

# SOMMAIRE

## INTRODUCTION

1. Quelle est la définition de la phobie scolaire ? ..... 11
2. Quels sont les autres termes utilisés pour définir la phobie scolaire ? ..... 12
3. Y a-t-il une définition dans les classifications internationales ? ..... 13
4. Quelle est la définition utilisée dans les articles scientifiques ? ..... 14
5. Pourquoi en parle-t-on beaucoup ces derniers temps ? ..... 15
6. Quel est l'historique de ce trouble ? ..... 16
7. La phobie scolaire est-elle fréquente ? Quels sont les chiffres ? Est-elle fréquente en France ? A-t-on des chiffres dans d'autres pays ? ..... 17
8. À quel âge peut-on voir des phobies scolaires ? ..... 18
9. Quel est le diagnostic différentiel ? ..... 19

## FORMES CLINIQUES DIFFÉRENTES

10. Quelles sont les manifestations anxieuses de la phobie scolaire ? ..... 23
11. Existe-t-il d'autres symptômes que l'anxiété dans la phobie scolaire ? ..... 24
12. Comment s'exprime la phobie scolaire chez l'enfant ? ..... 26
13. Comment s'exprime la phobie scolaire chez l'adolescent ? ..... 27
14. Comment la phobie scolaire débute-t-elle ? ..... 28
15. Quels peuvent être les facteurs déclenchant ? ..... 29

## ÉTIOLOGIES

16. Quelles sont les émotions présentées par les jeunes souffrant de phobie scolaire ? ..... 33
17. Quelle est la place de l'anxiété dans la phobie scolaire ? ..... 34
18. Quels sont les types d'anxiété les plus fréquents chez ces jeunes ? ..... 35
19. Quelle est la définition précise de l'anxiété de séparation ? ..... 36
20. Quelle est la définition précise de l'anxiété sociale ? ..... 38
21. Quels sont les autres types d'anxiété que l'on retrouve chez les jeunes atteints de phobie scolaire ? ..... 40
22. Quelle est la définition précise de l'anxiété généralisée ? ..... 41
23. Quelle est la définition précise de la phobie spécifique ? ..... 42
24. Quelle est la définition précise du trouble panique ? ..... 44
25. Quelle est la définition de l'anxiété ? ..... 46

|  |    |
|--|----|
| 26. Comment se gère l'anxiété ? Est-ce que ça se soigne ? .....                          | 48 |
| 27. Quelle est la place de la dépression dans la phobie scolaire ? .....                 | 49 |
| 28. Quelle est la définition précise de la dépression du jeune ? .....                   | 50 |
| 29. Comment se gère la dépression dans la phobie scolaire ? .....                        | 51 |
| 30. Quelle est la place du trouble déficitaire de l'attention avec hyperactivité ? ..... | 52 |
| 31. Quelle est la place du trouble oppositionnel avec provocation (TOP) ? .....          | 53 |
| 32. Quelle est la place du système scolaire dans l'étiologie ? .....                     | 54 |
| 33. Quelle est la place du système familial dans l'étiologie ? .....                     | 55 |
| 34. Quelle est la place de la précocité intellectuelle dans la phobie scolaire ? .....   | 56 |
| 35. Quelle est la place des troubles des apprentissages dans la phobie scolaire ? .....  | 57 |
| 36. Quelle est la place de l'anxiété de performance dans la phobie scolaire ? .....      | 58 |
| 37. Est-ce un trouble qui concerne les enfants en échec scolaire ? .....                 | 59 |
| 38. Y a-t-il un lien entre harcèlement scolaire et phobie scolaire ? .....               | 60 |

### **CONSÉQUENCES**

|  |    |
|--|----|
| 39. Quelles sont les conséquences de la phobie scolaire pour la scolarité du jeune ? .....                 | 63 |
| 40. Quelles sont les conséquences de la phobie scolaire pour les parents et le reste de la famille ? ..... | 64 |
| 41. Y a-t-il des examens complémentaires à réaliser ? .....  | 65 |

### **ÉVOLUTION**

|   |    |
|---|----|
| 42. Quel est le devenir de la phobie scolaire sans traitement ? .....                   | 69 |
| 43. Quel est le devenir de la phobie scolaire avec traitement ? .....                   | 70 |
| 44. Est-ce que l'âge d'apparition du trouble a une importance pour le pronostic ? ..... | 71 |

### **PRISE EN CHARGE**

|  |    |
|--|----|
| 45. Quelles sont les bases globales de la prise en charge ? .....        | 75 |
| 46. Quelles sont les bases de la prise en charge pour le jeune ? .....   | 77 |
| 47. Quelles sont les bases de la prise en charge pour la famille ? ..... | 79 |
| 48. Quelles sont les bases de la prise en charge de la scolarité ? ..... | 81 |
| 49. Quelles sont les différentes prises en charge possibles ? .....      | 83 |
| 50. Quelles prises en charge ont démontré leur efficacité ? .....        | 85 |

|  |     |
|--|-----|
| 51. Comment maintenir une scolarité quand l'enfant n'est pas complètement déscolarisé? .....             | 87  |
| 52. Comment retourner en scolarité quand l'enfant est complètement déscolarisé? .....                    | 89  |
| 53. Quelle est la place de la scolarité à domicile pour les jeunes présentant une phobie scolaire? ..... | 91  |
| 54. Qu'est-ce que la thérapie cognitive et comportementale (TCC)? .....                                  | 93  |
| 55. Quels sont les principes du traitement par TCC de la phobie scolaire? .....                          | 95  |
| 56. Quelle est la place des médicaments dans la prise en charge de la phobie scolaire? .....             | 98  |
| 57. Quelles sont les conséquences pour la scolarité? .....   | 100 |
| 58. Comment faire quand un harcèlement avéré et grave a déclenché la phobie scolaire? .....              | 102 |

### **RÉPONSES AUX IDÉES REÇUES AU SUJET DE LA PHOBIE SCOLAIRE**

|   |     |
|---|-----|
| 59. « Est-ce que mon enfant fait exprès? » .....                                    | 105 |
| 60. Y a-t-il une partie de comédie? .....   | 107 |
| 61. S'agit-il d'un problème éducatif? .....   | 109 |
| 62. Est-ce qu'un professeur peut être responsable d'une phobie scolaire? .....      | 111 |
| 63. Quelle est la responsabilité du système éducatif dans la phobie scolaire? ..... | 113 |
| 64. Est-ce une maladie grave? .....   | 115 |
| 65. Combien de temps dure une phobie scolaire? .....                                | 116 |
| 66. Est-ce possible d'en guérir totalement? .....                                   | 117 |
| 67. Quelle attitude est à adopter par les parents auprès de leur enfant? .....      | 119 |
| 68. Comment expliquer la phobie scolaire à la fratrie? .....                        | 120 |

### **AVANT L'INSTALLATION DE LA PHOBIE SCOLAIRE**

|  |     |
|--|-----|
| 69. Peut-on repérer des signes d'alerte précoces? .....  | 123 |
| 70. Peut-on faire quelque chose en tant que parents pour éviter l'installation ou l'aggravation d'une phobie scolaire? ..... | 125 |

### **QUESTIONS FRÉQUENTES DE JEUNES QUI SOUFFRENT DE PHOBIE SCOLAIRE AVEC DÉSCOLARISATION TOTALE**

|  |     |
|--|-----|
| 71. Est-ce que c'est fréquent? .....         | 129 |
| 72. Est-ce que ça se guérit? .....           | 131 |
| 73. Est-ce que la thérapie est longue? ..... | 132 |

|   |     |
|---|-----|
| 74. Est-ce que ça va m'empêcher de faire le métier que je veux? .....   | 134 |
| 75. Est-ce que je vais avoir un traitement toute ma vie? .....  | 135 |
| 76. Comment se passe le retour au collège? .....  | 137 |
| 77. Comment réagissent en général les professeurs et les autres<br>jeunes lors du retour au collège (école primaire ou lycée)<br>après des mois d'absences? ..... | 139 |
| 78. Une fois guéri(e), est-ce que je peux rechuter? .....   | 141 |
| 79. Une fois adulte aurais-je une phobie du travail? .....  | 142 |
| 80. Vais-je toujours avoir peur? .....  | 144 |
| 81. Je peux vivre et rester toujours « comme ça »? .....  | 146 |
| 82. Y a-t-il un médicament pour m'aider? .....  | 147 |
| 83. Combien de personnes ont le même problème? .....  | 149 |
| 84. Est-ce que les autres jeunes souffrant de phobie scolaire<br>ressentent la même chose que moi? .....  | 151 |
| 85. Est-ce que tous les jeunes qui souffrent de ce trouble<br>arrivent à l'hôpital? .....   | 153 |
| 86. Existe-il plusieurs prises en charge possibles? .....   | 154 |
| 87. Y a-t-il d'autres solutions que l'hôpital? .....  | 155 |
| 88. Si je ne vais pas à l'hôpital ou ailleurs,<br>est-ce que je peux « guérir » seul(e) ou m'aider seul(e)? .....   | 157 |
| 89. Est-ce que j'ai une personnalité particulière<br>qui explique ce problème? .....  | 159 |

### **DU POINT DE VUE DES ENSEIGNANTS ET SYSTÈME ÉDUCATIF**

|   |     |
|---|-----|
| 90. Peut-on faire quelque chose en tant que professeurs<br>pour éviter l'installation ou l'aggravation d'une phobie scolaire? ... | 163 |
| 91. Est-ce à l'école de dépister la phobie scolaire? .....  | 165 |
| 92. Que puis-je faire dans ma classe pour que le retour<br>au collège se passe le mieux possible pour le jeune? .....             | 167 |
| 93. Est-ce une bonne idée de changer d'établissement<br>pour une phobie scolaire? .....   | 169 |
| 94. Retrouve-t-on plus de phobies scolaires<br>dans certains établissements scolaires privés ou publics? .....                    | 170 |
| 95. Les établissements scolaires alternatifs constituent-ils<br>une réponse adéquate pour ces jeunes phobiques scolaires? .....   | 171 |
| 96. Existe-t-il plus de phobiques scolaires<br>dans les quartiers défavorisés? ou dans les zones ZEP? .....                       | 172 |

## BIBLIOGRAPHIE

|   |     |
|---|-----|
| 97. Quels sont les articles francophones qui existent sur ce sujet ? . . . . .                            | 175 |
| 98. Quels sont les articles anglophones qui existent sur ce sujet ? . . . . .                             | 176 |
| 99. Quels sont les liens utiles en français en rapport<br>avec le sujet de la phobie scolaire ? . . . . . | 178 |
| 100. Qui sont les auteures de ce livre ? . . . . .  | 179 |