

Dre Johanne Perreault, psychologue clinicienne
Dr Nicolas Julien, psychologue clinicien
Dre Jessika Dion, psychologue clinicienne

Saviez-vous que le TDAH peut entraîner une difficulté à gérer les émotions? Comment aider le jeune?

En effet, le jeune avec TDAH ou TSA présente souvent des difficultés émotionnelles. Comment le reconnaître pour l'aider? Dre Johanne Perreault, psychologue clinicienne, nous piste sur la gestion des émotions chez les jeunes. Le Dr Nicolas Julien, psychologue clinicien, discute d'estime de soi et la Dre Jessika Perreault, psychologue clinicienne, explique comment dépister des indices de TSA chez un jeune inattentif et réactif.

8. TDAH et émotions chez les plus grands

Durée : 19 min / 3 capsules

Formateurs :

Dr Nicolas Julien, psychologue clinicien
Dre Annick Vincent, psychiatre

La gestion des émotions est l'apprentissage d'une vie. L'adulte avec TDAH présente souvent des difficultés émotionnelles. Comment mieux gérer ses émotions et développer une meilleure estime de soi quand on a grandi avec le TDAH?

Le Dr Nicolas Julien, psychologue clinicien, discute de gestion des émotions chez les grands, d'estime de soi et offre des stratégies pour réduire la procrastination associée à l'anxiété de performance. Émotions en montagnes russes : comment départager une humeur hyperréactive d'une maladie de l'humeur? La Dre Annick Vincent, psychiatre, distingue la dysrégulation émotionnelle souvent associée au TDAH d'un trouble de l'humeur franc.

9. TDAH : Stratégies d'intervention

Durée : 32 min / 7 capsules

Formateurs :

Dre Annick Vincent, psychiatre
Dr Anthony Rostain, psychiatre et pédiatre
Dre Suzanne Pelletier, pédiatre
Dre Johanne Perreault, psychologue clinicienne
Dr Martin Pearson, psychologue

Avec la participation spéciale de Seydou Jr. Haïdara, athlète professionnel

Quelles sont les pistes d'intervention efficaces pour aider la personne avec un TDAH?

Il n'existe pas de solution magique pour traiter le TDAH. Toutefois, il est possible de mettre en place des stratégies pour réduire les impacts et permettre à la personne atteinte de développer son plein potentiel. La Dre Annick Vincent révisé en détail ce que devrait comporter le traitement du TDAH et discute de la place de la médication et des approches non pharmacologiques, incluant les méthodes dites « alternatives ». Le Dr Anthony Rostain, pédiatre et psychiatre, explique le rôle de la motivation, comment les personnes atteintes de TDAH peuvent présenter plus de difficulté à passer à l'action et nous dirige vers des pistes d'intervention. La Dre Suzanne Pelletier, pédiatre, aborde des éléments clés pour mieux intervenir comme aidant (proche ou professionnel). M. Seydou Jr Haïdara, athlète professionnel, nous partage ses stratégies de champion pour mieux vivre avec le TDAH. La Dre Johanne Perreault, psychologue clinicienne, discute de l'intervention de type guidance parentale et le Dr Martin Pearson, psychologue clinicien, situe les principes d'intervention en psychothérapie du TDAH chez les grands.

10. Mieux vivre avec le TDAH chez les jeunes

Durée : 17 min / 5 capsules

Formateurs :

Dre Johanne Perreault, psychologue clinicienne
Dre Suzanne Pelletier, pédiatre
Julie Boissonneault, enseignante spécialisée

Mon enfant a un TDAH, comment l'aider comme parent?

Dre Johanne Perreault, psychologue clinicienne, partage des conseils quant à l'accueil du diagnostic et des stratégies pour aider le jeune, dont les routines, si précieuses, mais combien difficiles à implanter et maintenir. Dre Suzanne Pelletier souligne comment chacun est unique et différent et qu'il faut individualiser notre approche pour trouver « à chacun sa solution ». Mme Julie Boissonneault, enseignante spécialisée, piste le parent vers des trucs et astuces pour les devoirs.

11. Mieux vivre avec le TDAH chez les grands

Durée : 34 min / 7 capsules

Formateurs :

Dre Annick Vincent, psychiatre
Dr Nicolas Julien, psychologue clinicien
Dr Martin Pearson, psychologue

Avec ou sans médication, comment l'adulte qui vit avec le TDAH doit composer avec les symptômes et mettre en place des stratégies gagnantes pour en réduire les impacts?

La personne n'est pas responsable du fait d'être atteinte du TDAH, mais elle est responsable de ce qu'elle en fait. Outre maintenir une bonne hygiène de vie, que faire? Le cerveau TDAH est « un sprinteur qui doit courir des marathons ». La Dre Annick Vincent, psychiatre, offre des stratégies de gestion du temps et le Dr Nicolas Julien, psychologue clinicien, propose une approche pour « mieux procrastiner » et vaincre l'anxiété de performance. Le Dr Martin Pearson, psychologue clinicien, précise les stratégies pour mieux gérer son attention et son espace et explique comment certains outils d'aide technologique peuvent soutenir la personne avec TDAH dans sa vie quotidienne et son travail. Dr Pearson suggère des pistes pour mieux gérer ses finances et souligne certaines options gagnantes pour conjoint(e) de personne avec TDAH.

12. TDAH et école

Durée : 31 min / 8 capsules

Formatrices :

Dre Marie-Claude Guay, neuropsychologue
Julie Boissonneault, enseignante spécialisée
Nathalie Arbour, orthopédagogue

Comment reconnaître le TDAH à l'école et quelles sont les stratégies gagnantes? On sait que les difficultés d'attention, la bougeotte et l'impulsivité peuvent nuire aux apprentissages. La Dre Marie-Claude Guay, neuropsychologue, explique quels sont les impacts du TDAH sur les apprentissages et comment distinguer le TDAH d'un trouble d'apprentissage chez un élève ou étudiant en difficulté. Mon enfant a un TDAH et peine à faire ses devoirs. Comment l'aider? Mme Julie Boissonneault, enseignante spécialisée, piste le parent vers des trucs et astuces pour les devoirs. Comment soutenir l'enfant avec TDAH comme enseignant? Mme Nathalie Arbour, orthopédagogue et conseillère en services adaptés, partage des stratégies pour les enseignants, discute des éléments pour qu'un plan d'intervention soit efficace, explique les services adaptés, distingue les rôles des différents intervenants en milieu scolaire et fait un survol des outils d'aide technologique pour l'école.

13. TDAH et médication

Durée : 30 min / 9 capsules

Formatrice :

Dre Annick Vincent, psychiatre

Médication et TDAH : Pour qui? Pourquoi? Comment ?

Le sujet de la médication TDAH demeure un sujet chaud, souvent débattu sur la place publique de façon émotionnelle, avec une inquiétude face à l'augmentation remarquable du nombre de prescriptions de médicaments TDAH. Il importe d'adopter une démarche scientifique dans l'analyse de l'information qui doit être équilibrée et basée sur des évidences scientifiques. Après une brève introduction situant la place de la médication dans une approche individualisée multimodale du traitement du TDAH selon les lignes de pratiques canadiennes (CADDRA.ca), la Dre Annick Vincent, psychiatre, compare la médication TDAH à « une paire de lunettes pour le cerveau ». Au même titre que les lunettes permettent de voir les lettres, mais ne font pas lire, la médication TDAH permet à la personne atteinte de mieux « s'automoduler » et, par conséquent, améliore l'efficacité des stratégies non pharmacologiques SANS les remplacer! Elle explique la notion de « fardeau compensatoire » pour décider ou pas de commencer un traitement pharmacologique et propose des avenues pour orienter les choix de traitement. Médicamenter ou pas? Comment choisir parmi les options, comment commencer puis ajuster? Comment gérer les effets secondaires? Quand interrompre le traitement? Quelle est la place des « congés thérapeutiques »? Quoi faire en cas de difficulté à avaler sa médication ou si un jeune ne veut plus la prendre? Dans tous les cas, il est primordial de se rappeler que le traitement du TDAH doit être individualisé et qu'il n'y a pas de recette magique. Un traitement efficace est celui qui offrira une balance positive entre l'efficacité clinique et les effets secondaires et permettra à l'individu atteint de TDAH de développer son plein potentiel.

Nos formateurs - Biographie

Annick Vincent

Psychiatre

Dre Annick Vincent est médecin-psychiatre. Son travail clinique se concentre sur l'évaluation et le suivi psychiatrique de personnes souffrant de TDAH et problématiques reliées à la Clinique Focus. Dre Vincent a acquis une renommée internationale et est conférencière dans plusieurs pays d'Europe et d'Afrique du Nord. Dre Vincent a participé à l'élaboration des guides de pratique canadiens en TDAH (caddra.ca) et est aussi engagée au niveau de l'enseignement universitaire (professeure de clinique à l'Université Laval), auprès des médecins généralistes et spécialistes et du grand public (conférences, interventions dans les médias et écrivaine : Mon cerveau a besoin de lunettes et Mon cerveau a encore besoin de lunettes). Elle a aussi fait un DVD, Portrait du TDAH, et un site d'information sur le TDAH: attentiondeficit-info.com.

Johanne Perreault

Psychologie clinicienne

Dre Johanne Perreault est psychologue et exerce à la Clinique Focus. Elle intervient auprès d'une clientèle enfants et adolescents. Son champ d'expertise concerne le TDAH, le trouble de l'opposition, l'anxiété, de même que les problématiques développementales inhérentes à l'enfance et à l'adolescence. Son travail clinique consiste à évaluer et à assurer un suivi psychologique aux enfants et adolescents ayant un TDAH avec ou sans problématiques associées (anxiété, humeur, opposition). Dre Perreault fait également de la guidance parentale en lien avec les problématiques suivantes : opposition, comportement, anxiété et TDAH.

Michel Sirois

Médecin de famille

Dr Michel Sirois est médecin de famille au centre médical Hêtrière et à la Clinique Focus dont il est le cofondateur avec Dre Annick Vincent. Chargé d'enseignement à l'Université Laval, il s'intéresse à la formation médicale continue par des conférences auprès de ses pairs. Dr Sirois intervient auprès des enfants, adolescents, adultes atteints de TDAH.

Marie-Claude Guay

Neuropsychologue, professeure, département de psychologie, UQAM

Marie-Claude Guay, Ph.D., est professeure au département de psychologie à l'UQAM et chercheure associée à la Clinique des troubles de l'attention de l'Hôpital Rivière-des-Prairies et au Centre Jeunesse de Montréal-Institut Universitaire (CJM-IU). Au fil des années, elle a développé une expertise en recherche et en clinique auprès des jeunes qui ont un trouble du déficit de l'attention avec et sans hyperactivité (TDAH et TDA). Les études qu'elle mène visent notamment à mieux comprendre le trouble et à développer des programmes d'intervention novateurs qui favorisent l'adaptation de ces jeunes.

Mme Guay est également neuropsychologue clinicienne. Elle a fondé le Centre de psychologie M-C Guay où elle travaille avec une équipe de neuropsychologues et d'étudiants au doctorat en psychologie. Sa clinique se spécialise dans l'évaluation diagnostique du TDAH, des troubles d'apprentissage, des troubles neuro-développementaux et dans l'évaluation diagnostique de cas complexes.

Martin Pearson

Psychologue

Le Dr Martin Pearson, psychologue, s'est spécialisé dans le traitement et l'évaluation du trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH) chez l'adulte suite à une longue pratique clinique auprès des enfants et des adolescents présentant cette condition. Co-fondateur des *Cliniques de Services en Psychologie*, il y occupe entre autres un mandat de psychologue clinicien qui intervient en contexte individuel, conjugal et familial auprès des adultes présentant un TDAH selon l'approche systémique et cognitivo-comportementale. Formateur et conférencier de calibre international, il a offert au fil des ans de nombreuses présentations aux professionnels de la santé sur le TDAH et intervient régulièrement dans les médias. Depuis 2007, il enseigne en milieu universitaire des cours touchant le développement cognitif humain et les pratiques pédagogiques exemplaires en contexte scolaire. Il a siégé sur un comité institutionnel visant la révision de la politique universitaire pour les étudiants présentant un handicap (trouble d'apprentissage, TDAH, trouble de santé mentale, etc.).

Nathalie Arbour

Orthopédagogue

Conseillère en services adaptés

Nathalie Arbour est orthopédagogue depuis 22 ans. Depuis août 2012, son travail de conseillère en services adaptés au collège de Saint-Jérôme consiste à analyser les besoins et à mettre en place les accommodements nécessaires aux étudiants en situation de handicap. Auparavant, elle a travaillé en milieu scolaire, et ce, tant au primaire qu'au secondaire. Lors des dernières années, elle a également œuvré comme conseillère pédagogique et comme orthopédagogue-conseil au sein de la commission scolaire des Affluents. Elle s'est spécialisée notamment dans l'entraînement des outils technologiques et les troubles d'apprentissages. Depuis 2014, elle a développé un service d'orthopédagogie privé incluant l'entraînement aux aides technologiques. Elle donne d'ailleurs des conférences Europe, au Québec et à Toronto sur le sujet depuis 2012.

Nicolas Julien

Psychologue clinicien

Dr Nicolas Julien est psychologue clinicien. Au sein de la Clinique Focus, son travail clinique se concentre sur l'évaluation diagnostique de personnes souffrant de TDAH et problématiques reliées, telles que les troubles de l'humeur, les troubles anxieux et les troubles de l'adaptation. Il offre également des services de psychothérapie individuelle et utilise l'approche cognitive comportementale (TCC) dans sa pratique. Dr Julien a plus de 15 ans d'expérience en pratique privée. Il a également œuvré à titre de professionnel de recherche dans le domaine du suicide chez les personnes âgées et à titre de chargé de cours en gestion du stress, à l'Institut Maritime du Québec à Rimouski.

Jessika Dion

Psychologue clinicienne

Dre Jessika Dion travaille auprès de personnes qui présentent un trouble du spectre de l'autisme (TSA) depuis plus de 20 ans. D'abord dans le domaine des loisirs au cours de ses études, puis à titre de psychologue dans le réseau de la santé (CRDI de Québec, Centre de pédopsychiatrie du CHU de Québec). Depuis septembre 2014, elle a entrepris une pratique privée à temps plein. Son expertise se situe au niveau de l'évaluation diagnostique du TSA et l'adaptation de la psychothérapie auprès de cette clientèle. Elle offre aussi de la supervision professionnelle. Enfin, au cours des 15 dernières années, elle a été chargée d'enseignement à plusieurs reprises pour l'Université Laval et pour d'autres établissements collégiaux ou universitaires, et ce, toujours dans son domaine d'expertise.

Dr Antony Rostain

Professeur, psychiatrie et pédiatrie

Dr Anthony L. Rostain est professeur en psychiatrie et en pédiatrie à la Perelman School of Medicine (PSOM) de l'Université de Pennsylvanie. Il travaille également auprès de patients de tout âge touchés par le TDAH, le Trouble du spectre de l'autisme, le syndrome de la Tourette, les troubles d'apprentissage et autres troubles sociaux reliés et s'intéresse particulièrement à la neuropsychiatrie du développement. En parallèle, il est l'auteur de nombreux articles et ouvrages et mène de nombreuses recherches. Un des sujets qui le touche à cœur est le développement de services efficaces et l'optimisation du traitement des personnes atteintes du TDAH et d'autres troubles neuropsychiatriques, entre autres par l'intégration de la psychothérapie et la pharmacothérapie.

Julie Boissonneault

Enseignante spécialisée en soutien pédagogique

Diplômée en éducation au préscolaire et en enseignement au primaire depuis 2005, Julie Boissonneault, enseignante spécialisée en soutien pédagogique, se passionne pour développer des trucs pratiques afin d'établir un pont entre l'école et la maison. Dès le début de sa formation, elle cherche à aider les parents et les enfants en allant à domicile. De plus, elle participe à des projets de recherche en lecture et en écriture pour l'Université Laval en parcourant les différentes écoles de la région de Québec. En 2006, elle fonde une entreprise « Services d'aide à l'apprentissage multidisciplinaire » bien connue sous l'acronyme **S.A.A.M.** Divers services y sont offerts pour aider les jeunes élèves, principalement de niveau primaire, à surmonter certaines difficultés. Elle s'entoure alors d'une équipe pluridisciplinaire et permet non seulement aux élèves, mais aussi aux parents et aux intervenants de partager certains trucs. Depuis mai 2015, Julie Boissonneault fait également équipe à la Clinique FOCUS.

Suzanne Pelletier

Pédiatre

Dre Suzanne Pelletier est médecin pédiatre à la clinique Millenia au Complexe Desjardins. Une grande partie de sa pratique consiste à évaluer et suivre des enfants et adolescents TDAH avec ses comorbidités. Sa philosophie est de valoriser les forces et passions de ses patients pour leur permettre de vivre du succès et pour qu'ils puissent atteindre leur plein potentiel. Elle est conférencière auprès des médecins pédiatres et généralistes, du grand public et à l'Institut des troubles d'apprentissage du Québec. Depuis plusieurs années, elle participe aux congrès de TDAH nationaux et internationaux. De plus, ses trois enfants et elle-même sont touchés par le TDAH.

Avec la participation spéciale de :

Seydou Jr Haïdara

Athlète professionnel

Seydou Junior Haïdara est joueur professionnel dans la ligue canadienne de Football. C'est en 2012 qu'il reçoit un diagnostic de trouble du déficit de l'attention sans hyperactivité. Depuis quelques années, Seydou est aussi invité à titre de conférencier auprès des jeunes où il parle de son expérience et des trucs pratico-pratiques qu'il a développés dans sa vie de tous les jours, pour déjouer certaines difficultés liées à son TDA.