



DOCTEUR, DU RITALIN POUR MON MARI, SVP !

Le trouble de déficit de l'attention avec hyperactivité chez l'adulte peut causer beaucoup de dommages pour sa propre personne, son environnement et son entreprise.

par PIERRETTE DESROSIERS, M. Ps.,

Psychologue du travail, conférencière, coach d'affaires

Vous connaissez dans doute un enfant dans votre entourage qui consomme du Ritalin à cause du trouble de déficit de l'attention avec hyperactivité (TDAH). Ce trouble consiste à un trio : inattention, impulsivité et hyperactivité. Il se poursuivrait chez environ 60 % des enfants atteints une fois devenus adultes. En fait, 4 % de la population adulte en serait affectée. Or, qu'arrive-t-il quand cet adulte est à la tête d'une entreprise ?

« Il court comme un chien après sa queue, confie la conjointe de Simon. Il commence quelque chose et ne le finit jamais. Il est éparpillé, a de la difficulté à se concentrer et fait beaucoup d'insomnie. En plus, il consomme de plus en plus. Je pense que c'est pour se calmer les nerfs. »

Bien que certaines caractéristiques de cette affection puissent contribuer au succès de l'entrepreneur (créativité, grande énergie, passion débordante, résilience aux difficultés, goût du risque), ce même phénomène peut aussi contribuer à sa perte ou du moins entraîner de grandes difficultés.

Les problèmes d'attention chez l'adulte souffrant de TDAH sont les plus fréquents et les plus apparents. La personne a de la difficulté à s'organiser et à planifier. Elle s'éparille dans ses pensées, ses actions, et son environnement ressemble à un champ de bataille. Elle cherche ses outils dans le garage, les factures sont empilées ou perdues, et sont constamment payées en retard. Il est difficile alors de faire de la saine gestion et de gérer une entreprise. On observe également un problème de procrastination, cette propension à lancer sans cesse de nouvelles tâches, à les repousser et à ne jamais les finir.

On associe d'autres difficultés au TDAH :

- Retards fréquents et oublis
- Difficultés de concentration
- Faible estime de soi
- Irritabilité, difficulté à maîtriser sa colère
- Impulsivité
- Problèmes relationnels (conflits)
- Troubles de l'humeur (30 %)
- Abus de substances (25 à 50 %)



Pierrette Desrosiers
PSYCOACHING

Pierrette Desrosiers, M.Ps.
*Psychologue du travail
Conférencière
Coach d'affaires*

Courriel: pierretted@lincsat.com
www.desrosierspsycoaching.com

☎ 819 849-9016
☎ 819 849-9421

849, Rang 10
St-Herménégilde, QC
JOB 2W0

- Troubles bipolaires (8 %)
- Troubles anxieux (30 %)
- Troubles de comportement (8 %)

Comme il y a aussi de l'impulsivité, les risques d'accident à la ferme sont multipliés. Comme un enfant, l'adulte agira sans réfléchir aux conséquences. Ainsi, on observe beaucoup de dépenses compulsives.

Le TDAH chez l'adulte passe souvent inaperçu, car la personne atteinte se dira qu'elle a toujours été comme ça, que ça fait partie de sa personnalité. Pourtant, cette affection est très sérieuse. On commence à l'identifier de plus en plus chez les gestionnaires et les entrepreneurs. On retrouverait quatre fois plus d'hyperactifs chez les entrepreneurs que dans la population en général. La rentabilité de l'entreprise est directement affectée et la survie en est menacée avec un patron aux prises avec le TDAH non traité.

De plus, avec notre vie moderne et l'abondance d'informations (Internet, courriels, blackberry...) qui nous provient de toutes parts, ce trouble serait encore amplifié chez ceux ayant déjà une prédisposition.

Malheureusement, c'est souvent lorsque la personne consulte pour un autre problème que le diagnostic sera posé. Et déjà, il y aura eu beaucoup de dommages pour son environnement, elle-même et son entreprise. Diagnostiquer un TDAH chez l'adulte est une tâche complexe. Si vous croyez en être affecté, allez consulter un médecin. Cela pourrait sauver votre couple et votre entreprise.

Et puis zut ! Je dois terminer mon article maintenant, car je suis en retard pour le remettre. J'ai ma deuxième ligne téléphonique qui sonne, une douzaine de courriels urgents auxquels je dois répondre, et ma sauce spaghetti qui est en train de déborder. En plus, je n'ai pas dormi de la nuit...

Vous avez des commentaires ou des suggestions ?
N'hésitez pas à communiquer avec Pierrette Desrosiers

*Paru dans **Le Bulletin des agriculteurs** – Décembre 2009*



Pierrette Desrosiers
PSYCOACHING

Pierrette Desrosiers, M.Ps.
*Psychologue du travail
Conférencière
Coach d'affaires*

Courriel: pierretted@lincsat.com
www.desrosierspsycoaching.com

☎ 819 849-9016
☎ 819 849-9421

849, Rang 10
St-Herménégilde, QC
JOB 2W0