



# Rendez-vous de l'inclusion

## Le refus scolaire anxieux

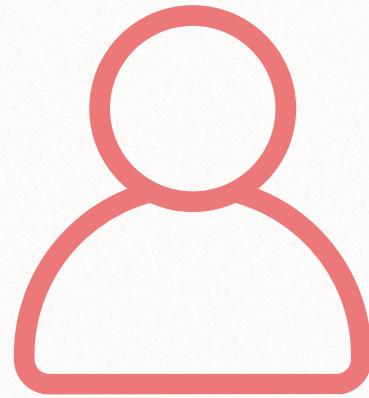
Jeudi 11 décembre 2025





## INTERVENANTES

**Marie ROMANAT**



Chargée de mission  
école inclusive  
au bureau national  
de l'Apel

**Céline DAVRIL-BAVOIS**



Membre de  
l'Association  
Phobie Scolaire

**CLAIREE LEBRUN**



Salariée Apel  
académique  
Parent concerné



## DÉROULÉ

- ▶ De quoi parle-t-on ?
- ▶ Les antécédents
- ▶ Les symptômes physiques, psychiques et comportementaux
- ▶ Comment le repérer ?
- ▶ Les conséquences
- ▶ Les soins et accompagnements
- ▶ Témoignage parent
- ▶ Question-réponse



# DE QUOI PARLE-T-ON ?

## Noms utilisés

- ▶ Phobie scolaire
- ▶ Troubles anxieux scolaires, refus scolaire anxieux
- ▶ Empêchement scolaire

## Définition

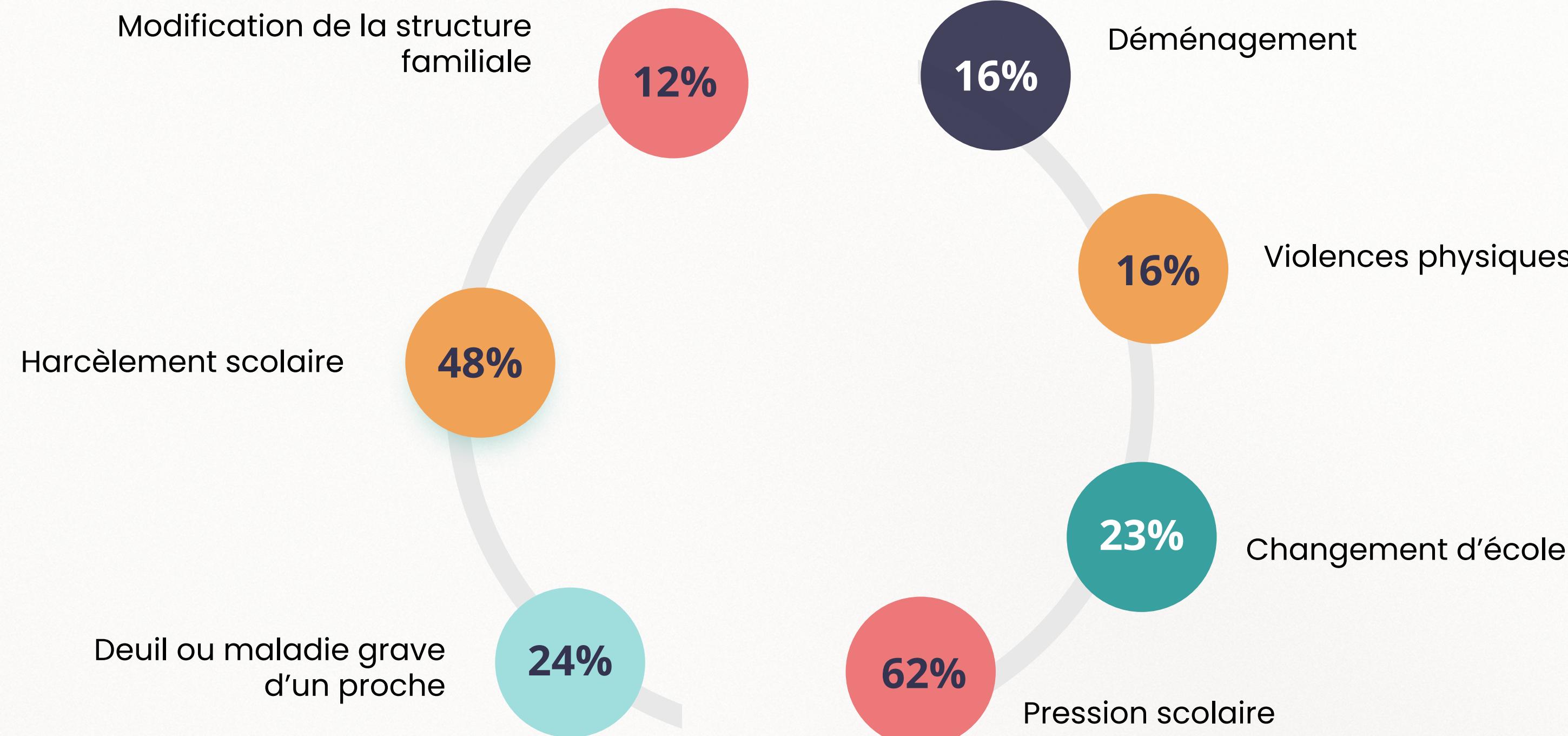
- ▶ « Il s'agit d'enfants qui, pour des raisons irrationnelles, refusent d'aller à l'école et résistent avec des réactions d'anxiété très vives ou de panique quand on essaie de les y forcer. »  
*Dr Ajuriaguerra, neuropsychiatre -1974*

- ▶ Un enfant qui VEUT mais qui ne PEUT pas aller à l'école



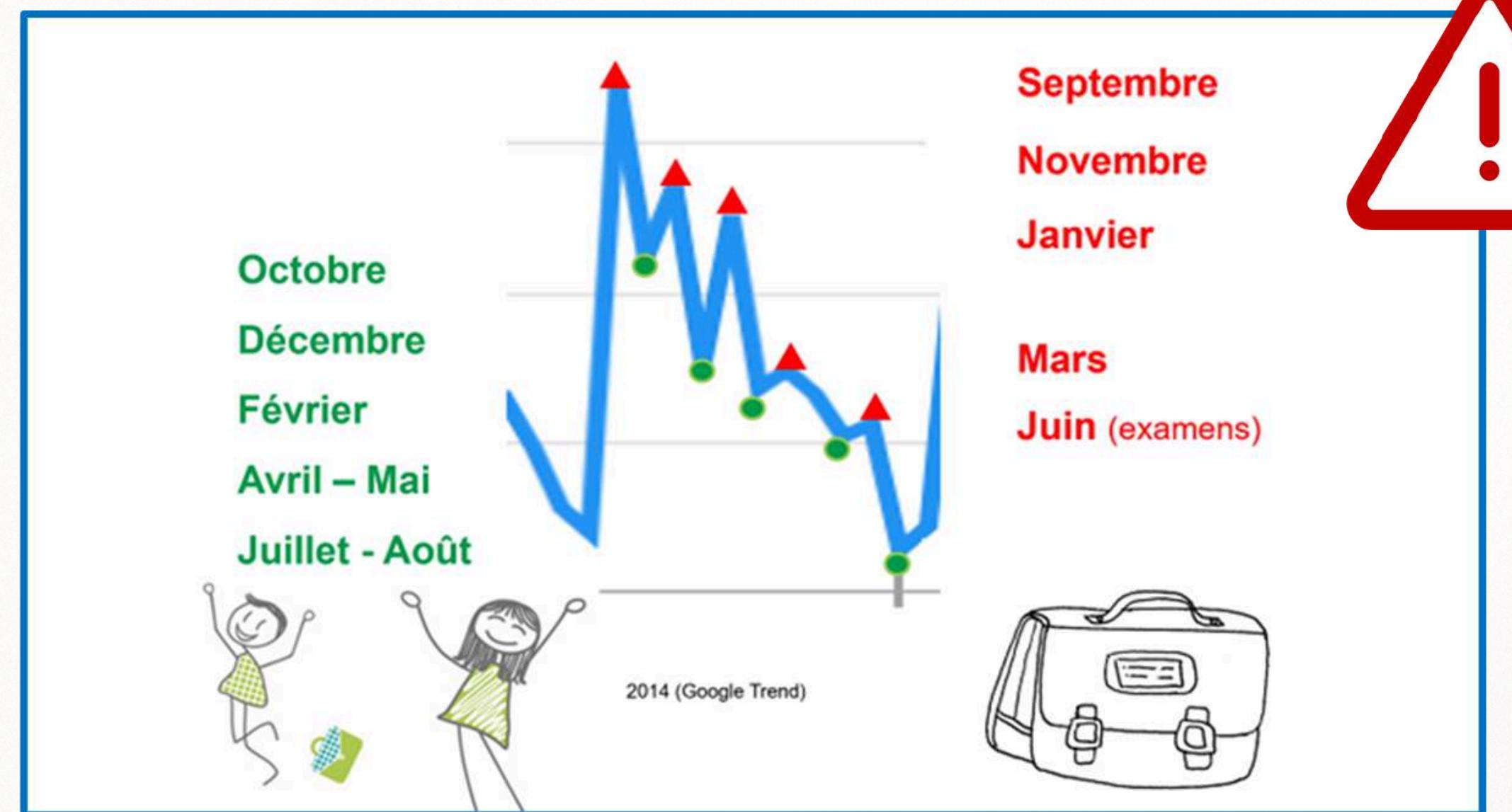


## LES ANTÉCÉDENTS





## QUAND LA REPÉRER ?





## LES SYMPTÔMES PHYSIQUES

Insomnies, cauchemars,  
somnambulisme, endormissements

Fatigue intense

Migraines, maux de tête, vertiges

Maux de ventre, vomissements, la  
veille ou les matins de classe

Douleurs musculaires

Oppression au niveau de la poitrine,  
hyperventilation, sensation  
d'étouffement





# LES SYMPTÔMES PSYCHIQUES ET COMPORTEMENTAUX

Chutes des résultats scolaires

Agressivité, provocation

Troubles alimentaires

Troubles cognitifs

Anxiété, crise d'angoisse

Dévalorisation, changement  
d'apparence

Absentéismes, retards



Fugues, addictons, idées suicidaires



## LES CONSÉQUENCES POUR LA FAMILLE

Jugements et préjugés  
d'autrui, Isolement

Incompréhension,  
minimisation des troubles

Lourdeur administrative

Tensions et conflits intrafamiliaux

Essoufflement, fatigue des aidants

Culpabilisation des parents

Prises en charge non remboursées

Rendez-vous longs à obtenir



Fratrie impactée



## QUELS SOINS METTRE EN PLACE ?

- 1 Médecin traitant : vérifier les signes somatiques , regarder les antécédents
- 2 Psychiatre ou un pédopsychiatre
- 3 Suivi psychologique généralement nécessaire

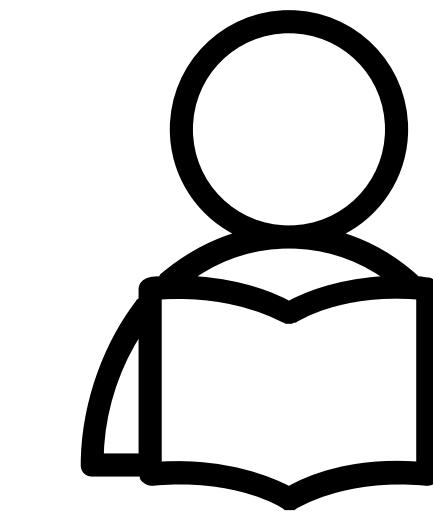


Feuille de route



## LE TRIO GAGNANT

L'école



Les parents

Le  
thérapeute

# ASSOCIATION PHOBIE SCOLAIRE

Fondée en 2008 par  
des parents

Des orientations  
vers les bilans et  
prises en charge

Des rencontres de  
parents et un  
groupe Facebook  
fermé

Recherche et  
réflexion avec des  
professionnels de  
santé

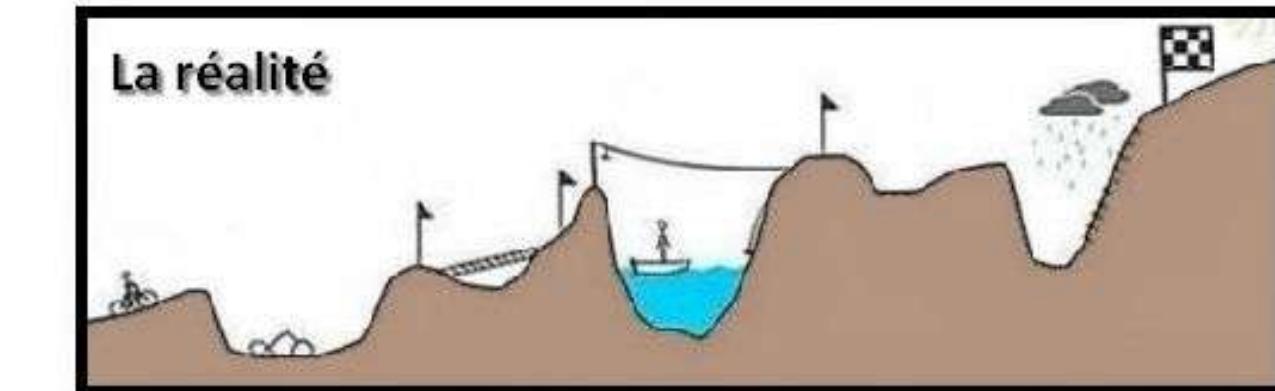
Aide aux échanges avec  
les équipes scolaires,  
sensibilisation des  
établissements et aux  
instances politiques

Un soutien personnalisé,  
avec rendez-vous  
téléphoniques



# CONCLUSION

-  Ne restez pas seuls
-  Ne culpabilisez pas
-  Lâchez prise sans rien abandonner
-  Faites leur confiance et faites-vous confiance
-  Il existe toujours des itinéraires bis





# REFUS SCOLAIRE ANXIEUX - PHOBIE SCOLAIRE UN TSUNAMI FAMILIAL

**Témoignage  
parent  
Claire Lebrun**



# LES PREMIÈRES MANIFESTATIONS

*Quand difficile devient impossible*

Difficultés à se lever le matin –  
Sommeil compliqué

Crises d'angoisse – Pleurs

Difficultés de concentration  
et de mémorisation

Présence en cours physique mais pas psychique



Distance qui s'installe avec les amis

Impossibilité de franchir le portail du  
collège / absentéisme

Maux de ventre

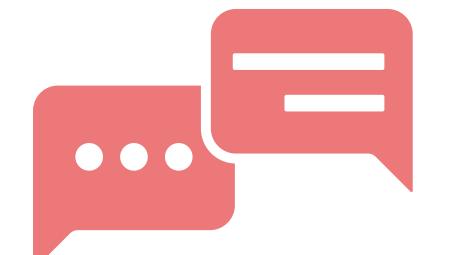
Scarifications



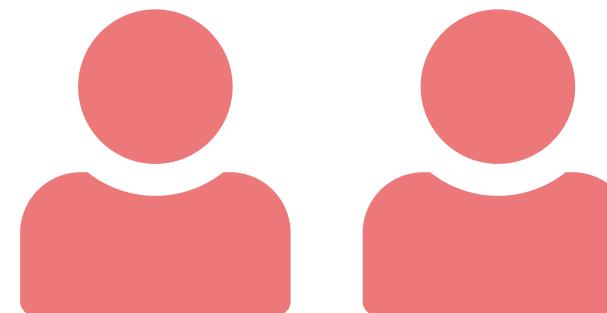
## RÉACTIONS EN TANT QUE PARENTS

Incompréhension face à un  
changement brutal d'habitude -  
Pourquoi ?

Difficulté à trouver de l'aide



Difficulté à agir avec l'enfant



Inquiétude - conscience  
d'un problème majeur

Culpabilité - l'école est obligatoire



# LE PARCOURS MÉDICAL

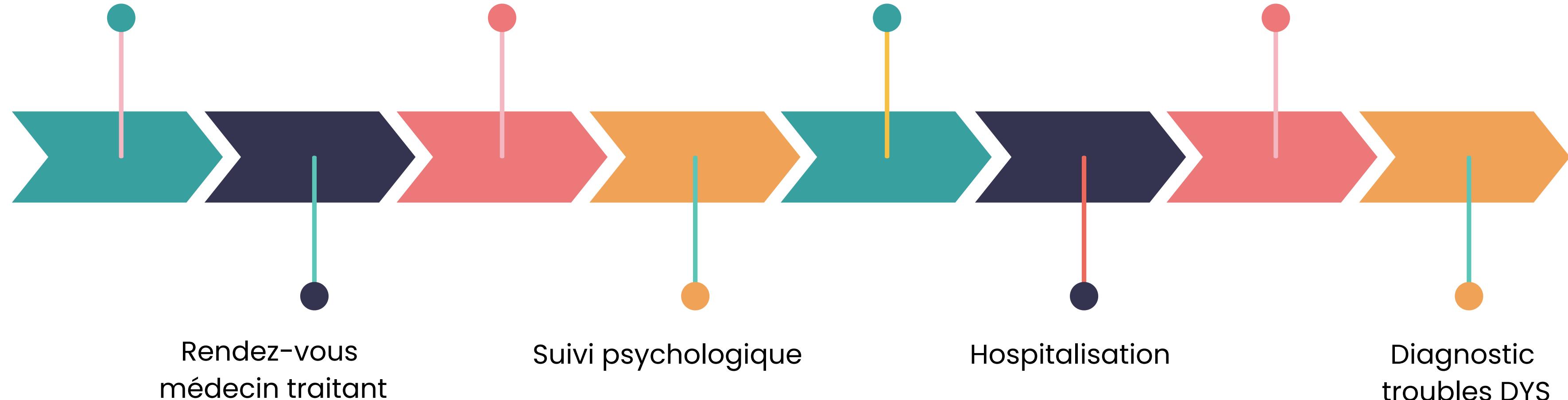
*L'importance de faire des bilans*

Rendez-vous directeur  
collège et infirmière  
scolaire

1er diagnostic

Bilan TND

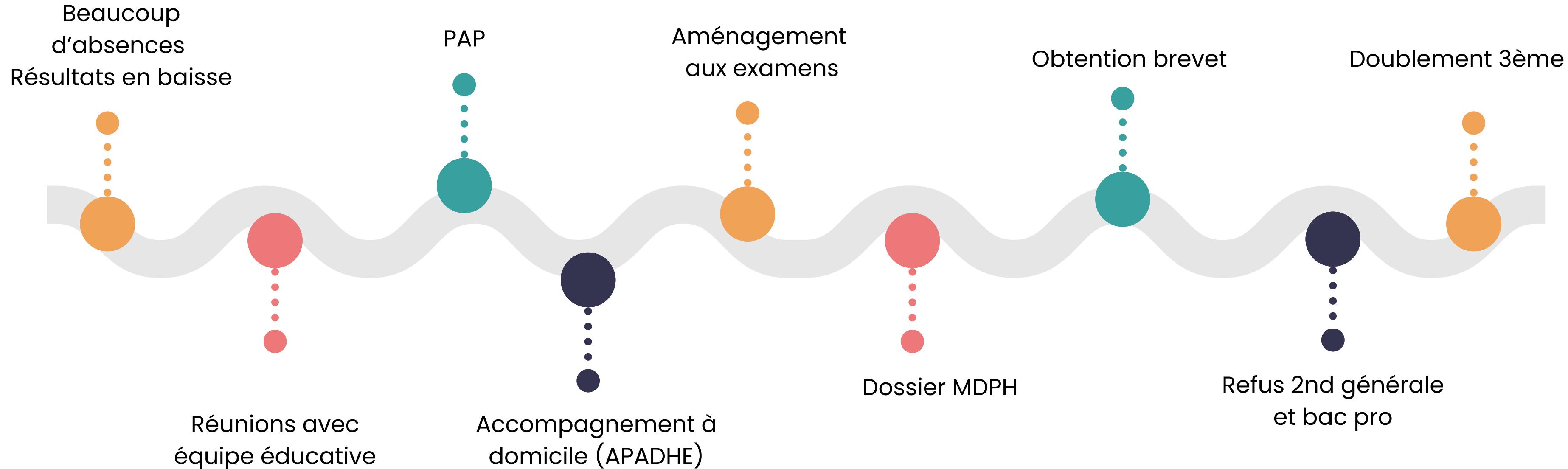
Thérapie familiale





# LE PARCOURS SCOLAIRE

## Le collège

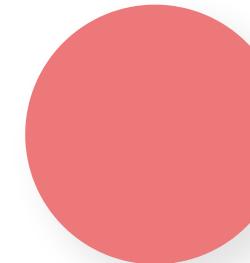


# PARCOURS SCOLAIRE

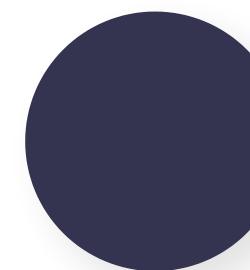


## Effectifs réduits

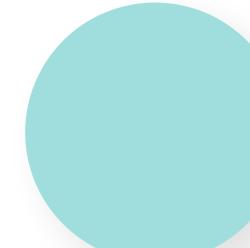
Accompagnement en fonction des difficultés de chacun



## Emploi du temps alléger



## Heures de travail encadrées



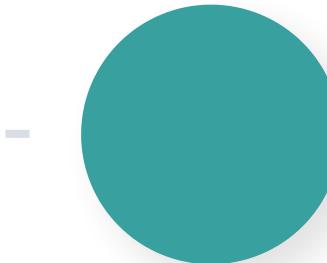
## MICROLYCÉE

*Reprise de confiance en l'adulte et en soi*

# PARCOURS SCOLAIRE

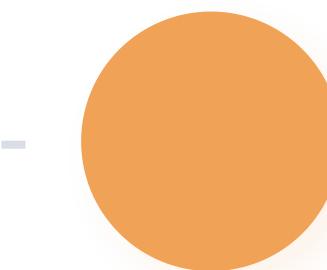
## Suivi personnalisé

Tuteur référent tout au long de l'année



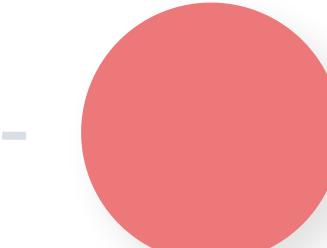
## Cours numériques

Plateforme de travail  
Terminologie choisie



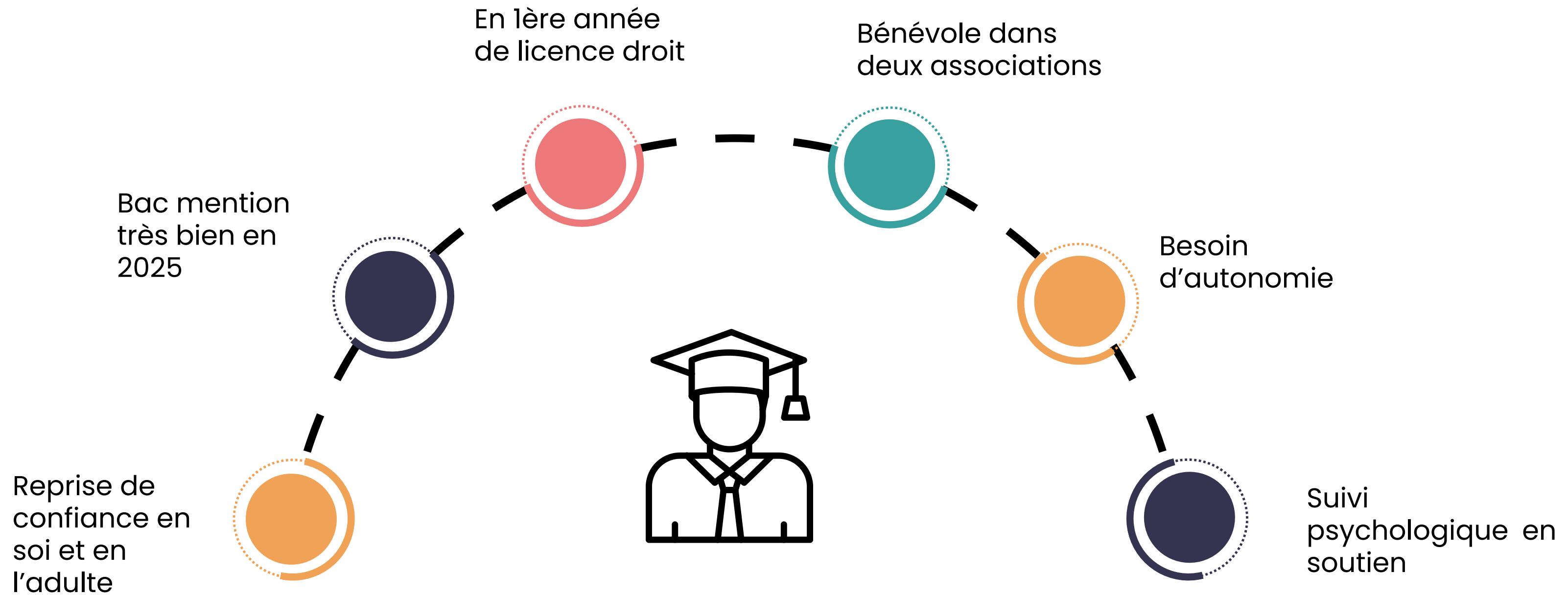
## Notation

Collaboration enseignants - élèves  
Débriefing en cours





# UN MESSAGE D'ESPOIR AUJOURD'HUI...





## BILAN ET RECOMMANDATIONS

-  Faire confiance à son enfant et se faire confiance
-  Faire preuve de patience
-  Ne pas avoir peur d'expérimenter plusieurs pistes
-  Prendre soin de soi
-  Prendre soin de la fratrie
-  Relativiser la réussite scolaire
-  Changer d'interlocuteur si besoin
-  Ne pas rester isolé





## POUR APPROFONDIR LE SUJET

**NOUVEAU**

**zèbres & cie**

Le magazine de la neurodiversité

No.4 \_ septembre 2025

**DYS, TDAH, AUTISME**  
QUAND LE SOMMEIL EST UN PROBLÈME

Dossier  
Du chagrin d'école au refus scolaire anxieux...

&  
Daniel Pennac  
« Il y a toujours autant d'enfants qui morflent »

&  
Psycho  
Mon enfant est neuroatypique. Et moi ?

&  
Pratique  
Ces applis qui facilitent la vie des dyslexiques

Dossier sur le refus scolaire anxieux



Ressources sur [apel.fr](http://apel.fr)





**PROCHAIN RENDEZ-VOUS DE L'INCLUSION**



**La place de l'enfant  
neuroatypique en classe**