

Rentrée scolaire : les élèves à l'école du stress

Le Covid-19, les réformes et les difficultés chroniques du système éducatif multiplient les formes de mal-être, des écoliers aux lycéens

Le système scolaire est-il devenu une machine à stress ? A l'heure où 12,1 millions d'élèves reprennent le chemin de l'école, du collège et du lycée, jeudi 1^{er} et vendredi 2 septembre, la question mérite d'être posée. La santé psychique des adolescents fait l'objet « de beaucoup d'alertes » de la part des « milieux médicaux », a insisté Pap Ndiaye, le ministre de l'éducation nationale, lors d'un direct avec les internautes sur la plateforme Brut, le 29 août.

Dans un contexte social, économique et environnemental anxiogène, le nombre de passages aux urgences pour gestes suicidaires est en forte hausse chez les jeunes de 11 à 24 ans (+ 27 % sur les premiers mois de 2022 par rapport à la même période en 2021), en particulier chez les jeunes filles, selon les données de l'agence Santé publique France.

Dans les écoles et les établissements scolaires, le constat est clair : la crise sanitaire a bel et bien fait basculer des adolescents dans le mal-être. « Avant le Covid-19, il y avait des pics de stress à des moments définis, la rentrée ou l'approche des examens pour les 3^{es}, les 1^{ers} et les terminales », rapporte Sylvie Magne, cosecraétaire générale du syndicat des infirmières scolaires (SNICS-FSU). Mais, depuis la rentrée 2020, le stress, les phobies scolaires ou l'absentéisme ne sont plus cantonnés à ces deux périodes. On voit des ados qui ont perdu en motivation et des enfants plus agités qui ont du mal à entrer dans les apprentissages. »

« Depuis le Covid-19, la santé mentale à l'école n'est plus un tabou », constate également Hélène Romano, docteure en psychopathologie et psychothérapeute. Elle a participé à l'élaboration d'une enquête de l'association Synlab auprès d'un millier d'enseignants sur le sujet. Le résultat :

près d'un tiers des collégiens et des lycéens laissent disparaître, dans leurs discours et dans leurs mots, des signes de stress ou d'anxiété, selon leurs professeurs.

Après deux années perturbées, une partie de la solution, avancée par le ministre de l'éducation devant les internautes de Brut, sera de retrouver le fonctionnement « normal » de l'école. Mais celui-ci pourrait-il être lui-même générateur de mal-être ? Le président de la République, Emmanuel Macron, l'a laissé entendre, lors de son allocution de rentrée devant les recteurs d'académie, le 25 août : les élèves français seraient « malheureux », tandis que leurs parents sont « anxieux », et leurs enseignants, « désabusés ».

Les notes, « un stress diffus »

Pour beaucoup de professionnels qui sont au plus près des enfants et des adolescents, il est clair qu'une pression accrue s'exerce. « Rien n'a bougé dans les manières d'apprendre, alors que le monde a considérablement changé », note Patrice Huerre, pédopsychiatre et auteur de *Comment l'école s'éloigne de ses enfants* (Nathan, 174 pages, 14,90 euros). « La pression scolaire augmente à mesure que les parents sont de plus en plus inquiets pour l'avenir de leurs enfants, qui cherchent à les rassurer en ayant de bons résultats », ajoute-t-il.

Les difficultés de fonctionnement du système, en particulier la gestion des ressources humaines – au cœur de l'actualité en cette rentrée –, perturbent également les enfants, lorsque leurs enseignants ne sont pas remplacés ou que, à l'inverse, des remplaçants « défilent » de semaine en semaine.

« On le voit autour de nous », note Patrice Le Berr, père de trois garçons en école primaire à Rueil-Malmaison (Hauts-de-Seine) et



représentant FCPE des parents d'élèves. Dans la classe de CP d'à côté, l'enseignant n'a pas été remplacé pendant deux mois l'an dernier. Il y a quelques années, c'était le 80 % de l'enseignant de mes jeunes qui n'était pas complété... Cette désorganisation stresse énormément les enfants. » Et leurs parents, lorsqu'il s'agit d'organiser au dernier moment la garde d'un petit dont l'enseignant n'est pas remplacé. « J'ai déjà vu des parents hausser le ton avec la directrice, pourtant très engagée », regrette M. Le Berr.

Dans les grandes classes, on souligne aussi la responsabilité des dernières réformes – celle de Parcoursup et celle du bac, qui ont diffusé le stress sur les deux dernières années de scolarité. « Au collège, le mal-être des élèves concerne surtout les problématiques de harcèlement et au lycée, la pression scolaire », résume à grands traits Gwenaël Le Paih, secrétaire général adjoint du SNES-FSU. Et de regretter :

« Au collège, le mal-être concerne les problématiques de harcèlement et au lycée, la pression scolaire »

GWENAËL LE PAIH

secrétaire général adjoint du SNES-FSU

« Avec l'instauration d'une dose de contrôle continu, les lycéens ont l'impression de passer le bac tous les jours. »

« Les notes sont vécues comme une sanction et génèrent un stress diffus sur l'ensemble de l'année », abonde Mathilde Gambrelle, enseignante d'histoire-géographie à Guingamp (Côtes-d'Armor). Dans son établissement rural, les familles, peu au fait des subtilités de l'enseignement supérieur,

sont également perdues face à Parcoursup. Une angoisse qui monte dès la classe de 2^{de} avec le choix des enseignements de spécialité et se manifeste régulièrement par des crises de larmes. « Il suffit parfois d'un simple "Comment ça va ?" pour ouvrir les vannes », rapporte l'enseignante.

A cette situation de pression accrue s'ajoute une difficulté du système à écouter la souffrance de ses élèves et à la prendre en charge. Les médecins et infirmiers scolaires sont en sous-effectif chronique et ont frôlé le burn-out collectif pendant la crise sanitaire.

Le ministre de l'éducation a assuré en avoir conscience sur Brut, lundi 29 août, soulignant le manque de vocations dans ces deux professions. « C'est vrai depuis de très nombreuses années », a ajouté Pap Ndiaye, qui a reconnu que le système sanitaire de l'éducation nationale n'était « plus en état à lui seul de répondre aux difficultés ».

« Nous avons dit au ministre qu'il manquait 15 000 postes d'infirmières pour fonctionner normalement », confirme Sylvie Magne, qui assure que le message a été « entendu » à l'éducation nationale, sans que des mesures ne soient prévues à brève échéance.

En attendant, les quelque 7 700 infirmières déjà en poste sont souvent le premier relais des enfants et adolescents qui souffrent d'un mal-être. « Un élève qui revient plusieurs fois à l'infirmerie pour des maux de tête ou de ventre, on comprend vite qu'il y a quelque chose derrière », explique Sylvie Magne. On fait figure de personne neutre, car on n'est ni enseignants ni parents. Par contre, quand l'élève est prêt à parler, il faut être disponible immédiatement... Une disponibilité difficile à trouver quand l'infirmière se « partage » entre plusieurs établissements.

Fonctionnement normé

Il y a, enfin, ceux qui refusent désormais d'aller en cours. Odile Mandagaran, présidente de l'association Phobie scolaire, est submergée par les sollicitations. « Près de 150 familles nous contactent chaque semaine depuis la pandémie, alors qu'on en comptait entre trente et cinquante auparavant, relève-t-elle. Les familles se désespèrent. A quelques jours de la rentrée, elles voient leur enfant recommencer à somatiser, être dans l'incapacité d'acheter ses fournitures scolaires voire de sortir de son lit. »

Les familles confrontées au problème dénoncent d'abord la responsabilité du système scolaire, qui, là encore, ne sait pas « accompagner » les enfants différents, ceux qui ont du mal à s'adapter au fonctionnement normé de l'école, comme ceux qui la rejettent après des faits de harcèlement.

« Mon fils a cumulé les crises de larmes à partir de la Toussaint de l'année de 6^e », se souvient Juliette Jamois, à Toulouse. Le petit Aurèle, désormais âgé de 13 ans, va faire sa rentrée en 4^e après un an et demi d'instruction en famille. Mais, depuis un mois, il est angoissé par cette idée. « C'est un enfant sensible, qui a du mal à supporter les contraintes du collège, rapporte sa mère. Et notamment le fait d'être en permanence en groupe, de subir un tel volume horaire sans aucun temps de respiration. »

Même si la plupart des enfants « supportent moins mal » le système qu'Aurèle, sa mère, elle-même psychopathe, plaide pour que l'on entende ces enfants pour qui « ce système à marche forcée est très violent ». ■

SYLVIE LECHERBONNIER ET VIOLAINE MORIN

Cartable lourd, toilettes sales... le corps malmené des enfants

Le corps reste un impensé dont l'école peine à se saisir. Au cœur du problème, les sanitaires évités, car souvent jugés sales, voire dangereux

Si l'on souhaite améliorer le bien-être des enfants, priorité assumée par le nouveau ministre de l'éducation nationale Pap Ndiaye, pourra-t-on encore faire abstraction de leur corps ? Car à bien y regarder, une journée de classe est aussi un enchaînement de contraintes physiques.

L'élève commence par se lever tôt – trop tôt, pour certains adolescents dont le chronotype est décalé par rapport à celui des enfants et des adultes. Il porte un cartable souvent trop lourd – autour de 8,5 kg selon plusieurs estimations, alors que le ministère de l'éducation recommande de le limiter à 10 % du poids de l'enfant. Il déjeune dans une cantine souvent bruyante, dispose d'un temps de récréation limité, dans un espace pas toujours adapté à ses envies. Et, tout au long de la journée, il souffre d'une avarie désormais reconnue comme le point aveugle du système éducatif : les toilettes.

Considérés comme sales, voire dangereux, les sanitaires sont évités par 81 % des élèves, selon une étude Harris Interactive de 2019 sur des enfants de 6 à 11 ans. Parmi eux, 55 % évitent de boire de l'eau pour avoir moins envie d'y aller. Le problème a fait l'objet d'alertes répétées de la part des associations de parents d'élèves. L'éducation nationale vient de prendre le sujet à bras-le-corps en

« Des élèves de maternelle nous disent "je ne peux pas aller dans les toilettes parce que tout le monde me voit" »

SIDI SOILMI
directeur de la cellule « bâti scolaire » de l'éducation nationale

diffusant, avant l'été, des fiches destinées à donner aux collectivités compétentes sur les questions de bâti scolaire des priorités pour la rénovation des locaux.

A l'origine de cette publication, une concertation à laquelle ont participé 10 000 répondants, dont des enfants. « La question des toilettes ressort vraiment très fortement », assure Sidi Soilmi, directeur de la cellule « bâti scolaire » de l'éducation nationale, qui existe depuis 2019. Des élèves de maternelle nous disent « je ne peux pas aller dans les toilettes parce que tout le monde me voit ». » Pour répondre à la fois à la demande d'intimité des enfants et aux exigences de sécurité qui impliquent une surveillance, le ministère préconise désormais, pour cette tranche d'âge, des « demi-cloisons » qui permettent à l'enfant d'être seul tout en étant visible par un adulte.

Les enjeux de sécurité, en ce qui concerne les élèves plus âgés, peuvent être résolus par une plus

grande « ouverture » des toilettes, en enlevant la porte d'accès à l'espace où se trouvent les robinets ou en installant une verrière – de sorte que seules les cabines sont vraiment isolées du regard. « Quand il y a du passage et qu'on a le sentiment de pouvoir être observé, on n'a pas le même comportement », relève Sidi Soilmi.

Manque de temps

Des travaux consistant à « externaliser » les robinets, pour que ceux qui veulent simplement boire ne passent plus dans les toilettes, ont été lancés dans des collèges de Gironde, sous la houlette d'Edith Maruéjols, une géographe spécialiste des espaces scolaires qui préconise cette solution. « Ouvrir le bloc des toilettes signifie aussi qu'il n'y a plus d'urinoirs », note également la chercheuse. On part du principe que les garçons ne sont pas pudiques, mais c'est faux. Beaucoup d'entre eux détestent les urinoirs et ne les utilisent pas. »

Pourquoi la question du corps met-elle du temps à émerger, alors que l'inconfort ressentit à l'école en découle directement ? Peut-être parce que les espaces et les moments où les besoins corporels – manger, boire, aller aux toilettes – s'expriment le plus ne sont pas du ressort de l'éducation nationale. Ce sont les collectivités locales qui gèrent les murs, mais aussi les temps périscolaires de l'accueil du matin, du déjeuner et de la fin d'après-midi.

Le confort des enfants serait donc d'abord l'affaire des communes, des départements et des régions ? « Je crois que les choses sont plus imbriquées que cela, nuance Damien Berthilier, directeur du cabinet Territoire éducatif, qui accompagne les collectivités dans leurs projets scolaires. En outre, les collectivités font de gros efforts pour penser le bien-être de l'enfant sur l'ensemble de la journée. Pour la cantine, par exemple, on a tendance à se souvenir de nos propres expériences,

mais la qualité des repas a beaucoup évolué. » Et le spécialiste de noter que la première ressource dont manquent les acteurs du système éducatif est le temps. « Les enseignants et les animateurs ne se croisent pas, puisqu'ils se répartissent les temps de l'enfant. De sorte qu'ils n'ont jamais un moment pour réfléchir ensemble à leur projet commun. »

L'école française a peut-être enfin, plus simplement, du mal à se départir de vieux schémas qui traversent toute la société. « On est aussi les héritiers de notre dualisme cartésien », s'amuse le pédagogue Philippe Meirieu, et tout se passe comme si l'enseignant en France était encore tributaire de cette perception philosophique qui sépare nettement « l'âme » et « le corps ». « Et en même temps, le corps des enfants ne se fait jamais oublier. Il suffit qu'un gamin ait envie de pisser pour mettre en échec toutes les circulaires ministérielles. » ■