

RODITELJI, JESTE LI ČULI OVU REČENICU NEPOSREDNO PRED ODLAZAK U ŠKOLU? MAMA, NE MOGU NA NASTAVU, JAKO ME BOLI TRBUH

NAŠA
PSIHOLOGINJA
ALEKSANDRA
MINDOLJEVIĆ
DRAKULIĆ OBJAVILA JE
ZNANSTVENU KNJIGU
O ŠKOLSKOJ FOBII



Djeca bi trebala kretati u školu s osam godina

●● Splitsko-zagrebačkoj psihologinji Aleksandri Mindoljević Drakulić smo postavili i nekoliko pitanja. Ako je u korijenu školske fobije separacijski strah, bi li djeca onda trebala u školu polaziti kasnije nego je to danas praksa? Npr. s osam ili devet godina?

- Danas je sve više trend među obiteljima slanje djece u školu nakon navršene sedme godine života. Prijašnje generacije djece postajali su prvašići sa šest i šest i pol godina, a danas se vrlo često traži odgoda. Roditelji su očito osjetili da je ovaj razvojni period djeteta važna prekretnica, o čemu govori i struka, pa ne žele riskirati. Iako mnogi svoju djecu nauče i čitati i pisati prije početka prvog razreda, katkad ih ne uspijevaju naučiti mirno sjediti 45 minuta i poštivati pravila grupe. Stoga neki stručnjaci smatraju da je osam godina prihvatljiva granica za polazak u školu jer je dječji ego tada znatno bolje "organiziran", prilagodljiviji civiliziranom svijetu, manje rigidan, a dijete je poslušnije, zadovoljnije sobom i svijetom, manje pati, manje traži pomoć od drugih i općenito je "odgojivije".

Postoji li vrtička fobija i u čemu se sastoji? Ima li razlika između vrtičke i školske fobije?

- Najosjetljiviji period odvajanja za dijete je prema nekim psiholozima razdoblje između 8. i 18. mjeseca života. Ako dijete kreće u vrtić nakon tog perioda, posebice s navršene tri godine života, pretpostavka je da je do tada uspostavilo osjećaj privržene relacije prema važnim osobama iz njegove obitelji te će moći lakše podnijeti separaciju. No ne rastu sva djeca u idealnim uvjetima i stil privrženosti prema majci ili ocu koji stječu nije uvijek siguran i stabilan.

Tako će djeca koja imaju anksiozni stil privrženosti imati reakcije izrazite strepnje zbog odvajanja i polaska u vrtić, pri čemu mogu pokazivati apsolutnu ovisnost hvatanjem majke više nego prije te majku slijede svuda kuda ona ide. Mogu pretjerano zahtijevati, praviti agresivne i ljubomorne scene, ili pak mogu djelovati indiferentno ili čak neprijateljski. Ovo se ponašanje male djece s vremenom ipak smanjuje te ako je vrtičko okruženje pozitivno, dolazi do skore readaptacije.

Koje osobine ili načini ponašanja roditelja mogu prouzročiti ili povećati dječji strah od škole?

- Narušena obiteljska dinamika uvijek je u temelju pretjeranog straha od škole i jedan je od uzroka nastanka školske fobije kod djeteta. Majke se uglavnom ponašaju prezaštitnički, podupiru dječju pretjeranu ovisnost, u odnosima su često zahtjevne, prepopustljive ili ugađajuće, a očevi pokazuju krutost, pasivnost ili pretjeranu kontrolu. Tri su najčešće kombinacije roditelja fobične djece. Prvo, kontrolirajuća i zahtjevna majka te pasivni otac - takvo dijete je poslušno kod kuće, a vani preplašeno i sramežljivo. Drugo, pretjerano ugađajuća majka i kontrolirajući otac koji regulira sva obiteljska zbivanja - takvo dijete je zahtjevno kod kuće, a ekstrovertirano u školi. Uz ova tri obrasca često je i nekonzistentno ponašanje oba roditelja.

U takvim obiteljima se problemi najčešće potiskuju i izbjegavaju te postoji tajni konsenzus da se o obiteljskim tajnama - npr. o bolestima - ne govori. Cilj takve obiteljske cenzure usmjeren je protiv bilo kakvih promjena, pa se i djetetu s fobijom onemogućuje prorada njegovog straha. Zato školska fobija.

PIŠE DAMIR PILIĆ

POČETAK školske godine pravo je vrijeme za podsjećanje na činjenicu da je za neku djecu odlazak u školu vrlo traumatičan doživljaj. Konkretno, između 10 i 20 posto školske djece pokazuje različite emocionalne i ponašajne teškoće vezane za odbijanje škole, pri čemu se intenzitet školske fobije može očitovati u rasponu od blagog odbijanja škole do kroničnog apsentizma. Djeca koja odbijaju školu najčešće su jedinci čije majke pate od paničnih napada i agorafobije (strah od otvorenog prostora). U kliničkom uzorku djece školska fobija jednako je zastupljena kod djevojčica i dječaka, bez obzira na njihove intelektualne sposobnosti, teškoće učenja ili socioekonomski status.

Ovo su samo neke od znanstvenih spoznaja koje se mogu naći u nedavno objavljenoj knjizi "Školska fobija" (Medicinska nakla-

da, Zagreb, 2016.), prvotakve vrste u hrvatskoj psihologiji, čija je autorica splitsko-zagrebačka psihologinje Aleksandre Mindoljević Drakulić. Kako navodi u predgovoru, knjiga je nastala kao proizvod njenih brojnih individualnih i grupnih intervencija koje je s djecom, mladima, njihovim roditeljima i nastavnicima vodila kao školska psihologinja i kao psihologinja u Klinici za psihološku medicinu KBC Rebro.

Kod neke djece izbjegavanje škole može biti izazvano zlostavljanjem od strane vršnjaka u školi, što kod djeteta izaziva osjećaj neugode, straha i tjeskobe. Ako dijete takvu situaciju doživljava često, tada i već i sama pojava školske zgrade može u njemu izazvati anksioznu (fobičnu) reakciju, od koje se dijete štiti izbjegavanjem tog objekta (škole).

Ipak, stručnjaci se slažu da glavni uzrok školske fobije leži u separacijskom strahu djeteta, koje se opire napuštanju doma. Djeca koja odbijaju školu uglavnom potječu iz obitelji u kojima postoji prevelika povezanost djeteta i (najčešće) majke. Takvo dijete doživljava stres prilikom odlaska u školu, osjeća pretjerani

strah i brigu, te odlaske u školu odbija najviše zbog straha od separacije od roditelja za koje je emocionalno vezan.

SLUČAJ DJEČAKA ERICA

Djeca sa školskom fobijom često se žale na različite somatske tegobe: bol u trbuhu i mučnine, bol u zglobovima, glavobolje, lupanje srca, bol u predjelu prsnog koša, bol u leđima, vrtoglavice, mišićnu napetost, nesvjesticu, osjećaj gušenja, osjećaj vrućine, potrebu za čestim uriniranjem, povraćanjem, pospanost, drhtanje, znojenje i sl. Iako ti tjelesni simptomi nemaju organsko uporište - jer su nastali zbog emocionalnog stanja djeteta, nakupljenog stresa, straha i pretjerane anksioznosti - ipak je važno isključiti organski uzrok, pa dijete treba odvesti na liječnički pregled.

Ako se utvrdi da je dijete tjelesno zdravo, s prilikom sigurnošću se može govoriti o psihološkim uzrocima tjelesnih teškoća, odnosno o školskoj fobiji.

Tako dr. Mindoljević Drakulić navodi britanskog autora Mauricea Tyermana, koji u svojoj knjizi opisuje slučaj 13-godišnjeg dječaka

Erica, koji se iznada počeo bojati škole izostajati s nastave pod izlom da će mu srce stati i dabi mogao umrijeti. Dotad Eric bio veoma dobar učenik, prihvaćen i omiljen razredu. Živio je u cjelovitoj obitelji dobrog imovnog stanja, a majka i otac dlovali su vrlo brižno. Pa ipk, Eric je bio okupiran mislima o svojoj skorij smrti irestao je ići u školu, te su roditelji bili primorani da ga ovedu psihijatru.

Usprkos terapiji, Ericov osjećaj anksioznosti nikako se nije smanjao, sve dok terapeutu ne ispričao nedavni obiteljski događaj: otac ga je (cravdano) optužio da mu j iz džepa ukrao novac, što Eric isprva zanijekao, aad je otac doznao da mu jein lagao, još se više naljutite mu zaprijetio da će gse odreći i poslati u poprni dom. I upravo je ta oče prijetnja kod dječaka proela strah od odlaska u šku, odnosno strah od napuštanja roditeljskog doma

OVA FOBIIJA JE LJEČIVA

Autorica u krzi navodi pet osnovnih obzja školske fobije. Prvoretjerana i ponavljanitnja kad se anticipira ilioživljava

separacija od kuće, a pred polazak u školu. Drugo, zabrinutost oko dobrobiti bliških osoba (najčešće majke) dok je dijete u školi. Treće, "ljepljivo" ponašanje prema školskoj učiteljici i nastavniku. Četvrto, opiranje ili odbijanje odlaska na školske izlete, ekskurzije, sate tjelesne i zdravstvene kulture ili školske priredbe. I peto, strah, anksioznost i izbjegavanje trebaju trajati dulje vrijeme te uzrokovati klinički znatnu patnju u socijalnom i akademskom funkcioniranju.

Procjenjuje se da školska fobija zahvaća između 4 i 5 posto djece i mladih adolescenata. U nekim je istraživanjima u Venezueli i SAD-u zastupljenost ove fobije gotovo dvostruko veća i iznosi do 8 posto ukupne populacije školske djece. U recentnim američkim studijama navodi se intrigantan i zabrinjavajući podatak da je između 5 i čak 28 posto djece barem jednom u životu doživjelo neki oblik školske fobije.

Pritom su strahu od škole naročito podložne tri skupine djece koje se nalaze u tzv. tranzicijskim školovanjima: prvašići, djeca koja iz razredne nastave prelaze u predmetnu nastavu (peti razred osnovne škole), te

mladi koji iz osnovne škole kreću u srednju školu.

Istraživanja pokazuju da je raspostranjenost školske fobije veća u javnim (državnim) školama (5,1%) nego u privatnim školama (svega 0,7%), a razlika je očita i na dimenziji grad-selo: u školska fobija zahvaća 7,6 posto djece, a u ruralnim krajevima svega 2,4 posto.

Autorica navodi kako iskustva naših stručnjaka pokazuju da se 70 posto učenika koji odbijaju školu vraća u nju tijekom tretmana kratkotrajnom analitičkom terapijom. Prema američkim autorima, prognoza je povoljnija kod učenika mladih od 11 godina, od kojih je njih 90 posto vraćeno u školu, dok je s adolescentima to bilo teže, te ih je vraćeno tek 36 posto.

Dr. Mindoljević Drakulić na kraju knjige poručuje da bi se školska fobija u medijima i obrazovnoj javnosti trebala predstavljati kao fenomen koji je izlječiv, ali koji zahtijeva toleranciju i strpljenje svih strana, pogotovo s obzirom da u svojim početnim stupnjevima nije toliko ni riječad.

Može trajati jako dugo, mjesecima, a katkad i godinama, posebno ako se ne liječi.