

Nacéra HUBERT-BETRAOUI

Les difficultés comportementales à l'école

Approche comportementaliste :
Observer, analyser, comprendre, agir.

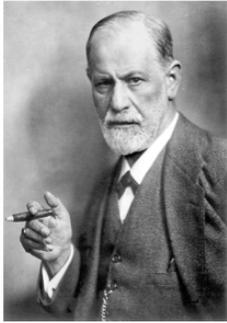
*« L'enseignement est, tout simplement, l'aménagement de
contingences de renforcement »*

BF Skinner

Qui sommes-nous?

- Des psychologues scolaires : notre métier est de venir en aide aux enfants **ET** aux enseignants face à la difficulté scolaire
- La difficulté scolaire inclut la difficulté comportementale dans le contexte scolaire

PSYCHOLOGUE SCOLAIRE : mythes et réalité



Allon-
gez-vous
et dites-
moi tout!

Ce que les parents et la
société pensent que je fais



Ce que certains enseignants
pensent que je fais



Ce que d'autres enseignants
pensent que je fais



Ce que certains pys pen-
sent que je fais



Ce que certains IEN pensent
que je peux faire

Observer
Ecouter
Analyser
Emettre des hypothèses
Proposer des actions
Les réévaluer
Passer des tests..

Ce que je fais vraiment...!

Ce que nous ne sommes pas...



Des magiciennes : nous ne possédons pas de pouvoirs ni de formules magiques, nous n'avons pas été formées à Poudlard.



Des dresseurs de fauves... Nous n'avons pas non plus été formées chez Alexis Gruss.

Mon parcours

- Professeur des écoles de 2002 à 2015 (classe ordinaire puis CLIS option D),
- Licence et master de psychologie clinique et psychopathologie (2013-2014-2015),
- Formation DEPS 2014,
- Ma pratique est de sensibilité « **comportementaliste** » (psychologie scientifique) : réalité objectivement observable.
(actuellement en formation de thérapeute comportementaliste à l'AFTCC)

Objectifs de cette présentation

- Aborder des notions essentielles relatives aux techniques comportementales,
- Apporter un éclairage nouveau sur la difficulté comportementale : une autre façon de la « regarder »,
- Vous donner des pistes pour une gestion et une régulation des comportements inadaptés,
- Vous laisser vous saisir de ce qui vous parle et vous permettre de prendre du recul (et de déculpabiliser),
- Vous écouter et vous donner quelques conseils (si nous en avons...!).

Cas pratique...

- Voici ce que nous appelons entre psychologues, une vignette clinique
- Je vous présente : Tom



- Tom est un élève de CP. Il vit seul avec sa mère, dont il est très proche.
- Il dit que tout le monde le déteste et que lui même déteste l'école.
- Il aime dessiner, colorier, parler aux adultes pour raconter des blagues, sa vie,...
- Tom présente des difficultés comportementales, avec de nombreux incidents comportementaux. On observe, avec régularité, qu'il :

- ① - *ne tient pas en place (se lève, glisse..) en classe;*
- ② - *dit des gros mots en classe, à voix haute, à ses pairs, à l'enseignante;*
- ③ - *crie, chante, danse dans la classe;*
- ④ - *déchire ses fiches de travail, n'en fait qu'à sa tête;*
- ⑤ - *se bat dans la cour;*
- ⑥ - *refuse de revenir en classe, s'accroche à la grille;*
- ⑦ - *bouscule physiquement son enseignante;*
- ⑧ - *fait des « crises de nerfs », finit en larmes;*
- ⑨ - *dit souvent qu'il est angoissé;*
- ⑩ - *ne respecte aucune règle de vie de la classe qu'il dit ne pas connaître;*

*Comment pensez-vous que vous vous sentiriez face à une telle situation?
Quelles réactions/actions/solutions vous viennent spontanément?*

Dans la vraie vie...

Tentatives de l'enseignante : sanctions diverses (punitives, exclusions, actions physiques de contenance/maîtrise), conciliations/discussions avec l'enfant en lui expliquant qu'elle n'apprécie pas son attitude, rappels éducatifs à la mère...mais : pas ou peu d'effets

→ AU SECOURS!!!!!!!

Car : a le sentiment qu'elle n'est plus maîtresse de sa classe et d'elle-même

- lui demande une énergie folle au détriment de l'ambiance de classe et des autres élèves;*
- frustration de ne pas arriver à le maîtriser;*
- envie de le passer par la fenêtre;*
- colère et ressentiment envers l'enfant, se sent humiliée et décrédibilisée;*
- culpabilité de ne pas y arriver, de ne plus le supporter;*
- inquiétude voire anxiété d'anticipation (« c'est une cocotte minute »);*
- sentiment d'incompétence;*
- l'enfant devient mon ennemi : « virez-le moi de là ».*

Revenons aux bases...

- Il convient de différencier troubles du comportement et difficultés comportementales
- Il convient de savoir précisément ce qu'est un comportement
- Il convient de savoir quelles sont les clés de la gestion d'une difficulté comportementale
- Et avant toute chose : **N'AYEZ PAS PEUR, CE N'EST PAS VOTRE FAUTE. Et vous pouvez agir.**

Troubles du comportement vs difficultés comportementales

- « **les troubles du comportement** »: termes réservés aux pathologies comportementales (telles que définies dans le DSM IV) relevant de la pédopsychiatrie;
- A l'école, nous en rencontrons potentiellement 4 :
 - TDAH (Trouble De l'Attention avec Hyperactivité),
 - Trouble Oppositionnel avec Provocation (TOP),
 - Trouble de la Conduite (TC),
 - Dépression;

→ Les troubles du comportement nécessitent une gestion de classe adaptée, un accompagnement individualisé spécifique, un travail en équipe pluridisciplinaire élargie.

Troubles du comportement vs difficultés comportementales

- « **les difficultés comportementales** » : il s'agit ici des comportements difficiles ne relevant pas d'une pathologie spécifique, mais rencontrés très fréquemment, exemple : un enfant qui refuse le travail, qui est turbulent, etc... Elles peuvent être massives.

→ les difficultés comportementales peuvent être régulées par une gestion pédagogique de classe appropriée et par certains aménagements spécifiques.

Des facteurs permettent de différencier les uns des autres

- **Durée** : un comportement inadéquat peut être considéré comme persistant quand il se manifeste depuis 3 mois.
 - **Constance** : la perturbation doit être observée dans des situations scolaires et sociales. Il est important de recueillir des données en classe, en récréation, dans l'école, à la maison....
 - **Fréquence** : on considère que l'indice de fréquence est significatif à partir de 3 ou 4 incidents critiques par semaine. Le trouble peut être qualifié de **continu** lorsqu'il se manifeste plusieurs fois par jour.
 - **Gravité** : le trouble est grave lorsqu'il entraîne des conséquences graves pour l'enfant ou son entourage.
 - **Complexité** : l'enfant présente souvent une association de symptômes (plusieurs comportements inadaptés). Certaines combinaisons sont plus inquiétantes que d'autres.
- *Plus le comportement de l'élève correspond aux dimensions que l'on vient de citer, plus le risque est grand d'être en présence d'un trouble comportemental.*
- *Nous allons traiter de la difficulté comportementale, car c'est celle que vous rencontrerez le plus.*

Qu'est-ce qu'un comportement?

.
Une réaction complexe (motrice, cognitive, émotionnelle) :

- Qui se produit dans un contexte donné (lieux, temps, personnes : dont vous !),
- Avec une histoire donnée,
- Qui ne se maintient que s'il est renforcé : une conséquence vécue comme positive par l'enfant suit son comportement

Qu'est-ce qu'un comportement difficile?

C'est un comportement inadapté : "de trop" ou de "pas assez" (cela est à apprécier en tenant compte de l'âge de l'enfant)

Trop : L'élève réagit de manière extravertie, inadaptée et exacerbée à l'environnement : aux relations aux adultes et/ou aux pairs, au groupe, aux règles et lois, aux changements, aux obligations, à la nécessité de devoir partager, différer son désir, distancer, attendre etc...

Ces difficultés de comportement gênent le bon déroulement de la classe et peuvent mettre l'enfant et son entourage en danger. (ex: Tom!)

Qu'est-ce qu'un comportement difficile?

Pas assez : L'élève réagit de manière introvertie et inadaptée à l'environnement (ex: ne parle jamais ou très peu, et uniquement sur sollicitation).

→ Ce type d'élève passe souvent inaperçu malgré l'importance de ses difficultés d'adaptation dans la mesure où son comportement n'entrave pas le bon déroulement des activités scolaires.

Qu'est-ce qu'un comportement difficile?

Attention : un comportement perçu comme « en trop » peut être en fait un comportement de type « pas assez » (c'est ici que l'âge de l'enfant doit être pris en compte majoritairement) : un enfant qui est turbulent est-il un enfant qui a appris à s'agiter trop ou un enfant qui ne sait pas encore rester calme ?

Réguler un comportement

- Réduire la fréquence d'apparition d'un comportement inadapté, voire l'éteindre;

OU/ET

- Favoriser l'apparition ou l'augmentation de la fréquence d'un comportement attendu;
- **Pré-requis indispensable : penser le comportement qui est attendu et l'explicitier de façon très claire et détaillée auprès de l'enfant.**
(NB: règles de vie de la classe positivées)

Deux axiomes essentiels

- Un comportement est fonction de ses conséquences,
- Un comportement ne se maintient que s'il est suivi d'une conséquence positive : on parle de renforcement.

Le renforcement

- **Positif** : la conséquence du comportement est l'obtention de quelque chose d'agréable pour l'enfant (ex: comportement : je crie, je hurle → conséquence : j'ai l'attention de la maîtresse)
- **Négatif** : la conséquence du comportement est d'éviter ou d'échapper à une situation vécue comme douloureuse, plus généralement la conséquence est la diminution ou la disparition de quelque chose de pénible pour l'enfant

Echappement/évitement : deux exemples pour comprendre

- Echappement : l'enfant fait un exercice de maths. Or les maths sont difficiles et l'échec est très anxiogène pour lui. Il déchire sa feuille, dit des gros mots, etc... → il est exclu de la classe, il **échappe** à l'exercice de maths.
- Evitement : La maîtresse annonce que l'activité suivante sera mathématique. Il crie, il hurle, frappe un camarade. → il est exclu de la classe **avant l'activité**, il **évite** d'avoir à faire l'exercice de maths.

Réguler le comportement

- Comme explicité précédemment, on distinguera ici deux cas:
 - Chercher à favoriser l'apparition ou l'augmentation de la fréquence d'un comportement adapté,
 - Chercher à inhiber un comportement inadapté: favoriser la diminution de sa fréquence, voire son extinction,

→ il faudra chercher ce qui le renforce si l'on veut en diminuer la fréquence, ce qui pourrait le renforcer si on veut en augmenter la fréquence;

A la recherche du comportement attendu

- Utiliser le **renforcement positif**
- Renforcer dès que, à chaque fois que et en continu au début, espacer ensuite
- Deux exemples immédiats : le langage, la marche
- Il y a trois types de renforcements positifs :
 - ① **Sociaux ou affectifs** : qui viennent des autres, pairs ou adultes
 - ② **Tangibles ou matériels** : que l'on peut toucher, manger, regarder, sentir, écouter, jouer etc..
 - ③ **Intrinsèques** : inhérents à l'activité elle-même

QUELQUES REGLES

- Il est important de renforcer positivement un comportement attendu, plutôt que de porter attention au comportement gênant ;
- Renforcer le comportement tout de suite après son apparition ;
- Au début, pour accompagner l'apprentissage du nouveau comportement, renforcer en continu, chaque fois que le comportement attendu apparaît. Lorsque le comportement est stabilisé, et le comportement attendu bien établi, il est préférable d'espacer les renforcements voire de les arrêter ;
- Mettre l'accent sur la motivation intrinsèque, la valoriser comme un signe de maturité, montrer qu'elle l'emporte sur les récompenses et qu'il est important que l'élève prenne conscience et soit fier de ses capacités et de l'utilité de ce qu'il apprend.

Quelques exemples de conséquences positives (vous pouvez en chercher d'autres !!):

- Conséquences directes intrinsèques ;
- Conséquences qui viennent du cœur (être content, se sentir fier, se sentir aimé etc.) ;

- Recevoir des applaudissements ;
- Recevoir des félicitations ;

- Recevoir un autocollant, un bon point, une image, un tampon, une carte ;
- Recevoir une rétroaction positive par écrit ;
- Recevoir un petit diplôme spécifique ;
- Recevoir un petit badge « élève super » ou « j'ai réussi ! » ou ☺ ;

- Aller raconter ses réussites à la direction de l'école ;

- Avoir le droit d'utiliser son jeu ou son programme d'ordinateur préférés, de lire son livre préféré, d'écouter sa musique préférée ;
- Avoir le droit de regarder dans la boîte aux trésors ;
- Avoir le droit de faire un dessin au tableau.
- Avoir le droit de choisir un conte, une comptine au moment du regroupement ;

- Avoir des responsabilités supplémentaires correspondantes à ses compétences ;
- Avoir le droit de prendre certaines décisions ;

- Avoir la possibilité :
 - de choisir sa place ou son ami(e) pour la journée ;
 - d'amener à la maison un jeu ou un livre de l'école pour un temps donné ;

Réguler un comportement inadapté : l'inhiber

- Considérer qu'un comportement global peut être une combinaison de comportements élémentaires : en traiter un à la fois;
 - Considérer que cela est toujours le signe d'une souffrance chez l'enfant : différencier l'enfant et le comportement de l'enfant,
 - OBSERVER : avant, pendant, et surtout **après**;
- Quelle est la conséquence qui explique que le comportement se maintienne?
- A quoi a-t-il accès OU à quoi échappe-t-il, qu'évite-t-il?

L'inhibition

Une première stratégie connue : SANCTIONNER

- Soit en retirant une prérogative (« tu ne vas pas en récréation ») soit en utilisant un agent punitif (« tu m'écriras 20 fois, je ne dois pas* ... »).
- En réalité, les sanctions ne sont pas très efficaces car elles sont vite « oubliées ». Mais elles donnent l'illusion d'asseoir la position de maître.
- Les conséquences ne doivent pas être dépendantes de l'humeur de l'adulte référent, mais préétablies, explicitées, affichées et identiques pour tous.
- Idéalement la sanction doit avoir une fonction éducative et être vécue comme telle. Le « fauteur » doit apprendre quelque chose, prendre conscience de sa difficulté, ou s'ouvrir davantage.

« La punition n'apprend qu'une seule chose : à éviter la punition »

B.F. Skinner

L'inhibition

Autre manière efficace et moins douloureuse d'inhiber un comportement :

RETIRER la conséquence vécue comme positive par l'enfant

(ce qui suppose de l'avoir bien identifiée)

Exemple : l'enfant obtient toute l'attention de l'enseignant(e) quand il se comporte de façon inadaptée

- On va donc, à présent l'IGNORER quand il présente ce comportement. *Attention : ignorer le comportement de l'enfant n'est pas ignorer l'enfant!*
- S'appuyer sur les autres (se concentrer sur eux), leur apprendre à adopter la même attitude;
- Reprendre dans l'après-coup : expliciter le comportement attendu et au besoin prévoir et lui proposer d'instaurer un moment d'attention privilégiée (auquel on pourra se référer lorsque le comportement inadapté se présentera : « pas maintenant, tu sais que... »)

Inclure plutôt qu'exclure

- Les sanctions peuvent dans leur forme extrême, prévoir l'exclusion du jeu ou de l'activité, voire du groupe, mais elles peuvent aussi tenir compte des besoins de l'enfant (être reconnu par les pairs, avoir besoin de marques d'attention etc..) et du sens de ses transgressions. Elles sont alors ludiques et peuvent impliquer un passage obligé dans une activité « à risque » pour l'enfant tel un massage de groupe, un jeu de confiance ou de coopération.
- Autant que possible, il est important de veiller à inclure toujours davantage, plutôt qu'exclure, et à proposer des activités qui vont générer une plus grande cohésion de groupe et un plus grand respect du groupe vers le fauteur.
- L'exclusion est la forme ultime de rupture du lien : chez un enfant, certaines attitudes sont non négociables → SANCTION

Une autre stratégie possible et efficace

- Placer l'enfant dans un contexte incompatible avec le comportement

Ex: Vous repérez que l'enfant s'agite, ne tient pas en place, devient agressif → lui proposer, sans relever son comportement inadapté, une tâche d'intérêt général, mobilisante et valorisante pour lui (aller remplir le seau de la classe, distribuer les cahiers, etc...)

Utiliser des outils pour observer

- **Outils d'analyse et de résolution de problèmes (cf fiches associées)**
- Fiche d'observation du comportement difficile d'un élève : fréquence, durée, manifestations, conditions d'apparition, conséquences immédiates...
- Fiche d'analyse de situation : liste de questions à se poser avant d'élaborer des hypothèses de solutions qui devront être testées et évaluées, éventuellement ajustées voire abandonnées.

Un travail de partenariat

- Dans les cas les plus complexes, ne restez pas seuls!
- Elaborer un **contrat de coopération** autour de et avec l'enfant (et sa famille) peut être une solution pertinente;
- Ce contrat devra répertorier très précisément les comportements attendus et les conséquences positives associées, en relation avec les centres d'intérêt de l'enfant;
- Il faut une cohérence globale avec engagement et implication de tous : enfant, famille, école, périscolaire;
- A élaborer en équipe (collègues) éventuellement élargie (psys, IEN, CPC...);

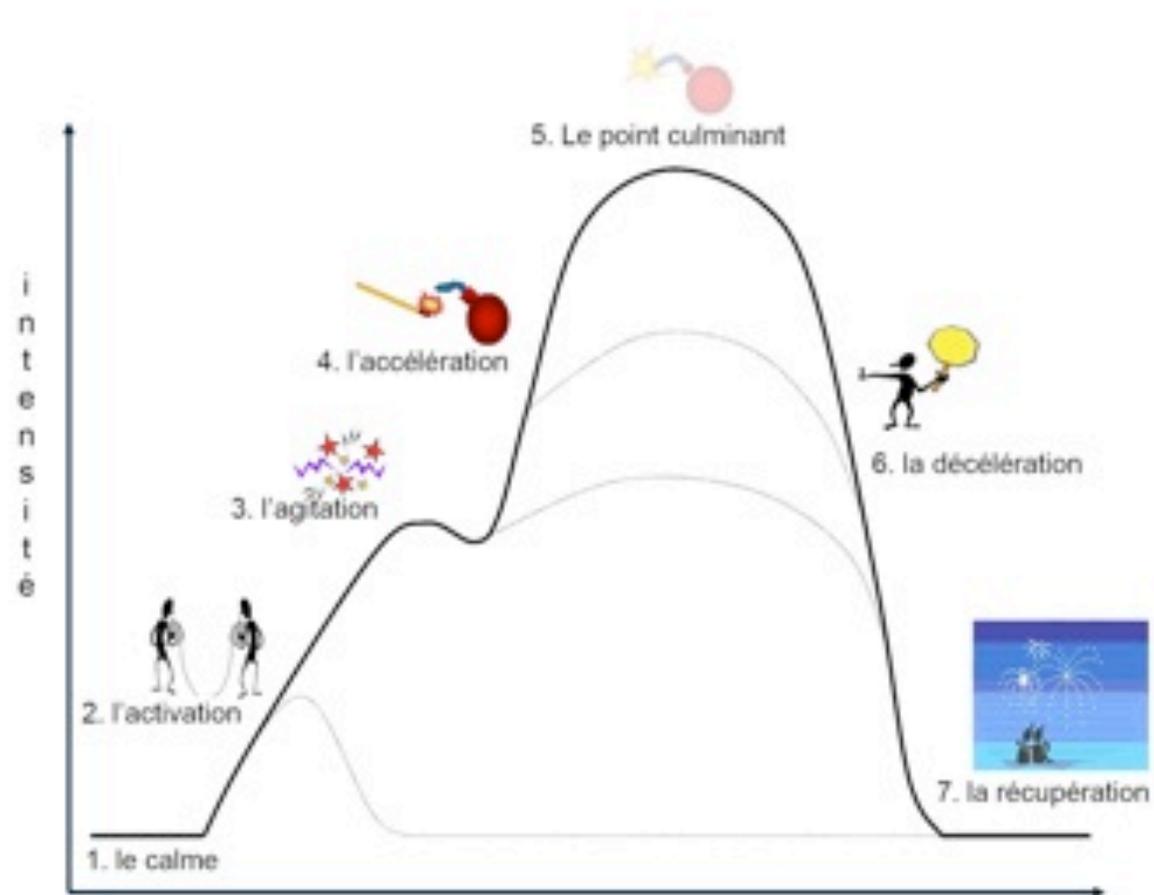
Le PPRE à visée comportementale

- Un outil d'observation et d'élaboration de stratégies pour inhiber le comportement problème;
- Un projet à élaborer en collaboration avec le RASED;
- Un projet qui exige la participation active des familles (notamment si contrat comportemental) → *Penser la communication*

Gérer la crise

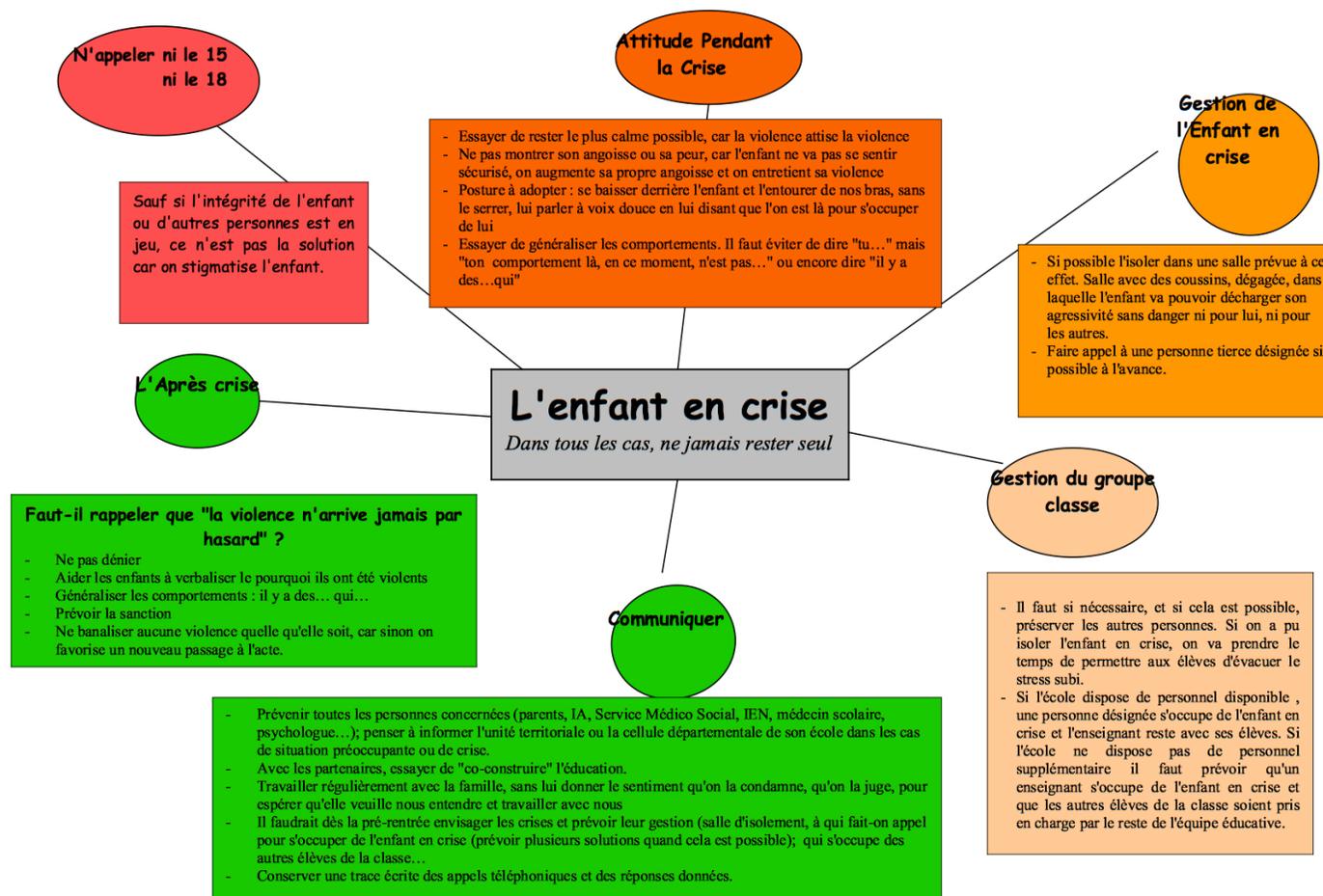
- Une crise peut être anticipée, lorsque l'enfant est bien connu et a été bien observé, des éléments déclencheurs ou des attitudes annonciatrices peuvent être repérés. La montée de crise correspond en général à une insatisfaction d'un besoin majeur de l'enfant (réassurance, retrait, moment de décharge...).

La crise



Protocole de gestion de crise

PROTOCOLE DE GESTION DE SITUATION DE CRISE À L'ÉCOLE



Gérer la crise

- Le protocole propose d'envisager une sanction. Elle ne doit pas être prise au sens de la punition, mais au sens de ce qui doit être mis en place de manière à signifier à l'enfant et aux autres que ce comportement est inapproprié. La crise en elle-même est suffisamment traumatique pour considérer qu'il soit nécessaire d'y adjoindre une punition supplémentaire. Mais la reprise dans l'après-coup est indispensable.

Revenons à Tom



Et Maintenant, que proposeriez-vous pour aider Tom à réguler son comportement?

Merci pour votre attention et votre
écoute!