

- Uvod • Liječenje • Uobičajeni dječiji strahovi

Uvod

Fobija je iracionalni ili pretjerani strah od predmeta, situacija ili funkcija koje stvarno nisu opasne.

Fobija se razlikuje od straha koji je normalan dio djetetovog razvoja ili straha uslovljenog obiteljskim sukobom. Fobija od škole je primjer pretjeranog straha, koja može uzrokovati kod djeteta od 6-7 godina odbijanje polazjenja u školu. Dijete može direktno odbijati da ide u školu ili se žali na bol u trbuhu, mučninu ili druge simptome, samo da bi ostalo kod kuće. Pretjerana reakcija djeteta može biti uslovljena strogoćom ili prekorom učitelja, koji uplaši osjetljivo dijete. U dobi od 10-14 godina fobija od škole može dovesti do ozbiljnih psiholoških problema.

Liječenje

Mlađe dijete sa fobijom od škole treba vratiti što prije u školu zbog zaostatka u usvajanju gradiva. Ako je fobija toliko izražena da sprječava djetetove aktivnosti i ako dijete ne reagira povoljno na uobičajeno ohrabrivanje, potrebno je savjetovanje psihologa ili psihijatra.

Neka djeca se brzo oporave od fobije prema školi, ali kasnije razviju stvarni i teži poremećaj. Kod starije djece ne treba žuriti sa povratkom u školu, već treba prvo procijeniti njihovo duševno stanje (mentalni status).

Uobičajeni dječiji strahovi

Strah od mraka, čudovišta, buba i paukova je uobičajen u dobi od 3-4-te godine. Strah od ozljede i smrti je češći u starije djece. Strašne priče, filmovi i TV emisije često djeluju uznemirujuće i mogu pogoršati strah. Riječi koje izgovore roditelji u bijesu predškolska djeca doživljavaju doslovne.

Sramežljiva djeca reaguju na nove situacije strahom ili povlačenjem.

Dijete treba utješiti objašnjenjima da čudovišta ne postoje, da su paukovi bezopasni ili da TV

emisije ne predstavljaju stvarnost. Ako roditelji kažu uznemirujuće izjave u bijesu, potrebno ih je objasniti djeci i ublažiti strah. Sramežljivom djetetu se pomaže na način da se postepeno izlaže stresnoj situaciji bez pritiska i uz njihovu potporu.