

Η σχολική άρνηση/φοβία: Η πρόληψη και η αντιμετώπισή της



Το νέο σχολικό έτος ξεκινά, με τα «πρωτάκια» να αντιμετωπίζουν τη μεγαλύτερη μετάβαση στην έως τώρα ζωή τους. Το παιδί αποχωρίζεται για πρώτη φορά το οικείο και γνώριμο προσχολικό και οικογενειακό περιβάλλον, καθώς αντιμετωπίζει ένα νέο περιβάλλον με καινούριους ανθρώπους, με άγνωστα παιδιά και ανεξερεύνητους χώρους. Σιγά σιγά γνωρίζει τον κόσμο της ανεξαρτησίας και της αυτονομίας. Όμως, πόσο εύκολα ένα παιδί καταφέρνει να ενταχθεί και να ενσωματωθεί επιτυχώς στο νέο αυτό πλαίσιο;

Είναι γεγονός ότι ένα μικρό ποσοστό παιδιών (περίπου 4%-5%) (Pilkington & Piersel, 2006· Chitiyo & Wheeler, 2006) παρουσιάζει συμπτώματα σχολικής φοβίας/άρνησης κατά τις πρώτες ημέρες στο σχολείο. Η σχολική φοβία ορίζεται ως «η διστακτικότητα ή άρνηση του παιδιού να πάει στο σχολείο, εξαιτίας άγχους που σχετίζεται με

το σχολικό περιβάλλον ή με τον αποχωρισμό από τη μητέρα του» (Χουντουμάδη & Πατεράκη, 2008). Συχνά συνδέεται με το γεγονός ότι το παιδί εντάσσεται σε ένα εντελώς διαφορετικό περιβάλλον από αυτό της προσχολικής εκπαίδευσης και του σπιτιού του. Ένα περιβάλλον χωρίς παιχνίδια, αλλά γεμάτο με θρανία και καρέκλες και άγνωστους ανθρώπους που καλούνται να του διδάξουν έναν καινούριο ρόλο: το ρόλο του μαθητή που γράφει, προσθέτει και διαβάζει. Το ρόλο του μαθητή που ανταποκρίνεται σε ομαδικές εντολές με συνέπεια και ακρίβεια. Για κάποια παιδιά, λοιπόν, το νέο τους πρόγραμμα και οι καινούριες απαιτήσεις δημιουργούν άρνηση –φόβο– και αγωνία.

Για την αντιμετώπιση των δυσκολιών αυτών, οι γονείς μπορούν να ακολουθήσουν ορισμένα βήματα, που θα τους βοηθήσουν να προετοιμάσουν τα παιδιά τους για την επερχόμενη αλλαγή.



α) Πρωτογενής Πρόληψη:

Στο στάδιο αυτό το παιδί δεν έχει παρουσιάσει ακόμη συμπτώματα σχολικής φοβίας. Είναι η περίοδος της προετοιμασίας και της ευαισθητοποίησης των παιδιών για την επικείμενη αλλαγή.

Οι γονείς επιλέγουν το σχολείο του παιδιού τους (ιδιωτικό ή δημόσιο) σύμφωνα με τις δικές τους ανάγκες και τα δικά τους κριτήρια. Στη συνέχεια μιλούν, συζητούν, ζωγραφίζουν και παίζουν με τα παιδιά τους παιχνίδια που σχετίζονται με το σχολείο. Δηλαδή, προετοιμάζουν, με φιλικά προς το παιδί μέσα, το ξεκίνημά του στο νέο σχολείο και δημιουργούν μια συναισθηματική πρόσβαση του παιδιού στο καινούριο περιβάλλον.

Έπειτα, λίγο καιρό πριν από την έναρξη των μαθημάτων, ξεκινούν την προετοιμασία του παιδιού, αγοράζοντας μαζί τον απαραίτητο σχολικό εξοπλισμό και ετοιμάζοντας από κοινού τη σχολική τσάντα με τα βιβλία, τα τετράδια και τα υπόλοιπα υλικά.

Στη συνέχεια, επισκέπτονται το σχολείο μαζί με το παιδί τους και εξερευνούν το χώρο. Το παιδί έρχεται έτσι σε επαφή με τις τάξεις, τη σχολική αυλή, το σχολικό λεωφορείο, την καντίνα και το γραφείο του διευθυντή και των δασκάλων. Πολύ συχνά, κάποια παιδιά χρειάζονται παραπάνω από μία επίσκεψη, προκειμένου να επιτευχθεί η εξοικείωσή τους με τον καινούριο χώρο.

Ένα καλά οργανωμένο σχολείο (δημόσιο και ιδιωτικό) καλό είναι να υποδέχεται τα παιδιά μαζί με τους γονείς τους μερικές ημέρες πριν από την επίσημη έναρξη των μαθημάτων, για να γνωρίσουν τους εκπαιδευτικούς και τους συμμαθητές τους. Με τον τρόπο αυτόν απαλούνται οι φόβοι του παιδιού για το νέο σχολείο.

B) Δευτερογενής Πρόληψη:

Σε κάποιες περιπτώσεις –παρ' όλη την καλή πρωτογενή προετοιμασία από τους γονείς του– το παιδί παρουσιάζει συμπτώματα σχολικής άρνησης. Αρνείται να πάει στο σχολείο, κλαίει και θυμώνει όταν οι γονείς του το αφήνουν στο σχολείο (ή στο σχολικό) και αδυνατεί να συνεργαστεί με τη δασκάλα/το δάσκαλο και να ενσωματωθεί στην ομάδα. Στο πλαίσιο αυτό, είναι σημαντικό οι γονείς να συνεργαστούν με τον/την εκπαιδευτικό και να ακολουθήσουν μια κοινή πολιτική ως προς την επαφή του παιδιού με το σχολείο:

- Είμαστε συναισθηματικά έτοιμοι να αφήσουμε το παιδί μας να αυτονομηθεί και να ανεξαρτητοποιηθεί. Πολλές φορές, οι ίδιοι οι γονείς χρειάζονται ένα διάστημα προσαρμογής, προκειμένου να συνειδητοποιήσουν ότι το παιδί τους θα φύγει από το σπίτι και θα αποκτήσει μια καινούρια κοινωνική ζωή (Pilkington & Piersel, 2006).
- Ενισχύουμε συναισθηματικά το παιδί (*είμαι σίγουρος/η πως θα τα καταφέρεις, είσαι πολύ δυνατός/ή, μπράβο σου που έμεινες όλη τη μέρα στο σχολείο, είμαι πολύ περήφανος/περήφανη για σένα κ.ά.*).
- Αποφεύγουμε να μεταφέρουμε το άγχος μας για τις μαθησιακές επιδόσεις του παιδιού μας, καθώς αυτό θα δυσκόλευε ιδιαίτερα την προσαρμογή του στον νέο του ρόλο.
- Κρατάμε σταθερό καθημερινό πρόγραμμα, προκειμένου να μπορέσει το παιδί να συνηθίσει την καινούρια του καθημερινότητα (σταθερές ώρες ύπνου, φαγητού, παιχνιδιού, μελέτης).
- Προτιμούμε το παιδί (όταν αυτό είναι δυνατό) να φτάνει στο σχολείο με το σχολικό και όχι με ίδιον μέσον. Όταν οι γονείς αποχαιρετούν το παιδί μέσα στο χώρο του σχολείου, ο αποχωρισμός είναι δυσκολότερος και η άρνηση του παιδιού να συνεργαστεί διαρκεί περισσότερο.
- Δεν κρατάμε στο σπίτι το παιδί που αρνείται να πάει στο σχολείο, διότι έτσι καθυστερούμε/αναστέλλουμε την προσαρμογή του και διαταράσσουμε τη σταθερότητα στο ημερήσιο πρόγραμμά του.
- Αποφεύγουμε να μεταδώσουμε στο παιδί τη δική μας αγωνία για την έκβαση της ημέρας στο σχολείο (*πώς πέρασες σήμερα; έπαιξες σήμερα; έκλαψες σήμερα; ήσουν το μόνο παιδάκι που έκλαιγε;*), ωστόσο επικοινωνούμε με το προσωπικό του σχολείου για να μας ενημερώσει.

- Εμπιστευόμαστε το παιδί μας ότι θα τα καταφέρει και το ενθαρρύνουμε δίνοντάς του χρόνο για να προσαρμοστεί.

Τις περισσότερες φορές τα παιδιά καταφέρνουν να προσαρμοστούν με επιτυχία στο νέο σχολικό περιβάλλον και να φέρουν εις πέρας τον καινούριο ρόλο του/της μαθητή/τριας. Πολύ συχνά, έπειτα από μερικές εβδομάδες, η σχολική άρνηση είναι πια παρελθόν.

Γ) Τριτογενής Πρόληψη:

Σε σπανιότερες περιπτώσεις, τα συμπτώματα της σχολικής άρνησης παραμένουν και μετά το πέρας των πρώτων εβδομάδων. Πλέον μιλάμε για σχολική φοβία. Το άγχος που εκδηλώνουν τα παιδιά για το σχολείο μπορεί να αυξηθεί και η άρνησή τους να συνεργαστούν να μεγαλώσει. Τότε είναι σημαντικό, τόσο οι γονείς όσο και το παιδί, να συνεργαστούν με κάποιον ειδικό –σχολικό σύμβουλο, ψυχολόγο ή εκπαιδευτικό ψυχολόγο– για να μπορέσουν να αντιμετωπίσουν πιο εξειδικευμένα τα αίτια που παρατείνουν τη σχολική φοβία.

Βίκη Παυλίδη

Εκπαιδευτική Ψυχολόγος, MA, MSc

Εκπαιδευτήρια ΓΕΙΤΟΝΑ

Βιβλιογραφία

Pilkington, C. L., Piersel, W. C. (2006). School phobia: A critical analysis of the separation anxiety theory and an alternative conceptualization. *Psychology in the Schools*, 28 (4), 290-303.

Chitiyo, M., Wheeler, J. J. (2006). School phobia: understanding a complex behavioral response. *Journal of Research in Special Educational Needs*. 6 (2), 87-91.

Χουντουμάδη, Α., Πατεράκη, Λ. (2008). *Λεξικό Ψυχολογίας*. Εκδόσεις Τόπος.

Δείτε τη δημοσίευση του άρθρου στο real.gr:

<http://www.real.gr/DefaultArthro.aspx?page=arthro&id=171234&catID=94>