

Ce n'est pas qu'une simple mauvaise humeur !

Stagiaire de 1^{re} année au baccalauréat en éducation au préscolaire et en enseignement au primaire (BEPEP) de l'UQAC

1 ÉTAPE

Exposé de la situation

Brève description de la situation.

Tous les matins, un élève arrive de mauvaise humeur dans la classe. Pendant toute la première période, l'enfant reste de mauvaise humeur. En effet, il prend beaucoup de temps avant de se mettre à la tâche. Parfois, il refuse même d'effectuer le travail demandé. Pourtant, la routine de la première période est la même chaque matin : défaire le sac à dos, faire de la lecture ou de l'écriture personnelle (selon la journée) et une causerie (1-2-3 *comment ça va?*). Lors de la causerie, il répond souvent par 1 ou 0 en mentionnant que ce n'est pas une bonne journée sans donner une raison spécifique. Après cette première période, son humeur change tranquillement pour le mieux. Cependant, il arrive que sa mauvaise humeur dure plus longtemps ou que celle-ci réapparaisse au cours de la journée.

L'élève est en 4^e année du primaire (2^e cycle). Il fréquente une classe multiâge (3^e et 4^e années). Elle se situe dans une petite école dans un milieu assez défavorisé. Dans cette classe, il y a 19 élèves. C'est un beau groupe où tous les enfants s'entendent plutôt bien. Ils sont pratiquement tous amis. L'élève a de la facilité au niveau scolaire et il a des amis. L'enfant semble ne jamais être content d'arriver à l'école le matin.

L'élève a un trouble de déficit de l'attention avec hyperactivité diagnostiqué (TDAH) et il prend de la médication. Il a une personnalité plutôt anxieuse, même s'il n'a pas de diagnostic d'anxiété. Quand ça ne va pas bien ou lorsqu'il croit qu'il ne réussira pas, il s'oppose en classe et ne veut pas effectuer le travail demandé.

Les parents ont mentionné que l'enfant dormait bien.

2 ÉTAPE

Collecte d'informations

Sommaire des informations et précisions en lien avec le cas.

Est-ce que les parents sont séparés? Oui, il est chez sa mère durant la fin de semaine et chez son père, la semaine.

Son attitude est-elle la même quand il revient de chez sa mère ou de chez son père? L'enfant semble moins motivé à venir à l'école quand il revient de chez sa mère. Il est également plus opposant.

Après la première période, qu'est-ce qui fait que l'humeur de l'élève change? Il n'y a pas vraiment d'élément déclencheur spécifique. Après la routine, ça se passe tout simplement mieux.

3 ÉTAPE

Synthèse et attentes

Précisions des attentes énoncées par le participant.

Analyser la situation pour mieux la comprendre afin d'utiliser de nouvelles stratégies.

4 ÉTAPE

Analyse de la situation

Résumé des différents points de vue/avis/suggestions partagés par les participants.

1. L'attitude de l'enfant peut changer en fonction du parent avec qui il est. Par exemple, s'il y a moins d'encadrement chez maman.
2. Il se pourrait que l'enfant trouve trop difficile la transition de la maison à l'école. En effet, le fait de passer d'un milieu calme à un milieu bruyant pourrait aggraver l'élève et le rendre de mauvaise humeur. Il serait possible de le mettre à l'écart pendant la première période pour le laisser s'adapter graduellement.
3. L'enfant pourrait peut-être vivre du stress à la maison ou sur le trajet de l'école. Cela expliquerait pourquoi il arrive à l'école de mauvaise humeur. Au courant de la journée, il met les événements de côté et il devient de bonne humeur.
4. Peut-être qu'il s'agit de quelque chose au niveau de la routine. Par exemple, si les activités sont difficiles pour lui ou qu'une nouveauté lui procure de l'insécurité, cela pourrait affecter son humeur.
5. Peut-être que l'élève manque simplement de motivation. Il pourrait être intéressant d'utiliser un système d'émulation pour favoriser la bonne humeur le matin. Par exemple, après 10 bons matins, l'élève a une récompense.
6. Il pourrait être intéressant de faire la causerie d'abord pour que chaque élève puisse exprimer comment il se sent. L'enseignante peut également le faire pour modéliser la façon d'exprimer ses émotions. Refaire la causerie à la fin de la journée pourrait être intéressant pour que l'élève comprenne pourquoi il a passé une bonne ou une mauvaise journée. Cela permet de donner des objectifs à réaliser pour le lendemain. Par exemple, on peut demander aux élèves de réfléchir à des moyens efficaces pour passer une meilleure journée.
7. La routine du matin à la maison peut causer du stress à l'élève. Par exemple, si l'enfant est pressé, cela peut le rendre de mauvaise humeur. Si ce dernier se fait réveiller brusquement, cela peut également affecter son humeur.
8. L'enfant prend de la médication. Celle-ci ne fait peut-être pas encore effet pendant la première période. Cela pourrait expliquer le changement d'humeur.
9. On pourrait permettre à l'enfant de ne pas faire un travail sans lui proposer une alternative. On respecte le choix de l'enfant sans tomber dans l'évitement. Il ne faut pas que l'élève fasse seulement ce qui lui plaît. On peut lui laisser le choix entre deux activités à faire pendant la routine.

5 ÉTAPE

Solutions et pistes d'action retenues

Résumé des pistes d'action retenues par le participant.

1. Revoir l'ordre de la routine (faire la causerie d'abord).
2. Refaire la causerie en fin de journée.
3. Donner le choix entre deux activités de routine à tout le groupe (lecture et/ou écriture le matin).
4. Permettre à l'élève d'être seul dans un local pour commencer la journée.
5. Considérer qu'il peut se passer des choses à la maison qui peuvent affecter l'humeur.
6. Vérifier auprès des parents le moment de la prise de la médication, puisque cela pourrait expliquer pourquoi le matin est plus difficile. Par exemple, si elle ne fait pas encore effet lors de la première période.

6 ÉTAPE

Apprentissages

Synthèse des apprentissages.

1. La mauvaise humeur peut provenir de différentes sources qu'il faut tenter d'identifier.
2. La médication, si elle ne fait pas son effet, pourrait expliquer la mauvaise humeur.
3. Le moment de la prise de médication pourrait influencer l'humeur de l'enfant.
4. La possibilité de faire un choix lors de la routine pourrait motiver davantage l'enfant.
5. Un changement dans l'ordre des activités qui composent la routine du matin pourrait être envisagé.
6. Une salle tranquille permettrait de débiter la journée plus doucement.
7. L'élève peut ne pas participer, mais on ne lui permet pas autre chose pour ne pas tomber dans l'évitement.
8. Peut-être qu'il se passe quelque chose sur le trajet de l'école.

Références

Llenas, A. (2017). *La Couleur des émotions* (1^{re} éd.). France : Quatre Fleuves.

Snicket, L. et Forsthe, M. (2017). *La mauvaise humeur et la branche*. Toronto : Éditions Scholastic.