



SCIENCE, VISAGES ET DIAGNOSTIC DU TDAH (1 h 11 min)

Science et TDAH (26 min)

- Introduction
- TDAH: Ce que la science nous apprend
- Épidémie de TDAH?
- TDAH et motivation
- TDAH et passer à l'action

Visages du TDAH (14 min)

- TDAH: Portraits
- TDAH: Impacts chez les jeunes
- TDAH: Impacts chez le plus grands
- TDAH au féminin

Diagnostic du TDAH (16 min)

- TDAH: Critères diagnostiques
- TDAH: Démarche diagnostique
- TDAH: Qui consulter?
- Rôles des différents intervenants en milieu scolaire
- Différence entre évaluation psychologique et neuropsychologique

TDAH et Trouble du spectre de l'autisme (15 min)

- Qu'est-ce que le TSA?
- Inattention et crise de colère: TSA?
- TDAH, TSA ou les 2?

APPROCHES THÉRAPEUTIQUES DU TDAH (1 h 15 min)

TDAH et hygiène de vie (13 min)

- TDAH et hygiène de vie
- TDAH, alimentation et sommeil
- TDAH et activité physique
- TDAH, gaming, internet et réseaux sociaux

TDAH: stratégies d'intervention (32 min)

- Traitement du TDAH: Pour qui, pourquoi et comment?
- TDAH et motivation
- Mieux intervenir comme aidant
- Champion et TDAH
- Guidance parentale
- Psychothérapie du TDAH chez les grands
- TDAH: Approches dites alternatives

TDAH et médication (30 min)

- Introduction
- TDAH : Médicamenter ou pas?
- TDAH: Choix du médicament
- TDAH: Initiation du traitement pharmacologique
- Médication TDAH: Gestion des effets secondaires
- TDAH: Médicament un jour, médicament toujours?
- Prendre congé de médicaments
- Mon jeune a de la difficulté à avaler sa médication, quelques trucs.
- Mon jeune ne veut pas prendre sa médication, quoi faire?

MIEUX VIVRE AVEC LE TDAH CHEZ LES JEUNES (1 h 23 min)

TDAH à la maison (17 min)

- Mon enfant a un TDAH: Accueil du diagnostic
- TDAH: Comment aider mon enfant?
- TDAH: À chacun sa solution
- TDAH : Routines gagnantes
- Trucs et astuces pour les devoirs

TDAH et comportements d'opposition (21 min)

- Mon enfant a du caractère! C'est quoi un TOP?
- Gestion de l'opposition : Être un parent efficace
- Se donner les moyens de faire ce que l'on dit
- Une perte de privilège... Ça dure combien de temps?
- Oui, mais... (Mon enfant est soudainement tellement gentil)

TDAH et émotions chez les jeunes (14 min)

- Gestion des émotions chez les jeunes
- Estime de soi
- Inattention et crise de colère: TSA?

TDAH et école (31 min)

- TDAH : impact sur les apprentissages
- TDAH versus Troubles d'apprentissage spécifiques
- Trucs et astuces pour les devoirs
- TDAH: Stratégies pour l'enseignant
- Plan d'intervention
- Services adaptés en milieu scolaire : Pourquoi, pour qui, comment y avoir accès?
- Rôles des différents intervenants en milieu scolaire
- TDAH et outils d'aide technologique pour l'école

MIEUX VIVRE AVEC LE TDAH CHEZ LES GRANDS (53 min)

Stratégies gagnantes chez les grands (34 min)

- Gérer son temps
- Mieux procrastiner et vaincre l'anxiété de performance
- Gérer son attention
- Gérer son espace
- TDAH et outils d'aide technologique au quotidien
- Gérer ses finances
- Options gagnantes pour conjoint de personne avec TDAH

TDAH et émotions chez les grands (19 min)

- Gérer ses émotions chez les grands
- Estime de soi
- Mieux procrastiner et vaincre l'anxiété de performance
- Hyper-réactivité du TDAH ou Troubles de l'humeur?