

## Po czym poznać, że moje dziecko ma trudności w powrocie do szkoły?

**82% matek uważa, że ich dziecko nie miało problemów z powrotem do szkoły po długiej nieobecności spowodowanej chorobą - wynika z badania „Zdrowa ONA” przeprowadzonego na zlecenie Gedeon Richter<sup>1</sup>. Czy tak jest rzeczywiście? Czy oby na pewno dziecko nie przeżywa niepokoju związanego z powrotem do codziennych obowiązków? Czy przypadkiem nie stara się ukryć swojego niepokoju i lęku? Po czym poznać, że mimo zapewnień nasz maluch potrzebuje więcej wsparcia emocjonalnego?**

*Istnieje wiele zachowań, które mogą świadczyć o tym, że nasz syn czy córka mimo wielokrotnych zapewnień, że doskonale radzi sobie w szkole po długiej nieobecności, przeżywa z tego powodu wiele rozterek. Rodzice mogą tego nie zauważyć. Długa nieobecność w szkole, choć zastąpiona codziennym uzupełnianiem zeszytów i wspólnym omawianiem aktualnych tematów z podręcznika, może spowodować spore zaległości. Przede wszystkim rodzic powinien wiedzieć, którzy nauczyciele są bardziej wymagający niż pozostali i ze strony których ich dziecko może doświadczyć niezadowolenia. To na rodzicach spoczywa odpowiedzialność za dobrą komunikację z nauczycielami. Informacje od nich uzyskane są cenne, ale nie należy przyjmować ich bezkrytycznie. Jeśli dziecko będzie czuło, że rodzic je zrozumie, pozwoli sobie na szczere wyznanie – tłumaczy Alicja Niedźwiecka, psycholog, ekspert programu „Zdrowa ONA”.*



### Sygnaly ostrzegawcze:

- **Gorsze oceny** – To najlepiej widoczna oznaka tego, że nasze dziecko ma problemy z nauką po dłuższej nieobecności. Warto częściej niż zwykle kontaktować się z wychowawcą, na bieżąco monitorując postępy syna czy córki.
- **Rezygnacja z codziennych aktywności** – Dziecko nagle próbuje wymigać się od pójścia na zajęcia dodatkowe, np. taniec czy gry zespołowe, na które dotychczas nie mogło się doczekać.
- **Unikanie rówieśników** – Maluch jest wycofany i niezainteresowany swoim środowiskiem. Jeśli dotychczas po lekcjach natychmiast biegł grać w piłkę czy jeździć na rowerze z przyjacielem czy przyjaciółką, a nagle woli zostać w domu, koniecznie dopytaj o przyczynę.
- **Problemy z koncentracją i uwagą** – Dziecko z większym trudem niż zwykle zajmuje się zadaniami z pracy domowej czy zabawami. Jest rozdrażnione, nieobecne i nie chodzi tu tylko o odrabianie lekcji, ale zwykłą rozmowę przy stole, która nagle wywołuje u niego złość.
- **Bezsenna** – Dziecko z trudem wstaje rano, jest wciąż zmęczone i przygnębione.
- **Apatia, bezczynność** – Dziecko narzeka na nudę lub wręcz przeciwnie – jest nadrucliwe, często zmienia aktywności, nie kończy podejmowanych działań.
- **Bóle** – Maluch uskarża się na bóle brzucha i inne przykre objawy, które nie mają podłoża fizycznego (badania medyczne nie wskazują na nieprawidłowości).
- **Rozdrażnienie** – Nagłe pogorszenie zachowania i częste kłótnie.

**Alicja Niedźwiecka, psycholog, ekspert programu „Zdrowa ONA” zauważa – Syn czy córka, która ma spore zaległości w szkole lub problemy w kontaktach z rówieśnikami, może skarżyć się na różne dolegliwości (realne lub wymyślone), by uniknąć pójścia do szkoły. Zdarza się, że rodzice z troski o dobre samopoczucie dziecka, pozwalają mu zostać w domu. Niestety takie zachowania unikowe nie rozwiązują problemu, ale przeciwnie – potęgują zaległości, trudności społeczne i lęk przed szkołą. Warto towarzyszyć dziecku w pokonywaniu tych wyzwań i w razie potrzeby podsuwać mu możliwe rozwiązania.**

---

<sup>i</sup> Ogólnopolskie badanie zrealizowane w ramach programu „Zdrowa ONA” zainicjowanego przez Gedeon Richter, przeprowadzone w dniach 27 marca-7 kwietnia 2013 roku metodą internetowych zestandaryzowanych wywiadów kwestionariuszowych (CAWI) przez agencję SW Research. Badaniem objęto łącznie 559 matek dzieci w wieku 3-7 lat. Na to pytanie odpowiadało 216 matek dzieci, które uczęszczają do szkoły.