

# Fobia szkolna: psychiczne maltretowanie ucznia

Na fobię szkolną zapadają także uczniowie osiągający dobre oceny szkolne, ale przede wszystkim dotyczy ona uczniów, którzy nie mogą sobie dać rady z problemami szkolnymi, czują się zagrożeni. Fobia szkolna pojawia się najczęściej po przeżyciu silnego upokorzenia w szkole. Skuteczne jej leczenie rozpoczyna rozwiązanie konfliktu, który doprowadził do powstania lęku. Podstawą rozwiązania konfliktu jest zindywidualizowanie podejścia do uczniów.

Fobia szkolna polega na mniejszej lub większej niemożności chodzenia do szkoły. Towarzyszą temu zjawisku objawy somatyczne: bóle głowy, brzucha, mdłości, wymioty i biegunki. Objawy te ustępują po kilku godzinach, jeśli rodzice pozwolą dziecku pozostać w domu.

Do powstawania fobii przyczynia się brak znajomości poszczególnych dzieci przez nauczycieli. Nie dostosowują oni wymagań do indywidualnych możliwości ucznia, gdyż klasy są zbyt liczne, a obszerny program musi zostać zrealizowany w określonym czasie. Uczeń, który nie potrafi wszystkiemu podołać, czuje się zagrożony,

Lęk przed szkołą mogą wywołać również szczególnie silne przeżycia upokorzenia w szkole: publiczna krytyka przez nauczyciela, wyśmiewanie z powodu jąkania, niesłuszne podejrzenie o kradzież itp. Źródłem lęku, upokorzenia i złego samopoczucia uczniów w szkole są głównie nauczyciele i dyrektor szkoły. To oni wystawiają oceny, nie zawsze sprawiedliwe w odczuciu uczniów; oni wpisują do dzienniczków uwagi, za które rodzice stosują surowe kary; oni potrafią ucznia napiętnować, ośmieszyć, upokorzyć. Uczniowie na pytanie: Czego w szkole boisz się najbardziej? odpowiadali: Niektórych nauczycieli. Złych nauczycieli- Dyrektora.

Dziesięcioletni uczeń napisał: boję się niektórych nauczycieli, którzy bez szczególnego powodu wpisują Jedyńki, i tych, którzy strasznie krzyczą. Niczego w szkole nie obawia się jedynie 21% badanych. Niektórzy nauczyciele nie mogą powstrzymać się od obrzucania dzieci różnymi epitetami: głąb, niedorajda, antytalent matematyczny itp.?[1].

Szkoła powinna być terenem bezpiecznym i twórczym, a nie miejscem łamania psychiki i poniżania, czyli mobbingu. Obecnie szkoła w krajach zachodnich stała się przedmiotem ostrej krytyki, zwłaszcza w zakresie wychowania.

Ważnym celem stojącym przed szkołą jest przygotowanie młodzieży do demokracji. Społeczność szkolną tworzą nauczyciele, uczniowie i ich rodzice.

Te trzy podmioty powinny funkcjonować na zasadzie ścisłej współpracy. Szkoła nie jest instytucją demokratyczną – rodzice z różnych względów nie uczestniczą w podejmowaniu ważnych decyzji dotyczących wychowania ich dzieci. Nauczyciele, sterowani przez władze oświatowe, mają ograniczoną możliwość wyboru treści nauczania. W dodatku czują się sfrustrowani trudnymi warunkami materialnymi i pogarszającymi się warunkami ich pracy.

Fobia szkolna, często określana także jako lęk szkolny, stanowi poważny problem psychiczny, który może mieć znaczący wpływ na życie ucznia. Jest to specyficzny rodzaj fobii, charakteryzujący się silnym, paraliżującym lękiem przed sytuacjami związanymi ze szkołą, które prowadzą do unikania uczęszczania na zajęcia oraz znaczącego obniżenia jakości życia dziecka. Fobia szkolna może przybierać różne formy i wynikać z wielu przyczyn, ale jej istotą jest psychiczne maltretowanie ucznia, które negatywnie wpływa na jego rozwój i funkcjonowanie w codziennym życiu.

Fobia szkolna może przejawiać się w różnych formach, takich jak paniczny lęk przed przebywaniem w szkole, obawa przed

kontaktami z rówieśnikami, strach przed ocenami lub presją ze strony nauczycieli. W skrajnych przypadkach uczniowie mogą doświadczać objawów somatycznych, takich jak bóle głowy, nudności czy bóle brzucha, które są wynikiem ich lęku. Lęk szkolny może prowadzić do znacznego pogorszenia wyników w nauce, trudności w nawiązywaniu relacji interpersonalnych oraz problemów emocjonalnych, takich jak depresja czy niskie poczucie własnej wartości.

Istnieje wiele potencjalnych przyczyn fobii szkolnej, które mogą się wzajemnie przenikać i wzmacniać. Może to być wynikiem negatywnych doświadczeń w szkole, takich jak mobbing, trudności w adaptacji do nowego środowiska, konflikty z nauczycielami lub rówieśnikami, a także wysokie wymagania i presja związana z nauką. Często przyczyną fobii szkolnej są także problemy w życiu domowym, takie jak konflikty rodzinne, brak wsparcia emocjonalnego ze strony rodziców, czy problemy z relacjami z rodzeństwem.

Z perspektywy psychologicznej, fobia szkolna może być rozumiana jako forma zaburzenia lękowego, która wywołuje u ucznia intensywny i długotrwały lęk związany z sytuacjami szkolnymi. W wielu przypadkach lęk ten jest nieproporcjonalny do rzeczywistego zagrożenia, co sprawia, że uczniowie odczuwają przerażenie nawet w sytuacjach, które dla innych mogą wydawać się normalne. Fobia szkolna może być wynikiem negatywnych wzorców myślenia, takich jak katastrofizowanie, czyli przewidywanie najgorszych możliwych scenariuszy, lub przekonań o własnej niewartościowości.

Reakcje emocjonalne związane z fobią szkolną mogą prowadzić do poważnych konsekwencji dla rozwoju dziecka. Dzieci z fobią szkolną mogą unikać sytuacji edukacyjnych, co skutkuje nie tylko pogorszeniem wyników w nauce, ale także utratą szans na rozwój społeczny i emocjonalny. W dłuższej perspektywie, chroniczny lęk związany ze szkołą może prowadzić do problemów zdrowotnych, takich jak zaburzenia odżywiania, problemy ze snem czy uzależnienia.

W przypadku podejrzenia fobii szkolnej u dziecka, ważne jest szybkie podjęcie działań w celu zrozumienia źródeł lęku i wsparcia dziecka w pokonywaniu trudności. Interwencje mogą obejmować zarówno psychoterapię, jak i wsparcie ze strony rodziny oraz szkoły. Psychoterapia, w tym terapia poznawczo-behawioralna, jest skuteczną metodą leczenia fobii szkolnej, pomagającą dziecku w identyfikowaniu i zmianie negatywnych wzorców myślenia oraz w radzeniu sobie z lękiem. Wsparcie ze strony rodziny, takie jak tworzenie bezpiecznego i wspierającego środowiska, może pomóc w budowaniu poczucia bezpieczeństwa i zaufania. Współpraca z nauczycielami i innymi pracownikami szkoły może również odgrywać kluczową rolę w dostosowywaniu środowiska edukacyjnego do potrzeb dziecka.

Działania prewencyjne mające na celu zapobieganie fobii szkolnej mogą obejmować różne aspekty życia szkolnego i rodzinnego. W szkołach warto wprowadzać programy promujące zdrowie psychiczne, które mogą pomóc uczniom w radzeniu sobie ze stresem i lękiem. Tworzenie środowiska szkolnego, w którym uczniowie czują się bezpiecznie i akceptowani, jest kluczowe dla zapobiegania problemom takim jak fobia szkolna. Współpraca między rodzicami a szkołą w zakresie identyfikacji i wsparcia uczniów z problemami emocjonalnymi jest niezbędna do skutecznego rozwiązywania takich wyzwań.

Fobia szkolna jest poważnym problemem, który może mieć istotny wpływ na życie ucznia, jego rozwój emocjonalny, społeczny oraz akademicki. Rozumienie przyczyn, objawów i skutków fobii szkolnej jest kluczowe dla skutecznego wsparcia dzieci borykających się z tym zaburzeniem. Właściwe podejście do diagnozy, wsparcia oraz interwencji może pomóc w przezwyciężeniu lęku szkolnego i umożliwić uczniom pełne wykorzystanie swojego potencjału w środowisku edukacyjnym.

Do zadań szkoły należy również wychowanie moralne, seksualne, społeczne. W jakie wartości szkoła powinna wyposażać ucznia? Jakimi metodami ma to osiągnąć? Jacy nauczyciele mają tych wartości nauczać? To kilka z wielu pytań, jakie stoją przed

współczesną szkołą. Szkoła powinna być instytucją w pełni akceptowaną przez uczniów, rodziców i nauczycieli.

---

[1] Jundziłł I., *Dziecko – ofiara przemocy*, WsiP, Warszawa 1993, s. 91

Jeśli potrzebujesz pomocy w pisaniu nowej pracy z pedagogiki, to polecamy serwis [pisanie prac z pedagogiki](#) - fachowa pomoc w pisaniu prac.