

ÉDUCATION. L'association Phobie scolaire Normandie sensibilise les établissements scolaires et accompagne les familles depuis 12 ans

Quand des enfants « bloqués » ne peuvent plus aller en classe...

CRÉÉE EN 2014, l'association Phobie scolaire Normandie accompagne les familles dont les enfants souffrent de phobie scolaire. Éclairage sur un phénomène qui prend de l'ampleur dans le Cotentin, ainsi que sur les bons réflexes à adopter quand l'apprentissage d'un enfant est stoppé net par une peur aux causes multiples.

■ L'origine

«Ce n'est pas une maladie, mais un symptôme qui résulte de l'anxiété et d'angoisses accumulées», précise d'emblée Jean-Michel Orange, président de cette association née dans le Centre-Manche. Le stress anxieux scolaire se traduit par une incapacité imprévisible et incontrôlable pour un enfant scolarisé de se présenter en cours. Sa survenue, plus fréquente à l'adolescence et pendant le collège, peut arriver plus tôt, en primaire, ou plus tard, au lycée. «Un jour, le cerveau dit stop.»

Après de nombreuses années en contact avec des familles et des enfants concernés dans la Manche, les membres de l'association ont répertorié trois profils d'enfants sujets à la phobie scolaire. La moitié d'entre eux ont déjà subi une forme de harcèlement à l'école et 30% sont atteints de troubles spécifiques du langage et des apprentissages (les troubles «dys»).

Pour les 20% restants, l'origine semble moins évidente, mais pourrait être liée à une forme de burn-out ou à des événements marquants affectant l'enfant de manière anonyme. «À chaque fois, ce sont de bons élèves, tient à rassurer Jean-Michel Orange. Des enfants hypersensibles avec



La phobie scolaire est un phénomène complexe qui doit être pris au sérieux. Adobestock - Hedgehog94

une scolarité tout à fait normale.»

■ La patience

Les prémices du détachement de la scolarité se manifestent souvent par l'apparition de maux de ventre, un manque d'appétit... Souvent désespérés par ce phénomène, les parents sont la plupart du temps livrés à eux-mêmes pour tenter de redonner le goût de l'école à leurs enfants.

Si le chemin vers ce retour à l'apprentissage est souvent parsemé d'embûches, Jean-Michel Orange, parent concerné par le passé, assure que dans la plupart des cas, «ça repart aussi subitement que c'est apparu, comme si de rien n'était. Aucun enfant ne reste sur la touche. Ils

redeviennent souvent très bons, parfois seulement à l'âge adulte, et peuvent surprendre.»

■ Ne pas stigmatiser

Pour favoriser ce retour, l'association rappelle que la stigmatisation de l'enfant est contre-productive. «Ce n'est pas un caprice. Souvent, les enfants comparent l'école à une prison. C'est une description forte qu'il ne faut pas négliger.» La compréhension des familles est importante, mais celle des établissements scolaires l'est tout autant. Ainsi, depuis une douzaine d'années, Phobie scolaire Normandie va à la rencontre des équipes enseignantes du Centre-Manche pour les sensibiliser et organiser des

conférences. «Depuis, nous avons beaucoup moins d'appels de parents.»

■ Les solutions

Plus la détection est rapide, plus le panel des solutions s'élargit. Après un passage chez le médecin généraliste pour éliminer la piste médicale, la prise de rendez-vous avec un psychologue constitue une première étape. «Trouver un pédopsychiatre est la meilleure alternative. Malheureusement, il y en a peu, et il faut du temps pour décrocher un rendez-vous.»

Dans l'attente de ce «parcours du combattant», parents et enfants s'orientent parfois vers le Centre national d'enseignement

à distance (CNED), une solution que déconseille Jean-Michel Orange quand elle n'est pas mûrement réfléchie, notamment si les parents ne se sentent pas en capacité d'accompagner leurs enfants, par manque de temps ou de motivation. «L'école à la maison, c'est un carton de livres, des consignes en début d'année et débrouille-toi», résume-t-il.

■ Ne pas rester seul

Si les actions menées par l'association ont porté leurs fruits dans le Centre-Manche, ses membres constatent que le phénomène prend de l'ampleur dans le Cotentin. «Sur les réseaux sociaux, à la lecture de nom-

breuses publications, nous en avons fait le constat.»

Face à cette situation, les parents se sentent souvent isolés. Pour les accompagner, Phobie scolaire Normandie propose d'organiser une rencontre gratuite et sur réservation dans le Cotentin avec les familles intéressées.

■ Ce que préconise le rectorat

Quand un enfant est en situation de refus scolaire anxieux, plusieurs dispositifs peuvent être activés avec l'Éducation nationale. L'APADHE permet, sur prescription médicale, d'assurer gratuitement une continuité pédagogique à domicile, à l'hôpital, à l'école ou dans un lieu neutre.

Des aménagements de scolarité peuvent aussi être mis en place, comme un PAI, un temps partiel ou un emploi du temps allégé. Le CNED réglementé peut compléter ce suivi, mais la scolarisation complète à distance reste un dernier recours.

Pour les élèves plus âgés, des structures, comme le MicroLycée de Caen, offrent également des solutions de rattachement.

Côté démarches, les parents doivent d'abord alerter l'établissement, puis, si besoin, solliciter la direction des services départementaux de l'Éducation nationale (DSDEN) et l'équipe médico-sociale.

● Sébastien LUCOT

➤ Jean-Michel Orange appelle à la bienveillance des élus du Cotentin pour la mise à disposition de locaux pour l'association. Plus d'infos : Phobie scolaire Normandie au 06 87 49 13 23.

Le combat d'une jeune Cherbourgeoise pour rebondir

LE RAPPORT à l'école qu'entretenait Marie (1) s'est brisé dès la primaire. «L'institutrice ne me laissait pas aller aux toilettes. Une fois, je saignais du nez, et elle m'a empêchée d'aller me nettoyer. C'est à partir de ce moment-là que j'ai détesté l'école», raconte aujourd'hui la jeune femme de 24 ans, née à Cherbourg. Cette violence banalisée a été le début d'un cercle vicieux. Marie a été atteinte de phobie scolaire jusqu'au point de ne pas passer son baccalauréat.

Crises d'angoisse, perte de poids...

«En primaire, à cause de mes mauvaises notes, mon institutrice me disait que je n'étais bonne à rien, que je n'aurais pas le bac. À 10 ans, j'ai cru que ma vie était déjà foutue.»

Sa mère tente d'alerter l'école, mais rien n'y fait. Puis arrive le collège et, avec lui, le harcèlement. «J'ai eu ma puberté tard, on m'insultait sur mon physique. Je n'avais plus envie d'aller au

collège.»

En 4^e, Marie décroche totalement lorsque des problèmes familiaux surviennent. En classe de 3^e, elle demande à redoubler par peur du lycée. Le collège refuse: «On m'a dit que si je redoublais en le demandant moi-même, je serais hors-la-loi. C'est faux.»

Elle change alors d'établissement et part, là où personne ne la connaît, en internat à Saint-Lô, pour «redémarrer sur de bonnes bases».

Cette année-là se passe mieux, mais en première, tout s'effondre: «Après les vacances de Pâques, je ne suis jamais retournée en cours. Ma mère a dû aller chercher mes affaires. Je pleurais tout le temps, je faisais des crises d'angoisse. L'école me bloquait complètement.»

Elle perd 7 kg en quelques semaines, ne sort plus de chez elle, vit la nuit, dort le jour. Son hypnothérapeute met enfin un mot sur ce qu'elle vit: la phobie scolaire.

Ses parents l'inscrivent au CNED. «C'était trop dur. Toute seule, sans professeur, sans

structure... C'est cher, et il faut une discipline énorme. J'ai tenu un mois et demi.»

Les tensions s'intensifient avec son père: «Il était inquiet, mais exprimait cela par les disputes.» Marie a 16 ans et n'a alors ni solution, ni perspective, et personne ne la comprend.

«À 23 ans, j'ai décidé de tout reprendre à zéro»

Le rebond commence à 18 ans. Marie travaille d'abord avec son père dans le bâtiment, puis sur les marchés. Pendant le confinement, elle intègre la Garantie Jeunes.

«On m'a aidée à faire mon CV, à mettre à jour mes papiers, à préparer des entretiens... et j'avais une aide financière. Ça m'a beaucoup aidée.»

Elle enchaîne ensuite une saison en camping, puis cumule un poste en cantine d'école pri-

maire, hors des classes, et un emploi de barmaid. Pendant trois ans, elle tient ce rythme, tout en payant son appartement.

Puis vient le vrai tournant. «À 23 ans, j'ai décidé de tout reprendre à zéro.» Elle s'inscrit à Caen dans une formation réservée aux adultes. «Personne ne me connaissait, je repartais de zéro. Ça m'a libérée.»

Le 1^{er} décembre dernier, à 24 ans, Marie devient auxiliaire ambulancière. «Je suis fière de moi... Aujourd'hui, je pense à faire une alternance en radioprotection. J'ai des projets.»

Elle insiste désormais sur l'importance de prendre la phobie scolaire au sérieux, d'écouter les jeunes et de ne pas les brusquer.

Aujourd'hui, Marie a retrouvé un équilibre. Elle a un métier qu'elle aime, des amis, un compagnon, et rénove une maison. Un parcours semé d'embûches, mais qui n'a pas été une fatalité.

● Léa CORBET

> (1): le prénom a été modifié.

C'est dur aussi pour les parents

Lola (2) a 11 ans. Depuis son entrée en CE1, elle traverse régulièrement des épisodes de phobie scolaire. Pour ses parents, Coralie et Pierrick (2), qui vivent dans une petite commune du Cotentin, ces périodes sont particulièrement éprouvantes. «Cela peut durer plusieurs mois. Chaque matin, il faut faire face à sa peur, à ses cris et à ses pleurs», racontent-ils.

Les séparations à la porte de l'école sont les moments les plus difficiles. Au début, pensant à des caprices, ils se fâchaient. Très vite, ils comprennent qu'il s'agit d'un blocage réel, de quelque chose de plus fort que leur fille. «Nous étions parfois obligés de la laisser de force. Une fois en classe, cela allait mieux, mais la séparation était atroce. Le plus dur, c'est que nous ne savons pas pourquoi elle réagit ainsi, elle refuse d'en parler. Les psychologues nous disent qu'elle va bien, mais nous voyons qu'il y a un problème.»

Face à l'absence de réponse, les parents explorent toutes les pistes. Ils consultent des psychologues, se tournent même vers un microkinésithérapeute. Impossible pour eux de dire si cela a réellement aidé, mais à la rentrée en CE2, Lola allait nettement mieux. Jusqu'à ce que les crises réapparaissent en fin de CM1. L'été précédant le CM2 lui a permis de retrouver un certain apaisement. Et, depuis la rentrée, Lola semble aller bien.

Coralie et Pierrick n'ont jamais obtenu d'explication claire. Lola ne souhaite toujours pas évoquer ces périodes. Les enseignants, eux, ont été très à l'écoute, mais cela n'a pas suffi à alléger leur charge émotionnelle. «Chaque matin, on avait la boule au ventre. C'est très dur de gérer ses émotions en plus de celles de son enfant. On doit rester solides, mais nous aussi, on a pleuré», confient les parents.

(2): les prénoms ont été modifiés.