

ВІКОВІ ТА ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ СТРАХУ У ДІТЕЙ AGE AND GENDER FEATURES EXPERIENCE OF FEAR IN CHILDREN

У статті розглядається проблема страху у дітей молодшого шкільного віку. Проаналізовано, що проблема страху досить детально досліджена на психофізіологічному, соціально-психологічному та соціально-філософському рівні. У різних психологічних теоріях емоцій розглянуто різні визначення стану страху, а також віднесення цього феномена до різних класів емоційних явищ. Зазвичай страх розглядають як почуття, емоцію, афект, стрес, фобію, як мотивацію, емоційний стан, емоційний процес. У статті поняття «страх» розглянуто як комплексне утворення, що включає фізіологічні, поведінкові та когнітивні прояви і може бути визначене як негативний емоційний стан, який пов'язаний із відображенням у свідомості конкретної загрози для життя та благополуччя індивіда та проявляється в очікуванні і передбаченні небезпеки. Розглянуто специфічні шкільні страхи учнів початкової школи. Зауважено, що для молодшого школяра страхи, що виникають у провідній діяльності та пов'язані з нею, здатні найбільш негативно позначитися на розвитку дитини, блокуючи як її актуальний, так і найближчий розвиток. У статті проаналізовано особливості прояву страхів у дітей молодшого шкільного віку з урахуванням вікових і гендерних відмінностей. Зауважено, що основними страхами молодших школярів є: страхи самовираження, страхи не відповідати очікуванням інших, страхи, що виникають під час спілкування з учителем, страхи ситуацій перевірки знань.

З'ясовано, що у молодшому шкільному віці, коли навчальна діяльність стає провідною, шкільні об'єктні страхи переживаються як найбільш гострі, а викликані ними негативні наслідки є найбільш шкідливими для розвитку дитини. Поширеність шкільних страхів як психологічної проблеми досить велика в порівнянні з іншими психологічними порушеннями у дітей. Завданням психолога є попередження виникнення страхів, які з'являються впродовж шкільного навчання. Це особливо важливо в молодшому шкільному віці, коли формується особистість, зростають можливості емоційно-вольової регуляції діяльності.

Ключові слова: емоції, страхи, фобії, тривога, стрес, страх, молодший шкільний вік.

The article considers the problem of fear in children of primary school age. It is analyzed that the problem of fear is studied in detail at the psychophysiological, socio-psychological and socio-philosophical level. Different psychological theories of emotions consider different definitions of fear, as well as the attribution of this phenomenon to different classes of emotional phenomena. As a rule, fear is considered as feelings, emotion, affect, stress, phobia, as motivation, emotional state, emotional process. The article considers the concept of fear as a complex formation that includes physiological, behavioral and cognitive manifestations and can be defined as a negative emotional state, which is associated with the reflection in the mind of a specific threat to life and well-being and manifests itself in anticipation and anticipation of danger. The specific school fears of primary school students are considered. It is noted that for the younger student, the fears that arise in the leading activities and related to it, can have the most negative impact on the development of the child, blocking both its current and immediate development. The article analyzes the features of the manifestation of fears in children of primary school age, taking into account age and gender differences. It is noted that the main fears of junior high school students are: fears of self-expression, fears of not meeting the expectations of others, fears that arise when communicating with the teacher, fears of testing situations.

It's been found that in the early school years, when learning becomes the leading one, school object fears are experienced as the most acute, and the negative consequences cad by them are the most harmful for the child's development. The prevalence of school fears as a psychological problem is quite high compared to other psychological disorders in children. The task is to prevent the fears that occur during schooling. This is particularly necessary in the early school years, when the personality is formed, the possibilities of emotional and volitional regulation of action increase.

Key words: emotions, fears, phobias, anxiety, stress, fear, primary school age.

УДК 159.922.736.3
DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.28.16>

Руденко А.І.

к.психол.н.,
доцент кафедри психології та педагогіки
Хмельницький національний
університет

Грабовець С.Р.

магістрантка кафедри психології
та педагогіки
Хмельницький національний
університет

Дослідження проблеми страху сьогодні стає однією із важливих тем сучасної психології та потребує детального розгляду науковцями. На цей час не існує єдиної концепції, здатної ефективно виводити людини з простору страхів.

Аналіз наукових досліджень з означеної тематики засвідчує, що проблему чинників виникнення страхів і фобій досить детально розглянуто на психофізіологічному, соціально-психологічному та соціально-філософському рівнях. Чималу частину досліджень присвячено саме дитячим страхам (Л. Божович, М. Буянов, В. Гарбузов, Н. Жуковська, А. Захаров, Д. Ісаєва, В. Кислівська, І. Кон, Є. Новікова, Б. Кочубей, В. Петруньок, А. Співа-

ковська, Л. Таран, Н. Толстих та інші), а також страху як психопатологічному явищу (О. Ранк, С. Ушаков, З. Фрейд, І. Мясичев, Б. Карвасарський та інші).

Поширеність шкільних страхів як психологічної проблеми досить велика порівняно з іншими психологічними порушеннями у дітей. За оцінками дослідників, випадки шкільних страхів складають більше 68% від числа випадків, якими займаються психологи. Дослідником А.І. Захаровим на підставі спостережень встановлено, що у молодшому шкільному віці, якщо і виникає страх, то частіше за все – це страх не відповідати соціальним вимогам найближчого оточення: у школі, серед однолітків, у родині. Це проявляється в страхах зробити

щось не так, як прийнято, бути не тим, кого поважають. За даними досліджень, першокласники відчувають шкільні страхи в перші два тижні навчання в школі. Тут присутні здебільшого режимні страхи (діти бояться проспати, спізнитися), а також просторові страхи (не знайти свій клас, заблукати). Особливо сильно помітно страх приміщень у першокласників зі шкіл із предметним навчанням, де діти змушені переходити із кабінету в кабінет.

Завданням школи будь-якого рівня є уникнення стресових ситуацій, що спричиняють страх, підготовка соціально свідомої, всебічно розвиненої особистості, яка здатна до самовираження у різних видах діяльності. Однією з умов вирішення цього завдання є попередження виникнення страхів, які з'являються впродовж шкільного навчання. Це особливо важливо в молодшому шкільному віці, коли формується особистість, зростають можливості емоційно-вольової регуляції діяльності. Тому проблема визначення психологічних причин виникнення та подолання страхів саме у молодшому шкільному віці є сьогодні вельми актуальною та вимагає ґрунтовного дослідження.

У різних психологічних теоріях емоцій сьогодні можна зустріти як різні визначення стану страху, так і віднесення цього феномена до різних класів емоційних явищ. Страх розглядають як почуття, емоцію, афект, стрес, фобію, як мотивацію, емоційний стан, емоційний процес. Швейцарський психолог, лікар Е. Клапаред, відносячи страх до почуттів, акцентував на його предметному характері та функції регуляції поведінки. Тобто страх включає в себе як родові характеристики почуття – предметність, історичний характер, соціалізованість та інші, так і видову специфічність, що виражається в сприйнятті ситуації як загрожуючої.

Дослідник П. Якобсон [11] виділив моральні, естетичні, інтелектуальні та праксичні почуття, відносив страх до останньої групи, наголошуючи на тому, що страх тісно пов'язаний із діяльністю та представляє собою деякий аспект відображення в свідомості людиною її власних дій. Своєю чергою Р. Елліс [2] ототожнює страх зі стресом, що не повністю відображає сутність стану страху. Стрес – це більше процес, на різних етапах якого, звичайно ж, є можливим виникнення стану страху. Подібне ототожнення швидше за все пов'язано з тими деструктивними наслідками для особистості та організму, які може принести як часте або сильне переживання страху, так і отримане в результаті стресу або навіть дистресу.

У дослідженнях І. Васильєва, В. Поплужного і О. Тихомірова страх трактується як усвідомлення небезпеки. Однак усвідомлення – функція свідомості, тобто прерогатива людини, а наявність стану страху визнається також

у вищих приматів, що в своїх роботах неодноразово відзначали В. Вілюнас, Є. Хомська і Н. Батова.

Розглянемо переживання страху серед дівчат та хлопців у молодшому шкільному віці. Відповідно до класифікації Д.Б. Ельконіна, молодший шкільний вік охоплює період від 6 до 10–11 років, що відповідають часу навчання дітей у початковій школі.

У роботах В. Лебединського, О. Микільської, М. Ліблінг виникнення і розвиток стану страху в дитячому віці відбувається за взаємодії періодів емоційної сензитивності у розвитку дитини і тих міжособистісних відносин, які складаються у нього в цей період, а так само тих подій, які відбуваються з ним. Сюди ж можна віднести низку факторів, виділених Б. Кочубеєм. Насамперед це суперечливі неадекватні вимоги до дитини із різних джерел (або навіть з одного джерела); часте висування негативних вимог, які ставлять дитину в принижене, залежне становище; завищені вимоги до дитини; негнучка, догматична система навчання і виховання, не враховує власну активність дитини, її здібності, інтереси та схильності. Знову ж таки, в дослідженнях не відображено факт того, які міжособистісні відносини можуть бути об'єктом, що викликають страх у дитини, які саме аспекти та види відносин можуть викликати найбільш сильний страх.

У молодшому шкільному віці у дітей вже з'являються судження про власну соціальну значущість – соціальна самооцінка, яка складається завдяки розвитку самосвідомості і рефлексії. На самооцінку дитини впливають батьки, однолітки і суспільство загалом, хоча головним авторитетом для молодшого школяра є, звичайно, вчитель. Міжособистісні взаємини учнів початкової школи та їх самооцінки опосередковані впливом учителя, в поле зору якого подається переважно рольова поведінка, успішність і дисципліна дітей, хоча на наш погляд фігура вчителя як об'єкта страху дітей досліджена ще явно недостатньо.

У своїй роботі Н. Морянова [5] серед чинників, що несуть найбільше навантаження в зростанні шкільної тривожності і страхів молодших школярів, відзначала такі: загальна тривожність у школі, фрустрація потреби в досягненнях, особистість учителя. Аналізуючи літературу, можна виділити основні чинники, які беруть участь у виникненні та розвитку страхів у дітей: родина, вчитель, інші значущі дорослі, однокласники, система навчання і виховання, організація навчальної діяльності та шкільного простору та інші.

У вивченій нами літературі страхи дітей молодшого шкільного віку не описуються як самостійне явище. Найчастіше вони включаються в розгляд якогось питання як один з аспектів. К. Александровська розглядала

дитячі страхи у зв'язку з особистісними особливостями в нормі і при приграничних розладах; Л. Баданіна згадувала дитячі страхи щодо співвідношення психологічних і нейропсихологічних корелятив емоційної нестійкості; Г. Бреслав аналізував страх у низці емоційних особливостей формування особистості в дитинстві, В. Якунін [12] розглядав зв'язок психічних станів і властивостей особистості. Дослідники Т. Неболюбова та І. Грішпун вивчали невротичні страхи і можливості їх корекції у дітей, Н. Морянова [5] і О. Павлюк пов'язували розгляд страхів з навчально-пізнавальною мотивацією. В. Каган [4] розглядав страх як чинник, що впливає на успішність адаптації. Аналізуючи літературу, ми дійшли висновку, що під час розгляду страхів дітей молодшого шкільного віку описуються здебільшого страхи першокласників, що загалом не відбиває специфіки власне страхів дітей молодшого шкільного віку, що охоплює період від 6–7 років до 10–11.

Отже, розглянемо специфічні шкільні страхи учнів початкової школи. На наш погляд, для молодшого школяра страхи, що виникають у провідній діяльності та пов'язані з нею, здатні найбільш негативно позначитися на розвитку дитини, блокуючи як її актуальний, так і найбільшчий розвиток.

З початком навчання дитини в школі ймовірність виникнення шкільних страхів насамперед може бути пов'язана із психотравмуючим характером самої системи навчання: переповнені класи (по 30–35 чоловік), обмеження рухової активності дитини, зміна звичного режиму дня, зміна обов'язків і соціального статусу дитини, вплив педагога та інші.

У разі дії на дитину розглянутих вище чинників (не тільки в несприятливому ключі, а й просто як нових змінних, що впливають на розвиток), можливе виникнення шкільних страхів. Дія відразу безлічі факторів може привести до того, що у дитини складеться комплекс страхів, або його страхи будуть настільки сильними, що позначатимуться на результативності провідної діяльності.

Найчастіше в психологічній літературі розгляд шкільних страхів йде спільно з аналізом шкільних «неврозів», психогенної шкільної дезадаптації, неуспіху в міжособистісних відносинах тощо.

В. Каган [4] зазначав, що шкільні «неврози» в цьому контексті найчастіше розуміються не у вузькому медичному сенсі, а як неадекватний спосіб реагування дитини на ті чи інші труднощі у шкільному житті. У вузькому сенсі шкільні неврози розуміються як особливий випадок неврозу страху, пов'язаного або з острахом розлуки з матір'ю (фобія школи), або із побоюваннями труднощів у навчанні (шкільний страх).

Серед страхів, найбільш характерних для шкільних неврозів, є страх не відповідати вимогам і не виправдати очікування оточуючих. В учнів, що зазнають подібних страхів, часто спостерігається страх школи як своєрідного різновиду сверхціннісних страхів, причиною яких можуть бути боязнь покарання за порушення дисципліни в школі, страх суворого вчителя та інші. Я. Коломинський, І. Дубровіна, А. Хрипкова стверджували, що в результаті виникнення сильних страхів дитина може відмовлятися ходити до школи; можуть виникати різні психосоматичні явища – підвищення температури, нудота, головний біль перед шкільними заняттями.

Чимало авторів стверджують, що основною причиною страхів є не самі по собі промахи у навчальній діяльності, а переживання щодо цих промахів, страх не відповідати уявленням про себе як про хорошого учня; страх не впоратися із завданням, страх покарання і в кінцевому підсумку – страх соціальної смерті.

Цей підхід у розумінні причин дезадапційної поведінки учнів ґрунтується на концепції В. Мясіщева [6], в якій зазначено, що під час розгляду етимології неврозів необхідно враховувати сферу відносин особистості, оскільки саме порушення відносин може бути причиною неврозу. Дослідник переконував, що не конкретна патогенна ситуація призводить до невротичних розладів, а відношення цієї особи до цієї ситуації.

Отже, у молодшому шкільному віці, коли навчальна діяльність стає провідною, шкільні об'єктні страхи переживаються як найбільш гострі, а викликані ними негативні наслідки є найбільш шкідливими для розвитку дитини.

Ймовірно, об'єктивні труднощі вивчення статевої диференціації можуть бути зумовлені тим, що при спробах інтерпретації отриманих відмінностей дослідники зустрічаються з подвійною детермінацією розвитку: біологічної та соціальної. Суть статевої диференціації полягає в становленні психологічної статі, яка заснована на статевій самосвідомості та ціннісних орієнтаціях, статевої ролі, позиції особистості, яка реалізується в спілкуванні і діяльності. В. Абраменкова зазначає, що статеві диференціація, з одного боку, відображає сам факт наявності певних психологічних ознак, пов'язаних із статевою приналежністю, з іншого – процес набуття цих ознак, формування психологічного статі особистості в історії культури.

Дослідники А. Захаров і Г. Еберлейн стверджують, що власне про страх, а не про реакції занепокоєння можна говорити не раніше 6 місяців життя дитини. До двох років міжстатевих відмінностей у переживанні стану страху виявлено не було.

Традиційно вважається, що старший дошкільний вік – це вік найбільшої виразності

страхів, що зумовлено не стільки емоційним, скільки когнітивним розвитком – зростаючим розумінням небезпеки.

Таблиця 1
Вікові та гендерні особливості переживання страхів дітьми

Вид страху	Вік максимальної сили переживання страху	
	Хлопці	Дівчата
Страх смерті	7 років	6 років
Страх тварин	6–7 років	7 років
Страх казкових героїв	5 років	6 років
Страх глибини	6–7 років	7 років
Страшних снів	6 років	6–7 років
Страх вогню	6 років	6, 7, 9 років
Страх захворіти	7 років	6–8 років
Страх покарання	7 років	Немає точних даних
Страх перед сном	5–8 років	Немає точних даних
Страх запізнитися до школи	10 років	8–9 років

У деяких дослідженнях можна знайти також деякі дані власне по прояву стану страху в молодшому шкільному віці. За даними А. Захарова, в молодшому шкільному віці спостерігається загальне зменшення кількості страхів [3]. Один із провідних страхів в цьому віці – страх запізнитися до школи, заслужити осудження чи покарання, зробити що-небудь не так, як потрібно, як прийнято. Такий страх більше виражений у дівчаток, «оскільки вони раніше, ніж хлопчики, виявляють прийняття соціальних норм, більше схильні до почуття провини і критичніше (принципово) сприймають відхилення своєї поведінки від загально-прийнятих норм» [3]. У молодшому шкільному віці в нормі різко зменшується число об'єктних страхів біологічного характеру і зростає число соціальних страхів. Для молодшого шкільного віку характерний перехід від страху «бути ніким» (біологічна смерть) до страху «бути не тим» (загроза соціальної смерті). Страх «бути не тим» досягає свого максимального вікового розвитку в період від 8 до 11 років, коли діти втягуються в навчання, з цікавістю опановують нові знання, серйозно ставляться до своїх обов'язків школяра і переживають під час отримання оцінок. Цей страх часто зустрічається не тільки у емоційно чутливих дітей із розвиненим почуттям власної гідності, але саме у тих з них, хто внутрішньо орієнтований на соціальні норми і прагне дотримуватися їх.

Дослідження Б. Кочубей і Є. Новикова вказують, що страхи хлопчиків більше пов'язані з насильством, болем. Хлопчики більше, ніж дівчата бояться фізичних травм, нещасних випадків, а також покарань, джерелом яких

є батьки або авторитети поза родиною: вчителі, директор школи. Якщо в ситуаціях оцінки, перевірки дівчатка бояться погано проявити себе, не впоратися із завданням, то хлопчики хвилюються більше з приводу майбутнього покарання [7].

У своїй роботі А. Прихожан [8] зауважує, що порівняно з попереднім десятиріччям у молодших школярів різко зросли страхи фізичного насильства: діти говорять про те, що бояться нападів з боку однокласників і старших хлопців, сторонніх людей, про страх, що їх будуть бити, знущатися, вимагати що-небудь та інші.

Дані Дж. Віткін узгоджуються з результатами щодо поширеності страхів, що наводяться А. Захаровим [3] і Г. Еберлейнд [10], про те, що «середня кількість страхів достовірно вище у дівчаток, ніж у хлопчиків, що підтверджує дані про переважне числі страхів або більшої чутливості до них у осіб жіночої статі» [3]. За даними Г. Еберлейнд [10], страхи дівчаток більш тісно пов'язані між собою.

Торкаючись визначення якісної специфіки шкільних страхів у дітей молодшого шкільного віку, цікаві деякі особливості такого стану подає Л. Баданіна, а саме: невротичні страхи найчастіше відзначаються у хлопчиків, ніж у дівчаток, що пов'язано із більш вираженим прагненням дівчаток бути хорошими ученицями; середня кількість страхів достовірно більше у дівчаток, ніж у хлопчиків; переважаючими в молодшому шкільному віці є соціально опосередковані страхи (людей, батьків, покарання) [5].

А. Прохоров і Г. Генінг вказували, що в 2-му класі переживання стану страху (та інших емоцій) сильніше, ніж в 1-му і 3-му, а це пояснюється тим, що в другому класі в розвитку психічних процесів молодшого школяра спостерігається деяка стабілізація, в 3-му ж класі поглиблення рефлексії, розвиток дій з плану, посилення самоконтролю поведінки, велика адекватність самооцінки, підвищення критичності призводять до посилення переживань.

Ймовірно, шкільні страхи мають певну динаміку розвитку всередині цього віку, хоча такий факт не знайшов відображення у вивченій нами літературі. Очевидно, що оцінка не відразу стає критерієм успішності у дітей, джерелом страхів. Принаймні половина першокласників, розуміючи різницю між 3 і 5, не відчуває її глибоко, всією душею переживаючи більше ставлення вчителя, але не цифру. Страх через оцінки приходить пізніше.

Аналіз літератури констатує, що проблема страху досить детально досліджена на психофізіологічному, соціально-психологічному та соціально-філософському рівні. Важливим є той факт, що вивчення особливостей прояву страхів у дітей молодшого шкільного

віку з урахуванням вікових і гендерних відмінностей ще не було предметом спеціального психологічного аналізу. У своїй роботі ми опиралися на теорії та концепції вітчизняних і зарубіжних вчених, які уможливають всебічно підійти до досягнення поставленої мети дослідження, а саме виявити особливості прояву та подальшої корекції страхів у дітей молодшого шкільного віку.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Васильев И.А. Эмоции и мышление. Москва, МГУ, 1980. 452 с.
2. Грегори Р. Глаз и мозг. Психология зрительного восприятия / за ред. А.Р. Лурия, В.П. Зинченко. М. Прогресс, 1990. 198 с.
3. Захаров А.И. Детские неврозы (психологическая помощь родителей детям). СПб. Респекс, 1995. 278 с.
4. Каган В.Е. Психогенные формы школьной дезадаптации. *Вопросы психологии*. 1984. № 1. С. 89-95.
5. Морянова Н.П. Влияние учебно-познавательной мотивации на уровень тревожности младших школьников в процессе их учебной деятельности / Н.П. Морянова: автореф. дис. канд. психол. наук. Тверь. ТГУ, 1999. 28 с.
6. Мясищев В.Н. Вопросы профилактики нервно-психических заболеваний и организация психоневрологической помощи. Л. Изд-во ЛГУ, 1989. 160 с.
7. Общая психодиагностика / Под ред. А.А. Бодалева, В.В. Столина. М.МГУ, 1987. 220 с.
8. Прихожан А.М. Психокоррекционная работа с тревожными детьми. Активные методы работы школьного психолога. Москва : АПН СССР, 1990. С. 21–24.
9. Селье Г. Стресс без дистресса. Москва, Прогресс, 2002. 198 с.
10. Эберлейн Г. Страхи здоровых детей. Пер. с нем. Ю. Лукьянова. Москва, Знание, 2001. 185 с.
11. Якобсон П.М. Психология чувств. Москва : АПН РСФСР, 1987. 380 с.
12. Якунин В.А. Педагогическая психология. Санкт-Петербург Полиус, 2008. 164 с.