

Les phobies scolaires

La phobie se définit comme une angoisse massive face à une situation, un objet ou l'accomplissement d'une action. Les phobies constituent bien souvent un moyen de canaliser sur un objet précis une angoisse parfois très diffuse. On parle de phobie scolaire lorsque l'école devient la scène sur laquelle se joue cette angoisse.

Si chaque phobie scolaire est unique et singulière, leur point commun est le niveau d'angoisse ressenti par l'enfant. Il est tel qu'il l'entrave véritablement dans sa vie quotidienne et l'empêche d'aller jusqu'à son école.

La simple exposition à l'environnement scolaire devient si stressante, qu'une crise de panique peut se déclencher à la simple idée de devoir s'y rendre.

Les objets de la phobie sont bien souvent liés à une culture, à une société. Dans nos sociétés occidentales contemporaines, les standards de performance élevés, les exigences de réussite s'accordent mal au temps de l'enfance qui nécessite des essais et erreurs. Il n'est pas rare que l'école devienne le catalyseur, l'objet de l'angoisse.

Cette situation, pathologique, est à distinguer d'autres troubles scolaires : décrochage, troubles d'apprentissage, difficultés relationnelles... En effet, la phobie s'en différencie car, bien souvent, ce n'est pas l'école en elle-même qui est source de la difficulté. Elle est le catalyseur des souffrances vécues par l'enfant dans son développement : angoisse de séparation, peur de ne pas être à la hauteur, particulièrement dans un contexte à haute pression de performance, crainte de laisser les parents seuls à la maison en cas de maladie, de violence conjugale, d'alcoolisme... Les causes sont multiples, complexes, toujours singulières et rarement identifiables précisément.

Si certains événements tels une difficulté avec un enseignant, une situation de harcèlement... peuvent être déclencheurs de la phobie, qui peut surgir brutalement, la cause profonde est plus complexe. A l'instar d'autres troubles psychiques, les causes se mêlent, se combinent, viennent se greffer à une fragilité de l'enfant. Comprendre ce qui paralyse l'enfant demandera du temps et le soutien de professionnels de l'aide.

Une phobie scolaire appelle à la mobilisation de tout l'entourage de l'enfant. Pour le réseau, rester à l'écoute de l'enfant, de ce qui se joue pour lui et son entourage est essentiel. Chaque enfant qui traverse cette difficulté doit être entendu dans son vécu et sa souffrance intime.

Soutenir l'enfant et sa famille

Une attention à l'enfant et une aide dès les premiers signes permettront d'éviter que la situation ne s'installe de manière durable voire chronique. Mobiliser le réseau de l'école (enseignants, cpms...) et faire appel à des spécialistes (psychologues, psychiatres...) permet de soutenir l'enfant dans sa capacité à s'exprimer, à comprendre ce qui lui arrive, à soutenir sa confiance en lui, à continuer à être en mouvement... Les enjeux étant bien souvent familiaux, un soutien des parents sera indiqué dans bien des situations en support de leur fonction parentale et également pour aborder la complexité de la problématique en présence.

Les professionnels, par leur compréhension de la situation, leur écoute, leur bienveillance seront mobilisés et créatifs pour proposer des pistes en soutien de l'enfant et de sa famille : déscolariser l'enfant pendant un temps afin de lui permettre de faire face à la situation, de se poser, organiser une hospitalisation qui offre l'occasion d'une mise à distance à la fois du milieu scolaire et du milieu familial, des classes ou des écoles spécialisées qui servent de lieux tampon entre la déscolarisation et le retour à l'école...

La déscolarisation, parfois nécessaire et appropriée, peut aussi être délétère quand la phobie s'ancre par exemple dans une difficulté de séparation enfant-parent. Rester à la maison devient alors une fausse « bonne solution » qui évacue l'exigence de séparation enfant-parent mise à mal dans la dynamique relationnelle et renforce la difficulté en présence. Lorsqu'il s'agit d'un adolescent, cette difficulté à sortir du cocon familial est d'autant plus interpellante. En effet, l'adolescence se caractérise par une nécessaire émancipation du milieu familial, une période intense de découvertes, de sorties, d'éloignement.

Le rôle de l'école

Par son attention et sa présence quotidienne auprès de l'enfant, l'enseignant et l'école sont aux premières loges pour identifier les premiers signes : absences répétées, symptômes psychosomatiques (maux de ventre, de tête) fréquents...

L'école reste un partenaire essentiel même en cas d'éloignement de l'enfant tout comme en contexte de maladie de longue durée. En cas de déscolarisation, maintenir le lien avec l'école est essentiel au vu de l'importance de cette dernière comme lieu privilégié de socialisation, tiers extérieur à la famille, et également comme lieu cadré légalement (l'obligation scolaire). En effet, si l'écoute et la bienveillance dont témoigne l'école sont utiles au processus de retour de l'enfant, le cadre et les exigences lui sont aussi bénéfiques. Le cadre de l'école, par exemple les exigences de passage pour l'année suivante, participe au processus de guérison - de retour dans le social - de l'enfant.

Maintenir les liens entre l'enfant et ses camarades de classe, le groupe, les enseignants et le travail est capital car enfant et parents peuvent s'y appuyer pour petit à petit reprendre pied. Si nécessaire, des dispositifs d'aide accompagnent l'enfant et sa famille tout au long de ce processus.

Une fois la situation stabilisée, penser des aménagements (horaire, changement de classe...) va permettre un retour progressif de l'enfant dans l'enceinte de l'école et lui permettre d'y reprendre place à son rythme.

L'attention de l'entourage, le soutien à la resocialisation, laisser du temps au temps une fois le retour à l'école entamé, permettront au jeune d'évoluer, de se restructurer et de dépasser cet épisode.