

Голубь Анна Александровна

студентка

Муталова Диана Альбертовна

студентка

Гурьянова Инна Владимировна

канд. пед. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Магнитогорский государственный
технический университет им. Г.И. Носова»
г. Магнитогорск, Челябинская область

СИСТЕМАТИЗАЦИЯ ШКОЛЬНЫХ СТРАХОВ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

***Аннотация:** в статье представлены результаты исследования школьных страхов. Респонденты – младшие школьники, 30 человек. Методы исследования: методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса, метод неоконченных предложений, ранжирование школьных страхов. Результаты: выделены три группы школьных страхов, разделенные по степени частоты встречаемости: доминирующие страхи; страхи, выраженные недостаточно ярко; слабовыраженные страхи.*

***Ключевые слова:** младшие школьники, систематизация школьных страхов.*

Страх испытывает каждый в том или ином возрасте. Он появляется в связи с угрозой благополучию, здоровью, жизни человека, возникает непроизвольно и сопровождается беспокойством, тревогой, волнением. С точки зрения эволюции человека страх играет защитную и обучающую роль, является средством познания окружающего мира, позволяет избегать опасности. В процессе развития ребенка страх является средством разграничения собственного «Я» и чужеродного, агрессивного и неприемлемым влиянием извне.

В основе страха лежит инстинкт самосохранения, а источником страха является инстинктивная настороженность, личный тяжелый опыт, влияние соци-

альной среды. Исследуя страхи в различных их проявлениях, в различные возрастные периоды, страхи, возникающие у первоклассников, представляются недостаточно изученными.

Младший школьный возраст – это возраст, где совпадают инстинктивные и социальные страхи. Стоит отметить, что страх в младшем школьном возрасте способен тормозить развитие, останавливать деятельность ребенка. Этот возрастной период является формирующим относительно многих психических процессов, в том числе страхов. Поэтому возникает необходимость проведения более детального исследования, с целью пополнения знаний о страхе, и ранжирования именно школьных страхов.

Эмоция страха, одна из основных эмоций, является одной из первых, с которой сталкивается человек, оставляющая отпечаток на всю его взрослую жизнь. К.Э. Изард делит сам страх на две категории: предметный страх (названный человеком или объектом), беспредметный страх (неосознанный, не связанный с чем-то конкретным). Ученым выделяет четыре класса причин страха: внешние события и процессы; влечения и потребности; эмоции; когнитивные процессы [3, с. 254–261].

Когда взрослые пытаются вспомнить проблемы своего детства, почти все припоминают ситуации своих детских страхов. Детские страхи часто носят иррациональный характер, они не опираются на реальные страшные события, но чаще – на событие придуманное, так как маленький ребенок мыслит образами. И в любом сказочном персонаже видит реальное существо, доброе и приятное, злое и страшное [2, с. 57–58].

Существует несколько причин, которые ведут к возникновению страхов у детей: подражание – врождённый процесс, при котором ребенок заимствует многие страхи взрослых и их к ним отношение; травма – острое психическое переживание, которое оставляет стойкий след в сознании; система «наказание-вражда-вина» – переживание глубоких чувств, которые могут привести к страху (на ребенка постоянно кричат, в нем накапливается вражда к родителям, как следствие, он ощущает вину перед ними – и начинает бояться того, что спосо-

бен испытывать это чувство вражды к близким и самым любимым людям); постоянно возобновляющийся страх – чем чаще человек нуждается в помощи вследствие переживания парализующего страха, тем меньше он способен самостоятельно противостоять беде; некоторые авторы самой распространенной причиной детских страхов считают иррациональность их мышления [5, с. 114–117].

Одной из самых распространенных причин школьных страхов являются чрезмерно высокие и жесткие требования родителей, не учитывающие способностей ребенка, уровня его развития, направленности его интересов. Эти требования порождают тревогу, которая замыкается сама на себе, и по кругу постоянно подпитывает саму себя, в результате чего появляется страх, парализующий волю, ослабляющий активность и уверенность ребенка в себе [2, с. 62–70].

С целью выявления школьных страхов и попытки их систематизации было проведено эмпирическое исследование, в котором приняли участие учащиеся первых классов. Общее количество испытуемых составило 30 человек, среди них мальчиков – 83,3%, девочек – 16,7%. Возрастные границы участников эксперимента от 7 до 8 лет.

В качестве эмпирических методов использовались: методика диагностики уровня школьной тревожности Филлипса [4, с. 69], метод неоконченных предложений [1, с. 46–47.]. Также было проведено дополнительное исследование – ранжирование школьных страхов на основании полученных из предыдущих методов результатов.

Результаты проведения метода неоконченных предложений представлены в таблице 1. Детям предлагалось закончить по своему усмотрению девять предложений с целью диагностики страхов в различных сферах общения и деятельности школьника, а также на выявление отношения детей младшего школьного возраста к школе.

Таблица 1

Результаты метода неоконченных предложений

Предложения	Положительные ответы	Отрицательные ответы
Когда я думаю о школе...	64,5%	35,5%
Когда я иду в школу...	54%	46%
Когда звенит звонок...	38,9%	61,1%
Когда я вижу учителя...	68,2%	31,8%
Когда у нас контрольная...	57,8%	42,2%
Когда кончаются уроки...	11,2%	88,8%
Когда я отвечаю у доски...	22,7%	77,3%
Когда я получаю двойку...	5,7%	94,3%
Когда учитель задает вопрос...	51%	49%

Результаты методики диагностики уровня школьной тревожности Филлипса представлены в табл. 2. С целью изучения уровня и особенностей тревожности, связанной со школой у детей младшего школьного возраста, а также факторов, раскрывающих переживание страха, испытуемым предлагалось ответить на 58 вопросов.

Таблица 2

Результаты методики диагностики уровня школьной тревожности Филлипса

Факторы	Средние значения
Общая тревожность	44,2%
Общая тревожность в школе	44,7%
Переживание социального стресса	43,9%
Фрустрация потребности в достижении успеха	45,7%
Страх самовыражения	43,4%
Страх ситуации проверки знаний	56,5%
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	61,1%
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	37,9%
Проблемы и страхи в отношениях с учителем	46,6%

Результаты ранжирования страхов, наиболее часто указываемых учащимися, представлены в таблице 3. Испытуемым предлагалось расставить страхи по

убывающей, в зависимости от того какой страх для детей является наиболее значимым, а какой – наименее.

Таблица 3

Ранжирование страхов

Название страха	Средние значения
Страх получить плохую оценку	1,83
Страх остаться на второй год	4,1
Страх не выучить урок	5,4
Страх сделать пометку в тетради	5,5
Страх учителя	6,2
Страх отвечать перед всем классом	6,3
Страх отвечать у доски	6,3
Страх, что учитель спросит, а я не знаю	7
Страх, что одноклассники будут бить	7,5
Страх родителей	7,6
Страх, что одноклассники будут смеяться надо мной	7,7

Проведенное исследование позволило систематизировать школьные страхи младших школьников и выделить три группы, которые были разделены по степени частоты встречаемости:

1) доминирующие страхи (страх получить плохую оценку, страх перед невыученными уроками, страх остаться на второй год);

2) страхи, выраженные недостаточно ярко (страх учителя, страх перед публичным выступлением, страх сделать пометку в тетради);

3) слабовыраженные страхи (страх физической агрессии со стороны одноклассников, страх родителей, страх вербальной агрессии со стороны одноклассников).

Ситуация оценки знаний, ответы у доски оказывают на ребенка наибольшее психотравмирующее влияние и являются наиболее частыми причинами возникновения школьных страхов. Не столько ярко выраженными являются

страх учителя, страх родителей, страх перед одноклассниками. Данные школьные страхи дополняют основные школьные страхи и являются предпосылками для их возникновения.

Полученные результаты проведенного исследования могут быть использованы практическими психологами при коррекционной работе с детьми, а также при консультировании учителей и родителей для более эффективной помощи детям.

Список литературы

1. Диагностика эмоционально-нравственного развития / сост. и ред. И.Б. Дерманова. – СПб.: Речь, 2002. – 171 с.
2. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. – СПб.: Речь, 2007. – 310 с.
3. Изард К.Э. Психология эмоций / пер. с англ. В. Мисник, А. Татлыбаева. – М.: Питер, 2006. – 460 с.
4. Практическая психодиагностика: методики и тесты / ред.-сост. Д.Я. Райгородский. – Самара: БАРАХ-М, 2015. – 667 с.
5. Щербатых Ю.В. Избавиться от страха: практическое пособие по преодолению страхов. – М.: Эксмо, 2011. – 298 с.