



Abril 2009

¿TENGO FOBIA ESCOLAR?

José Mario Horcas Villarreal

Para citar este artículo puede utilizar el siguiente formato:

Horcas Villarreal, J.M.: *¿Tengo Fobia Escolar?*, en Contribuciones a las Ciencias Sociales, abril 2009. www.eumed.net/rev/cccss/04/jmhv4.htm

En una sociedad en la que rige la escolaridad obligatoria, la negación, por parte de un niño de acudir a la escuela, puede ser considerada como un “síntoma”, con lo cual, además, se comprende hasta que punto se emplea este término como relativo a contingencias sociales. Se habla entonces de “fobia escolar”. Pero tal “síntoma” se convierte en una molestia general para la familia y constituye una fuente de conflicto entre el niño y quienes le rodean.

Cuando un alumno experimenta miedo a acudir al colegio o instituto, relacionado bien con el maestro/profesor, con sus compañeros, al fracaso social o escolar, con ansiedad por separación de sus padres o por otros agentes, es conveniente conocer que estos síntomas

pueden desembocar en una **fobia escolar**.

A menudo **fobia y rechazo** suelen emplearse como **sinónimos** pero no lo son.

En el rechazo existe una decisión consciente de negación a ir al Centro Educativo, mientras que en la fobia late una ansiedad que no es una decisión consciente.

Entre los síntomas que se experimentan en la fobia resaltamos:

- **Síntomas en el comportamiento:** conducta negativa. Monta un escándalo si se le obliga a vestirse, desayunar, etc., grita, llora, en caso de Educación Infantil, en caso de la Eso, si se le hace permanecer en clase su conducta es muy perturbadora.
- **Síntomas fisiológicos:** sudoración de la manos y el cuerpo, tensión muscular elevada, vómitos, diarrea, alteraciones en la alimentación y en el sueño.
- **Síntomas cognitivos:** Temor a todo lo relacionado con estar en el Centro Educativo.
Temor que desaparece cuando llega del Centro Educativo y que reaparece día siguiente cuando debe partir hacia él.

Si el alumno sufre estos síntomas es recomendable que:

- Hable con su hijo, con sus hermanos, sus amigos y sus maestros.
- Que el niño se vaya incorporando al colegio poco a poco.
- Intente que alguien del colegio recoja al niño en la puerta y le acompañe a la clase.
- Intente que el niño acuda a una clase en la que tenga amigos o su profesor sea de confianza para él.
- Es bueno acudir a la escuela en horas en que no haya clase para que se familiarice con el centro.- Recompense al niño con su atención.
- Establezca un sistema formal de recompensas.
- Ignore los comentarios negativos del niño sobre el centro y la escolaridad y nunca los fomente con sus opiniones.
- Haga que el niño lleve una rutina diaria a nivel de horarios y normas.- Fomente las amistades escolares para que se establezcan también fuera del centro escolar.

Con frecuencia la primera prueba de independencia para un niño viene cuando debe asistir a la escuela diariamente, por ello hay que prestar atención a estos momentos y es justo donde pueden surgir las primeras dificultades.

Hay niños que temen a algunas actividades escolares (tomar el autobús escolar, leer en voz alta en clase, cambiarse para la clase de educación física).

Por tanto, pueden estar ansiosos por muchas razones. La "Ansiedad de Separación", por ejemplo, ocurre típicamente cerca de los 18 a 24 meses de edad. Los niños lloran, se agarran de las personas y tienen rabietas cuando se separan de las personas que los cuidan (personas en guarderías o niñeras, por ejemplo). Esto es normal a esta edad, pero algunos niños continúan teniendo dificultad al separarse de sus padres u otras personas que los cuidan.

A veces, niños de edad escolar que previamente podían separarse de sus cuidadores, se sentirán de momento ansiosos y temerosos.

Un niño con fobia escolar generalmente tiene temor de salir de la casa en general, en vez de temer a una cosa en particular del Centro Educativo. Por ejemplo, puede extrañar la casa cuando se queda en casa de un amigo.

Por lo general, los padres proporcionan amor en abundancia a sus hijos. Algunas veces, esos padres son exageradamente protectores y cariñosos, y el niño encuentra difícil separarse de ellos (ansiedad de separación). El niño no tiene la confianza en sí mismo que resulta de manejar las tensiones normales de la vida sin asistencia de los padres.

Además, una crisis reciente en la comunidad o la familia (como una muerte, divorcio, problemas financieros, mudanza, etc.) puede causarle al niño ansiedad o miedo. Algunos niños temen que algo terrible pasará en la casa mientras ellos están en la escuela.

Los niños que están luchando con problemas académicos o sociales pueden desarrollar también rechazo a la escuela. Muchos niños tienen preocupaciones sociales y pueden haber sido molestados o intimidados en la escuela o de camino hacia ésta. Algunas escuelas o vecindarios pueden ser inseguros y caóticos.

Los niños que han perdido muchos días de escuela debido a enfermedades u operaciones, pueden experimentar dificultad regresando al salón de clases.

Algunos niños prefieren quedarse en la casa porque pueden ver la televisión, tener la atención de los padres, jugar, en vez de trabajar en la escuela. Puede que los niños y jóvenes que están pasando por una transición (de escuela elemental a intermedia, o intermedia a superior) se sientan muy tensos.

Todos estos factores pueden llevar al desarrollo del rechazo a la escuela. Además, muchos niños rechazan o evitan la escuela por una combinación de razones, complicando más el tratamiento.

Excepto por la mala asistencia, estos niños generalmente son buenos estudiantes y con buena conducta en la escuela. Pero, si no se le da tratamiento, el rechazo a la escuela podría llegar a convertirse en algo más complicado que un problema familiar.

Los resultados pueden ser deterioro académico, malas relaciones con niños de su misma edad, conflictos legales, evitación del trabajo o de continuación de sus estudios, ataques de pánico, agorafobia y trastornos psicológicos.

En definitiva, se trata de un problema que afecta a los niños, sobre todo, de infantil y primaria, y, aunque en menor medida, también a los de Educación Secundaria Obligatoria, por tanto son los maestros/ profesores, padres y los psicopedagogos los que deben trabajar para lograr el mejor comienzo del niño en el Centro.

Sin embargo, debemos destacar la magnífica labor que están realizando los maestros de infantil, pues de todos es sabido que están logrando que los niños inicien el colegio de la mejor manera posible, haciendo el mismo de una forma lúdica y afectiva para que el niño no sienta que se le separa de su figura de apego.

En cuanto, a los padres y familiares, éstos representan el principal apoyo del maestro y orientador a la hora de que el niño se sienta a gusto en el colegio. La colaboración, en este caso, de la familia con el centro se hace imprescindible.

Por otra parte, me ha parecido que la bibliografía sobre el tema es bastante escasa sobre todo, en lo que se refiere a intervención y tratamiento con lo que supone ello, para la realización del trabajo.

En definitiva, es un tema máximo interés para los psicopedagogos, que deben aportar la ayuda y colaboración necesaria tanto al maestro como a los padres, para ayudar a superar la fobia escolar que un determinado alumno pueda tener

Bibliografía

- Jaime Vila Castellar. Una introducción a la psicofisiología clínica. Psicología Pirámide.
- Joseph LeDoux. El cerebro emocional. Ariel Planeta.
- Francisco Xavier Méndez. Modificación de conducta con niños y adolescentes. Psicología.
- M^a Carmen Luciano. Manual de Psicología Clínica. Infancia y adolescencia.
- Enrique Echeburúa, "Trastornos de ansiedad en la infancia", Ed. Pirámide.
- Melanie Klein, "El psicoanálisis de niños!". Ed. Paidós.
- J. Dunn. "Inquietud y bienestar infantil", Ed. Morata.
- La responsabilidad: Cómo educar en la responsabilidad. V. Barberá Albalat, (2001). Madrid: Santillana, aula XXI.
- Violencia escolar: Mito o realidad. R. Ortega, J.A. Mora-Merchán, (2000). Sevilla: Mergablum.
- Educar la convivencia para prevenir la violencia. R. Ortega, (2000). Madrid: Antonio Machado Libros.
- Aprender a convivir. X.R. Jares, (2001). Vigo: Xerais.
- La escuela ante los niños maltratados. M^a I. Bringiotti, (2000), Buenos Aires: Paidós.