

# Absencja szkolna a lęki i fobie szkolne

**Dorota Sokołowska-Łoboda**

Poradnia Psychologiczno-Pedagogiczna w  
Słupsku, ul. Fabryczna 1



# Rodzaje absencji:

należy odróżnić od siebie:

- wagary,
- odmowa chodzenia do szkoły,
- opuszczanie lekcji

# Wagary.

- zwykle od czasu do czasu,
- łączą się z innymi przejawami postaw antyspołecznych,
- są ukrywane przed rodzicami,
- czasem mają charakter grupowy,
- rzadko wiążą się z objawami lęku,
- uczeń po lekcjach chętnie przebywa poza domem, jest pod dużym wpływem rówieśników
- gdy ucieka z zajęć, może dopuszczać się czynów chuligańskich

# Odmowa chodzenia do szkoły.

- utrzymuje się tygodniami lub miesiącami,
- rodzice są świadomi problemu,
- dzieci często pozostają w domu,
- dotyczy pilnych i uzdolnionych uczniów,
- często łączy się z wytrąceniem z równowagi emocjonalnej - lękiem, napadami złości, rozpaczą,
- czasem jest efektem fobii szkolnej,
- przyczyny niekoniecznie związane ze szkołą,
- może mieć dolegliwości somatyczne (nudności, wymioty, bóle brzucha, itp.).



# Opuszczanie lekcji

- uczniowie opuszczają lekcje określonych przedmiotów.
- często pozostają na terenie szkoły.
- szukają różnych pretekstów.
- w tle mogą być: słabe oceny, wymagania, którym nie mogą sprostać, konflikt z nauczycielem.



## Przyczyny absencji szkolnej:

- **Związane z środowiskiem rodzinnym**
- **Związane ze środowiskiem szkolnym**
- **Związane z indywidualnymi czynnikami po stronie dziecka**



# Związane z środowiskiem rodzinnym

- Dysfunkcje w rodzinie.
- Nadopiekuńczość rodziców.
- Nadmierne wymagania i oczekiwania wobec dziecka.



# Związane ze środowiskiem szkolnym


- zmiana szkoły, klasy, przejście na wyższy poziom edukacji
- brak akceptacji, odrzucenie
- powtarzające się niepowodzenia szkolne,
- nieprawidłowe oddziaływania nauczyciela
- przemoc fizyczna lub psychiczna w szkole
- konfliktowa relacja szkoła - rodzic







## Związane z indywidualnymi czynnikami po stronie dziecka

- choroba przewlekła dziecka
- niepełnosprawność oraz wady narządów zmysłu.
- zaburzenia funkcji poznawczych
- problemy emocjonalne
- wady wymowy.
- niska samoocena, nieśmiałość, wrażliwość
- uzależnienie ( narkotyki , alkohol, gry komputerowe, internetowe)- zmęczenie, wycieńczenie

- 
- **Strach** jest główną reakcją obronną na zetknięcie się z obiektywnie istniejącym źródłem zagrożenia (np. widok dużego psa, obcego człowieka, gwałtownego hałasu itp.)
  - z uruchomieniem nierzadko gwałtownych reakcji ucieczkowych czy autonomicznych.
  - **Lęk** jest stanem emocjonalnym, który może mieć związek z sytuacją zagrożenia, ale także często jest wynikiem myśli, fantazji, poczucia odrzucenia, osamotnienia.



Uczucie lęku przeżywane przez dziecko wywiera  
zaburza jego procesy poznawcze, a więc  
pamięć i uwagę, utrudnia kojarzenie, blokuje  
innowacyjność i twórczość

- 
- **Fobia** - nieuzasadniony, bardzo silny, nie dający się opanować, chorobliwy lęk przed określonymi przedmiotami i sytuacjami, wywołujący tendencję do unikania ich; uczucie lęku bywa połączone z przykrymi objawami wegetatywnymi, np. pocenie się, przyspieszenie bicia serca, suchość w ustach.


## UCZEŃ CIERPIĄCY NA FOBIE SZKOLNĄ

- różnymi sposobami uzyskuje zgodę rodziców na opuszczanie zajęć, również manipulacją
- zwykle lubi szkołę, jest skrupulatny i dokładny, ale boi się chodzić do szkoły z powodu odczuwania ogromnego lęku, wręcz paniki
- martwi się sprawami dotyczącymi nauki i rodziców
- cierpi na dolegliwości zdrowotne w obliczu konieczności uczestniczenia w zajęciach szkolnych
- niechętnie wychodzi z domu, ciągle chce być z rodzicami


- Przewlekła postać **fobii szkolnej** charakteryzuje się stopniowym narastaniem obawy przed szkołą, a znaczącą rolę w jej powstaniu, głównie u dorastającej młodzieży pełni dom rodzinny, przede wszystkim neurotyczna osobowość rodziców
- Wychowany w nieprawidłowej rodzinie nastolatek jest zwykle niesamodzielny i silnie związany z domem, boi się trudności szkolnych i krytycznej oceny kolegów, mimo często wpojonego przez rodziców zawyżonego mniemania o sobie.


# OBJAWY SOMATYCZNE

- przyspieszone bicie serca
- bóle głowy
- bóle i skurcze brzucha
- drżenie rąkdolegliwości żołądkowe, takie jak nudności, wymioty, biegunki, zawroty głowy
- stany podgorączkowe
- nudności, wymioty,
- pocenie się
- bóle pseudoreumatyczne w mięśniach lub stawach
- zakłócenia mowy, jak np. niemożność głośnego mówienia, uporczywy szloch

- 
- Większość objawów ustępuje zwykle po kilku godzinach, jeśli oczywiście rodzice pozwolą dziecku zostać w domu.



- 
- **Drugim ważnym czynnikiem sprzyjającym powstawaniu fobii szkolnej jest szkoła, a w szczególności jej kierownictwo i nauczyciele nie potrafiący odróżnić nerwicowego „odrzucenia szkoły” przez dzieci.**

- 
- **Z uwagi na niejednorodne objawy fobia szkolna może być nieraz traktowana przez otoczenie jako:**
  - **upór,**
  - **bunt,**
  - **nie zdiagnozowana choroba somatyczna**
  - **symulacja.**

## **Powody unikania szkoły** – na podstawie rozmów z uczniami:

*niesprawiedliwe ocenianie*

*zdanie uczniów nie jest brane pod uwagę*

*poniżanie, lęk przed upokorzeniem, „fala” w I klasie, ryzyko odtrącenia*

*brak poczucia bezpieczeństwa i akceptacji w szkole*

*strach przed nauczycielami, strach przed starszymi kolegami,*

*brak mobilizacji i chęci, lenistwo, zmęczenie, atrakcje pozaszkolne np. granie na komputerze), zbyt wczesne wstawanie*

*lekcje są nudne, monotonne, brak interakcji*

*czasami trzeba zostać w domu żeby się nauczyć do ważnego sprawdzianu*

*za dużo materiału do opanowania, trudności w nauce, zaległości,*

*chęć zdobycia akceptacji kolegów- wspólne wagary*

# Co może przełamywać niechęć do szkoły

■ na podstawie rozmów z uczniami :

*przyjazne nastawienie do uczniów*

*gotowość do pomocy*

*tolerancja odmienności i indywidualności*

*wyrozumiałość, empatia*

*traktowanie ucznia jak człowieka a nie jak numeru z dziennika,  
większy szacunek*

*sprawiedliwy system oceniania, zamiast ocen zaliczenie lub nie  
brak zaliczenia*

*ciekawsze, atrakcyjniejsze lekcje , oparte na interakcji lekcje*

*Zwracanie uwagi czy uczeń opanował materiał przed  
wprowadzaniem następnych tematów*

## Szkoła:



Jak widzą ją rodzice:



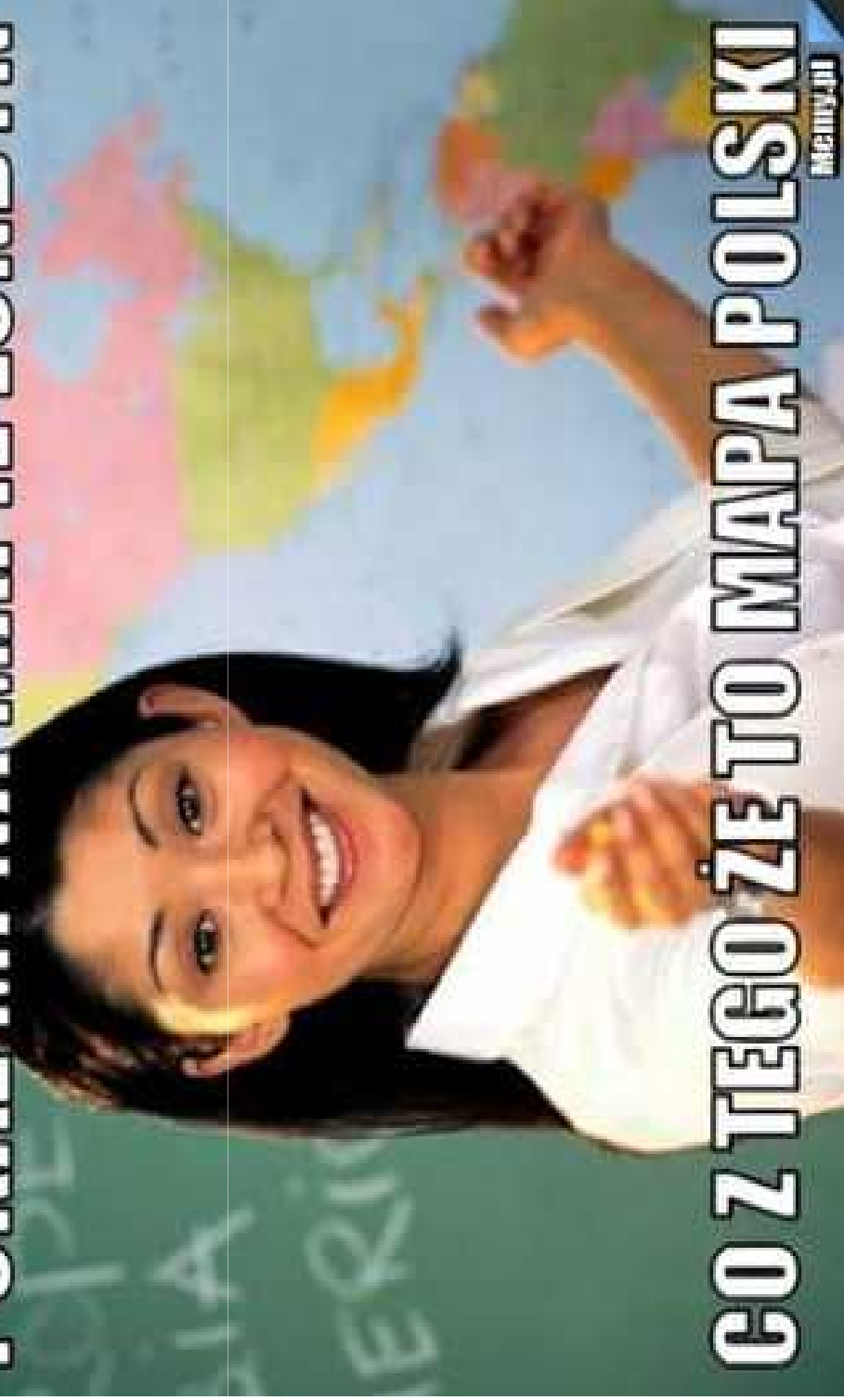
Jak widzą ją uczniowie:



Jak widzą ją nauczyciele:



**POKAŻ MI NA MAPIE LONDYN**



**CO Z TEGO ŻE TO MAPA POLSKI**

**INSTRUKCJA**



To jest napisane na tablicy.



$$12\sqrt{6}+7\cdot(6+2\sqrt{4})+2+ab-c+145$$
$$1+5x+6y+22\sqrt{4d}+2\sqrt{r}\cdot(3+(8$$
$$2)\cdot3+2\sqrt{r})+34\sqrt{4a}+36a+$$

To widzą uczniowie.




而不是進入一個美好的譯員  
胡說我有一個夢想，夢想難E  
話'的事情在衣櫃裡，他說的話  
據到有經驗的獵人阿哈小好

Tak będzie podczas egzaminu.



To widzi nauczyciel.



$$2 + 2 = 4$$

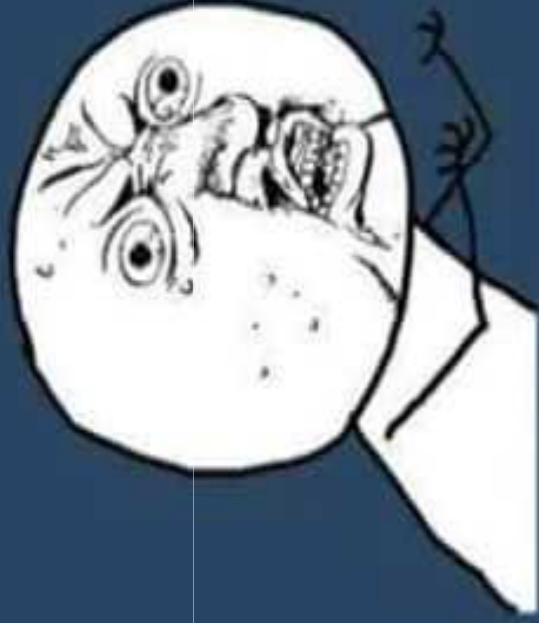
To zapamiętają uczniowie.



To widzi Pani Woźna.



**NAUCZYCIELE**

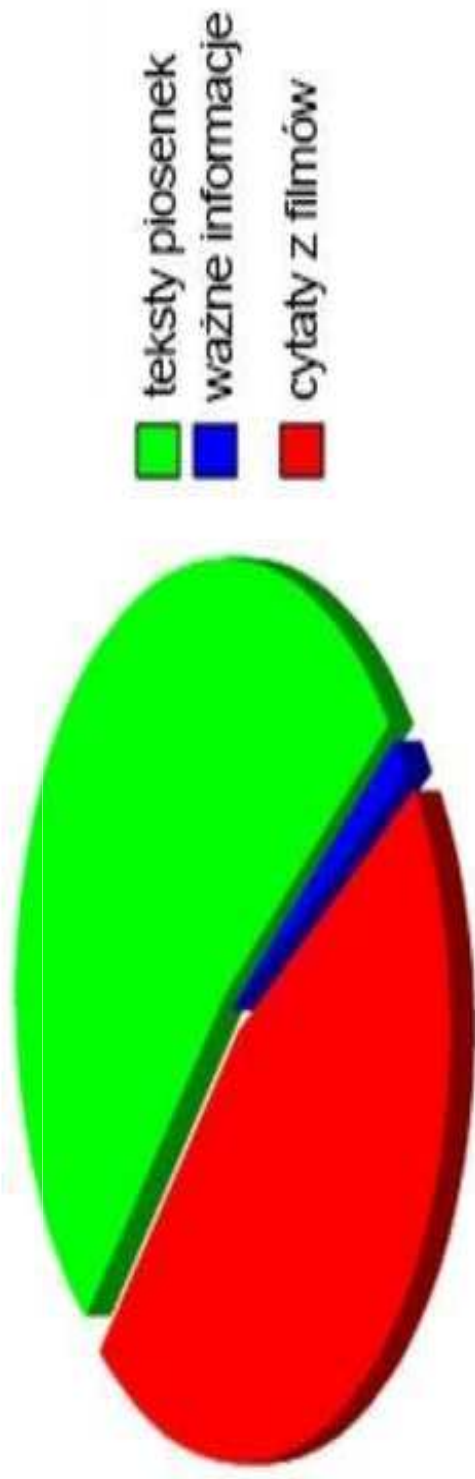


**DLACZEGO MNIE NIE PYTACIE  
KIEDY ZNAM ODPOWIEDŹ?**

[Memy.pl](http://Memy.pl)



# Z czego składa się mój mózg



x d p e d i o

s - sprawdziany


z - zagrożenia

k - kartkówki

o - opieprz od rodziców i nauczycieli

t - łatne dziewczyny/chtopaki

a - a gdzie wolne ? --.-



W zapobieganiu fobii szkolnej ważne jest umożliwienie dziecku nabywania umiejętności i doświadczeń społecznych, uczenia się samodzielności

Należy dopasować stawiane wymagania do aktualnych możliwości wynikających z etapu rozwoju dziecka

Dbać o współpracę rodziców dziecka z wychowawcą szkolnym

# Postępowanie wobec ucznia z wysoką absencją

- reaguj na wszystkie przejawy odrzucenia,
- ustal obowiązujące zasady (kontrakt),
- bądź konsekwentny,
- nie komentuj nieobecności dziecka na lekcjach czy szkolnych imprezach, wycieczkach,
- nie zmuszaj ucznia do zabierania głosu na forum klasy,
- buduj poczucie własnej wartości ucznia
- buduj zgrany zespół klasowy tworzący system wsparcia społecznego
- stwarzaj sytuacje, w których uczeń będzie miał szansę na odniesienie sukcesu,
- uczniowi mającemu trudności w nauce zapewnij pomoc,
- dbaj o to by uczeń nie stracił kontaktu z kolegami.

# Dorośli, nauczyciel - modelem i wzorem

- Okazuj dziecku taki **szacunek** jakbyś rozmawiał z osobą dorosłą – jego JA jest tak samo wrażliwe, a nawet bardziej- ponieważ jego obraz siebie to jeszcze nie w pełni zapisana karta a samoocena uzależniona jest od komunikatów osób z zewnątrz.
- **Czarodziejskie słowa** – postulat w obowiązujący obie strony...Proszę... Dziękuję... Przepraszam...
- To nie wyklucza bycia konsekwentnym i wymagającym!
- **Komunikacja niewerbalna, ton głosu – kluczowe!!!**
- **Szacunek - używanie imienia – konieczne !**



WG ZNAJOMYCH



WG MAMY



WG RZĄDU



WG UCZNIÓW



WG NAUCZYCIELA



WG RZECZYWISTOŚCI

DEMOTYWATORY.PL

# Praca nauczyciela CZYM SIĘ ZAJMUJE NAUCZYCIEL?

- 
- Dziękuję za uwagę!