



## Questionnaire de Réponse au Stress (RSQ)

### A. Description du questionnaire de réaction au stress ou RSQ

Le RSQ a été conçu pour comprendre comment les enfants vivaient les situations de stress dans leur vie et y réagissaient. Nous souhaitons savoir comment les enfants se sentent lorsqu'ils sont stressés, comment ils expriment ces sensations dans le contexte culturel du Liban et du Niger et comment nous pouvons les aider à faire face à ce stress grâce à notre programme. Le RSQ comprend deux parties : la première demande aux enfants comment ils se sentent lorsque des événements sources de tensions surviennent à l'école et la deuxième leur demande ce qu'il se passe lorsqu'ils sont stressés.

### B. Préparation au RSQ

Le RSQ fait partie du kit de développement ouvert ou ODK. Vous n'avez besoin que de la tablette avec l'ODK installé et alimenté, avec les identifications correctes pour l'élève!

### C. Comment administrer le RSQ

1. Demandez à l'enfant ce que signifie être « stressé ». Donnez-lui la définition du stress (à déterminer durant le test, comment l'expliquer). Assurez-vous que l'enfant ait bien compris la signification du stress avant de commencer.
2. La première partie consiste à savoir dans quelle mesure l'enfant est stressé à chaque fois qu'il est confronté à un événement déclencheur de stress, que nous appellerons « **stresseur** ». Donnez les instructions, en utilisant le langage qui suit:

*Je vais lire une liste de choses sur l'école que les enfants trouvent parfois stressants ou estiment être un problème à résoudre. Dis-moi dans quelle mesure les choses suivantes t'ont stressé au cours des **6 derniers mois**.*

- Si la chose que j'énumère ne t'a pas stressé du tout, réponds **Pas du tout**.
  - Si la chose que j'énumère t'a juste un peu stressé, réponds **Un peu**
  - Si la chose que j'énumère t'a parfois ou modérément stressé, réponds **Modérément**.
  - Si la chose que j'énumère t'a beaucoup stressé, réponds **Très**.
3. La première question dans la lecture de l'énoncé est : « **Avoir de mauvais résultats sur un test ou papier.** » « **Serais-tu pas du tout stressé, un peu stressé, modérément stressé ou beaucoup stressé ?** »
  4. « **Cela t'est-il déjà arrivé ? As-tu déjà réfléchi au fait que cela pourrait t'arriver ? Comment te sentirais-tu ?** »
  5. Passez ainsi tous les points de la première partie. Pour le point « autre\_\_\_\_\_ », demandez à l'enfant **quoi d'autre pourrait le stresser**.
  6. Commencez maintenant la deuxième partie. Les instructions sont écrites

ci-dessous:

« Je vais maintenant te poser des questions sur une liste de choses que les enfants font, pensent ou ressentent parfois lorsqu'ils sont confrontés à des problèmes à l'école. Chacun a sa propre façon d'aborder les problèmes – **certains font beaucoup des choses figurant sur cette liste** ou ont beaucoup d'émotions, **d'autres ne font ou pensent que quelques-unes de ces choses.** »

« Penses à toutes les sources de stress à l'école dont nous venons de parler. Pour chacun des points qui suivent, fais un cercle autour d'un des chiffres de 1 (pas du tout) à 4 (beaucoup), indiquant dans quelle mesure tu fais ou ressens ces choses lorsque tu as des problèmes à l'école semblables à ceux que tu as indiqués plus haut. Dis-nous tout ce que tu fais, penses et ressens, **même si tu penses que cela n'aidera pas à améliorer les choses.** »

7. Examinez ensemble la première question « **Les problèmes à l'école me donnent des douleurs d'estomac ou mal à la tête.** » « **cela est-il vrai dans ton cas ? Cela t'arrive-t-il lorsque tu penses à des choses stressantes à l'école ? Dans quelle mesure ? Pas du tout, un peu, modérément ou beaucoup ?** »
8. Examinez le reste des points avec l'enfant.

#### **D. Points importants à garder à l'esprit durant l'administration du RSQ**

- Mettez l'enfant à l'aise en lui posant quelques questions personnelles.
- Rappelez à l'enfant qu'il n'y a pas de bonnes ni de mauvaises réponses et que personne ne saura ce qu'il ou elle a dit. Demandez à l'enfant d'être franc, car nous voulons seulement savoir comment il pense et comment il se sent.
- Surveillez soigneusement le langage corporel de l'enfant, son expression du visage ou son comportement pour détecter tout signe de détresse.
- Expliquez clairement l'objectif à l'enfant, mais **NE LE CONDUISEZ PAS** sur une voie spécifique
- **Le RSQ ne cherche pas à savoir** pourquoi l'enfant se sent de la sorte. **NE** lui demandez **PAS** pourquoi à moins qu'il vous le dise de lui-même.
- **NE déduisez PAS** ce que l'enfant dirait sur la base d'autres questions
- **Que faire si l'enfant à visiblement l'air d'être en difficulté ?**

- Si l'enfant à l'air d'être en difficulté et ne répond pas à une question spécifique, passez à la question suivante.
- S'il continue, arrêtez l'évaluation et calmez l'enfant, demandez-lui s'il souhaite poursuivre ou s'il préfère remettre cela à une autre fois.
- **L'enfant dit ne pas du tout être stressé, par rien ?**
  - Laissez-le réfléchir aux choses qui le stressent (à l'école, en général), et faites une note sous le point « autres » à la fin de la première série de questions. Et posez la deuxième série de questions sur « quand tu es stressé » ou « quand tu fais face à des situations stressantes ».