



**Η έναρξη της νέας σχολικής χρονιάς πλησιάζει** και πολλά από τα παιδιά που πάνε πρώτη φορά σχολείο, μπορεί να αρνηθούν να πάνε σχολείο.

Η άρνηση αυτή είναι τόσο έντονη που φέρνει σε απελπισία γονείς και δασκάλους, γιατί δεν ξέρουν τι να κάνουν. Μερικές φορές μάλιστα οι γονείς αντιδρούν με έντονο θυμό σ' αυτήν τη συμπεριφορά του παιδιού, αλλά γρήγορα διαπιστώνουν ότι μ' αυτήν την αντίδραση, όχι μόνο δεν πετυχαίνουν τίποτα, αλλά μπορεί και να φέρουν τα αντίθετα αποτελέσματα, απ' αυτά που επιθυμούν.

Ο Dr. Γρηγόρης Βασιλειάδης....

M.Sc. Ph.D. Ψυχολόγος – Ψυχοθεραπευτής, Μέλος του Σ.Ε.Ψ. (Συλλόγου Ελλήνων Ψυχολόγων) και της Ε.Φ.Τ.Α. (European Family Therapy Association – Ευρωπαϊκής Ένωσης Ψυχοθεραπευτών Οικογένειας), εξηγεί πως οι γονείς μπορούν να βοηθήσουν τα παιδιά που περνούν μια φάση, κατά την οποία αρνούνται με επιμονή να πάνε στο σχολείο (σχολική φοβία).

### **Πώς εμφανίζεται;**

Ένα μικρό παιδί μπορεί να κλαίει, να κάνει εμετούς και να παραπονιέται για πονοκεφάλους, πόνους στο στομάχι ή στην κοιλιά. Ακόμα, μπορεί να αρχίζει να βρέχεται τη νύχτα, να μωρουδίζει και να είναι πολύ προσκολλημένο στη μητέρα του, ή σε κάποιον άλλον ενήλικο μέσα στο σπίτι.

Ένα μεγαλύτερο παιδί μπορεί επίσης να έχει άγχος, να φοβάται υπερβολικά, να παραπονιέται ότι έχει πονοκεφάλους και ζαλάδες, και ότι δεν μπορεί να συγκεντρωθεί. Μερικές φορές το παιδί είναι θλιμμένο, δεν μπορεί να κοιμηθεί καλά κι έχει ανορεξία.

Μ' αυτά τα συμπτώματα το παιδί εκδηλώνει έντονο άγχος. Αυτό μπορεί να συνδέεται με τον φόβο του μήπως αποτύχει στο σχολείο, μήπως δεν μπορεί να αντεπεξέλθει στις προσδοκίες των γονιών και των δασκάλων του. Έτσι προτιμά να μην εγκαταλείψει την ασφάλεια του σπιτιού του. Πολύ συχνά, και οι ίδιοι οι γονείς -ιδίως η μητέρα- δυσκολεύονται να αποχωριστούν το παιδί τους.

Παιδιά που αρνούνται να πάνε στο σχολείο αναφέρουν καμιά φορά ότι τους πειράζουν οι συμμαθητές τους, ή ότι ο δάσκαλός τους είναι ιδιαίτερα αυστηρός, χωρίς αυτό απαραίτητα να ανταποκρίνεται στην πραγματικότητα.

Τι μπορείτε να κάνετε;

Σε ένα μικρότερο παιδί:

□ Δείξτε στο παιδί ότι νοιάζεστε γι' αυτό.

□ Βοηθήστε το να αποχωριστεί ευκολότερα τη μητέρα του, ενθαρρύνοντάς την να μένει λίγη ώρα για κάποιο χρονικό διάστημα, στο προαύλιο του σχολείου.

- Βοηθείστε το παιδί να νιώσει άνετα με τους συμμαθητές του, χρησιμοποιώντας το δυναμικό της ομάδας της τάξης, και φροντίστε να δημιουργήσει μια σχέση με κάποιο άλλο παιδί.
- Ενθαρρύνετε το παιδί να ενταχθεί στην ομάδα, χωρίς να το μειώνετε ή να το αποπαίρνετε.
- Το παιχνίδι με τα άλλα παιδιά θα το βοηθήσει να νιώσει πιο άνετα και θα αποκτήσει κάποια εμπιστοσύνη στον εαυτό του.
- Αν θελήσει να επικοινωνήσει με το σπίτι τηλεφωνικά διευκολύνετε το.
- Φροντίστε όσο κρατάει το πρόβλημα να μην είστε πολύ απαιτητικοί μαζί του, έχοντας υπ' όψιν σας, ότι είναι πιο σημαντικό να παραμείνει το παιδί στην τάξη, παρά να κάνει τα μαθήματά του.
- Μην το φορτώσετε με σχολικές υποχρεώσεις και μην έχετε απαιτήσεις για σχολική επίδοση.
- Αν το παιδί δεν έρθει σχολείο, φροντίστε, αν είναι δυνατόν, να επικοινωνήσετε μαζί του, εκδηλώνοντας του το ενδιαφέρον σας. Ακόμα, μπορείτε να παροτρύνετε μερικούς συμμαθητές του να κάνουν το ίδιο.