



Isabel Menéndez Benavente
CLINICA DE PSICOLOGIA

Mi hijo no quiere ir al cole



Hoy no voy al cole

- **¿Es normal que a veces un niño no quiera ir al cole?** Es totalmente normal, mientras están en infantil o en los primeros años de primaria. Puede pasar a principios de curso, tras una enfermedad o unas vacaciones, porque realmente prefiere quedarse en casa. Pero lo lógico es que se le pase en unos días o pocas semanas. Cada niño es diferente, pero a medida que van siendo mayores la separación de sus padres le costará menos, y la necesidad de socializarse y tener amigos, pesará más.
- **¿Cuándo debo preocuparme por su negativa a ir al cole?** Será una señal de alarma si esa negativa persiste más de dos o tres semanas, el niño está obsesionado con el colegio, tiene alteraciones de sueño y de apetito, vomita, o vuelve a hacerse pis por la noche, cambia su comportamiento, es una sombra de sus padres, está triste o muy irritable. Hablaríamos entonces de fobia escolar que es un problema de ansiedad que debe abordar un especialista.
- **¿Por qué puede producirse una fobia escolar?** Puede deberse a una excesiva superprotección, que hace que el niño no pueda enfrentarse a la vida sin sus padres; pero también a problemas reales en el colegio, con el profesor, con sus compañeros, o bien de aprendizaje. En estos casos hay que descartar cualquier conflicto puntual, o bien en el centro, en la familia o en el propio niño.
- **Mi hijo se queja todas las mañanas que hay colegio de un fuerte dolor de barriga ¿es preocupante?** Lo primero es descartar cualquier causa orgánica, aunque hay que tener en cuenta que las manifestaciones físicas (dolor de barriga, de cabeza, náuseas, etc) son a menudo la forma que tiene el niño pequeño de manifestar la ansiedad. Una vez que lo llesves al médico, trata siempre de hablar con el niño directamente sobre si hay algún problema en el cole, si le pasa algo por otra causa, que exprese sus sentimientos y desde luego ir al centro para informar e informarse.
- **Siempre ha ido bien al colegio, pero desde que ha nacido su hermano se niega a ir...** Es una reacción que entra dentro de lo normal. Solo quiere llamar la atención, y la reacción adecuada es no darle importancia a sus negativas (no enfadarse, chillar, desesperarse) y sí valorar todos sus esfuerzos por ir al cole, ser mayor, vestirse solo, hacer las cosas bien etc. Entonces sí debe tener toda la atención y todo el cariño.
- **¿ Que hacer cuando tiene una pataleta y se niega a vestirse para ir al cole?** Lo fundamental es no ceder y llevarlo al colegio tratando siempre de no darle importancia a la rabieta, sobretodo no enfadarse, y mantenerse firme. Tratar de distraer su atención, cambiar de tema, hablar de algo o enseñarle algo que le interese mucho, suele dar buen resultado. Pero sobretodo no dramatizar, mantener el control y no transmitirle al niño nuestra angustia.





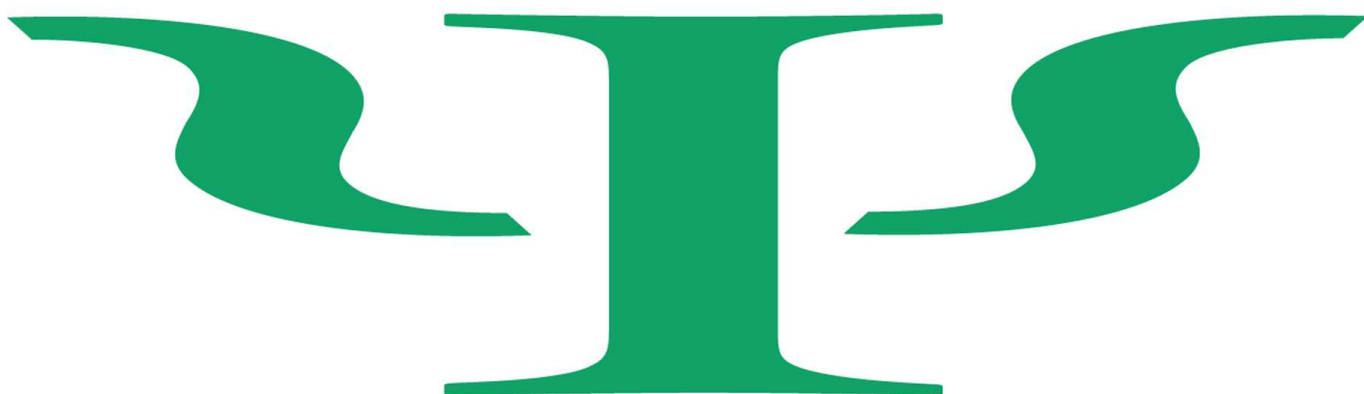
¡Decálogo para que vaya bien al cole!

1. **Evita la superprotección**, y harás que tu hijo tenga las herramientas necesarias para enfrentarse a la separación y a la vida en general. Fomenta la autonomía de tu hijo y eso le ayudará en el colegio
2. **Trata siempre de comunicarte** emocionalmente con tu hijo. Eso hará que él te cuente sus miedos, sus fracasos, sus problemas.
3. **Nunca le ridiculices**, ni le pongas comparaciones, ni le castigues o le riñas. Su miedo y su ansiedad son reales, como padres debéis aprender a distinguir cuando simplemente os está probando y cuando realmente está angustiado.
4. **No dramáticos ante sus llantos**, pataletas, o pequeñas tragedias diarias, eso hará que cronifique su conducta para conseguir tu atención.
5. **No trates de razonar**. En ese momento no te entiende, su emoción prima sobre la razón. Utiliza la táctica de la distracción. Cambia de conversación, utiliza el humor, cuéntale algo que le guste mucho, habla de algo que le interese, enséñale su juguete preferido para que lo lleve, dile que hoy irá tu abuelito contigo al cole, etc...
6. **Busca siempre relacionar** el cole con algo bueno, los amigos, la excursión, el recreo, aprender a leer, ser mayor, etc.
7. **Sobretudo que no viva la experiencia** del cole, como una constante evaluación. ¿ lo has hecho todo? ¿ Lo has hecho bien? ¿ Has sido bueno? Hablaré con tu profesora....
8. **Acostarle temprano y levantaros con tiempo** por la mañana, las prisas estresan a tu hijo y os ponen a todos más nerviosos. Que viva un clima lo más distendido y relajado posible, después de haber dormido lo que necesita.



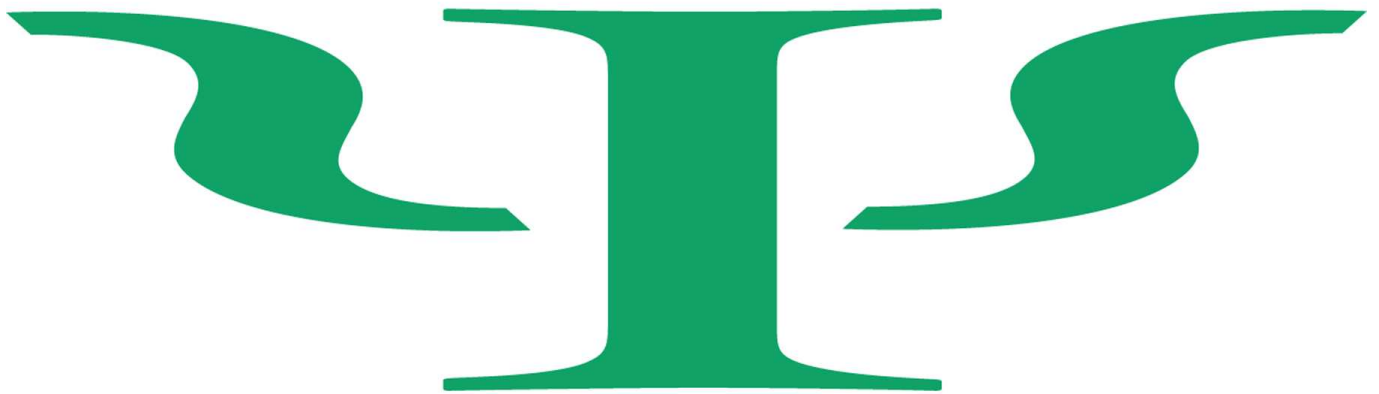


9. **Ante el rechazo, involucra a su profesor.** El puede ayudarte a que tu hijo se sienta mejor, con pequeños estímulos, premios, alabanzas, dándole responsabilidades, etc. Si existe un rechazo fuerte, trata de pactar con él, estancias paulatinas en el cole, cada vez más largas, pero poco a poco. No podemos olvidar que realmente el niño puede estar sufriendo.
10. **Pero sobretodo haz que se sienta seguro** y protegido, aprovecha el tiempo para estar con el, apaga la tele, cuéntale un cuento, que sienta que cuando no está en el cole, todo tu tiempo es para el.... Y quíerele y díselo , abrázale... esta es su mejor vitamina, lo que realmente necesita para crecer ...por dentro y por fuera.





¡Gracias!



Por Visitarnos

C/ Asturias, 2-2º Izda.
33206 Gijón Asturias.

Tels: 985-33-51-96 985-35-25-89

<http://www.isabelmenendez.com/>
<http://clinicaisabelmenendez.wordpress.com/>

Isabel Menéndez Benavente
CLINICA DE PSICOLOGIA

C/Asturias, 2 -2º Izda
33206 Gijón. Asturias
Tlfs: 985 33 51 96