



Direction de l'instruction publique et de la culture
Office de l'école obligatoire et du conseil
Service psychologique pour enfants et adolescents

2021.BKD.21798 / 967823 BRI

Soutien aux élèves à la suite d'un événement exceptionnel

État émotionnel des élèves

Les élèves surmontent le deuil et les traumatismes de différentes manières. Il n'y a pas de réactions « justes » ou « fausses », tant qu'elles ne sont pas destructives ou retraumatisantes. Des sentiments de choc, de peur, de tristesse, de culpabilité ou de colère sont tout à fait normaux chez les personnes touchées par un événement éprouvant. Divers troubles psychiques ou physiques (état de stress aigu) peuvent survenir, mais disparaissent en général après quelques heures, jours ou semaines. Les symptômes suivants sont les plus courants : flash-back (remémorations soudaines de l'événement accompagnées d'émotions intenses), cauchemars, troubles du sommeil, problèmes de concentration, baisses de performance, agitation, insensibilité émotionnelle, indifférence, repli sur soi, réactions de sursaut, peur, dépressions, pensées suicidaires, troubles de l'alimentation, etc. Mais aussi une attitude exagérément « cool » ou désinvolte tout comme des réactions démesurées (rire fort, agressivité, désobéissance) peuvent être des signes de désarroi ou de stress. C'est pourquoi il est important de parler des émotions et des réactions intenses, de faire preuve de compassion et d'aider les personnes concernées à surmonter leur traumatisme.

Surmonter un événement éprouvant en classe

Les classes directement et indirectement concernées discutent de l'événement dans des plages horaires réservées spécialement à cet effet.

Les élèves doivent pouvoir exprimer leur désarroi par oral ou par écrit.

L'équipe de gestion des crises décide en concertation avec une ou un spécialiste si une intervention est nécessaire pour toute la classe et, le cas échéant, quand et sous quelle forme celle-ci doit avoir lieu.

Une offre de soutien spécifique peut également être proposée aux élèves (discussions individuelles ou en groupe).

Les élèves ne doivent pas faire de déclarations devant les médias mais renvoyer ceux-ci vers leur enseignante ou leur enseignant ou vers la ou le responsable de la communication de l'équipe de gestion des crises.

La classe doit retrouver l'ordre et le rythme habituels de l'enseignement et retourner à ses activités quotidiennes aussitôt que possible.