

TROUBLE DE DÉFICIT DE L'ATTENTION/HYPERACTIVITÉ (TDAH)

L'enfant ou l'adolescent qui a un trouble du déficit de l'attention / hyperactivité rencontre des défis au niveau cognitif, émotionnel et social. Il est difficile pour lui d'ancrer et de maintenir son attention sur une tâche, de répondre adéquatement à des consignes ou d'interagir avec son entourage en pondérant ses réactions émotionnelles (impulsivité verbale, motrice et sociale). Ceci peut entraîner une perte de l'estime de soi, de l'isolement, de l'anxiété ou des troubles de comportement.

La musicothérapie peut faciliter l'adaptation et l'intégration du jeune à son environnement. À l'aide de l'évaluation initiale, le musicothérapeute identifie ses besoins et ses capacités au plan socio-affectif, psychomoteur et cognitif ainsi que ses habitudes et préférences musicales. Il établit ensuite un plan d'intervention individualisé avec des objectifs qui tiennent compte de sa personne dans sa globalité, tels que: consolider l'estime de soi, développer l'attention sélective, maîtriser l'impulsivité verbale, motrice et sociale, acquérir des stratégies de communication, etc. Un suivi individuel ou en petit groupe sera privilégié selon ses besoins.

Pour atteindre ces objectifs, le musicothérapeute utilise diverses méthodes et techniques qui exploitent la musique sous toutes ses formes.

TROUBLE DE DÉFICIT DE L'ATTENTION/HYPERACTIVITÉ (TDAH)

Les propriétés communicatives et créatives de la musique sont au centre de la relation et des interactions thérapeutiques. L'enfant ou l'adolescent peut être invité à improviser avec la voix ou les instruments pour s'exprimer; à imiter et initier des motifs rythmiques ou mélodiques pour apprendre à se structurer ; à partager un instrument avec un pair ; à contribuer aux paroles d'une chanson ; à échanger autour d'une pièce musicale ; à mettre en scène un conte sonore. Une grande variété d'instruments de musique (percussions, guitare, piano ou autres) est utilisée afin de rejoindre les préférences de chacun et d'offrir une expérience émotionnelle riche et valorisante. En somme, la musicothérapie est un moyen privilégié pour aller à la rencontre du jeune ayant un déficit d'attention/hyperactivité en soutenant son développement émotionnel, cognitif et social.

Pour communiquer avec un musicothérapeute de votre région ou pour de l'information sur la musicothérapie :

Association québécoise de musicothérapie
www.musicotherapieaqm.org
Tél. 514.264.6335

info@musicotherapieaqm.org

