

POUR LES ENSEIGNANTS ET LES AESH

L'élève *qui déborde*

10 gestes simples en classe, pour lui et pour tout le groupe.

Livret libre de droits, à photocopier pour l'équipe.

Élova · Lola Karst, éducatrice spécialisée · **06 19 04 85 32** · l.karst@cabinet-elova.fr

Pourquoi *ces gestes ?*

Un élève qui s'agite, explose ou décroche n'est pas forcément un élève qui ne veut pas. Souvent, il ne peut pas encore : filtrer le bruit, attendre, garder une consigne en tête, gérer la frustration.

Ces gestes ne demandent ni matériel coûteux ni diagnostic. Ils aident d'abord l'élève qui déborde, et rendent aussi la classe plus calme pour tous.

Une règle d'or : pendant une crise, on parle peu et doucement, on baisse la pression. Les explications viennent après, quand l'élève est redescendu.

Ce livret peut être photocopié et utilisé librement en classe.

1

Le placer au calme

Près de vous, loin de la porte et de la fenêtre. Un voisin posé à côté.

2

Une consigne à la fois

Courte, dite et écrite au tableau. Lui faire reformuler.

3

Annoncer les changements

Sortie, remplaçant, contrôle : prévenir la veille ou le matin réduit les crises.

4

Prévoir des pauses de mouvement

Distribuer les feuilles, effacer le tableau, porter un message : bouger utilement.

5

Un objet pour les mains

Balle souple, élastique sous la chaise : il écoute mieux quand ses mains s'occupent.

6

Un coin calme

Un endroit de la classe où il peut se poser 3 minutes, sans que ce soit une punition.

7

Un signal discret

Un geste convenu ensemble pour dire « attention » ou « tu peux aller au coin calme ».

8

Découper les tâches

Un exercice à la fois, une feuille cachée sous l'autre. Moins à voir, plus à réussir.

9

Valoriser l'effort

Un mot sur ce qu'il a essayé, pas seulement sur le résultat. Quatre encouragements pour une remarque.

10

Un lien positif avec la famille

Un message court quand la journée s'est bien passée, pas seulement quand elle a été difficile.

Pour *aller plus loin*

Les gestes qui marchent pour un élève se partagent avec la famille et avec les professionnels qui le suivent : c'est la cohérence entre l'école et la maison qui fait la différence.

D'autres outils gratuits, dont un thermomètre des émotions à afficher en classe, sont à télécharger en ligne.

Un outil proposé par Lola Karst, éducatrice spécialisée diplômée d'État, Villeneuve-lès-Béziers.

Élova *par Lola*

Éducatrice spécialisée diplômée d'État

· Pôle Santé du Château, Villeneuve-lès-Béziers

06 19 04 85 32 · l.karst@cabinet-elova.fr

Ce livret et les outils pour les pros
cabinet-elova.fr/pros