

Che fare se il bimbo non vuole andare a scuola?

Pubblicato: Lunedì 17 Settembre 2018



La scuola è appena ricominciata, ma alcuni bambini fanno più fatica a riprendere il ritmo, e **protestano ogni mattina, chiedendo di poter restare a casa**. Niente di assurdo e soprattutto niente panico: l'inizio del nuovo anno scolastico è un momento di passaggio emozionante che può portare con sé anche ansie e paure. Il fenomeno è talmente diffuso che [Telefono Azzurro](#) ha stilato una piccola **guida con i consigli rivolti ai genitori che cercano di aiutare i figli a gestire al meglio questa fase delicata**.

EMPATIA

Il genitore deve cercare di sintonizzarsi con le preoccupazioni del figlio, perché le cause di angoscia possono essere diverse: la separazione da casa, i compiti difficili, la paura di prendere brutti voti e di non riuscire a integrarsi nel gruppo di coetanei. Le transizioni richiedono un'attenzione particolare: l'inizio della prima elementare o della prima media, ma anche l'arrivo di una nuova insegnante o il trasferimento dell'amico del cuore.

ASCOLTARE

Eventuali preoccupazioni vanno accolte con attenzione, senza rinforzare l'ansia e senza minimizzare: mai dire “non è niente”, ma “ascolta le sue domande, anche se ripetute e insistenti – consigliano gli esperti dell'associazione – magari proponi di definire insieme una strategia per affrontare gli ostacoli”. Quindi riconoscere la difficoltà (“So che è dura”), perché ciò lo rassicura, senza alimentare l'ansia (non chiedere “Ti fa paura la nuova prof di Matematica?”), ma provare ad aprire l'argomento chiacchierando in situazioni di serenità, lungo il tragitto verso la scuola o facendo la spesa.

I SEGNALI

Spesso i bambini esprimono le loro paure in modo indiretto. **Le difficoltà potrebbero manifestarsi in sintomi fisici** come mal di testa, mal di pancia e difficoltà a prendere sonno, alterazioni delle abitudini alimentari, stanchezza, irritabilità e chiusura in sé stessi: **se il pediatra esclude una patologia, è importante capire la causa dell'ansia**. Senza esagerare: tenere a casa un bambino per evitargli una situazione difficile può indirettamente rinforzare l'idea che la scuola fa paura.

IL SALUTO

La separazione dal nucleo familiare può essere difficile, per bambini e genitori, soprattutto se il figlio è piccolo, alle prese con i primissimi giorni di scuola. In genere **programmare bene la routine del saluto ed evitare imprevisti** rassicura il bambino, e **validi alleati cui chiedere aiuto** al momento dell'ingresso in classe possono essere anche **un insegnante o un compagno di scuola** particolarmente gradito.

LO STRESS (DEL GENITORE)

L'inizio dell'anno scolastico può essere fonte di preoccupazione anche per mamma e papà. Per evitare picchi di stress è **miglior non partire subito in quarta, caricandosi troppi impegni**. Piuttosto programmare un ritorno graduale alla routine. Ad esempio la ripresa delle attività pomeridiane può aspettare un paio di settimane.

Altrettanto importante è **non trasmettere ai figli le proprie ansie, ad esempio sull'ambientamento:** sentirsi chiedere continuamente “Ti sei fatto nuovi amici?”, può essere frustrante per un bambino che sta facendo un po' di fatica a integrarsi. Meglio domande neutre su “come è andata oggi?”, oppure

“Dimmi tre cose che ti sono piaciute oppure no di oggi”.

SE IL DISAGIO PERSISTE

Se nonostante gli accorgimenti, con il passare dei giorni, la situazione non migliora o addirittura l'insofferenza per la scuola peggiora, può essere utile chiedere aiuto a un professionista: il pediatra, lo psicologo, o anche il Telefono Azzurro (1.96.96), che offre un servizio gratuito di consulenza h24 agli adulti, oltre che a bambini e adolescenti. Anche via [chat](#).

di bambini@varesenews.it