



Des accommodements pour les étudiants de niveau postsecondaire aux prises avec le TDAH

Vos droits en tant qu'étudiant de niveau postsecondaire souffrant du TDAH

Un diagnostic de TDAH documenté dans un dossier médical est considéré comme une incapacité dans le système d'enseignement postsecondaire. Cela signifie que vous pouvez avoir droit à des accommodements, par exemple accéder à un conseiller en besoins spéciaux qui peut vous aider à gérer votre temps. D'autres accommodements sont possibles, par exemple disposer de plus de temps pour les travaux et les examens, avoir accès aux notes du professeur ou d'un autre étudiant, pouvoir enregistrer les cours et, possiblement, passer des examens adaptés, pour n'en nommer que quelques-uns. Le processus d'approbation des accommodements pourrait prendre un certain temps. C'est pourquoi il est recommandé de présenter son dossier aux personnes appropriées bien avant que ne débute l'année scolaire. Il est vrai que personne n'aime être perçu comme souffrant d'une incapacité ou étant différent. Toutefois, ce qui importe le plus est d'obtenir son diplôme dans le domaine de son choix.

Beaucoup d'étudiants ont échoué au niveau postsecondaire parce qu'ils étaient déterminés à être « comme les autres » et à ne pas utiliser d'accommodements. Or, ils se sont retrouvés en mauvaise posture au milieu de la première ou de la deuxième année de leurs études : pas de notes de cours, des travaux en retard et la menace d'échouer un ou deux cours. Malheureusement, les accommodements ne peuvent être rétroactifs. Les étudiants doivent donc être proactifs et négocier des accommodements avant le début de leurs études postsecondaires. Il se pourrait que vous n'ayez jamais à utiliser d'accommodements, mais si un problème survenait, la structure sera déjà en place. Il n'est en effet jamais trop tard pour demander des accommodements pour des travaux scolaires futurs, mais il ne sera pas possible de demander à ce qu'ils soient appliqués à des événements passés.

Soyez votre propre défenseur

Renseignez-vous bien sur votre incapacité et soyez en mesure de la décrire avec confiance et de faire connaître aux autres les besoins qui y sont associés. Par ailleurs, lorsque vous évaluez les écoles en vue de vous y inscrire, consultez leurs politiques et ressources pour les étudiants aux prises avec une incapacité. Il n'y a pas de honte à être différent ou à demander de l'aide.

Accommodements

Voici une liste des accommodements les plus courants qui peuvent être utiles et demandés pour les étudiants souffrant de TDAH. Puisque le TDAH est un trouble qui se présente sous diverses formes et

dont la gravité varie, les accommodements, les stratégies d'apprentissage et les outils d'aide organisationnelle doivent être adaptés selon les forces et les besoins des étudiants. Ainsi, l'étudiant et les personnes qui l'aident doivent prendre le temps de penser aux difficultés qu'il a connues et aux solutions qui se sont révélées utiles dans le passé. Parfois, pour trouver le bon accommodement, il faut procéder par essais et erreurs. Cependant, avec un peu de chance, une partie de la recherche de solutions aura été réalisée pendant les études secondaires, et certaines des stratégies et aptitudes faisant en sorte que les accommodements fonctionnent seront déjà en place. Toutefois, si ce n'est pas le cas, il est essentiel d'entamer le processus le plus tôt possible.

- Charge de cours allégée
- Plus de temps pour les travaux, le travail en classe, les tests et les examens (il faut toutefois se rappeler que cet accommodement devrait être utilisé avec modération et non pas simplement pour favoriser la procrastination)
- Flexibilité des dates de remise
- Possibilité de passer les examens ou tests sur un ordinateur à l'aide d'un correcteur orthographique
- Environnement calme pour les tests et examens en vue de réduire les distractions externes
- Accès à une personne pour prendre des notes ou aux notes du professeur ou d'un autre étudiant (il est souvent difficile pour un étudiant souffrant du TDAH de prendre des notes et de simultanément porter attention à ce que dit le professeur)
- Remise par écrit des instructions pour les travaux d'envergure
- Copies des aides visuelles et des présentations PowerPoint
- Flexibilité sur le plan des dates de tests, d'examens et de remise des travaux afin d'éviter que l'étudiant ne devienne dépassé par la charge de travail
- Possibilité de porter un casque d'écoute pendant les travaux en classe afin d'éviter les distractions
- Réduction des pénalités associées aux fautes de grammaire et d'orthographe
- Possibilité de demander à clarifier des questions de tests ou d'examens
- Possibilité d'utiliser un ordinateur portable pendant les cours
- Accommodements pour les difficultés de traitement des informations auditives, par exemple pour le choix des sièges dans la classe
- Pausages plus fréquentes
- Accès à un membre du personnel du centre service pour étudiants qui pourra fournir de l'aide pour : surveiller les progrès sur les travaux à remettre, scinder les travaux en parties plus faciles à gérer, acquérir des aptitudes de gestion du temps, éviter la procrastination, respecter les dates de remise et revoir les travaux pour s'assurer que les instructions ont été bien comprises