

Le programme Barkley

Accompagner les enfants TDAH et soutenir les parents



Les fiches Solutions-Ergo

1

POURQUOI CETTE FICHE ?

Le trouble déficitaire de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH) ne se résume pas à "un enfant qui bouge trop". Il s'agit d'un trouble neurodéveloppemental aux répercussions majeures sur le comportement, l'attention, l'impulsivité, et la vie familiale.

Le programme Barkley est une approche structurée et validée, qui propose des outils concrets pour mieux comprendre les comportements difficiles et accompagner les parents dans leur quotidien. Il constitue une base solide dans l'encadrement des enfants présentant un TDAH.

3

FONCTIONNEMENT DU PROGRAMME

Le programme est généralement proposé sous forme de guidance parentale structurée, souvent en petits groupes. Il comporte une dizaine de séances avec une progression logique :

1. Comprendre le fonctionnement neuropsychologique de l'enfant TDAH
2. Ajuster les attentes parentales
3. Mettre en place des règles simples, explicites et visibles
4. Renforcer positivement les comportements attendus
5. Utiliser des conséquences cohérentes et prévisibles
6. Gérer les conflits sans escalade émotionnelle
7. Favoriser la constance et la cohérence éducative

Des outils concrets sont utilisés : tableaux de renforcement, minuteurs, consignes simplifiées, routines visuelles...



2

QU'EST-CE QUE LE PROGRAMME BARKLEY ?

Développé par le Dr Russell Barkley, chercheur en psychologie, ce programme repose sur un constat : les enfants TDAH présentent un déficit d'inhibition comportementale, ce qui affecte leur capacité à attendre, s'auto-réguler, anticiper ou respecter des consignes.

Le programme vise à :

- Réduire les comportements perturbateurs,
- Renforcer les comportements adaptés,
- Et surtout, fournir aux parents une stratégie claire et cohérente.

Il s'appuie sur les principes de la thérapie comportementale, adaptés à la réalité du quotidien familial.

4

À SAVOIR

- ✓ Le programme Barkley repose sur des bases scientifiques solides. Il améliore les compétences parentales, réduit les comportements oppositionnels et favorise une ambiance familiale plus sereine.
- ✓ Il ne permet pas de "guérir" le TDAH, mais contribue à en réduire les impacts au quotidien.
- ✓ Il est efficace même sans traitement médicamenteux, mais ses effets sont optimisés lorsqu'il s'intègre à une prise en charge globale.
- ✓ Il peut être mené par des professionnels formés : psychologues, ergothérapeutes, éducateurs, psychomotriciens...

5

APPLICATIONS CONCRÈTES

- Certains principes issus du programme peuvent être retransmis aux familles, même en dehors d'un programme complet.
- L'approche est utile pour structurer les environnements éducatifs (domicile, école, séances).
- Il est recommandé de proposer, si possible, une participation à un groupe de guidance parentale structuré, avec un professionnel formé.

6

CE QU'IL FAUT RETENIR

- Le programme Barkley est une approche comportementale rigoureuse et structurée, destinée à accompagner les parents d'enfants avec TDAH.
- Il repose sur des outils concrets pour structurer le quotidien, encourager les comportements adaptés et limiter les conflits.
- Il s'intègre dans une prise en charge globale, sans se substituer aux autres interventions nécessaires.