MÉDECINE GÉNÉRALE & PSYCHIATRIE 37

NEWSLETTER
Octobre 2026 N°32

# Le refus scolaire anxieux

*Dr Xavier ANGIBAULT, Centre Oreste (Centre hospitalier du chinonais)*
*Temps de lecture : 5min*

***Douleurs abdominales les matins avant d'aller à l'école, insomnies les veilles de contrôle, absences « justifiées » qui se répètent : ces enfants et adolescents arrivent d'abord dans votre cabinet. Les parents demandent souvent un certificat pour justifier les absences. Votre réponse à ce moment-là pèse lourd sur la suite.***

## De quoi parle-t-on ?

On ne dit plus « phobie scolaire » : le terme était trop restrictif et désignait l'école comme seul objet de la peur. Le **refus scolaire anxieux (RSA)** décrit, selon Ajuriaguerra, des enfants et adolescents 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 ».

### Les chiffres clés

- 1 à 5 % des élèves en âge scolaire
- 5 % à 7% des consultations en pédopsychiatrie (en augmentation depuis le COVID)
- 3 pics de fréquence : 5-6 ans, 10-11 ans, 13-15 ans, soit les grandes transitions scolaires (CP, entrée au collège, entrée au lycée)

Le tableau clinique est hétérogène. Holzer et Halfon (2006) distinguent quatre formes : anxiété de séparation, phobie sociale, phobie simple liée à l'école et anxiodépressive la plus fréquente. On pourrait en ajouter une 5ème : l'adolescent "en panne".

#### Comment repérer le RSA en consultation ?

#### Le début peut être :

- **Progressif** : absentéisme perlé, souvent justifié, qui s'aggrave insidieusement parfois sur plusieurs années. Cibles de prédilection : cours d'EPS, périodes de contrôles, oraux. Attention aux absences répétées de fin d'année.
- **Brutal** : absentéisme massif, souvent à la rentrée après des vacances, parfois après un déclencheur (déménagement, changement d'établissement, deuil ou maladie d'un proche).

### Les signes d'appel :

- Plaintes somatiques répétées (douleurs abdominales, céphalées, vomissements), jusqu'aux attaques de panique
- Ruminations et troubles du sommeil la veille de l'école
- Opposition, colères, agitation, voire menaces suicidaires si insistance
- Signes dépressifs : tristesse, repli, perte de plaisir, dévalorisation
- Investissement scolaire parfois conservé au début, ce qui retarde le diagnostic

**Attention aux écrans de fumée.** Un conflit avec un professeur ou un événement présenté comme traumatique peut masquer le trouble anxieux sous-jacent.

### Le rôle du médecin généraliste

Vous êtes souvent le premier, et le plus légitime, pour poser le diagnostic et faire le lien entre la famille, l'école et les soins.

- **Poser le diagnostic.** Le RSA n'est pas un diagnostic du DSM-5 ; il repose sur un faisceau d'arguments (Objectiver l'absentéisme, éliminer une cause somatique et dépister les comorbidités).
- **Expliquer le RSA** à l'enfant et aux parents. Cette étape soulage souvent beaucoup et conditionne l'adhésion aux soins :
  - Nommer le trouble
  - Déculpabiliser
  - Expliquer le cercle vicieux de l'évitement
  - Fixer un objectif réaliste
  - Donner des conseils concrets aux parents
  - Annoncer le temps nécessaire
- **Orienter et coordonner les soins.** Vous restez le référent médical tout au long de la prise en charge.
- **Faire le lien avec l'établissement scolaire.** Le médecin traitant est légitime pour faire ce lien, avec l'accord de la famille.

#### Pourquoi éviter la dispense de scolarité ?

Chaque jour d'absence rend le retour plus difficile. La dispense soulage sur le moment mais renforce l'évitement, isole l'adolescent de ses pairs et installe le trouble dans la durée. Tout ce qui favorise la présence en classe, même partielle, est préférable.
Si un certificat de dispense vous est demandé, il vaut mieux rédiger un certificat posant le diagnostic de Refus Scolaire Anxieux et attestant la nécessité d'aménagements scolaires.

En résumé

| Action | Recommandé ? |
|---|---|
| Examen clinique, bilan guidé par la clinique | Oui |
| Certificat de dispense scolaire | Non |
| Lien avec l'établissement scolaire et demande d'aménagements | Oui |
| Orientation psychologue / CMP / pédopsychiatre | Oui, tôt |
| Médicament en première intention | Non |

#### Vers qui orienter en Indre-et-Loire ?

Le Centre Oreste (Centre Hospitalier du Chinonais) accueille en ambulatoire les adolescents de 14 à 18 ans du département. Il dispose d'une équipe dédiée au RSA : l'Équipe d'Accompagnement Soins et Études (EASE), qui associe trois dimensions.

- **Soins** : suivi individuel et groupes thérapeutiques, dont deux groupes spécialisés sur le RSA.
- **Accompagnement** : visites à domicile, accompagnement physique vers le centre et vers l'établissement scolaire.
- **Pédagogie** : cours en petit groupe (6 adolescents maximum) avec une enseignante spécialisée et six enseignants, pour reprendre contact avec la scolarité.

## A retenir :

- **Le RSA touche 1 à 5 % des élèves, avec des pics aux transitions scolaires.**
- **Plaintes somatiques répétées les jours d'école + absences perlées = y penser.**
- **Pas de certificat de dispense : l'évitement entretient le trouble.**
- **La mise en place d'aménagements via un PAI favorise le maintien en classe.**
- **Orienter tôt vers les soins**

**N'hésitez pas à nous solliciter pour discuter d'une situation.**

Pour en savoir plus, retrouvez la présentation complète sur notre site internet ou en scannant ce QR code

**Pour aller plus loin – Bibliographie**


- Di Vincenzo C., Pontillo M., Bellantoni D. et al. School refusal behavior in children and adolescents: a five-year narrative review of clinical significance and psychopathological profiles. Italian Journal of Pediatrics, 2024;50:107. doi:10.1186/s13052-024-01667-0
- Heyne D., Gren-Landell M., Melvin G., Gentle-Genitty C. Differentiation between school attendance problems: why and how? Cognitive and Behavioral Practice, 2019;26(1):8-34. Lien
- Elliott J.G., Place M. Practitioner Review: School refusal: developments in conceptualisation and treatment since 2000. Journal of Child Psychology and Psychiatry, 2019;60(1):4-15. Lien
- Maynard B.R., Heyne D., Brendel K.E. et al. Treatment for school refusal among children and adolescents: a systematic review and meta-analysis. Research on Social Work Practice, 2018;28(1):56-67. doi:10.1177/1049731515598619
- Holzer L., Halfon O. Le refus scolaire. Archives de Pédiatrie, 2006.
- Ajuriaguerra J. de. Manuel de psychiatrie de l'enfant. Masson, 1974.

**Prochaine soirée thématique**

**La télé-expertise en psychiatrie pour tous les âges**

**Mercredi 09/12/2026 à 20h**

**Retrouvez le replay en scannant le QR code ou sur notre site internet**

**Blandine GRISON, MGPSY 36, invitée Bip INFO du jeudi 15 octobre 2026**

Retrouvez toutes nos newsletters sur notre site internet

https://medecinegeneralepsychiatrie37.fr/