

# Repérer et accompagner le refus scolaire anxieux

*Comment faire en milieu scolaire?*



14 Novembre 2024

Journée Régionale  
Prévention Promotion  
de la Santé  
Orléans (45)

LES ATELIERS  
DU PRATICIEN

MARIE GALLÉ-TESSONNEAU - LAETIZIA DAHERON

COMPRENDRE ET SOIGNER  
LE REFUS SCOLAIRE ANXIEUX

Psychothérapie de la phobie scolaire

2<sup>e</sup> édition

Critères de repérage

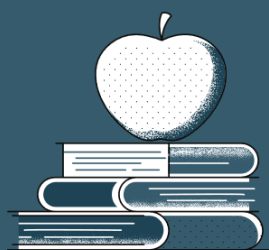
Guide d'intervention pas à pas

Boîte à outils du praticien

DUNOD

**Dre. GALLÉ-TESSONNEAU Marie**

*Docteure en Psychologie, Psychothérapeute, Formatrice*  
*marie.galle-tessonneau@hotmail.fr*



# PHOBIE SCOLAIRE OU REFUS SCOLAIRE ANXIEUX ?

Comment différencier le RSA des autres problématiques d'absentéisme?

*Phénomène de mode ?*

C'est un trouble anxieux ?

*Comment accompagner le retour à l'école ?*



*Qu'est-ce que c'est ? D'où ça vient ?*

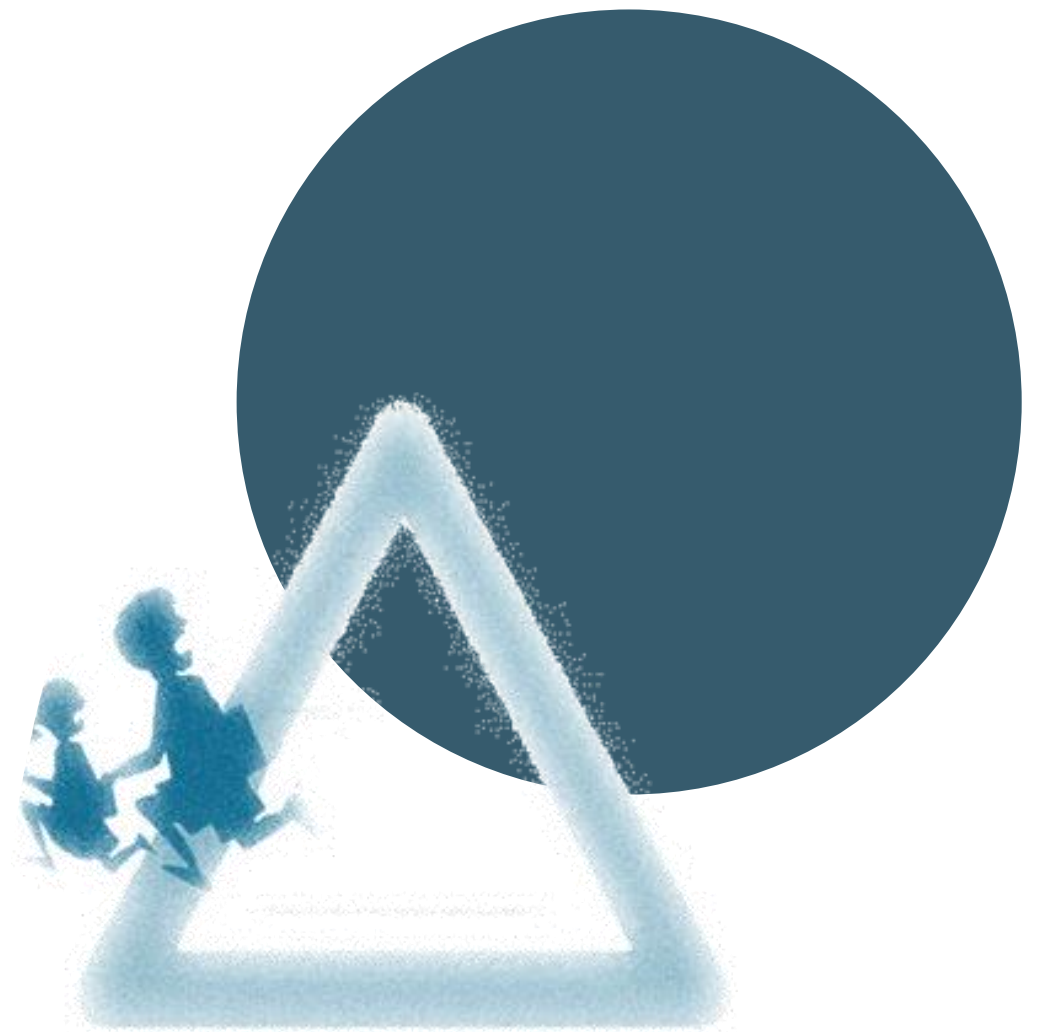
Est-ce que l'école est responsable?  
Quel est le rôle joué par la famille?

*Que peut faire l'école ?*

Que penser du CNED ?

Quels sont les grands principes de l'accompagnement ?

# REPÉRER



# ÉCOLE BUISSONNIÈRE

Refus scolaire anxieux

Refus scolaire

Absentéisme

Echec scolaire



Refus de l'école

Décrochage scolaire

Phobie scolaire

# HISTORIQUE



1882

Enseignement  
obligatoire

1932

BROADWIN  
≠ école buissonnière  
Inconfort malgré un désir d'y  
aller

1941

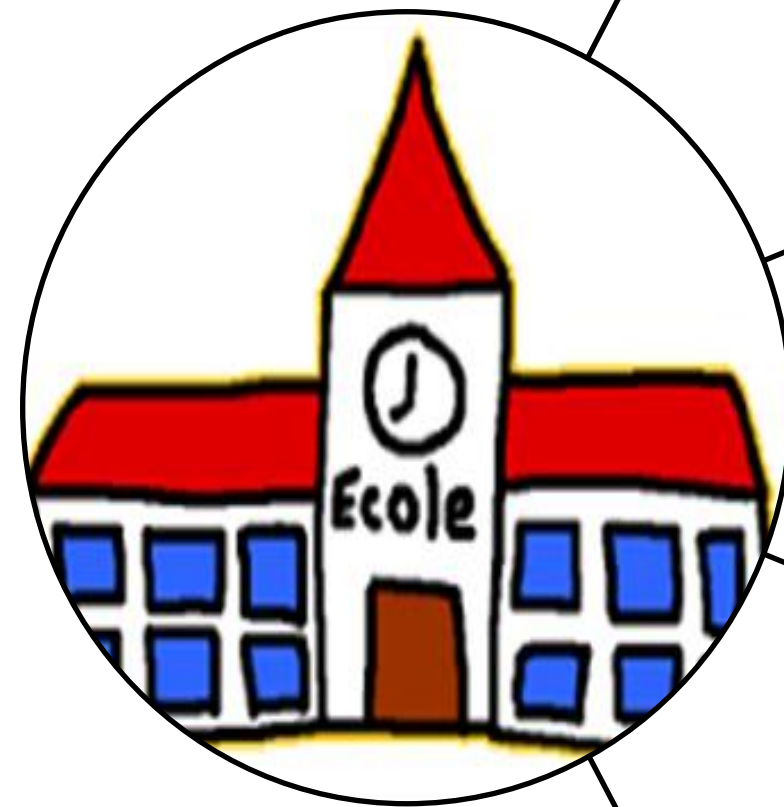
JONHSON  
Phobie scolaire

1960

HERSOV  
Refus scolaire  
anxieux



## Les problématiques d'absentéisme scolaire



**Refus Scolaire Anxieux**

Absence en lien avec un trouble émotionnel

**Ecole buissonnière**

Absence le plus souvent dissimulée à la famille, non fondée sur des difficultés émotionnelles (trouble des conduites...)

**Retrait scolaire**

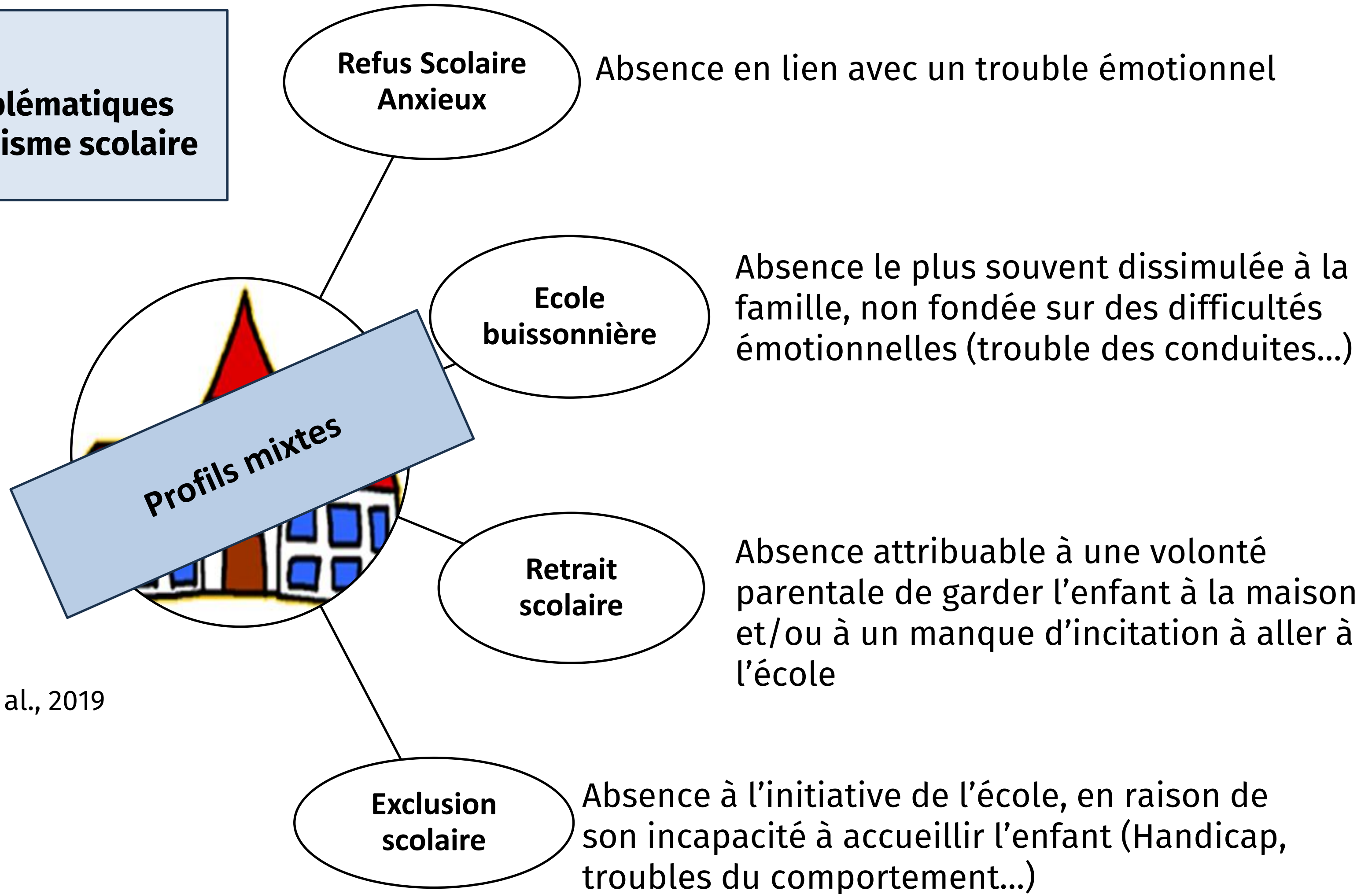
Absence attribuable à une volonté parentale de garder l'enfant à la maison et/ou à un manque d'incitation à aller à l'école

**Exclusion scolaire**

Absence à l'initiative de l'école, en raison de son incapacité à accueillir l'enfant (Handicap, troubles du comportement...)

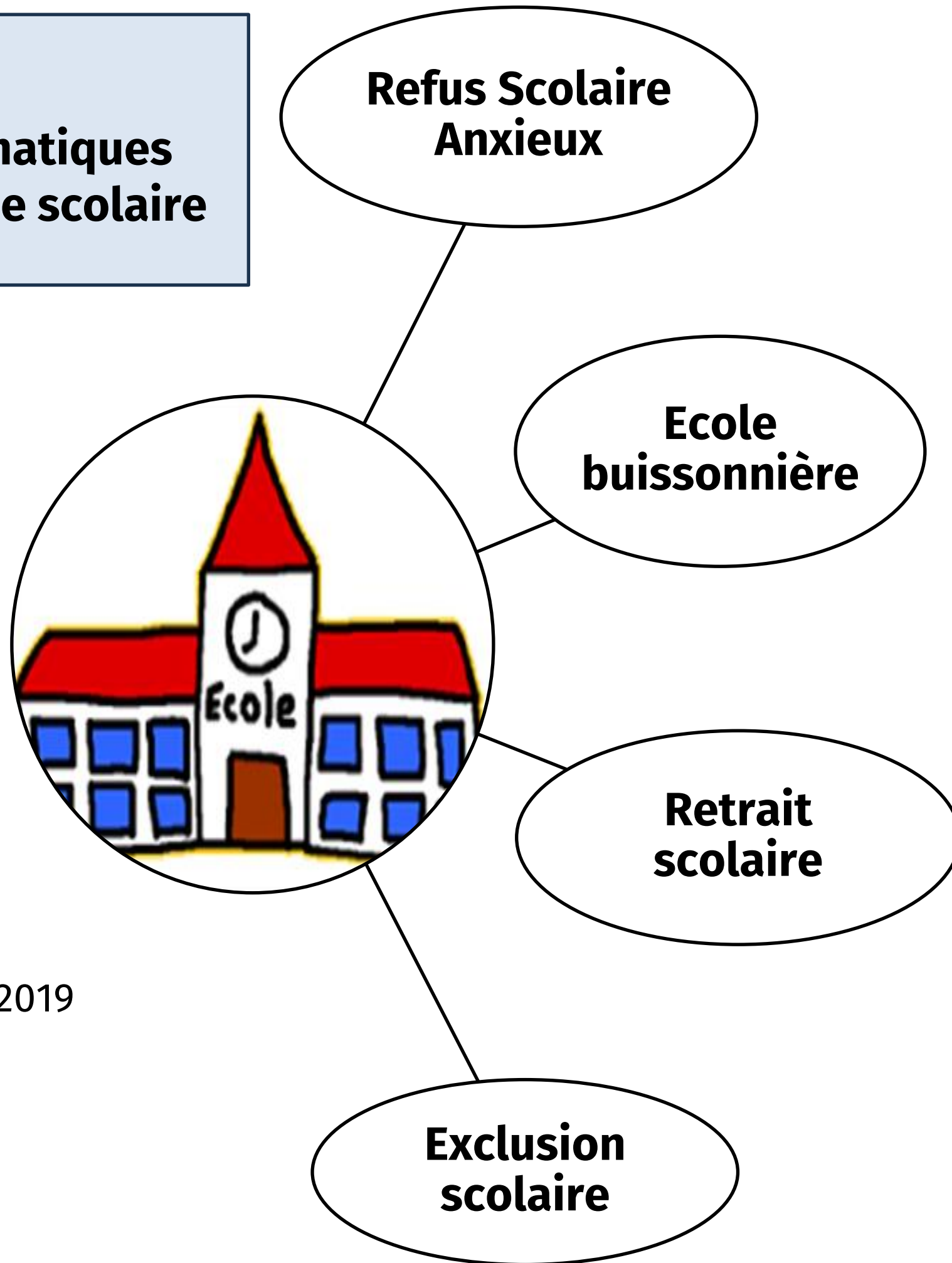
Heyne et al., 2019

# Les problématiques d'absentéisme scolaire



Heyne et al., 2019

**Les problématiques  
d'absentéisme scolaire**



**DÉCROCHAGE**

Heyne et al., 2019



# LES CRITÈRES DU REFUS SCOLAIRE ANXIEUX

(Heyne et al., 2019)

1 à 5%  
Sur les 5 continents

Réticence ou refus d'aller à l'école en lien avec une détresse émotionnelle, qui se manifeste habituellement par de l'absentéisme scolaire (retard, journées ou demi-journées, semaines, mois ou années).

L'enfant ou l'adolescent n'essaie pas de cacher l'absence à ses parents et s'il tente de le faire dans un premier temps, la dissimulation cesse une fois l'absence découverte.

L'enfant ou l'adolescent n'a pas de comportement antisocial grave, en dehors des moments de fréquentation scolaire

Les parents font (ou ont fait) des efforts raisonnables, au cours de l'histoire du trouble pour assurer la présence à l'école, et/ou les parents expriment le souhait que leur enfant suive une scolarité à temps complet. (sortir du lit, prendre rdv)

# PRÉCISIONS SUR LES CRITÈRES

Être présent dans l'établissement mais absent de la salle de classe (toilettes, à l'infirmerie, à la vie scolaire...)

Pouvoir fréquenter la salle de classe tout en éprouvant une détresse émotionnelle

L'anxiété invisible

A l'école:

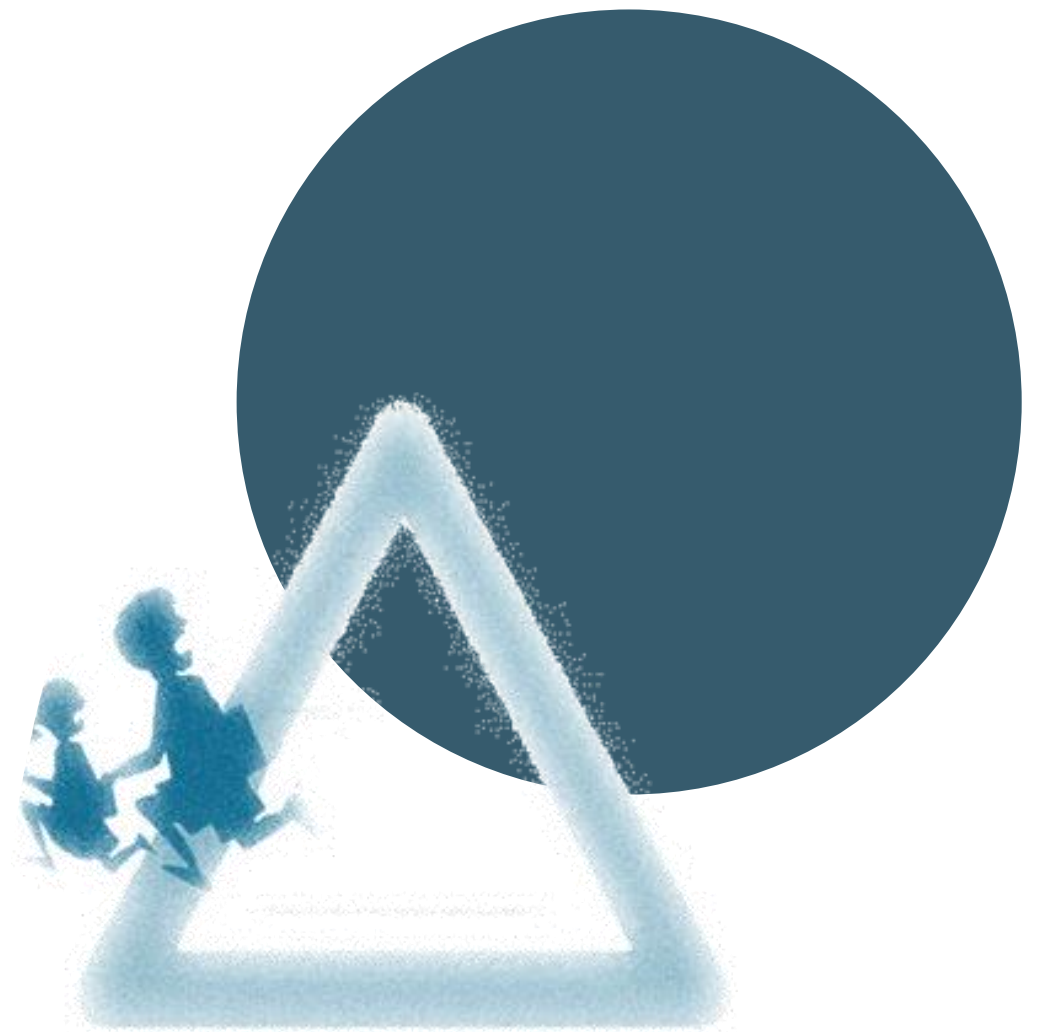
Absence de l'école et A l'école

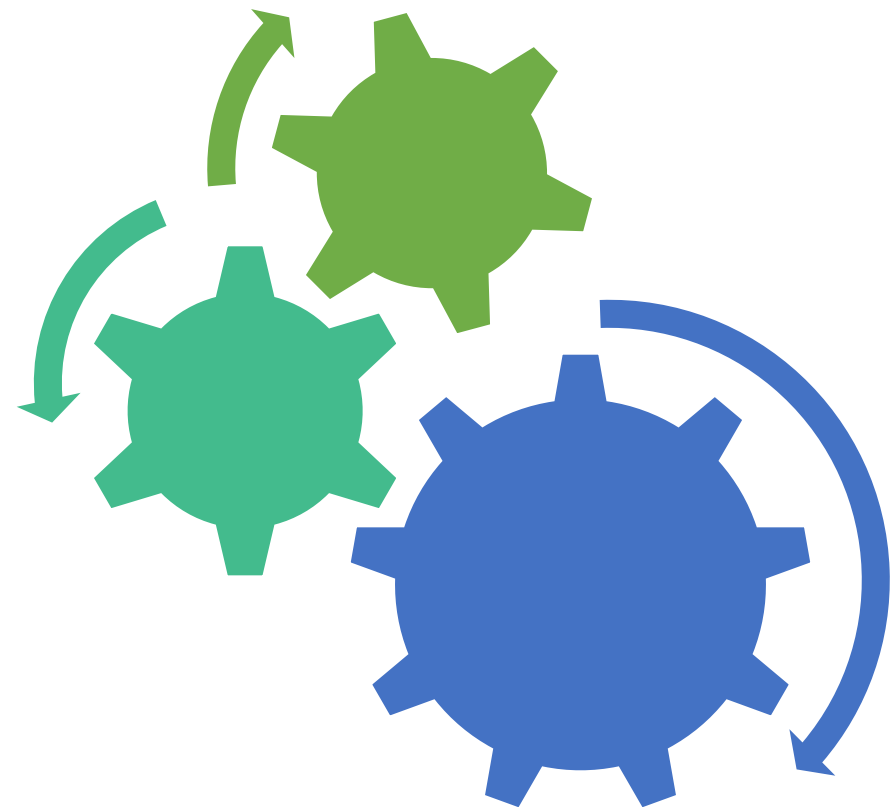
Manifestations somatiques

Changements de comportements (en classe, avec les autres...)

Reprises difficiles

# COMPRENDRE





Comment fonctionne l'anxiété ?

Finalelement avoir peur ou être stressé c'est un truc qui arrive à tout le monde,

« Il faut aussi apprendre à dépasser ses peurs »

Faisons ensemble une petite expérience...





# Les signes de l'anxiété, « je ne veux pas », « prendre un peu sur soi » et « passages en force »







# DÉBUT DU RSA ET INSTALLATION DES TROUBLES

Fluctuation des symptômes (week-end, vacances/juin-septembre)

Manifestations somatiques (maux de tête, maux de ventre...)

Pas « d'objet phobique » constitué à enfant en difficulté pour dire ce qui l'empêche + rationalisations secondaires

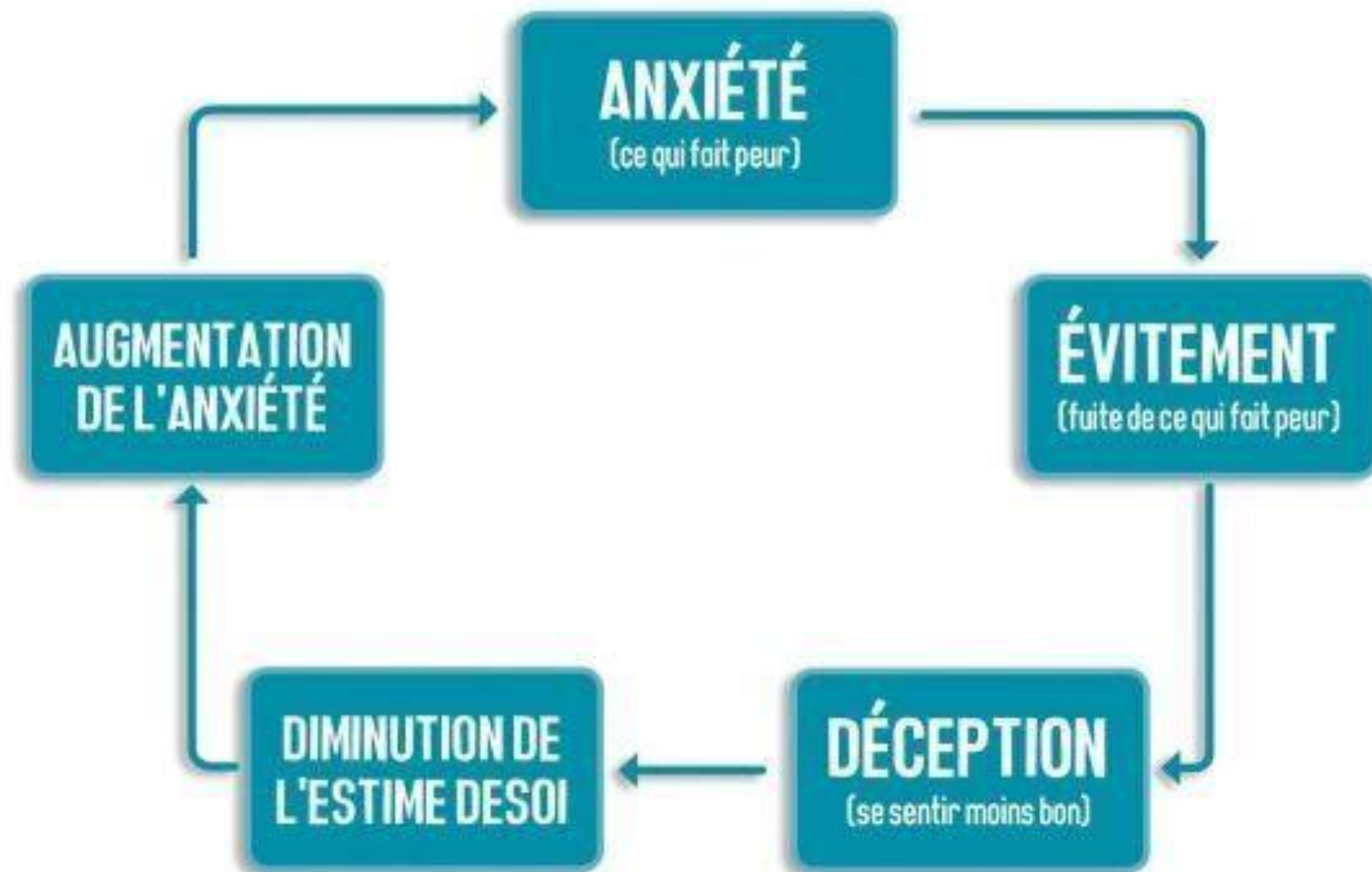
Installation des difficultés et organisation familiale  
conflits importants au moment de la crise puis trouver un équilibre  
attention risque de violence

*Durée ?*

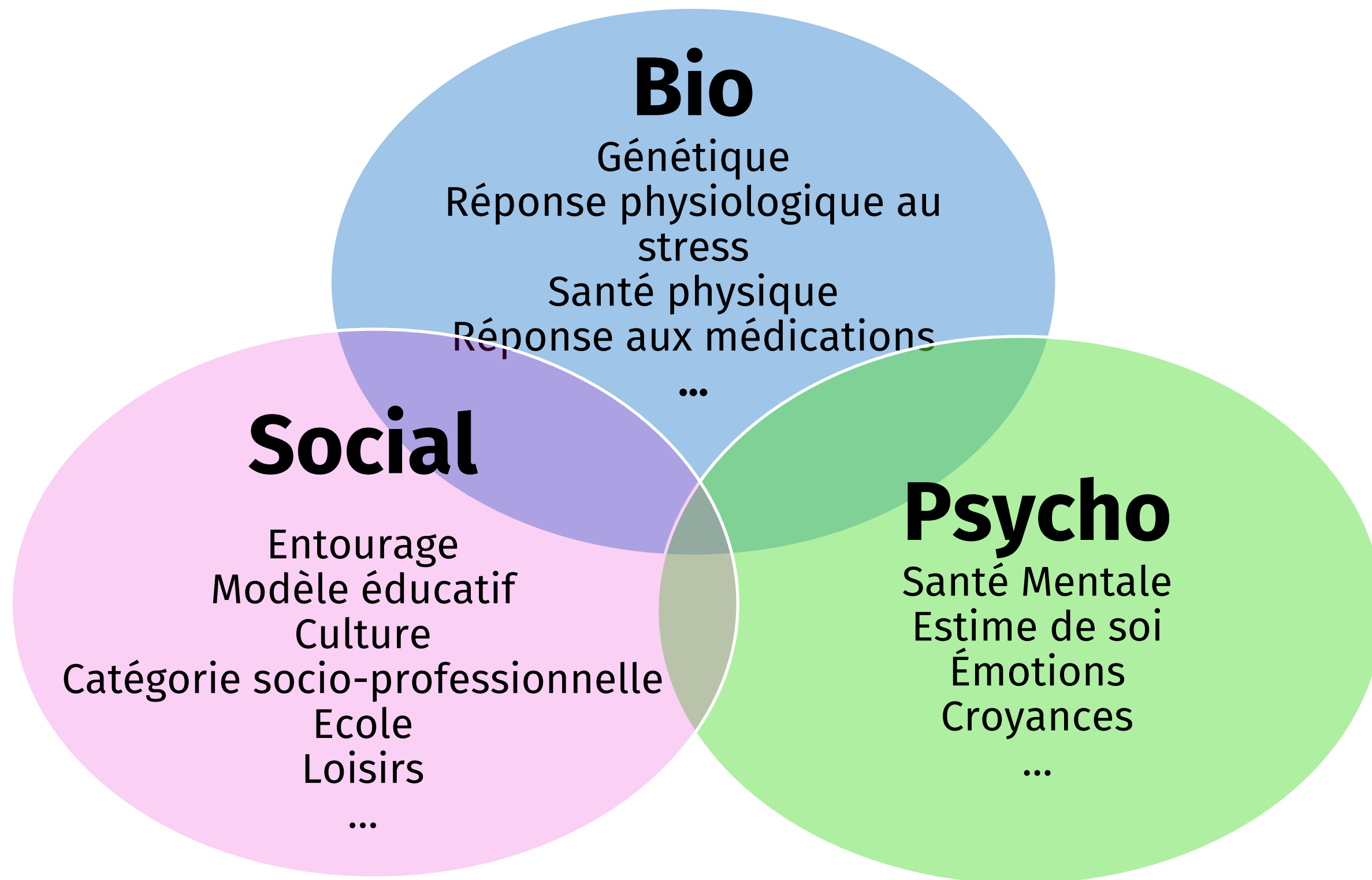
18 mois à 2 ans au plus court

2/3 ans généralement – 4 à 5 ans dans certains cas

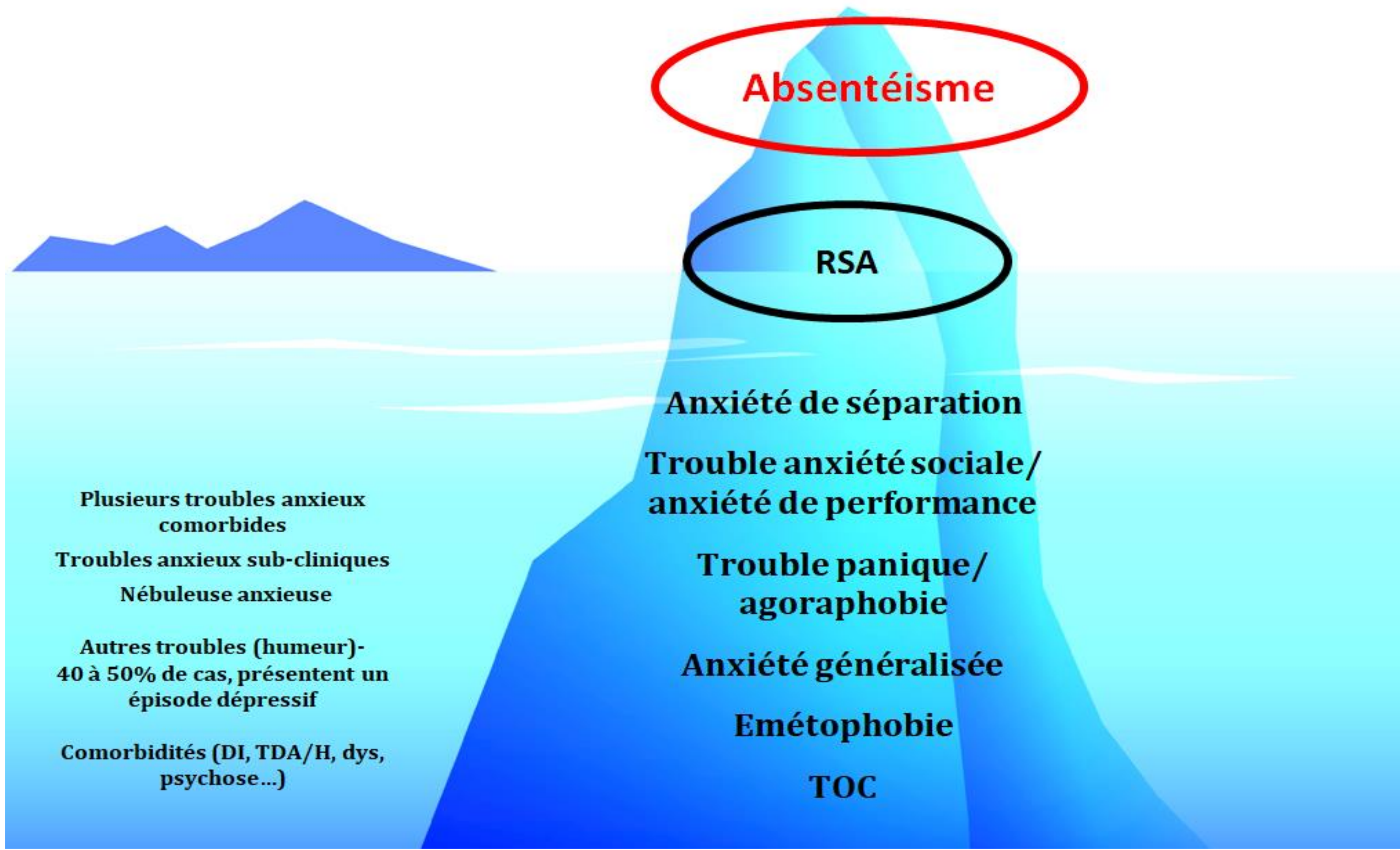
Ecole entre bienveillance et épuisement



# CA VIENT D'OU?







# TROUBLES ANXIEUX SOUS-JACENTS

## **ANXIÉTÉ DE SÉPARATION**

*départ de la maison, moment de la séparation (passage du portail), sorties scolaires, enseignant-es remplaçant-es, changement d'emploi du temps...*

## **TROUBLE ANXIÉTÉ SOCIALE/ANXIÉTÉ DE PERFORMANCE**

*temps de repas et de récréation, participation en classe, évaluations, cours de langues, entrer dans une salle pleine...*

## **TROUBLE PANIQUE / AGORAPHOBIE**

*cours de récréation bruyante/agitée, grands établissements, TP de sciences, température et luminosité...*

## **ÉMÉTOPHOBIE**

*épidémies de gastro, surveillance de l'état de santé des camarades, difficultés sur les cours en post-prandial ou lors d'efforts physiques intenses*



# CONTEXTES D'APPARITION

## RENTRÉES

Rentrées scolaires  
Retours de vacances  
Changement de cycle  
d'enseignement

## ÉVÈNEMENTS À VALEUR DE RUPTURE

Déménagement  
Séparation  
Décès d'un proche  
départ d'un camarade  
Maladie

## DIFFICULTÉS RELATIONNELLES

Manque d'habiletés sociales  
Harcèlement  
Racket  
Conflit avec un professeur

*Facteurs précipitants : ne pas s'y accrocher - ne pas les banaliser*

# QUEL PRONOSTIC ?

Evolution en 3 trajectoires

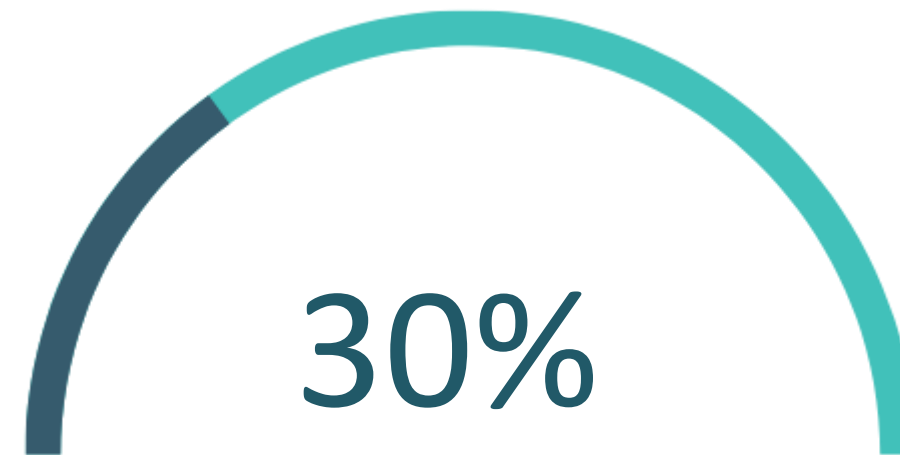


50%

Evolution favorable

Reprise scolaire possible

Suivi autour des moments de fragilité (ruptures, rentrées...)

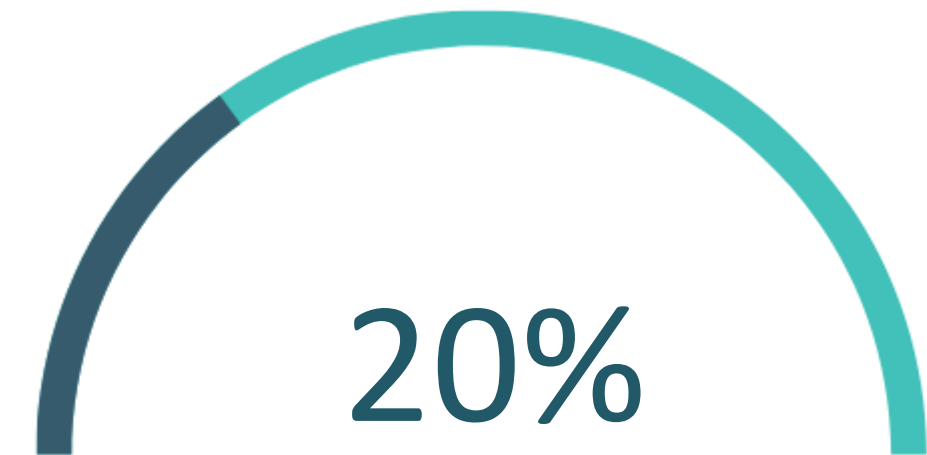


30%

Retourne peu ou pas à l'école

Amélioration de l'anxiété

Insertion sociale et professionnelle ok



20%

Ne retournent jamais à l'école

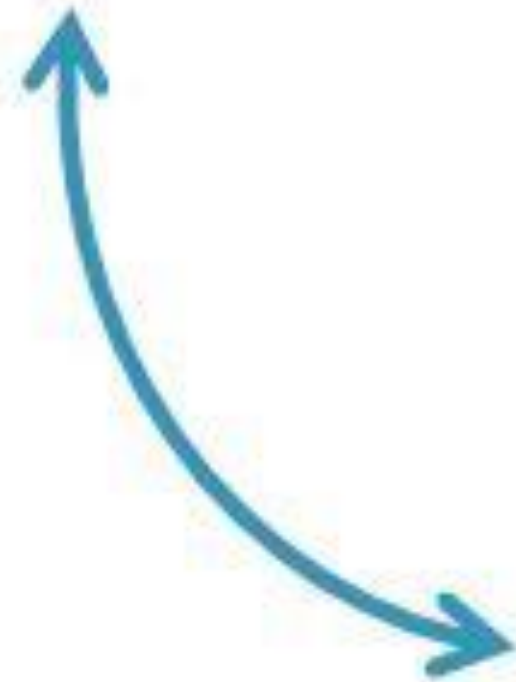
Difficultés d'adaptation sociale à l'âge adulte

Handicap associé sévère

# INTERVENIR

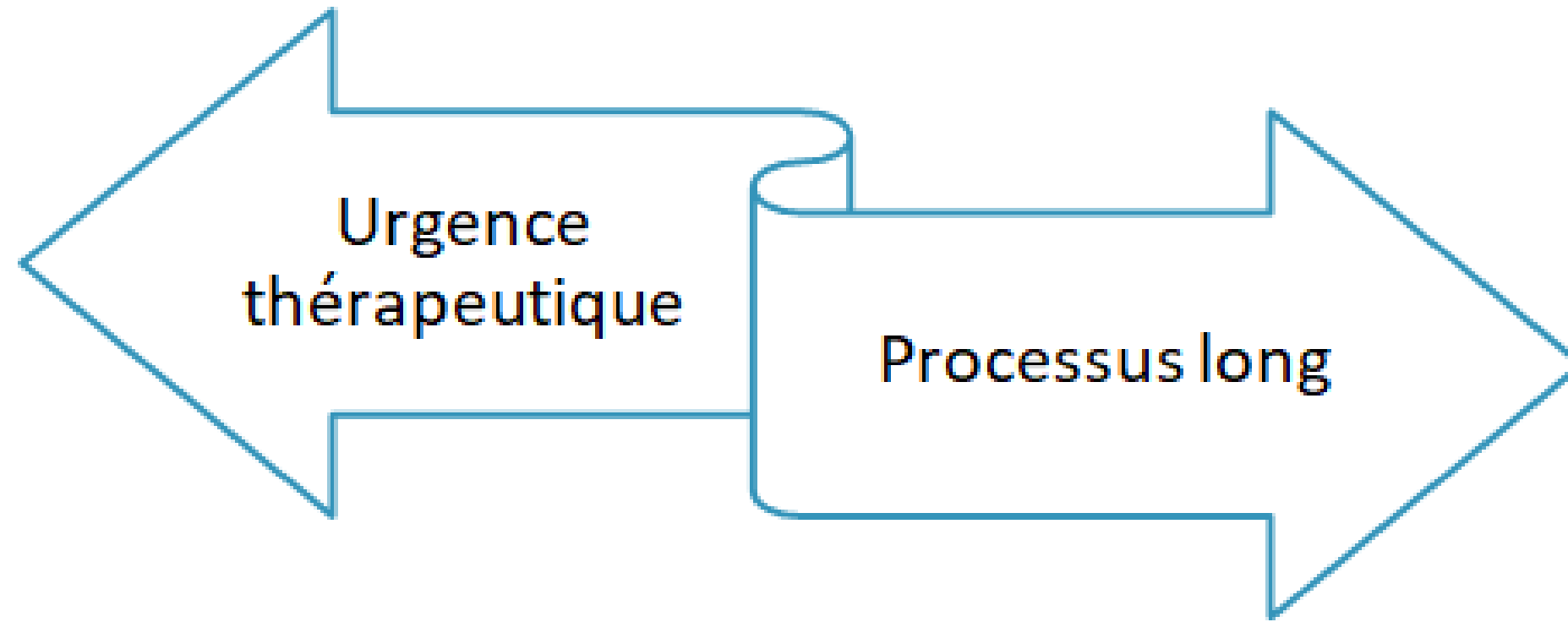


# TRIO GAGNANT



# LES NOTIONS CLÉS

Prise en charge rapide pour un meilleur pronostic



Parcours long  
(>18 mois)

Pluridisciplinaire

Anxiété  
ET  
Rescolarisation

Rechutes



# CONDUITE À TENIR

Thérapie pour le.s trouble.s sous-jacent.s (TCC, ambulatoire, HDJ, Hospit)

Maintenir une bonne hygiène de vie, favoriser les activités avec les pairs et travailler l'autonomisation

Maintenir les liens avec l'établissement scolaire et déterminer des personnes ressources

Eviter les contres attitudes et les postures rigides...  
"ne rien pouvoir faire maintenant mais préparer l'avenir"

Protocole de rescolarisation progressive

Informar les familles et les guider dans les démarches

# A l'école, concrètement on fait quoi?



- Faire alliance avec la famille et l'enfant
- Ce n'est pas la faute de l'école...

... cependant facteur d'amélioration possible (on a des cartes à jouer)

- On garde en tête le pronostic et la temporalité

# A l'école, concrètement on fait quoi?



- Commencer par s'alléger un peu 😊 😊 😊
  - Réunions...attention aux modalités !
  - On a une expertise pédagogique et on est pas soignants
  - On travaille avec le soin 😊 (appels, mails...)

# A l'école, concrètement on fait quoi?



- **Refus scolaire anxieux = PAI**

+ PAP, PPRE, PPS, PPI... si troubles des apprentissages ou handicap ou difficultés supplémentaires...

- Informer les familles et les guider dans les démarches

→ PAI, PAP, APADHE, médecin scolaire, MDPH, aménagements des examens, dossier scolaire, report de notes...

# A l'école, concrètement on fait quoi?



- Quand c'est encore possible favoriser la continuité pédagogique  
*Spécificité des anxiétés de performance au lycée (bac et parcoursSup)*  
*(les empêcher de s'exposer, aménager les expositions...)*
- Informer la famille des recommandations sur  
"ce que le jeune fait quand il n'est pas à l'école"

# Recommandations

## Ce que le jeune fait quand il est pas à l'école

- Rythme de vie compatible avec le temps scolaire
- Bonne hygiène de vie: lever, coucher, repas équilibrés, hygiène corporelle
- Temps d'écrans limité
- Ne pas se recoucher la journée
- Activités scolaires quand c'est encore possible
- Sortir de chez soi tous les jours
- Renforcer l'autonomie et les compétences développementales





# A l'école, concrètement on fait quoi?



## **Prévisibilité**

*(salle, prof, matériel, cahier à jour, place...)*

## **Bienveillance et chaleur**

*(être content de se retrouver, sourires, pas de travail à rattraper...)*

## **Préparer la classe**

*(ce qui est dit, par qui et comment?)*

*Pas de contrat, ni d'échec – que des essais*

*Ne pas LE culpabiliser et ne pas ME culpabiliser*



# LE CNED ET LES SCOLARITÉS À DOMICILE

- Ecole pas seulement un lieu d'apprentissages académiques
- La scolarité à distance... presque mission impossible !
- CNED partiel alternative si desco complète et longue et si enfant peut travailler quelques h/semaine

Le CNED est seulement une inscription scolaire pour recevoir du contenu pédagogiques.

Ce n'est ni un traitement, ni un accompagnement ni une prise en charge

# LE CNED ET LES SCOLARITÉS À DOMICILE

## **Quelques questions à se poser :**

- Enfant motivé.e pour faire du travail scolaire seul.e ?
- Sait-il-elle s'organiser, maintenir son attention, planifier ses tâches seul.e ?
- Parents/aidants présent.es à la maison et suffisamment disponibles pour assurer un soutien, une supervision et une présence ?
- Tensions quand adulte et enfant travaillent ensemble à la maison?
- L'enfant est-elle.il actuellement déprimé.e ?
- Souffre t'il.elle de trouble des apprentissages?

# LA RESCOLARISATION

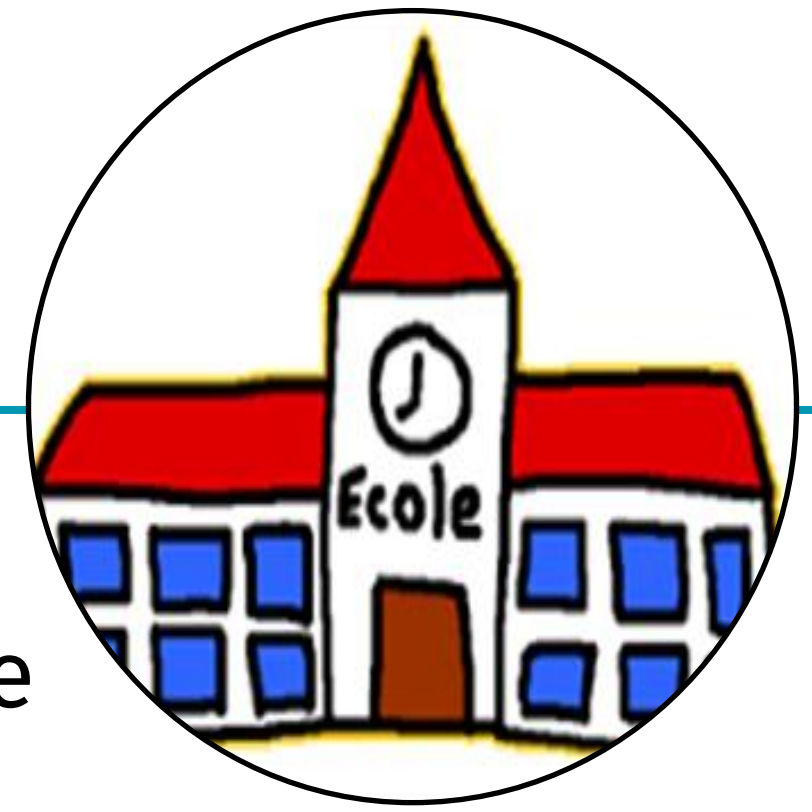


- Très progressive et longue (+ rechutes)
- Spécifique à chaque enfant
- Patience mais pas passivité
- PAI outil le plus adapté (+ éventuellement PAP, APADHE...)
- Ne pas trop appuyer sur les réussites → pressions inutiles
- Priorité : être à l'école et éviter un replis à la maison (pas les apprentissages)
- Sa trajectoire d'enfant et de futur adulte avant sa trajectoire d'élève





# Retour à l'école...quelques exemples



- Emploi du temps aménagé (demi-journée, quinze minutes, une seule matière, moment de la journée, durée ou type de cours, niveau de fatigue...)
- Présence en classe ou dans l'établissement (bibliothèque, administration, rdv, divers...)
- Modalités de trajet (proche, amis, famille, soignants)
- Modalité d'accueil à l'arrivée (camarade, lieu/personne accueil ritualisé, présence d'un tiers de manière temporaire...)



# Retour à l'école...quelques exemples



- Personne ressource (rencontre +/- hebdo ou mensuelle)
- Place particulière dans la classe (près d'un élève, près de la porte...)
- Permettre de sortir/de s'isoler en cas d'angoisse
- Aménager/moduler la participation en classe
- Favoriser la participation à tous les événements (sorties, cross, classe vertes, cinéma...)



# Retour à l'école...quelques exemples



- Aménagement des évaluations:

*Pas de notes, validation de compétences, notes cachées à l'élève*

*Evaluation orales asynchrones, devoirs maison, moduler la quantité, oral ou écrit selon préférence...*

*Suspendre les évaluations*

*Années d'examen: plein de possibilités existent avec la médecine scolaire*

- .... Et plein d'autres possibilités !



# Exemple d'Anna

- 17 ans Terminale
- Anxiété de performance + anxiété sociale
- Ok +/- en première et ça flambe en terminale
- Est de plus en plus absente + crises énormes à la maison + début de dépression
- Elève brillante, s'épuise dans son travail scolaire + Anxiété invisible à l'école
- Elle refuse tous les aménagements (notes, emploi du temps...)
- Alléger pour éviter la rupture





# Exemple de Malo



- 15 ans, seconde
- Anxiété de sociale+++
- Va tous les jours en classe grâce à plusieurs aménagements
- Besoin d'être à côté d'un copain (très important) + accueil au portail
- Peur de « craquer » (= pleurer), il est rassuré si à côté d'un copain
  - cercle vicieux ou vertueux
- Peur que ce soit dit lors du conseil de classe





# Exemple de Pauline

- 15 ans, seconde
- Trouble panique
- Absence 1 à 2 jours par semaine + le matin et en fin de journée
- Selon la qualité de son sommeil : risque d'attaque de panique
- Impossible d'être hors de chez elle quand il fait nuit dehors
- Parfois mère travaille dans le quartier du lycée : aidant
- Absences imprévisibles
- Se vexe à la moindre remarque











Réseau international francophone  
**RSΔIR**  
REFUS SCOLAIRE ANXIEUX  
Information Recherche

INS

Réseau international francophone (REFUS SCOLAIRE ANXIEUX - Information Recherche)  
RSAIR  
· 1er  
Réseau de partenaires chez RSAIR  
Bordeaux, Nouvelle-Aquitaine, France · Coordonnées  
127 relations




7 publicatio... 53 followers 6 suivi(e)s

RSAIR Refus Scolaire Anxieux, Information Recherche

Suivi(e) ▾ Écrire +

REFUS SCOLAIRE ANXIEUX ET HARCELEMENT, QUELS LIENS ?

UN GRAND MERCI !

REFUS SCOLAIRE ANXIEUX, ACTUALITÉ SCIENTIFIQUE SUR LES PRISES EN CHARGE

L'INSA Francophone change de nom et devient le réseau RSAIR Refus Scolaire Anxieux - Information Recherche

que faire?

RENCONTRE INSA FRANCOPHONE

REFUS SCOLAIRE ANXIEUX ET FAMILLES



rsa.inforecherche@gmail.com

www.rsairfrancophone.wordpress.com/



MARIE GALLÉ-TESSONNEAU · LAETIZIA DAHÉRON

**COMPRENDRE ET SOIGNER LE REFUS SCOLAIRE ANXIEUX**

Psychothérapie de la phobie scolaire

2<sup>e</sup> édition

- Critères de repérage
- Guide d'intervention pas à pas
- Boîte à outils du praticien

DUNOD

