

TEST

Votre enfant est-il victime de harcèlement ?

Ce test réalisé par Alexandre Mergui, Docteur en psychologie clinique et responsable du cabinet Gi-Psy, a pour objectif de détecter une situation potentielle de harcèlement scolaire chez l'enfant ou le jeune adolescent. Il doit être effectué par un adulte (en général l'un des parents) et concerne des enfants âgés de 4 à 12 ans environ. Il s'agit d'un support vous permettant de déceler des signaux de mal-être le plus en amont possible, avant que la situation ne s'aggrave.

La méthodologie :

Il est composé de trois parties distinctes et de deux parties complémentaires :

- la première partie vise à évaluer l'état de santé physique et psychologique de l'enfant : certains des aspects sont observables alors que d'autres peuvent nécessiter d'interroger celui-ci.
- la seconde partie vise à évaluer la vie scolaire et le rapport à l'école : elle est constituée d'aspects observables ou susceptibles d'être observés. Deux parties complémentaires ont été intégrées afin d'affiner la compréhension de la situation de l'enfant par la recherche d'indicateurs complémentaires et de facteurs de vulnérabilité.
- la troisième partie vise à évaluer l'existence de comportements typiques du harcèlement scolaire. Dans la mesure où de nombreux enfants victimes de harcèlement ne parlent pas, voire cachent des comportements de harcèlement dont ils sont victimes, cette partie peut nécessiter une investigation de la part d'un adulte. En l'absence d'informations permettant de renseigner cette partie, ce test reste néanmoins efficace pour détecter une situation potentielle de harcèlement scolaire.

Important : le harcèlement scolaire se définit par **la relation** entre des comportements considérés comme pathogènes, et leurs effets sur la santé physique et psychologique ainsi que sur la vie scolaire.

Chacune des parties du test, prise isolément, ne permet pas de conclure à l'existence d'une situation de harcèlement scolaire. C'est dans la relation entre ces trois parties qu'une situation potentielle de harcèlement scolaire peut être identifiée.

De plus, chacun des aspects évalués comporte une part de subjectivité qui peut amener à un phénomène de sous évaluation ou de sur évaluation de certains items auquel il convient d'être attentif.

Par exemple, un état de mal être psychologique peut trouver son origine dans de multiples facteurs (problèmes personnels, familiaux, etc.) ; des comportements considérés comme harcelants peuvent aussi ne pas être ressentis comme tels par l'enfant et ne pas avoir d'impact sur sa santé et sa scolarité.

PARTIE 1 : SANTE ET BIEN ETRE PSYCHOLOGIQUE

Vous avez pu observer un des symptômes suivants lors des 6 derniers mois ou votre enfant s'en est plaint (hors trouble physiologique identifié, et fréquemment la veille ou le matin avant le départ à l'école) :	Jamais ou ne sais pas	Moins d'une fois par mois	Une ou plusieurs fois par mois	Une ou plusieurs fois par semaine
Symptômes somatiques				
1. Des maux de tête	0	1	2	3
2. Des difficultés digestives - des douleurs à l'estomac : « boule à l'estomac », constipations, diarrhées, nausées, vomissements, brûlures, crampes, etc.	0	1	2	3
3. Enurésie, encoprésie (incontinence urinaire et fécale la nuit ou en journée)	0	1	2	3
4. Des difficultés respiratoires: souffle coupé, boule dans la gorge, sensation d'étouffement, essoufflement, gêne au niveau de thorax, etc.	0	1	2	3
5. Des infections cutanées : démangeaisons, plaques rouges, boutons, urticaire, orgelets, boutons de fièvre, eczéma, psoriasis, etc.	0	1	2	3
6. Des douleurs musculaires : cou, épaules, haut du dos, bas du dos, articulations, etc.	0	1	2	3
7. Des maladies bénignes : grippe, angine, rhume, rhinopharyngite, etc.	0	1	2	3
Symptômes émotionnels				
8. Irritabilité - « à fleur de peau »	0	1	2	3
9. Humeur instable - agressivité, colère	0	1	2	3
10. Inquiétudes, anxiété	0	1	2	3
11. Tendance à dramatiser certaines situations	0	1	2	3
12. Tristesse - déprime	0	1	2	3
13. Auto-dévalorisation et reproches à soi même	0	1	2	3

14. Perte d'intérêt, de motivation, de plaisir pour les activités habituelles	0	1	2	3
Symptômes cognitifs				
15. Difficultés d'attention et de concentration : idées confuses, erreurs, interruptions fréquentes de tâche, etc.	0	1	2	3
16. Difficultés de mémorisation : oublis, vérifications	0	1	2	3
17. Des idées fixes ou des ruminations mentales	0	1	2	3
18. Troubles du langage : bégaiement, perte des acquisitions récentes, problème de prononciation, etc.	0	1	2	3
Symptômes comportementaux				
19. Des perturbations du sommeil : longue période d'endormissement, réveils nocturnes, cauchemars, insomnies, fatigue inhabituelle le matin	0	1	2	3
20. Des perturbations alimentaires : perte d'appétit, repas sautés, grignotage, fringales, etc.	0	1	2	3
21. Comportements d'évitement : s'enferme dans sa chambre, ne joue plus avec ses frères et sœurs, s'isole et reste seul, etc.	0	1	2	3
22. Préoccupations autour de l'heure ou du jour actuel	0	1	2	3
23. Attitude de soumission aux autres - peu d'affirmation de soi	0	1	2	3
24. A des conduites dangereuses : jeux dangereux, fugues, mise en danger de soi ou des autres, automutilation, addictions, etc.	0	1	2	3
TOTAL				

Ce test extrait du livre « Halte au harcèlement à l'école » de M-J Gava et S. de Tarlé (Larousse) a été élaboré par le psychologue Alexandre Mergui pour Place de la Médiation.

Analyse des résultats

Entre 0 et 6 points : normal/tolérable

L'état physique et psychologique de votre enfant est tout à fait dans la norme. Cela est peut-être dû à une nature sereine dans un cadre favorable. Cette situation est salubre et éloignée des risques associés au stress. Malgré tout, il se peut aussi que votre enfant fournisse un effort au-dessous de ses capacités et qu'il ait de temps en temps besoin d'un défi qui le poussera à plus d'efforts. Un score proche de 0 peut révéler une situation de sous stimulation qui peut devenir néfaste dans la durée.

Entre 7 et 12 : préoccupant

L'état physique et psychologique de votre enfant nécessite d'être surveillé. Un score compris dans cette tranche indique la présence récurrente d'un ensemble de symptômes appartenant soit au domaine de l'anxiété et du stress, soit à celui de la fatigue psychique ou de la déprime. Il révèle un état de bien être psychologique assez faible qui pourrait continuer de se dégrader. Il s'agit alors de s'interroger sur les causes de cet état (tempérament, problèmes personnels, familiaux, relationnels,

scolaires, etc.) et d'être particulièrement attentif au moment où les symptômes surviennent, notamment la veille de l'école, le matin avant de se rendre à l'école, etc. Une meilleure alimentation, la pratique d'une activité physique ou relaxante ainsi que l'appui et le dialogue avec une personne de confiance peuvent améliorer le bien être de votre enfant. La présence de nombreux symptômes somatiques et cognitifs nécessitent des examens médicaux complémentaires pour écarter toute hypothèse physiologique qui pourrait expliquer cet état. Un rapprochement avec l'infirmière scolaire, ou un professionnel médical ou psychologique peut s'avérer bénéfique pour éviter que la situation n'empire.

Entre 13 et 18 : alarmant

Un score compris dans cette tranche indique un état de mal physique et psychologique chronique qu'il convient absolument de prendre en charge et d'accompagner dans les plus brefs délais. Il révèle un état de stress chronique et d'anxiété important (avec nombreux symptômes somatiques et troubles cognitifs, et les items 8 à 11 des symptômes émotionnels) ou bien d'une dépression plus ou moins sévère (avec symptômes cognitifs, troubles du sommeil et troubles alimentaires important, et les items 12 à 14 des symptômes émotionnels). Il s'agit alors de s'interroger sur les causes de cet état (tempérament, problèmes personnels, familiaux, relationnels, scolaires, etc.) et d'être particulièrement attentif au moment où les symptômes surviennent, notamment la veille de l'école, le matin avant de se rendre à l'école, etc. Il s'agit également d'instaurer un climat de confiance permettant à l'enfant de se livrer. Un diagnostic médical et psychologique, ainsi que la recherche des facteurs à l'origine de cet état (dont situation de harcèlement scolaire) est absolument indispensable. Un temps de mise à distance de l'enfant de ces facteurs (scolaires, familiaux, relationnels etc.) est à envisager.

Plus de 18 : risque grave pour la santé et la sécurité

L'état de votre enfant doit être considéré comme représentant un risque grave pour la santé et la sécurité (passage à l'acte, suicide, etc.) et nécessite un diagnostic et une prise en charge médicale et psychologique immédiate. La recherche des facteurs à l'origine de cet état (dont situation de harcèlement scolaire) est absolument indispensable et il s'agit d'être attentif au moment où les symptômes surviennent, notamment la veille de l'école, le matin avant de se rendre à l'école, etc. La mise à distance de ces facteurs de mal être (scolaires, familiaux, relationnels etc.) est fortement recommandée.

NSP : De nombreuses réponses dans cette catégorie indiquent un problème de communication ou de confiance entre vous et votre enfant. Il s'agit d'instaurer un climat de confiance permettant à l'enfant de se livrer. Si l'état psychologique et de bien être de votre enfant vous paraît problématique, il s'agit de consulter un spécialiste qui pourra évaluer son état de manière objective.

PARTIE 2 : VIE SCOLAIRE ET RAPPORT A L'ECOLE

Vous avez observé l'une des situations suivantes chez votre enfant lors des 6 derniers mois, souvent sans que celui-ci soit capable de l'expliquer :	Jamais ou ne sais pas	Moins d'une fois par mois	Une ou plusieurs fois par mois	Une ou plusieurs fois par semaine
25. Des égratignures, des blessures, des bleus, des cheveux arrachés	0	1	2	3
26. Des tâches de crayons ou marqueurs sur le corps	0	1	2	3
27. Du matériel scolaire abimé ou perdu: trousse crayons, cahiers, livres, cartable, etc.	0	1	2	3
28. Des vêtements abimés : tâches de nourriture, tâches d'encre, de colle, ou de saleté, trous, déchirure, etc.	0	1	2	3
29. Des stratégies pour rester à la maison et éviter de se rendre à l'école : maladies ou douleurs simulées, pleurs, fausses absences de enseignant invoquées, etc.	0	1	3	6
30. Des stratégies ou une volonté de ne jamais arriver en avance à l'école et de ne jamais devoir attendre à la sortie	0	1	3	6
31. Des passages fréquents à l'infirmierie	0	1	2	3
32. Le souhait de ne plus manger à la cantine, de ne plus rester au goûter ou à l'étude ou au centre aéré, etc.	0	1	2	3
33. Le refus de parler de l'école	0	1	2	3
34. Le souhait de changer de classe, d'école, d'enseignant, etc.	0	1	3	6
35. Des exigences particulières par rapport à son apparence : refuse les beaux vêtements ou en souhaite au contraire de plus beaux, refuse des vêtements qui féminisent trop, refuse de porter des lunettes, veut changer de coiffure ou de couleur de cheveux, veut perdre ou prendre du poids, etc.	0	1	2	3
TOTAL I				

INDICATEURS COMPLEMENTAIRES

Ajouter 2 points si votre enfant a été dans l'une des situations suivantes dans les 6 derniers mois :

36. Une chute importante des résultats scolaires	2
37. Un comportement qui a changé brusquement en classe : insolence, baisse de la participation, mutisme, perte de confiance en soi, etc.	2
38. Une réaction négative à la simple évocation de l'école, des camarades, des membres de l'équipe éducative, des récréations, etc.	2
39. N'est jamais invité et n'invite jamais personne (anniversaire, vacances, week-end, etc.)	2
40. A tendance à aller vers les élèves plus petits ou plus jeunes	2

Facteurs de vulnérabilité

Ajouter un 1 point si vous vous trouvez dans l'une des situations suivantes depuis les 12 derniers mois :

42. Nouvel arrivant, changement récent d'établissement	1
43. Difficulté scolaire chronique, ou très bon élève	1
44. Tempérament anxieux, rigide, hyperémotif, ou hypersensible	1
45. Difficulté personnelle dans les 12 derniers mois: divorce des	1

parents, maladie d'un proche, chômage des parents, accident récent, etc.	
46. Porteur d'une différence : maladie, handicap, malformation, etc.	1
47. Particularité marquée: accent, look, taille, poids, âge, couleur des cheveux, lunettes, appareil spécifique (auditions, etc.), type vestimentaire, etc.	1
48. Absences répétées de l'enseignant ; sous effectif de l'équipe éducative	1
TOTAL II	
TOTAL I + II	

Entre 0 et 6 : tolérable

La vie scolaire de votre enfant et son rapport à celle-ci est dans la norme et ne présente pas, à priori, de risques particuliers.

Entre 7 et 12 : préoccupant

Selon que le score est proche de 6 ou de 12, la vie scolaire de votre enfant et son rapport à celle-ci est plus ou moins à surveiller. La vie scolaire peut constituer un environnement anxiogène et potentiellement perturbant pour votre enfant. Associé à un état de mal être psychologique préoccupant ou grave, il est probable que la vie scolaire soit en partie à l'origine des difficultés actuelles. Les items 29, 30 et 34 sont particulièrement représentatifs de difficultés liées à l'école, surtout à la fréquence maximum (une ou plusieurs fois par semaine). Il s'agit d'instaurer un climat de confiance permettant à l'enfant de se livrer. Une intervention auprès du directeur d'établissement et de l'équipe éducative est recommandée.

Entre 13 et 18 : alarmant

L'environnement scolaire est très perturbant, voir déstructurant pour votre enfant. Il est très probablement à l'origine d'un état de mal être important, ou en prépare très certainement la mise en place. De nombreux symptômes devraient déjà être observables à ce stade, ce qui confirmerait l'urgence à traiter la situation. Les items 29, 30 et 34 sont particulièrement représentatifs de difficultés importantes liées à l'école, surtout à la fréquence maximum (une ou plusieurs fois par semaine). Il s'agit d'instaurer un climat de confiance permettant à l'enfant de se livrer. Une intervention auprès du directeur d'établissement et de l'équipe éducative est indispensable et doit être réalisée dans les plus brefs délais. Si cette situation est associée à un état psychologique alarmant ou représentant un risque pour la santé et la sécurité, un retrait momentané de l'école doit être envisagé pour extraire votre enfant aux sources de souffrance auxquelles il est exposé (sur décision du médecin traitant).

Plus de 18 : risque grave pour la santé et la sécurité

La situation scolaire de votre enfant est profondément déstructurante et doit être considérée comme représentant un risque grave pour la santé et la sécurité (passage à l'acte, suicide, etc.). Les items 29, 30 et 34 sont particulièrement représentatifs de difficultés importantes liées à l'école, surtout à la fréquence maximum (une ou plusieurs fois par semaine). Il s'agit d'instaurer un climat de confiance permettant à l'enfant de se livrer. La recherche des facteurs précis à l'origine de cet état, est absolument indispensable et nécessite une intervention immédiate auprès du directeur d'établissement et de l'équipe éducative. Si cette situation est associée à un état psychologique alarmant ou représentant un risque pour la santé et la sécurité, un retrait momentané de l'école est vivement recommandé afin d'extraire de plus rapidement possible votre enfant des sources de souffrance auxquelles il est exposé (sur décision du médecin traitant).

NSP : De nombreuses réponses dans cette catégorie indiquent un problème de communication ou de confiance entre vous et votre enfant. Il s'agit d'instaurer un climat de confiance permettant à l'enfant de se livrer. Si l'état psychologique et de bien être de votre enfant vous paraît problématique, il s'agit de consulter un spécialiste qui pourra évaluer son état de manière objective, et intervenir auprès du directeur d'établissement et de l'équipe éducative

PARTIE 3 : COMPORTEMENTS PATHOGENES

Votre enfant a vécu l'une des situations suivantes lors des 6 derniers mois (de la part d'un ou plusieurs élèves ou d'un ou plusieurs membres de l'équipe éducative, dans ou en dehors de l'établissement)	Jamais ou ne sais pas	Moins d'une fois par mois	Une ou plusieurs fois par mois	Une ou plusieurs fois par semaine
37. On lui parle de manière négative, que ce soit à propos de son physique, de ses vêtements, de son attitude ou autres : moqueries, insultes, rumeurs, humiliations, brimades, etc.	0	1	2	3
38. Volontairement : on le bouscule, le cogne, le chahute, lui prend ses vêtements, l'empêche de manger sereinement, etc.	0	1	2	3
39. Volontairement : on l'ignore et ne l'écoute pas ; on demande aux autres de faire de même	0	1	2	3
40. On l'intimide, on le menace de sanctions ou de représailles dans ou en dehors de l'établissement	0	1	2	3
41. Il se plaint de ne pas avoir de camarade pour jouer, manger, travailler, s'asseoir à côté de lui; il participe à la vie de la classe de manière solitaire	0	1	2	3
42. Cyber harcèlement : son compte (mail, facebook, twitter, etc.) a été piraté, on usurpe son identité, on le dénigre sur les réseaux sociaux, etc.	0	1	2	3
TOTAL				

De 0 à 3 : tolérable

Votre enfant subi des comportements que l'on retrouve a une fréquence acceptable dans la plupart des établissements.

De 4 à 6 : préoccupant

Votre enfant subi des comportements pathogènes qui perturbent potentiellement sa vie scolaire et peuvent lui porter préjudice. La fréquence de ces comportements est particulièrement à surveiller pour pouvoir caractériser une situation de harcèlement. Il s'agit d'instaurer un climat de confiance permettant à l'enfant de se livrer afin de pouvoir suivre l'évolution de la situation.

De 7 à 9 : alarmant

Votre enfant subi des comportements pathogènes qui perturbent profondément sa vie scolaire et lui porte préjudice aux niveaux sanitaire, psychologique, relationnel et scolaire. Il est plus que probable qu'il soit victime de harcèlement scolaire. Il s'agit d'instaurer un climat de confiance permettant à l'enfant de se livrer afin de pouvoir suivre l'évolution de la situation. Une intervention auprès du directeur d'établissement et de l'équipe éducative est indispensable et doit être réalisée dans les plus brefs délais. Si cette situation est à associée à un état psychologique alarmant ou représentant un risque pour la santé et la sécurité, un retrait momentané de l'école doit être envisagé pour extraire votre enfant aux sources de souffrance auxquelles il est exposé (sur décision du médecin traitant).

Plus de 9 : risque grave pour la santé et la sécurité

Votre enfant est clairement exposé des comportements de harcèlement scolaire à un niveau représentant un risque grave pour sa santé et sa sécurité. Il s'agit d'instaurer un climat de confiance permettant à l'enfant de se livrer afin de pouvoir suivre l'évolution de la situation. Une intervention immédiate auprès du directeur d'établissement et de l'équipe éducative est indispensable. Si cette situation est à associée à un état psychologique alarmant ou représentant un risque pour la santé et la sécurité, un retrait momentané de l'école est vivement recommandé afin d'extraire de plus rapidement possible votre enfant des sources de souffrance auxquelles il est exposé (sur décision du médecin traitant).

NSP : Il est fréquent de ne pas avoir d'informations précises sur ce type de comportements, les enfants qui en sont victimes se murant souvent dans le silence par culpabilité ou peur des représailles. Il s'agit alors d'instaurer un climat de confiance permettant à l'enfant de se livrer, et d'aller par soi même rechercher ce type d'information auprès du directeur d'établissement, de l'équipe éducative ou d'autres élèves et parents d'élèves éventuellement.

Calcul des points	score	Intensité : tolérable, préoccupant, alarmant, risque grave pour la santé et la sécurité
Partie 1 : Santé et bien être psychologique		
Partie 2 : Vie scolaire et rapport à l'école		
Partie 3 : Comportements pathogènes		
TOTAL 1+2+3		

Résultats globaux : permettant d'identifier une situation de mal être et/ou d'environnement scolaire néfaste sans pouvoir établir de relation entre les deux et caractériser le harcèlement scolaire à ce stade.

Cochez la case correspondante

Entre 0 et 15	Entre 16 et 30	Entre 31 et 46	Plus de 46
Tolérable	Préoccupant	Alarmant	Risque grave pour la santé et la sécurité

Caractérisation d'une situation de harcèlement scolaire :

	Vie scolaire et/ou comportements pathogènes (2 et 3)		
Santé et bien être psychologique (1)	Normal/tolérable	Préoccupant	Alarmant ou risque grave pour la santé et la sécurité
Normal/tolérable	Pas de situation de harcèlement actuelle	Pas de situation de harcèlement clairement établie, mais à surveiller	Situation de harcèlement réelle, probablement débutante, avec nombreux risques pour la santé, intervention immédiate
Préoccupant	Pas de situation de harcèlement actuelle, mal être à surveiller	Situation de harcèlement potentielle à un degré moyen, à surveiller attentivement, une intervention est souhaitée	Situation de harcèlement établie, diagnostic médical et psychologique immédiat, intervention immédiate et retrait momentané de l'établissement recommandé
Alarmant ou risque grave pour la santé et la sécurité	Pas de situation de harcèlement actuelle, mal être à prendre en charge dans les plus bref délais	Situation probable de harcèlement, diagnostic médical et psychologique immédiat, intervention recommandée	Situation de harcèlement établie, diagnostic médical et psychologique immédiat, intervention immédiate et retrait momentané de l'établissement indispensable

