

## 7 σημάδια ότι το παιδί έχει προβλήματα στο σχολείο (αλλά φοβάται να το πει)

Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός / Κοινωνιολογικά (κοινωνική πρόνοια & οικογενειακά θέματα)



Όλοι θέλουμε το παιδί μας να είναι χαρούμενο και προστατευμένο είτε βρίσκεται στο ασφαλές περιβάλλον του σπιτιού μας είτε στο σχολείο. Ωστόσο, τα πράγματα δεν είναι πάντα ρόδινα και συχνά πρέπει να καταλάβουμε από τα... συμφραζόμενα ότι τα αγγελούδια μας περνούν δυσκολίες και αντιμετωπίζουν προβλήματα που

φοβούνται (ή δεν ξέρουν πώς) να μοιραστούν μαζί μας.



Σε αυτή την περίπτωση, πρέπει να τα ενθαρρύνουμε να μας μιλήσουν και, φυσικά, να μάθουμε να διαβάζουμε τα ανησυχητικά σημάδια.

### **Χάνει ή χαλάει συχνά τα πράγματά του**

Έρευνες δείχνουν ότι περίπου το 29% των παιδιών που πέφτουν θύματα μπούλινγκ στο σχολείο, επιστρέφουν συχνά σπίτι με κατεστραμμένα ή χαμένα πράγματα. Να είστε σε επιφυλακή και να παρακολουθείτε αν λείπουν ή χαλάνε αντικείμενα όπως βιβλία, ηλεκτρονικές συσκευές (κινητό), ρούχα και κοσμήματα. Αν αυτό συμβαίνει συχνά, ίσως είναι σημάδι πως τα άλλα παιδιά κλέβουν ή καταστρέφουν τα πράγματά του, ασκώντας του σωματική ή ψυχολογική βία.

### **Δυσκολεύεται να κοιμηθεί ή έχει συχνούς εφιάλτες**

Όταν ένα παιδί με σταθερό πρόγραμμα αρχίζει να παρουσιάζει δυσκολίες στον ύπνο του, τότε κάτι του συμβαίνει. Αν ξαφνικά δυσκολεύεται να κοιμηθεί στην ώρα του ή βλέπει πολλούς εφιάλτες, καλό είναι να επιστήσετε την προσοχή σας στις αλλαγές που βιώνει στην καθημερινότητά του.

Σχετικές έρευνες έχουν δείξει ότι η σωματική ή λεκτική βία που βιώνουν τα παιδιά στο σχολείο, έχει αντίκτυπο στην ποιότητα και την ποσότητα του βραδινού τους ύπνου. Καλό είναι, λοιπόν, να τα παρακολουθούμε τη νύχτα καθώς κοιμούνται όσο περισσότερο μπορούμε.

### **Ζητά περισσότερο κολατσιό (ή χρήματα)**

Τα παιδιά που ασκούν σωματική, λεκτική ή συναισθηματική βία, συνήθως

εκφοβίζουν το θύμα τους να μην μιλήσει και του ζητούν όλο και περισσότερα. Αν το παιδί αρχίσει ξαφνικά να ζητά το διπλάσιο κολατσιό, περισσότερα μολύβια και τετράδια ή πιο πολλά χρήματα, είναι σημάδι πως κάτι συμβαίνει και δεν σας το λέει.

### **Παρουσιάζει ξαφνικά χαμηλή αυτοπεποίθηση**

Τα τραύματα που μπορεί να βιώσει ένα παιδί στο σχολείο, είτε σωματικά είτε συναισθηματικά, τον κάνουν να νιώθει αδύναμο και αποτυχημένο. Το γεγονός ότι δεν έχει τη δύναμη να αντισταθεί, τον βάζει αυτόματα σε μειονεκτική θέση και αρχίζει να αμφισβητεί τον εαυτό του.

Η αυτοεκτίμησή του πέφτει και η συμπεριφορά του αλλάζει. Αρχίζει να περπατά με το κεφάλι του σκυφτό, μιλά πολύ χαμηλόφωνα ή δεν μιλά καθόλου αν δεν του απευθύνεις το λόγο. Στο σπίτι, που συνήθως είναι το ασφαλές του περιβάλλον, απομονώνεται ή θυμώνει με το παραμικρό και αντιδρά ασυνήθιστα έντονα (ή και βίαια).

### **Δεν θέλει να συναντάει τους φίλους του εκτός σχολείου**

Αν παρατηρήσετε πως το παιδί σας διακόπτει ξαφνικά τις κοινωνικές του σχέσεις με τους φίλους του, καλό είναι να αναρωτηθείτε τι του συμβαίνει. Ίσως είναι σημάδι πως κάτι έχει συμβεί στο σχολείο με τους συμμαθητές του και προσπαθεί να τους αποφύγει.

Μπορεί να είναι κάτι ασήμαντο που θα λυθεί σύντομα, αλλά μπορεί να συμβαίνει και κάτι πολύ πιο σοβαρό που έχει πληγώσει το παιδί σας. Το σχολείο είναι υποχρεωτικό και δεν μπορεί να το αποφύγει, όμως μπορεί εύκολα να πει όχι σε μια συνάντηση εκτός σχολείου.

### **Δεν συμμετέχει στις οικογενειακές δραστηριότητες**

Το 19% των μαθητών που αντιμετωπίζουν προβλήματα με τους συμμαθητές τους και φοβούνται να το πουν, παρουσιάζουν αντικοινωνική συμπεριφορά και μέσα στην οικογένεια. Κλείνονται συχνά στο δωμάτιό τους, δεν συμμετέχουν στις οικογενειακές συζητήσεις και αρνούνται να πάρουν μέρος σε βόλτες ή εκδρομές με την οικογένεια.

Μπορεί αυτή η στάση να θυμίζει... έφηβο, όμως όταν συμβαίνει ξαφνικά δεν παύει να είναι ανησυχητική. Εξάλλου οι γονείς γνωρίζουν καλά τα παιδιά τους και μπορούν να καταλάβουν πότε η συμπεριφορά τους είναι προβληματική και πότε όχι.

### **Ξεσπά έντονα στην μαμά και τον μπαμπά**

Όταν ένα παιδί καταπίεζεται στο σχολείο, είναι λογικό να ξεσπάσει αυτή την καταπίεση στο σπίτι - στο ασφαλές το περιβάλλον. Αν μέχρι εχθές συζητούσατε

ήρεμα, σας έλεγε πως σας αγαπά και οι καβγάδες σας ήταν σπάνιοι και με μικρή διάρκεια και ξαφνικά ξεσπά πάνω σας με κάθε αφορμή, μην τα βάλετε με το παιδί.

Προφανώς περνάει δύσκολα και προσπαθεί να εκφράσει τα συναισθήματά του και να νιώσει ότι έχει τον έλεγχο. Μείνετε κοντά του και προσπαθήστε να το κάνετε να νιώσει ασφάλεια και εμπιστοσύνη, προκειμένου να σας μιλήσει για όσα το καταπιέζουν και το πληγώνουν.

**Πηγή:** brightside.me, [mama365.gr](https://www.mama365.gr)