

امتناع از مدرسه

امتناع از مدرسه يك مسئله جدي سلامت رواني و جسماني براي بسياري از كودكان و نوجوانان است. اگر غيبت هاي غيرقابل توجه به صورت مزمن ادامه يابد ممكن است به باز ماندن كودك يا نوجوان از تحصيل و پيامدهاي ناشي از آن نظير محروميت هاي اقتصادي مشكلات شغلي و اجتماعي و روانشناختي در بزرگسالي منجر شود. امتناع از مدرسه طبق تعريف عبارت است از امتناع كودك از حضور در مدرسه و يا مشكل براي ماندن در محيط مدرسه براي تمام روز يا قسمتي از روز.

اين تعريف موارد زير را در بر مي گيرد:

- كودكاني كه به طور كامل از مدرسه غيبت مي كنند.
- آنها كه ابتدا در مدرسه حضور مي يابند اما سپس در طول ساعات مدرسه، آن را ترك مي كنند.
- آنها كه با مشكلات رفتاري نظير بد خلقي هاي صبحگاهي يا مشكلات رواني - جسماني در مدرسه حضور مي يابند.
- آنها كه استرس نامعمولي را در طول ساعات مدرسه نشان مي دهند و به مراقبان خود التماس مي كنند كه مدرسه را

ترك كنند و در خانه بمانند.

براي امتناع از مدرسه دلايل مختلفی در مطالعات مختلف ذكر شده است كه هر کدام به تنهائي و يا در کنار يكديگر مي تواند علت امتناع از مدرسه در كودك باشد:

- احتمالاً يك آمادگي ژنتيكي براي رشد مشكلات هيچاني و اضطرابي شامل امتناع از مدرسه وجود دارد. اگر پدر يا مادر كودك دچار مشكلات اضطرابي باشند، كودك به احتمال بيشتري به مشكلات اضطرابي مبتلا خواهد شد.
- امتناع از رفتن به مدرسه و مشكلات حضور در مدرسه ممكن است ناشي از يك اختلال روانشناختي باشد. اين

مشكلات عبارتند:

1. اضطراب جدائي
 2. افسردگي
 3. اختلال رفتار بي اعتنايي و مقابله جويي
 4. اختلال سلوك
 5. ساير اختلالات
- برخي كودكان اجتناب كننده از مدرسه برآورد پائيني از مهارت هاي خود براي مقابله و کنار آمدن با مسائل و مشكلات دارند. اين كودكان وقتي در موقعيت هاي مبهم يا تهديد كننده (مثل محيط مدرسه، پرسش كلاسي، فعاليت هاي خاص در مدرسه و... قرار مي گيرند دچار اضطراب مي شوند.
 - نحوه ي برقراري پيوند كودك با مدرسه نيز مي تواند در شروع امتناع از مدرسه نقش داشته باشد.

منظور از پیوند کودک با مدرسه، احساس نزدیکی دانش آموز نسبت به مدرسه و احساس رضایت وی از تأمین نیازهای تحصیلی، اجتماعی، و... می باشد.

عوامل مربوط به پیوند کودک با مدرسه عبارتند از: اداره ی مثبت کلاس درس، شرکت در فعالیت های فوق برنامه و قبول نظم و مقررات مدرسه . اگر کودک در مدرسه احساس امنیت نداشته باشد، از ارزش و احترام برخوردار نباشد، مورد آزار و اذیت دیگر شاگردان یا پرسنل مدرسه قرار گیرد. احتمال عدم حضور در مدرسه بیشتر می شود.

○ صرف نظر از علت های نخستین امتناع از مدرسه، کاهش اضطراب کودک از طریق های ذیل می تواند در نقش یک پاداش یا تقویت کننده ی مثبت (عاملی که باعث افزایش یک رفتار می شود) عمل کند و باعث تداوم مشکلات کودک در زمینه ی امتناع از مدرسه گردد:

1. زمانی که کودک از رفتن به مدرسه امتناع می کند، در واقع از عواملی که مربوط به مدرسه است و باعث ایجاد اضطراب در کودک می شود اجتناب و دوری می کند. این مسئله امتناع را تشدید می کند.

2. وقتی کودک به مدرسه نمی رود در واقع از موقعیت های اجتماعی ناراحت کننده و ارزیابی کننده در مدرسه هم دور می شوند . مثلاً کودکان یا نوجوانانی که خجالتی هستند و در همکاری و ارتباط با همسالان و یا اشخاص دیگر در مدرسه مشکل دارند و یا مشکلاتی در زمینه های امتحان، پرسش شفاهی، کنفرانس های شفاهی در مقابل دانش آموزان دیگر، عملکردهای ورزشی و ... دارند. در این دسته جای می گیرند . این کودکان یا نوجوانان ممکن است احساس طرد شدن از همسالان بکنند.

3. مورد پاداش دهنده ی دیگر در کودکان امتناع کننده از مدرسه عبارت است از کسب توجه از اشخاص مهم بخصوص والدین. در این مورد، مدرسه به خودی خود، نامطلوب نیست اما کودک ترجیح می دهد تا در خانه یا محل کار والدین بماند. این کودکان ممکن است رفتارهایی مثل بدخلقی، شکایت های جسمانی اغراق شده و فرار از مدرسه را نشان دهند. ممکن است آنها دچار بیماری اضطراب جدایی یا لجبازی مقابله ای نیز باشند.

4. چهارمین تقویت کننده (عامل پاداش دهنده ی مطلوب) عبارت از این است که کودک یا نوجوان از مدرسه امتناع می کند تا فعالیت های جذاب تر خارج از مدرسه نظیر تماشای تلویزیون، بازی کامپیوتری، وقت گذراندن با دوستان یا رفتن به مهمانی و... را انجام دهد.

توصیه های برای والدین:

- ✓ والدین باید بعد از یک فعالیت لذت بخش، ساعات محدودی را با کودک در مدرسه حضور یابند.
- ✓ کودک را به ازای هر بار بیشتر ماندن در مدرسه تشویق کنید.
- ✓ می توانید برای وی جوایزی کوچک و متناسب برای رفتار آماده شدن به موقع، عدم گریه و قشقرق در

هنگام رفتن به مدرسه، حضور در مدرسه بدون گریه و بی قراری حضور در کلاس بدون گریه، ماندن تمام روز در مدرسه بدون ناراحتی

- ✓ كودك را بوسيله ي سرزنش، تحقير، تنبيه بدني مجبور به حضور در مدرسه نكنيد.
- ✓ در فرستادن كودك به مدرسه آرام و با ثبات باشيد.
- ✓ از بحث هاي طولاني و گيج كننده با كودك بپرهيزيد.
- ✓ در مورد فرستادن كودك به مدرسه، ترديد و دودلي به خود راه ندهيد.
- ✓ كودك را در ساعات مدرسه به نزد پزشك نبريد.
- ✓ گر كودك به هر دليلي در خانه ماند، وي را از فعاليت هاي سرگرم كننده نظير بازي، تماشاي تلويزيون و...

محروم كنيد. بهتر است كودك در جايي خارج از خانه كه چندان مورد علاقه اش نيست همانند تا براي ماندن در خانه تشويق نشود.

- ✓ اگر كودك به دلایل بیماری در خانه مانده است، سعی کنید او را در رختخواب نگه دارید. به او بگوئید كه بیمار است و باید استراحت كند.

- ✓ مواردی كه كودك از طرد شدن توسط ساير بچه ها در مدرسه ترس دارد از طريق بازي نقش مهارت هاي دوست يابي را با او تمرين كنيد

- ✓ در فعاليت هاي مربوط به مدرسه كودك نظير اوليا و مربيان و ... شركت كنيد
- ✓ كودك خود را با سايرين مقايسه نكنيد.
- ✓ مسئوليت هاي ساده اي كه توانايي انجام آن را دارد در مدرسه به آنها واگذار شود.

نویسنده: دکتر جواد محمودی قرایی، فوق تخصص روانپزشکی کودک و عضو هیئت علمی دانشگاه علوم پزشکی ایران
تهیه و تنظیم: لیلا محمدی