

Guide de repérage des symptômes de stress, de détresse psychologique ou de maltraitance chez les élèves (pierre-louis.couturat@education.pf)

(Le guide proposé ne se substitue pas à l'observation globale et aux échanges avec les collègues, il ne constitue qu'une aide au repérage. Son utilisation n'est pas obligatoire pour tous les élèves.)

Les signes de stress les plus importants à observer (lors de tous les temps scolaires : apprentissage, récréation, accueil,...) sont :

- changement radical de comportement (pour un élève connu) : un élève joyeux devient triste...
- changement de comportement partiel
- fragilités déjà repérées amplifiées
- nombreuses envies d'aller aux toilettes, maux de ventre, tics
- peur et refus de venir à l'école
- isolement et repli sur soi
- labilité émotionnelle, s'irrite ou pleurs à la moindre chose
- application disproportionnée des mesures barrières
- problème de sommeil, d'alimentation
- agitation, problème de concentration
- perte d'intérêt, passivité
- transgression, opposition, provocation
- soumission excessive, culpabilité, peur de mal faire
- présence de « blessures », d'hématomes

Vigilances particulières :

- au cycle 1 : apparition, ou augmentation des difficultés d'élocution, difficulté lors de la séparation, régression (énurésie, succion du pouce, attachement au doudou), besoin constant de contact ou de l'attention de l'adulte, repli sur soi, agressivité, automutilation.
- aux cycles 2 et 3 : obsessions, questions incessantes, concentration de courte durée, difficulté à suivre une conversation, diminution de l'autonomie face au travail, conflits, agressivité ou retrait, recherche de l'attention ou de l'aide de l'adulte.
- au cycle 4 et au lycée : silence, dénégation du mal-être, banalisation, difficultés à se concentrer sur un sujet ou suivre une conversation, questions incessantes à l'adulte, oubli du matériel, des consignes, retrait ou conflit et opposition.

On peut regrouper les signes de stress en 5 domaines d'observation :

<u>Aspects physiologiques :</u> - s'endort, - demande fréquemment d'aller aux toilettes, se souille, - se plaint de maux de ventre, - refuse son repas, est boulimique,	<u>Comportement social :</u> - se bat, - s'oppose aux autres, - s'isole, - recherche le conflit
<u>Comportement individuel :</u> - se replie sur soi, - s'agite, - pleure facilement, - recherche constamment le contact de l'adulte, - refuse les sollicitations, - a peur de venir à l'école - développe des tics	<u>Langage :</u> - reste mutique, - bégaye, - a des difficultés d'élocution, - régresse en langage, - parle tout le temps ou pose beaucoup de questions - ne suit pas une conversation
<u>Apprentissage :</u> - ne rentre pas dans l'activité ou l'abandonne sans la finir, - refuse l'activité, - a des difficultés d'attention, - régresse dans les apprentissages,	

Un outil de repérage constitué de 3 échelles :

Echelle d'intensité : Au retour du confinement, la présence de **signes d'alerte** est vraisemblable chez de nombreux élèves car tous sont perturbés par la crise. Cela restera sans conséquence si ces signes **sont peu nombreux et qu'ils disparaissent rapidement**. Cette fiche vise à préciser **un seuil acceptable de stress** par les élèves, à mieux prendre en compte leur **intensité** afin de proposer un accompagnement ou un suivi.

Echelle d'Intensité (fréquence journalière)		
Pas de signe, à 2 à 3 signes plusieurs fois par jour	4 à 5 signes, tous les jours ou presque	4 à 5 signes (et plus) plusieurs fois par jour
2 points	5 points	8 points

Echelle de retentissement : Le retentissement peut être considéré :

Léger : lorsqu'on relève un signe de stress dans 2 ou 3 domaines.

Modéré : lorsque presque tous les signes de stress d'un domaine sont pointés **ou** lorsqu'on relève de 2 signes de stress dans 1, 2 ou 3 domaines.

Fort : lorsque tous les signes de stress d'un domaine sont pointés **et** lorsqu'on relève au moins 1 signe de stress dans 4 ou 5 domaines.

Echelle de retentissement		
Aucun à léger sur 1 domaine	Léger à modéré sur plusieurs domaines	Fort sur 1 à plusieurs domaines
3 points	5 points	8 points

Echelle d'évolution : Il convient d'identifier l'évolution des signes d'alerte proprement dits, regroupés en domaines d'observation. Les relevés d'observation des élèves, à **J+0, J+1, J+2, J+3 puis à J+7 et à J+14** permettront de visualiser l'impact des signes et de mieux cibler les élèves qui ont besoin d'une aide appropriée.

Echelle d'évolution		
Disparition des signes à une légère baisse	Stabilité des signes	Augmentation des signes
3 points	5 points	8 points

En attribuant un score pour la fréquence des signes (2,5 ou 8), un score pour le retentissement des signes (3,5 ou 8), un score pour l'évolution des signes (3, 5 ou 8), on obtient un score total par élève qui permet de les classer en 3 catégories :

-les élèves dont les signes de stress sont légers, mais qui doivent diminuer spontanément. Il faut rester attentif à l'évolution mais les élèves doivent juste bénéficier d'une écoute et d'une pédagogie bienveillante, rassurante et adaptée. Ils reçoivent un code vert (**Score total : de 3 à 10**).

-les élèves dont les signes de stress sont importants doivent être signalés (dans le respect de la RGPD) à l'IEN, au chef d'établissement, au personnel médicosocial ou au psy EN de l'établissement ou au DASED. Les élèves doivent faire l'objet d'une approche individuelle. Il faut évoquer la situation à leurs parents et parler à l'élève. Les enseignants ne doivent pas rester seuls face à la situation mais en parler lors des concertations. Si l'on connaît les techniques, on peut proposer une activité « relaxation », de « respiration ». Les élèves reçoivent un code couleur orange **ciblés pour une prise en charge (Score total : de 11 à 18)**.

-les élèves chez qui on relève beaucoup de stress doivent bénéficier très vite d'un accompagnement par un personnel adapté (secteur médico-social, psychologue, DASED). Il faut alerter très vite l'IEN, le chef d'établissement, les parents (respect RGPD). Si possible les familles seront orientées vers un professionnel de santé pour leur enfant (médecin généraliste, pédiatre). Les élèves doivent faire l'objet d'une attention particulière et d'une approche individuelle. Ils reçoivent un code rouge **ciblés pour une prise en charge (Score total à partir de 19 ou 8 sur une seule échelle, d'intensité ou de retentissement renvoie à un caractère d'urgence)**.

(Document élaboré à partir des documents Eduscol et des fiches réalisées par le service de pédopsychiatrie de l'hôpital Robert Debré)

https://cache.media.eduscol.education.fr/file/Reprise_deconfinement_Mai2020/69/3/Fiche-Ecouter-favoriser-parole-des-eleves_1280693.pdf

<https://eduscol.education.fr/2681/crise-sanitaire-accompagnement-psychologique-des-eleves>

<https://eduscol.education.fr/2681/crise-sanitaire-accompagnement-psychologique-des-eleves>)

<https://www.youtube.com/watch?v=8274L1vd0kY&t=19s>

<http://www.clepsy.fr/>



