



UFAPEC

Union
Francophone
des Associations
de Parents de
l'Enseignement
Catholique

Phobie scolaire : de quoi parle-t-on ?

Bénédicte Lories

Analyse UFAPEC
Juillet 2014 N°14.14

Résumé : L'obligation scolaire provoque de nombreux rejets de la part des élèves, rejets et absentéismes plus ou moins importants. Il n'y a pas de statistiques concernant la phobie scolaire, mais on constate de plus en plus d'élèves touchés. Nous allons déceler certains facteurs qui provoquent ces phobies, après avoir mieux cerné ce qu'était la phobie scolaire. Est-ce un effet de mode ? Pourquoi l'école provoque-t-elle des rejets phobiques? Est-elle la seule responsable ?

Mots-clés : phobie, angoisse, partenariat, obligation scolaire, balises, massification scolaire, anxiété aigue, enseignement spécialisé de type 5, familles précarisées, désir d'apprendre, SAS, enfant-roi, refus scolaire.

UFAPEC :

Avenue des Combattants, 24 - 1340 Ottignies
Tél. : 010/42.00.50 – Fax : 010/42.00.59
Siège social : rue Belliard, 23A - 1040 Bruxelles
info@ufapec.be
www.ufapec.be

Avec le soutien du Ministère de la Fédération Wallonie – Bruxelles



Introduction

L'école est un lieu d'apprentissage de la vie en groupe par excellence. Mais l'obligation scolaire peut provoquer de nombreux aversions ou rejets plus ou moins importants de la part des élèves. Nous allons déceler certains facteurs qui peuvent provoquer ces phobies, après avoir mieux défini ce concept de phobie scolaire.

Est-ce un effet de mode ? Si oui, à quoi est-il dû ? Comment distinguer les enfants phobiques des « soi-disant » phobiques ? Pourquoi l'école provoque-t-elle des rejets phobiques ? Est-elle la seule responsable ? A partir de quand faut-il se préoccuper de cette question ? Comment réagir face à cette pathologie ? Qu'est-ce que cela pose comme problème pour le groupe, pour l'enseignant ? En quoi la collaboration famille-école est-elle capitale en cas de phobie scolaire ? Que fait notre société pour aider ces phobiques scolaires à réintégrer petit à petit le circuit scolaire ?

Définition de la phobie scolaire

Pour comprendre ce phénomène de la phobie scolaire, il convient de davantage le cerner. Qui n'a jamais eu mal au ventre avant un examen ? L'**anxiété** peut être un moteur de motivation, une stimulation positive. Elle varie selon les personnes et les situations d'une simple sensation de malaise à une véritable peur panique. Cette angoisse aigue recouvre une grande variété de tableaux psychopathologiques.

L'anxiété peut dans certains cas devenir réellement handicapante, immense et incontrôlable, en prenant la forme de **phobie**. Pour Annie Cordié, psychiatre et psychanalyste, la phobie est « *une peur irrationnelle concernant un objet ou une situation.* »¹ On passe ici à un stade pathologique.

Certaines phobies, comme la peur extrême des araignées, ne sont pas handicapantes pour la vie en groupe, d'autres le sont réellement. La **phobie sociale** se caractérise par l'incapacité d'avoir des relations sociales satisfaisantes : familiales, amicales, professionnelles, ... La phobie scolaire est une forme particulière de phobie sociale.

Les **phobiques scolaires** ne sont pas des élèves qui se trouvent un mal de tête le jour de leur interro de néerlandais, mais ce sont des élèves qui se sentent « *incapables, en raison d'une angoisse extrême, de franchir la porte de leur école* »². Ces jeunes ne refusent pas d'aller à l'école, simplement, ils n'y arrivent pas.

La phobie scolaire n'est pas à confondre avec l'absentéisme scolaire, l'école buissonnière. Dans ce dernier cas, l'enfant n'aime pas l'école ou n'a pas envie d'y aller. Soit il agit à l'insu de sa famille, soit il agit avec le consentement de celle-ci notamment dans les milieux populaires où la culture scolaire n'est pas toujours bien vécue et bienvenue.

La phobie scolaire, elle, regroupe une multitude de refus scolaires anxieux, car chaque élève est unique, chaque situation scolaire, familiale et sociale est unique. Pour certains, la phobie scolaire ne serait pas un diagnostic en soi. Selon le Docteur Marie-France Le Heuzey, c'est un

¹ CORDIE Anny, De la phobie scolaire au surinvestissement du savoir : <http://www.cairn.info/revue-enfances-et-psy-2002-1-page-105.htm>

² HOVINE Annick, *De plus en plus d'élèves pris de phobie scolaire*, in La libre Belgique, lundi 24 mars 2014, p 8-9.

terme « qui ne veut rien dire » du fait de la complexité qu'il revêt. « *En effet, contrairement à une phobie spécifique telle celle des ascenseurs, la phobie scolaire regroupe des situations diverses et variées qui ont toutes la même conséquence : l'enfant est malade à l'idée d'aller à l'école. Ainsi, différents troubles anxieux peuvent être en cause* ». ³

Les causes de la phobie scolaire

De nombreux facteurs entrent en ligne de compte et se mêlent les uns aux autres en cas de refus scolaire anxieux. Les adultes, les parents, les enseignants, et les spécialistes comme le PMS peuvent tenter d'en percevoir la cause dominante, ensemble.

Listons ici de manière exemplative quelques facteurs dominants, causes endogènes, propres à l'élève, et d'autres facteurs exogènes liés à son environnement.

1. Facteurs endogènes

Les causes de ces refus scolaires anxieux sont multiples. Certaines sont internes à l'élève, endogènes, dues à son tempérament, à son perfectionnisme, à sa peur d'échouer, à sa mise en position de victime dans ses relations avec ses pairs... Tous ces facteurs aboutissent à un manque de désir pour apprendre. Or, ce désir est nécessaire pour faire face aux apprentissages⁴, et pour ces élèves, le désir est empêché pour de multiples raisons ignorées car inconscientes par le sujet.

Pour Brigitte Beauthier, présidente de l'EHD, l'école à l'hôpital et à domicile, apprendre implique des frustrations, qui doivent être acceptées et contrebalancées par le plaisir, qu'il s'agisse d'accéder à la connaissance (plaisir narcissique) ou de faire plaisir, c'est-à-dire de se conformer à l'attente d'autrui, des parents par exemple. « *Les phobiques scolaires voient dans l'école un lien de contrainte qui ne leur amène aucune satisfaction, ni en termes de plaisir à penser, ni en termes d'estime de soi. Un jeune qui manque de confiance en lui, se bloque devant une question difficile qui va le mener à l'échec et à l'humiliation. Il arrête le processus de pensée, se retire* » ⁵.

2. Facteurs environnementaux

La phobie scolaire peut aussi être provoquée par des facteurs liés à l'entourage socioculturel de l'élève. Notre société accorde une énorme importance à l'enseignement et à l'éducation. Le niveau de réussite exigé est de plus en plus élevé, nombreux établissements scolaires lancent une course à la performance et à l'élitisme.

L'obligation scolaire et les clivages qui en découlent demeurent plus que jamais présents. La pression de la société s'exerce sur les enseignants, jugés sur le taux de réussite de leurs élèves.

Le refus scolaire anxieux est parfois du aussi aux fantasmes des parents reportés sur leur

³ <http://www.magicmaman.com/phobies-scolaires-quand-l-ecole-devient-une-source-d-angoisse,2006386,2192295.asp> – Lien vérifié le 01/07/2014

⁴ LORIERES Bénédicte, *Comment susciter le désir d'apprendre?*, analyse UFAPEC 2014: <http://www.ufapec.be/nos-analyses/09.14>.

⁵ BEAUTHIER Brigitte, *Prise en charge de la phobie scolaire*: <http://www.ehd.be/index.php/prise-encharge-de-la-phobie-scolaire>

enfant, et ces courses à la réussite et aux diplômes induites par l'entourage peuvent provoquer de lourdes angoisses pour l'élève. La pression familiale peut aussi varier en fonction de la personnalité des parents, et de la place de l'enfant dans la fratrie.

Dans certaines familles, en particulier monoparentales, l'enfant peut développer une angoisse extrême vis-à-vis de l'école pour rester au côté du parent malade, « *qu'il s'agisse d'une maladie physique ou psychique* »⁶.

Outre ces pressions sociales et familiales, un enfant peut refuser d'aller à l'école suite à un événement ressenti comme extrêmement violent pour cet enfant. Il peut être l'objet d'harcèlement, de violences répétées sur sa personne, il peut connaître des peurs fantasmatiques. Il peut aussi s'agir du décès d'un proche de l'enfant, d'une séparation des parents...

Certaines phobies sont limitées dans le temps, une année scolaire parfois plus et disparaissent quand l'enfant est pris en charge et va mieux. D'autres cas de phobie scolaire perdurent et nécessitent donc des alternatives comme l'enseignement par correspondance ou l'enseignement spécialisé.

L'école ne serait pas à l'origine de ces phobies

Certains refus de l'école répondent à des mécanismes complexes : *ce n'est pas l'école qui est crainte, mais la séparation qui déclenche les angoisses*⁷. » La phobie scolaire est parfois considérée comme un terme passe-partout. Certains, comme Luc van Enst⁸, prétendent que l'école est le révélateur d'un malaise endogène qui se trouve ailleurs, plus profond, et c'est à l'école que l'angoisse s'exprime. « *Certains jeunes ont des difficultés à se fixer, aux niveau personnel ou familial. Certains enfants sont soumis à des rythmes extrêmes. L'école est souvent le déclencheur de la crise* »⁹.

Ce serait davantage **la séparation** qui déclenche les angoisses, plus que l'école elle-même. A l'âge de 6-7 ans, l'enfant se rend compte qu'il n'est plus le centre du monde, il doit intégrer le groupe. « *Or apprendre est un acte autonome qu'il devra accomplir seul. Une relation trop fusionnelle avec la mère peut provoquer une inhibition intellectuelle, source de phobie scolaire* »¹⁰.

A l'adolescence, il est aussi question de séparation entre le jeune et ses parents. La phobie scolaire peut trouver son origine dans le refus des valeurs familiales, par exemple chez un élève qui ne parvient pas à atteindre le niveau de ses parents. Il installe une forme d'autoprotection face à l'échec en disant non aux apprentissages. C'est ici encore ce phénomène de séparation qui provoque d'importantes angoisses, plus que le système scolaire en lui-même.

⁶ LE HEUZEY Marie-France, MOUREN Marie-Christine, *Phobie scolaire, comment aider les enfants et adolescents en mal d'école ?*, éditions J. Lyon, Paris, 2010, p.13.

⁷ LE HEUZEY Marie-France, MOUREN Marie-Christine, op cit.

⁸ Psychologue et directeur du centre PMS de Woluwe 2.

⁹ HOVINE Annick, op cit.

¹⁰ CORDIE Anny, op cit.

Comment la phobie scolaire se manifeste-t-elle ?

Les symptômes médicaux de ces anxiétés aiguës sont souvent des nausées, des maux de ventre, des vomissements, des insomnies, une perte d'appétit, des syncopes, des maux de tête...

Certaines manifestations psychologiques doivent aussi alerter l'entourage de l'élève : un retrait des activités de groupe, des conduites agressives ou addictives, ou encore d'évitement, des comportements dépressifs (baisse de l'estime de soi, idée de suicide, indifférence, troubles du sommeil, etc.).

Phobie scolaire et pseudo-phobie scolaire ?

Pourquoi ce phénomène est-il en augmentation ces dernières années ? Alors qu'on demande à l'école de s'ouvrir sur l'extérieur, de veiller à l'épanouissement de l'enfant, de respecter son rythme d'apprentissage, ses codes culturels, l'école serait-elle devenue dans le même temps plus coercitive, stressante et enfermante ? Cela donne matière à réflexion.

A côté de phobies scolaires bien réelles et diagnostiquées mais représentant un pourcentage infime d'élèves, serait-on en droit de penser comme certains, qu'au vu du nouveau statut quasi sacré de l'enfant dans la famille, des pseudo-phobies sont suscitées et entretenues par des parents surprotecteurs ou incapables de mettre des limites à l'enfant, incapables de lui permettre de se socialiser ? Si oui comment l'école peut-elle faire face et gérer de tels comportements ? Et face à l'augmentation voire la justification de ces comportements inadaptés à l'école, les autres parents ne sont-ils pas en droit de se poser des questions ?

Faut-il au contraire penser comme l'association française Phobie scolaire que ce problème encore méconnu touche 1-5 % des élèves des pays occidentaux et qu'il doit être mieux reconnu comme maladie, bénéficier d'aménagements scolaires : *« Parents d'élèves et jeunes atteints de phobie scolaire, nous œuvrons pour faire reconnaître cette maladie par l'Education Nationale et la faire figurer sur la liste des maladies de référence. Malgré les nombreux dispositifs destinés à aider les enfants malades ou handicapés, ceux qui souffrent de phobie scolaire sont la plupart du temps considérés comme décrocheurs par les équipes enseignantes et peu à peu écartés du système scolaire. Cette situation les condamne à étudier seuls, par correspondance et aggrave leur état qui évolue alors en phobie sociale. En l'absence de contacts avec l'extérieur, la désocialisation s'ajoute à la déscolarisation, compromettant gravement la santé psychique, mais aussi le devenir social et professionnel de ces jeunes. Nos objectifs: obtenir la reconnaissance de cette maladie par l'éducation nationale et le droit pour les jeunes qui en sont atteints de conserver leur inscription dans leur établissement de référence tout en bénéficiant comme les autres malades d'aménagements des conditions d'examens, équipes éducatives, soins indispensables, etc...»*¹¹.

¹¹ <http://www.mesopinions.com/petition/enfants/reconnaissance-phobie-scolaire-maladie/3915>

Nouveau public pour l'enseignement spécialisé ?

Pour les familles dont l'enfant souffre de phobie scolaire, c'est un véritable parcours du combattant qui se met en place pour trouver des méthodes d'enseignement alternatives au système scolaire ordinaire : cours par correspondance, à la maison, séjour dans un SAS¹², service d'accrochage scolaire, internat, école basée sur de nouvelles pédagogies, ...

Il n'y a pas de chiffres concernant les élèves atteints de phobie scolaire, mais ils sont de plus en plus nombreux à vouloir rejoindre l'enseignement spécialisé de type 5, destiné aux élèves atteints d'une affection corporelle et/ou souffrant d'un trouble psychique ou psychiatrique, et qui sont pris en charge par une clinique, un hôpital ou une institution médicosociale. Le problème, c'est que les règles actuelles ne permettent pas de pouvoir accueillir les élèves atteints de phobie scolaire dans l'enseignement de type 5, car ces enfants ne sont pas inscrits dans un hôpital.

De ce fait, le Conseil Supérieur de l'Enseignement Spécialisé demande de revoir la définition de l'enseignement de type 5, et d'envisager de reconnaître une nouvelle catégorie d'élèves : des enfants qui n'ont pas été hospitalisés, mais qui ne sont pas prêts à fréquenter une école, pourvu qu'ils soient couverts par un médecin spécialiste de la santé mentale. Pour ces élèves qui souffrent de phobie scolaire, « *il faut pouvoir permettre un retour progressif ou à temps partiel à l'école et réfléchir à l'accompagnement le plus adéquat* »¹³.

Pour Patrick Lenaerts, secrétaire général adjoint de la FESec¹⁴ et membre du Conseil Supérieur de l'Enseignement Spécialisé, « *il existe dans un certain nombre d'écoles de l'enseignement spécialisé, des SSAS, structures scolaires d'aide à la socialisation ou à la resocialisation, qui accueillent des jeunes en vue de les resocialiser et de les intégrer ensuite dans une école ou une structure d'apprentissage* ». Il ajoute qu'« *une réelle amélioration serait d'avoir des SSAS thérapeutiques, bénéficiant de moyens structurels. Ce n'est en tout cas pas une structure classique de l'enseignement ordinaire qui peut réintégrer un jeune atteint de phobie scolaire. Une collaboration avec l'enseignement de type 5 s'avère nécessaire* »¹⁵.

Pour l'UFAPEC, l'orientation vers l'enseignement spécialisé est une bonne chose, mais doit être envisagée en dernier recours, dans les cas extrêmes de phobie scolaire.

¹² LORIERIS Bénédicte, *Les services d'accrochage scolaire pour rétablir une spirale positive*:
<http://www.ufapec.be/nos-analyses/1113-sas/>

¹³ Avis 148 du Conseil supérieur de l'enseignement spécialisé : *L'enseignement de type 5*, à consulter sur
<http://www.enseignement.be/index.php?page=24410&navi=966&pass=>

¹⁴ Fédération de l'Enseignement secondaire Catholique.

¹⁵ LENAERTS Patrick, *Comment traiter la phobie scolaire ?* In revue « Entrées libres n°89 de mai 2014, p.10.

Recourir impérativement au dialogue école-famille

La vie d'un enfant est jalonnée de passages : crèche, école maternelle, primaire, secondaire, nouvelle école, nouvel environnement. A chaque étape, il doit apprendre à aimer son nouveau cadre de vie. S'il s'y sent bien, les apprentissages seront durables. Ces différents passages peuvent faire l'objet de refus scolaires plus ou moins importants. Par conséquent, si un enfant ne veut plus aller à l'école, il faut y être attentif, et privilégier les relations positives entre la famille et l'enseignant.

Pour l'enfant, l'enseignant est un modèle, un exemple à suivre, un repère qu'il est parfois dangereux de « démolir ». Les parents ont intérêt, dans la mesure du possible, à véhiculer une image positive de l'école. Les discours menaçants du genre « *si tu n'es pas sage je t'emmène à l'école* » sont déstabilisants pour l'élève. Si le courant passe mal entre le prof et son élève, privilégions au plus vite les rencontres parents-enseignant, pour rétablir une confiance mutuelle indispensable aux apprentissages.

Quelle que soit l'ampleur de la peur, et l'âge de celui qui en souffre, l'empathie, l'écoute et le soutien sont les meilleures attitudes que les adultes puissent adopter. A contrario, certains adultes enchaînent sanction sur sanction, et l'élève peut alors sombrer dans une angoisse encore plus grande.

Ouvrons des portes

Les causes de la phobie scolaire sont multiples, donc les réponses doivent être pluridisciplinaires. Il existe une demande croissante de diagnostic phobique de la part des parents, plus que des médecins. Serait-ce le signe que sous l'appellation « phobiques scolaires », il y a souvent des enfants en souffrance psychologique pour des causes extérieures à l'école plutôt que des enfants développant réellement une pathologie de rejet vis-à-vis de l'école ?

A ce sujet, insistons sur le risque plus grand pour les enfants-rois de développer une phobie scolaire. Ces enfants qui ne connaissent pas les limites, qui sont surprotégés par les parents, arrivent dans une école où ils doivent respecter un certain nombre de règles et de balises. Dans certains cas, ces enfants peuvent connaître une immense frustration qui peut se traduire en anxiété aiguë par rapport au monde de l'école. Cette anxiété peut se retrouver par exemple dans le refus de participer aux voyages scolaires. Face à ces bouleversements sociaux et familiaux, nombreux parents en sont arrivés à confondre épanouissement, bonheur et désir immédiat de l'enfant : « *Il ne veut pas aller à l'école quand c'est Madame Z, ça le rend malheureux, on ne peut pas le forcer* »¹⁶. Cette confusion engendre des enfants-rois dont la première victime est l'enfant. Pourtant, Philippe Béague le rappelle, autorité ne veut pas dire pouvoir mais responsabilité envers l'enfant. Les enfants ont besoin de repères, de balises, de soutiens, d'interdits. L'UFAPEC insiste pour que les parents restent vigilants dans l'intérêt de l'enfant, pour sa socialisation et son épanouissement à la nécessité de limites éducatives.

¹⁶ HOUSSEONLOGE Dominique, *L'enfant-roi, fait isolé ou produit de notre société ?* Analyse UFAPEC 2008.

De manière plus globale, l'UFAPEC souhaite que l'école soit attentive aux élèves souffrant réellement d'anxiétés aiguës, afin que ces élèves ne soient pas exclus du système scolaire. Un dialogue où l'intérêt de l'enfant prime, sans chercher à tout prix de responsables à la phobie de l'enfant et triangulé par le PMS permettra d'avancer dans ce sens et de générer moins de décrochage et d'échec scolaire. Renforcer le développement personnel de l'élève, la confiance en soi, est une clé du problème. Outiller les enseignants en formation initiale et en cours de carrière pour accueillir et accompagner ces enfants différents en est une autre. En effet, les profs manquent souvent de repères face à des enfants malades de l'école. Ils sont démunis pour les accompagner.

Quoi qu'il en soit, les équipes éducatives et les familles ont tout intérêt à prendre la phobie scolaire au sérieux dès les premiers moments et à la comprendre pour lutter ensemble efficacement contre la spirale de l'échec.

Désireux d'en savoir plus ?

**Animation, conférence, table ronde... n'hésitez pas à nous contacter
Nous sommes à votre service pour organiser des activités sur cette thématique.**

Bibliographie

- Avis 148 du Conseil supérieur de l'enseignement spécialisé, *L'enseignement de type 5 à consulter sur* <http://www.enseignement.be/index.php?page=24410&navi=966&pass=> , lien vérifié le 19 juin 2014.
- BEAUTHIER Brigitte, *Prise en charge de la phobie scolaire:* <http://www.ehd.be/index.php/prise-encharge-de-la-phobie-scolaire>, lien vérifié le 19 juin 2014.
- CORDIE Anny, *De la phobie scolaire au surinvestissement du savoir :* <http://www.cairn.info/revue-enfances-et-psy-2002-1-page-105.htm>, lien vérifié le 19 juin 2014.
- HOVINE Annick, *De plus en plus d'élèves pris de phobie scolaire*, in La libre Belgique, lundi 24 mars 2014, p 8-9.
- HOUSSONLOGE Dominique, *L'enfant-roi, fait isolé ou produit de notre société ?* Analyse UFAPEC 2008.
- LE HEUZEY Marie-France, MOUREN Marie-Christine, *Phobie scolaire, comment aider les enfants et adolescents en mal d'école ?*, éditions J. Lyon, Paris, 2010.
- LENAERTS Patrick, *Comment traiter la phobie scolaire ?*, in revue « Entrées libres n°89 de mai 2014, p.10.
- LORIERES Bénédicte, *Comment susciter le désir d'apprendre?*, analyse UFAPEC 2014: <http://www.ufapec.be/nos-analyses/>, lien vérifié le 19 juin 2014.
- LORIERES Bénédicte, *Les services d'accrochage scolaire pour rétablir une spirale positive:* <http://www.ufapec.be/nos-analyses/1113-sas/>, lien vérifié le 19 juin 2014.
- <http://www.magicmaman.com/.phobies-scolaires-quand-l-ecole-devient-une-source-d-angoisse,2006386,2192295.asp> – lien vérifié le 1^{er} juillet 2014.

Annexe

Le témoignage d'Ophélie, 20 ans

« Ma phobie scolaire s'est d'abord déclenchée en primaire, puis véritablement au collège, après un deuil dans ma famille. C'est à ma rentrée en seconde que j'ai véritablement compris qu'il allait m'être impossible de poursuivre ma scolarité normalement.

J'avais des crises d'angoisse, de spasmophilie, des maux de tête et de ventre. Il m'est même arrivé de m'évanouir. Je suis aussi tombée dans l'anorexie mentale à cause de ma peur de l'école, pensant que lorsque je serais trop affaiblie, on ne me forcerait plus à y aller.

La raison de ma peur ? Je pense qu'il y en a plusieurs. J'ai toujours été de nature timide et perfectionniste. Je me mettais un peu la pression pour avoir les meilleures notes possibles alors que j'apprenais et étudiais facilement. D'un point de vue relationnel, j'ai toujours eu du mal à m'entendre avec les gens de mon âge, je me sentais à l'écart. Les moqueries de mes camarades du collège n'y ont rien arrangé. Le décès dans ma famille a été, je pense, la goutte d'eau qui a fait déborder le vase. J'ai eu l'impression de grandir d'un seul coup, et de ne plus savoir à qui parler...

À partir de la seconde, j'ai décidé de suivre des cours par correspondance. Ça n'a vraiment pas été facile. J'étais dégoûtée des études. J'avais peur des examens, du Bac surtout. Alors, après la seconde, j'ai arrêté mes cours pour me consacrer à l'écriture.

Aujourd'hui, je pense pouvoir dire que "je m'en suis sortie" : j'ai publié deux romans et un recueil de poésies. Je continue à écrire et j'espère vraiment réussir sur cette voie. Néanmoins, je ne suis pas sûre que je pourrais un jour reprendre le chemin de l'école. »¹⁷

¹⁷ <http://www.psychologies.com/Famille/Education/Scolarité/Articles-et-Dossiers/Phobie-scolaire-quand-l-ecole-fait-peur/7>