

psycho/enfants

# Phobie scolaire, un vrai mal-être

À la seule idée d'aller en classe, elle tombe malade. **Et ce n'est pas un caprice.** Car la phobie scolaire est une vraie maladie, désormais prise très au sérieux par les enseignants et les médecins.



→ **NOTRE EXPERT**

**Dr Marie-France Le Heuzey, psychiatre à l'hôpital Robert-Debré (Paris), où elle anime une consultation spécialisée dans les troubles en lien avec l'école.**

**T**ous les matins, Laura vomissait avant d'aller à l'école. « Elle faisait des insomnies. À peine les grilles du collège franchies, elle rentrait en courant », se rappelle Viviane, sa mère. Changement d'établissement, suivi psychologique, cours par correspondance... La famille a tout essayé, la culpabilité en bandoulière : « En tant qu'enseignante, c'était inimaginable de laisser ma fille à la maison. Mais je n'ai pas eu le choix... », explique-t-elle.

En juillet 2008, Viviane a créé une association\* pour échanger des informations entre parents et « faire reconnaître la phobie scolaire comme une maladie ». Vaste programme. Car les spécialistes ont du mal à s'accorder, ne serait-ce que sur une définition. « Le

terme "phobie scolaire" n'existe pas dans les classifications internationales, décrypte la psychiatre Marie-France Le Heuzey, de l'hôpital Robert-Debré, à Paris. Le terme accepté est celui de "refus scolaire". Mais il n'est pas satisfaisant, car ces jeunes ne refusent pas d'aller à l'école. Ils aimeraient, au contraire, y arriver. Je préfère donc l'expression d'enfants "en mal d'école." »

## À l'origine de cette souffrance, un blocage

Quelle que soit la dénomination utilisée, il y a derrière une grande souffrance pour ces jeunes. Et, pour leurs parents, le sentiment d'être démunis et coupables. Ils peuvent être à l'origine du blocage, lorsqu'ils en demandent trop à leur enfant. Par peur de

les décevoir, celui-ci développe une anxiété de performance. Autre cause possible : l'anxiété de séparation. À l'adolescence, c'est souvent une phobie sociale (la peur du regard des autres) qui est responsable. Les signes qui mettent la puce à l'oreille ? Chez les petits, cette peur incontrôlable s'exprime par le corps (maux de tête, vomissements, crises d'angoisse...). « Si ces signes apparaissent la semaine et pas le week-end, ni pendant les vacances, cela doit alerter la famille », précise le Dr Le Heuzey. Chez les plus grands, il faut s'inquiéter si les demandes de dispense se répètent. Si, à la moindre occasion, l'ado cherche à zapper les cours. « L'école est le moyen que trouvent ces jeunes pour montrer que ça ne va pas », résume Françoise Le Mer, proviseur à

C'est bien souvent la peur d'être face à l'autre qui entraîne un repli sur soi...

## FRANÇOISE, MAMAN DE CAROLINE, 15 ANS

Elle paniquait à l'idée d'être interrogée

*Tout a commencé par des maux de ventre et des nausées. Au bout de trois jours, Caroline a fondu en larmes, m'avouant qu'elle avait peur d'aller au collège, où elle devait parler devant la classe. Elle était angoissée du matin au soir à l'idée d'être interrogée. Elle n'a plus réussi à aller en cours et a fini sa sixième avec des cours à domicile, puis*

*par correspondance. Elle a tenté de retourner au collège, sans succès. En septembre 2008, elle s'est inscrite dans une école privée pour apprendre le dessin, sa passion. C'est une structure à petits effectifs, sans cantine, avec des cours en demi-journée. Malgré tout, elle n'a pas réussi à y retourner après les vacances de la Toussaint...*



Ces jeunes ne refusent pas d'aller à l'école. Ils aimeraient, au contraire, y arriver.

DR MARIE-FRANCE LE HEUZEY, PSYCHIATRE.

Rennes, qui les accueille dans une structure spécialisée.

« Les parents ne doivent pas être indulgents en donnant des excuses pour manquer l'école, suggère le Dr Le Heuzey. Car, plus l'absentéisme dure, plus il est difficile d'y retourner. »

### Des structures d'accueil existent pour les aider

Ensuite, consulter son médecin traitant, puis un psy. voire se tourner vers des structures d'accueil. Thierry Gelinotte, instituteur spécialisé à l'hôpital Robert-Debré, a par exemple mis en place un accompagnement progressif vers l'école: « Le jeune suit des cours dans nos classes, puis je l'emmène dans son établissement scolaire. La première fois, on s'approche des lieux. Ensuite, on franchit le portail, puis

on assiste à un cours... Je reste derrière la porte pour le rassurer. Et peu à peu, je m'efface. »

À Rennes, Françoise Le Mer accueille ces élèves pendant huit semaines dans l'annexe pédagogique d'un lycée, sans référence aux programmes, ni évaluation. Objectif: réintégrer, à terme, son établissement d'origine. À Grenoble, c'est dans la « classe passerelle » de l'unité soins-études de l'académie que les ados se retrouvent. Ils y sortent de l'isolement, réapprennent à manger à la cantine... La directrice de cette unité évoque le cas d'une jeune fille incapable il y a peu de franchir la grille du collège, et qui a aujourd'hui retrouvé le sourire et doit entrer en seconde en septembre. Laura, elle aussi, a finalement trouvé sa voie: « Elle s'est inscrite dans un centre de

formation d'apprentis en pharmacie en alternance, raconte sa mère. Elle aura son bac pro l'an prochain, si tout va bien. »

### Une priorité, maintenir le lien social

Préoccupés par le niveau scolaire de leur enfant, certains parents finissent par l'inscrire aux cours du CNED (Centre national d'enseignement à distance). « Ne pas sortir de la maison, cela permet d'échapper à toutes les contraintes sociales », indique l'instituteur Thierry Gelinotte. Mais le point de vue du Dr Le Heuzey est sans appel: « L'inscription à des cours par correspondance est déconseillée, car elle maintient l'enfant dans son isolement social. »

LISE MARTIN

\*Association Phobie scolaire.  
Renseignement: phobie.scolaire@yahoo.fr

### CARNET PRATIQUE

#### À lire

Quels sont les signes à repérer, les erreurs à éviter? Quel est le rôle des parents, de l'école, des médecins? Les auteurs décryptent la phobie scolaire à travers des portraits d'enfants et d'ados.

« Phobie scolaire », Dr Marie-France Le Heuzey et Pr Marie-Christine Mouren, éditions **Josette** Lyon, 17 €.

#### Les structures d'accueil

• Service de psychopathologie de l'enfant et de l'adolescent, hôpital Robert-Debré (Paris). Tél.: 01 40 03 20 00.

• Dispositif Passerelle de l'unité soins-études de l'académie de Grenoble. Tél.: 04 38 38 08 60.

• Annexe pédagogique, lycée Chateaubriand (Rennes). Tél.: 02 99 25 19 19.