

10 questions sur...

Josiane Caron Santha
et Christiane Lacroix,
ergothérapeutes

LE TROUBLE DÉVELOPPEMENTAL DE LA COORDINATION (TDC)

CHEZ L'ENFANT ET L'ADOLESCENT

– Mieux comprendre pour mieux intervenir –



Josiane Caron Santha et Christiane Lacroix,
ergothérapeutes

10 questions sur...

**LE TROUBLE
DÉVELOPPEMENTAL DE LA
COORDINATION (TDC)**

CHEZ L'ENFANT ET L'ADOLESCENT

Catalogage avant publication de Bibliothèque et Archives nationales du Québec
et Bibliothèque et Archives Canada

Titre: Le trouble développemental de la coordination (TDC) chez l'enfant et
l'adolescent / Josiane Caron Santha, Christiane Lacroix.
Noms: Caron Santha, Josiane, 1972- auteur. | Lacroix, Christiane, 1967- auteur.
Description: Mention de collection: 10 questions sur... | Comprend des références
bibliographiques.
Identifiants: Canadiana 20250047098 | ISBN 9782925213956 (couverture souple)
Vedettes-matière: RVM: Trouble développemental de la coordination.
Classification: LCC RJ496.A63 C37 2025 | CDD 618.92/83—dc23

Autrices : Josiane Caron Santha et Christiane Lacroix
Édition : Éditions Midi trente
Crédit photo de Josiane Caron Santha : Julie Durocher
Crédit photo de Christiane Lacroix : Alexy Préfontaine
Photos : depositphotos.com
Illustrations : Canva et Vecteezy



Tous droits réservés
© Éditions Midi trente
www.miditrente.ca

ISBN : 978-2-925213-95-6
Imprimé au Canada

Dépôt légal : 4^e trimestre 2025
Bibliothèque et Archives nationales du Québec
Bibliothèque et Archives du Canada

Tous droits de traduction, d'édition, d'impression, de représentation
et d'adaptation, en totalité ou en partie, réservés pour tous les pays.
La reproduction d'un extrait quelconque de cet ouvrage, par quelque
procédé que ce soit, tant électronique que mécanique, notamment
par photocopie ou par microfilm, est strictement interdite sans
l'autorisation écrite de la maison d'édition.



Financé par le
gouvernement
du Canada

Canada

Société
de développement
des entreprises
culturelles

Québec

Les Éditions Midi trente remercient la
SODEC de son soutien.

Québec

Crédit d'impôt
livres

Gestion
SODEC



Il est **interdit** de reproduire le contenu de cette publication,
en partie ou en totalité, sans autorisation.

*Merci de protéger les créateurs et de nous permettre de continuer à publier des
ouvrages de qualité.*

MISE EN GARDE

Bien que ce livre vise à répondre à plusieurs questions sur le trouble développemental de la coordination (TDC), il ne remplace pas un avis professionnel. Il ne constitue pas non plus un outil diagnostique. N'hésitez pas à consulter un professionnel ou une professionnelle de la santé au besoin.

TABLE DES MATIÈRES

Introduction.....	9
QUESTION 1 : Le trouble développemental de la coordination (TDC), qu'est-ce que c'est ?.....	15
QUESTION 2 : Comment savoir si c'est un TDC ?.....	25
QUESTION 3 : Comment créer des conditions favorables aux apprentissages moteurs ?.....	43
QUESTION 4 : Comment l'ergothérapie peut-elle aider ?.....	53
QUESTION 5 : Comment aider l'enfant à développer son autonomie à la maison et à la garderie ?.....	65
QUESTION 6 : Comment aider le jeune à composer avec un TDC à l'école ?.....	79
QUESTION 7 : Comment aider le jeune avec son écriture ?.....	93
QUESTION 8 : Comment aider le jeune à développer une saine estime personnelle ?.....	109
QUESTION 9 : Comment aider le jeune dans ses loisirs ?.....	123
QUESTION 10 : Comment entrevoir l'avenir ?.....	137
Conclusion.....	147
Mythes et réalités : les réponses.....	149
Fiche-résumé.....	152
Annexe.....	157
Ressources.....	159
Références.....	163
Remerciements.....	173



INTRODUCTION

Le matin, lorsque nous enfilons machinalement un t-shirt, nous n'avons pas conscience de tout ce qui a été fait pour réussir cette action. On pourrait penser qu'il s'agit d'une seule action (mettre son t-shirt), mais il s'agit en fait d'une série de petits gestes moteurs qui s'enchaînent : trouver le t-shirt parmi tous les vêtements, identifier le col et le devant, passer un bras, puis l'autre, ajuster le vêtement sur soi, etc. Cette tâche, tout comme tartiner une tranche de pain, se brosser les dents, faire son lit, découper ou écrire lisiblement dans un trottoir d'écriture, est ce que l'on appelle une action motrice complexe.

Pour la majorité d'entre nous, ces gestes restent complexes temporairement, le temps de les apprendre, et voilà tout. Avec l'entraînement, ils deviennent graduellement plus précis, rapides, fluides et, surtout, automatiques : ils se font sans que l'on ait besoin d'y penser.

Chez certains enfants, ce processus d'automatisation peut malheureusement rester hors de portée, ou ne pas s'installer complètement. Des actions comme enfiler un vêtement vont alors continuer de demander un effort conscient à chaque fois. Le jeune sait ce qu'il doit faire, mais ne sait pas *comment* le faire. Le trouble développemental de la coordination (TDC) est d'ailleurs surnommé le trouble du « comment faire », tiens donc.

Imaginez la fatigue qui s'accumule chez un jeune quand chaque action de la routine du matin, dite « simple », demande autant d'effort mental.

Maintenant, visualisez ce même jeune qui doit ensuite affronter des tâches encore plus complexes : faire un bricolage, écrire un texte en classe, tracer un cercle avec un compas, organiser son pupitre, ou plus tard, préparer un repas, nettoyer la salle de bain...

On comprend vite que chaque activité qui se succède devient un défi plus grand que le précédent, parce que les piles (l'énergie disponible) sont déjà à plat.

L'enfant aimerait être capable de bien faire les choses, mais chaque geste, chaque activité est compliquée. Et puis il y a ce petit doute, ce sentiment d'être différent qui prend de plus en plus de place dans sa tête : « Pourquoi est-ce que c'est si facile pour les autres, mais pas pour moi? »

À tout cela s'ajoute le grand monde des émotions. Parce que, oui, quand tout exige autant d'efforts, le découragement et la frustration ne sont jamais bien loin. Les crises de colère et les pleurs non plus.

Ces émotions, qui s'accumulent depuis la petite enfance, ne disparaissent pas une fois la tâche terminée. Elles restent en arrière-plan, comme une ombre qui teinte non seulement le sentiment de compétence de l'enfant sur le plan moteur, mais aussi toute son autonomie, sa confiance en lui et son estime personnelle. Ce qui commence comme un problème moteur peut avoir des conséquences bien plus étendues.


C'est précisément ici que le rôle des parents, des éducatrices, des enseignantes et des intervenantes devient fondamental : veiller à *comprendre* ce que traverse l'enfant, les défis auxquels il fait face, l'accompagner avec bienveillance et empathie, et l'aider à trouver des stratégies pour avancer, un pas à la fois.

Bien que le TDC soit un diagnostic invisible pour l'entourage, l'espoir est quant à lui bien visible et réel : oui, il est possible et réaliste d'espérer améliorer le quotidien de l'enfant et d'entrevoir un bel avenir pour lui. Nous souhaitons de tout cœur que cet ouvrage contribuera à vous éclairer et qu'il vous encouragera à persévérer dans votre quête de connaissances, et surtout, dans votre démarche pour bien accompagner l'enfant qui motive votre lecture.

NOTES AUX LECTEURS ET AUX LECTRICES :

- Cet ouvrage est avant tout un livre de sensibilisation au TDC, et il s'adresse à un lectorat plus ou moins familier avec le sujet. Ainsi, plusieurs éléments théoriques ont été volontairement écartés étant donné qu'il ne s'agit pas d'un ouvrage exhaustif.
- Nous aimerions vous présenter **Teddy** : c'est un enfant fictif, et son prénom sera utilisé tout au long du livre pour personnifier « l'enfant ou l'adolescent avec un TDC » afin d'alléger la lecture.
- Le terme *garderie* désigne dans ce livre un centre de la petite enfance (CPE), une garderie en milieu familial, une crèche ou une halte-garderie. De plus, le terme *éducatrice* englobe aussi les responsables d'un service de garde éducatif en milieu familial (RSGE).
- Cet ouvrage a été rédigé à partir des données probantes disponibles au moment de la rédaction. Pour alléger la lecture et limiter le nombre de pages du livre, nous avons choisi de ne pas insérer les sources directement dans le texte. La liste complète des références se trouve cependant à la fin du livre.
- En 2019, 35 recommandations internationales ont été émises par l'EACD (*European Academy of Childhood Disability*) dans un article en regard des pratiques cliniques concernant le TDC*. Lorsqu'une de ces recommandations sera évoquée dans ce livre, elle sera identifiée ainsi : (EACD #1) — ce qui ferait alors référence à la « recommandation 1 » de l'article. Lorsque nous évoquerons plutôt un sujet abordé dans une section de l'article (et non une recommandation), la référence prendra cette forme : (EACD 5.4) — ce qui correspondrait au point 5.4 de l'article. Lorsqu'il s'agira d'un tableau, la référence sera celle-ci : (EACD Table VI) — ce qui correspondrait au tableau VI de l'article.
- L'italique entre parenthèses sert à indiquer l'équivalent, dans certains pays d'Europe, d'un mot ou d'une expression utilisée au Canada. Exemple : sac d'école (*cartable*).

* Blank, R., Barnett, A. L., Cairney, J., Green, D., Kirby, A., Polatajko, H., Rosenblum, S., Smits-Engelsman, B., Sugden, D., Wilson, P. et Vinçon, S. (2019). International clinical practice recommendations on the definition, diagnosis, assessment, intervention, and psychosocial aspects of developmental coordination disorder. *Developmental Medicine & Child Neurology*, 61(3), 242-285. <https://doi.org/10.1111/dmcn.14132>

- Tout au long de l'ouvrage, nous vous proposerons des ressources, des documents téléchargeables, des épisodes de balado et des vidéos à consulter. Vous pourrez repérer ces ressources grâce au pictogramme suivant : . Elles sont disponibles ici :





Question 1

Le trouble
développemental de la
coordination (TDC),
qu'est-ce que c'est?

Le trouble développemental de la coordination (TDC), qu'est-ce que c'est ?

MYTHES OU RÉALITÉS ?

- Le jeune qui a un TDC est juste paresseux, il ne fait aucun effort pour faire de son mieux.
- Il peut avoir de la difficulté avec les relations sociales.
- Il peut réussir à insérer ses feuilles dans son classeur à attaches (aussi appelé duo tang) un certain jour, mais pas le lendemain.
- Il n'arrive pas à conduire son vélo en ligne droite, il est tellement imprudent.
- Il fait n'importe quoi à la table, c'est pour ça qu'il renverse son verre de lait.
- Il a souvent de belles habiletés verbales, il est intelligent et créatif.
- Il n'a jamais voulu faire de cours de danse parce que ça ne l'intéressait pas.
- Le TDC peut expliquer toutes les difficultés rencontrées à l'école.
- Le TDC est une maladie dont on peut guérir.

Les réponses se trouvent à la page 147.

Si vous vous êtes procuré ce livre ou qu'on vous l'a recommandé parce que vous souhaitez en savoir plus sur la **dyspraxie motrice** ou le **trouble d'acquisition de la coordination (TAC)** : vous avez la bonne ressource entre les mains.

Ce trouble, que l'on appelle aujourd'hui **trouble développemental de la coordination (TDC)**, est connu par la communauté scientifique et médicale depuis 1961. Pourtant, cette condition demeure encore aujourd'hui parmi les moins connues, comprises et diagnostiquées dans le milieu de la santé et de l'éducation. Pourquoi cette méconnaissance ? D'une part, parce que c'est un trouble encore « jeune » dans la famille des diagnostics et, d'autre part, parce qu'il peut être difficile à diagnostiquer. Le fait qu'il ait changé de nom à deux reprises au fil des années a sûrement ajouté à la confusion.

DYSPRAXIE > TAC > TDC

Au départ, on parlait de **dyspraxie motrice** (**dys** = « difficulté », **praxie** = « action orientée vers un but »).

En 1994, cette condition a été renommée **trouble d'acquisition de la coordination (TAC)**.

En 2015, avec la traduction française du Manuel statistique et diagnostique des troubles mentaux (DSM-5), le nom est devenu celui que l'on utilise communément aujourd'hui : **le trouble développemental de la coordination** ou trouble du développement de la coordination (EACD #1 et Table VI), simplement nommé le TDC.

Depuis 2022, ce même trouble est officiellement reconnu dans la **CIM-11** (Classification internationale des maladies, 11^e révision, (Developmental Motor Coordination Disorder : Code : CA04) publiée par l'Organisation mondiale de la santé). Cette reconnaissance mondiale est venue renforcer la légitimité du diagnostic auprès des professionnels et des professionnelles de la santé et des services publics, en plus d'aider à harmoniser les termes utilisés partout dans le monde.

CONCRÈTEMENT, LE TDC, C'EST QUOI ?

C'est un trouble qui affecte le « comment faire » des mouvements. L'enfant « sait » ce qu'il doit faire. Il a souvent une très bonne idée générale de l'activité à réaliser, mais lorsqu'il se met en action, ça ne se déroule pas comme prévu. Il ne sait pas par quelle étape commencer. Il s'empêtre dans ses mains, ses bras, ses jambes... Résultat : il fait des « erreurs motrices » qui, additionnées les unes aux autres, conduisent à de la maladresse, à des dégâts, à des blessures, à un manque d'autonomie, et à une incapacité de faire les choses attendues dans un délai acceptable pour son âge.

Comme adulte, il peut nous arriver de nous faire surprendre par ce que nous pourrions appeler des leçons d'humilité du quotidien : de petits incidents qui nous amènent à expérimenter ce qu'un enfant aux prises avec un TDC peut vivre tous les jours. La prochaine fois qu'une nouvelle machine à espresso ou un meuble à assembler vous donnera du fil à retordre, profitez de cette expérience pour vous représenter le quotidien de l'enfant avec un TDC. Il est confronté à ce genre de situation plusieurs fois par jour.

**LE TDC N'EST PAS
LA CONSÉQUENCE
DE LA PARESSE NI
LE RÉSULTAT D'UN
MANQUE DE VOLONTÉ.**

Le TDC n'est pas non plus une maladie que l'enfant a attrapée, et il n'est pas causé par une déficience intellectuelle ou visuelle. Tous ses muscles fonctionnent, et son intelligence est dans la normale.

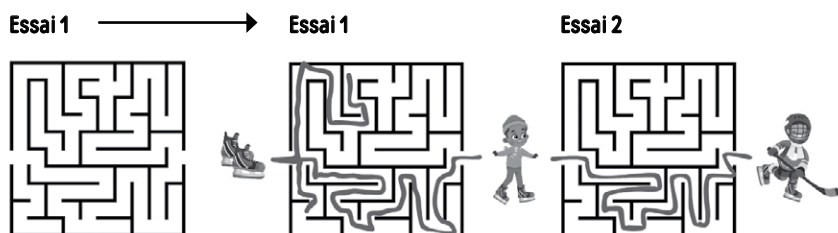
Et enfin, le TDC n'est pas lié au contexte éducatif ou socio-économique dans lequel l'enfant grandit. En d'autres termes, il ne résulte pas d'un manque de stimulation à la maison ou à l'école, ni d'un facteur culturel ou social.

Le problème vient plutôt de la « console de contrôle » des mouvements dans le cerveau. C'est une condition avec laquelle l'enfant est né et qui l'accompagnera toute sa vie. Selon le degré d'atteinte (et la présence d'autres troubles associés), les défis seront plus ou moins importants, plus ou moins envahissants, et plus ou moins visibles.

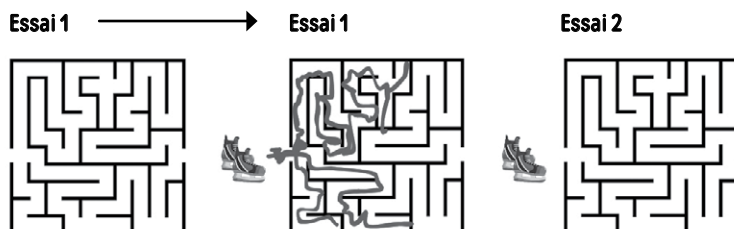
L'ANALOGIE DU LABYRINTHE

Lorsque l'on fait un nouvel apprentissage, de nouvelles connexions se créent dans le cerveau. C'est un peu comme si l'on découvrait petit à petit le bon chemin pour sortir d'un labyrinthe. Avec l'entraînement, le trajet pour traverser le labyrinthe de possibilités motrices devient de plus en plus connu, et sa traversée ne nécessite plus d'analyse visuelle ou même d'essais-erreurs pour tester les possibilités. Le bon chemin est mémorisé et le trajet, automatisé.

Pensez à la première fois qu'une personne chausse des patins. Elle est instable au début et elle peut tomber. Au fil des essais, son corps trouve comment « fonctionner » pour assurer l'équilibre et la coordination des mouvements. La deuxième fois que cette personne chausse des patins, elle reprend au même point et développe un peu plus de compétences. C'est ainsi qu'elle se perfectionne. Éventuellement, elle pourra ajouter d'autres composantes à l'activité, comme manier une rondelle avec un bâton de hockey et analyser le jeu pour planifier un déplacement qui permet d'éviter les autres joueurs et de se rendre jusqu'au filet.



Avec un TDC, c'est plus difficile de trouver les bons chemins, de les mémoriser et de les reprendre d'une fois à l'autre. C'est comme s'il fallait toujours résoudre le labyrinthe pour la première fois.



COMMENT CRÉER DES
CONDITIONS FAVORABLES AUX
APPRENTISSAGES MOTEURS ?

COMMENT SOUTENIR
L'ENFANT À L'ÉCOLE,
À LA MAISON, DANS
LES LOISIRS ?

COMMENT FAVORISER LE
DÉVELOPPEMENT DE SON AUTONOMIE ?

Anciennement appelé *dyspraxie motrice*, puis *trouble d'acquisition de la coordination* (TAC), le TDC touche environ 5 à 6% des enfants d'âge scolaire. C'est un trouble neurodéveloppemental, présent dès la naissance, qui affecte les mouvements. L'enfant *sait* ce qu'il doit faire pour effectuer un mouvement, mais c'est comme si son corps ne savait pas *comment le faire*. Ainsi, lorsqu'il tente de se mettre en action, ça ne se déroule pas comme prévu. Il ne sait pas par quelle étape commencer. Il s'empêtre dans ses mains, dans ses bras, dans ses jambes. Il fait des « erreurs motrices » qui, additionnées les unes aux autres, conduisent à de la maladresse, à des dégâts, à des blessures. Le jeune n'est pas en mesure de faire les choses attendues dans un délai acceptable pour son âge, et cela peut nuire à son autonomie.

Ce guide à la fine pointe des connaissances sur le TDC offre des stratégies éprouvées pour mieux accompagner les jeunes vivant avec cette condition.



Josiane Caron Santha est ergothérapeute et formatrice internationale en ergothérapie depuis 25 ans. Passionnée par sa profession, elle partage quotidiennement ses connaissances sur les réseaux sociaux. Elle agit aussi comme réviseure scientifique et comme conférencière. Elle a publié plusieurs ouvrages de vulgarisation.



Christiane Lacroix est ergothérapeute. Depuis plus de 15 ans, elle consacre sa carrière aux enfants vivant des défis particuliers, et elle possède une expertise auprès de la clientèle pédiatrique ayant un TDC. Forte de son expérience clinique, elle est également autrice et elle conçoit des outils accessibles, spécialement destinés à cette clientèle.

ISBN 978-2-925213-95-6



CONÇU ET
IMPRIMÉ AU
QUÉBEC

ÉDITIONS MIDI TRENTE
miditrente.ca