

Gdy moje dziecko odmawia chodzenia do szkoły?



Wstęp

Odmowa chodzenia do szkoły jest poważnym problemem społecznym, psychologicznym, w którego rozwiązanie (lub podtrzymanie) zaangażowanych jest wiele osób – samo dziecko, rodzice, personel szkoły, pracownicy społeczni, lekarze.

Odmowa chodzenia do szkoły może wiązać się z koniecznością rozpoznania i leczenia wielu zaburzeń natury psychicznej, najczęściej problemów lękowych i depresji. W przypadku leczenia, terapii dzieci czy nastolatków niechodzących do szkoły musimy leczyć się z nawracaniem i przewlekłością tego problemu.

Czym jest odmowa chodzenia do szkoły?

O odmowie chodzenia do szkoły mówimy wtedy, gdy dziecko odmawia uczęszczania do szkoły lub ma trudności, by pozostać w klasie przez wszystkie lekcje, bez względu na przyczynę.

Zjawisko to bardzo często towarzyszy zaburzeniom lekowym, zaburzeniom zachowania, zaburzeniom nastroju (w tym depresji), uzależnieniom, mobbingowi w szkole i nieradzeniu sobie z wymaganiami otoczenia. Nie są to wszystkie możliwe zaburzenia i trudności w przebiegu, których dzieci i nastolatki odmawiają chodzenia do szkoły, czasem nie można postawić żadnej diagnozy.

Rozpatrując czemu dziecko odmawia chodzenia do szkoły, należy badać powody tego stanu, **zyski** z pozostawania w domu lub poza szkołą, ale także trudności (**straty**) z powrotu do szkoły.

Co powoduje chęć odmowy chodzenia do szkoły?

1. Unikanie szkoły jako miejsca, które prowokuje pojawienie się lub nasilenie negatywnych emocji – jest to powód odmowy charakterystyczny dla młodszych dzieci, które mają trudność z konkretną odpowiedzią na to, co je w szkole stresuje. To co może wzbudzać przykre emocje może wiązać się np. ze zmianą drogi do szkoły, ze zmianą sali w trakcie przerwy, w związku z zajęciami poza klasą, czy wyjście na basen.
2. Unikanie konkretnych sytuacji w szkole, związanych przede wszystkim z relacjami społecznymi lub koniecznością bycia ocenionym – jest to przyczyna bardziej charakterystyczna dla starszych dzieci oraz nastolatków. Typowym problemem tej grupy dzieci są trudności w nawiązywaniu i podtrzymywaniu relacji z rówieśnikami lub dorosłymi.
3. Odmowa chodzenia do szkoły jest sposobem przyciągnięcia uwagi ważnych i znaczących osób – jest to typowy problem dla najmłodszych dzieci, które wolą pozostać z rodzicami lub ważnymi osobami w domu, niż chodzić do szkoły. W tej grupie dzieci częste skargi dotyczą porannych trudności z wyjściem do szkoły, włączając w to wybuchy złości, awantury, odmowę wstania z łóżka czy ucieczkę do domu podczas drogi do szkoły.
4. Chęć przebywania z osobami spoza rodziny (np. rówieśnikami) lub chęć, by miło spędzić czas – ta przyczyną unikania szkoły cechuje starszych nastolatków, które chcą spędzać czas poza domem i szkołą z grupą rówieśniczą. W tej grupie dzieci dodatkowym problemem może być wagarowanie i eksperymentowanie ze środkami psychoaktywnymi.

Co może zaniepokoić?



1. Częste narzekanie na konieczność chodzenia do szkoły.
2. Częste spóźnianie się lub nieusprawiedliwione nieobecności.
3. Nieobecność w szkole, którą można powiązać z terminami sprawdzianów czy wystąpień na forum grupy.
4. Częste prośby o zwolnienie z lekcji do domu, wizyty u pielęgniarki szkolnej, liczne skargi na objawy somatyczne (np. bóle głowy, bóle brzucha).
5. Martwienie się o rodziców w czasie pobytu w szkole, nasilenie lęku w momencie, gdy np. kilka minut się spóźniają.
6. W przypadku młodszych dzieci płacz, że chciałyby już wracać do domu.

Zauważenie przytoczonych symptomów wydaje się sygnałem alarmowym, który powinien skłonić nas do interwencji. Odmowa chodzenia do szkoły może mieć poważne konsekwencje. Może bowiem wiązać się z:

1. Brakiem postępów w nauce i w konsekwencji z osiągnięciem wykształcenia znacznie poniżej możliwości. Może to negatywnie wpłynąć na jakość całego dorosłego życia, łącznie z gorszym statusem ekonomicznym.
2. Pogorszeniem relacji społecznych, izolacją od rówieśników.
3. Nasilenie konfliktu z rodzicami.
4. Ryzykiem pojawienia się zaburzeń psychicznych lub emocjonalnych w dorosłym życiu.



Wskazówki dla rodziców dzieci odmawiających chodzenia do szkoły:

1. Jeśli to tylko możliwe, dziecko powinno pozostać w szkole. Unikanie chodzenia do szkoły raczej wzmacnia lęk, niż go pokonuje.
2. Nie zaleca się odsyłania dziecka do domu. W przypadku, gdy dziecko uskarża się na dolegliwości fizyczne pozbawione podstaw medycznych, nie zaleca się ani wyrażania zgody na długie przebywanie u pielęgniarki szkolnej, pedagoga, psychologa szkolnego, ani wzywania rodziców do szkoły w celu odebrania dziecka.
3. Jeśli dziecko zgłasza odmowę pójścia do szkoły wskazując na dolegliwości fizyczne (np. bóle głowy, bóle brzucha) konieczna jest wizyta lekarska. Należy zwrócić uwagę czy dolegliwości ustępują w trakcie weekendu, wolnych dni od szkoły czy w okresie świąt.
4. Im dłużej dziecko nie chodzi do szkoły, tym trudniej będzie mu do niej wrócić. Dlatego przyzwolenie na to, żeby dziecko nie chodziło do szkoły czy też kierowanie go na nauczanie indywidualne, zazwyczaj nasila problem.
5. Dziecko (nastolatek) powinien czerpać jak najmniej korzyści z niechodzenia do szkoły. Warto zrobić listę wszelkich korzyści (nagród) czerpanych z tej sytuacji (np. oglądanie telewizji, zajmowanie się swoim hobby, granie na komputerze, zabawa, czas z przyjaciółmi) i starać się ograniczać do nich dostęp.
6. Do jednych z najwcześniejszych interwencji mogących zapobiec odmowie chodzenia do szkoły należy ignorowanie zachowań powiązanych z niechęcią chodzenia do szkoły (np. narzekanie, płkanie, jęczenie), a wzmacnianie (np. przez chwalenie czy nagradzanie) tego, że dziecko idzie do szkoły i w niej zostaje.

7. Rodzice mogą wspomóc dziecku w chodzeniu do szkoły przez monitorowanie prac domowych (pomaganie w razie trudności), a także ograniczenie nocnych aktywności (telewizja, gry komputerowe).
8. Konieczne jest codzienne monitorowanie obecności dziecka czy nastolatka w szkole. Rodzice powinni ustalić z wychowawcą sposób przekazywania informacji.
9. Warto spotkać się z wychowawcą, pedagogiem, psychologiem szkolnym, aby dokładnie omówić, jakiego rodzaju wsparcia oczekujemy od szkolnego personelu i jakie wsparcie szkoła może zaproponować dziecku. Bardzo ważna jest ścisła współpraca między szkołą a rodzicami, realne stawianie oczekiwań i wymagań, wspólne poszukiwanie rozwiązań dla dobra dziecka.
10. Niektórym dzieciom czy nastolatkom w dotarciu do szkoły pomaga umówienie się na wspólne chodzenie do szkoły z przyjacielem lub grupą przyjaciół.
11. Warto skorygować własną postawę wychowawczą, czy jako rodzic nie wykazuje nadmiernego zaangażowania emocjonalnego w wychowanie dziecka? Np. rodzic nie wykazuje stanowczej postawy w obawie przed odrzuceniem ze strony dziecka lub rodzic czuje się lepiej jak dziecko jest w pobliżu albo etykietuje dziecko jako bardziej wrażliwe niż inne, które nie poradzi sobie w szkole.
12. Warto zwrócić uwagę jak ja jako rodzic radzę sobie z lękiem, czy w sytuacji trudnej, stresującej nie modeluje zachowania polegającego na unikaniu trudności.
13. Rzadko zmiana szkoły rozwiązuje problem. Nawet gdy ważną rolę w zachowaniu dziecka odgrywają czynniki związane ze szkołą (np. przemoc), należy wypróbować szanse przezwyciężenia problemów na terenie szkoły i nie dokonywać jej zmiany.
14. W przypadku nasilenia objawów, poczucia, że sytuacja wymyka się spod kontroli należy udać się na konsultację psychologiczną lub psychiatryczną celem rozpoznania czy odmowa chodzenia do szkoły nie wiąże się z doświadczaniem zaburzeń lękowych, depresyjnych lub innych trudności natury emocjonalnej.

Prawdopodobieństwo powodzenia jest większe, gdy dziecko jest młodsze, objawy mniej nasilone, a interwencja następuje wkrótce po wystąpieniu problemu.

Opracowała Grażyna Dąbrowska – psycholog szkolny



Źródło: Artur Kołakowski, „Odmowa chodzenia do szkoły”, w: Marta Jerzak (red.) „Zaburzenia psychiczne i rozwojowe a szkolna rzeczywistość”.