

## MAMMA NON VOGLIO ANDARE A SCUOLA!

La **fobia scolare** riguarda il blocco ad andare a scuola o la difficoltà a rimanervi per l'intera giornata a causa di un livello eccessivo di ansia, preoccupazione o depressione.

La fobia scolare non va confusa con l'**assenza ingiustificata**; quest'ultimo è un comportamento in cui nel bambino o nel ragazzo è assente la paura eccessiva di frequentare la scuola; inoltre, l'assenza ingiustificata è spesso associata a comportamenti antisociali e mancanza di interesse per la propria formazione disciplinare (Fremont, 2003).

Il bambino che soffre di fobia scolare può assentarsi fin dall'inizio della giornata, o può recarsi a scuola e poi, dopo poche ore, chiedere di tornare a casa. Durante le ore scolastiche il bambino

resta a casa, in un ambiente fidato e sicuro, dedicandosi in modo sereno ad altre attività.



### COME SI MANIFESTA

I **sintomi** della fobia scolare si presentano di solito in modo graduale. Ad esempio possono cominciare dopo un periodo di vacanza o dopo una malattia, più raramente al rientro dopo il fine settimana, ed essere preceduti da eventi stressanti.

L'angoscia si manifesta in modo intenso quando giunge il momento

di uscire per andare a scuola.

I bambini più piccoli possono mostrare comportamenti di **estrema agitazione, protestando e giungendo a supplicare i genitori** con la promessa di recarsi a scuola l'indomani.

Qualora i bambini in preda a questa crisi di ansia vengano costretti ad andare a scuola, possono **nascondersi, piangere disperatamente o persino tentare di scappare** per tornare a casa propria, il solo luogo in grado di rassicurarli veramente. La gestione di questi momenti da parte di genitori e insegnanti può diventare molto difficoltosa.

I bambini più grandi, tendono inoltre a presentare sintomi di somatizzazione come **cefalee, dolori addominali, vomito e perfino febbre**. La persistenza dei sintomi fisici tende a diminuire in modo naturale nel fine settimana e in prossimità delle vacanze.

Spesso si genera uno stato di demoralizzazione secondaria al fatto che questi bambini, in conseguenza delle elevate assenze scolastiche, tendono a rimanere indietro rispetto al

programma. Tale ulteriore problematica può avere ripercussioni sull'autostima e instaurare circoli viziosi di mantenimento del problema.

#### DA COSA PUO' DIPENDERE



Tra i **fattori** che maggiormente incidono nel predisporre alla fobia scolare si trovano quelli **ambientali**. I sintomi possono iniziare in seguito ad eventi di vita stressanti che si sono verificati a casa o a scuola tra cui la propria malattia o di un membro della famiglia, la separazione tra i genitori, la separazione transitoria da uno dei genitori, relazioni conflittuali nella famiglia, problemi con il gruppo dei pari o con un insegnante e il ritorno a scuola dopo una lunga interruzione o vacanza.

I dati disponibili dagli studi sulla famiglia e sui gemelli suggeriscono che ci potrebbe essere una **vulnerabilità biologica** per lo sviluppo di problemi emotivi, tra cui la fobia scolare.

Un'altra caratteristica familiare, che può porsi alla radice della fobia scolastica, è lo stile educativo troppo tollerante e poco autorevole, ben diverso, di solito, da quello vigente in ambito scolastico: non è raro che la necessità di alzare la voce e i rimproveri di qualche insegnante, alle prese con una classe caotica, possano intimidire bambini paurosi e meno abituati a comportamenti simili a casa.

## **COME AFFRONTARE IL PROBLEMA**

Dietro al rifiuto di andare a scuola non sempre si nasconde un vero e proprio problema come la fobia scolare. Può essere utile chiedere una prima consulenza al proprio medico pediatra e se il problema persiste consultare uno specialista.

Il **trattamento cognitivo comportamentale** si è rivelato il trattamento elettivo per la fobia scolare, l'efficacia della terapia è stata dimostrata in termini di riduzione dell'ansia, aumento del senso di autoefficacia personale e ripresa della frequenza scolastica.

In generale l'intervento è individualizzato e prevede varie fasi e tecniche specifiche. Tale percorso prevede il coinvolgimento dei genitori e, dove possibile, della scuola.

**Dott.ssa Francesca Celli**  
**Psicologa-Psicoterapeuta**