

# Troubles de l'attention (TDAH) | difficultés de concentration



L'attention est la capacité à sélectionner et à maintenir dans la conscience un événement extérieur ou une pensée. Elle correspond à un état général d'éveil et de vigilance qui permet au système nerveux d'être réceptif à toute forme d'information lui parvenant. Les troubles de l'attention vont concerner les enfants ou adultes qui ne peuvent rester concentrés pendant des périodes suffisamment longues sur un travail à effectuer, même si par ailleurs, celui-ci ne demande que peu d'effort intellectuel et présente un caractère routinier ou familier (par exemple, un travail de révision ou de recopiage). Une modalité particulière de l'attention est la capacité à pouvoir partager son attention entre plusieurs sources d'informations ou tâches à effectuer. Cette modalité attentionnelle, très coûteuse sur le plan cognitif, constitue, lorsqu'elle est défaillante, une source de difficulté ou de souffrance considérable pour l'enfant en situation scolaire.

**En plus de son action générale de stimulation cérébrale (on parle d'éveil corticale), la Méthode Tomatis® peut avoir une action très positive sur l'attention sélective. En effet, le procédé Tomatis® repose sur une bascule électronique qui provoque un contraste sonore destiné à surprendre constamment le cerveau pour le tenir en éveil. Le but étant de l'aider à développer des mécanismes automatiques de détection du changement, ce qui a pour conséquence le renforcement de l'attention sélective.**

