

# Phobie scolaire : Effet de mode ou réalité profonde ?

PUBLIÉ LE : 02/01/2023

TEMPS DE LECTURE : 5 MIN

ACTUALITÉ, SCIENCE

**Multifactorielle et difficile à mesurer, la phobie scolaire souffre encore de l'image d'un trouble peu sérieux, voire feint. Une équipe de l'Inserm a donc enquêté dans toute la France pour faire la lumière sur ce phénomène, accentué par la crise sanitaire.**

**Un article à retrouver dans le magazine de l'Inserm n° 55**

**(<https://www.inserm.fr/magazine/inserm-le-magazine-n55/>)**

La phobie scolaire reste délicate à quantifier en France, car l'Éducation nationale ne mesure que l'absentéisme, à partir de quatre demi-journées d'absence non justifiées par mois. Un manque d'assiduité qui touchait 4,8 % des élèves du second degré public sur l'année scolaire 2020–2021 selon le ministère. « *Cette vision macroscopique mélange des situations et des élèves très différents* », regrette Laelia Benoit, pédopsychiatre et sociologue au Centre de recherche en épidémiologie et santé des populations (CESP) à Villejuif. « *Ces chiffres englobent aussi bien l'école buissonnière que le refus scolaire des enfants anxieux mais aussi l'éviction à l'initiative de l'établissement et le retrait décidé par les parents.* » Or, la phobie scolaire correspond uniquement au deuxième cas, « *lorsqu'un élève, en l'absence de conduite antisociale, présente une vive détresse émotionnelle face à l'école, qu'il évite malgré les efforts raisonnables de ses parents pour l'y ramener* », précise la chercheuse. Ce « refus scolaire anxieux » (RSA), selon le terme consensuel, concernerait entre 1 et 2 % des élèves, de la maternelle au lycée, dans de nombreux pays. Un phénomène sans doute sous-estimé en France, faute d'indicateur précis, et surtout mal caractérisé.

C'est pourquoi Laelia Benoit a lancé en 2018 une vaste enquête sur les profils et le devenir des enfants qui souffrent de RSA, en collaboration avec le CESP. Les quelque 2 000 questionnaires recueillis offraient un large panel d'élèves de 5 à 18–20 ans, venus de toute la France. Sur les 1 328 dossiers répondant à la définition du RSA, les chercheurs en ont conservé 729, pour lesquels ils disposaient des chiffres d'absentéisme sur trois ans. Leurs résultats sont à paraître prochainement.

# Un trouble aux mille et un visages

« *Nous avons identifié cinq trajectoires récurrentes* », révèle Laelia Benoit. Chez les élèves d'âge primaire, les absences sont souvent liées soit à des symptômes somatiques (maux de ventre, maux de tête...), soit à un problème médical, rare ou chronique, qui s'aggrave pendant la période considérée. Mais le retour à l'école se fait en général au bout de deux ans de suivi. Les adolescents de l'étude ont plutôt développé un refus scolaire vers 11–12 ans, en lien avec différents troubles (dépression, phobie sociale) ou questions (identité de genre) ou encore un environnement scolaire dont ils se plaignent. Certains se rétablissent, lentement, grâce à un accompagnement a minima hebdomadaire. Mais pour beaucoup, la situation se dégrade, plus ou moins vite, jusqu'à une déscolarisation complète malgré des aménagements scolaires et un suivi médical lourd : psychothérapies multiples, hospitalisations, cumul de médicaments...

Outre l'hétérogénéité des situations, cette étude confirme les éléments identifiés dans la littérature internationale. Sur les 1 328 élèves souffrant de RSA, près de la moitié avaient ainsi été victimes de harcèlement, d'insultes ou de menaces. Plusieurs autres facteurs récurrents entrent en jeu dès le primaire, avec la prise de conscience des différences : difficultés d'apprentissage (dyslexie, dysgraphie), handicap, précocité, troubles autistiques... « *Les élèves pointés du doigt peuvent, de fil en aiguille, développer une phobie scolaire* », explique la sociologue.

Et pour les minorités ethniques et les populations défavorisées, sous représentées dans l'étude, c'est la double peine : « *Quand les parents, éloignés du système, ne réagissent pas, l'établissement va bien souvent voir dans les absences de ces élèves un décrochage plutôt qu'une détresse émotionnelle.* » Un pic de nouveaux cas de RSA est aussi enregistré à l'entrée au collège, avec l'irruption des dynamiques de groupes et des questions existentielles. Au lycée, les différences sont mieux acceptées, mais des élèves qui allaient bien jusqu'alors s'effondrent : « *Ils doivent choisir leur orientation très tôt et ont peur de ne plus pouvoir bifurquer* », contextualise Laelia Benoit. Christine Baveux, responsable de la scolarité à la Maison de Solenn de l'hôpital Cochin à Paris, renchérit : « *Le contrôle continu introduit au bac en 2020 est très anxiogène, et maintient une pression constante tout au long de l'année.* » Le lycée est aussi l'âge des premiers épisodes dépressifs.

## Des conséquences individuelles et familiales ravageuses

Face à ce fléau multifactoriel, « *il faut être attentif aux petits bobos qui empêchent l'enfant d'aller à l'école le matin mais disparaissent pendant les vacances, et à tout changement de comportement : notes en baisse, isolement dans la cour, passages fréquents à l'infirmerie...* », détaille Odile Mandagaran, présidente de l'association d'aide aux parents [Phobie scolaire](https://phobie-scolaire.org/)  (<https://phobie-scolaire.org/>). Le repérage précoce des élèves à risque est en effet la clé car plus le diagnostic est

tardif, moins l'issue est favorable. Et l'enjeu est crucial : l'absentéisme est associé à un risque de moindre réussite académique, à des problèmes de santé mentale et, à terme, à une précarité économique.

Le RSA bouleverse aussi le quotidien des parents, qui adaptent leur emploi du temps dans 69 % des cas et recourent à des soins souvent non remboursés. « *Peu de familles dépensent moins de 200 euros par mois. Un budget considérable pour les plus modestes !* », déplore Laelia Benoit. Et une charge mentale sous-estimée : « *Les parents culpabilisent beaucoup. Ils ont besoin d'un soutien psychologique* », rappelle Odile Mandagaran, qui a vu les adhésions à Phobie scolaire plus que doubler depuis la crise de Covid-19. Car les familles connaissent bien souvent l'errance thérapeutique : « *Il faut sensibiliser la population, mais aussi le personnel éducatif, les généralistes et les pédiatres* », exhorte Marie Gallé-Tessonneau, psychologue spécialisée dans la phobie scolaire. Outre la prise en charge des éventuels troubles sous-jacents chez les élèves déscolarisés, la psychothérapeute conseille de maintenir une bonne hygiène de vie, de ne pas rattraper tous les cours, de préserver le lien avec l'établissement et, surtout, de préparer le retour à l'école, qui devra être extrêmement progressif et créatif dans ses aménagements. De même, à la Maison de Solenn, Christine Baveux préconise un cadre ferme et précis, source de « *sécurité psychique* » : emploi du temps allégé, matières choisies, absence de notes... « *Car l'important n'est pas de réussir l'année, mais de retourner à l'école.* » Et Marie Gallé-Tessonneau de conclure : « *Un véritable trio gagnant doit se former autour de l'enfant, entre le soin, la famille et l'école.* »

---

*Laelia Benoit est chercheuse dans l'équipe Psychiatrie du développement du Centre de recherche en épidémiologie et santé des populations (unité 1018 Inserm/Université Paris-Saclay/Université de Versailles-Saint-Quentin-en Yvelines) et à l'université de Yale (États-Unis).*

---

## À lire aussi

**Inserm, le magazine n°55 (<https://www.inserm.fr/magazine/inserm-le-magazine-n55/>)**

Magazine

**TDAH : Vers un consensus universel (<https://www.inserm.fr/actualite/tdah-vers-un-consensus-universel/>)**

Actualité, Science

**Troubles anxieux (<https://www.inserm.fr/dossier/troubles-anxieux/>)**