

Fiche de Rendez-Vous : Phobie scolaire

Objectif : Lorsqu'un jeune présente des signes de phobie scolaire (panique à l'idée d'aller à l'école, blocage), il est important d'organiser **rapidement** une rencontre entre les adultes en charge du jeune pour aligner une démarche de dialogue et de compréhension mutuelle – afin d'aider le jeune à reprendre confiance et pour éviter le décrochage scolaire (réunion d'équipe éducative).

La rencontre :

Qui : Les parents, l'enseignant, le médecin scolaire et la psychologue en primaire et au collège ou au lycée, le professeur principal et tout autre professeur qui se sent en empathie avec le jeune, le CPE, l'assistant de vie scolaire, le médecin et/ou l'infirmière scolaire, le Conseiller d'orientation – psychologue. Si un suivi déjà mis en place, le thérapeute qui suit le jeune pourra envoyer un compte-rendu sur l'état psychologique de l'enfant, ce qui viendra appuyer les informations sur la phobie scolaire (il ne le fait pas exprès, ce n'est pas un refus, etc...).

Comment :

Les parents pourraient le proposer à l'équipe éducative pour réfléchir avec eux sur la façon de mettre en place un dispositif qui pourrait convenir à leur enfant (emploi du temps personnalisé, possibilité d'accueil par un professionnel quand l'enfant commence à se sentir mal).

Où : Prendre le temps, au moins 1h à 1h30. Se retrouver dans l'école, au calme

Si toutes ces personnes ne peuvent pas être disponibles dans un temps raisonnable, organiser la rencontre avec à minima : parents et personnels de l'établissement scolaire.

L'importance est la prise en charge rapide de l'enfant en souffrance.

Thèmes de discussion

1) Expliquer ce qu'est la phobie scolaire

Ce n'est pas de la phobie, ce n'est pas scolaire: Sortir des clichés crises familiales et caprice du jeune;

Ne surtout pas adopter le cliché de la culpabilisation/jugement de l'école, des parents, du jeune.

C'est scolaire, car le lieu de vie le plus important du jeune se passe principalement au sein d'un établissement scolaire.

Image: blocage; comme un cheval qui se bloque/se cabre devant une barrière.

Ce n'est pas de la flemme, un coup de pied aux fesses ne marche pas plus sur un cheval que sur un jeune.



Les causes : toujours compliquées, souvent un mélange d'anxiété (sociale, de séparation), de caractéristiques de développement (précocité, troubles des apprentissages – comme : dyslexie, etc...), et d'interaction au groupe (tels que: harcèlement, humiliations, position de bouc émissaire). **Accepter sans jugement la situation.** Explorer si des causes principales sont identifiables, en particulier si des situations de harcèlement ressenties par le jeune.

2) Ce qui doit être ajusté pour le jeune au niveau de sa vie à l'école

- 🌈 **L'accueil** - Faire un accueil spécial au jeune, lui souhaiter la bienvenue le matin. Un sourire peut tout changer !
- 🌈 **Bienveillance** - Reconnaître que la colère, les mots, l'agressivité du jeune sont l'expression d'une souffrance, de frustrations,
- 🌈 De la part des adultes : Ne pas juger et ne pas s'affronter,
- 🌈 Dans la situation : s'apaiser soi-même et ne pas se confronter au jeune,
- 🌈 Laisser tranquille et donner confiance,
- 🌈 Éviter à tout prix de prendre le jeune comme "bouc émissaire" dans la classe,
- 🌈 Toujours commencer par dire les choses positives, ce qui marche, même si ce n'est pas grand-chose.
- 🌈 Lorsqu'un recadrage doit être fait, **ne pas le faire devant les autres élèves** ... pour éviter l'humiliation, cela peut avoir des conséquences plus que néfastes pour le jeune.

*S'il s'agit d'un harcèlement **il est prouvé** que la **prise en charge du groupe classe** est capitale et donne de bons résultats.*

Ne pas hésiter à faire le point entre parents et enseignants, une ou deux semaines après la réunion, et **maintenir un échange régulier et constructif**. Un bilan psychométrique s'il n'a pas été fait peut être proposé pour mieux comprendre les causes et enrichir les discussions.

Préparé par l'Association Phobie Scolaire

En collaboration avec Catherine Rioult, Psychologue Clinicienne