



ENFANT DISTRAIT

Source : [Naître et Grandir](#)

Information Générale

Être « distrait » :

- Est assez courant chez l'enfant de 3-5 ans.
- Dépend de la capacité d'attention (faculté à se consacrer sur un sujet dans le temps).
- Est variable selon les enfants, les contextes et les situations.

Avec l'âge, le développement cognitif se développe et l'enfant résiste d'avantage aux distractions qui l'entourent afin de conserver ses capacités d'observation, d'étude et de jugement lors d'une action ou sur un sujet quel qu'il soit.

Causes principales :

- L'état émotionnel (peur, anxiété...)
- L'état physique : 2 cas
 - Enfant fatigué, manque de sommeil
 - Enfant excité, trop-plein d'énergie
- Le moment de la journée : un enfant est plus enclin à maintenir son attention sur une tâche le matin et en milieu d'après-midi.
- La motivation : si l'activité ne suscite pas d'intérêt, l'enfant se détourne vers une autre tâche

Certains enfants peuvent également avoir un trouble de déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH) qui se caractérise par des actions impulsives, l'incapacité à attendre son tour ou encore rester sur place.

Signes perceptibles

Capacité d'attention limitée dans le temps
 Incapacité à rester concentré
 Nombreux oublis
 Difficulté à suivre les consignes
 Absence de motivation

Attitudes et comportements préventifs de l'encadrant

- (1) Être attentif au niveau de la fatigue
- (2) Favoriser des activités courtes
- (3) Capter l'intention
- (4) Limiter les distractions et bruits environnants
- (5) Veiller à la concentration de l'enfant sur l'instant présent
- (6) S'assurer de la sécurité émotionnelle

Comportements et interventions de l'encadrant

- ➔ Limiter le nombre de consignes adressées à l'enfant. Répéter plusieurs fois et s'assurer de leur compréhension (répétition - reformulation – démonstration).
- ➔ Avoir des attentes claires, précises et concises pour éviter les messages confus et contradictoires.
- ➔ Souligner et valoriser les efforts de persévérance.