

CZY MOJE DZIECKO MA FOBIE Ś SZKOLNĄ?



Fobia szkolna jest irracjonalnym lękiem przed szkołą lub sytuacją szkolną. Jest to rodzaj nerwicy mającej podłoże sytuacyjne. Określenie to jest często wykorzystywane w odniesieniu do dzieci, które rano przed pójściem do szkoły, przejawiają silne objawy lękowe, a także

zgłaszają liczne skargi o charakterze somatycznym typu: bóle brzucha i głowy, nudności, wymioty, gorączka lub stany podgorączkowe, omdlenia, wysypki, częste infekcje. **Charakterystyczne bywa** odczuwanie objawów od niedzieli wieczorem do piątku rano, a ich zanik w okresie kiedy dziecko nie idzie do szkoły (np. weekendy, ferie, święta, wakacje).

To właśnie **odmowa chodzenia do szkoły** jest wyraźnym sygnałem, że nasze dziecko potrzebuje pomocy. Ważne jest w tej sytuacji odróżnienie chęci „wagarowania” od fobii.

Jakie są przyczyny fobii szkolnej?

Przyczyny związane z dzieckiem:

- Cechy charakteru i osobowości np. nieśmiałość, lęklivość, niskie poczucie własnej wartości,
- Wada wymowy,
- Zez,
- Niepełnosprawność,
- Choroba,

- Problemy natury emocjonalnej.

Przyczyny związane ze środowiskiem rodzinnym:

- Zaburzone więzi w rodzinie (problemy w komunikacji między rodzicami, wzajemna niechęć domowników, przemoc fizyczna i psychiczna, brak kochającej się, wspierającej i stabilnej rodziny),
- Nadmierne wymagania i ambicje względem dziecka,
- Nadopiekuńczość ze strony rodziców,
- Postawa rodziców nacechowana licznymi obawami dotyczącymi możliwych zagrożeń płynących ze świata zewnętrznego.

Przyczyny związane ze środowiskiem szkolnym:

- Trudności adaptacyjne,
- Niepowodzenia, trudności w nauce,
- Przemoc fizyczna i psychiczna ze strony rówieśników,
- Konflikty, brak akceptacji i odrzucenie przez grupę rówieśniczą,
- Obawa przed wyśmianiem czy też porażką,
- Postawa nauczyciela (przewaga wzmocnień negatywnych nad pozytywnymi, nadmierna krytyka).

Jakie są psychospołeczne konsekwencje fobii szkolnej?

- Nieufność względem innych ludzi,
- Dziecko nieśmiałe, zamknięte w sobie, wycofane,
- Skłonność do nadmiernego perfekcjonizmu,
- Nadmierny lęk i irracjonalne poczucie zagrożenia względem pojawiających się sytuacji życiowych.

W konsekwencji długotrwała fobia szkolna dezorganizuje normalny przebieg edukacji dziecka, psychospołeczny rozwój dziecka i prawidłowe funkcjonowanie rodziny.

Przy podejrzeniu pojawienia się fobii szkolnej nie można czekać aż „samo przejdzie”, bagatelizować problemu czy krzyczeć na dziecko. Konieczna jest **specjalistyczna pomoc psychologiczna** i leczenie.

Gdzie szukać pomocy:

- Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna Nr 1 i Nr 2,
- Specjalistyczna Poradnia Psychologiczno – Pedagogiczna dla Dzieci i Młodzieży z Zaburzeniami Emocjonalnymi,
- Samodzielny Publiczny Dziecięcy Szpital Kliniczny, Poradnia Zdrowia Psychicznego dla Dzieci.

Bibliografia:

- T. Wolańczyk, J. Komender „Zaburzenia emocjonalne i behawioralne u dzieci”
- I. Derezińska, M. Gajdzik „Dziecko z zaburzeniami lękowymi w szkole i przedszkolu”.

Biblioteka Rodzica:

- G. Ramera „Mamo, boję się szkoły”,
- E. Zubrzycka „Dobre i złe sekrety”,
- D. Skwark „Szkoła jest naprawdę super”.

Psycholog

Bożena Katarzyna Gruźdź