

## QUE FAIRE FACE À UNE SITUATION DE PHOBIE SCOLAIRE ?

Vous l'avez peut-être d'abord cru feignant, capricieux, voulant « rater » un cours, mais vous soupçonnez maintenant une phobie scolaire à force de le voir continuellement dans votre salle d'attente. Il est tellement difficile de faire la part des choses.

- **Accueillir avant tout l'enfant** (parler n'est pas obligatoire, voire improductif), lui fournir un **lieu apaisant** pour qu'il puisse revenir,
- **Ne pas forcer**, braquer l'enfant,
- **Informers les parents** qui pensent la plupart du temps que l'enfant simule et les conseiller,
- **Orienter vers l'association**,
- **Proposer la feuille de route** qui permet de trouver des pistes au niveau d'un éventuel trouble des apprentissages.
- **Se rapprocher rapidement de l'équipe pédagogique**, de la conseillère d'orientation et de la psychologue scolaire.
- **Avertir le médecin scolaire** qu'un jeune est en **grande souffrance**.

### *Si vous estimez que la situation présente un caractère d'urgence vitale pour cet enfant :*

Invitez les parents à consulter leur médecin de famille au plus tôt pour évaluation, ou à aller aux urgences pédiatriques. La Maison des Adolescents peut aussi vous recevoir pour évaluer l'urgence.



## QUE PROPOSE L'ASSOCIATION PHOBIE SCOLAIRE ?

**Informers et faire connaître la phobie scolaire par des interventions de sensibilisation.**

**Soutenir parents et professionnels, les rassurer, les aider à déculpabiliser et à prendre en charge l'enfant.**

Les parents et les enfants se retrouvent souvent en grande difficulté vis-à-vis de l'école du fait d'une incompréhension mutuelle (signalements pour absentéisme, peu de PAP...). ils ne doivent en aucun cas se sentir seuls, jugés.

- Le « **Groupe de l'Association Phobie Scolaire** » sur **Facebook** permet aux parents de confronter leurs histoires, de se conseiller et se soutenir.
- Des **rencontres régionales** sont ponctuellement organisées par l'Association.

### **Fournir des outils pratiques sur son site**

- Notre **feuille de route** permet d'anticiper la chronicisation et l'aggravation des symptômes, de rechercher toute cause possible avant d'entrer dans la spirale du pathologique.
- Une **fiche de rendez-vous**, pour aller à la rencontre de l'école
- Nous disposons également d'une **liste de praticiens par régions**, sensibilisés à la phobie scolaire.
- Lien vers des outils institutionnels : Un PAP spécifique est par exemple proposé par l'académie de Savoie, qui donne à l'infirmière scolaire un rôle central.

### **POUR NOUS CONTACTER :**

[www.apspnobiescolaire.org](http://www.apspnobiescolaire.org)

Mail : [phobiescolaire@outlook.com](mailto:phobiescolaire@outlook.com)

 **groupe de l'Association Phobie Scolaire**



**Aide pour une meilleure prise en charge à l'attention des infirmier(e)s scolaires**



- **SAVOIR IDENTIFIER DES SYMPTÔMES**
- **SAVOIR AGIR**
- **SAVOIR PRÉVENIR**

Mesdames, Messieurs,

Notre association ne cesse de recevoir des demandes d'informations de la part d'infirmières scolaires concernant l'aide que nous pouvons apporter quand un enfant présente des « troubles anxieux scolaires ».

Nous espérons que notre expérience pourra vous aider, afin que l'enfant soit le plus rapidement possible pris en charge. Nous ne sommes ni médecins, ni psychologues mais pensons que vous êtes parmi les premiers à pouvoir détecter le mal être d'un jeune et aiguiller ainsi les parents souvent bien démunis. Ils ont souvent vraiment confiance en vous.

Notre priorité est de penser que le jeune est avant tout un enfant et pas un élève, il faut donc en priorité s'intéresser à l'enfant, aux sources de sa phobie, à son état psychologique.

L'association Phobie Scolaire



## PHOBIE SCOLAIRE, MAIS DE QUOI PARLE-T-ON ?

On parle de phobie scolaire lorsqu'un enfant ne **PEUT pas aller à l'école** alors que souvent, il aime apprendre. Il présente des troubles somatiques en lien avec les périodes scolaires.

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, qui un jour ne tient plus : l'enfant ne parvient plus à compenser...** Rien ne peut être imputé entièrement à l'un ou l'autre des facteurs de socialisation. Mais les somatisations sont le signe d'une grande souffrance, alors vous pouvez les aider à ne pas prendre les choses à la légère : **les parents doivent agir dès l'apparition des premières somatisations.**

### Les symptômes :

**Quelques indices, somatisations de tout ordre, parfois spectaculaires, avec un ensemble de symptômes associés, peuvent le plus souvent vous alerter,** mais ne seront pas toujours présents :

- Majorité : les maux de ventre, les larmes, crises de spasmodie et le refus inexplicable d'aller à l'école,
- 50% : l'isolement des camarades, des maux de tête, des idées noires,
- 1/3 des cas : l'inhibition intellectuelle, la perte d'appétit, la tétanie (crispation physique) ou des vomissements,
- Quelquefois : tentative de suicide, sans qu'aucun autre symptôme d'alerte n'ait été remarqué, ou encore auto-mutilations (scarifications, morsures...).

**9 fois sur 10... les symptômes disparaissent hors périodes scolaires.**

Nous constatons que ces angoisses apparaissent le plus fréquemment entre 13 et 16 ans. Mais de très jeunes enfants peuvent développer ce type de troubles anxieux.



### Des causes multifactorielles :

Très fréquemment, il y a **plusieurs causes neuro-développementales non détectées**, qui participent au développement du problème. Il ne faut donc pas s'en tenir à une explication apparemment évidente mais creuser au-delà : **alerter conseiller d'orientation et psychologue et orienter les parents vers l'association.**

Il faut impérativement comprendre l'ensemble des éléments internes et externes qui ont conduit l'enfant à la situation de phobie scolaire pour mieux le soutenir, sans focaliser sur celui qui semblerait une piste plus évidente.

Nous avons pu constater qu'un nombre important d'enfants en situation de phobie scolaire sont des **enfants intellectuellement précoces (EIP)**.

D'autres sont sujets à des "**troubles dys**" (dysgraphie, dyslexie, dyscalculie, TDHA, etc.)

Il est important de voir également si l'enfant n'a pas subi de **harcèlement** (physique, moral, sur le web...) bien qu'en général ils aient des difficultés à en parler.

Se rapprocher également de la famille en cas de **traumatisme** : (décès, divorce, etc.)

Ces causes possibles ne sont pas toujours détectées mais leur absence ne doit cependant pas éliminer le diagnostic de phobie scolaire.

[www.apsphobiescolaire.org](http://www.apsphobiescolaire.org)