Refus scolaire anxieux : les démarches et un modèle de courrier

Cette fiche s'adresse aux parents d'un enfant qui ne parvient plus à aller à l'école alors qu'il le voudrait, situation souvent appelée phobie scolaire. Elle donne les démarches dans l'ordre, ce que dit la loi sur les absences, les aides prévues et un modèle de courrier à l'établissement.

Les signes qui doivent alerter

- **Progressivement** : des absences perlées, souvent justifiées, avec des symptômes physiques ; des absences ciblées en EPS, aux évaluations, aux oraux.
- **Brutalement** : une absence massive, souvent au retour des vacances, parfois après un événement (déménagement, changement d'établissement, maladie ou décès d'un proche).
- **Les plaintes du matin** : maux de ventre, maux de tête, troubles du sommeil, crises de panique, « insomnie du dimanche soir ».

Des propos directs ou indirects sur l'intention de se suicider, le désespoir, le sentiment d'impasse ou le retrait des liens n'attendent pas : 15 ou 3114, sans attendre un rendez-vous. Le 3114 est joignable 24 h sur 24, 7 jours sur 7, gratuitement, et répond aussi aux proches.

Que faire, dans l'ordre

Aucun texte ne fixe de calendrier de soins, et chaque enfant avance à son rythme.

La première semaine

- [ ] **Demander les premiers aménagements à l'école** : certains peuvent être mis en place dès les premiers signaux repérés.
- [ ] **Voir le médecin traitant**, souvent en première ligne : il peut orienter vers un psychologue ou un psychiatre.
- [ ] **Prévenir l'établissement du motif de l'absence, sans délai** (article L. 131-8 du code de l'éducation).
- [ ] **Alerter l'équipe ressource** (médecin, infirmier et psychologue de l'Éducation nationale, assistant de service social), avec une demande d'avis du médecin de l'Éducation nationale : les parents peuvent eux-mêmes alerter.
- [ ] **Parler avec l'enfant avant de décider pour lui** : « rien n'est possible sans l'adhésion de l'élève ».
- [ ] **Garder le lien avec la classe** : dans le cadre d'un PAI, la circulaire de 2021 en charge les personnels de l'école, notamment pour la transmission des documents pédagogiques.

Au bout d'un mois

- [ ] **Faire élaborer le projet d'accueil individualisé (PAI)** : à la demande de la famille ou avec son accord, révisable à tout moment à sa demande. Le guide veut un retour progressif annoncé dès le début.
- [ ] **Faire démarrer le soin** : le guide juge « indispensable » un suivi médical en parallèle de l'accompagnement à l'école.

Au bout d'un trimestre

Un projet d'APADHE (voir plus bas) est établi, en général, pour deux à trois mois ; son renouvellement suit un nouvel avis médical. Si le retour en classe reste impossible : le Cned (le ministère recommande la version partielle), l'instruction en famille pour raison de santé, les soins-études si une hospitalisation est nécessaire, ou un changement d'établissement.

Les absences : ce que dit la loi

- L'article L. 131-8 demande aux parents de faire connaître « sans délai » au directeur le motif de chaque absence. La maladie de l'enfant figure parmi les seuls motifs « réputés légitimes ».
- Lorsque les motifs n'ont pas été donnés, ou après au moins quatre demi-journées dans le mois « sans motif légitime ni excuses valables », le directeur saisit l'académie, qui adresse un avertissement aux parents.

Les aides et dispositifs

- **Le PAI** : la circulaire de 2021 l'ouvre aux « troubles scolaires anxieux ». Le guide cite un emploi du temps aménagé, des arrivées décalées, un lieu d'accueil dédié, la possibilité de sortir de classe.
- **L'accompagnement pédagogique à domicile, à l'hôpital ou à l'école (APADHE)** : possible pour un élève dont la scolarité risque d'être interrompue au moins deux semaines consécutives hors vacances. La famille la demande au directeur académique, par l'enseignant coordonnateur ; les éléments médicaux vont au médecin de l'Éducation nationale sous pli confidentiel.
- **Le Cned** : une scolarité complète (3 à 16 ans) suppose d'abord une autorisation d'instruction en famille, dont l'état de santé est le premier motif (article L. 131-5), avec un certificat médical de moins d'un an sous pli fermé.
- **Les soins-études** : pour une hospitalisation, la Fondation Santé des Étudiants de France accueille les 10-25 ans en clinique, où la scolarité continue.

Qui contacter

- **Selon l'Assurance maladie** : le médecin traitant ; Mon soutien psy, dès 3 ans ; le centre médico-psychologique (CMP) ; le CMPP, jusqu'à 20 ans ; la Maison des adolescents, à partir de 11-12 ans, gratuitement et sans rendez-vous ; les modalités varient d'une maison à l'autre.

Modèle de courrier à l'établissement

MODÈLE DE COURRIER

Prénom et nom du parent, coordonnées

Nom de l'établissement, à l'attention de *Madame, Monsieur le directeur ou la directrice*

Lieu, le *date*

Objet : situation de *prénom de l'enfant*, classe de *classe*, et demande de rendez-vous

Madame, Monsieur,

Je vous informe que *prénom de l'enfant* ne parvient plus à se rendre à l'école depuis le *date*. Conformément à l'article L. 131-8 du code de l'éducation, je vous fais connaître le motif de ces absences : sa santé.

Je vous demande d'alerter l'équipe ressource de l'établissement, avec une demande d'avis du médecin de l'Éducation nationale, et de m'accorder un rendez-vous avec vous et ses membres, afin d'aborder l'élaboration d'un projet d'accueil individualisé (PAI).

Je vous remercie de me répondre par écrit, en confirmant la date du rendez-vous. Je suis disponible *disponibilités*.

Je vous prie d'agréer, Madame, Monsieur, l'expression de mes salutations distinguées.

Signature

Sources

- DGESCO : Guide de bonnes pratiques APADHE, version octobre 2024

- Circulaire sur le projet d'accueil individualisé, BO n° 9 du 4 mars 2021
- Code de l'éducation, article L. 131-8 (absences et assiduité, version du 2 septembre 2019)
- Code de l'éducation, article L. 131-5
- Ameli : Souffrance psychique : se faire aider (15 juillet 2026)
- 3114 : numéro national de prévention du suicide, piloté par le ministère chargé de la santé

Résumé du dossier complet, qui date chaque source : amis-ecoles-democratiques.org/ressources/phobie-scolaire. Il ne remplace ni la réponse de l'administration ni l'avis d'un professionnel. L'association ne scolarise pas d'enfants.