

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 de l'enfant pour aligner une démarche de dialogue et de compréhension mutuelle – afin d'aider l'enfant à reprendre confiance et pour éviter le décrochage scolaire.

La rencontre :

Qui : Les parents, l'enseignant, le médecin scolaire, la direction de l'établissement. Il doit y avoir médiation entre l'équipe éducative et les parents. Tout le monde doit participer activement à la prise en charge de l'enfant et adapter son accueil au sein de l'établissement scolaire en fonction des possibilités de l'enfant.

Comment : Il doit y avoir une cohésion entre l'équipe éducative, les parents et même les autres élèves de la classe. Chacun peut participer à la prise en charge de l'enfant et l'aider à retrouver une scolarité normale. L'aide des enseignants est précieuse et ils peuvent faire le relais entre l'élève et ses camarades, leur expliquer qu'il ne s'agit pas d'un refus de sa part mais de l'impossibilité de se rendre à l'école. Un travail de groupe peut être effectué avec les autres élèves pour accueillir l'enfant. L'équipe éducative peut également réfléchir avec les parents 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 : Dans l'école, de façon individuelle, en dehors des heures de cours, dans une salle au calme, loin de la vie scolaire qui peut engendrer angoisses et frustration pour l'enfant et le confronter à « ses échecs. »

Thèmes de discussion

1) Expliquer ce qu'est la phobie scolaire

L'école en tant que lieu de vie n'est pas responsable, la phobie scolaire étant multifactorielle. Elle est la conséquence de plusieurs causes qui ne sont pas nécessairement liées à l'école ou bien aux enseignants mais trouvent leurs sources dans certains traumatismes antérieurs et enfouis. Le terme « phobie » signifie peur. Et comme toute peur, elle est irrationnelle. Elle trouve donc sa source dans un enchevêtrement de causes multiples et variées qu'il faudra patiemment identifier de façon à pouvoir avancer par étapes.

Image : en anglais on parle de « school refusal » Refusal est un terme hippique qui signifie que le cheval se cabre devant l'obstacle et ne peut le franchir. C'est cette image qu'il faut retenir : ce n'est pas que l'enfant ne veut pas mais qu'il **ne peut pas**.

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 des situations de harcèlement ressenties par l'enfant.

2) Ce qui doit être ajusté pour l'enfant 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.

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.