

MOREIRA Maguy

REIMBAULT Anthony

Psychologie de l'éducation

La phobie scolaire

Licence 3 Sciences de l'Éducation

INTRODUCTION

La notion de « phobie scolaire » est récente et c'est Adelaide Johnson qui proposa ce terme en 1941 après avoir mis en avant la dépendance des relations entre une mère et son enfant qui peuvent causer ce trouble. De nombreux auteurs se sont accordés à dire que la phobie scolaire est due à l'angoisse de la séparation que l'enfant éprouve avec sa mère.... La meilleure façon de la définir serait la définition Ajuriaguerra qui dit que l'enfant atteint de phobie scolaire est « l'enfant qui, pour des raisons irrationnelles, refusent d'aller à l'école et résistent avec des réactions d'anxiété très vive ou de panique quand on essaie de les y forcer ».

La phobie scolaire se manifeste chez les enfants et les adolescents sous la forme d'une grande peur qui est incontrôlable. Elle se manifeste progressivement. Au début l'enfant se plaint de douleurs à la tête ou au ventre pour ne pas aller à l'école et petit à petit il fait de plus en plus de résistance et manifeste son refus par des pleurs, des crises d'angoisse et il peut se montrer violent. Il est difficile de trouver l'origine des phobies scolaires car l'enfant lui-même n'en connaît pas la raison et n'arrive pas à exprimer la source de son mal-être. Chez les adolescents la phobie scolaire se manifeste d'abord par des excuses comme « j'ai manqué mon bus mais comme j'ai un contrôle demain ça me permet de réviser » mais tous les jours il trouve une excuse pour éviter d'aller à l'école. Les psychanalistes se penchent sur l'entourage des enfants, les relations qu'ils entretiennent avec leur famille et amis pour tenter de comprendre la cause de cette peur qui met l'enfant en échec scolaire et le sort du système social.

Nous pouvons nous demander si l'école est responsable des phobies scolaires et quels sont les symptômes des personnes qui en sont touchées. Nous verrons quelles sont les manifestations et les causes des phobies scolaires et nous illustrerons cela avec deux cas particuliers.

I- Manifestations et Causes

« La phobie scolaire est un trouble du comportement de l'enfance et de l'adolescence qui touche environ 5% de la population ». Ses principales caractéristiques sont le refus ou l'évitement de l'école, la « peur irrationnelle liés à un stimulus scolaire » et la peur de la séparation d'avec les parents.

La phobie est une peur irrationnelle, fréquente chez l'enfant et l'adolescent, qui repose soit sur un objet soit sur une situation (arachnophobie, claustrophobie..) qui se manifeste par de la peur ou de l'angoisse que l'enfant tente d'éviter. Pour ne pas être confronté à ses peurs l'enfant veut rester chez lui car il se trouve comme dans un refuge ou rien ne peut l'atteindre, il s'y sent en sécurité. Au début il évite peu à peu l'école ou le lycée en prétextant des maladies somatiques (gastro-entérite, rinho...) ou prétextant un retard qu'il justifie en disant « de toute façon il n'y avait presque rien aujourd'hui ça va me permettre de réviser mon contrôle de demain ». Peu à peu ces prétextes sont plus présents car l'idée d'aller à école est de plus en plus une source d'angoisse et cela peu conduire à une déscolarisation totale et l'enfant doit prendre des cours particuliers afin de ne pas avoir trop de retard.

L'enfant entre 7 et 11 ans souffre plus de ce que l'on appelle le « trouble de séparation anxieux » que de phobie scolaire qu'il manifeste par des peurs irréalistes au sujet de la disparition d'un des membres de sa famille. L'enfant se montre relativement anxieux et éprouve une grande détresse lorsqu'il est ou va être séparé des personnes dont il est proche, comme ses parents. Il veut dormir près de ses parents, fait des cauchemars au sujet de la séparation. Il va éprouver le besoin de rester auprès des siens. Le « trouble de séparation anxieux » peut provoquer des risques important comme l'état dépressif de l'adolescent. L'anxiété est souvent le « précurseur du refus scolaire ».

La phobie peut être d'origine événementielle comme la peur que l'enfant éprouve face à ses camarades de classe suite à du racket ou à des moqueries pouvant être en rapport avec son origine social. L'enfant perd confiance en lui et ne veut plus affronter ces personnes qui sont pour lui une réelle source d'angoisses. Il en est de même lorsque les parents soumettent une forte pression sur l'enfant afin qu'il soit le meilleur. Si il n'y arrive pas il va penser que ses parents ne l'aime plus (cris, colère...) et va se trouver un souffrance et donc va s'isoler. Il perd ainsi l'estime de soi.

L'équipe pédagogique doit tenter de comprendre les causes du mal-être de l'enfant afin de l'aider à garder un contact avec ses camarades, de participer aux activités. Cependant il ne faut pas confondre l'absentéisme de certains adolescents avec la phobie scolaire. En effet, certains enfants ne vont pas à l'école non par crainte du système sinon parce qu'il n'ont pas envie d'aller à l'école et qu'il préfèrent rester dehors à faire ce que bon leur semble ou bien parce qu'ils sont issus d'une famille où l'école n'a pas d'importance et où l'intérêt intellectuel n'est pas valorisé. Ainsi nous pouvons constater que le système social dans lequel nous nous trouvons et en partie responsable de la phobie scolaire de certains enfants car la société demande d'être toujours les meilleurs et d'atteindre un niveau social élevé.

Certains cas de phobie scolaire conduisent l'enfant à ne plus être scolarisé. L'enfant peut être amené à être hospitalisé afin de créer un isolement avec la famille pour qu'il projette son anxiété sur le thérapeute sans s'effondrer. Par la suite un retour progressif à l'école est organisé par l'aménagement de l'emploi du temps. L'enfant n'assiste qu'à quelques matières (français, mathématiques..) pour se réhabituer à être au sein d'un groupe de travail. Cependant parfois cela ne suffit pas et l'enfant ne parvient pas à rester dans un cadre scolaire. Cela va lui créer des problèmes au niveau social et affectif car comment pourrait-il se trouver dans un milieu professionnel si il a peur de se trouver en groupe et comment pourrait-il nouer des contacts si il a peur de fréquenter l'autre?

Par ailleurs il existe également des enfants qui ont peur d'aller à l'école de façon épisodique. Par exemple le remplaçant du maître ou de la maîtresse peut les terroriser mais l'enfant ne dit rien et nous pouvons remarquer sa peur par un changement d'attitude, le fait qu'il fasse pipi au lit.... Les parents et les enseignants doivent être attentifs à tout changement d'attitude car un enfant qui n'exprime pas sa peur souffre et se replie sur lui-même.

II- Études de cas de phobies scolaires :

Afin de rendre un peu plus concrète la réflexion menée jusqu'alors, nous allons développer ici deux études de cas de phobie scolaire, Daniel et Mélodie, dont la maladie n'est pas apparue pour les mêmes raisons.

A- Le cas de Daniel

Dans un premier temps nous allons donc nous intéresser au cas de Daniel, un garçon de 12 ans amené pour la première fois en consultation en février 2002 à la demande de son enseignant et de son médecin traitant pour " phobie scolaire ". Tout aurait démarré en 2001, au moment où le père de Daniel a été hospitalisé en réanimation pendant 3 mois (comateux) en raison d'un problème de santé assez grave, mettant sa vie en danger. Daniel, alors âgé de dix ans aurait présenté des " crises de nerfs " à chaque hospitalisation de son père. Puis dans les mois qui ont suivi, il se serait progressivement désintéressé de sa scolarité. En CM2, alors qu'il était bon élève, ses moyennes chutent considérablement. Au cours de sa première 6^{ème}, les manifestations d'angoisse sont amplifiées, ainsi que son absentéisme scolaire. En milieu de scolarité ses angoisses l'obligent à plusieurs retours prématurés au foyer, où il retrouve son père en arrêt maladie.

Il est ici important de préciser le cadre familial dans lequel vit Daniel : son père est ouvrier et était donc peu souvent à la maison en journée avant sa maladie. Il est très autoritaire, et caractérisé parfois par des accès d'impulsivité ou de violence. Sa mère travaille comme aide ménagère et elle est elle-même anxieuse et phobique (agoraphobie), sous tranquilisants. Enfin Daniel a une grande sœur dont il est très proche, mais qui a désormais quitté la maison familiale dans le cadre de la poursuite de ses études, ce qui a d'ailleurs profondément perturbé Daniel.

Daniel aurait eu un développement peu précoce et très tôt aurait présenté des angoisses de séparation. Il se présente comme un enfant timide et plutôt réservé. Il se replie peu à peu sur lui-même et ses résultats scolaires chutent au point que le redoublement de la 6^{ème} est prononcé. Daniel entre alors en dépression et face à un refus catégorique d'aller en classe, il va être hospitalisé et suivi par un psychologue. Lors des entretiens, Daniel pleure souvent et ne parvient pas à passer au-delà de ses angoisses. Peu à peu l'adolescent va faire part d'idées plutôt morbides, parlant même de " se défenestrer ". Après une nette amélioration dans les échanges au fil du temps, Daniel replonge lors de la rentrée scolaire de 2003. Il sera donc suivi en psychiatrie tout au long de l'année.

Ainsi le cas de phobie scolaire de Daniel semble être la conséquence d'un fait particulier s'étant produit au sein de son univers familial et qui l'aurait traumatisé. De plus il faut noter le côté héréditaire (par rapport à la mère) et les prédispositions naturelles de Daniel en ce qui concerne les angoisses et la peur. Il s'agit donc ici d'un cas où la personnalité de l'enfant et son contexte familial a une part de responsabilité dans la maladie.

B- Le cas de Mélodie

Voyons désormais le cas d'une autre forme de phobie scolaire, celui d'une jeune fille de douze ans, Mélodie. Mélodie est une jeune fille comme toutes les autres filles de son âge. Elle est fille unique, vit avec son père et sa mère dans un contexte familial tout à fait favorable à son développement. Elle s'entend bien avec ses camarades, elle a des ami(e)s et de très bons résultats scolaires depuis son plus jeune âge.

C'est pourquoi j'insiste sur le fait que ce cas là est totalement différent du précédent, et ne présage en rien le développement d'une phobie scolaire. Cependant lors des vacances d'été qui précèdent son entrée en classe de 5^{ème}, Mélodie et ses parents déménagent de la maison où elle a toujours vécu pour aller vivre dans une maison qu'ils ont fait construire dans la même rue. Il n'y a donc ici pas un véritable dépaysement pour la jeune fille qui conserve ses ami(e)s de voisinage. Pourtant, peu après le début de l'année, Mélodie passe de plus en plus de temps à l'infirmerie de son établissement scolaire. Elle est "malade", souffre de maux de ventre, vomit fréquemment les matins peu de temps après être arrivé au collège. De plus, elle décrit souvent un état de stress lié au fait d'aller en cours sans pouvoir expliquer pourquoi. Ses parents refusent de céder et pensent qu'il s'agit là de "caprices". Finalement Mélodie finit par ne plus aller en classe et est en proie à de véritables crises d'angoisses, de paniques et de pleurs. Ses parents décident alors de discuter avec elle afin de comprendre ce qui "a pu se passer pour en arriver là": ses camarades se moquent-ils d'elle? S'est-elle fait agresser, violenter par un de ses camarades? La réponse de la jeune fille est toujours la même: "non, il n'y a rien", "je ne sais pas ce qui m'arrive!". Le médecin traitant oriente alors la famille vers un psychologue.

Après quelques séances Mélodie est admise dans un service spécialisé sous suivi psychologique avec d'autres jeunes de son âge souffrant pour la plupart du même problème. Elle y reste six mois avant de revenir à la maison. Les psychologues n'ont pas obtenu d'informations, Mélodie étant incapable d'expliquer "pourquoi" et "comment" elle en est arrivée là. Ses parents lui proposent alors de la changer d'établissement mais rien n'y fait elle "ne peut pas retourner au collège". Petit à petit elle s'isole du monde, des relations sociales et de ses ami(e)s qui venaient la voir souvent au début et de moins en moins ensuite. En effet Mélodie reste chez elle, suit des cours par correspondance, et ne sort jamais de chez elle. Elle refuse même les invitations de ses ami(e)s car elle ne veut aller nulle part. Sa mère, (femme au foyer) est donc tous les jours présente à ses côtés et essaie de l'aider.

Mélodie tombe peu à peu en dépression et cela lui inspire des idées noires voire morbides. Ses parents l'entourent donc encore plus et lui offrent un petit chien, ses ami(e)s en font de même et Mélodie, lors de l'été suivant sort à nouveau et

commence une nouvelle socialisation. Elle continue pendant deux années ses cours par correspondance et intègre ensuite un lycée où un emploi du temps individuel lui est spécialement aménagé, lui permettant de reprendre peu à peu les cours, matières après matières.

Cette année Mélodie va avoir vingt ans, elle n'est encore qu'au lycée en terminale littéraire mais elle suit désormais la totalité des cours, comme une lycéenne "normale". Même si elle n'a jamais su expliquer ce qui lui est arrivé, elle ne veut plus trop y songer car selon elle "aujourd'hui tout est rentré dans l'ordre".

Il faut donc ici noter que dans ce cas la phobie de l'école est arrivée sans raisons particulières et que le travail du psychologue n'a permis, ni aux parents, ni à l'enfant de comprendre ce qui a déclenché le mal-être. C'est bien le contexte familial et l'entourage des amis et de la famille qui a permis à Mélodie de s'en sortir.

Conclusion :

En conclusion la phobie scolaire chez l'enfant n'est que très rarement due à une peur panique de l'école, aussi paradoxal que cela puisse paraître. En effet il est le plus souvent question d'une angoisse de séparation de l'enfant vis à vis de ses parents ou de son entourage, parfois causé par un événement traumatisant touchant à sa sensibilité et au cadre familial intime. La phobie scolaire est donc une véritable maladie psychologique qui possède ses propres symptômes, c'est à dire les maux de ventres, le stress, les vomissements, la volonté de rester chez soi, la déscolarisation, la désocialisation, la dépression, des remises en questions négatives, des pensées morbides... L'école n'est a priori pas responsable et elle permet au contraire de dépister ces cas il vrai minoritaires mais bel et bien réels (taux d'absentéisme, infirmerie...). Les traitements psychologiques apportés à ces enfants permettent généralement de leur redonner confiance en eux, et de les aider à s'exprimer mais sans pour autant parvenir à comprendre pourquoi cela est arrivé. Dès lors comme nous l'avons expliqué le remède le plus adapté semble avant tout la forte présence de l'entourage proche, l'aide à la resocialisation, et surtout laisser du temps afin que l'adolescent évolue, se structure (différemment peut être), et que la blessure cicatrise.

