

N°4 - Avril 2009 : JOURNÉE D'ÉTUDES FRANCO-BELGE

« LA PAROLE DU JEUNE, QU'EN FAISONS-NOUS? »

➔ EXPOSE

Les adolescents souffrant de phobies scolaires

par le docteur Ammanuel Thill, Psychiatre infanto-juvénile à Tournai

J'ai choisi aujourd'hui d'être à contre-pied par rapport aux précédentes journées franco-belges qui étaient centrées sur les ados difficiles avec des problèmes de comportement. J'ai choisi aujourd'hui précisément de vous parler d'adolescents qui posent d'autres difficultés, **à savoir les adolescents souffrant de phobies scolaires**. Et vous verrez qu'il faudrait mettre le terme «phobies scolaires» au pluriel, parce qu'il y a évidemment des contextes extrêmement variés de survenue de ce symptôme où très rapidement un enfant va se retrouver dans un immense malaise anxieux face à la situation scolaire, lui empêchant même à certains moments de franchir le seuil de l'école.

Alors, pourquoi ai-je choisi de vous en parler ? Pour deux raisons. D'abord parce que ce sont des jeunes que j'estime en danger lorsque ces situations de phobies scolaires perdurent. Danger, parce que vous le savez comme moi, l'école est un lieu extrêmement important pour l'adolescent, mais pas seulement autour du remplissage de connaissances, du contenu, mais également autour de la socialisation et de toute une série de jeux d'identification, l'adolescent s'appuyant notamment sur le contact avec les autres adolescents qu'il y croise. Lorsque ce processus de scolarisation s'interrompt, on est évidemment très inquiet parce que les choses vont parfois très très vite, dans une sorte d'installation, de ritualisation du jeune dans le maintien à domicile.

Alors, je vous parle aujourd'hui de ces situations parce que quand on m'a présenté le thème de la journée j'ai immédiatement pensé à ces adolescents qui précisément ne parlent pas. À qui

on offre un espace de consultation, d'écoute, d'échange, et qui vont garder le silence. Et dans beaucoup de mes situations d'adolescents phobiques scolaires, je me retrouve tôt ou tard coincé entre guillemets par la situation suivante d'un jeune qui n'a pas grand chose à me dire, de ce qu'il vit, qui n'a pas grand chose à dire de sa situation. Et finalement il ne s'en trouve pas trop mal, en tout cas c'est ce qu'il dit, dans la situation de maintien à domicile. Vous comprenez bien que ça va d'autant plus nous inquiéter quand on a l'impression de ne pas avoir accès à des jeunes qui sont parfois déscolarisés depuis longtemps. Alors, j'ai choisi aussi d'en parler parce que c'est **une problématique qui est en nette augmentation**. Il y a une vingtaine d'années, quand j'ai commencé mes consultations, j'ai discuté avec des collègues qui avaient plus d'expérience que moi, c'était des situations extrêmement rares. Maintenant on voit chaque semaine ce type de demande, et on estime à environ 2% de la population adolescente, en Europe occidentale en tout cas, qui présenteraient à un moment donné de leur parcours, une situation de phobie scolaire ou en tout cas des symptômes d'anxiété autour du scolaire. Une fréquence accrue chez les garçons d'ailleurs.

Bien souvent ces adolescents ne sont pas repérés très rapidement, il y a parfois tout un temps qui se passe avant qu'on s'en inquiète. Et une particularité aussi de ces adolescents, c'est que très souvent ce sont des adolescents relativement intelligents, même parfois assez brillants, qui gardent une soif d'apprendre mais pour qui l'apprentissage a du mal à se faire dans le cadre scolaire. Alors, ce que nous allons tenter de voir

aujourd'hui, c'est qu'évidemment ces problématiques sont des problématiques qui dépassent très souvent la situation de la scolarité elle-même, et qui vont agir comme des écrans qui masquent des difficultés intra-psychiques et relationnelles souvent très importantes et très éloignées du monde scolaire. Nous verrons aussi que ce sont des adolescents qui vont devoir mobiliser notre créativité dans la manière de les approcher, de les apprivoiser, dans nos moyens d'action également.

Laurent, 12 ans

Alors je pense tout d'abord à Laurent, qui est un jeune de 12 ans et demi, que j'ai vu pour la première fois alors qu'il était déscolarisé depuis trois mois. Tentative de scolarisation pour les parents qui n'avait pas porté ses fruits, y compris par la force, me disant qu'ils l'avaient emmené une fois par la peau du dos jusque l'école d'où le jeune s'était enfui très rapidement. Le cortège des symptômes anxieux chez Laurent était bien présent: troubles d'endormissement, notamment la veille des reprises scolaires imaginées, maux de ventre le matin, nausées, plusieurs épisodes de fuites de l'école. Laurent est un enfant qui est assez intelligent, avec une scolarité primaire relativement bonne, et doté de bons talents, même artistiques et sportifs. Alors depuis trois mois, depuis qu'il est déscolarisé, Laurent se sent très bien à la maison, il va très bien même. Il n'a pas d'anxiété dans le quotidien, sauf quand on lui parle de retour à l'école. Et les parents lui en parlent de plus en plus souvent, parce que les parents commencent à s'inquiéter de la prolongation de la non scolarisation. Alors bien sûr ses parents ont essayé par tous les moyens de mettre du sens sur le comportement de Laurent. Que s'est-il donc passé ? Et notamment que s'est-il passé à l'école ? Ils essayent de comprendre. Est-ce le passage de Laurent à l'école secondaire qui pose problème ? Et toute cette perte de repères rassurants ? Laurent vient d'une petite école de village, et voilà qu'il se retrouve dans le grand collège de la ville. Est-ce l'anxiété que Laurent éprouve autour des trajets en bus qu'il est sensé devoir faire le matin ? Bien sûr ses parents n'ont pas tort, il faut aller voir du côté scolaire. Est-ce que quelque chose de particulier s'est passé ? On verra encore souvent dans nos pratiques que les éléments ou les problèmes scolaires ne sont que les petites gouttes

d'eau qui font déborder un vase bien rempli, et qui a été rempli par des éléments bien différents que le scolaire. D'ailleurs, une des rares phrases de Laurent, qui s'exprimait très peu, a été de dire à un moment donné qu'il ne se reconnaissait plus.

Julie, 16 ans

Je pense aussi à Julie, cette fille de 16 ans, plus grande, qui commence aussi cette phobie scolaire, et qui a un rêve qui sera de penser au conte de la Belle au bois dormant, et elle me dit « j'aimerais m'endormir et me réveiller à l'âge adulte ». Le décor est planté: il s'agit bien de la difficulté de grandissement, il s'agit bien de la difficulté de passer cette période très difficile de l'adolescence, dont chacun d'entre nous j'imagine, garde des souvenirs impérissables. Impérissables au niveau des expériences qui y sont vécues, mais peut-être aussi impérissables autour du malaise qui peut se développer. Vous le savez comme moi, l'adolescent, pour reprendre la métaphore de la Belle au bois dormant, se retrouve dans un château beaucoup trop grand, dont il ne connaît pas les pièces. Son corps qui s'est modifié et qui lui paraît bien étranger. Beaucoup de choses doivent se remanier chez l'adolescent, y compris toute la question de la sexualité, des pulsions sexuelles, des pulsions qui peuvent être réorganisées. Mais aussi tous les enjeux relationnels doivent se renégocier, et notamment avec les parents vis-à-vis desquels il faut trouver une nouvelle distance de sécurité, et les faire descendre du trône sur lequel l'enfant les avait mis. Donc l'adolescent a beaucoup de tâches à mener à la fois: explorer ce corps, explorer cet esprit, qui sont devenus deux étrangers pour lui, développer une nouvelle représentation de lui-même et du monde. Et on constate de plus en plus que devant toutes ces difficultés, devant tous ces remaniements, certains adolescents malheureusement s'arrêtent, figent le temps, paralysent le temps. Et la phobie scolaire en est une des expressions contemporaines. C'est à une crise développementale majeure que l'on assiste chez Laurent, mais aussi chez Julie. Autant s'endormir pour 100 ans, en espérant que l'adolescence se passe. Même si évidemment le prix à payer est énorme, car bien sûr, il coupe l'adolescent de la connaissance du monde extérieur, de la connaissance de ses codes, de l'expérience de nouvelles rencontres, de nouvelles émotions, de nouveaux sentiments.

Tous les adolescents ne passent pas par des épisodes de ce type-là. On voit quand même aussi que certains adolescents ont été auparavant fragilisés durant leur enfance, et vont être à plus grand risque de développer ce type de symptôme. Je pense notamment à tous ces adolescents que nous rencontrons régulièrement dans nos différents métiers, autour de la protection judiciaire. Tous ces adolescents qui enfants, ont été confrontés à des séparations vécues comme des traumatismes, des ruptures au sein de la famille, des placements qui n'ont pas été préparés suffisamment. Comment dès lors oser grandir, oser s'engager dans une croissance qui risque de déboucher à nouveau sur une séparation, face à une rupture d'avec un milieu familial ou un milieu institutionnel ? Ce qui transparait dans ces différentes situations, c'est qu'on se retrouve face à des adolescents qui se disent mal autour du scolaire et qui ne peuvent pas en dire grand chose. **On se retrouve souvent face à une situation de parole bloquée.** Et à un certain moment d'ailleurs la phobie scolaire ressemble à une phobie de la pensée, c'est comme s'il y avait un véritable gel de la pensée. Ce sont des adolescents qui parlent très peu, de ce qu'ils aiment, de ce qu'ils font, de ce qui les anime dans la vie. Laurent d'ailleurs a pu le dire dans la suite du traitement, qu'il avait perdu toute souplesse de penser, qu'il avait l'esprit vide, qu'il ne parvenait plus à mémoriser, qu'il ne parvenait plus à apprendre, qu'il ne parvenait plus à exprimer verbalement ses émotions. Face à cette phobie de la pensée, face à cette parole bloquée, il faudra susciter en nous autant que possible de la créativité, et une certaine souplesse dans la prise en charge. Si on offre à ces adolescents exclusivement des entretiens psychothérapeutiques individuels de ¾ heure/1 heure, on risque très fort d'arriver au bout de deux ou trois rencontres où l'adolescent n'a littéralement plus rien à vous dire.

Mobiliser d'autres médias thérapeutiques

La créativité, la souplesse dans le dispositif, passent par exemple par la mobilisation d'autres médias thérapeutiques. Je vais surtout illustrer ici le travail que je réalise avec mon équipe du « Vert à soi », qui est un centre de thérapeutes d'enfants et d'adolescents, situé à Tournai. Ce que nous avons imaginé est la création pour ces adolescents pho-

biques scolaires de ce que j'appellerais des **micro-groupes thérapeutiques**. Tout simplement des groupes de maximum 3-4 adolescents, avec cette problématique de phobies scolaires, qui se rencontrent environ une fois toutes les trois semaines, sur base volontaire. Il faut que le jeune soit partie prenante dans cette démarche. Le but de ce micro-groupe n'est pas de parler de la phobie scolaire, ce n'est pas un partage de symptômes, « moi j'ai ceci, moi j'ai tels symptômes », etc. Le but c'est surtout de relancer un plaisir de partager, un plaisir de penser ensemble. Et pour ça nous allons utiliser différents médias. Un média que j'aime beaucoup est le photo magazine, où je demande à chaque adolescent d'aller feuilleter dans des magazines à la maison et de choisir parmi les milliers d'images disponibles une image qui l'interpelle. Il l'amène dans le groupe et vient à ce moment-là un temps de partage où il commente l'image, ce qu'il y voit, ce qu'il ressent par rapport à l'image, ce à quoi ça l'invite comme réflexion. Un autre média utilisé est un média qui ressemble très fort à un trivial pursuit et qui a été développé par un confrère pédopsychiatre français. On a une série de cartes que l'adolescent peut tirer, et sur ces cartes sont mises une série de questions. Ce sont des questions qui invitent à une réflexion, par exemple : « raconte une injustice dont tu as été témoin ». Ou une question que j'aime beaucoup, qui est sortie encore au dernier groupe la semaine passée, c'est : « un repas de famille, est-ce digeste ou indigeste ? ». Ce genre de questions qui invitent à la pensée, à la réflexion, qui permettent au fond à l'adolescent de parler de lui-même mais sans en avoir l'air, tout en parlant de thèmes quasi philosophiques. « Décris ta chambre en cinq mots », « Mes parents pensent que mes copains ne sont pas fréquentables, que faire ? », etc. Et donc ça démarre à ce moment-là et les autres adolescents présents sont invités à émettre un vote, en fonction de l'aspect convainquant ou pas de l'explication du jeune qui a tiré la carte. Il y a aussi l'invité musical surprise: je demande à chaque jeune à tour de rôle d'apporter une chanson, de préférence en français, mais les chansons en anglais sont bien venues si elles sont traduites. Et donc elles sont partagées. Et moi je découvre, je découvre du hard rock, je découvre du rap, auxquels je n'étais pas préparé. Donc c'est très bien aussi pour moi. Mais en tout cas ça permet un échange et de parler finalement de thématiques importantes.

Évidemment ces groupes ne se substituent en rien à l'importance d'un travail de famille qui est parfois nécessaire, souvent de thérapie familiale ou un travail individuel, lorsque le jeune y accroche. Mais le but étant de nourrir ce plaisir, cette capacité à penser, et notamment à penser ensemble.

C'est vraiment dans cette parole échangée qu'on va essayer d'aller remobiliser, dans cet échange des pensées que le processus développemental souvent va redémarrer.

Je terminerai simplement par une petite remarque. La phobie scolaire, c'est un symptôme, des symptômes en nette augmentation mais ce sont aussi des problèmes qui malheureusement se prolifèrent beaucoup plus qu'avant. Et là sans vouloir tirer à boulet rouge sur le monde des multimédias, malheureusement beaucoup de ces adolescents phobiques scolaires risquent de s'enfermer complètement dans la facilité des rencontres virtuelles. Donc là il y aura aussi quelque chose à réfléchir ensemble avec ces jeunes.

Question

Est-ce que les écoles sont sensibilisées à cette question des phobies scolaires et quel travail font-elles avec les services thérapeutiques ?

Réponse:

Je pense qu'elles sont de plus en plus sensibilisées à cette question, d'abord parce qu'il y a une augmentation de la fréquence de ces problématiques. Je pense que toute école est maintenant, et en particulier les écoles secondaires, de plus en plus confrontée à ce type de situations. Maintenant la mobilisation d'une école à l'autre est extrêmement différente. Pour moi, une des priorités reste quand même une inscription ne fût-elle que symbolique au niveau scolaire. Alors, quand je dis une inscription symbolique, ça demande parfois des aménagements. Et certaines écoles sont prêtes à soutenir certains aménagements, d'autres ont beaucoup plus de mal