

## Le TDAH chez l'adulte : Accompagnement autour des fonctions exécutives impactant la vie quotidienne

### Présentation de la formation :

Comment accompagner les adultes avec TDAH ? Que ce soit dans le cadre d'un diagnostic tardif ou posé dès l'enfance, cette question revêt toute son importance ! Les plaintes évoquées chez les adultes avec TDAH concernent la plupart du temps l'impact sur leur vie quotidienne (tâches de la maison, travail, administratif, relations familiales, amicales ou de couple, procrastination, ponctualité, organisation...). Ces répercussions peuvent être plus ou moins intenses selon la personne mais peuvent se révéler fortement handicapantes au quotidien.

Cette formation a pour objectif de transmettre les connaissances sur le TDAH chez l'adulte et vient surtout outiller les professionnels qui souhaiteraient accompagner ces adultes de manière groupale ou individuelle, notamment en développant des stratégies en lien avec les fonctions exécutives.

### Objectifs de la formation :

- Etre en mesure de se référer aux recommandations de bonnes pratiques
- Etre capable de définir les fonctions exécutives et d'identifier le lien entre le déficit exécutif et l'impact sur la vie quotidienne
- Etre en mesure d'animer un groupe thérapeutique pour adultes avec TDAH et de l'adapter au format individuel.
- Etre capable d'évaluer l'efficacité de son programme TDAH adulte

*La formation et ses moyens pédagogiques peuvent être adaptés et personnalisés en fonction du public*

### Mots clés :

- TDAH ; adultes ; vie quotidienne

### Conditions d'admission, prérequis :

- Etre sur la liste du public ciblé
- Professionnels travaillant auprès de personnes avec TDAH

### Public ciblé :

Psychologues, médecins, psychomotriciens, ergothérapeutes, éducateurs spécialisés, infirmiers, orthophonistes

### Animation pédagogique :

- **RENAUD Laura**, psychomotricienne, exerçant en libéral
- **RIZZO Céline**, psychomotricienne, exerçant en libéral

### Responsable pédagogique :

- **PURPER-OUAKIL Diane**, PU – PH, pédopsychiatre, CHU Montpellier

### Moyens et méthodes pédagogiques :

Supports de formation remis aux participants  
Exposés théoriques ; Vidéo-projections ; Quizz ; Travaux et réflexion de groupe ; mises en places de certains outils et aménagements en lien avec le TDAH ; Liste de ressources bibliographiques

### Modalités d'évaluation de l'action :

QCM en début et en fin de formation ; Evaluation des acquis en cours de formation ; mises en situation et jeux de groupe ; questionnaire de satisfaction

### Formalisation à l'issue de la formation :

Attestation de participation

## Programme :

### Première journée - Matin : Psychoéducation du TDAH et liens avec les fonctions exécutives

- Accueil, présentation des participants(es), attentes/objectifs de chaque apprenant(e)
- **TDAH : psychoéducation et recommandations**
  - Accueil et présentation, attentes et objectifs
  - Psychoéducation du TDAH et RBPP

### Première journée - Après-midi :

- **Fonctions exécutives**
  - Définition et impacts
  - Outils d'évaluation pré et post intervention
  - Objectifs SMART
- **Les programmes ciblant les problématiques du quotidien chez l'adulte avec TDAH**
- **La planification**
  - Liens TDAH et difficultés de planification, impacts au quotidien
  - Outils de compensation

### Deuxième journée – Matin : Contenu du programme TDAH Adulte

- **La gestion du temps**
  - Liens TDAH et difficultés de gestion du temps, impacts au quotidien
  - Outils de compensation
- **Motivation au changement**
  - Liens TDAH et fonctionnement du système de motivation, impacts au quotidien
  - Outils pour augmenter la motivation et intégrer de nouvelles habitudes de vie
- **La gestion des informations et distractions**
  - Liens TDAH et distractibilité, impacts au quotidien
  - Outils de compensation

### Deuxième journée - Après-midi :

- **La gestion matérielle**
  - Liens TDAH et gestion des affaires/administratif, impacts au quotidien
  - Outils de compensation
- **Introduction aux stratégies de régulation émotionnelle en lien avec le TDAH**
  - Liens TDAH et dysrégulation émotionnelle, impacts au quotidien
  - Stratégies avant, pendant et après "crise"
- **Modalités pratiques et adaptations du programme**
  - Logistique du groupe thérapeutique
  - Adaptations à proposer en fonction du patient

## Informations pratiques :



Dates :  
**18 et 19 octobre 27**



Durée :  
**2 journées soit 14 heures**



Horaires :  
**9h00 à 13h00 - 14h00 à 17h00**

Formation en présentiel dans les locaux de l'AFree à Montpellier



Nombre de participants :  
**4 minimum - 18 maximum**



Tarifs :  
**Institutions et/ou par l'employeur : 520,0 €**  
**Professions libérales et/ou à titre individuel : 420,0 €**

*(tarif hors frais de déplacement, repas, hébergement du stagiaire)*