

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

УДК 373.2

М.И. Михнюк

Студент

ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет»

г. Иркутск, Россия

ИССЛЕДОВАНИЕ СТРАХОВ У ДЕТЕЙ СТАРШЕГО ДОШКОЛЬНОГО ВОЗРАСТА

На сегодняшний день на современного ребенка ложится множество неблагоприятных факторов, которые замедляют развитие потенциальных возможностей ребенка. Поэтому в работах отечественных психологов и психотерапевтов А.И. Захарова, В.И. Гарбузова, М.А. Панфиловой, Л.Ф. Островская, О.В. Хухлаева уделяется огромное внимание проблеме страха, которые отмечают рост числа детей с разнообразными страхами, повышенной возбудимостью и тревожностью.

Существует множество трактовок понятия страха, так например, в современном словаре по психологии под редакцией В.В. Юрчук мы видим, что «страх – это аффективно чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах превентивности – угрозы – боязни за свою социальную или же биологическую экзистенцию у субъекта» [11].

Р.В. Овчарова рассматривает страх, как эффективное (эмоционально заострённое), отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия [8].

В.И. Гарбузов говорит о том, что происхождение страхов у детей достаточно сложная проблема. В возникновении страхов велика роль инстинкта самосохранения, предписывающего остерегаться неведомого [1].

По мнению А.И. Захарова, страх – это аффективное (эмоционально заостренное) отражение в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека. Страх имеет защитный характер и сопровождается опреде-

ленными физиологическими изменениями высшей нервной деятельности [3]. Именно этого определения страха мы придерживаемся в ходе нашего исследования.

Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления, чаще всего исчезают бесследно. Причин детских страхов множество. Причина первая и наиболее понятная – конкретный случай, который напугал ребенка (укусила собака, застрял в лифте). Такие страхи легче всего поддаются коррекции. Но не у всех детей покусанных собакой развивается стойкий, заметный окружающим страх. Во многом это зависит от особенностей характера малыша (тревожность, пассивность, неуверенность в себе и т.д.). А эти черты характера могут возникнуть, если родители сами запугивают ребенка: «Не будешь спать – заберет Баба-Яга!» [3].

Также А.И. Захаров считает, что причиной детских страхов могут быть многочисленные запреты со стороны родителей и воспитателей, а так же гнев и угрозы взрослых в адрес ребенка. Так самые распространенные – это внушенные страхи. Их источник - взрослые, окружающие малыша (родители, бабушки, воспитатели), которые непроизвольно, иногда слишком эмоционально, предупреждают ребенка об опасности, часто даже не обратив внимания на то, что его напугало больше: сама ситуация или реакция на нее взрослого. В результате ребенок воспринимает только вторую часть фраз: «Не ходи – упадешь», «Не бери – обожжешься», «Не гладь – укусит». Ребенку пока еще не ясно, чем ему это грозит, но он уже ясно чувствует тревогу, и естественно, что у него возникает реакция страха, который может закрепиться и распространиться на исходные ситуации. Такие страхи могут зафиксироваться на всю жизнь. Конечно, когда ребенок вырастет, страх притупится, но не исчезнет [3].

Очень часто причиной страха у ребенка может быть взаимоотношения со сверстниками. Если детский коллектив не принимает ребенка, обижает его, и малыш не хочет идти в садик, вполне вероятно, что он боится быть униженным. Так же причиной может быть распространение страхов среди детей. Например, более сильный ребенок может запугивать малыша разными историями.

Причина последняя – наличие более серьезного расстройства – невроза, которое должны диагностировать и лечить медики. Проявлением невроза можно считать, те страхи, которые не считаются нормой для данного возраста

та ребенка или очень сильное проявление страхов, которые входят в понятие нормы. Детский невроз страха может быть наследственным заболеванием, передающимся всем членам одной семьи. Некоторые дети склонны к различным нервным расстройствам, т.е. они более ранимы, более эмоциональны, такие дети часто плачут, у них часто случаются истерики. Поэтому появление какой-то критической ситуации выбивает их из колеи еще больше. Например, люди с иммунодефицитом часто болеют, к ним «пристают» все инфекции. А дети с расшатанной психикой и неврозами, получают вдобавок еще и страхи [3].

И.Е. Кулинцова в своих работах описывает 3 вида страхов. В основе классификации лежат предмет страха, особенности его протекания, продолжительность, сила и причины возникновения [6].

1. Навязчивые страхи: гипсофобия (страх высоты), клаустрофобия (боязнь закрытых пространств), ситофобия (боязнь принимать пищу) и т.д. Эти страхи ребенок испытывает в определенных, конкретных ситуациях, боится обстоятельств, которые могут их за собой повлечь.

2. Бредовые страхи - это страхи, причину появления которых найти невозможно. Например, почему ребенок боится играть с какой-то игрушкой или боится одевать какую-то одежду. Их наличие часто указывает на серьезные отклонения в психике малыша, они могут служить началом развития аутизма. Дети с бредовыми страхами должны лечиться в клиниках неврозов и больницах. Однако причина может оказаться вполне логичной. Например, ребенок боится надевать определенные ботиночки, потому что он просто когда-то в них поскользнулся и упал, больно ударившись, и теперь боится повторения ситуации.

3. Сверхценные страхи, связанные с некоторыми идеями (как говорят, с идефиксами) и вызванные собственной фантазией ребенка. Первоначально такие идеи соответствуют какой-либо жизненной ситуации, а потом становятся настолько значимыми, что ни о чем другом ребенок думать уже не может. К таким страхам относятся социальные страхи: боязнь отвечать у доски, заикание.

Как правило, детские сверхценные страхи считаются самыми распространенными. В 90% случаев практикующие психологи сталкиваются именно с ними. На этих страхах, как правило, дети «зацикливаются» и не могут «вытащить» из своей фантазии [9, 10]. К детскому сверхценному страху можно

отнести: страх темноты, в которой детское воображение поселяет ужасных ведьм, оборотней и призраков, сказочных персонажей, а также страх потеряться, нападения, воды, огня, боли и резких звуков.

Возрастным страхам подвержены практически все дети. Наиболее ярко они проявляются у эмоционально чувствительных детей как отображение особенностей их психического и личностного развития. Невротические страхи – результат длительных и неразрешимых переживаний или острых психических потрясений, а также недостаточной уверенности в себе, отсутствия адекватной самооценки, психологической защиты, наличия многочисленных страхов [6]. Невротические страхи отличаются от возрастных: невротический страх возникает раньше или позже возрастного страха, продолжается более длительное время и имеет более выраженный аффективный заряд, блокирующий процесс самопознания и творческого раскрытия личности ребенка [4]. Возрастные страхи носят временный характер и чаще всего исчезают без следа. С невротическими страхами ребенок самостоятельно справиться не может [7].

А. И. Захаров отмечает, что наибольшая чувствительность к страхам, как у мальчиков, так и у девочек проявляется в 6 лет. К этому возрасту в основных чертах завершается созревание эмоциональной сферы, развивается воображение и умение ставить себя на место другого человека, что расширяет восприятие страхов и делает их переживание более глубоким [5].

Ведущим страхом старшего дошкольного возраста является страх смерти. Его появление означает осознание необратимости в пространстве и времени происходящих возрастных изменений. Именно в старшем дошкольном возрасте нередко возникают вопросы вроде: «сколько лет жил твой дедушка, или бабушка?», «зачем люди живут?», «откуда все взялось?» и т. д. Подобные фразы говорят о развитии абстрактного мышления, способности к обобщениям, предвосхищению событий, понимании категорий времени и пространства. Ребенок начинает понимать, что взросление на каком-то этапе знаменует смерть, неизбежность которой вызывает беспокойство как эмоциональное неприятие рациональной необходимости умереть. Ребенок впервые ощущает, что смерть - это неизбежный факт его биографии [3].

Это свидетельствует о том, что старший дошкольный возраст - это возраст эмоционального наполнения «Я» ребенка. Чувства уже определяются словами, четко сформулировано стремление к пониманию, доверию, близости с другими

людьми. Также формируется чувство общности - понятие «мы», под которым ребенок подразумевает сначала себя и родителей, а затем себя и сверстников. Развиваются фантазии, а вместе с ними и вероятность появления воображаемых страхов. В эти годы наиболее усиленно формируются такие эмоции, как любовь, нежность, сочувствие и сострадание [5].

Следовательно, страх представляет собой специфическое острое эмоциональное состояние, особую чувственную реакцию, проявляющуюся в опасной ситуации. Страх - одна из фундаментальных эмоций человека, возникающая в ответ на действие угрожающего стимула. Особенности страха в старшем дошкольном возрасте характеризуется динамичностью, а также определенный страх преобладает над другими. Наиболее ярко они проявляются у эмоционально чувствительных детей.

Остановимся подробно на анализе результатов констатирующего этапа нашего исследования, где принимали участие дошкольники в количестве 30 человек, в возрасте 5-6 лет, 13 мальчиков и 17 девочек.

Для исследования страхов и выявления уровня тревожности у детей старшего дошкольного возраста нами были использованы следующие диагностические методики «Страхи в домиках» А.И. Захарова, М.А. Панфиловой, «Тест тревожности» Р. Тэмбла, М. Дорки, В. Амена и Анкета «Чего боится Ваш ребенок?» А. И. Захарова.

Для определения уровня выраженности признаков страха у детей старшего дошкольного возраста мы опирались на следующие критерии, выделенные О.Е. Ветровой [2]:

Низкий уровень – ребенок не концентрируется на внутренних ощущениях, свидетельствующих о страхе, стимулах, свидетельствующих о приближении опасного события или его осуществлении. Внимание ребенка останавливается не более чем на 30 % объектов и ситуаций, отнесенных им к группе эмоционально-травмирующих стимулов («страшилки»). Для описания объекта, ситуации ребенок пользуется 1-2 короткими предложениями. Ребенок легко переходит от одного задания к другому.

Для ребенка не характерно искаженное понимание смысла события. Ребенок не воспринимает нейтральную информацию как опасную, не переоценивает шансы того, что случится нечто страшное, не переоценивает последствия, к которым эти страшные события могут привести. Количество страхов (фишек в домиках) меньше возрастной нормы.

46% (14 детей) отнесены нами ко второму - среднему уровню проявления страхов. Внимание этих детей время от времени концентрируется на внутренних ощущениях, свидетельствующих о страхе, стимулах, свидетельствующих о приближении опасного события или его осуществлении. Для детей характерно в целом адекватное для его возраста понимание смысла событий и верная интерпретация происходящего. Количество страхов соответствует возрасту. Родители детей считают их не тревожными, а в меру спокойными, имеющие определенные страхи.

И 18% (5 детей) отнесены нами к третьему – низкому уровню проявления страхов. Они не концентрируются на внутренних ощущениях, свидетельствующих о страхе, стимулах, свидетельствующих о приближении опасного события или его осуществлении. Дети легко переходит от одного задания к другому. Для детей не характерно искаженное понимание смысла события. Они не воспринимают нейтральную информацию как опасную, не переоценивают шансы того, что случится нечто страшное, не переоценивают последствия, к которым эти страшные события могут привести. Количество страхов меньше возрастной нормы. Родители детей считают их спокойными, не тревожными, уверенными в себе, имеющиеся страхи, соответствуют их возрасту и развитию.

Нестабильность нашей жизни, многочисленные социальные проблемы, издержки воспитания детей в семье и детском саду и целый ряд других факторов - вот причины появления страхов у современных дошкольников.

Страх – это интенсивно выраженная эмоция, которая выполняет разнообразные функции в жизни человека. Страхи неизбежно сопровождают развитие ребенка и появление различных эмоциональных нарушений, психологических проблем связано с рядом неблагоприятных событий, произошедших в детстве.

Результаты констатирующего этапа исследования показали, что требуется коррекционно-развивающая работа с детьми старшего дошкольного возраста с использованием игротерапии, арт-терапии и сказкотерапии, следовательно, это и будет являться следующим этапом нашего исследования.

Список литературы

1. Гарбузов, В. И. Нервные дети : Советы врача [Текст] / В. И. Гарбузов. – СПб. : Медицина, 1990. – 176 с.

-
2. Ветрова, О. Е. Проблема определения критериев, показателей и уровней страха у детей дошкольного возраста в условиях детского сада [Текст] / О.Е. Ветрова // Вестник ЧГПУ. – 2011. - №12. – С. 40-49.
 3. Захаров, А. И. Дневные и ночные страхи у детей [Текст] / А. И. Захаров. – СПб. : Изд-во Союз, 2005. – 448 с.
 4. Захаров, А. И. Как помочь нашим детям избавиться от страхов [Текст] / А. И. Захаров. – СПб. : Гиппократ, 2007. – 128 с.
 5. Захаров, А. И. Как преодолеть страхи у детей [Текст] / А. И. Захаров. – М. : Педагогика, 2006. – 109 с.
 6. Кулинцова, И. Е. Прогоним детские страхи [Текст] / И. Е. Кулинцова. - Дошкольное воспитание. – 2007. - №4. – С. 24-31.
 7. Николаева, Н. И. Коррекционная работа по преодолению детских страхов в консультативной практике [Текст] / Н. И. Николаева // Школьный психолог. – 2007. - №7. – С. 10-12.
 8. Овчарова, Р. В. Практическая психология [Текст] / Р. В. Овчарова. – М. : ТЦ Сфера, 2006. - 337 с.
 9. Островская, Л. Ф. Детские страхи [Текст] / Л. Ф. Островская // Дошкольное воспитание. – 1987. - №10. – С.77-82.
 10. Фрейд, З. Психология бессознательного [Текст] / З. Фрейд. - М. : 1989. – 296 с.
 11. Юрчук, В. В. Современный словарь по психологии [Текст] / В. В. Юрчук. – М. : Элайда, 2000. – 704 с.

© М.И. Михнюк, 2017