

O termo "Recusa Escolar" significa que um estudante se sente muito mal com a ideia de ir à escola e falta a parte ou a todo o dia letivo. A angústia não passa. A recusa escolar também pode significar que um estudante tem dificuldade em estar longe de casa.

Os estudantes que se recusam a ir à escola costumam passar o dia em casa com o conhecimento dos pais, embora os pais tentem muito fazê-los ir.

A Recusa Escolar não é um diagnóstico psiquiátrico formal, mas sim um sintoma. Pode ser uma fonte de frustração para os pais e afetar a experiência escolar do estudante.



Recusa Escolar e Frequência

RAZÕES PARA A RECUSA ESCOLAR

A recusa escolar pode começar gradualmente ou acontecer repentinamente.

- Eventos estressantes em casa, na escola ou com colegas.
- Bullying
- Começar ou mudar de escola.
- Relacionamento difícil com um funcionário.
- Dificuldade em entender o material da aula.
- Não ir bem nas aulas ou não concluir as tarefas.
- Ansiedade, depressão ou outras preocupações de saúde mental.

SINAIS DE RECUSA ESCOLAR



chorar, ter birras, gritar ou esbravejar



se esconder ou se trancar em seu quarto



se recusar a mover



implorar ou suplicar para não ir



ter problemas para dormir



ameaçar se machucar



queixar-se de dores, sofrimento e doença antes da escola, que geralmente melhoram se você deixar seu estudante ficar em casa



mostrar altos níveis de ansiedade e preocupação sobre coisas fora de controle

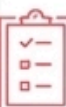
ENTENDENDO A RECUSA ESCOLAR DO SEU ESTUDANTE

- ① O primeiro passo a tomar é tentar entender o problema do ponto de vista **do seu estudante**. Isso o ajudará a fornecer informações à escola. Converse com seu estudante sobre por que eles não querem ir. Pergunte-lhes, "Se você pudesse mudar algo na escola, o que seria?"
- ② Peça ao seu estudante para avaliar cada parte do dia escolar. Por exemplo, a viagem de ônibus, as aulas, o professor, os colegas, o almoço, o recreio, os períodos de transição, etc.
- ③ Pense se algo aconteceu em casa que possa dificultar que seu estudante saia e vá para a escola. Por exemplo, um falecimento na família, um divórcio, mudança de situação habitacional, ou se eles estão preocupados com alguém em casa.

PASSOS PARA ABORDAR A EVITAÇÃO ESCOLAR

- Para casos mais sérios de evitação escolar, o primeiro passo é consultar o pediatra do seu estudante para garantir que não há problemas de saúde ou físicos.
- Discuta as suas preocupações com os funcionários da escola para que todos possam trabalhar em equipe no apoio ao estudante para ir à escola e permanecer na escola o dia todo.
- Alerta os funcionários da escola se houver questões preocupantes relacionadas com outros estudantes ou funcionários para que possam ser investigadas.
- Obtenha ajuda de um profissional de saúde mental para ajudar seu estudante a gerenciar seus pensamentos ansiosos. Um estudante precisa ver que PODE frequentar a escola e que seus piores medos não acontecerão.

OUTRAS CONSIDERAÇÕES



Pais/guardiões podem precisar alterar seu próprio horário matinal para apoiar o estudante a chegar à escola no horário. As rotinas matinais podem levar mais tempo se um estudante estiver procrastinando em se preparar para a escola.



Obtenha um despertador elétrico e coloque-o do outro lado da sala para que o estudante tenha que sair da cama para desligá-lo. Certifique-se de que esteja definido todas as noites.



Envie seu estudante para a escola se ele estiver se queixando de sintomas físicos (dor de cabeça ou dor de estômago) e não tiver febre. Incentive-o a 'seguir em frente' com o desconforto, pois pode melhorar depois.

PEDIR
— for —
AJUDA
é OK

ESTRATÉGIAS PARA TRABALHAR A EVITAÇÃO ESCOLAR EM CASA

Peça a outra pessoa para deixar o seu estudante na escola, se possível. Os estudantes costumam lidar melhor com a separação em casa do que na escola.

Elogie ou até recompense o seu filho quando ele for à escola. Por exemplo: se ele cumprir um objetivo de frequência acordado, ele ganha algo.

Se o seu estudante ficar em casa, garanta que ele esteja seguro e confortável, mas não dê tratamento especial. Torne a casa chata. Considere limitar ou restringir quaisquer dispositivos eletrônicos/de jogos. Incentive o estudante a completar os deveres de casa.

Faça um compromisso de ser extra-firme nas manhãs de escola. Limite as discussões sobre sintomas físicos ou ansiedades. Se você questionar se o seu estudante está doente, mas depois ele parecer ter melhorado, considere levá-lo à escola pelo resto do dia.

Mostre ao seu estudante que você entende e valida suas preocupações. Diga-lhes que você sabe que pode ser difícil, mas que é bom para eles irem. Lembre-lhes que existem funcionários na escola que ajudarão a apoiá-los durante o dia.

Fique positivo e diga palavras de encorajamento. Use declarações calmas e claras que transmitam ao seu estudante que você espera que ele vá à escola.

PEÇA AJUDA



Evitação/Recusa Escolar pode ser difícil e estressante para todos na família. Você não precisa lidar com isso sozinho. Entre em contato com a escola do seu estudante para que eles possam colaborar em um plano de ação com você.