

Actualités, innovation et stratégies parentales pour le TDAH: Le programme PEPS



WEBINAIRE

Mardi 25 novembre 2025

18h00 – 19h00



Nathalie Franc

Pédopsychiatre - Service de Médecine
Psychologique Enfants ; CHU de Montpellier



Sylvie Boronat

Monitrice-éducatrice spécialisée dans les troubles du
comportement chez l'enfant, Co-autrice de *"Accompagner
les parents d'enfants ayant un TDAH avec le programme
PEPS – Dunod 2024"*



Jessica Nesensohn

Psychomotricienne, Service de Médecine Psychologique Enfants ;
CHU de Montpellier
Enseignante IFP – Faculté de Médecine de Montpellier.

Actualités, innovation et stratégies parentales pour le TDAH: Le programme PEPS

Mardi 25 novembre 2025

**Ce webinaire est enregistré : accès en replay dès demain
sur le site de l'APPEA**

**Pdf du support Powerpoint également disponible en ligne sur
www.appea.org**

Rappel : nous ne pouvons pas délivrer d'attestation de formation ou de suivi pour ce format de webinaire gratuit. Notre conseil, si nécessaire pour votre service, votre CPF ou votre employeur : enregistrer le mail info de connexion et faire une capture d'écran durant le webinaire.

Le programme PEPS

Mardi 25 novembre 2025

**Vos remarques, vos commentaires professionnels
et vos questions aux intervenants à écrire dans le volet
Discussion.**

**Reprise ou synthèse faite par
nos rapporteurs
et présentée en 2^{ème} partie après l'exposé court**

Assurez-vous dans la fenêtre de discussion que vos messages sont bien adressés « A tout le monde » (et non juste « Hôtes et panélistes »)

Actualités, innovation et stratégies parentales pour le TDAH: Le programme PEPS



WEBINAIRE

Mardi 25 novembre 2025

18h00 – 19h00



Nathalie Franc

Pédopsychiatre - Service de Médecine
Psychologique Enfants ; CHU de Montpellier



Sylvie Boronat

Monitrice-éducatrice spécialisée dans les troubles du
comportement chez l'enfant, Co-autrice de "*Accompagner
les parents d'enfants ayant un TDAH avec le programme
PEPS – Dunod 2024*"



Jessica Nesensohn

Psychomotricienne, Service de Médecine Psychologique Enfants ;
CHU de Montpellier
Enseignante IFP – Faculté de Médecine de Montpellier.

Les enjeux du TDAH

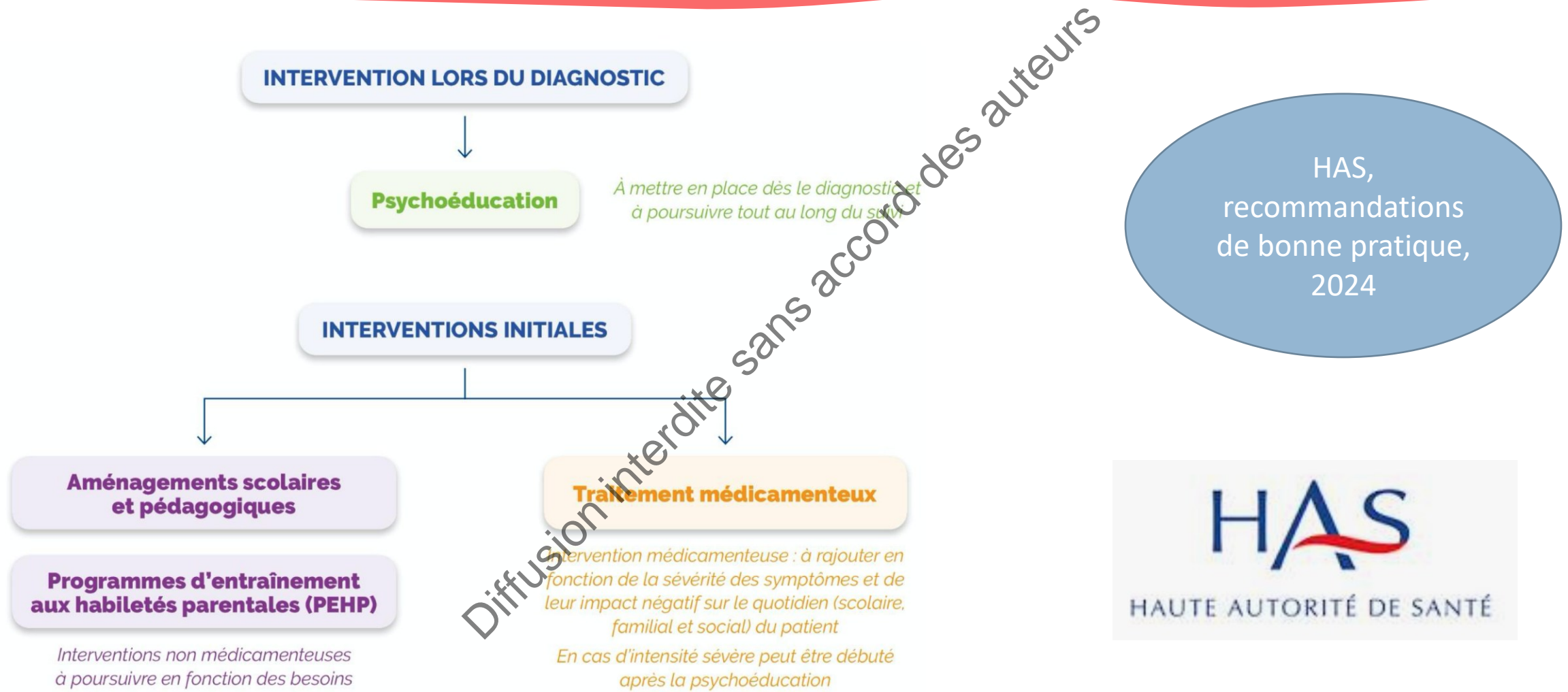
Un trouble du neurodéveloppement

Fréquent : environ 5% des enfants / adolescents

Des symptômes qui peuvent persister à l'âge adulte

Impact sur le fonctionnement de l'individu, la qualité de vie, la santé, les comorbidités psychiatriques, etc

L'accompagnement du TDAH chez l'enfant / adolescent



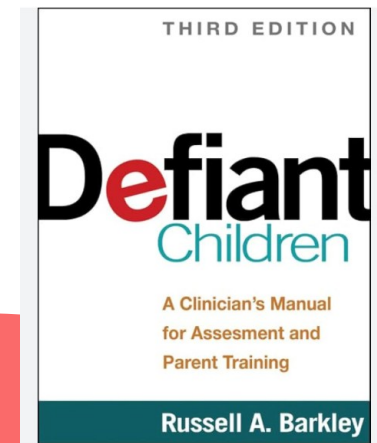
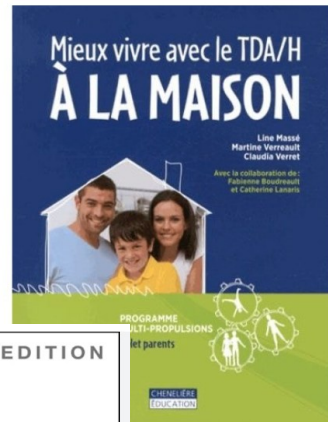
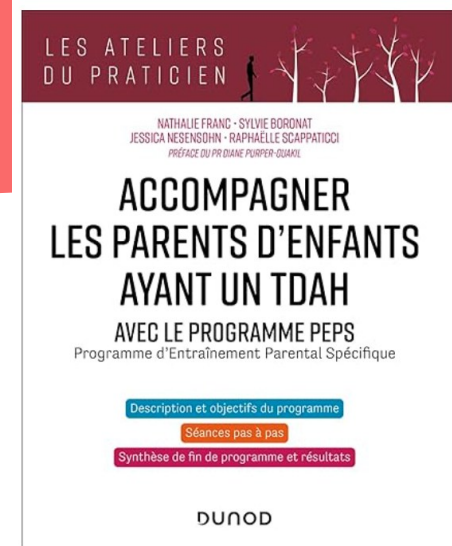
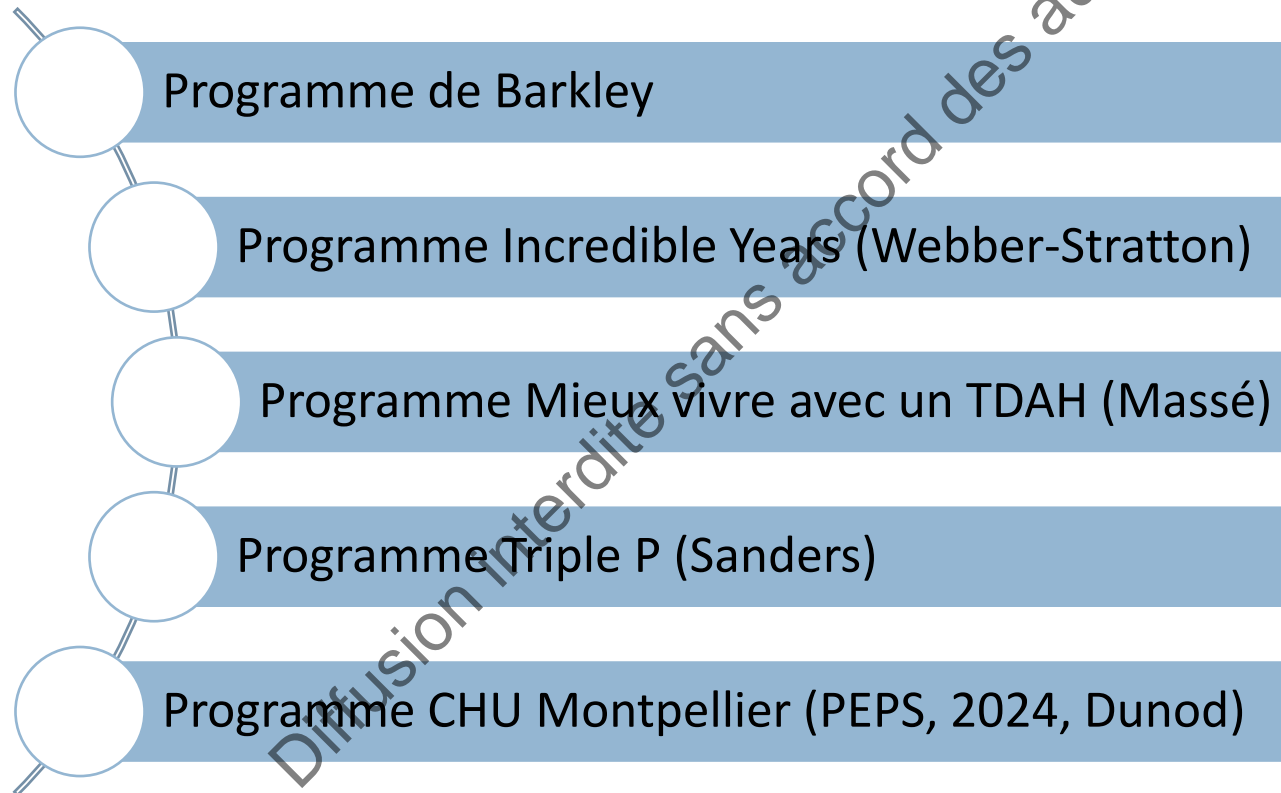
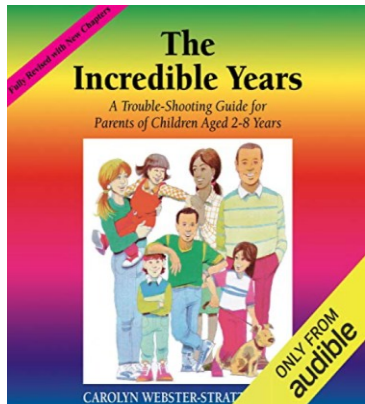
Les Programmes d'Entraînement aux Habiletés Parentales

PEHP	Groupes de parole
Programme structuré basé sur la transmission de techniques	Programme non structuré basé sur l'échange et le partage émotionnel
Validé scientifiquement	Non validé scientifiquement
Manuel de référence	Pas de manuel de référence
Nombre de séances défini	Variable
Exemples : programme de <u>Barkley</u> , Programme GCOP, programme Faire Face au TDAH, ...	Cadre institutionnel ou associatif

Différents PEHP dans le TDAH



pour tous les parents



Pourquoi le programme PEPS ?

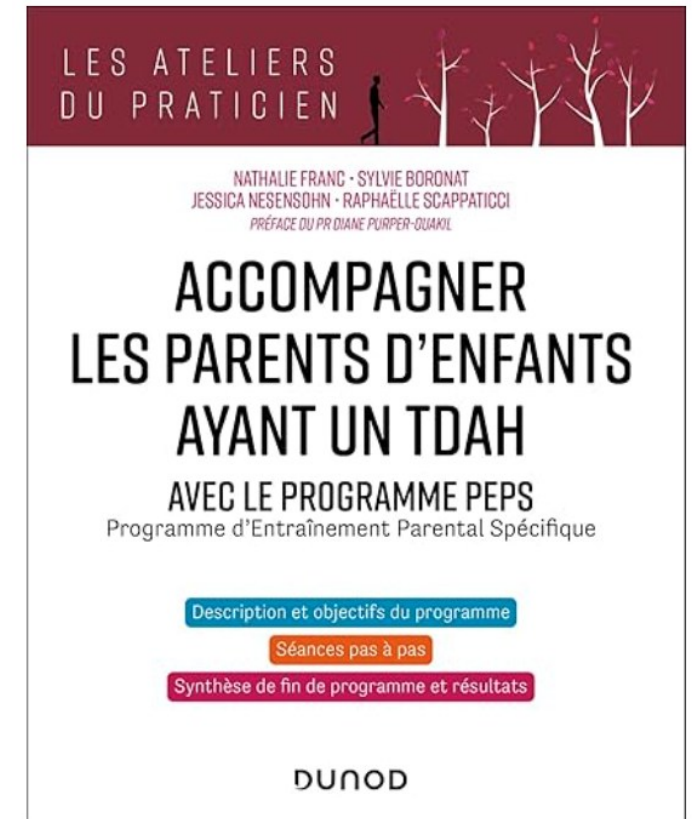
Evolution d'une pratique clinique après plus de 15 ans de programme de Barkley

Besoin de moderniser le programme (question des écrans, stratégies spécifiques)

Besoin de s'adapter à la population française

Besoin de prendre en compte particulièrement la dysrégulation émotionnelle (apports RNV)

Diffusion interdite sans accord des auteurs



Comment décliner le programme PEPS ?

Classique

Une dizaine de familles

Dix séances de 1h30

Une séance / deux semaines

Tâches interséances

Adaptations possibles

PEHP individuel

PEHP en distanciel

PEHP en stage intensif

Adaptation online du programme PEPS et des PEHP

Adaptation online du programme sur le logiciel Zoom

Co-animateur(s) pour gérer la présentation du programme et le Tchat

Niveau de satisfaction parental élevé

Avantages

Facilité d'accès, gain de temps

Possibilité de participer malgré la gêne sociale

Interactions facilitées par le tchat, groupes Whatsapp

Possibilité d'être en double tâche

Plus de parité !

Facile à animer

Inconvénients

Nécessité d'être bien équipé

Pas de rencontre réelle

Problèmes techniques

Le contenu du programme PEPS

La psychoéducation

- Étape indispensable quelle que soit la situation

Les 13 étapes du programme PEPS

Peuvent être réorganisées

La partie adaptée aux ados

Psychoéducation : première ligne indispensable

Expliquer le diagnostic et le trouble

Confronter les idées reçues aux données médicales

Donner des perspectives d'évolution

Détailler les différents traitements

Répondre aux questions / donner des sources d'info

Diffusion interdite sans accord des auteurs

La psychoéducation est déjà une étape !



Aide à déculpabiliser et rassurer les familles

Permet d'éviter les fausses interprétations (« c'est un fainéant »)

Permet d'avoir des informations précises sur ce qui est efficace ou non (ne pas perdre de temps / d'argent)

Permet aussi de s'interroger sur son propre TDAH parental !!

Treize étapes de la guidance du programme PEPS

1- Comprendre les schémas de la non obéissance et le renforcement positif

2- Mettre en place un temps privilégié avec l'enfant

3- Optimiser l'efficacité des consignes

4- Améliorer la gestion du temps

5- Apprendre à l'enfant à ne pas déranger

6- Proposer un système de points pour automatiser les routines

7- Gérer les comportements problématiques avec le time-out

Treize étapes de la guidance du programme PEPS

1- Comprendre les schémas de la non obéissance et le renforcement positif

2- Mettre en place un temps privilégié avec l'enfant

3- Optimiser l'efficacité des consignes

4- Améliorer la gestion du temps

5- Apprendre à l'enfant à ne pas déranger

6- Proposer un système de points pour automatiser les routines

7- Gérer les comportements problématiques avec le time-out

Treize étapes de la guidance du programme PEPS

8- La gestion des crises émotionnelles

9- Réparer plutôt que punir

10- Prendre soin de soi en tant que parent

11- Apprendre à l'enfant à bien se comporter dans les lieux publics

12- Accompagner les devoirs scolaires et faire le lien avec l'école

13- Gérer les écrans

Treize étapes de la guidance du programme PEPS

8- La gestion des crises émotionnelles

9- Réparer plutôt que punir

10- Prendre soin de soi en tant que parent

11- Apprendre à l'enfant à bien se comporter dans les lieux publics

12- Accompagner les devoirs scolaires et faire le lien avec l'école

13- Gérer les écrans


Partie adolescents

Adolescents avec TDAH : ce qu'il faut comprendre

Mettre en place des compromis pour augmenter l'autonomie

Gérer les situations à risque

Diffusion interdite sans accord des auteurs



Les grandes lignes du programme PEPS

Renforcement positif



Les punitions ne fonctionnent pas et ont un effet délétère

Les « bons comportements » ne vont pas de soi dans le TDAH

Pour augmenter la fréquence d'un comportement il faut le renforcer positivement (félicitations, encouragement)

Repérer également les renforcements négatifs : analyse fonctionnelle

Passer du temps de qualité avec son enfant est la première étape pour améliorer l'efficacité parentale

Diffusion interdite sans accord des auteurs

Moment spécial et partage émotionnel



La base, c'est la qualité de la relation et des bons moments

Souvent relation mise à mal

Choisir un temps quotidien

Importance de la disponibilité +++

Passer du temps de qualité avec son enfant est la première étape pour améliorer l'efficacité parentale

Possibilité de rendre le cadre plus souple

Valoriser l'enfant qui ne dérange pas



Séance « à contre courant »

Intérêt = prise de conscience du parent des systèmes de renforcement des comportements négatifs (le fait de déranger pour obtenir de l'attention)

Et apprendre à l'enfant à jouer seul

Minuteur, valorisation

Système de points / jetons



Les compliments ne sont pas toujours suffisants pour encourager l'enfant

L'objectif est d'utiliser un renforçateur plus puissant, rapide et réactif pour faciliter la mise en place des routines du quotidien (et augmenter l'autonomie)

Système de points qui peuvent être échangés contre des privilèges du quotidien

Le time-out ou temps mort



Objectifs : ne pas prêter attention aux comportements perturbateurs

Permettre un retour au calme émotionnel

Cinq minutes de mise à l'écart à proximité , contact visuel (pas la chambre) avec minuteur

Limites : à mettre en place avant 10 ans, et si l'enfant est encore dans un état émotionnel assez stable

Parfois : à traiter après la gestion de crise

La gestion des crises



70% des enfants avec TDAH présente un trouble de la régulation émotionnelle

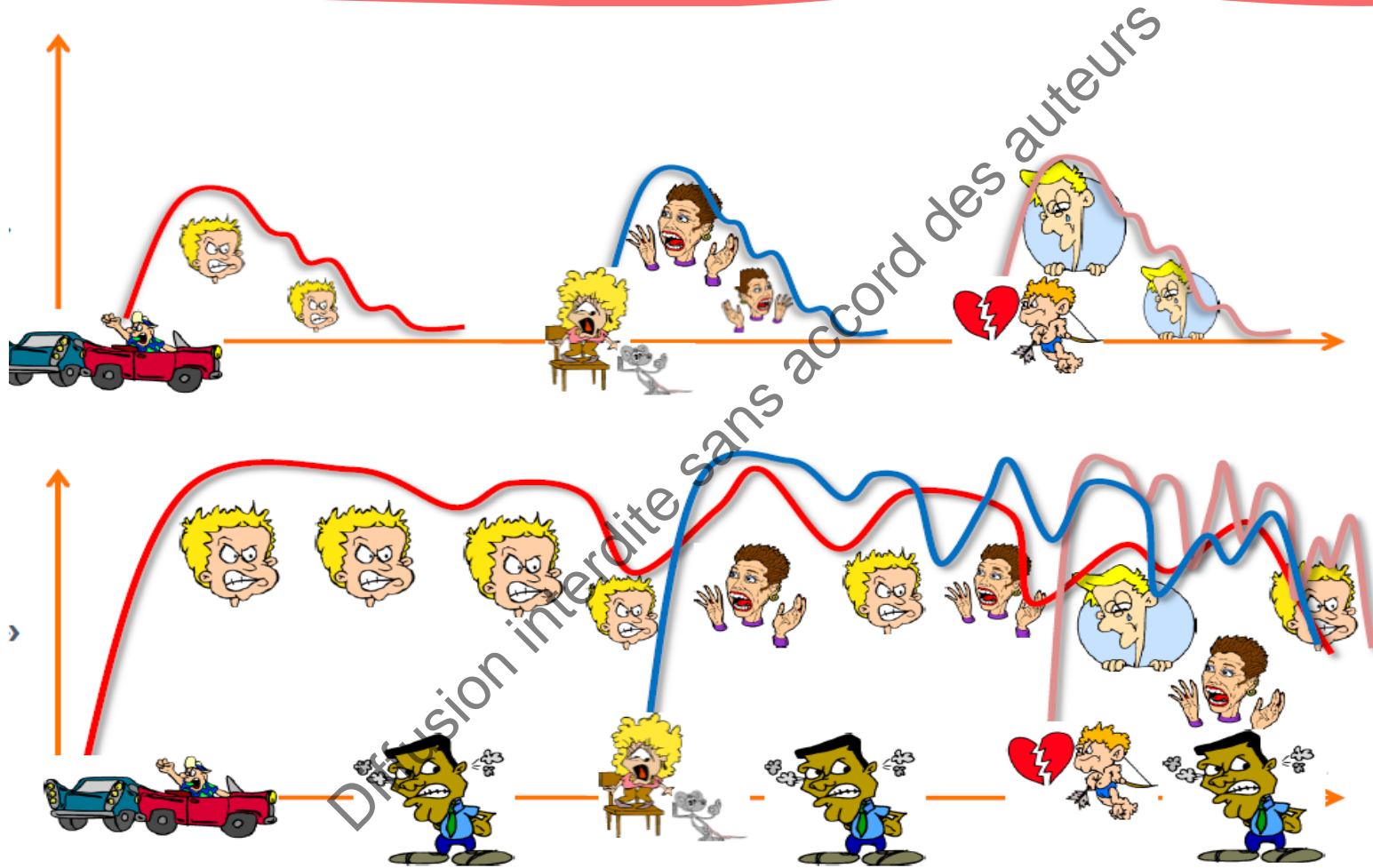
Notion d'irritabilité chronique et de crises de colère

Intolérance aux frustrations et explosivité

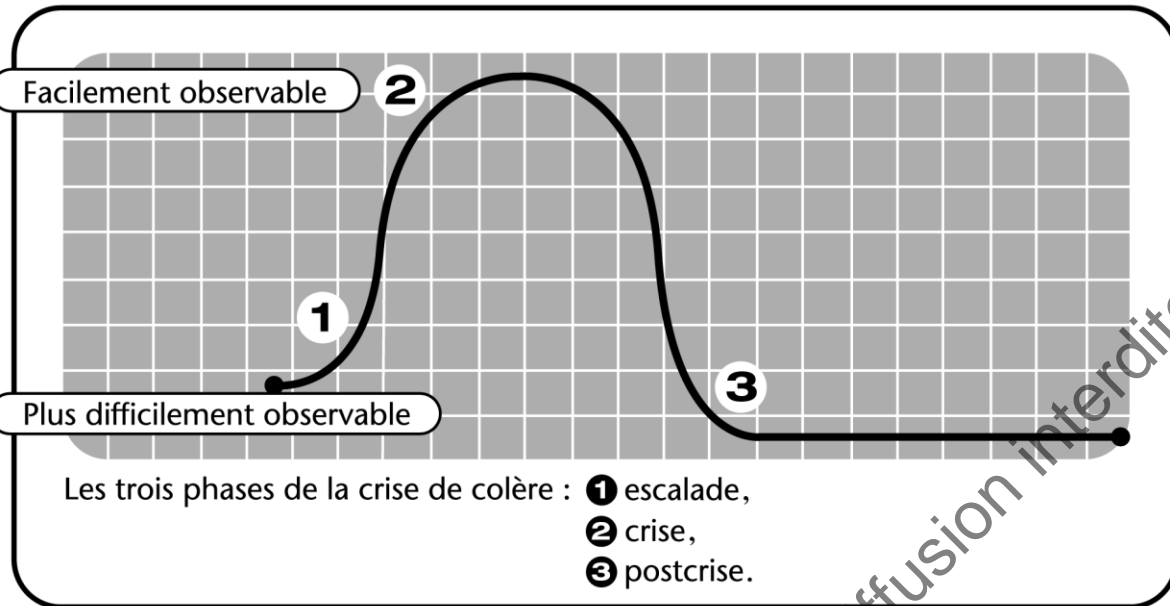
Souvent la gêne principale pour les parents

Stratégies spécifiques à partir des schémas de la crise

Débordement émotionnel



Gestion du « plateau » de la crise



Enfant hors de contrôle

Communication inutile

Risque d'escalade +++

Ne pas interagir

Eloignement, attente, protection

Réparer plutôt que punir

La punition a tendance à aggraver les choses dans le TDAH (augmente la colère et l'opposition, complique la relation parents enfants)

La réparation est une action qui vient compenser un préjudice, sans altérer la relation, et qui maintient l'estime de soi du jeune

Différencier les réparations à l'identique (restaurer, participer financièrement) et les Travaux d'Intérêt Familial (TIF)



Prendre soin de soi en tant que parent

Séance importante +++ , prévention du burnout parental

Apprendre au parent à respecter ses propres besoins, se faire entourer

Nécessité parfois d'engager des soins pour soi-même (notamment pour TDAH parental / dysrégulation émotionnelle)



Gestion des écrans



Beaucoup d'éducation parentale ! Et de réassurance

La règle d'or est la communication et la compréhension

Importance du comportement parental sur les écrans

Logiciels de contrôle et encadrement, contrats, plan écrans, ...

Partie adolescents

Dérivée de résistance non violente et sur les bases de la « nouvelle autorité »

Expliquer l'importance d'être relié en tant que parent, de différer ses réactions, de privilégier les compromis

Envisager les situations à risque : addictions, autodestructions, trouble des conduites



Efficacité des PEHP

Pas de diminution des symptômes de TDAH évalués par observateur extérieur mais ...

Amélioration des relations intrafamiliales, diminution du stress parental

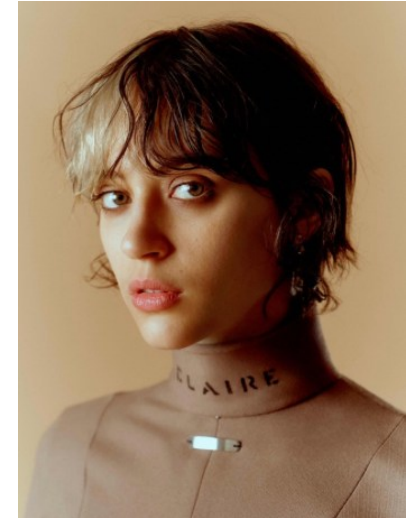
Amélioration de l'estime de soi de l'enfant

Effets sur le long terme

Diffusion interdite sans accord des auteurs

Merci de votre attention

Toujours rester positif



LES ATELIERS
DU PRATICIEN



NATHALIE FRANC · SYLVIE BORONAT
JESSICA NESENHOHN · RAPHAËLE SCAPPATICCI
PRÉFACE DU PR DIANE PURPER-DUAKIL

ACCOMPAGNER LES PARENTS D'ENFANTS AYANT UN TDAH

AVEC LE PROGRAMME PEPS

Programme d'Entraînement Parental Spécifique

Description et objectifs du programme

Séances pas à pas

Synthèse de fin de programme et résultats

DUNOD

Se former avec l'APPEA sur ce thème

- **Groupes « Barkley » & Programme PEPS de guidance pour parents d'enfants présentant des troubles du comportement avec ou sans diagnostic de TDAH** avec Nathalie Franc, Jessica Nesensohn, Sylvie Boronat et Stéphanie Simon
Prochaine session : en présentiel 12 Mars 2026, 13 Mars 2026 et distanciel le 03 Avril 2026
D'autres dates sur www.appea.org
- **Approfondissement et supervision : PEHP Programme Barkley/PEPS** avec Nathalie Franc, Jessica Nesensohn, Sylvie Boronat et Stéphanie Simon
Prochaines sessions : en cours de programmation
- **Troubles du comportement et TDAH chez l'enfant : l'essentiel de la clinique, de l'évaluation et de l'accompagnement** avec Robert Voyazopoulos, Nathalie Franc, Jessica Nesensohn et Stéphanie Simon
Prochaines sessions : en présentiel 11 Juin 2026, 12 Juin 2026 et distanciel le 26 Juin 2026
D'autres dates sur www.appea.org



Prochain webinaire

Le mardi 9 décembre à 18h

Ouverture des inscriptions le vendredi 28 novembre sur www.appea.org

La santé mentale des enfants placés

(titre provisoire)

Avec Guillaume Bronsard