



Santé mentale des élèves

Quand l'école cristallise l'anxiété

“

DOSSIER **CHRISTOPHE MILAZZO**

Laissez de côté le RSA comme revenu de solidarité active. Pour des milliers de familles et d'élèves, ce sigle renvoie à un calvaire long et complexe. Défini comme « le refus d'aller à l'école pour des raisons irrationnelles et se traduisant par des réactions vives d'anxiété voire de panique si les enfants sont forcés à s'y rendre », le Refus scolaire anxieux est devenu un enjeu majeur pour la santé mentale des élèves. Aujourd'hui, entre 1 et 5 % des jeunes en âge scolaire seraient concernés par ce phénomène en constante augmentation. Loin de n'impacter que le parcours scolaire, comme le laissait entendre l'ancienne formule de « phobie scolaire », le RSA a des conséquences sur chaque dimension du quotidien du jeune et de sa famille. Comprendre le RSA, c'est s'arrêter sur des histoires de vie, des combats, des réussites, des échecs, de la résilience. C'est aussi s'intéresser à l'engagement de tous les acteurs (école, soin, médico-social, milieu associatif) pour agir à son niveau, pour « bricoler », comme ils aiment à le dire, afin d'accompagner des jeunes face à un phénomène complexe.

Témoignage

« Je n'y arrivais plus »

Il y a trois ans, Benjamin a vécu l'enfer du RSA* dont il a pu sortir grâce au soutien de ses proches, son établissement et des professionnels qui l'ont accompagné. Le jeune bachelier veut désormais porter le message que des solutions existent.

Benjamin a toujours été un bon élève. « Je me mettais la pression pour donner le maximum », confie-t-il. Tout bascule en octobre 2021, alors qu'il est en première. « J'avais trop de stress, de pression. Je n'arrivais plus à y aller. » Un évènement qu'il attribue à la grande amplitude horaire et à la charge de travail. Il manque une semaine, puis deux avant que les vacances de Toussaint l'apaisent. « Le vendredi, le stress est monté et je me suis dit que je ne pourrais pas y retourner. » Consciente de la situation, sa famille veut l'aider, mais se sent démunie. « On ne sait pas comment réagir. Certains nous disaient qu'il fallait le pousser, par méconnaissance. Et puis, on n'est pas tout de suite compris », explique sa mère. « En dehors de l'école, ça allait. Échanger

avec des amis m'a aidé, m'a permis de souffler », complète Benjamin. Il consulte alors une psychologue qui évoque le RSA. « J'étais réticent à y aller, mais j'ai accepté sinon il n'y avait pas de solution. » Benjamin commence par deux mois de séances hebdomadaires. « La psy a été la chose la plus importante pour me remettre dedans. Elle m'a préparé à reprendre le contact avec l'école. » L'accompagnement a duré un an, s'épaçant progressivement et anticipant les étapes de son retour au lycée.

Préparer le retour

Après plusieurs semaines d'absence, la famille reçoit un appel de la CPE** du lycée Carriat. Des cours individuels, organisés sur place avec des enseignants de l'établissement, se mettent en route

grâce au SAPAD (Service d'assistance pédagogique à domicile). « Je ne voulais pas que ça se passe à la maison pour retourner au lycée le plus vite possible », explique Benjamin. Trois de ses enseignants se mobilisent. « On a commencé par une heure avec mon prof de SES*** avec qui j'avais un bon contact. J'étais à l'aise, ça m'a fait plaisir de commencer à réétudier. » Des séances s'ajoutent, puis un second enseignant et un troisième, toujours avec l'aval de la psychologue. « On est tombés sur des profs qui avaient bien compris la situation, ne mettaient pas de pression et avec qui on pouvait échanger. Au lycée, l'infirmière faisait le lien et tout le monde allait dans le sens de l'élève », estime sa mère.

Sur de bons rails

S'il parvient à revenir dans l'établissement, Benjamin est conscient du retard pris sur le programme et accepte de redoubler. Sa deuxième année de première est l'occasion de changer ses spécialités afin de préparer ses études supérieures. En septembre 2022, il repart en classe entière avec des cours SAPAD**** pour ses heures de spécialités. Dans une classe compréhensive où il est bien intégré, Benjamin trouve son rythme et ajoute progressivement des cours en classe entière. Certains aménagements sont maintenant en terminale et, preuve de réussite, il décroche son bac avec mention. « La pression est revenue avant les examens, mais j'ai réussi à mieux la gérer. » Il se concentre désormais sur son projet d'études supérieures : une licence gestion-management à Bourg. ■

* Refus scolaire anxieux
** Conseiller principal d'éducation
*** Sciences économiques et sociales
**** Service d'assistance pédagogique à domicile

« J'ai envie de parler de ça », confie Benjamin, ici avec sa mère. « Quand ça arrive, on ne sait pas quelles solutions existent. J'aimerais pouvoir partager mon ressenti, mon parcours pour rassurer, montrer que je m'en suis sorti. »



Décryptage

Le RSA en cinq questions

De quoi parle-t-on ?

C'est une réticence, un refus d'aller à l'école en lien avec une détresse émotionnelle. Le terme « phobie scolaire », longtemps utilisé, a été abandonné, car trop restrictif. Il sous-entendait que le problème venait de l'école alors qu'elle est le lieu d'expression du trouble. Certains préfèrent désormais parler de refus scolaire anxieux, le mot « refus » impliquant une volonté quand les jeunes subissent le processus.

Quatre types de RSA sont identifiés :

- avec une anxiété de séparation ;
- avec une phobie sociale (peur de ressentir la gêne, du rejet dans les interactions) ;
- une phobie simple, souvent liée à d'autres dimensions psychopathologiques ;
- le RSA anxiodépressif, le plus courant, qui est lié à la pression scolaire, la peur de l'échec et une faible estime de soi.

Comment agir en cas d'absentéisme ?

Il convient de clarifier sa nature pour proposer un accompagnement adapté. Le RSA se distingue en effet de l'école buissonnière, du retrait scolaire (volonté parentale de garder l'enfant à domicile) et de l'exclusion scolaire. Ces quatre conditions conduisent au décrochage scolaire. Certains contextes sont propices à l'apparition du RSA : rentrée, changement de cycle, déménagement, séparation, maladie... « Ce ne sont pas les causes, mais des facteurs précipitants », précise Marie Gallé-Tesson, psychologue.

Quelles manifestations ?

Le RSA se caractérise par des signes cliniques et, souvent, somatiques (maux de ventre, attaques de panique...) qui fluctuent dans le temps. Le RSA a des conséquences

sur la famille et son organisation, pouvant conduire à des tensions. Il freine aussi le processus adolescent et la construction de l'identité.

Quelle prise en charge ?

Elle doit être pluridisciplinaire. Une thérapie sert à accompagner les troubles sous-jacents. Le travail avec l'établissement et la médecine scolaire est indispensable pour expliquer les troubles et étudier les solutions pour le maintien ou le retour à l'école. Le lien avec la famille est essentiel pour décrypter la problématique, discuter de la prise en charge et des objectifs. De la guidance parentale ou de la thérapie familiale peut être proposée. Marie Gallé-Tesson insiste sur le triptyque famille, soin, école. « Le RSA est une trajectoire dans laquelle chacun a sa part comme facteur de maintien, d'aggravation ou d'amélioration. »

La prise en charge doit aussi être personnalisée. « On fait du sur-mesure et on s'adapte », résume Xavier Angibault, médecin-psychiatre. Il insiste sur le besoin

d'une évaluation précise de la problématique du jeune, de sa situation familiale et de son projet pour proposer la réponse la plus adaptée possible.

Enfin, la prise en charge doit s'accompagner de patience. « Le RSA est une urgence thérapeutique, mais un trouble au long cours », relève Marie Gallé-Tesson. « L'accompagnement peut durer deux ans, voire plus. Certains patients reviennent alors qu'ils allaient mieux. » Il est important que les acteurs du soin et de la scolarité tiennent dans la durée, proposent de nouvelles solutions même si les jeunes sont confrontés à l'échec.

Quel pronostic ?

Marie Gallé-Tesson note qu'un retour à une scolarité est possible à plus ou moins long terme pour la moitié des patients. 30 % ne reviennent quasi jamais en classe, mais arrivent à une bonne insertion sociale à l'âge adulte. 20 % ne retrouvent pas le chemin de l'école et souffrent de difficultés d'insertion. ■



Une conférence sur le RSA organisée le 15 mai à Oyonnax à l'initiative des PEP 01 a rassemblé plus de 200 personnes pour mieux comprendre les enjeux du sujet et partager des pistes d'actions.

Une méthode de détection

L'autoquestionnaire de diagnostic SCREEN (School refusal evaluation) comprend 18 items auxquels l'enfant répond pour savoir à quel point les informations lui correspondent. S'il ne remplace pas un examen clinique, cet outil utilisable par tous peut éclairer une situation et servir de passerelle vers le soin.

ÉCLAIRAGE

Maison des ados

Quoi de plus logique pour la Maison des ados (MDA), structure de prévention proposant un accueil, une prise en charge et une orientation aux 12-20 ans, que d'aborder la scolarité ? « Quand on parle de ces questions, du lien avec les autres, on est en train de prévenir le RSA. Si on intervient vite et tôt, on peut le désamorcer, même si cette action est difficile à évaluer », résume Émilie Garçon, psychologue clinicienne.

La MDA se positionne comme une structure de première ligne où l'on peut discuter et identifier le problème, sans toutefois établir de diagnostic. « On peut être une porte d'entrée non connotée pour aborder ces sujets et orienter vers des structures adaptées. » Ses équipes peuvent accompagner le jeune vers une prise de conscience que les manifestations corporelles sont liées à l'anxiété et faire comprendre l'intérêt d'une prise en charge pluridisciplinaire, incluant une dimension sanitaire, dans la durée. C'est aussi un lieu pour évoquer le versant social et familial. « La particularité de ce trouble est que la scolarité est le sommet de l'iceberg sous lequel plein de choses se mélangent : des facteurs individuels, sociaux, scolaires... Les parents peuvent avoir des attentes pour un retour à l'école, mais on leur rappelle qu'on n'a pas de baguette magique. »

Une porte d'entrée

Créée par des parents en 2008, l'association Phobie scolaire a pour objectif d'écouter, accompagner, soutenir et orienter les familles concernées par le RSA. Elle est aussi impliquée dans des actions partenariales avec les équipes scolaires, les professionnels de santé, sans oublier sa participation à des études et aux instances politiques.

Sa correspondante dans l'Ain est
Véronique Piroud :
asso.phobiescolaire01@gmail.com
06 68 53 90 99

Refus scolaire anxieux

Quand l'école se mobilise

Le collège de Meximieux n'est pas étranger aux problématiques de RSA. Pour son principal, la réponse passe par une approche individualisée pour éviter la déscolarisation.

Avec 1 050 élèves, le collège Vaugelas est l'un des plus gros du département. Malgré un climat scolaire serein, l'établissement doit composer avec les questions de santé mentale. Dans le cas du RSA, le repérage vient majoritairement des familles. « C'est souvent un appel à l'aide, car elles ne savent pas comment agir », confie Raphaël Nicolet, principal. Le contrôle de l'absentéisme, bien qu'utile, risque quant à lui de ne révéler que des situations déjà avancées.

« Le premier travail est d'identifier exactement la problématique de l'élève. Est-ce du RSA ou autre chose ? » Il convient ensuite de comprendre les raisons de l'absence, une étape longue et difficile surtout avec des adolescents pour qui verbaliser n'est pas toujours simple. L'infirmière et la psychologue de l'Éducation nationale sont des relais précieux pour caractériser, démêler les causes, les enjeux, repérer du harcèlement ou des situations familiales complexes.

Du sur-mesure

Une fois le RSA diagnostiqué, l'établisse-

ment étudie finement ce qui peut être mis en place. Ses équipes font du sur-mesure, conçoivent des réponses adaptées à la situation, aux besoins, aux envies de l'élève en essayant d'agir le plus vite possible. L'objectif premier est d'éviter la déscolarisation et de maximiser le temps de présence au collège.

La solution peut être un changement de régime (passer externe pour se ménager une soupape dans la journée) ou un aménagement d'emploi du temps pour rester inclus dans la classe tout en ayant une bouffée d'air à la maison. « La difficulté est de trouver le bon curseur entre ce qui soulage et ce qui alimente », insiste Raphaël Nicolet. En cas de déscolarisation, des cours SAPAD peuvent être organisés au collège pour y faire revenir l'élève. Enfin, si un suivi par un psychologue est en place, l'établissement tente de tisser des liens avec ce dernier. « L'objectif est qu'il ne soit pas à 100 % à la maison, qu'il garde un pied, même un orteil dans l'établissement », souligne Raphaël Nicolet. ■



« On a quelques protocoles généraux sur la santé mentale et des formations apparaissent », conclut Raphaël Nicolet. « L'Éducation nationale s'empare du problème et essaie d'apporter des réponses. »

PREO

Un abri pour se reconstruire

Expérimenté depuis deux ans, le projet PREO porté par les PEP 01 a prouvé son efficacité pour raccrocher des élèves au milieu scolaire en associant l'expertise de l'enseignement et du médico-social.

D'abord lancé à Bourg-en-Bresse, PREO (Pour un retour dans l'établissement d'origine) s'est relocalisé à Oyonnax pour l'année 2023-2024 pour deux sessions de douze semaines chacune destinées à des jeunes en situation de RSA. Le projet avait le soutien financier de la cité éducative d'Oyonnax, la fédération générale des PEP* et la fondation de France.

Remettre en mouvement

Les sessions s'appuyaient sur les professionnels du PREO (psychologue, éducatrice et psychomotricienne pour la seconde), ainsi que des enseignants volontaires assurant les cours et rémunérés par l'Éducation nationale dans le cadre du SAPAD. « Les groupes sont attachants et il y avait de la proximité pour que les jeunes se confient », décrit une enseignante de SES. « La diversité des âges était une difficulté, mais elle évitait le côté scolaire et favorisait la pair-aidance. »

En amont, la situation des jeunes a été décortiquée. Un projet a été construit à partir de leurs envies sous forme d'un escalier où chaque marche était un objectif à remplir dans la semaine.

PREO a parié sur la mise en mouvement et la mise en lien de jeunes isolés grâce à une dynamique de groupe permise notamment par le recours au jeu. Cette approche a libéré la parole, favorisé les initiatives et fait travailler la confiance, l'empathie, la résolution de problème, la prise de décision, la gestion du stress et des émotions. « PREO se décrit comme une petite maison où sont pris en compte les besoins physiologiques, de sécurité, d'appartenance, d'estime et d'accomplissement », résume l'équipe. Pensé comme une passerelle, PREO s'est ouvert sur l'école et le droit commun pour anticiper la séparation tandis que du soutien à l'expertise parentale et des groupes de parole ont été organisés.

Et la suite ?

L'expérience oyonnaxienne s'achève par une belle réussite puisque la grande majorité des élèves a raccroché un parcours scolaire. Alors que PREO s'apprête à repartir pour une troisième année, l'objectif serait de pérenniser ce dispositif à l'échelle locale, voire départementale. ■

* Pupilles de l'enseignement public



Les sorties sportives ou culturelles ont facilité l'ouverture sur l'extérieur et la socialisation. Très créatifs, les jeunes ont construit ensemble un puzzle géant et ont même réalisé leur propre court-métrage.

Entre parenthèses

Lancé en septembre 2023, le dispositif La Parenthèse du lycée Carriat de Bourg accueille de 2 à 8 élèves aux profils variés. Ils sortent 2 heures par jour de classe pour des cours ou des activités : expression, création, sophrologie... La Parenthèse est prévue pour quatre semaines, renouvelables. Souple et basée sur le lien entre professionnels, elle vise au retour en classe entière. Son but est de garder un lien avec le groupe, une habitude de travail intellectuel et de concentration en mettant l'accent sur le collectif et la reprise de confiance en soi.

Le collège Lumière se réinvente

Après une réflexion collective sur le bien-être de ses élèves, le collège oyonnaxien a modifié son fonctionnement. Les cours durent désormais 45 minutes et des temps d'accueil ont lieu le matin et l'après-midi. Dès 15 h 30, les jeunes rejoignent des ateliers pédagogiques, donnant du sens aux apprentissages et valorisant leurs compétences. Le collège a aussi déployé une classe à projet éducatif. 8 élèves volontaires décrocheurs ou en difficulté sont accueillis et accompagnés dans des projets pluridisciplinaires pour les préparer au retour en classe.



Centre de Chanay

L'atout soin-études

À Chanay, les jeunes souffrant de RSA profitent de la double expertise sanitaire et pédagogique pour envisager un retour sur le chemin de l'école.

« Chanay est un lieu d'expérimentation, une passerelle où le jeune va se reconstruire avant de poursuivre les soins dehors », résume Julien Laveine, pédopsychiatre et médecin-chef de l'établissement. Si la structure accueille une pluralité de pathologies, elle est particulièrement concernée par le RSA. « Il existe depuis longtemps, mais on le diagnostique mieux et il y a eu une explosion post-Covid avec des profils plus intenses. »

Reconstruire ensemble

L'adressage à Chanay se fait obligatoirement par un médecin psychiatre. « Les jeunes sont souvent passés par plusieurs hospitalisations. Quand le RSA commence, on essaie des choses. Si elles ne fonctionnent pas, on pense au soin études. » Pour que l'accompagnement soit efficace, il est essentiel de bien connaître le profil des adolescents et qu'ils adhèrent à cette forme de prise en charge. « Le but est d'imaginer dès l'entrée ce que l'on va faire ensuite. »

L'établissement décline une approche de réhabilitation où les équipes pédagogiques et soignantes travaillent ensemble et se nourrissent de leurs compétences et de leur vision respectives des patients-

élèves. Les séjours sont courts (deux à quatre mois en moyenne). En plus de soins, la vie en groupe relance le processus adolescent, bloqué par le RSA, la distanciation parentale, le vivre ensemble et la confrontation au regard des autres. Des sorties éducatives ou de loisirs sont proposées les week-ends pour soutenir cette dynamique.

En parallèle des soins, les jeunes sont accueillis dans l'unité d'enseignement (UE) par groupes de cinq à huit élèves d'une même tranche d'âge. « Les emplois du temps sont allégés du fait des soins et modulés entre prise en charge individuelle et temps de cours en groupe. Ils sont rediscutés régulièrement pour s'adapter aux jeunes », explique Suzanne Pichard, responsable pédagogique de l'UE.

Un œil sur l'extérieur

La réexposition et la réimmersion progressive dans l'environnement de classe sont essentielles. Les séjours à Chanay comprennent des périodes de retour temporaire dans le collège ou le lycée d'origine. « On passe beaucoup de temps à travailler avec l'équipe enseignante sur les attendus de ces moments-là », souligne Suzanne Pichard. « Le jeune est encore en soin chez nous, mais se réexpose sept ou

quinze jours à la "vraie vie". L'intérêt est d'avoir le retour des parents et de l'école pour réajuster la méthodologie », ajoute Julien Laveine qui insiste sur l'importance de la guidance des établissements et des familles.

Pour aller plus loin, Chanay a pensé depuis un an avec l'Éducation nationale à la création d'une UE externalisée au lycée de Bellegarde. Elle permettra dès cette rentrée aux jeunes d'expérimenter le milieu ordinaire avant le retour dans leur établissement d'origine. ■

Repères

L'établissement de santé de Chanay de la MGEN (groupe VYV) comprend un service d'hospitalisation complète de 70 lits, réparti en deux unités et six places d'hôpital de jour. Il offre une approche soin-étude pour les élèves du second degré avec une UE intégrée (rattachée au lycée de Bellegarde) et une classe passerelle. Sa philosophie de réhabilitation globale met l'accent sur la santé mentale des adolescents de 11 à 18 ans aux pathologies variées : obésité complexe, trouble métabolique, addictions, troubles anxieux, de l'humeur ou neurodéveloppementaux, pathologies psychiatriques naissantes...



Pour Suzanne Pichard et Julien Laveine, la pluralité de profils accueillis à Chanay est une chance. « Les jeunes se complètent les uns les autres et ils viennent parce que ce sont des ados, ce qui n'est pas stigmatisant. »