

Feuille de route pour la prise en charge rapide de votre enfant Belgique francophone (Fédération Wallonie-Bruxelles/FWB)

Votre enfant présente des troubles somatiques en lien avec les périodes scolaires. Vous l'avez peut-être d'abord cru feignant ou capricieux, mais vous soupçonnez maintenant une phobie scolaire.

Ne vous affolez pas, ne culpabilisez pas, mais entendez-le !

L'enfant se construit par sa socialisation familiale, mais aussi par ses relations à ses pairs, aux autres, aux apprentissages, à l'école, etc. Tout cela relève d'un subtil équilibre. Rien ne peut être imputé entièrement à l'un ou l'autre des facteurs de socialisation. Vous n'êtes donc pas coupable.

Mais les somatisations sont le signe d'une souffrance, alors il vous appartient de ne pas prendre les choses à la légère : **il faut agir dès l'apparition des premières somatisations** (maux de ventre, maux de tête, refus de se rendre en classe, etc.) afin d'éviter que les somatisations évoluent en comportements et que s'enclenche la spirale de la pathologie.

Consultez votre **médecin généraliste** ou le **pédiatre** de votre enfant.

Si vous estimez que la situation présente un caractère d'urgence vitale pour votre enfant et que vous ne pouvez pas consulter immédiatement votre médecin généraliste pour évaluation, rendez-vous aux **urgences** (pédiatriques).

**Et n'oubliez pas que l'enfant est avant tout un enfant et pas un élève,
il faut donc avant tout s'intéresser à l'enfant, aux sources de sa phobie, à son état psychologique.**

Voilà un **plan d'action** que nous vous proposons ; cochez au fil de l'avancée de la prise en charge (faites le point sur ce que vous avez déjà fait et ce que vous pouvez encore envisager comme piste).

En premier lieu

Mettre en place une pause : arrêt maladie de 3 semaines pour l'enfant.

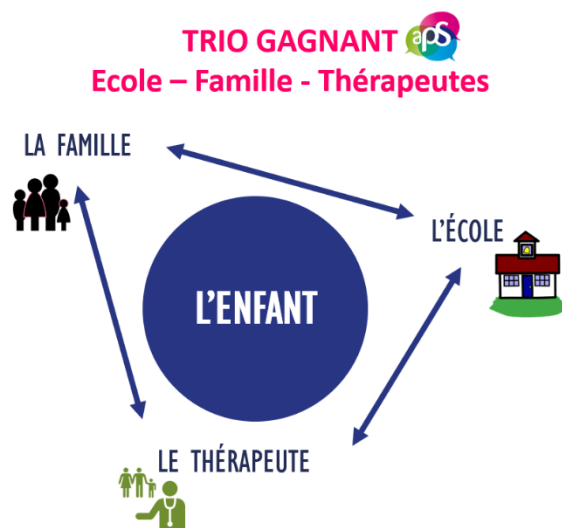
Pourquoi ?

- Pour dédramatiser.
- Pour faire baisser la pression pour l'enfant et la famille.
- Pour prendre la distance nécessaire à la réflexion.
- Pour prendre les rendez-vous nécessaires.

Votre plan d'action

A chaque intervenant que vous rencontrerez, donnez un exemplaire de la feuille de route de l'association pour expliquer votre démarche. Ils sauront vous conseiller.

OUVRIR LE DIALOGUE AVEC LES DIFFERENTS INTERLOCUTEURS



Au niveau médical

1. Prendre un rendez-vous avec votre médecin généraliste pour le premier arrêt maladie. Lui demander un arrêt maladie de **trois semaines renouvelables** jusqu'à obtenir un rendez-vous chez un spécialiste.

Le médecin généraliste ou pédiatre éliminera les éventuelles causes physiologiques des douleurs ressenties par votre enfant.

2. Prendre rendez-vous chez un **pédopsychiatre** (idéalement connaissant la problématique de la phobie scolaire). C'est ce spécialiste qui va permettre la mise en place de différentes prises en charge et qui va pouvoir couvrir les absences pour maladie de votre enfant par rapport à l'école.
3. Prendre rendez-vous avec un **thérapeute** (psychologue clinicien, neuropsychologue, etc.) qui, dans l'attente du rendez-vous chez le médecin spécialiste, va pouvoir faire une première **évaluation de l'état psychoaffectif et dépressif de l'enfant**.

En fonction de l'état anxieux, il va pouvoir proposer des prises en charge diverses (EMDR, hypnose, sophrologie, ostéopathie, etc.) pour diminuer l'anxiété de l'enfant et lui permettre de « déposer » ses peurs, inquiétudes, etc.

En fonction des difficultés scolaires expliquées (voir aussi informations reçues de l'école ci-dessous) d'autres tests seront probablement préconisés (QI, TDA/H, DYS, etc.).



Au niveau de l'école

Les premiers signes de mal-être ne sont pas toujours identifiés tout de suite. L'enfant a donc parfois déjà accumulé un certain nombre de demi-jours d'absence injustifiée à l'école parce qu'il n'arrivait pas à se lever le matin ou parce qu'il partait pour l'école mais n'y entraît pas ou parce qu'il quittait l'école à midi sans prévenir...

En Fédération Wallonie-Bruxelles, le jeune est en obligation scolaire jusqu'à 18 ans.

Dès 9 demi-jours d'absence injustifiée, vous recevrez un premier signalement qui sera également envoyé par l'école à la Direction Générale de l'Enseignement Obligatoire (DGEO) ; à partir de ce signalement, l'école est tenue d'envoyer mensuellement un nouveau relevé. Ces signalements sont également envoyés au Centre Psycho-Médico-Social de l'établissement (CPMS) qui met en place un suivi avec les parents.

A partir de 20 demi-jours d'absence injustifiée, le jeune est considéré comme élève irrégulier ce qui peut, en fonction de la situation et du degré de compréhension que l'école a de la situation particulière du jeune, mener à l'obligation de recommencer une année scolaire (élève libre).

Il est donc indispensable qu'un dialogue école-famille se mette en place dès que possible autour du décrochage et de la phobie scolaire et que des aménagements soient pris.

Justifiez au plus vite toutes les absences de l'enfant par certificat médical.

Soyez attentif aux délais requis pour la remise des justificatifs d'absence (3 jours ouvrables).

Dans l'attente de voir votre médecin généraliste ou le pédiatre, vous pouvez justifier les absences de votre enfant à l'aide des **billets d'absence** généralement attachés dans le journal de classe et dont le nombre est fixé par le Pouvoir organisateur dans le Règlement d'ordre intérieur (ROI).

Il faut à tout prix éviter l'accumulation d'absences injustifiées !

Prendre un rendez-vous au plus vite avec la **direction de l'école** et demander s'il est possible qu'un agent du **CPMS** soit présent également (gain de temps). Il peut être opportun que l'**éducateur** et le **titulaire** de classe de votre enfant soient également présents à cette première rencontre.

Exposez la situation de votre enfant.

Sollicitez lors de cet entretien leur avis de professionnels sur ce qui aurait pu, au sein de la classe ou au sein de l'établissement, provoquer un malaise chez votre enfant : moqueries, brimades, bousculades, rejet, ... Ont-ils remarqué des difficultés particulières de l'enfant au niveau des apprentissages ? Leurs avis professionnels sur leur rapport à l'enfant, son comportement face au travail, face aux autres, son travail scolaire, ce qui existe comme dispositif éventuel sont précieux pour mettre en place les dispositifs pertinents autour du jeune.

La phobie scolaire est parfois associée une **phobie sociale** ; dès lors, afin que l'enfant ne s'isole pas complètement il est important de maintenir au maximum les activités extrascolaires (artistiques, sportives), les relations et sorties avec les amis, avec la famille...

Si l'enfant est touché par une **dépression**, des problèmes de sommeil (insomnies, nuits blanches, inversion jour/nuit) et d'appétit (manque d'appétit/augmentation de l'appétit) sont généralement associés à la phobie scolaire. Il est important d'être attentif à ces signes et d'en parler aux professionnels qui entourent votre enfant. Maintenez tant que possible une bonne hygiène de vie et alimentaire pendant cette période.

Découvrez de nombreux documents mis à disposition sur notre site dans la rubrique « [Boîte à outils](#). »

Vérifier l'éventualité d'un harcèlement (par un adulte encadrant, un/des élèves)

Pourquoi ?

- Parce que c'est une piste fréquente qui peut expliquer une phobie scolaire.
- Parce qu'il faut agir VITE dans ce cas, n'hésitez pas à consulter :
<https://www.stopharcelement.eu/reponseB.php>
<http://www.enseignement.be/index.php?page=27586&navi=4215>

Que faire ?

- Demander à l'enfant ce qu'il en est : Parlez. Écoutez. Échangez.
- Poser la question lors des rendez-vous avec l'équipe éducative de votre enfant.
- En cas de doute, et pour savoir comment gérer le problème, voici les numéros utiles :

103	Service Écoute-enfants	(jeunes en souffrance)	10h/24h 7/7j
107	Télé-accueil	(situation de crise sociale, morale ou psychologique)	24/24h 7/7j
112	Aide médicale urgente et services d'incendie		24/24h 7/7j
101	Aide policière urgente		24/24h 7/7j
0800 32 123	Centre de Prévention du Suicide		24/24h 7/7j
116 000	Child Focus	(sexting, grooming, sextortion, disparition, enlèvement, abus sexuel des enfants et des jeunes)	24/24h 7/7j
0800 95 580	Service de Médiation Scolaire	(écoute active et orientation → parents et professionnels de l'enseignement par rapport à toute forme de violence scolaire)	de 9 à 16h du lundi au vendredi, insister si occupé

Découvrez nos recommandations et conseils « Prise en charge du harcèlement scolaire » :

<https://phobie-scolaire.org/wp-content/uploads/2022/08/HARCELEMENT-SCOLAIRE-marche-a-suivre.pdf>



Évaluer le profil cognitif pour repérer des troubles des apprentissages

Pourquoi ?

- Les troubles des apprentissages engendrent des difficultés scolaires de nature à déclencher la phobie scolaire (sentiment d'incompétence, épuisement scolaire – l'enfant travaille mais n'arrive pas à atteindre les résultats attendus, perte d'estime de soi, stress, etc.).
- Vérifier : éventuelle dyslexie, dysgraphie, dyscalculie, dyspraxie, troubles visuels, troubles de l'attention avec ou sans hyperactivité, précocité (HPI/HPE), troubles du spectre autistique, etc.

ATTENTION ! Toutes ces particularités peuvent passer inaperçues et poser brutalement un problème. Parce que l'enfant ne compense plus, parce qu'il se sent en décalage, qu'un autre problème vient s'ajouter, etc... Il suffit d'un caillou dans les rouages...

Que faire ?

Réaliser les bilans appropriés auprès d'un psychologue clinicien spécialisé ou d'un neuropsychologue.

IMPORTANT !

Prioriser la prise en charge du trouble anxieux
avant de faire passer un bilan psychométrique à votre enfant !

En cas d'anxiété majeure ou de dépression les capacités d'attention, de concentration et mnésiques de l'enfant sont plus ou moins gravement impactées.

L'enfant n'est plus disponible pour les apprentissages et n'est plus capable d'effectuer les tâches attendues à l'école ou **pour** l'école.

Le spécialiste qui suit votre enfant effectuera probablement également un bilan psychoaffectif qui permettra de vérifier s'il y a eu : un événement traumatique, mémoire traumatique et Etat de Stress Post Traumatique (ESPT), pour lequel une prise en charge s'impose.

Pour creuser l'hypothèse de la précocité, le spécialiste de votre enfant utilisera le test adapté à son âge.

L'idéal est que les différents bilans soient coordonnés par le même spécialiste et que les résultats de ces tests vous soient fournis séparément (test par test) et **qu'y soient clairement mentionnés les aménagements préconisés au niveau scolaire.**

Toujours tenir l'établissement informé et transmettre les attestations avec préconisations
pour adapter les aménagements qui peuvent être mis en œuvre.

Favorisez les contacts téléphoniques avec **une même personne référente** de votre enfant au sein de l'école (éducateur, délégué-référent aux aménagements raisonnables, etc.) ou en personne avec l'établissement mais **doublez les échanges par des confirmations mails pour avoir une trace écrite.** Si ce n'est pas avec elle que vous traitez directement, toujours mettre la direction en copie des échanges écrits.

Il ne s'agit pas de douter de la bonne volonté de l'établissement mais de conserver une trace de vos démarches si nécessaire pour des problématiques complexes et des aménagements spécifiques futurs.

• **Mettre en place les suivis** correspondants aux préconisations ressortant des bilans (rééducations, suivi psy, etc...).

• Parfois, le thérapeute ou le pédopsychiatre peut préconiser un **changement d'établissement** (si c'est l'établissement et son mode de fonctionnement qui apparaît de nature à angoisser l'enfant). Changement possible toute l'année pour certains motifs relevant du Décret « Missions (art.79 §4) ou pour absolue nécessité (ex. nécessité psychologique).

Dans ce cas, rechercher dans votre environnement des établissements dont le Projet d'école et les méthodes pédagogiques sont davantage en accord avec les besoins de votre enfant :

- moins de pression autour de la performance par exemple,
- des établissements proposant des classes à projet ou des pédagogies actives,
- des pédagogies alternatives (Montessori, Freinet, ...).

• Il peut aussi être utile de faire passer des **tests d'orientation scolaire** pour votre enfant. Ces tests vont permettre d'identifier des filières d'enseignement ou les options en adéquation avec les capacités, les aspirations, les intérêts et le projet de vie/professionnel de votre enfant. Changement d'orientation possible jusqu'au 15 mai.



ATTENTION !

Ne prenez pas ce type de décision de changement sans que ce soit une préconisation fondée sur un **besoin de votre enfant**.

Le changement peut, s'il n'est pas adapté, empirer la situation.

Dans tous les cas, négociez avec l'établissement scolaire la mise en place d'aménagements raisonnables (voir plus loin). Plusieurs possibilités existent en fonction de la « souplesse » et de la compréhension dont l'équipe éducative va bien vouloir faire preuve.

La phobie scolaire relève évidemment des troubles des apprentissages et des besoins spécifiques et donc nécessite la **mise en place d'un protocole d'aménagement raisonnable**.

Tant que votre enfant sera couvert par un médecin par certificat médical, l'école est tenue de vous transmettre les cours, exercices et documents permettant le suivi de la scolarité à domicile.

Dans le cadre **d'aménagements raisonnables**, vous pouvez demander notamment à l'école (liste non exhaustive) :

- d'aménager son horaire de cours pour qu'il puisse fréquenter les cours aux moments qui lui conviennent le mieux ou quelques heures par semaine ;
- qu'il soit pris en charge en distanciel pour certaines ou une majorité des activités de classe ;
- qu'il reçoive travaux et exercices à effectuer voire certaines évaluations et transmette à échéances fixées d'un commun accord ceux-ci à l'école pour correction et feed-back (toujours vous assurer qu'il puisse entrer en contact avec ses professeurs par mail ou en visio pour poser des questions d'éclaircissement) ;
- d'aménager les modalités et les temps d'évaluation : évaluation hors de la classe, exclusivement par écrit/à l'oral, travaux réalisés à domicile plutôt qu'évaluations en présentiel, etc.

👍 Intérêts de la mise en place d'aménagements raisonnables permettant le suivi temporaire de la scolarité à domicile ?

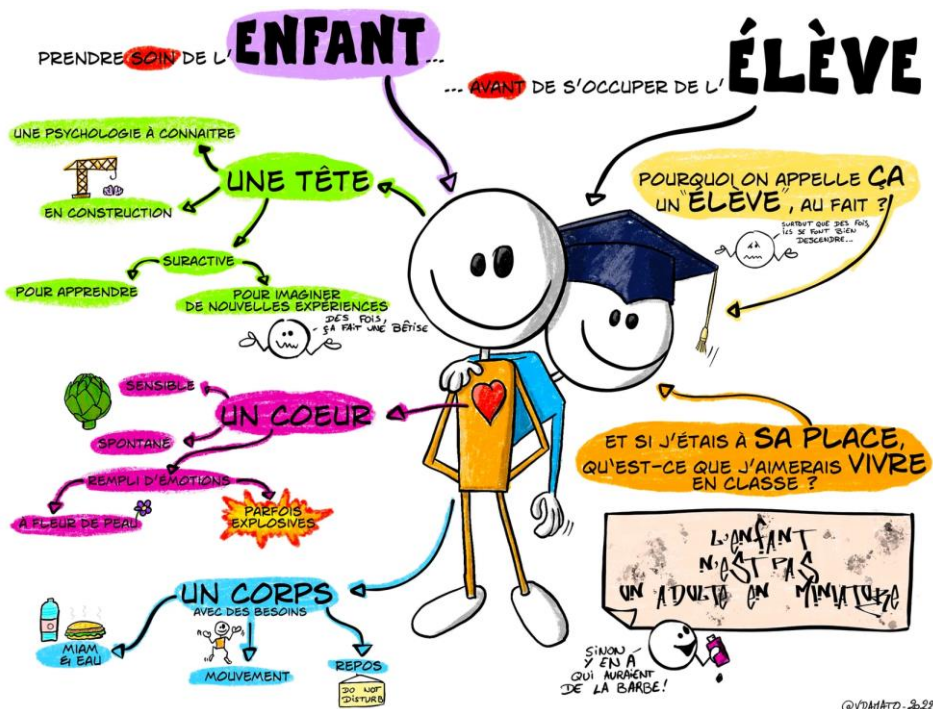
- Pour que l'enfant ne se sente pas encore plus en échec en « ratant les cours » – tout en sachant qu'il ne pourra pas forcément travailler (état anxieux ou dépressif = difficultés de concentration et de mémorisation). Donc, proposer mais ne pas se braquer !
- Pour évaluer s'il raccroche aux apprentissages via ce type de modalités d'enseignement.
- Pour avoir du recul sur son comportement lors de cette « déscolarisation » (en rompant avec l'école). Lorsque vous rencontrerez les professionnels, cela leur sera utile pour comprendre votre enfant.

Comment faire ?

- Commencez la pause scolaire par quelques jours de vacances réelles puis, selon l'avis des intervenants thérapeutiques et médicaux de votre enfant, mettez en place une démarche de suivi de la scolarité à domicile.
- Expliquez la démarche à votre enfant, l'objectif de cet essai pour qu'il comprenne les enjeux. Parlez en termes de contrat : « Je me charge de trouver les solutions, tu fais ton travail d'enfant en te préoccupant seulement des questions d'apprentissages, nous ferons le bilan régulièrement pour voir ce que tu as appris, si cela te convient, me convient... ».
- Faites le point régulièrement avec l'école et le CPMS.

SURTOUT si votre enfant n'est pas disponible pour les apprentissages à cause de problématiques médicales sous-jacentes (anxiété ++, crises d'angoisses, troubles du sommeil, dépression, etc.), respectez-le même si cela est difficile pour vous et que vous vous inquiétez pour sa scolarité, un éventuel redoublement, son avenir, etc...

La santé de votre enfant et son bien-être doivent primer sur la scolarité et la réussite scolaire.



L'enseignement à domicile



Si, à la rentrée scolaire, la reprise d'une scolarité au sein d'un établissement s'avère *in fine* peu opportune voire impossible, si votre enfant ne trouve pas d'établissement permettant de répondre à ses besoins, si votre enfant ne trouve pas une orientation qui lui convienne, vous pouvez envisager **l'enseignement à domicile**.

Dans ce cas, votre enfant ne sera plus inscrit dans un établissement scolaire et vous serez responsable en tant que parent de son instruction ; vous devrez notamment compléter un dossier expliquant comment vous allez planifier les apprentissages sur l'année scolaire et comment vous allez vous y prendre pour faire apprendre votre enfant.

Informations sur les **conditions** et les dérogations :

<http://www.enseignement.be/index.php?page=28188&navi=4580>

Pour l'obtention de ses certificats et diplômes, votre enfant devra être inscrit au **jury central** :

<http://www.enseignement.be/index.php?page=26897>

Pour aider votre enfant à s'approprier les savoirs, savoir-faire et compétences indispensables à la réussite des jurys, la FWB a développé **l'enseignement à distance** :

<http://www.enseignement.be/index.php?page=24335>

Pour rappel, c'est l'instruction qui est obligatoire jusqu'à 18 ans pas le fait d'aller à l'école !

Si vous souhaitez obtenir des conseils par rapport aux démarches à effectuer et dans quel ordre, n'hésitez pas à envoyer un mail à apsbelgique@gmail.com .

Structures et institutions à qui faire appel quand le jeune est indisponible à long terme pour les apprentissages, est déscolarisé et dans les situations multifactorielles

Sur le territoire francophone, il existe plusieurs **structures pédopsychiatriques** dont l'objectif est de prendre en charge l'enfant dans sa globalité afin de travailler son projet de vie et de tenter de lui permettre de rattraper aux apprentissages et à l'école.

Ces structures hospitalières de jour collaborent avec l'enseignement spécialisé de type V (« école à l'hôpital ») afin de maintenir un contact entre l'enfant et les matières scolaires « de base ».

Les places sont néanmoins insuffisantes pour couvrir les besoins qui se sont accrus depuis la crise sanitaire.

Liste non exhaustive

<p><u>Bruxelles</u> Les ados de Robert Dubois à Laeken – accueille une vingtaine des jeunes de 12 à 18 ans en phobie scolaire. Unité de Consultations Pédopsychiatriques Hôpital Universitaire des Enfants Reine Fabiola (HUERF) 15 avenue JJ Crocq – 1020 Bruxelles Tél. 02 477.31.80</p> <p>Hospitalisation pédopsychiatrique de courte durée pour les adolescents – Unité adolescents Hôpital Erasme Route de Lennik 1070 Bruxelles 02 02 555 3296</p> <p>Le Thipi d'Area + Chée de Saint Job 294 1180 Uccle Tél. 02/430 75 00</p>	<p><u>Brabant wallon</u> Centre Passado à Tubize Hôpital de Jolimont Rue de Scandiano 8 1480 Tubize 02/391 03 03</p> <p>Le Domaine Centre Hospitalier Rue Jean Lanneau 39 1420 Braine-l'Alleud 02/386 09 00</p>
<p><u>Charleroi</u> Centre Thérapeutique de Jour Adolescents - Hôpital V. Van Gogh (CTJAdo) Rue de l'Hôpital, 55 6030 Marchienne-au-Pontg Tél : 071 92 17 50</p>	<p><u>Namur</u> Le Beau Vallon Rue de Bricgnot, 205 5002 Saint-Servais Belgique Tel. 081 721 222</p>
<p><u>Tournai</u> CRP Les Marronniers – Le Ricochet Rue Despars 94, 7500 Tournai 069 88 03 20 0478 99 72 57</p>	<p><u>Liège</u> Centre de santé de l'adolescent – CHC MontLégia Boulevard Patience et Beaujonc 2, 4000 Liège 04/355 50 00</p>
<p><u>Mons</u> Unité psychiatrique pour adolescent – Hôpital du Chêne aux Haies 24, Chemin du Chêne aux Haies 7000 Mons 065/38 16 83</p>	

En parallèle, trouver de l'aide pour la famille si nécessaire et se préserver !

Pourquoi ?

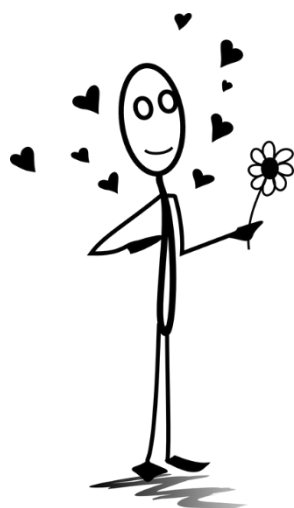
En résumé

La situation est déstabilisante et culpabilisante pour les parents, pour l'enfant, et pour toute la famille, il est important de se faire aider : **ressourcez-vous, ne culpabilisez pas.**

- Il est nécessaire de se préserver pour tenir et accompagner votre enfant dans les meilleures conditions et ne pas oublier les frères et sœurs lorsqu'il y en a.
- Un parent en forme psychologiquement et physiquement pourra mieux aider l'enfant et l'enfant se sentira moins coupable.
- L'acceptation de la situation, l'apaisement des tensions familiales et l'amour sont un premier pas vers la guérison et la résolution de certains problèmes.

Que faire ?

- Contacter les différentes associations actives selon le profil de votre enfant (HP, DYS, etc.) ; beaucoup d'associations sont spécialisées dans les différents profils et sauront vous orienter au mieux vers les dispositifs adaptés dans votre région.
- Envisager si besoin un suivi psychologique, une médiation familiale, du coaching, du coaching aussi pour l'enfant (surtout si c'est un ado en mal de motivation), etc.
- N'ignorez pas et ne cachez pas le problème ! Expliquez gentiment à l'entourage ce qui se passe, et au moindre jugement négatif, éloignez ces personnes de la problématique, car avec les troubles anxieux scolaires, il n'y a pas d'énergie à dépenser INUTILEMENT !
- Se référer aux vidéos et interviews disponibles sur notre site web.
- Gardez courage, surtout ne désespérez pas, tenez le cap et la feuille de route, venez **échanger avec d'autres parents** sur notre groupe Facebook pour vous sentir moins seul parce que vous n'êtes pas seul : votre enfant n'est pas un cas isolé !



UN PARCOURS CHAOTIQUE
EST LOIN D'ÊTRE SYNONYME D'ÉCHEC,
ILS TROUVERONT À TERME LA VOIE
DE LEUR PROPRE ÉPANOUISSEMENT.
**PENSEZ QUE L'ENFANT EST UN ENFANT
AVANT D'ÊTRE UN ÉLÈVE**