

Phobie scolaire :

quelle position prendre en tant qu'enseignant pour aider à l'éviter ?

version 1.1 : 07/09/2023

Environnement de travail :

- essayez de maintenir un niveau de bruit bas.
- mais n'imposez pas un silence absolu, autorisez les conversations à voix basse ponctuelles et de lâcher un petit peu l'attention.
- autorisez les élèves à s'occuper les mains, griffonner, prendre une position non conventionnelle sur leur chaise.
- permettez-les de prendre le cours à leur façon voire ne pas le prendre à condition que les résultats suivent.
- dans les phases de travail nécessitant de la concentration, autorisez les casques anti-bruit.
- permettez une petite pause pendant les cours longs, si possible toutes les heures.
- soyez intransigeant face aux moqueries et insultes.
- donnez à l'avance le contenu du ou des prochains cours autant que possible. Prévenez des risques de contrôle surprise dans les semaines à venir. Tout ce qui est prévisible réduit l'anxiété.
- évitez de donner des grosses quantités de devoirs pendant les vacances, et d'annoncer un contrôle à la rentrée, pour permettre une vraie coupure et un vrai repos.

Pédagogie :

- n'oubliez jamais que la pédagogie est l'art de la répétition, n'exigez pas que chaque élève comprenne et retienne tout du premier coup.
- enseignez et encouragez les méthodes d'apprentissage efficaces (voir par exemple <https://www.youtube.com/watch?v=RVB3PBPxMWg>).

Relation directe :

- évitez d'attirer l'attention vers les élèves les plus timides.
- ne forcez pas un élève à prendre la parole s'il est dans un refus total (quitte à mettre une mauvaise note d'oral).
- ne dites pas les connaître mieux qu'eux-mêmes (« ce dont tu as besoin pour bien travailler, c'est un crayon, une feuille et du silence »).
- évitez de les ramener à leur condition d'« adulte non-fini » (« aujourd'hui vous ne tenez pas en place, mais quand vous serez grands vous aurez envie de stabilité »).

- faites en sorte de ne pas montrer de préférences ; offrez autant d'énergie, de temps et de bienveillance à chacun.

Position personnelle :

- tenez toujours parole.
- évitez les décisions injustes, favorisant certains élèves plutôt que d'autres.
- autorisez-vous à ne pas avoir réponse à tout, reconnaissez avoir tort face à un élève quand c'est objectivement le cas.

Avec vos collègues :

Évitez de parler ensemble des mauvais élèves en les stigmatisant, et en les diagnostiquant irrécupérables. Si vous avez besoin d'extérioriser à quel point ils vous énervent, préférez le faire auprès de personnes extérieures, pour ne pas entretenir une culture unique hostile envers eux. N'évoquez ensemble les cas difficiles que dans une recherche sincère de solutions.

Phobie scolaire :

Comment réagir en tant qu'enseignant si vous suspectez une phobie scolaire chez un de vos élèves ?

- Il est important de ne pas encourager un décrochage lorsqu'il est évitable (parfois il ne l'est pas), ainsi employer le terme de « phobie scolaire » devant lui n'est pas forcément judicieux ;
 - Si vous avez une bonne relation avec lui, vous pouvez lui en parler directement, vous pouvez vous aider du questionnaire fourni pour lui poser des questions en fonction de ce que vous percevez. Redirigez assez vite le jeune vers une personne neutre, et assurez-vous que la confiance se construit entre les deux.
 - Si vous n'avez pas une bonne relation avec lui, permettez à une personne neutre d'entrer en contact. Passez par la direction de l'établissement, et si besoin par les parents.
 - S'il a beaucoup d'absences, ou une longue absence, désamorcez les interrogations des autres tout en les aidant à se positionner de façon empathique, et sans donner de détails personnels. Attention à éviter l'effet boule de neige : parfois un décrochage « autorise » d'autres élèves à décrocher aussi. Un discours efficace et sain peut être par exemple : « Sarah ne vient plus en cours parce que ça lui coûte beaucoup d'énergie cette année et elle a besoin d'une pause. On va essayer de l'aider à ne pas rater son année à cause de ça, ce serait dommage qu'elle redouble. »
- S'il y a eu des harcèlements contre le jeune qui décroche, ils continueront sur les réseaux. Vous ne pouvez pas faire grand-chose contre ça.