

NOS VIES DE PARENTS

Face à la phobie scolaire des parents démunis

La phobie scolaire, ou refus scolaire anxieux, touche davantage d'enfants et d'adolescents depuis le confinement. Des troubles face auxquels les parents se sentent démunis.

Le corps se fige, le visage blêmit, les jambes tremblent, la respiration s'accélère. « C'est arrivé assez soudainement, il y a dix-huit mois, se souvient Bénédicte Maurice, cadre bancaire en Loir-et-Cher. Mon fils était en 6^e, il a fait une crise d'angoisse devant le collège. » Une, puis deux, puis trois, puis tous les matins. « Il a continué à se battre, à y aller, mais au bout d'un moment, on a lâché l'affaire », confie cette maman. Rien ne laissait présager une phobie scolaire – aussi appelée refus scolaire anxieux – ce trouble complexe, en augmentation depuis le confinement, qui touche une fourchette large de 1 à 5 % des enfants et adolescents, selon Laelia Benoit, pédopsychiatre, chercheuse à l'Inserm et à Yale, qui a publié en 2024 une étude sur le sujet. « C'est un enfant qui aimait bien l'école », se souvient Bénédicte. Haut potentiel intellectuel, son fils sait lire à 4 ans et demi, saute le CP, pour arriver directement en CE1 ; un garçon « un peu atypique, attiré par les choses complexes comme le code informatique, les mathématiques, etc. Si c'est simple, cela ne l'intéresse pas ». Le collège permet à la famille de mettre en place un Projet d'accueil individualisé (PAI), puis un Accompagnement pédagogique à domicile (Apad). « Une prof venait à la maison, il arrivait à lui parler, mais dès qu'elle voulait enseigner, cela ne marchait plus, il se cachait sous sa couette. » Ensuite, c'est le système D, cours par correspondance, en ligne, films, ateliers électroniques, etc.

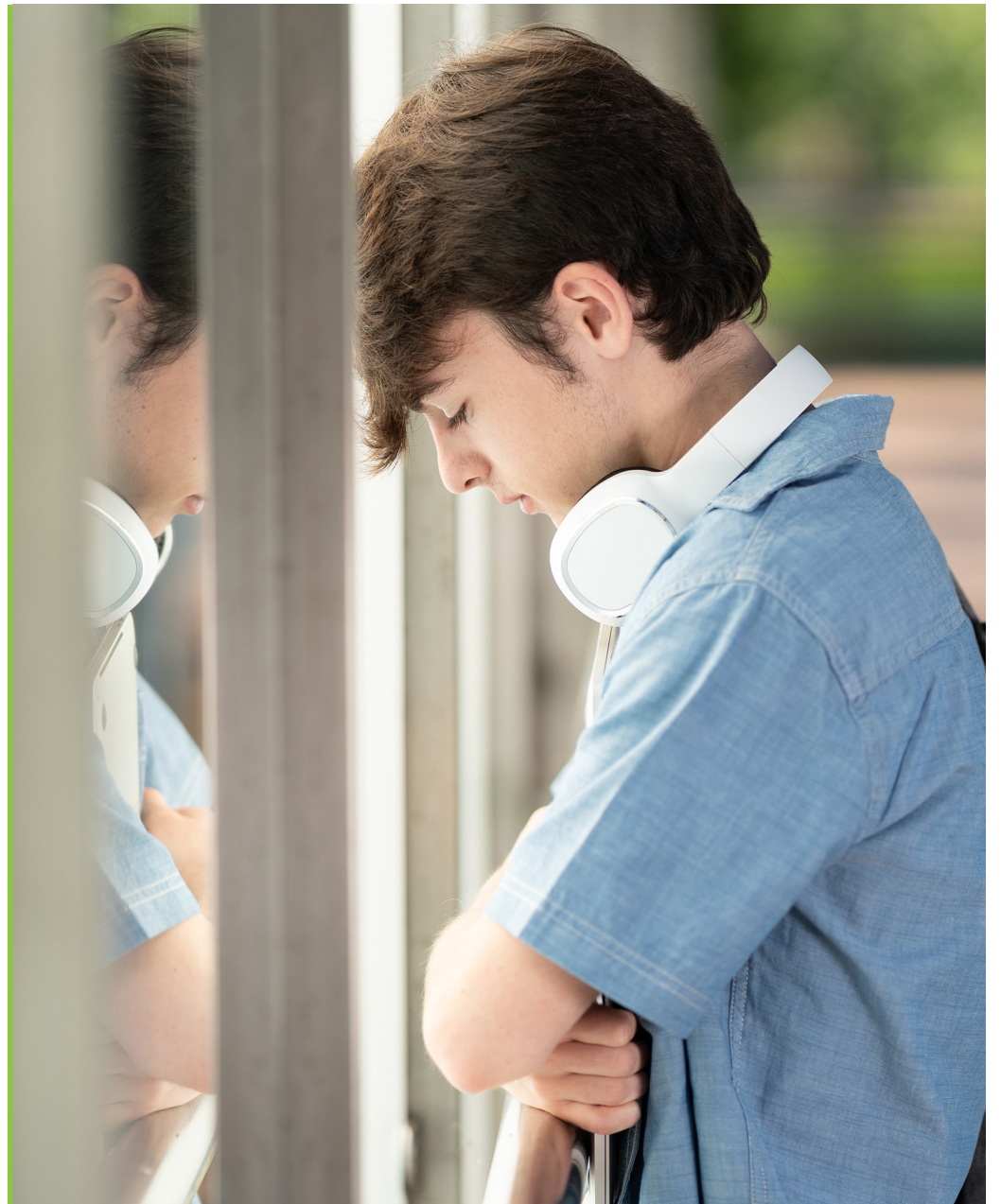
« On est un peu seuls »

Mais côté soins, c'est le néant. La psychothérapie, commencée avec un thérapeute libéral, s'est stoppée, dans l'impasse. « La santé mentale, c'est une grande nébuleuse, on est peu aidé. Il n'y a pas de structure spécialisée en Loir-et-Cher et, à Tours, ils sont saturés ; avec le désert médical, on a du mal à avoir des rendez-vous, et les professionnels ne sont pas forcément formés au refus scolaire anxieux combiné à un HPI. On est un peu seuls », regrette Bénédicte Maurice. Magali, assistante comptable, habitant juste au-dessus de Bourges (Cher), doit faire le voyage jusqu'à Chambray-lès-Tours (Indre-et-Loire) pour que sa fille de 13 ans, qui souffre en plus de troubles anxieux généralisés, puisse voir un pédopsychiatre. Car le refus scolaire anxieux, multifactoriel, est souvent associé à d'autres phobies et troubles, comme l'indique l'étude de Laelia Benoit, tandis que près de la moitié de ces enfants ont également été victimes de harcèlement, d'insultes ou de menaces.

« La priorité, c'est le soin »

« Notre petite-fille a toujours été très inquiète sur pleins de choses, mais cela ne nous alarmait pas plus que cela, se souvient Magali. En 5^e, elle a eu de plus en plus de difficultés à aller au collège ; il y avait des maux de tête, de nombreux passages à l'infirmerie, c'était très difficile de la lever le matin. Au début, on a pris cela pour des caprices, mais on s'est vite rendu compte que ce n'était pas le cas. Mais elle n'arrivait pas à nous dire ce qui se passait ; elle ne comprenait pas. » L'adolescente, en 4^e, va désormais au collège deux après-midi par semaine ; elle va mieux. « Elle va sans doute redoubler sa 4^e, mais c'est la santé avant tout. » « À l'association, on a une feuille de route pour les parents, et la priorité, c'est le soin », confirme Nathalie Collet, vice-présidente de Phobie scolaire, dont le groupe Facebook rassemble quinze mille parents. Et le soin s'adresse à tous, car c'est « toute la sphère familiale qui est en souffrance ».

Flore Mabilieu



« Avec le désert médical, on a du mal à avoir des rendez-vous, et les professionnels ne sont pas forcément formés au refus scolaire », confie une maman. (Photo Adobe Stock)

Des groupes de médiation thérapeutique

Elle préfère parler de « retrait », plutôt que de « refus scolaire anxieux ». « Il ne s'agit pas de quelque chose de volontaire. Ce sont des adolescents qui ne peuvent pas », pointe la pédopsychiatre Virginie Fougeret-Linlaud, responsable de Mosaïque, l'accueil de jour pour adolescents du centre hospitalier Laborit, à Poitiers (Vienne). Dans cette structure de soins, qui accueille cent dix jeunes par an, les deux tiers n'arrivent plus à franchir la porte de leur collège ou de leur lycée. Des angoisses qui se sont souvent manifestées « en 6^e, avec le début de la puberté, la difficulté à investir sa vie d'adolescent dans une période de nombreux changements, analyse la spécialiste. Mais cela arrive aussi souvent en 3^e et en 2^e, à cause d'angoisses de

performance. » Si les absences peuvent être perlées, l'impossibilité d'aller à l'école peut se déclarer soudainement. « Du jour au lendemain, l'adolescent ne peut plus, détaille Virginie Fougeret-Linlaud. Je prends souvent l'image d'un barrage avec pleins de petits trous qui, à un moment, lâche. Il y a eu de nombreux impacts passés inaperçus (séparation, maladie, harcèlement, etc.) auparavant ; c'est très brutal et les parents se sentent démunis. » À Mosaïque, les ados vont participer à des groupes de médiation thérapeutique, qui vont leur permettre « de réinvestir leur monde interne et psychique », tout en « retrouvant un groupe de pairs ». « La priorité, c'est le soin, pour aller mieux. »

