

ЧЕГО БОЯТСЯ МЛАДШИЕ ШКОЛЬНИКИ МБОУ «НОВОТРОИЦКАЯ ООШ»?

Малыхина Д.А.

с. Новотроицкое, Респ. Хакасия, МБОУ «Новотроицкая ООШ», 4 класс

Руководитель: Масалович С.Г., с. Новотроицкое, Респ. Хакасия, учитель начальных классов, МБОУ «Новотроицкая ООШ»

Данная статья является реферативным изложением основной работы. Полный текст научной работы, приложения, иллюстрации и иные дополнительные материалы доступны на сайте III Международного конкурса научно-исследовательских и творческих работ учащихся «Старт в науке» по ссылке: <https://www.school-science.ru/0317/8/28168>.

Страх – это чувство, через которое в своей жизни неоднократно проходил каждый человек. Человеку свойственно чего-то бояться. Проявления детских страхов весьма разнообразны. Некоторым детям свойственны ночные кошмары, когда ребенок просыпается с плачем и зовет мать, требует, чтобы взрослые спали вместе с ним. Другие отказываются оставаться одни в комнате, бояться темноты, опасаются выходить на лестницу без родителей, иногда возникают страхи за родителей, дети тревожатся, что с их мамой или папой что-нибудь случится. Некоторые дети отказываются кататься с горки, преодолевать препятствия, плавать в бассейне, убегают от собаки, не остаются одни и т.д. Во всех этих случаях речь идет о страхах.

Актуальность темы: проблема проявления страха у детей младшего школьного возраста актуальна тем, что в настоящее время увеличилось число детей, отличающихся повышенным состоянием страха.

Наличие большого количества страхов у школьника оказывает отрицательное воздействие на его развитие и самочувствие. Страхи препятствуют общению, мешают усваивать учебный материал. Если у ребенка много страхов, то это отрицательно отражается на его здоровье: физическом и психологическом. Устойчивые страхи сковывают творческую энергию, способствуют формированию неуверенности и тревожности.

В нашей школе многие девчонки и мальчишки часто говорят о своих страхах. Они приводят примеры ситуаций, которых боятся. И, как мне показалось пред началом исследования, наши младшие школьники много чего боятся. Мне стало интересно, какие же страхи их беспокоят. Поэтому возник интерес к изучению страхов у учащихся начальных классов.

Цель работы: исследовать особенности проявления страхов у учащихся 1–4 классов МБОУ «Новотроицкая ООШ».

Для достижения данной цели является необходимым решение следующих **задач**:

1. Проанализировать теоретический материал, содержащийся в печатных изданиях и Интернет-источниках по проблеме детских страхов;

2. Исследовать страхи учащихся 1–4 классов МБОУ «Новотроицкая ООШ»;

3. Проанализировать особенности проявления страхов у младших школьников в зависимости от возраста и пола и сравнить их количество с возрастными нормами.

4. Подобрать игры для детей младшего школьного возраста, способствующие преодолению различных видов страха.

Гипотеза: мы предположили, что количество страхов у учащихся 1–4 класса нашего времени выше возрастных норм, страхи мальчиков и девочек похожи и уменьшаются с возрастом.

Предмет исследования: чувство страха у младших школьников.

Объект исследования: объекты, вызывающие чувство страха у учащихся начальных классов МБОУ «Новотроицкая ООШ».

Методы исследования:

Для осуществления экспериментальной работы были использованы следующие методы:

- анализ литературы и периодической печати по проблеме исследования,
- наблюдение,
- тест «Страхи в домиках» (*модификация М.А. Панфиловой*) [7].

Практическая значимость работы заключается в том, что ее результаты могут быть использованы в рамках реализации программы по здоровьесбережению обучающихся школы в части создания условий для сохранения психического здоровья школьников, что является важным фактором благополучия личности.

База исследования. Исследовательская работа проводилась на базе МБОУ «Новотроицкая основная общеобразовательная школа» в октябре-ноябре 2016 года. В нем

приняло участие 45 младших школьников в возрасте 7–10 лет, среди них 26 девочек, средний возраст которых составил 8,5 лет, и 19 мальчиков, средний возраст которых – 8,6 лет.

*Нет ничего страшнее
самого страха.*

Френсис Бэкон

Страхи – это серьезно

Что такое страх?

Страх стар, как мир. Нелегко найти человека, который бы никогда не испытывал чувства страха. Беспокойство, тревога, страх – такие же неотъемлемые эмоциональные проявления нашей психической жизни, как и радость, восхищение, гнев, удивление, печаль.

Что такое страх? Обратимся к мнению ученых.

В.И. Даль [1] в «Толковом словаре живого великого русского языка» определяет страх как страсть, боязнь, робость, сильное опасение, тревожное состояние души от испуга от грозящего или воображаемого бедствия.

Р.Ф. Овчарова [6] рассматривает страх, как аффективное (эмоционально заостренное) отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия.

Известный физиолог И.П. Павлов [10] трактует страх как «проявление естественного рефлекса, пассивно-оборонительной реакции с легким торможением коры больших полушарий. Страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный рефлекс и сопровождается определенными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности».

Страхи – это отрицательные, эмоциональные неприятные переживания. В норме они выполняют охранительную функцию (самосохранение), поэтому необходимы для правильного развития ребенка и построения поведения. Эмоции страха возникают в ответ на угрожающее действие. Страх – это ответ на опасность, чувство опасности. Это реакция человека при наличии угрозы. Подавляющее большинство страхов в той или иной степени зависят от возраста и имеют временный характер. Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления, чаще всего исчезают бесследно. Но при чрезмерной податливости страхам, зависимости от них меняется поведение человека, он становится неуверенным в себе, а временами его может даже разбить «эмоциональный паралич». Если же они болезненно заострены или сохраняются длительное время, то это служит признаком неблагополучия, говорит о нервной

ослабленности человека, конфликтных отношениях в семье.

При встрече с объектом страха ребенок замирает, съеживается, закрывает глаза, убегает, осторожно движется, прячется. Кроме этого страх вызывает ужас, оцепенение, растерянность, покраснение, побледнение, плач, стремление избежать общественных мест. Когда человек испытывает страх, в его организме происходит выделение гормона адреналина.

Таким образом, страх – это чувство беспокойства в ответ на настоящую или воображаемую угрозу, которое с одной стороны имеет защитный характер, с другой, может создавать значительные неудобства в жизни человека.

Какие бывают страхи?

Детские страхи изучают психологи. Они выявили виды страхов, причины и формы их проявления. Детский психолог А.И. Захаров [2] выделяет уровни страха: обычный, естественный и болезненный. Из 29 страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15.

Все страхи у детей делят на следующие группы:

- «медицинские» страхи (боли, уколов, врачей, болезней);
- страхи, связанные с причинением физического ущерба (неожиданные звуки, транспорт, огонь, пожар, стихия, война);
- страхи животных и сказочных персонажей;
- социально опосредованные страхи (людей, детей, наказания, опоздания, одиночества);
- страхи смерти;
- пространственные страхи (высоты, воды, замкнутого пространства);
- страхи темноты и кошмарных снов.

«Медицинские» страхи. Причины возникновения данного страха связаны с болью, которая сама по себе является источником сильных негативных эмоций.

Страхи, связанные с причинением физического ущерба. Причины возникновения данного страха связаны с уменьшением безусловно-рефлекторных, инстинктивно обусловленных страхов, имеющих главным образом условно-рефлекторную природу.

Страхи животных и сказочных персонажей связаны с непереносимостью эмоционального искажения образа близкого человека, отчуждения от него, потребностью в ласке и любви.

Социально-опосредованные страхи связаны с боязнью ребенка опоздать. Основа данного страха лежит в неопределен-

ном и тревожном ожидании какого-либо несчастья.

Страхи смерти. Причины возникновения данного страха связаны с характером опасений, напоминающих о ней, подчеркнутым и определенным образом сфокусированы инстинктом самосохранения.

«Пространственные» страхи. Причины возникновения данного страха рассматриваются в качестве естественного сигнала опасности.

Страхи кошмарных снов и сновидений связаны с возникновением чувства страха и ужаса, пережитого в прошлом; эмоциональный след, который сохраняется в памяти до настоящего времени. Ужас – это эмоциональное шоковое, острое переживание.

Таким образом, детские страхи разнообразны, они имеют как инстинктивный, так и социальный характер, и с возрастом их количество и качество меняется, т.к. на каждом этапе развития и взросления ребенок сталкивается с разными задачами, которые перед ним ставит общество. Одним из таких ответственных периодов жизни ребенка является младший школьный возраст.

Особенности младших школьников

Психологи считают, что младшие школьники очень сильно подвержены переживаниям. Переживания младшего школьника чаще всего незаметны для взрослого. А их много: это и страхи, и повышенная эмоциональная возбудимость, и тревога, и беспокойство. Душу детей переполняют разные эмоции. Мир для ребенка может открыться в любой момент по-новому и вызвать полярные отклики в душе – от ужаса до восторга. На все события дети реагируют только эмоционально, они не могут рационально и хладнокровно оценить ту или иную ситуацию, поскольку не имеют жизненного опыта. Дети еще не знают, как сказать о своих переживаниях, часто они их даже не осознают. У них начинает появляться своя внутренняя жизнь.

Первый и второй класс – это начало обучения в школе. Ребенок приходит в школу и привыкает к ней. В возрасте 7–8 лет количество страхов у мальчиков в норме должно быть – 6, для девочек – 9. Трети и четвертый классы – последние в начальной школе. Ребенок внутренне готовится к переходу в среднюю школу, к более самостоятельной жизни, к новому этапу взросления. В этом возрасте количество страхов у мальчиков в норме должно быть – 7, для девочек – 10. Большинство страхов обусловлено возрастными особенностями развития и носит временный характер. По мнению психоло-

гов, они должны исчезнуть без следа. Если количество страхов превышает данные показатели, то это значит, что имеются нарушения в личностном развитии и ребенку нужна помощь взрослых.

Итак, можно сделать вывод, что младший школьный возраст – это еще один этап развития ребенка. В этот период дети сталкиваются с новыми жизненными ситуациями, которые вызывают различные эмоции и переживания, в том числе и страх. Страхи как правило имеют временный характер, кроме того, на смену одним страхам приходят другие, и от того, как младшие школьники с ними справятся, зависит их благополучие в более старшие периоды жизни.

Страхи младших школьников МБОУ «Новотроицкая ООШ»

В 1–4 классах МБОУ «Новотроицкая ООШ» обучается 52 учащихся: 27 девочек и 25 мальчиков. В исследовании приняли участие 45 учащихся: 26 девочек и 19 мальчиков.

Для изучения страхов у учащихся была использована методика А.И. Захарова в модификации М.А. Панфиловой «Страхи в домиках». Количество выявленных страхов сравнивалось с нормами, предложенными А.И. Захаровым. А.И. Захаров считает, что существуют кризисные периоды, когда общее количество страхов растет. Самый кризисный возраст – 7 лет. С 12 лет количество страхов должно сокращаться. Нормальный ребенок к 16–18 годам не должен испытывать детских страхов, приведенных в исследованиях психологов.

Анализ страхов учащихся 1–4 классов МБОУ «Новотроицкая ООШ» на их соответствие возрастной норме показывает, что соответствуют возрастным нормам по Захарову А.И. лишь 8% девочек (среднее количество страхов – 15 (норма 9–10) и 16% мальчиков (среднее количество страхов – 12 (норма 6–7)). У большинства же девочек (92%) и мальчиков (84%) количество возрастных страхов значительно превышает возрастную норму, что вероятно может сказываться на их активности, как на познавательной, так и социальной (диаграмма 1).

Можно предположить, что воздействие современного информационного общества на детей приводит к серьезному увеличению количества страхов и, значит, возможному эмоциональному неблагополучию. Следовательно, жить современным детям труднее, чем детям прошлого. Значит нам, нынешним младшим школьникам, требуется большая поддержка взрослых.

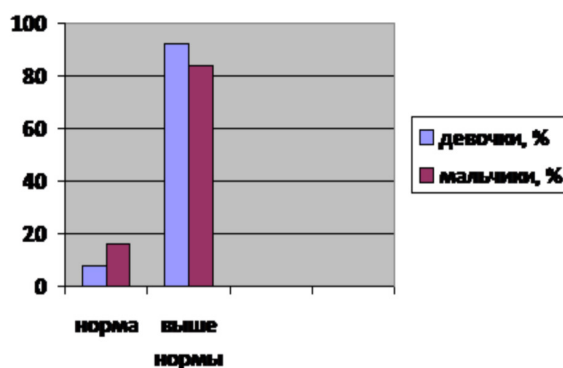


Диаграмма 1. Соответствие страхов возрастным нормам

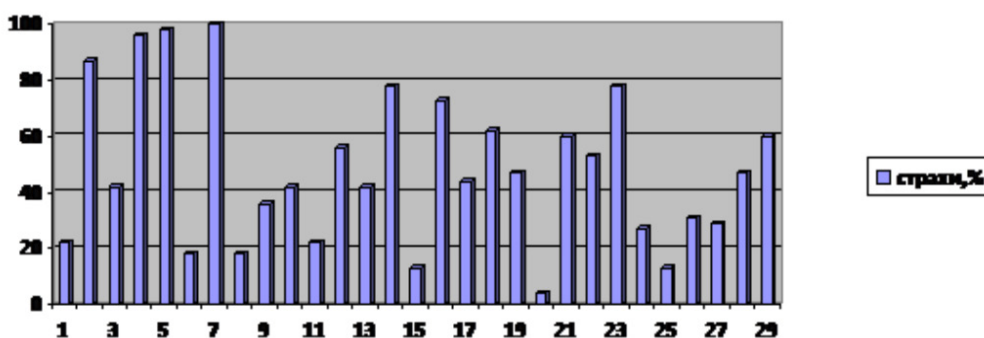


Диаграмма 2. Распределение страхов согласно теста А.И. Захарова, %

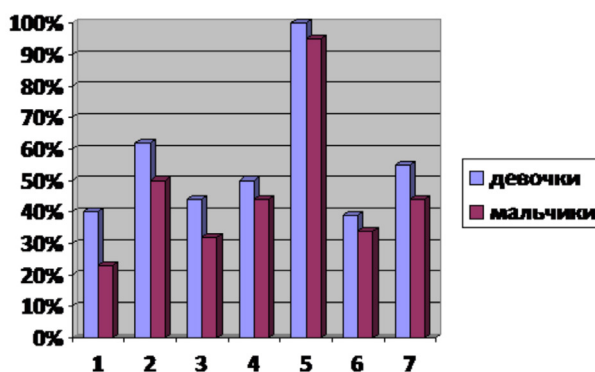


Диаграмма 3. Распределение страхов у девочек и мальчиков по группам, %

Примечание: 1) «медицинские» страхи; 2) страхи, связанные с причинением физического ущерба; 3) страхи животных и сказочных персонажей; 4) социально-опосредованные страхи; 5) страхи смерти; 6) «пространственные» страхи; 7) страхи кошмарных снов и сновидений.

В результате исследования были получены следующие результаты проявления частоты страхов согласно тесту А.И. Захарова, (приложение 4, таблица 1)

Согласно диаграмме 2 отмечаем, что среди учащихся наиболее распространены следующие страхи (номера согласно диаграммы): потерять маму или папу (7) – 100%; того, что умрут твои родители (5) – 98%; умереть (4) – 96%; нападения бандитов

(2) – 87%, страх животных(14) – 78%; войны (23) – 78%; страх глубины(18) – 62%; огня(21) – 60%; страх стихии(16) – 73%; страшных снов(12) – 56%; пожара(22) – 53%; неожиданных, резких звуков (29) – 60%.

Не сильно страшат младшекласников следующие страхи: когда остаешься один (1); каких-то людей (6); того, что тебя накажут (8); перед тем как заснуть (11); страх транспорта (15); воды (20); врачей (кроме зубных) (25).

Если рассмотреть распространенность страхов по группам, то мы увидим следующие результаты (см. диаграмму 3).

Из диаграммы 3 самые распространенные страхи по группам страхов, как среди девочек, так и среди мальчиков 1-4 классов МБОУ «Новотроицкая ООШ» оказались: страх смерти (98%), страхи, связанные с причинением физического ущерба (56%); страхи темноты и кошмарных снов и социально опосредованные страхи (по 50%). Менее распространенные страхи: «медицинские» страхи, страхи животных и сказочных персонажей, пространственные страхи. В целом, у мальчиков страхов меньше, чем у девочек, что соответствует данным А.И. Захарова. Выраженность страхов у девочек по группам страхов пропорционально больше, чем у мальчиков.

Из диаграммы 4 выявлено, что возрасте 7-8 лет девочки имеют в среднем 17 страхов (норма – 9), а в 9-10 лет – 15 (норма – 10). При анализе распространенности страхов у девочек по возрастам можно отметить, что с возрастом уменьшается количество страхов, особенно резко уменьшаются страхи животных и сказочных персонажей, «медицинские» страхи, «пространственные» страхи, страхи кошмарных снов и сновидений. Неизменным остается выраженность страха смерти, немного увеличивается количество страхов, связанных с причинением физического ущерба, т.е. страх ситуаций, которые создают угрозу жизни, что также косвенно связано с проявлением страха смерти.

Анализ страхов мальчиков (диаграмма 5) показывает, что возрасте 7-8 лет мальчики имеют в среднем 13 страхов, а в 9-10 лет – 11. Как и у девочек, количество страхов с возрастом снижается, резко уменьшаются страхи животных и сказочных персонажей, снижается количество «медицинских», «пространственных» страхов, страхов кошмарных снов и сновидений. Почти неизменным остается выраженность страха смерти, немного увеличивается количество страхов, связанных с причинением физического ущерба и социально- опосредованных страхов.

В исследованной нами литературе описаны способы преодоления различных страхов. Все предлагаемые способы условно разделены на три группы:

1. Игра со страхом.
2. Рисование страха.
3. Рассказ о страхе (сказки, рассказы, страшные истории).

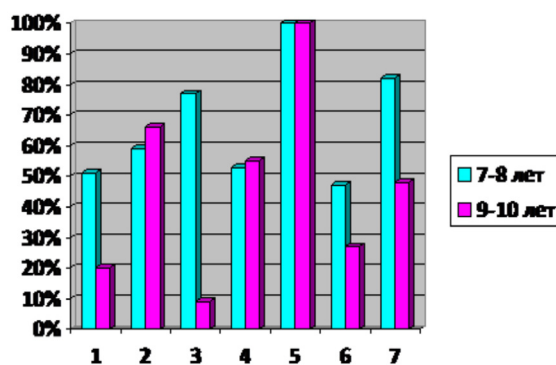


Диаграмма 4. Распределение страхов у девочек по группам согласно возрасту, %.

Примечание: 1) «медицинские» страхи; 2) страхи, связанные с причинением физического ущерба; 3) страхи животных и сказочных персонажей; 4) социально-опосредованные страхи; 5) страхи смерти; 6) «пространственные» страхи; 7) страхи кошмарных снов и сновидений.

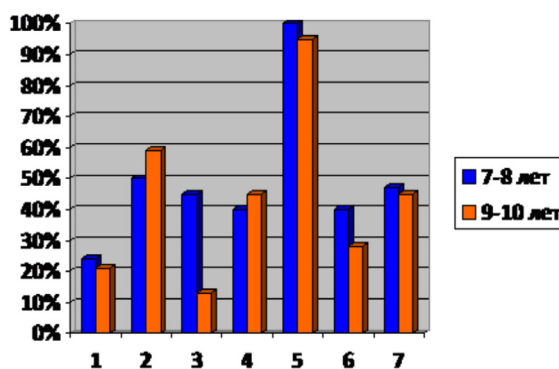


Диаграмма 5. Распределение страхов у мальчиков по группам согласно возрасту, %.

Примечание: 1) «медицинские» страхи; 2) страхи, связанные с причинением физического ущерба; 3) страхи животных и сказочных персонажей; 4) социально-опосредованные страхи; 5) страхи смерти; 6) «пространственные» страхи; 7) страхи кошмарных снов и сновидений.

Для преодоления различных видов страха мы подобрали игры для детей младшего школьного возраста. Предлагаемые игры для устранения страхов давно известны. Это игры, в которые играют сами дети [3, 8].

Список литературы

1. Даль В. Толковый словарь живого великорусского языка. В 4-х кн., кн. 4. – М.: «Русский язык», 1982.
2. Захаров А. И. Психотерапия неврозов у детей и подростков. – М., 1982.
3. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей. – СПб.: Издательство «Союз», 2004.
4. Михеева Ю. В., Смирнова Л. М. Теоретическая и практическая работа со страхами. [Электронный ресурс] // НИЦ «Социосфера» – Режим доступа:

http://www.sociosfera.com/publication/journal/2012/169/teoreticheskaya_i_prakticheskaya_rabota_so_strahami/ доступ свободный.

5. Мудрослов. [Электронный ресурс] Режим доступа: <http://mudroslov.ru/quotes/3137>, свободный.

6. Овчарова Р.В. Практическая психология. – М.: Т.Ц. «Сфера», 1996.

7. Панфилова М.А. Игротерапия общения: Тесты и коррекционные игры. Практическое пособие для психоло-

гов, педагогов и родителей. – М.: «Издательство ГНОМид», 2001. 160 с.

8. Петрановская Л.В. Что делать, если... М.: Мир энциклопедий Аванта+, Астрель, 2010

9. Шишова Т.Л. Страхи – это серьезно. М. 1997.

10. Щербатых Ю.В., Ивлева Е.И. Психофизиологические и клинические аспекты страха, тревоги и фобий. Психология страха. – М., 1999.