

■ Fiche élève – TND et conduite

« Mieux comprendre tes difficultés pour mieux progresser »

Trouble	Ce que tu peux remarquer en conduite	Ce qui peut t'aider à t'améliorer
TDAH	<ul style="list-style-type: none"> • Tu as du mal à rester concentré(e) • Tu vas trop vite ou anticipes trop • Tu stresses facilement pendant les évaluations 	<ul style="list-style-type: none"> • Respire et prends ton temps avant de partir • Demande qu'on te répète calmement les consignes • Utilise des repères visuels : panneaux de couleur, pictogrammes, gestes de direction
Dyslexie / Dysorthographe	<ul style="list-style-type: none"> • Tu confonds la droite et la gauche • Tu oublies parfois les consignes orales • Tu stresses quand on te parle trop vite 	<ul style="list-style-type: none"> • Regarde les gestes et les repères visuels • Répète la consigne dans ta tête avant d'agir • Demande qu'on parle lentement et simplement
Dyspraxie	<ul style="list-style-type: none"> • Tu fais les gestes plus lentement • Tu te sens maladroit(e) dans les manœuvres • Tu as du mal à visualiser les distances 	<ul style="list-style-type: none"> • Découpe les actions en étapes : "d'abord... puis..." • Repère-toi avec les lignes, panneaux, poteaux • Ne te presse pas : la sécurité avant la vitesse
Dyscalculie	<ul style="list-style-type: none"> • Tu as du mal à estimer les distances ou vitesses • Tu n'arrives pas toujours à anticiper les priorités 	<ul style="list-style-type: none"> • Observe les repères visuels (voitures, panneaux, couleurs) • Demande des explications concrètes plutôt que des chiffres
TSA (Autisme)	<ul style="list-style-type: none"> • Les bruits, les remarques ou le stress te gênent • Tu peux être bloqué(e) si on te parle trop vite • Tu veux que tout soit clair et logique 	<ul style="list-style-type: none"> • Demande qu'on t'explique le déroulement avant de commencer • Concentre-toi sur la route, pas sur les bruits • Utilise les repères visuels : panneaux, couleurs, trajectoires claires
Dysphasie (langage oral)	<ul style="list-style-type: none"> • Tu comprends moins vite les phrases longues • Tu confonds des mots ou oublies la consigne 	<ul style="list-style-type: none"> • Demande qu'on répète calmement • Observe les gestes et panneaux • N'hésite pas à dire si tu n'as pas compris
Trouble de l'attention sans hyperactivité	<ul style="list-style-type: none"> • Tu te sens lent(e) à réagir • Tu oublies certaines vérifications 	<ul style="list-style-type: none"> • Donne-toi un peu de temps • Crée une routine : rétro, angle, direction • Respire avant chaque action
Profils combinés (TDAH + Dys / TSA...)	<ul style="list-style-type: none"> • Tu es vite fatigué(e) ou stressé(e) • Tes performances varient d'un jour à l'autre 	<ul style="list-style-type: none"> • Sois indulgent(e) avec toi-même • Prends des pauses si besoin • Valorise chaque progrès, même petit

■ L'intérêt de la boîte automatique

La boîte automatique te permet de te concentrer sur la route, l'environnement et la sécurité, sans avoir à gérer les vitesses. Elle est souvent plus adaptée pour les personnes ayant un TDAH, une dyspraxie, une dyscalculie ou un TSA, car elle réduit le stress, la fatigue et les erreurs de coordination. Tu apprends plus sereinement et gagnes en confiance.

■ Tu as le droit d'apprendre autrement

Chacun apprend différemment. L'important n'est pas d'être parfait, mais de trouver les outils qui te ressemblent pour conduire en sécurité et avec plaisir.