

La phobie scolaire - 1/1

Cette vraie phobie est peu connue par les parents et par les enfants, c'est pourquoi, en étant moi-même "victime", j'ai choisi d'en faire le sujet de mon premier article, dans lequel certains se reconnaîtront peut-être...

Qu'est-ce que la phobie scolaire ?

C'est une vraie phobie liée à la scolarité. Elle touche généralement les garçons mais aussi parfois les filles, le plus souvent à l'adolescence mais cela peut aussi atteindre de jeunes enfants ou même des étudiants.

Quelles sont les caractéristiques de cette phobie ?

Le phobique ressent une angoisse terrible et irraisonnée liée à l'établissement (école, collège, lycée, FAC) et à l'environnement scolaire.

Les raisons de cette angoisse ne sont pas toujours les mêmes, ça dépend des individus, mais c'est le plus souvent une peur excessive du jugement des gens, des professeurs et surtout des autres élèves.

Cela peut aussi être la peur de se détacher des parents : lors de l'entrée en 6ème car l'enfant doit être plus indépendant, ou suite à un décès, l'enfant prend conscience qu'il peut perdre ses parents...

Comment cela se manifeste-t-il ?

Encore une fois ça dépend. Chez certaines personnes cela peut-être des nausées, des migraines, ou bien le coeur qui bat de plus en plus vite rien qu'en pensant au collège, des sueurs froides... D'autres vont faire des insomnies tant l'idée d'aller en cours le lendemain les angoisse... C'est parfois éprouvant physiquement mais ça l'est avant tout moralement.

Quelles peuvent être les conséquences ?

Si ça s'éternise cela peut devenir grave : associabilité, déscolarisation totale et donc conséquences sur l'avenir...

Comment guérit-on de la phobie scolaire ?

La phobie scolaire n'est pas elle-même une maladie mais un symptôme : c'est un symptôme de dépression. C'est pour ça qu'il faut consulter un psychiatre pour en connaître les causes puis petit à petit reprendre le bon chemin...