

SOCIÉTÉ Le phénomène comporte de nombreux mystères

Le désarroi des familles face à la phobie scolaire

La phobie scolaire, angoisse irrationnelle massive d'aller à l'école, est une pathologie encore mal connue. Pour mieux comprendre ses mécanismes et le parcours de soins des familles qui y sont confrontées, l'Institut national de la Santé et de la recherche médicale (Inserm) a lancé en 2018 une vaste enquête.

Combien d'enfants sont touchés ? Le phénomène est-il en augmentation ? Quels médecins contactent les parents ? Dans quels délais sont-ils reçus ? Quel est le coût, pris en charge ou non par la Sécurité sociale, du suivi médical des enfants ? Autant de questions auxquelles tente de répondre le questionnaire rempli par environ 2 000 familles, et dont les résultats seront rendus publics à la rentrée prochaine.

« La phobie scolaire est une peur massive, irrationnelle, d'aller à l'école. Elle se cristallise sur l'école, mais les causes peuvent être multifactorielles », explique Laetitia Benoit, pédopsychiatre et chercheuse à l'Inserm. D'autres diagnostics peuvent être associés : une dépression, des problèmes familiaux ou

de socialisation, de pression mise à elle-même et d'un tas d'autres choses extrêmement difficiles à délimiter. Pour expliquer ce dont elle souffre, Louise « n'a pas les mots », résume son père qui consacre un livre à l'angoisse de sa fille (*).

Louise, victime de phobie : « Je me sens impuissante »

Depuis trois ans, Louise ne va plus au collège. Impossible pour elle de rester en classe. Elle souffre de « refus scolaire anxieux », un mal mystérieux qui concerne environ 1 % des élèves français.

À son départ, ses parents ont mis son refus d'aller à l'école sur le compte de la parésie adolescente. Une envie passagère de ne pas aller en cours. Puis, jour après jour, la situation s'est défilée. Louise se réveillait de plus en plus tard. S'habillait de plus en plus lentement. Souffrait de nombreux maux divers. Tout convergait vers une seule chose : elle ne pouvait plus aller à l'école.

Depuis trois ans, Louise n'a connu qu'une scolarité en pointillé. Avec des absences de plus en plus importantes. Jusqu'à la déscolarisation totale. Aujourd'hui, à 14 ans, Louise suit les enseignements du Centre national d'enseignement à distance (Cned), mais tremble dès qu'il s'agit de faire ses devoirs. Ce n'est pas une question d'intelligence - Louise a été diagnostiquée comme enfant précoce. Mais un mélange de difficultés

de socialisation, de pression mise à elle-même et d'un tas d'autres choses extrêmement difficiles à délimiter. Pour expliquer ce dont elle souffre, Louise « n'a pas les mots », résume son père qui consacre un livre à l'angoisse de sa fille (*).

« J'étais tétanisée »
En quatrième, l'angoisse est si forte qu'un jour, Louise finit aux urgences. Cette nouvelle crise marque le choix de la changer (en-

core) de collège, loin de Paris. « C'était encore pire. J'étais tétanisée », raconte-t-elle. Au total, Louise cumera, sans succès, quatre établissements dont un spécialisé. « On met un temps fou à réaliser que laquelle on ne peut pas laisser », confie son père. Jusqu'un jour où une pédopsychiatre met les mots sur la situation et dit aux parents de Louise : « vous avez besoin de soins ». La jeune fille est à présent suivie et sa thérapie fournit aux parents les certificats sur son état pour justifier son absence au collège. « Vous vous battez sur deux fronts : pour que votre enfant aille à l'école. Et, en face, vous avez besoin d'expliquer à l'établissement pourquoi elle ne vient plus en cours vous recevez des courriers comminatoires de l'Éducation nationale », souffle François Cucl. Au quotidien, Louise fait face à sa phobie. Traillée entre l'angoisse de franchir la porte d'une salle de cours et celle « foutre sa vie en fait » n'obtenant pas les diplômes nécessaires. Et, surtout, en se débattant avec cette question : pourquoi ? « On n'a jamais su pourquoi. Ne pas savoir est un des trucs les plus pénibles. Je me sens impuissante ».



« L'angoisse concerne surtout les adolescents, avec un pic entre la quatrième et la seconde », analyse Odile Mandagran, présidente de l'Association Phobie Scolaire. Photo DAMIEN MEYER/AFP

5 %
des motifs de consultation en pédopsychiatrie concernent la phobie scolaire. Il est difficile de chiffrer précisément le phénomène. Le refus scolaire anxieux toucherait, selon les estimations, entre 1 et 5 % des élèves français.



Photo JÉRÔME PELAEZ

REPÈRES

La phobie scolaire c'est quoi ?
La phobie scolaire, ou refus scolaire anxieux, est une manifestation de refus de la fréquentation scolaire, à distinguer du refus d'apprendre ou de difficultés d'apprentissage.
« Certains enfants sont tellement angoissés qu'ils en viennent à refuser d'aller à l'école. Ce problème est souvent appelé « phobie scolaire » ou « refus scolaire anxieux ». Ces élèves refusent de se rendre à l'école et résistent avec des réactions d'anxiété très vives si on les force à y aller (par exemple : s'accrocher aux grilles de l'école, vomir sur le chemin, s'enfuir).
Dans le terme « phobie scolaire », le mot « scolaire » fait référence au lieu où s'exprime l'anxiété de l'enfant. L'école n'est pas nécessairement la cause de la phobie scolaire. La difficulté que vit le jeune est souvent multifactorielle : elle résulte de la rencontre entre des problèmes personnels, familiaux, relationnels et environnementaux », précise le questionnaire de l'Inserm sur la phobie scolaire.

Quand se manifeste-t-elle ?
Elle se manifeste donc le plus souvent lors des étapes de la vie scolaire qui correspondent à une découverte d'un nouveau mode de fonctionnement du système scolaire, en lien avec l'âge et le déroulement de la scolarité. Le ministère de l'Éducation nationale note trois « étapes » plus sensibles : lors de l'entrée au cours préparatoire (vers 6 ans), à l'entrée au collège (10-11 ans) et à la fin de la scolarité au collège. Pendant longtemps peu identifiée en primaire, elle semble être plus souvent rencontrée à ce niveau, selon le ministère.

Quelle procédure ?
« La classification française des troubles mentaux de l'enfant et de l'adolescent (CPTMEA) fait de la phobie scolaire une entité spécifique, distinguée de la « catégorie » des troubles anxieux : une orientation vers une prise en charge médicale spécifique, en dehors du cadre scolaire, est nécessaire pour une évolution positive la plus précoce possible », selon le ministère. La prise en charge de la phobie scolaire implique une collaboration étroite entre l'élève, sa famille, l'école et les soignants.

QUESTIONS À

Odile Mandagran
Présidente de l'Association Phobie Scolaire
Cela peut durer plusieurs années



Photo D.R.

Comment reconnaître la phobie scolaire par rapport à un « simple » refus d'aller à l'école ?
Quand les symptômes deviennent répétés, c'est un signal d'alerte. Si votre enfant pleure tous les matins, fait des malaises ou se plaint de maux de tête ou de ventre tous les jours, il s'agit de phobie scolaire. Cette angoisse concerne surtout les adolescents, avec un pic entre la quatrième et la seconde. L'image la plus pertinente est celle du cheval qui se cabre devant l'obstacle. L'élève ne parvient plus à passer la grille du collège.

Qu'est-ce qui fait peur à ces adolescents ?
La phobie est le symptôme d'un malaise. Parmi les enfants souffrant de cette angoisse, entre 25 et 33 % ont été victimes de harcèlement. D'autres souffrent de troubles de l'attention, de dyslexie. Ils peuvent aussi être des enfants à haut potentiel qui ont du mal à s'inscrire dans un parcours scolaire classique.

Comment accompagner son enfant dans cette situation ?
Quand un enfant ne veut plus aller à l'école, le mieux est d'arrêter de l'y envoyer pendant au moins trois semaines. Le temps de prendre rendez-vous pour un diagnostic. Il est important de discuter avec lui pour savoir s'il est victime de harcèlement, de consulter un professionnel pour faire un bilan, et détecter d'éventuels troubles. Et de mettre en place un parcours de soins, avec un pédopsychiatre.
L'angoisse peut durer très longtemps. Cela peut prendre des années avant que l'enfant puisse retourner à l'école. Il est important de savoir se poser, pour faire face. La phobie scolaire est un tsunami pour toute la famille.

Recueilli par Étudie BÉCU