**GDY DZIECKO NIE CHCE IŚĆ DO SZKOŁY**

**mgr Monika Żak**

**Psycholog szkolny**

**Grudziądz, 2024**

Czasami zdarza się, że dziecko nie chce iść do szkoły. W takiej sytuacji należy reagować spokojnie, stanowczo, jednocześnie okazując wsparcie. Poniżej znajduje się kilka punktów, o których należy pamiętać, kiedy spotykamy się z taką reakcją dziecka.

1. **Wykluczenie choroby.** Jeśli dziecko każdego ranka przed wyjściem do szkoły deklaruje złe samopoczucie – ból brzucha, głowy lub inne dolegliwości, to warto skonsultować te objawy z lekarzem. Diagnoza specjalisty uspokoi rodzica i pozwoli podjąć kolejne działania.
2. **Rozmowa z dzieckiem na temat tego, co je niepokoi**. Warto razem przygotować plan powrotu do szkoły. Najważniejsze jest to, aby dziecko wiedziało, że rodzic uważa, iż może ono przezwyciężyć ten problem, a on mu w tym pomoże.
3. **Pouczanie.** Należy unikać długich dyskusji na temat tego, jak duże znaczenie ma chodzenie do szkoły. Każda dodatkowa uwaga może jedynie wzmocnić problem.
4. **Wskazówki.** Warto zastanowić się, w jakich sytuacjach oraz kiedy dziecko zgłasza dolegliwości. Szukajmy powtarzających się schematów. Zwróćmy uwagę na to, czy dziecko już budzi się z bólem brzucha, czy narzeka na te dolegliwości, kiedy jest zajęte? Czy czuje się źle również w dni wolne? Warto odpowiedzieć sobie na powyższe pytania, gdyż one pomogą nam znaleźć przyczynę unikania szkoły przez dziecko.
5. **Spotkanie z wychowawcą.** Zawsze w sytuacji, kiedy dziecko unika szkoły warto z własnej inicjatywy zaaranżować spotkanie z wychowawcą dziecka, aby dowiedzieć się, jak dziecko funkcjonuje w szkole. Wspólnie na pewno będzie łatwiej znaleźć przyczynę problemu i pomóc dziecku.
6. **Obwinianie.** Nie należy z góry zakładać, że nauczyciel lub szkoła zrobili coś złego. Gdy towarzyszy nam silny stres (a taki na pewno się pojawia, kiedy martwimy się o swoje pociechy) niestety często szukamy winnych trudnej sytuacji, w jakiej się znaleźliśmy. Obwinianie nie pomoże jednak rozwiązać problemu. Najważniejsze jest to, aby zmniejszyć lęk dziecka przed szkołą.
7. **Pozostanie dziecka w domu nie powinno być dla niego atrakcyjne.**

Kiedy już decydujemy o pozostaniu dziecka w domu warto zadbać o to, aby ten czas nie był dla dziecka atrakcyjny. Skoro dziecko źle się czuje, to dobrze byłoby, aby wyłączyło telewizor i komputer i odpoczywało, leżąc w łóżku. Należy pamiętać o konsekwencji i egzekwowaniu w/w zakazów. Jeśli dziecko będzie spędzało w domu ten czas, w którym powinno być w szkole, na czynnościach, które są dla niego ciekawe, to będzie mu trudniej wrócić do szkoły.

1. **Imitowanie środowiska szkolnego.** Jeśli dziecko pozostanie w domu i nagle poczuje się lepiej, to warto wtedy zadbać o to, aby ten czas wykorzystało na naukę.
2. **Zasady zachowania się podczas wystąpienia choroby.** Można wprowadzić zasady, które będą obowiązywały w przypadku wystąpienia u dziecka konkretnych dolegliwości, np. „w przypadku wystąpienia gorączki dziecko zostaje w domu”, „kiedy nie występuje gorączka dziecko idzie do szkoły”. W drugim przypadku zaznaczamy, że „jeśli podczas przebywania w szkole dziecko poczuje się źle, to może pójść do pielęgniarki szkolnej, która oceni jego stan i w razie potrzeby skieruje do domu”. Takie ustalenia zapobiegną wystąpieniu dodatkowych dyskusji dziecka z rodzicami przed wyjściem do szkoły. W niektórych przypadkach takie dyskutowanie z rodzicami przed wyjściem do szkoły może wzmacniać dziecko, ponieważ otrzymuje dużo dodatkowej uwagi z ich strony. W takiej sytuacji rodzice nieświadomie wzmacniają u dziecka niepożądane zachowania.
3. **Wsparcie.** Czasami zdarza się (głównie u młodszych dzieci), że dziecko obawia się rozłąki z konkretnym opiekunem, np. mamą. Wtedy warto zadbać o to, aby do szkoły odprowadzały je inne osoby np. babcia, dziadek itd. Zaangażowanie osoby, która nie będzie przeżywała tak silnych emocji jak rodzic, może pomóc dziecku spokojnie wrócić do szkoły.
4. **Psycholog, psychiatra, czyli kiedy po wykorzystaniu powyższych wskazówek problem pojawia się nadal.** Kiedy rodzic już wykluczy chorobę po konsultacji z lekarzem, problemy dziecka związane z funkcjonowaniem szkolnym po konsultacji z wychowawcą, nauczycielami oraz samym dzieckiem (np. problemy z rówieśnikami, trudności w nauce itp.), a także skorzysta z w/w wskazówek, a problemy z unikaniem szkoły nadal się pojawiają – wtedy warto skorzystać z porady psychologa. Psycholog może zasugerować konieczność konsultacji psychiatrycznej.