# Mieux vivre avec le TDA/H à la maison

Être parent d'un enfant aux prises avec un trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDA/H) apporte son lot de défis à relever. Le présent programme est conçu pour mieux outiller les parents qui se trouvent dans cette situation, afin de les aider à surmonter les difficultés que vit leur enfant à la maison au quotidien et de favoriser une expérience parentale positive. Le programme s'adresse aux parents d'enfants du primaire.

## Les thèmes abordés

Différents thèmes peuvent être abordés selon les besoins des participants.

- Comprendre les déficits de l'enfant ayant un TDA/H.
- Connaître les interventions efficaces ou inefficaces pour traiter le TDA/H.
- Gérer les problèmes de sommeil et d'alimentation.
- Compenser les déficits de l'enfant au quotidien.
- Accompagner l'enfant pendant la période des devoirs et mieux collaborer avec l'école.
- Aider l'enfant à mieux réussir en lecture, en écriture ou en mathématiques.
- Rendre l'enfant plus obéissant avec ses parents.
- Donner de l'attention positive à l'enfant pour améliorer ses comportements.
- Mettre sur pied un système d'émulation et de modification de comportement.
- Contrecarrer les comportements inacceptables.
- Désamorcer les crises de l'enfant ou mieux les gérer.
- Maintenir une bonne relation parent-enfant.
- Résoudre les conflits familiaux.
- Renforcer le concept de soi de l'enfant.
- Aider l'enfant à mieux vivre avec les autres.
- Aider l'enfant à mieux tolérer les frustrations et à gérer sa colère.
- Aider l'enfant à gérer son anxiété.

**Nombre de rencontres :** 10 (10$ chaque rencontres) **Durée des rencontres :** 2 heures

**Moment :** jour : lundi le 24 janvier 2022 heure : 19 h à 21 h

**Lieu :** Centre à Nous, 50 rue Thouin local 102 (à l'arrière)

Pour plus de renseignements, n'hésitez pas à communiquer avec

Éliane Goffoy ,

par courriel ( panda3@bellnet.ca )

ou par téléphone ( 450 582-0003 ).

Reproduction autorisée © Chenelière Éducation inc.