

ШКОЛЬНОЕ ИЗБЕГАНИЕ ОЗНАЧАЕТ, ЧТО УЧЕНИК РАССТРАИВАЕТСЯ ПРИ МЫСЛИ О ПОХОДЕ В ШКОЛУ И ПРОПУСКАЕТ ЧАСТЬ ИЛИ ВЕСЬ ШКОЛЬНЫЙ ДЕНЬ. ОГОРЧЕНИЕ НЕ ПРОХОДИТ. ОТКАЗ ОТ ШКОЛЫ ТАКЖЕ МОЖЕТ ОЗНАЧАТЬ, ЧТО УЧЕНИКУ ТРУДНО НАХОДИТЬСЯ ВДАЛИ ОТ ДОМА.

УЧЕНИКИ, ОТКАЗЫВАЮЩИЕСЯ ИДТИ В ШКОЛУ, ОБЫЧНО ПРОВОДЯТ ДЕНЬ ДОМА С ВЕДОМА РОДИТЕЛЕЙ, ДАЖЕ ЕСЛИ РОДИТЕЛИ ИЗО ВСЕХ СИЛ ПЫТАЮТСЯ ЗАСТАВИТЬ ИХ ИДТИ.

ШКОЛЬНОЕ ИЗБЕГАНИЕ НЕ ЯВЛЯЕТСЯ ФОРМАЛЬНЫМ ПСИХИАТРИЧЕСКИМ ДИАГНОЗОМ, А СКОРЕЕ СИМПТОМОМ. ОНО МОЖЕТ БЫТЬ ИСТОЧНИКОМ РАЗОЧАРОВАНИЯ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ВЛИЯТЬ НА ШКОЛЬНЫЙ ОПЫТ УЧЕНИКА.



Школьный отказ и посещаемость

ПРИЧИНЫ ШКОЛЬНОГО ИЗБЕГАНИЯ

Школьный отказ может начаться постепенно или произойти внезапно.

- Стрессовые события дома, в школе или со сверстниками.
- Издевательства (Буллинг).
- Смена школы или поступление в новую.
- Трудные отношения с сотрудником школы.
- Трудности с пониманием учебного материала.
- Низкая успеваемость в классе или невыполненные задания.
- Тревога, депрессия или другие проблемы с психическим здоровьем.

ПРИЗНАКИ ШКОЛЬНОГО ОТКАЗА



плачет, устраивает истерики, кричит или вопит



умоляет или просит не идти



жалуется на боли, ломоту и болезни перед школой, которые обычно проходят, если позволить ученику остаться дома



прячется или запирается в своей комнате



имеет проблемы со сном



угрожает причинить себе вред



проявляет высокий уровень тревожности и беспокойства о вещах, находящихся вне контроля



отказывается двигаться

ПОНИМАНИЕ ШКОЛЬНОГО ИЗБЕГАНИЯ ВАШЕГО УЧЕНИКА

- ① Первым шагом будет попытка понять проблему с точки зрения **вашего ученика**. Это поможет вам предоставить информацию школе. Поговорите с **вашим учеником** о том, почему он не хочет идти. Спросите его: "Если бы ты мог что-то изменить в школе, что бы это было?"
- ② Попросите вашего ученика оценить каждую часть школьного дня. **Например**, поездку на автобусе, занятия, учителей, сверстников, обед, перерыв, перемены и т.д.
- ③ Подумайте о том, не произошло ли дома что-то, что могло бы затруднить ученику уход в школу. **Например**, смерть в семье, развод, изменение условий жизни или беспокойство о ком-то дома.

ШАГИ ПО ПРЕОДОЛЕНИЮ ШКОЛЬНОГО ИЗБЕГАНИЯ

- При более серьезных случаях школьного избегания первым шагом должна быть консультация с педиатром вашего ученика, чтобы убедиться в отсутствии проблем со здоровьем или физических отклонений.
- Обсудите свои опасения со школьным персоналом, чтобы вы все могли работать как одна команда, поддерживая ученика в посещении школы и пребывании в ней весь день.
- Предупредите школьный персонал, если есть какие-либо тревожные вопросы, связанные с другими учениками или сотрудниками, чтобы их можно было изучить.
- Получите помощь от специалиста по психическому здоровью, чтобы помочь вашему ученику управлять своими тревожными мыслями. Ученику нужно увидеть, что он **МОЖЕТ** посещать школу и что его самые худшие страхи не сбудутся.

ДРУГИЕ СООБРАЖЕНИЯ



Родители/опекуны могут изменить свое утреннее расписание, чтобы поддержать своевременный сбор своего ученика в школу. Утренняя рутина может затянуться, если ученик прокрастинирует при подготовке к школе.



Приобретите электрический будильник и поместите его в другом конце комнаты, чтобы ученику пришлось встать с постели, чтобы выключить его. Убедитесь, что он установлен каждую ночь.



Отправьте своего ученика в школу, если он жалуется на физические симптомы (головную боль или боль в животе) и у него нет лихорадки. Призовите их "пройти через" дискомфорт, так как позже им может стать лучше.

ПРОСИТЬ ПОМОЩИ - ЭТО НОРМАЛЬНО

СТРАТЕГИИ РАБОТЫ НАД ШКОЛЬНЫМ ИЗБЕГАНИЕМ ДОМА

Пусть кто-то другой высадит вашего ученика в школу, если это возможно. Ученики часто лучше справляются с разлукой дома, чем в школе.

Хвалите или даже награждайте своего ребенка, когда он идет в школу. Например: если они выполнят согласованную цель по посещению, они что-то зарабатывают.

Если ваш ученик остается дома, убедитесь, что он в безопасности и ему комфортно, но не оказывайте ему никакого особого отношения. Сделайте дом скучным. Рассмотрите возможность ограничения или запрета любых электронных/устройств. Призовите ученика выполнить домашнее задание.

Возьмите на себя обязательство быть предельно твердым по утрам перед школой. Ограничьте обсуждение физических симптомов или тревог. Если вы сомневаетесь, болен ли ваш ученик, но позже он кажется поправившимся, рассмотрите возможность привезти его в школу на оставшуюся часть дня.

Покажите своему ученику, что вы понимаете и подтверждаете его опасения. Скажите им, что вы знаете, что это может быть трудно, но что это хорошо для них – идти. Напомните им, что в школе есть сотрудники, которые помогут поддержать их в течение дня.

Оставайтесь позитивными и говорите слова поддержки. Используйте спокойные и четкие заявления, которые передают вашему ученику, что вы ожидаете от него похода в школу.

ПРОСИТЕ ПОМОЩИ



Школьное избегание/отказ может быть трудным и стрессовым для каждого в семье. Вам не нужно справляться с этим в одиночку. Обратитесь в школу вашего ученика, чтобы они могли сотрудничать с вами над планом действий.