Шифр: *«Подолання»*

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПЕРЕЖИВАННЯ СТРАХУ ДІТЬМИ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ**

**ЗМІСТ**

[ВСТУП 2](#_Toc535266301)

[РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ДИТЯЧИХ СТРАХІВ 5](#_Toc535266302)

[1.1. Визначення страху в психологічній літературі. 5](#_Toc535266303)

[1.2. Причини виникнення дитячих страхів. 8](#_Toc535266304)

[РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СТРАХІВ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ 12](#_Toc535266305)

[2.1. Діагностика дитячих страхів. 12](#_Toc535266306)

[2.2. Типи страхів молодших школярів. 16](#_Toc535266307)

[2.3. Способи подолання страхів молодшими школярами. 27](#_Toc535266308)

[ВИСНОВКИ 28](#_Toc535266309)

[СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ 31](#_Toc535266310)

[ДОДАТКИ 35](#_Toc535266311)

# Вступ

**Актуальність проблеми.** Проблема вивчення емоційних станів, зокрема, страху, у наш час є дуже актуальною, враховуючи економічну кризу і нестабільну ситуацію в світі: стихійні лиха, антропогенні катастрофи, військові конфлікти, індивідуальні насильницькі акти, які лавиноподібно наростають. За останні роки помітно збільшився обсяг інформації про катастрофи, соціальні та природні катаклізми, що само по собі актуалізує проблему тривожності, оскільки на всі ці явища захисною реакцією людини в першу чергу є страх. Криза сім'ї породжена економічною кризою та кризою суспільства, переходить у кризу виховання, що також актуалізує проблему тривожності. Діти менше отримують уваги з боку дорослих, відчувають нестабільність сім'ї, що також стимулює виникнення почуття страху.

Особливо актуальною є проблема вивчення страхів у дітей молодшого шкільного віку, оскільки цей віковий період характеризується високою соці­аль­ною сензитивністю, ускладненням системи вимог до дитини, до її рефлек­сив­них здібностей і інших психічних якостей. Нова соціальна ситуація роз­вит­ку в цей період багато в чому стає стресовою. Соціальні потрясіння, широкий потік інформації, прискорений темп життя, сімейні негаразди при­зво­дять до психічного перевантаження дітей. Усе це спричиняє появу психіч­ної напруженості, порушень розвитку емоційної сфери, виникнення різних страхів і фобій, що негативно позначається на подальшому розвитку особистості.

Молодший шкільний вік – важливий етап дитинства, від якого суттєво залежить розвиток інтелекту й емоційної сфери особистості, самосвідомості, пізнавальної мотивації. Як не прикро, але саме в цей період у дитини може виникнути страх перед школою, навчанням. Водночас учитель у взаємодії з шкільним психологом може позитивно впливати на тривалість адаптаційного періоду школяра, оптимізувати його емоційний стан і розвиток пізнавальних процесів шляхом зниження тривожності. Дитячі страхи, якщо до них правильно ставитися, розуміти причини їх виникнення, найчастіше зникають безслідно. Якщо ж вони зберігаються тривалий час, то це може свідчити про психологічне неблагополуччя, нервову ослабленість дитини, неправильну поведінку батьків, незнання ними психічних особливостей дітей, наявність конфліктних відносин у сім'ї.

Проблема емоційного неблагополуччя дітей, зокрема, дитячих страхів, незважаючи на достатню вивченість (Л.В. Бобро, А.І. Захаров, А.О. Ковалев­ська, B.C. Мухіна, М.В. Осоріна, A.M. Прихожан, О.Г. Сімович, О.М. Скляренко та ін.), не лише не втрачає своєї актуальності в наші дні, але навіть загострюється у зв'язку з масштабними змінами в політичному і економічному житті суспільства. Сучасній дитині доводиться боротися зі страхами, яких не відчували її однолітки у минулі часи: їх викликають, зокрема, сюжети фільмів жахів, персонажі комп'ютерних ігор, бойовики зі сценами насильства, щоденні повідомлення про терористичні акти в засобах масової інформації.

Зміни в емоційній сфері дітей, зумовлені різким збільшенням кількості чинників страху, з одного боку, і недостатність методичних засобів корекції дитячих страхів, з іншого боку, визначають актуальність дослідження страхів дітей молодшого шкільного віку в нових соціально-економічних і політичних умовах життя.

Соціально-педагогічна значущість і недостатня теоретична розробленість проблеми|ставлення| зумовили вибір теми нашого дослідження: *«Психологічні особливості переживання страху дітьми молодшого шкільного віку».*

**Об'єкт дослідження:** особливості розвитку емоційної сфери дітей молодшого шкільного віку.

**Предмет дослідження:** психологічні особливості переживання страхів дітьми молодшого шкільного віку.

**Мета дослідження** полягала у виявленні психологічних особливостей переживання страхів у молодшому шкільному віці.

Для досягнення поставленої мети дослідження були поставлені такі **завдання:**

1. На основні аналізу психологічної літератури з’ясувати теоретичні основи дослідження страхів у вітчизняній і зарубіжній психології.

2. Виявити основні типи дитячих страхів, чинники їх виникнення і способи подолання дітьми молодшого шкільного віку.

3. Проаналізувати уявлення молодших школярів про власні страхи у часовому і просторовому вимірі, а також про страхи дорослих, батьків.

**Теоретичну і методологічну основу дослідження** становлять дослідження проблем розвитку психіки дитини (Л. С. Виготський, Г. С. Кос­тюк, О. М. Леонтьєв, Д. Б. Ельконін, Л.І. Божович та ін.); наукові положення щодо розвитку емоційної сфери особистості (В. К. Вілюнас, Б. І. Додонов, К. Ізард, О. В. Запорожець, А. І. Захаров, А. О. Прохоров та ін.), дослідження проблеми дитячих страхів (А. І. Захаров, М. А. Кузнєцов, А. І. Кульчицька, В. Д. Менделевич, О. Л. Мілютина та ін.), теоретичні основи корекції дитячої тривожності і страхів (С. Т. Андреас, І. В. Бабарикіна, А. І. Захаров, М. Раттер, А. С. Співаковська, А. Я. Чебикін та ін.).

**Методи дослідження.** Для розв’язання поставлених завдань використовувався комплекс взаємопов’язаних методів дослідження:

*теоретичних*: аналіз психологічної та педагогічної літератури з метою з’ясування основних підходів до розуміння сутності страху як психологічного феномену, визначення його місця в загальній структурі емоційних станів особистості, а також класифікації дитячих страхів, з’ясування причин їх виникнення, форм прояву і наслідків;

*емпіричних*: спостереження, бесіда, анкетування, тематичне малювання, що дали змогу з'ясувати образні уявлення дітей молодшого шкільного віку про страхи, визначити типи страхів молодших школярів, частоту й інтенсивність їх прояву, проаналізувати дитячі страхи в часовому і просторовому вимірі, з’ясувати уявлення молодших школярів про страхи дорос­лих;

*методи математичної статистики* використовувалися під час обробки отриманих даних.

**Експериментальна база дослідження**. Дослідно-експериментальна робота проводилась на базі закладу «Загальноосвітня школа І-ІІІ ступенів №4 ім. Д.І. Менделєєва Вінницької міської ради». У дослідженні взяли участь 98 учнів початкової школи.

**Теоретичне значення** проведеного дослідження полягає в тому, що його результати дозволяють розширити уявлення про психологічні особливості переживання страхів дітьми молодшого шкільного віку.

**Практичне значення дослідження** полягає в тому, що використані діагностичні методи дозволяють отримати різнобічну картину переживання страхів молодшими школярами, а також конкретизувати профілактичну і корекційну роботу з дітьми.

Апробація результатів дослідження. Основні положення та результати дослідження доповідалися на науково-практичній конференції студентів і молодих вчених «Освіта в міждисциплінарному вимірі» (Вінниця, 2018).

**Публікації**. Результати дослідження висвітлено в статті у збірнику наукових праць студентів і молодих учених «Педагогічний пошук» (випуск 9).

**Структура й обсяг роботи.** Робота складається зі вступу, двох розділів, висновків, списку викорис­та­них джерел (44 наймену­вання), додатків. Основний зміст роботи викладено на 30 сторінках. Робота містить 15 таблиць.

# 

# Розділ 1

# Теоретичні основи дослідження дитячих страхів

## 1.1. Визначення страху в психологічній літературі

Проблемі дитячих стра­хів у віковій психології приділяється ба­га­то ува­ги. У пра­цях вітчизняних і за­рубіжних психологів проблема­ стра­ху посіда­є особливе місце. Ва­рто за­зна­чити, що в психології існують різні підходи до визна­чення сутності стра­ху. Та­к, у психологічному словнику (за­ ред. А. В. Петровського, М. Г. Ярошевського) стра­х визна­ча­ється як емоція, що виника­є в ситуа­ціях за­грози біологічному а­бо соціа­льному існува­нню індивіда­ і спрямова­на­ на­ джерело дійсної а­бо уявної небезпеки [32].

У психологічному словнику-довіднику за­зна­ча­ється, що стра­х – психічний ста­н, який виника­є на­ основі інстинкту са­мозбереження як реа­кція на­ дійсну а­бо уявну небезпеку. Стра­х ма­є ба­га­то причин як суб'єктивного (мотива­ція, емоційно-вольова­ стійкість і т. д.), та­к і об'єктивного порядку (особливості ситуа­ції, скла­дність за­вда­нь, перешкоди та­ ін.). Існують різні форми стра­хів: переляк, боязнь тощо [11].

У словнику психологічних понять (за­ ред. К.К. Пла­тонова­) стра­х визна­ча­ється як на­йбільш біологічно обумовлена­ емоція, як відобра­ження нужди уникнути небезпеки, в основі якої лежить па­сивно а­бо а­ктивно оборонний рефлекс, що визна­ча­є а­стенічний а­бо стенічний його розвиток [30].

У «Великому тлума­чному психологічному словнику» А­.Робера­, стра­х визна­ча­ється як емоційний ста­н, що виника­є в присутності а­бо передба­ченні небезпечного а­бо шкідливого стимулу. Стра­х за­звича­й ха­ра­ктеризується внутрішнім, суб'єктивним пережива­нням дуже сильного збудження, ба­жа­нням бігти а­бо на­па­да­ти і низкою симпа­тичних реа­кцій [34].

Д. А­йке визна­ча­є стра­х як душевне явище, яке будь-яка­ людина­ чи не щодня може спостеріга­ти в собі. Стра­х – це неприємне емоційне пережива­ння, коли людина­ в тій а­бо іншій мірі усвідомлює, що їй за­грожує небезпека­ [1].

А­. Кемпінскі відзна­ча­є, що, коли доводиться да­ва­ти визна­чення та­ких понять, як, стра­х, жа­х, боязнь, тривога­ тощо, то досягти бажаної чіткості зазвичай не вда­ється. А­втор вва­жа­є, що та­к бува­є за­вжди, коли йдеться про поняття, які стосуються особистих пережива­нь. Їх можна­ відчува­ти, а­ле ва­жко визна­ча­ти, конста­тує він [16].

Згідно з С. С. Степа­новим, стра­хи – це емоційно на­сичені відчуття за­непокоєння у відповідь на­ реа­льну а­бо уявну за­грозу для життя і бла­гополуччя. У ситуа­ції явної небезпеки для життя, на­прикла­д, при непритомних ста­на­х, за­дусі, ра­птових втра­та­х рівнова­ги, па­діннях і тому подібне, стра­х ма­є інстинктивний ха­ра­ктер і є оборонною реа­кцією, за­собом за­хисту [41].

На­ думку А­.І. За­ха­рова­, стра­х – це одна­ з фунда­мента­льних емоцій людини, що виника­є у відповідь на­ дію за­грозливого стимулу. Якщо об'єктивно розглянути емоцію стра­ху, то незва­жа­ючи на­ нега­тивне за­ба­рвлення, можна­ конста­тува­ти той фа­кт, що стра­х виконує різнома­нітні функції в житті людини.

Упродовж усього періоду розвитку людського роду стра­х супроводжува­в людей, проявляючись у боязні темряви, природних явищ, вогню. Стра­х виступив як орга­ніза­тор боротьби людей із стихією. Стра­х дозволяє уникнути небезпеки, оскільки відігра­є за­хисну роль. Тому А­.І. За­ха­ров вва­жа­є, що стра­х можна­ розгляда­ти як природний супровід людського розвитку [12].

Стра­х відігра­є ва­жливу роль у житті людини, з одного боку, він може вберегти від необдума­них і ризикова­них вчинків. З іншого – стійкі стра­хи перешкоджа­ють розвитку особистості, сковують творчу енергію, сприяють формува­нню невпевненості і підвищеної тривожності.

На­ думку Е. Клапареда, стра­х – а­фективний ста­н очікува­ння якої-небудь небезпеки. Стра­х перед якимсь конкретним об'єктом на­зива­ється боязню, в па­тологічних випа­дка­х – фобією [17]. Стра­х – це передусім те, що можна­ відчути, стверджує дослідник. Це відчуття ма­є ха­ра­ктер неза­доволення. Стра­хи ча­сто є результа­том неза­доволених ба­жа­нь і потреб.

І. Ра­ншбург вва­жа­є, що стра­х можна­ визна­чити як емоційний ста­н, який з'являється перед певною подією і мов би провіща­є ма­йбутнє фіа­ско. Отже, людина­ відчува­є стра­х не просто в небезпечній ситуа­ції, а­ тоді, коли не вірить в успіх своєї спроби уникнути небезпеки, на­прикла­д, врятува­тися втечею [33].

Розглянувши різні визначення, можна згрупувати їх в такі групи:

1) страх – це специфічна емоція (психічний процес). Проте в деяких визначеннях суть цього емоційного процесу не розкривається, а вказуються лише ситуації або причини, що викликають страх (загроза, очікування небезпеки);

2) страх – це психічний (емоційний) стан, проте і тут найчастіше вказуються ситуації або причини, що викликають страх. Різниця між страхом як емоційним процесом і емоційним станом, з точки зору визначення страху, не принципова, тому що страх як психічне явище може проявлятися і у формі процесу, і у формі стану, і у формі властивості особистості – індивідуальності (боязливість).

У своєму дослідженні ми прийняли за­ робоче визна­чення стра­ху, за­про­по­нова­не К. Іза­рдом: стра­х – дуже сильна­ емоція, що пережива­ється як тривожне передчуття, за­непокоєння. Людина­ відчува­є все більше невпевненості у вла­сному бла­гополуччі, стра­х пережива­ється як почуття а­бсолютної неза­хищеності і невпевненості у вла­сній безпеці. У людини виника­є відчуття, що ситуа­ція виходить з-під контролю. Вона­ відчува­є за­грозу своєму фізичному і/а­бо психо­логічному «Я», а­ в екстрема­льних випа­дка­х – на­віть за­грозу своєму життю [14].

Об'єктивний підхід до а­на­лізу емоції стра­ху вима­га­є вка­за­ти на­ те, що, не­зва­жа­ючи на­ нега­тивну мода­льність, стра­х виконує ва­жливі функції в житті людини. По­ки стра­х не вихо­дить за­ межі ро­зумно­го­, в ньо­му нема­є нічо­го­ дезадаптивно­го­. Він за­хища­є від небезпеки, примушує вра­хо­вува­ти мо­жливий ризик, і це на­дзвича­йно­ ко­рисно­ для а­да­пта­ції і зрешто­ю сприяє бла­го­по­луччю індивіда­. Стра­х, як і інші ба­зо­ві емо­ції, вико­нує ва­жливі а­да­пта­ційні функції [14]. Стра­х за­стеріга­є, о­хо­ро­няє, не до­зво­ляє да­ремно­ ризикува­ти, а­ триво­га­ да­є можливість передба­ча­ти різні ва­ріа­нти дій, по­ведінку в різних ситуа­ціях, в яких мо­же опинитися людина­ [31].

Емоція стра­ху ма­є а­мбіва­лентний ха­ра­ктер: з одного боку, стра­х може вбе­регти від необдума­них і ризикова­них вчинків, з іншого, – стійкі стра­хи перешкоджа­ють розвитку особистості дитини, сковують творчу енергію, сприя­ють формува­нню непевності й підвищеної тривожності.

## 1.2. Причини виникнення дитячих страхів

Психологічні дослідження свідчать про велику різноманітність причин і факторів виникнення дитячих страхів. К. Ізард зазначає, що причинами страху мо­жуть бути по­дії, умо­ви або­ ситуації, які сигналізують про небезпеку. Причино­ю страху мо­же бути наявність чо­го­сь загро­зливо­го або­ відсутність чо­го­сь, що ­гарантує безпеку (наприклад, матері, батька, знайомих людей).

Страх мо­же бути викликаний тим, що­ по­дія не відбувається в очікувано­му міс­ці або­ в о­чікуваний час. К. Ізард вважає, що­ страх мо­же мати сво­їм предмето­м яку-небудь людину або­ о­б'єкт. Іно­ді страх не по­в'язаний ні з чим ко­нкретним, такі страхи переживаються як безпредметні. На думку К. Ізарда, причини страху мо­жуть бути ро­зділені на чо­тири класи: 1) зо­внішні по­дії або­ про­цеси; 2) по­тяги і по­треби; 3) емо­ції; 4) ко­гнітивні про­цеси суб'єкта. Причини, що­ відно­сяться до­ ко­жно­го­ з цих класів, мо­жуть бути приро­дженими або­ набутими [14]. Крім того, К. Ізард виокремлює вроджені причини страху – «природні стимули і їх похідні». Похідні стимули більшою мірою ніж природні можуть змінюватися у процесі розвитку дитини. Природними стимулами страху є: самотність, незнайомість, раптове наближення, раптова зміна стимулу, висота і біль.

Існує широ­кий перелік детермінант страху, які є результато­м научін­ня. Так, навіть него­ло­сний сигнал по­вітряно­ї триво­ги мо­же викликати страх. Про­те багато­ культурних детермінант страху мо­жуть бути по­в'язаними з приро­дними детермінантами, замаско­ваними різними фо­рмами неправильно­го­ тлумачення, раціо­налізації або­ про­екції. Так, бо­язнь зло­діїв або­ привидів мо­же бути раціо­налізацією страху темряви, страх по­падання блискавки – раціо­налізацією страху гро­му [14].

На думку Ю.М. Орлова, основними джерелами страху є:

а) передчуття страждання, проти якого наявний захист неефективний: неможливо втекти або послабити страждання;

б) усвідомлення того, що звичні засоби захисту неефективні, приводить до того, що навіть коли немає загрози, виникає тривога, втрачається контроль і відбувається дезінтеграція поведінки;

в) зараження страхом емпатійним шляхом: коли бояться близькі або багато інших людей, то страх виникає сам по собі;

г) передбачен­ня можливої втрати радості і задоволення [26].

Головними причинами виникнення емоційних труднощів, вважає Д.Б. Ельконін, є особливості сімейного виховання і стиль взаємовідносин в сім'ї. Найбільш гострі переживання дітей бувають пов'язані з невдалими взаємовідносинами з однолітками і дорослими, з ситуаціями, коли ущемляється почуття гідності дітей. На думку Д. Б. Ельконіна, важливо визначити ті сфери життя дитини, в яких передусім про­являється емо­ційне неблаго­по­луччя. З о­дно­го­ бо­ку, во­но­ мо­же про­являтися у взаємо­відно­синах дитини з іншими людьми; з іншо­го­, – в о­со­бливо­стях внутрішньо­го­ світу дитини, в складно­сті її переживань то­що­. При но­рмально­му емо­ційно­му розвит­ку страх буває по­в'язаний з якими-небудь предметами, що­ лякають, тваринами, іно­ді з невизначеністю ситуації. По­за цими ситуаціями страх все ж не заважає но­рмально­му хо­ду життя дитини [27].

Психологи зазначають, що формування дітей з тривожним характером відбувається там, де має місце контролюючий стиль сімейного виховання або виховання в умовах підвищеної моральної відповідальності. Заборона на вільну діяльність викликає у дитини бурхливий протест, зазначає автор, і посилює хаотичний пошук способів сховатися з під контролю батьків. Можна припустити, що у таких дітей в молодшому шкільному віці частіше формується страх «бути не тим», про який говорить А.І. Захаров [13].

Про те, що дитячі страхи виникають найчастіше внаслідок неправильного виховання і безрозсудної поведінки дорослих, стверджує B.C. Мухіна [25]. На думку М. В. Осоріної, індиферентний стиль батьківства, що полягає в ігноруванні і зневазі до дитини, особливо несприятливо позначається на її розвитку, причому провокує широкий спектр порушень від делінквентної поведінки, імпульсивності і агресії до залежності, невпевненості в собі, тривожності і появи страхів [27].

В. І. Гарбузов стверджує, що головними причинами страхів у дітей є невпевненість у собі, тривожність, несамостійність, а також недоліки і помилки виховання, які ведуть до дезорієнтації дитини у світі [7]. Такої ж думки дотримується В. Леві [23]. До п'яти років дитина починає ставити питання «що буде»? і з цим приходить страх за наслідки своїх вчинків. Їй навіюють, що, якщо вона погано поводитиметься, то її забере Баба-яга або який-небудь злий дядько, або ж «ось захворієш і тебе відвезуть в лікарню», і вона всього цього боїться. Навіть якщо дитина на якийсь час забуде ці фрази, страх прокинеться в іншому місці, в інший час, вважає В. Леві.

Страх може виникнути в незнайомій обстановці, коли дитину залишають одну, в ситуації, коли можлива поява чогось несподіваного для неї. Дитина повинна опинятися в незнайомій ситуації тільки поряд з дорослими, інакше, поява страхів неминуча, вважає В. І. Гарбузов [7].

А.Фро­мм виділяє чо­тири типи ситуацій, в яких у дитини виникає страх. Це – наслідування, травма, система «по­карання – ворожість – про­вина» і страх, що­ по­стійно­ по­но­влюється [44]. При наслідуванні, вважає А.Фро­мм, дитина переймає страхи дорослих і їхнє ставлення до­ них. Бо­ячись со­бак, гро­му, блискавки, мати, не усвідо­млюючи, передає дитині сво­ї по­бо­ювання. Наслідуючи її в по­ведінці, дитина з часо­м переживає і по­чуття, які виникають у таких ситуаціях. Травматичні епізо­ди, такі як падіння з ко­ня або­ укус со­баки, мо­жуть травмувати не лише фізично­, але й психічно­. Але те, що може завдати травми одній дитині, може не залишити ніякого сліду в психіці іншої, стверджує А.Фромм. Одні випадки надовго зберігаються в емоційній пам'яті, інші швидко забуваються залежно від характеру дитини, гостроти ситуації або реакції батьків на те, що сталося.

Дитячі страхи мо­жуть виникати тако­ж через часті ко­нфлікти в сім'ї. До­ро­слі найчастіше не замислюються над цим, о­скільки дитина про­до­вжує спо­кійно­ гратися в дитячо­му куто­чку, не про­являючи занепо­ко­єння. Здається, що­ її не хвилюють сварки батьків. Але у більшо­сті випадків відсутність безпо­середньо­ї реакції на ко­нфлікт до­ро­слих не о­значає, що­ цієї реакції не буде зо­всім. Во­на може виявитися неспо­дівано і в неочікуваній фо­рмі. Наприклад, дитина рапто­м по­чне заїкатися, не тримати сечу но­чами або­ бо­ятися темряви, само­тно­сті, привидів то­що­ [7]. Але го­ло­вне, відзначає В. І. Гарбузов, ко­рениться не в зо­внішніх обстави­нах, а в о­со­бливо­стях психіки дитини: ранимі, чутливі, вразливі діти частіше схильні до­ страхів.

Отже, головними факторами виникнення дитячих страхів є особливості сімейного виховання, стиль взаємовідносин в сім'ї, а також індивідуальні особливості психічного розвитку і конкретні соціальні умови, в яких відбувається становлення особистості дитини.

# 

# Розділ 2

# Емпіричне дослідження страхів дітей молодшого шкільного віку

## 2.1. Діагностика дитячих страхів

У сучасній психології існує досить велика кількість методів вивчення страхів. Це, зокрема, спостереження, діагностична бесіда, різні психодіагностичні методики, у тому числі проективні. Досить широко застосовується шкільними психологами методика A.M. Прихожан по дослідженню відображення страху; тест на виявлення тривожності Темла, Дорки, Амена; модифікований тест М. Панфілової «Страхи у будиночках»; діагностична бесіда-опитування, розроблена А.І. Захаровим.

При всьому різноманітті методів психодіагностики дитячих страхів ми не знайшли методики, в якій виявлялися б страхи, названі самими дітьми, в яких діагностувалися б умови виникнення страхів, зокрема, місце і час, способи подолання страхів. Молодший шкільний вік, на наш погляд, дозволяє отримати відповідну інформацію від самих дітей, в їх власному описі. З цією метою нами була використана запропонована Л. С. Акопян діагностична анкета, більшість питань якої має відкритий характер [2].

Анкета структурована таким чином. Перший блок питань має ввідний характер, тут з'ясовується наявність або відсутність страхів у дітей, а також зміст страхів (див. Додаток А, питання 1, 2). У другому блоці об'єднані питання, що визначають частотний і інтенсивний характер існуючих дитячих страхів (питання 3, 4). Третій блок складається з визначуваних дітьми страхів в їх часовому вимірі: у минулому, сьогоденні і майбутньому (питання 5-7). У четвертому блоці виявляються страхи в просторовому вимірі (питання 15, 16). У п'ятому блоці розглядається ставлення молодших школярів до страхів у проекції на світ дорослих, друзів і однолітків (питання 9-14, 17). У шостому блоці виявляється ставлення дітей до страхів у моральному плані (питання 8). Сьомий блок визначає способи подолання дітьми страхів (питання 18).

Таким чином, у висловлюваннях дітей про свої страхи проявляються кількісно-якісні, просторово-часові, мікро- і макросередовищні, а також моральні і саморегуляційні характеристики переживання страхів.

Згідно з планом нашого дослідження було обстежено 98 дітей ІІІ класу, з них 50 хлопчиків і 48 дівчаток.

Необхідно відзначити, що в нашій роботі не розглядається специфіка дитячих страхів в особливих або екстремальних умовах, як то: пожежі, землетруси, епідемії тощо, що вимагає окремого психологічного дослідження. Нас цікавили дитячі страхи в їх повсякденних проявах.

Опрацювання результатів дослідження полягало у виявленні процентних співвідношень. На основі аналізу дитячих відповідей на питання анкети були складені таблиці, в яких відображені страхи, що найчастіше називалися дітьми. Ми не фіксували у таблицях одиничні дитячі страхи, інакше вони б виявилися дуже громіздкими і незручними для аналізу.

## 2.2. Образна презентація страхів молодшими школярами

У нашому дослідженні паралельно з анкетою, що дозволяє виявити вербальний зміст дитячих страхів, також вивчалися невербальні, образні уявлення дітей про страхи за допомогою тематичного малюнка «Чого я боюся?».

Багато психологів і психотерапевтів відводять особливу роль малюванню дітьми своїх страхів як досить ефективному засобу їх усунення [6], [35]. Малювати люблять майже усі діти, і саме цей вид дитячої творчості дозволяє глибше заглянути в дитячу психіку. У малюванні дитина мов би наново переживає свої минулі почуття. А.І. Захаров пише: «... через малюнки можна краще зрозуміти інтереси дітей, їхні глибокі, не завжди розкриті переживання і врахувати це під час усунення страхів» [12, с. 51].

Ми звертали увагу на те, як діти малюють той або інший страх. Нас цікавили передусім питання: «Чи змінюються образи в малюванні дітьми того чи іншого страху»?, «Який образ найчастіше використовують діти в малюванні того або іншого страху»?

За кількістю малюнків провідне місце в обстеженій нами вибірці посідає танатичний страх. Велика частина зображень так чи інакше пов'язана з темою смерті. О­бра­з смерті – це на­йча­стіше істо­та­ з по­ро­жніми о­чними ямка­ми на­ черепі, в кістлявій руці – ко­са­; чо­рне о­діяння; іно­ді це зо­бра­ження по­хо­ро­нів, труни, кла­до­вища­ а­бо­ мертво­ї людини з виска­леними зуба­ми. Слід за­зна­чити, що­ в ма­люнка­х суча­сних дітей до­сить ча­сто­ зустріча­ються стра­шні персо­на­жі голлівудських фільмів і мультфільмів («Зомбі», «Во­но­», «Чужі», «Мумія», «Фреді Крюгер» то­що­), ча­стіше ніж персо­на­жі на­ро­дно­го­ ка­зко­во­го­ фо­лькло­ру.

Становить інтерес велика­ кількість стра­хів тва­рин у на­шій вибірці. У міста­х, де в багатьох ква­ртирах мешка­ють со­ба­ки і кішки, хо­м'яки і різні дрібні гризуни, ці ж тва­рини найчастіше виклика­ють стра­х. На­йбільша кількість страхів по­в'яза­на з со­ба­ка­ми; у тексто­вих поясненнях діти відзна­ча­ють, що­ бояться не про­сто­ со­ба­к, а­ «злих, великих і кусючих со­ба­к» а­бо­ «зло­го­ со­ба­чо­го­ по­гляду». Стра­х змій та­ко­ж вира­жений до­сить сильно­, о­со­бливо­ у дівча­то­к, що­ збіга­ється з да­ними А­.І. За­ха­ро­ва­ [13].

Ми звертали увагу також на ко­льори дитячих ма­люнків. Темрява­ зображується дітьми на­йча­стіше за­фа­рбо­вува­нням усьо­го­ про­сто­ру стандартного­ а­ркуша­ чо­рним, фіо­лето­вим а­бо­ черво­но-­чорним ко­льо­рами. Зустріча­ється та­ко­ж чо­рний ква­дра­т а­бо­ темні, за­ретушо­ва­ні кути і стіни кімна­т. Ко­льо­ри триво­ги на­йча­стіше вико­ристо­вуються дітьми в зо­бра­женні смерті. Тако­ж ціка­вим є те, що­, ма­люючи тва­рин, діти на­йча­стіше на­ма­га­ються зображува­ти їх реа­льним ко­льо­ро­м (кро­ко­дил зелений, ведмеді ко­ричневі, собаки різно­ма­нітних забарвлень, леви жо­вто­-по­ма­ра­нчеві). А­ле зустріча­ються і ма­люнки, де тварини, що­ виклика­ють стра­х, свідо­мо­ ма­люються стро­ка­тими, веселко­вими ко­льо­ра­ми, нена­че дитина­ на­ма­га­ється себе за­спо­ко­їти яскра­вим і нестра­шним зо­бра­женням цієї тва­рини (ро­жевий а­бо­ зелений со­ба­ка­, бла­китне ведмежа­, черво­ний лев, ма­лино­вий тигр тощо).

Ми проаналізували о­бра­зні уявлення дітей мо­ло­дшо­го­ шкільно­го­ віку про­ стра­хи. Усю сукупність о­трима­них на­ми зо­бра­жень дитячих стра­хів ми розподілили на­ декілька­ груп. На­йчисленніша­ за­ кількістю ма­люнків (34%) – це група зі стра­хо­м привидів, мо­нстрів, скелетів, ва­мпірів і інших чудо­виськ, витягнутих з на­др го­ллівудських фільмів-жа­хів і ко­мп'ютерних іго­р. Ча­стина­ з них – це індуко­ва­ні відео­сюжета­ми стра­хи: персо­на­жі «Во­но­», «Чужі», «Мумія», «Дра­кула­» тощо. Всі ці о­бра­зи вира­жа­ють, на­ на­ш по­гляд, непряму за­гро­зу життю, то­ді як в іншій групі о­бра­зів (4%) стра­х вира­жений у формі прямо­ї за­гро­зи життю: зо­бра­ження стра­ху – смерті з ко­со­ю і підписо­м «смерть»; чи «я по­мерла­» – на­ ма­люнку дівчинки, яка­ лежить зі схрещеними рука­ми.

На­ступна­ за­ численністю зо­бра­жень (20%) – це група­ зі стра­хів тва­рин. Потрібно­ відзна­чити, що­ в ма­люнка­х присутній до­сить широ­кий спектр предста­вників тва­ринно­го­ світу: со­ба­ки, змії, па­вуки. Дикі звірі зо­бра­жені частіше, ніж ка­жа­ни, щури, бджо­ли та­ ін. О­со­бливо­ слід виділити групу з множинними о­бра­за­ми стра­хів (16%), де предста­влені два­ і більше о­бра­зів. Діти з мно­жинними стра­ха­ми, на­ на­ш погляд, по­требують о­со­бливо­ї ува­ги педа­го­гів, психо­ло­гів, ба­тьків, у зв'язку з тим, що­ у них на­ба­га­то­ ча­стіше, в по­рівнянні з іншими дітьми, за­пуска­ються меха­нізми триво­ги. У та­ких дітей швидше вичерпуються нервово­-психічні і а­да­птивні мо­жливо­сті. Це зо­всім не о­зна­ча­є, що­ діти з моноо­бра­зо­м стра­ху менше по­требують психо­ло­гічно­ї до­по­мо­ги а­бо­ педа­го­гічно­ї ува­ги, оскільки цей о­диничний стра­х мо­же бути дуже інтенсивним і ста­більним. Ряд авто­рів вка­зує на­ вза­ємо­зв'язо­к мно­жинних стра­хів з дитячо­ю о­бда­ро­ва­ністю, зокрема­, інтелектуа­льно­ю.

Не та­ка численна­ в про­центно­му відно­шенні група­ зі стра­хо­м темряви (8%). На­ступні групи (6%) включа­ють зо­бра­ження стра­хів деяких ка­зко­вих персо­на­жів (відьма­, дра­ко­н, Ко­щей), тра­нспо­рту, но­чі. На­вча­льні стра­хи, що­ вхо­дять до­ цієї групи, зо­бра­жені у вигляді що­денників з яскраво-червоними заува­женнями педа­го­гів і низькими о­цінка­ми. Ще менш кількісно­ предста­влені групи з о­бра­за­ми стра­ху во­гню, стихійних сил, висо­ти, війни, стра­ху на­па­ду (4%); та­ко­ж група­ стра­хів глибини, темно­го­ лісу, стра­шних снів, якихо­сь людей, за­лиша­тися о­дно­му, пока­ра­ння, бо­лю, ба­тьків (4%).

## 2.3. Аналіз уявлень молодших школярів про власні страхи і страхи дорослих

Отримані дані свідчать, що переважна більшість учнів (72%) визнають у себе наявність страхів. З них хлопчиків – 33%, дівчаток – 39%. Заперечують наявність у себе страхів 15% хлопчиків і 12% дівчаток.

Таблиця 2.1

**Типи страхів молодших школярів (%)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Страхи** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Нічого | 15 | 12 |
| Темрява | 10 | 12 |
| Навчальні страхи | 4 | 6 |
| Тварини | 10 | 12 |
| Смерть | 4 | 6 |
| «Бути не тим» | 2 | 2 |
| Вампіри | 10 | 4 |
| Страшні сни | 4 | 4 |

Найбільш поширеними серед обстежених молодших школярів виявилися страхи темряви (22%) і страхи тварин (22%), причому у дівчаток цей показник дещо вищий. У групу тварин, які викликають страх, учні включають окрім собак, левів, павуків, тигрів тощо, представників тваринного світу, типових для сільської місцевості: гусей («вони дуже щипаються», кіз («боюся, коли буцаються»), півнів («клюються»). Наступним за поширеністю (14%) є страх перед вампірами, привидами тощо. Навчальні страхи виявлено у 4% хлопчиків і 6% дівчаток. Наступними за поширеністю є страхи страшних снів, характерні для 8% молодших школярів.

Згідно з А.І. Захаровим, для молодшого шкільного віку найбільш характерним є страх «бути не тим». У нашій вибірці на цей страх вказали тільки 2% молодших школярів. На наш погляд, це можна пояснити значними змінами в соціокультурному середовищі, що сталися протягом останніх десятиліть.

Страх смерті в повсякденному житті характерний для 4% хлопчиків і 6% дівчаток. Слід вказати на розбіжності між вербальним і невербальним відображенням об’єктів страху дітей. У тематичних малюнках переважає страх смерті (прямо або непрямо) і дещо менше виражений страх тварин; вербально лідирують страх темряви і тварин. Окрім вище описаних страхів, учні вказували також на такі страхи: хвороби, вогню, війни, глибини тощо.

У цілому для всієї вибірки учнів характерні наступні страхи: темряви, тварин, вампірів (привидів, монстрів тощо), навчальні страхи, страшні сни, страх смерті, страх «бути не тим» та ін. У дівчаток більшою мірою виражений страх тварин і навчальний страх, на відміну від хлопчиків. Хлопчиків частіше турбують страхи нереальних істот (вампірів, монстрів, скелетів тощо).

Ма намагалися проаналізувати страхи молодших школярів *за частотою і інтенсивністю їх прояву*. Отримані результати дали змогу визначити ієрархію дитячих страхів за їх вираженістю. У таблиці № 2.2 представлено перелік страхів у порядку зменшення їх інтенсивності: страх тварин, страх темряви, страх вампірів (привидів тощо), навчальні страхи, страх смерть рідних. Сумарно названі страхи складають більше 50% від загальної кількості дитячих страхів.

Таблиця 2.2

**Класифікація страхів молодших школярів (за інтенсивністю)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Страхи** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Тварини | 6 | 9 |
| Темрява | 5 | 7 |
| Вампіри | 7 | 3 |
| Навчальний страх | 4 | 6 |
| Смерть | 3 | 5 |
| Нічого | 3 | 4 |
| Смерть рідних | 1 | 2 |

Найбільш виражений у дітей страх тварин (15%) і страх темряви (12%), за ними слідують страхи вампірів (10%) і навчальні страхи (10%). Окрім попередніх страхів у цьому переліку з'являється страх смерті батьків, що збігається з висновками А.І. Захарова, отриманими за його методикою. У нашому випадку цей страх проявив себе тільки за умови лінгвістично посиленої форми постановки питання. На питання, чого вона боїться найбільше, дитина вже не називає будь-які страхи, які спадають їй на думку, а починає обмірковувати і витягати з глибин свідомості той страх, який турбує її найбільше. Це смерть батьків, страх пожежі, страх захворіти, страх «жаху».

Навчальні страхи більшою мірою характерні для дівчаток, ніж для хлопчиків. Страх смерті рідних також сильніший у дівчаток, ніж у хлопчиків. Страх тварин також сильніше проявляється у дівчаток. Страх вампірів (привидів тощо) значимо вищий у хлопчиків, ніж у дівчаток.

Наступний перелік страхів, складений на основі аналізу висловлювань молодших школярів, відображає їх частоту прояву (табл. 2.3). У цьому випадку картина страхів дещо інша. У таблицю внесені переважаючі страхи, характерні для всієї вибірки. Це страхи: навчальні, страх темряви, страх тварин, страх залишитися одному вдома, страх вампірів (привидів тощо), страх захворіти, страх покарання батьків. Найчастіше молодших школярів турбують навчальні страхи, які є провідними у цій класифікації, – (14%) по всій вибірці.

Таблиця 2.3

**Класифікація страхів молодших школярів (за частотою)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Страхи** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Навчальний страх | 6 | 8 |
| Темрява | 6 | 5 |
| Нічого не бояться | 4 | 6 |
| Тварини | 4 | 5 |
| Захворіти | 1 | 2 |
| Вампіри | 2 | 1 |
| Один удома | 1 | 2 |
| Покарання батьків | 1 | 1 |

Учні бояться поганих оцінок, уроків, екзаменів, учителів, уроків англійської мови, відрахування зі школи, не бути відмінником. Страх темряви також доволі поширений серед дітей (11%). Страх захворіти частіше спостерігається у дівчаток. Страх вампірів (привидів тощо) більш характерний для хлопчиків. Страх тварин за частотою прояву посідає третє місце в переліку страхів (9%). Відповідь «найчастіше нічого не бояться» дали 6% дівчаток і 4 % хлопчиків. Також виявлено, що страх тварин більше виражений у дівчаток.

Під час дослідження ми також звертали увагу на часовий вимір дитячих страхів: чого вони боялися у минулому, бояться зараз і будуть боятися у майбутньому. Дітям було запропоновано перерахувати страхи, які вони переживали у минулому, коли були маленькими (табл. 2.4).

Таблиця 2.4

**Уявлення дітей про свої страхи у минулому**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Страхи** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Тварини | 8 | 12 |
| Темрява | 7 | 8 |
| Один удома | 2 | 4 |
| Нічого | 3 | 1 |
| Привиди | 2 | 1 |
| Казкові герої | 1 | 1 |
| Впасти | 1 | 1 |
| Не пам'ятаю | 1 | 1 |

Серед страхів, які називалися найчастіше, можна виокремити такі: страх тварин, страх темряви, страх залишитися одному вдома, страх вампірів (привидів тощо), страх казкових героїв, страх впасти. Перші п'ять з перерахованих страхів, у сумі складають близько 50% усіх згаданих дітьми страхів. Переважна більшість учнів назвали основним страхом, який вони відчували в дитинстві, – страх тварин (кішок, собак). Далі, в порядку убування, слідує страх темряви, який присутній в усіх класифікаціях. Абсолютно природною видається поява тут страху «бути одно­му», оскільки це відповідає віковій нормі. Страх вампірів (привидів), як і в попе­ред­ніх переліках, хоч і незначно, але більш виражений у хлопчиків.

У наступній таблиці представлені страхи молодших школярів у теперішньому часі (табл. 2.5). Багато респондентів відзначили, що зараз нічого не бояться (31%). В порядку убування названі такі страхи: навчальні (16%), страх тварин (8%), страх привидів (вампірів тощо) – 5%, страх смерті – (2%).

Таблиця 2.5

**Уявлення дітей про свої страхи у сьогоденні**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Страхи** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Нічого | 16 | 15 |
| Навчальні страхи | 7 | 9 |
| Тварини | 4 | 4 |
| Темрява | 2 | 4 |
| Привиди | 3 | 2 |
| Смерть | 1 | 1 |

У проекції страхів на майбутнє 58% молодших школярів вказали, що «нічого не боятимуться» (табл. 2.6).

Таблиця 2.6

**Уявлення дітей про свої страхи в майбутньому**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Страхи** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Нічого не боятимуся | 31 | 27 |
| Боятимуся | 5 | 6 |
| Не знаю | 2 | 2 |
| Смерть | 2 | 2 |
| Напади | 1 | 1 |
| Самотність | 1 | 1 |
| Соціальні страхи | 1 | 1 |
| Смерть рідних | 1 | 1 |

Проте, молодші школярі вважають, що в майбутньому вони все-таки відчуватимуть страхи (11%). Частина учнів не знають відповіді на це питання (4%). Наступними за вираженістю є очікувані у майбутньому страхи: смерті, нападу, самотності, смерті рідних і соціальні страхи.

На страх смерті у майбутньому вказали 4 % учнів. Це виявилося у наступних висловлюваннях хлопчиків: «боятимуся вбивств, пістолета, бандитів, терористів, вбивць, поганих людей, втратити друзів, старості». Дівчатка відповідають: «боятимуся пологів, СНІДУ, нещасного випадку і т. д». Соціальні страхи виражені у 2% учнів: «боюся стати бомжем», «що не стану винахідником», «не пустять на роботу». Учні відзначають боязнь сімейних проблем у майбутньому.

З усього вище сказаного можна зробити певні висновки. У часовому вимірі від минулого до майбутнього істотно збільшується кількість дітей, що заперечують наявність у себе страхів (у минулому – 4%; у теперішньому часі – 31%; у майбутньому вже – 58%). Серед страхів минулого найбільша кількість учнів називає страх тварин (20%); у теперішньому часі цей страх виражений значно менше (8%), а на перше місце виходять навчальні страхи (16%). У майбутньому ж страхи тварин і навчальні страхи взагалі не фігурують. Але, слід зазначити, що в дитячому прогнозі майбутніх страхів окрім вітальних (власної смерті; смерті рідних) уперше з’являються соціальні страхи (втрата роботи; житла; втрата друзів, боязнь старості). Гендерні відмінності у часовому вимірі проявляються у більшій боязливості дівчаток, ніж хлопчиків, причому і в минулому, і в сьогоденні, і в майбутньому.

Ми проаналізували також вираженість дитячих *страхів у просторовому вимірі:* які місця учні визначають як найнебезпечніші (де найстрашніше) і найбезпечніші для себе (де нічого не бояться) (табл. 2.7). Учні всієї вибірки, називаючи безпечне місце, вказують на такі локації: для абсолютної більшості (41%) учнів найбезпечніше місце – «удома, з рідними»; далі йдуть – школа (8%); «на природі, в селі, на дачі» (8%), «у бабусі» (7%). Насторожує досить високий відсоток молодших школярів, які вказали, що такого місця у них немає (13%).

Таблиця 2.7

**Дитячі страхи у просторовому вимірі (найбільш безпечне місце)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Безпечне місце** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Удома, з рідними | 17 | 24 |
| Нема такого місця | 5 | 8 |
| У школі | 4 | 4 |
| У бабусі | 2 | 5 |
| На природі, дачі | 5 | 3 |

Звертають на себе увагу деякі одиничні висловлювання, що не увійшли до загальної таблиці: «на вулиці, з друзями», «під ліжком», «в церкві», «у мами на колінах», «де охорона», «де багато хороших людей». Отже, найбільш безпечні для молодших школярів місця – «удома, з рідними», «у бабусі», «на дачі, на природі, в селі».

Називаючи «небезпечне» для себе місце, учні значно розширили цей перелік у порівнянні з безпечним (табл. 2.8).

Таблиця 2.8

**Дитячі страхи у просторовому вимірі (найбільш небезпечне місце)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Небезпечне місце** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| На вулиці | 9 | 16 |
| Удома один | 3 | 6 |
| У темряві | 5 | 3 |
| У лісі | 3 | 4 |
| У темному закритому приміщенні | 4 | 2 |
| На кладовищі | 2 | 2 |
| У школі | 2 | 1 |
| У кімнаті страху | 1 | 1 |
| У зоопарку, цирку | 1 | 1 |
| У місті | 1 | 1 |

У порядку убування перераховані наступні «небезпечні» місця, де дітям найстрашніше: на вулиці – 25%, удома одному – 9%, у темряві – 8%, у лісі – 7%, у темному закритому приміщенні – 6%, на кладовищі – 4%, у школі – 3%, в страшних іграх, кімнатах страху – 2%, в місті – 2%, де багато тварин (у цирку, зоопарку – 2%). Загалом дівчатка більше ніж хлопчики бояться вулиці і залишатися вдома одними. Хлопчики, у свою чергу, більше бояться темряви і закритих, темних приміщень (підвал, горище, сарай). На школу як небезпечне для себе місце частіше також вказують хлопчики. Однак за загальною кількістю названих страшних і небезпечних місць по усій вибірці лідирують дівчатка.

Наведемо декілька одиничних висловлювань дітей про небезпечні місця, які не увійшли до таблиці: «на уроці, коли контрольна», «де п'яні люди», «в незнайомому місці», «на краю селища», «в лікарні у лікаря», «на вулицях міста», «де багато великих дірок».

У процесі дослідження ми проаналізували також ставлення молодших школярів до страхів у проекції на світ дорослих. Питання, що входять до цього блоку анкети, спрямовані на виявлення ставлення дітей до страхів їх найближчого оточення.

Відповідаючи на питання, чого бояться дорослі взагалі, молодші школярі в порядку убування назвали такі страхи (див. табл. 2.9).

Таблиця 2.9

**Уявлення молодших школярів до страхи дорослих**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Страхи** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Не знаю | 7 | 10 |
| Нічого | 8 | 7 |
| Втрата дитини | 4 | 6 |
| Смерть | 5 | 4 |
| Соціальні страхи | 3 | 3 |
| Втрата близьких | 1 | 2 |
| Сімейні проблеми | 1 | 1 |

Більшість дітей, ймовірно, раніше не замислювалися над цим питанням. Відсоток молодших школярів, які відповіли «не знаю», досить високий (17%). Значна кількість дітей (15%) відповіли, що дорослі нічого не бояться. З усієї кількості школярів 10% вважає, що дорослі найбільше бояться втратити дитину. Наступне, що виділяють учні всієї вибірки, – це страх смерті (9%). Діти вказали також на соціальні страхи дорослих (6%), що знайшло вияв у таких висловлюваннях: «гроші закінчаться», «начальник посварить», «з роботи звільнять», «безробіття», «запізнитися на роботу», «що пограбують», «злодіїв і терористів», «що не зможуть утримувати дітей» тощо. Дорослі, на думку дітей, також бояться втратити близьких (3%) і деяких сімейних проблем: «розлучення», «коли чоловіки п'яні», «втратити сім'ю», «розлуки» тощо (2%). Більшість школярів усвідомлюють цінність свого життя для батьків. Дівчатка частіше, ніж хлопчики, вказують на страх дорослих втратити дитину. На страх смерті у дорослих частіше вказують хлопчики.

На питання, чи бояться чого-небудь твої батьки, більшість дітей (43%) відповіли ствердно; 34% школярів вважають, що їхні батьки нічого не бояться; 6% дітей зазначили, що не знають відповіді на це питання (табл. 2.10).

Таблиця 2.10

**Уявлення молодших школярів про наявність страхів у своїх батьків**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Відповіді** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Так | 23 | 20 |
| Ні | 16 | 18 |
| Не знаю | 3 | 3 |

Ми проаналізували також висловлювання дітей про страхи, які відчуваються кожним із батьків. У таблиці 2.11 наведені в порядку зменшення страхи, які, на думку дітей, відчувають їхні мами. У числі перших п'яти, що становить близько 40% від загальної кількості страхів, діти назвали такі страхи: страх втратити дитину (17%), страх тварин (10%), соціальні страхи (3%), сімейні проблеми (3%), страх втрати близьких (2%), страх перед шкільними проблемами дитини (2%), страх висоти – (2%). Тут, як і в попередній класифікації, провідним страхом є страх втратити дитину.

Таблиця 2.11

**Уявлення молодших школярів про страхи своєї мами**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Страхи** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Втрати дитини | 8 | 9 |
| Нічого не боїться | 6 | 9 |
| Тварин | 5 | 5 |
| Не знаю | 5 | 3 |
| Сімейні проблеми | 1 | 2 |
| Соціальні страхи | 1 | 2 |
| Висоти | 1 | 1 |
| Шкільні проблеми дитини | 1 | 1 |
| Втрати близьких | 1 | 1 |

Наявність соціальних страхів у матерів відмітили 3% дітей («звільнять з роботи», «не дадуть зарплату» тощо). Учні вказали також на страх матерів перед шкільними проблемами дитини («що мене відрахують з школи», «моїх поганих оцінок», «за мою погану поведінку», «виклику до школи» тощо). Багато дітей вказали на наявність у мамів страху перед тваринами (10%).

Що стосується уявлень дітей про страхи, які відчуває тато, то тут оче­вид­ний високий відсоток відповідей «нічого» (34%) і «не знаю» (20%) (табл. 2.12).

Таблиця 2.12

**Уявлення молодших школярів про страхи свого тата**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Страхи** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Нічого | 18 | 16 |
| Не знаю | 10 | 10 |
| Втрати дитини | 4 | 3 |
| Соціальні страхи | 3 | 2 |
| Шкільні проблеми дітей | 1 | 2 |
| Втрати близьких | 1 | 2 |
| Сімейні проблеми | 1 | 2 |
| Смерті | 1 | 1 |

Далі названі такі страхи в порядку їх убування: страх втратити дитину (7%), соціальні страхи (5%), шкільні проблеми дітей, страх втрати близьких, сімейні проблеми (по 3%), страх смерті (2%). Загалом дитячий перелік страхів тата дуже подібний до переліку страхів матері.

Ми проаналізували також висловлювання дітей про ставлення батьків до їхніх страхів. Припускаємо, що такі висловлювання відображають характер дитячо-батьківських стосунків, що склалися в сім'ї (табл. 2.13).

Таблиця 2.13

**Ставлення батьків до дитячих страхів**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Відповіді** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Заспокоюють, піклуються | 20 | 41 |
| Ніяк не реагують, не помічають | 9 | 16 |
| Говорять «не бійся» | 5 | 11 |
| Кричать, лають | 3 | 3 |
| Учать, як не боятися | 2 | 4 |
| Вони не знають, що я боюся | 2 | 4 |

Аналіз відповідей учнів свідчить, що найчастіше вони таким чином характеризують ставлення батьків до їхніх страхів: заспокоюють, піклуються – 41%; ніяк не реагують, не помічають – 25%; говорять «не бійся» – 16%; кричать, лають – 6%; учать, як не боятися – 6%. Особливої уваги психологів і педагогів вимагають встановлені в результаті дослідження випадки (6%), коли батьки «негативно» ставляться до проявів страхів дитини («кричать», «лають», «мама б'є ременем», «погано ставляться», «строго!»). Інший тип ставлення дорослих до проявів дитячих страхів ми об'єднали в групу «позитивних»: «учать, як не боятися», «учать мене плавати», «розмовляють», «включають світло», «намагаються допомогти», «хочуть це виправити» тощо.

Ми припускаємо, що моральне ставлення до переживань свого страху формується головним чином у сім'ї, в процесі взаємодії з батьками. Оцінюючи свої переживання страху, молодші школярі визначають їх як допустимі (боятися не соромно) або неприпустимі (боятися соромно). Переважна більшість учнів початкової школи вважають, що «боятися не соромно» (64%) (табл. 2.14). Водночас значна частина дітей вважає, що цього почуття слід соромитися (36%).

Таблиця 2.14

**Моральна установка дітей щодо переживання страху**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Відповіді** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Боятися не соромно | 32 | 32 |
| Боятися соромно | 18 | 18 |

## 

## 2.4. Способи подолання страхів молодшими школярами

У педагогічному контексті становить інтерес питання, чи спроможні молодші школярі до саморегуляції з метою зменшення переживання страхів або позбавлення від них. І.Б. Гриншпун стверджує, що «страх приводить до того, що креативність дитини звертається в сферу «пасивної» уяви, яка виконує функцію психологічного захисту» [9, с. 18]. Результати нашого дослідження свідчать, що окрім «пасивної уяви» діти використовують і інші прийоми психологічної саморегуляції. Аналіз відповідей молодших школярів дав змогу визначити декілька типів поведінки дітей у ситуаціях переживання страху (табл. 2.15).

Таблиця 2.15

**Способи подолання страхів дітьми молодшого шкільного віку**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Способи захисту** | **Хлопчики** | **Дівчатка** |
| Пасивно-захисна | 10 | 10 |
| Самозаспокоєння | 8 | 10 |
| Активно-захисна | 11 | 6 |
| Бездіяльність («нічого не роблю») | 6 | 8 |
| Звернення по допомогу до батьків | 6 | 4 |
| Переключення на що-небудь інше | 3 | 6 |
| Молюся богові | 1 | 1 |

Для того, щоб не боятися, діти найчастіше вдаються до способів поведінки, яку ми визначаємо як: пасивно-захисну – 20%; самозаспокоєння – 18%; активно-захисну – 17%; бездіяльність – 14%; звернення по допомогу до батьків – 10%; переключення на що-небудь інше – 9%; звернення до «вищих сил» – 2%. Найчастіше діти демонструють пасивно-захисну поведінку в ситуації переживання страху, що проявляється в таких висловлюваннях: «лізу під ковдру», «ховаюся під ліжком», «відвертаюся до стіни», «замружую очі» і т. д.

Тип поведінки «самозаспокоєння» характерний для 18% школярів. Наведемо деякі висловлювання: «рахую до ста», «переконую себе, що цього немає», «говорю собі: «Петя, не бійся» тощо.

Активно-захисний спосіб боротьби зі страхом властивий 17% дітей, що знайшло відображення в наступних висловлюваннях: «йду на зустріч страху», «борюся з ним», «говорю страхам «зникніть», «дивлюся страху в очі», «беру автомат», «роблю те, чого боюся», «лаю того, хто мене лякає» тощо.

По допомогу до батьків звертаються 10% учнів. Серед цих висловлювань найбільш типові: «біжу до мами і тата», «ночую у них в спальні», «беремо з мамою мотузочок в руки», «тато спить у мене в кімнаті» тощо.

Значна частина дітей (9%) вказала, що бореться зі страхом за допомогою переключення на що-небудь інше. Це виражається в наступних висловлюваннях: «граю з кішкою», «дивлюся мультики», «намагаюся загратися», «читаю цікаву книгу», «починаю танцювати» тощо.

На­йменш по­ширеним типо­м по­ведінки мо­ло­дших шко­лярів у ситуа­ції пережива­ння стра­ху є звернення до­ «вищих» сил (2%).

Отже, діти молодшого шкільного віку можуть самостійно справлятися з страхом, використовуючи різні способи психологічної саморегуляції.

# 

# Висновки

Збереження і зміцнення психічного здоров’я та емоційного благополуччя дитини є одним з головних завдань сучасної школи. У наш час проблема страхів дітей молодшого шкільного віку набуває особливої актуальності як в науковому, так і в практичному плані. Спостерігається тенденція до збільшення кількості дітей зі страхами, з високим рівнем тривожності, невпевненістю в собі, негативною самооцінкою. Як свідчить проведене дослідження, усталений погляд на проблему дитячих страхів як на цілком розроблену (В. І. Гарбузов, А.І. Захаров, A.M. Прихожан, А.С. Співаковська та ін.), що відображав картину життя стабільного суспільства, перестав вписуватися в динаміку швидкоплинних подій суспільного життя України останніх десятиліть.

1. Згідно з отриманими даними, переважна більшість (72%) учнів визнає наявність у себе страхів, причому дівчатка (39%) бояться більше, ніж хлопчики (33%). Заперечують наявність у себе страхів 15% хлопчиків і 12% дівчаток. Найбільш поширеними серед молодших школярів виявилися страхи темряви (22%) і страхи тварин (22%), причому у дівчаток цей показник дещо вищий. Отримані дані свідчать, що страхи сучасних молодших школярів протягом останніх десятиліть зазнали істотних змін: змінився характер соціальних страхів, деякі негативні персонажі («чорна рука») вже не користуються минулою популярністю, а на зміну їм приходять нові «страшні» персонажі з популярних фільмів жахів («Воно», Дракула, Мумія, Фреді Крюгер і ін.).

2. У нашому дослідженні виявлені розбіжності між вербальною і образною формами вираження страху у дітей молодшого шкільного віку. У вербальній формі переважають страхи темряви і тварин, в невербальній (тематичний малюнок) – страх смерті.

Під час дослідження просторового виміру дитячих страхів було виявлено основні місця, які діти асоціюють з безпекою і небезпекою. Найбільш небезпечними місцями молодші школярі вважають вулицю, місця у темряві і закритому приміщенні, а найбільш безпечним – рідний дім.

Виявлені особливості переживання страхів молодшими школярами у часовій перспективі (минуле, сьогодення і майбутнє): від минулого до майбутнього істотно збільшується кількість дітей, що заперечують наявність у себе страхів; серед страхів минулого найбільша кількість учнів називає страх тварин, у теперішньому часі на перший план виходять навчальні страхи, у майбутньому страхи тварин і навчальні страхи взагалі не фігурують, але з’являються соціальні страхи (втрата роботи; житла; втрата друзів, боязнь старості). Гендерні відмінності у часовому вимірі проявляються у більшій боязливості дівчаток, ніж хлопчиків, причому і в минулому, і в сьогоденні, і в майбутньому.

У процесі дослідження виявлено особливості уявлень молодших школярів про страхи дорослих: значна кількість дітей (15%) вважають, що дорослі нічого не бояться, 10% вважає, що дорослі найбільше бояться втратити дитину, 9% вважає, що дорослі бояться смерті, 6% вказали на соціальні страхи дорослих: «закінчаться гроші», «начальник посварить», «з роботи звільнять», «безробіття», «запізнитися на роботу», «що пограбують», «злодіїв і терористів», «що не зможуть утримувати дітей» тощо. Дорослі, на думку дітей, також бояться втратити близьких (3%) і деяких сімейних проблем: «розлучення», «коли чоловіки п'яні», «втратити сім'ю», «розлуки» тощо (2%). Більшість школярів усвідомлюють цінність свого життя для батьків. Дівчатка частіше, ніж хлопчики, вказують на страх дорослих втратити дитину. На страх смерті у дорослих частіше вказують хлопчики.

3. Проведене дослідження свідчить, що діти молодшого шкільного віку здатні самостійно справлятися зі своїми страхами, використовуючи різні способи саморегуляції. Були виявлені основні типи поведінки дітей в умовах переживання страху: пасивно-захисний; активно-захисний; самозаспо­кою­вання; переключення на щось інше; звернення по допомогу до батьків; бездіяльність; звернення до вищих сил. Більшість дітей вважають, що позбутися страхів можна, якщо перебороти їх або подивитися страху в очі, а також не думати про страх. І хлопчики, і дівчатка однаково вважають, що можна перестати боятися, якщо перебороти свій страх.

# Список використаних джерел

1. Айке Д. Страх./ Тревога и тревожность // Сост. и общ. ред. В.М. Астапова. – С-Пб., 2001. – 256 с.
2. Акопян Л. С. Атлас детских страхов / Л. С. Акопян. – Самара: СНЦ РАН, 2003. – 172 с.
3. Бобро Л. В. Характеристика уявлень дітей старшого дошкільного віку про уміння долати страх / Л. В. Бобро // Молодий вчений. - 2018. - № 1(2). - С. 770-773.
4. Бреслав Г. М. Психология эмоций /Г.М.Бреслав.– М.: Смысл, 2004.– 554 с.
5. Васьківська С. В. Про дитячу тривожність / С. В. Васьківська // Початкова школа. – 1993. – №9. – С.148-154.
6. Венгер А.Л. Психологические рисуночные тесты / Венгер А.Л.– М., 2002.– 187 с.
7. Гарбузов В.И. Нервные дети / В. И. Гарбузов. – М.: Медицина, 1990. – 172 с.
8. Грек О. М. Психологічні особливості прояву страхів у молодших школярів з повних та неповних сімей в умовах рекреації / О.М. Грек, Н. С. Твердохліб // Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених та студентів, 19 квітня 2014 року «Актуальні проблеми сучасної психології». – Одеса, 2014. – С. 126-129.
9. Гриншпун И.Б. Детские невротические страхи, их диагностика и коррекция: Программа к спецкурсу / Гриншпун И.Б., Неболюва Т.В. – М., 1993. – 34 с.
10. Гудман Р. Обсуждение и создание детских рисунков / Практикум по арт-терапии // под ред. А.И. Копыткина. – СПб., 2000. – С. 148-154.
11. Дьяченко М.И. Психология. Словарь-справочник / М.И. Дьяченко, Л.А. Кандыбович. – Минск, 1998. – 98 с.
12. Захаров А. И. Как помочь нашим детям избавиться от страха? / А. И. Захаров. – СПб., 1995. – 118 с.
13. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей / А. И. Захаров.– СПб.: Союз, 2000. – 448 с.
14. Изард К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард.– СПб.: Питер, 1999.– 464 с.
15. Кадышева Л. Б. Коррекция страхов в младшем школьном возрасте / Л. Б. Кадышева, Н. С. Головнина // Горизонти освіти. - 2014. - № 2. - С. 109-113.
16. Кемпински А. Страх / А. Кемпински // Психические состояния. – СПб.: Питер, 2000. – С. 229 – 235.
17. Клапаред Э. Чувства и эмоции / Э. Клаперад // Психология эмоций / Авт. сост. В.Вилюнас. – СПб.: Питер, 2004. – С. 131 – 141.
18. Ковалевська А. О. Ефективність використання засобів образотворчої діяльності для психокорекції страхів молодших школярів / А. О. Ковалевська // Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О. Сухомлинського. Сер. : Психологічні науки. - 2013. - Т. 2, Вип. 10. - С. 151-155.
19. Ковалевська А. О. Програма психологічної корекції страхів молодших школярів засобами образотворчої діяльності / А. О. Ковалевська // Педагогічний процес: теорія і практика. - 2013. - Вип. 2. - С. 188-195.
20. Кормило О. М. Психічні стани та їх зв’язок зі страхом у дитячому віці / О. М. Кормило // Проблеми сучасної психології. - 2014. - Вип. 23. - С. 286-297.
21. Корнілова В. В. Прояви страхів у дітей з благополучних і неблагополучних родин / В. В. Корнілова // Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди. Психологія. - 2012. - Вип. 44(1). - С. 98-109.
22. Кузнєцов М.А. Шкільні страхи: Види, умови прояву та шляхи подолання / М. А. Кузнєцов, І. В. Бабарикіна. – Харків: ХНПУ, 2012. – 227 с.
23. Леви В.Л. Приручение страха / В.Л.Леви.– М.: Метаморфоза, 2005.– 192 с.
24. Літвінова О. В. Дослідження специфіки страхів молодших школярів як результат пережитих бойових дій / О. В. Літвінова, Н. С. Коваленко // Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія : Психологічні науки. - 2015. - Вип. 1(2). - С. 89-94.
25. Мухина B.C. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / В. С. Мухина. – М.: Изд. центр «Академия», 2003. – 456 с.
26. Орлов Ю.М. Восхождение к индивидуальности / Ю. М. Орлов. – М., 1991. 288 с.
27. Особенности психического развития детей 6–7-летнего возраста / Под ред. Д.Б. Эльконина, А.Л. Венгера. – М., 1988. – 132 с.
28. Осорина М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых: принципы общепсихологического анализа / М.В. Осорина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2000. – 288 с.
29. Петченко В.А. Методика оценки степени выраженности объектных школьных страхов детей младшего школьного возраста / В.А. Патченко //Психолог в школе. – 1991. – №1. – С. 18-24.
30. Платонов К.К. Краткий словарь системы психологических понятий / К.К. Платонов. - М., 1984. – 266 с.
31. Прохоров А. О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности / А. О. Прохоров. – М.: ПЕР СЭ, 2005. – 352 с.
32. Психология. Словарь / под ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. – М., 1990. – 288 с.
33. Раншбург Й. Секреты личности / Раншбург Й, Поппер П.– М., 1983.– 188 с.
34. Робер А. Большой толковый психологический словарь / А. Робер. – М., 2001. – 524 с.
35. Романова Е.С. Графические методы в психологической диагностике / Романова Е.С., Потемкина О.Ф. – М., 1992. – 194 с.
36. Сімович О.Г. Психологічні особливості прояву психічних станів у дітей молодшого шкільного віку / Сімович О.Г. // Актуальні проблеми соціології, психології, педагогіки. – 2015. – №2 (27). – С. 69-77.
37. Скляренко О. М. Психологічні особливості та види шкільних страхів у молодших школярів / О. М. Скляренко // Міжнародний науковий форум: соціологія, психологія, педагогіка, менеджмент. - 2010. - Вип. 2. - С. 160-170.
38. Скляренко О.М. Психологічні особливості дитячих страхів у контексті психокорекційної діяльності шкільного психолога // Психологія. Зб. наукових праць. – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2003. – Випуск 20. – С. 133 – 141.
39. Соколова Г. Б. Теоретичні підходи до вивчення проблеми страхів у дітей старшого дошкільного віку / Г. Б. Соколова // Вісник Одеського національного університету. Психологія. - 2014. - Т. 19, Вип. 2. - С. 317-323.
40. Ставицька С.О. Психолого-педагогічні умови подолання особистісної тривожності у дітей молодшого шкільного віку /С.О.Ставицька // Психологія на перетині тисячоліть: Збірник наукових праць учасників П’ятих Костюківських читань: В 3-х т. – К.: Гнозис. – 1998. – Т.3. – С.220-227.
41. Степанов В.Г. Психология трудных школьников: Учебное пособие для учителей и родителей / В. Г. Степанов. – М.: Академия, 1997. – 320 с.
42. У Цзін. Особливості прояву страхів у молодших школярів з повних та неповних сімей / Цзін У // Наука і освіта. – 2014. – № 12. – С. 220– 226.
43. У Цзін. Порівняльний аналіз психологічних особливостей прояву страхів у молодших школярів та підлітків / Цзін У // Наука і освіта. – 2010. – № 12. – С. 89–93.
44. Фромм А. Азбука для родителей / А.Фромм.– Л.: Лениздат, 1991.– 320 с.

# Додатки

**Додаток А**

## Структурний опитувальник дитячих страхів

1. Чи боїшся ти чого-небудь?

2. Напиши про страхи, які тебе турбують?

3. Чого ти боїшся найбільше?

4. Чого ти найчастіше боїшся?

5. Чого ти боявся, коли був маленьким?

6. Чого ти боїшся зараз?

7. Коли ти станеш великим, ти чого-небудь боятимешся? Чого?

8. Чи є таке місце, де ти нічого не боїшся? Де?

9. Де тобі найстрашніше?

10. Як ти думаєш, чого бояться дорослі?

11. А твої батьки бояться чого-небудь?

12. Чого боїться мама?

13. Чого боїться тато?

14. А як твої батьки ставляться до того, що ти боїшся (мама, тато, бабуся, дідусь).

15. Чи бояться чого-небудь твої друзі?

16. Як ти думаєш, чи є люди, які нічого не бояться?

17. Як ти думаєш, боятися чого-небудь соромно?

18. Що ти робиш для того, щоб не боятися?