

Специфика проявления страха как негативного эмоционального состояния у детей младшего школьного возраста

Specific of fear development as negative emotional state by children of primary school age

Алецкая Ирина Анатольевна¹

Aletskaya Iryna

1. Аспирант кафедры психологии Витебского государственного университета имени П.М. Машерова

PhD student of the Department of psychology of Vitebsk State University named after P.M. Masherov

e-mail: irinaa13@bk.ru

Аннотация

Статья посвящена анализу содержания негативных эмоциональных состояний детей младшего школьного возраста. На материале детских страхов рассматривается влияние негативных эмоциональных состояний на развитие эмоциональной сферы личности детей младшего школьного возраста. Статья содержит результаты исследования, проведенного на базе УО «Государственная гимназия №5 г. Витебска». Научная новизна данной статьи состоит в выявлении и анализе специфики проявления негативных эмоциональных состояний детей младшего школьного возраста для дальнейшей разработки, апробации и внедрения коррекционных мероприятий, направленных на устранение негативных эмоциональных состояний у детей, снижение страхов, тревожности. Результаты исследования могут быть использованы в практической деятельности психологов образовательных учреждений.

Ключевые слова: детерминанты, эмоции, эмоциональная сфера, негативные эмоциональные состояния, страх, личность.

Abstract

The given article is devoted to the analysis of negative emotional states of younger school age children. The impact of negative emotional states on the development of child's emotional sphere based on the material of children's fears is considered. The purpose of this research is to analyze the fear symptoms as negative emotional state of younger school age children studying at Vitebsk region educational establishment. It includes the results of the pilot experiment at «Gymnasium №5». The scientific novelty of this article is to identify and analyze the specificity of younger school age children's negative emotional states for further working out, approbation and implementation of some correctional measures aimed at eliminating of children's negative emotional states, decreasing fears and anxiety. The results of this research can be used in psychological practice of an educational establishment.

Keywords: determinants, emotions, emotional sphere, negative emotional statuses, fear, personality.

Поступила в редакцию / Received: 20.01.2016

Web: <http://elibrary.miu.by/journals/item.iot/issue.45/article.NO.html>

Введение

Младший школьный возраст называют вершиной детства. Несмотря на то, что ребенок сохраняет много детских качеств – легкомыслие, наивность, взгляд на взрослого снизу вверх, – он уже начинает утрачивать детскую непосредственность в поведении, появляется другая логика мышления. Меняются интересы, ценности ребенка, весь уклад его жизни [1, 2]. Переход от дошкольного периода к школьной жизни – один из главных переломных моментов в психическом развитии детей, так как ребенок должен перейти от игры к деятельности обучения, которая ставит перед ним новые правила. Ребенок в школе получает не только новые знания, умения и навыки, но также определенный социальный статус. При этом у него меняются ценности и интересы. А также кроме его родителей авторитетом для младшего школьника становится его учитель. Процесс перестройки эмоционально-мотивационной сферы заключается не только в появлении новых мотивов, изменении в иерархической мотивационной системе ребенка. Эмоциональная сфера ребенка, поступившего в школу, претерпевает значительные изменения в сторону расширения содержательной стороны эмоций, возрастания глубины, длительности и устойчивости переживаний. В конце дошкольного детства намечается осознание ребенком своих переживаний. В младшем школьном возрасте осознанные переживания образуют устойчивые аффективные комплексы.

Спектр эмоциональных состояний, типичных для детей младшего школьного возраста, достаточно широк. Нередко среди них существенное место занимают не только положительные, но и негативные состояния. Благоприятные эмоциональные состояния способствуют личностному развитию и включению в продуктивную

деятельность, повышают психическую активность, позитивно влияют на самооценку.

Негативные эмоциональные состояния, влияя на поведение ребенка, накладывают отпечаток на его опыт и, как следствие, воздействуют на весь ход последующего развития, формируя негативно окрашенную жизненную позицию, препятствуя его личностному становлению. Длительное проявление негативных эмоциональных состояний, их закрепление приводят к формированию отрицательных качеств личности, что серьезным образом сказывается на дальнейшем развитии и становлении личности ребенка. В исследованиях Н.М. Неупокоевой, В.В. Сорокиной, Л.В. Тарабакиной, О.В. Хухлаевой отмечено, что негативные эмоциональные состояния (гнев, страх, тревога, тоска и др.) и соответствующие им формы поведения (плаксивость, апатия, зажатость), а также нарушение общих свойств эмоциональной регуляции (ситуативности, избирательности и др.) выступают как основные признаки нарушения эмоционального развития, которые сказываются на социальной адаптации и личностном становлении ребенка [3, 4].

Как показывают психолого-педагогические исследования, наиболее распространенными негативными эмоциональными состояниями у детей старшего дошкольного и младшего школьного возраста являются страхи и тревожность. Данные негативные эмоциональные состояния характерны для детей 4–9 лет и встречаются в норме у большинства детей этого возраста. Как правило, к 10 годам дети самостоятельно избавляются от них. Однако некоторые дети в силу тех или иных причин не могут преодолеть свои страхи. Длительное переживание негативных эмоциональных состояний оказывает негативное воздействие на формирование личности, снижает активность, инициативность, познавательные потребности. Именно поэтому очень важно своевременно выявить подобные состояния, проанализировать их причины и принять меры по их устранению. В качестве негативного эмоционального состояния мы рассматриваем страх.

Большинство детских страхов обусловлено возрастными особенностями развития и носят временный характер. При правильном подходе к пониманию причин их появления детские страхи исчезают. Однако также существуют устойчивые невротические страхи. Такие страхи служат симптомом неблагополучия: физическое, психологическое, моральное истощение ребенка; неправильная позиция родителей при воспитании детей, их неосведомленность в психологических и возрастных особенностях своего ребенка, наличие у родителей собственных страхов, конфликтные взаимоотношения в семье. Эти страхи переносятся детьми болезненно и могут сохраняться долгое время, при этом они искажают

личность ребенка, а также отрицательно влияют на развитие его мышления и эмоционально-волевой сферы. В данном случае ребенку требуется помощь профессионального психолога.

Целью данной статьи является выявление специфики проявления страха как негативного эмоционального состояния у учащихся первых классов.

Страх как негативное эмоциональное состояние детей младшего школьного возраста

На сегодняшний день страх рассматривается как одна из фундаментальных эмоций человека. Проведенный нами анализ теоретических подходов к проблеме страха показал, что страх как психологическая категория находит свое толкование в разных психологических традициях. Психологи определяют страх как реакцию на конкретную, определенную, реальную или мнимую опасность. Он основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определенными изменениями высшей нервной деятельности, отражается на частоте пульса и дыхания, показателях артериального давления, выделении желудочного сока. Современная психология включает в себя многочисленные теории (психоанализ, когнитивная, гуманистическая теории, теории социального научения и др.), каждая из которых по-своему трактует механизмы, причины возникновения состояния страха. Среди наиболее распространенных факторов в психолого-педагогической практике можно выделить такие психотравмирующие ситуации, как нарушения семейных взаимоотношений, нерациональность выбранной стратегии воспитания ребенка. В своем исследовании мы будем придерживаться определения страха как состояния возбуждения и напряжения в сочетании со специфическими соматическими и психическими проявлениями и реакциями.

В процессе анализа психологической литературы нами было выделено несколько точек зрения на механизм порождения страха. В одних теориях страх является следствием однократного травматического опыта взаимодействия субъекта с определенными объектами, в других он рассматривается как следствие развивающейся рефлексии ребенка. Также в группу механизмов возникновения страха исследователи включают фрустрацию потребности в безопасности; проблемы, связанные с самоутверждением личности; патопсихологическую предрасположенность личности, обусловленную ее принадлежностью к определенному типу, и др. [5, 9].

По мнению А.И. Захарова, все страхи делятся на две группы: природные и социальные: «Природные страхи основываются на инстинкте самосохранения, а также помимо основополагающих страхов своей смерти

и смерти родителей добавляются страхи чудовищ, призраков, животных, темноты, крови, движущегося транспорта, стихии, высоты, замкнутого пространства, глубины, воды, огня, пожара, врачей и т.д.». К социальным страхам относятся: «наказания, страх одиночества, каких-либо людей, страх быть не собой, осуждение со стороны сверстников и т.д.» [5].

В младшем школьном возрасте страхи, основанные на инстинкте самосохранения, сменяются социальными страхами, более сложными по своей структуре и гораздо труднее определяемыми. В их число входят:

- Страх смерти родителей. Проблемные симптомы, не замеченные у ребенка, могут начать проявляться в первых признаках невроза: нарушение сна, заторможенность или чрезмерная активность. В результате это скажется на учебе и, как следствие, проявится в недовольстве школьного педагога, что усугубит проблему и выведет страхи на новую ступень.
- Страх «быть не тем». Это страх несоответствия социальным требованиям ближайшего окружения (школа, сверстники, семья). Формой этого страха может являться страх сделать что-то не так, как нужно и правильно.
- Страх разлуки. Состояние страха, которое возникает при реальной или воображаемой угрозе расставания ребенка со значимыми для него лицами. Его считают патологическим, когда он чрезмерно интенсивен и длителен, когда он наносит ущерб нормальному, типичному для данного возраста качеству жизни или возникает в том возрасте, когда обычно уже должен быть преодолен.
- Страх принятия решений, или страх ответственности. Чаще он встречается у детей, воспитывающихся в строгих или боязливых семьях. В обоих случаях страх проявляется в том, что ребенка приводит в замешательство даже простейшая ситуация выбора.

Исследование было проведено на базе УО «Государственная гимназия №5 г. Витебска». Испытуемыми являлись дети младшего школьного возраста (1-е классы) в количестве 80 человек с нормой развития. В качестве диагностического инструментария были использованы опросник «Страхи у детей» (Захаров А.И.), «Страхи в домиках» (Захаров А.И., Панфилова М.А.) и проективная методика «Нарисуй свой страх» (Захаров А.И.) [5, 10]. Статистическая обработка результатов исследования осуществлялась с помощью программы STATISTICA 6.1. Для подтверждения статистической значимости полученных результатов был использован критерий Фишера.

Как показывает анализ результатов по методике «Страхи у детей», у учащихся первых классов преобладают страхи собственной смерти ($P < 0,005$), смерти родителей ($P < 0,005$), нападения, бандитов ($P < 0,005$), заболеть ($P < 0,005$), наказания ($P < 0,005$), опоздать ($P < 0,005$), боязнь страшных снов ($P < 0,005$), темноты ($P < 0,005$), стихийных бедствий ($P < 0,005$), высоты ($P < 0,005$), глубины ($P < 0,005$), огня ($P < 0,005$), пожара ($P < 0,005$) (см. таблицу).

Анализ результатов проективной методики «Нарисуй свой страх» показывает, что у первоклассников доминируют страхи животных, темноты, чудовищ и сказочных персонажей. Также представлены страхи смерти ($P < 0,005$), одиночества, нападения и бандитов.

По данным методики «Страхи в домиках» у первоклассников отмечается преобладание страхов нападения, бандитов ($P < 0,005$), заболеть ($P < 0,005$), собственной смерти ($P < 0,005$), смерти родителей ($P < 0,005$), незнакомых людей ($P < 0,005$), наказания ($P < 0,005$), опоздать ($P < 0,005$), страшных снов ($P < 0,005$), темноты ($P < 0,005$), стихийных бедствий ($P < 0,005$), высоты ($P < 0,005$), глубины ($P < 0,005$), огня ($P < 0,005$), пожара ($P < 0,005$), войны ($P < 0,005$), сделать что-нибудь плохо ($P < 0,005$), не успеть куда-либо или что-то сделать ($P < 0,005$).

На основании анализа результатов данных, полученных по трем методикам, можно сделать следующие выводы. У учащихся первых классов преобладают страхи собственной смерти и смерти родителей, нападения, стихийных бедствий, огня, пожара, животных: «я боюсь умереть от заражения вирусом», «я боюсь умереть», «боюсь умереть от болезни», «я боюсь, что я умру», «боюсь смерти», «страшно, потому что однажды я умру», «мне снился сон, когда родители умерли», «мне очень страшно, что мама или папа умрет», «боюсь, что я и мои родители умрут», «боюсь, что родные умрут», «боюсь, вдруг умрут все», «больше всего я боюсь смерти, потому что умирать страшно», «смерти боюсь», «боюсь заболеть», «я боюсь заболеть, а потом умереть», «боюсь, что меня переедет машина и потом я умру», «мне снился сон, там меня украли», «боюсь ограбления», «боюсь землетрясения и что все погибнут», «страшно, что черная дыра всех затянет в космос», «я боюсь огня», «боюсь потоп», «страшно, вдруг будет землетрясение», «мне было страшно, когда я видел пожар», «боюсь, что будет пожар дома», «я боюсь пауков», «мне страшно, когда по улице идет большая собака», «я боюсь змей и пауков», «боюсь, когда вижу много собак», «мне снится в кошмарах большой паук», «страшно, когда в лесу видишь следы всяких зверей», «раньше я боялась медведя, а теперь волков», «мне страшно в лесу, потому что там волки», «боюсь змей». Кроме этого, у первоклассников в

Таблица – Сравнительный анализ распределения страхов у учащихся младших классов по трем методикам

Зафиксированные виды страха	Значение <i>P</i>	Значение <i>P</i>	Значение <i>P</i>
	«Страхи у детей»	«Нарисуй свой страх»	«Страхи в домиках»
Страх одиночества	0,3000	0,1203	0,1467
Страх нападения, бандитов	0,0001	0,3077	0,0008
Страх заболеть	0,0001		0,0002
Страх смерти	0,0000	0,0274	0,0000
Страх смерти родителей	0,0000		0,0000
Страх незнакомых людей	0,0697	0,1203	0,0184
Страх родителей			0,5000
Страх наказания	0,0238		0,0436
Страх чудовищ, сказочных персонажей	0,5000	0,5000	0,2440
Страх опоздать	0,0000		0,0000
Страх перед сном	0,1258		0,0697
Боязнь страшных снов	0,0009		0,0050
Страх темноты	0,0216	0,1548	0,0066
Страх животных	0,0891	0,5000	0,0583
Страх транспорта	0,5000		0,7532
Страх стихийных бедствий	0,0000		0,0000
Страх высоты	0,0007		0,0032
Страх глубины	0,0000		0,0007
Страх замкнутых пространств	0,2407		0,0772
Страх воды	0,5000		0,6923
Страх огня	0,0000		0,0000
Страх пожара	0,0001		0,0001
Страх войны	0,0000		0,0001
Страх больших улиц, площадей	0,0963		0,0963
Страх врачей	0,3948		0,2012
Страх крови	0,3848		0,1741
Страх уколов	0,1467		0,1467
Страх боли	0,0497		0,0497
Страх неожиданных резких звуков	0,4058		0,4014
Страх сделать что-нибудь плохо	0,0001		0,0040
Страх не успеть куда-либо / что-то сделать	0,0026		0,0016

меньшей степени представлены страхи сказочных персонажей, темноты.

Также в ходе исследования были выявлены страхи одиночества, незнакомых людей, бандитов, войны, неудачи: «я боюсь, что родители уйдут на работу и не придут, а оставят меня одного», «я боюсь быть один дома», «боюсь, что у меня не будет друзей», «боюсь, что меня все бросят одного дома», «страшно, когда я дома одна», «пугаюсь потеряться одной в городе», «страшно, что вдруг никого не будет и я буду одна», «боюсь потеряться», «боюсь потерять родителей», «мне страшно, когда мне снятся бандиты», «я боюсь быть одна», «мне страшно, что меня оставят», «мне снилось, что меня мама бросила», «боюсь чужих людей», «боюсь незнакомцев», «мне страшно, когда много чужих людей», «меня пугают незнакомые люди», «я боюсь идти по улице один, потому что могут напасть на меня», «боюсь войны», «мне страшно, что вдруг будет война», «мне страш-

но ошибиться», «я боюсь, что ошибусь и меня накажут», «мне снился сон, когда в квартире были воры», «боюсь воров с пистолетами», «страшно, когда по телевизору показывают убийства», «боюсь убийц всяких», «боюсь плохих людей», «я боюсь бандитов», «боюсь, что придут бандиты», «страшно, вдруг кто-то плохой заберется в дом к нам», «мне страшно сделать что-то неправильно», «я боюсь сделать плохо», «бывает страшно немного, вдруг я ошибусь», «боюсь делать плохо». Это позволяет сделать вывод о значительном видовом разнообразии страхов у учащихся первых классов.

Среди учащихся первых классов большое значение приобретают страхи, обусловленные сменой социального статуса и ростом ответственности за свое поведение: страх опоздать, сделать что-либо плохо, страх наказания. В процессе исследования было установлено, что у первоклассников доминируют страхи собственной смерти и смерти родителей, нападения, стихийных бед-

ствий, огня, пожара, войны. Также в значительной степени представлены страхи одиночества, сделать плохо, наказания и др., заметно снижение количества страхов чудовищ, животных, темноты.

Заключение

Спектр эмоциональных состояний детей младшего школьного возраста достаточно широк. Среди них выделяют позитивные, которые стимулируют проявления активности, рост познавательных интересов, самостоятельность ребенка, благоприятно сказываются на его развитии, а также негативные, которые вызывают и затем укрепляют в ребенке неуверенность в себе, снижают познавательную активность, оказывают неблагоприятное воздействие на все сферы жизни и деятельности.

Одним из наиболее распространенных негативных эмоциональных состояний у детей младшего школьного возраста является страх. Психологи определяют страх как реакцию на конкретную, определенную, реальную или мнимую опасность. Он основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определенными изменениями высшей нервной деятельности, отражается на частоте пульса и дыхания, показателях артериального давления, выделении желудочного сока. Современная психология включает в себя многочисленные теории (психоанализ, когнитивная, гуманистическая теории, теории социального научения и др.), каждая из которых по-своему трактует механизмы, причины возникновения состояния страха. Данное негативное эмоциональное состояние зачастую оказывает отрицательное влияние на формирование личности младшего школьника, ее познавательное, эмоциональное и социальное развитие.

В процессе проведенного исследования был выявлен ряд особенностей в характере проявления страхов у детей младшего школьного возраста. Учащиеся первых классов обнаружили значительное видовое разнообразие страхов. У них отмечается преобладание страхов одиночества, нападения, собственной смерти, смерти родителей, войны, сделать плохо, стихийных бедствий, огня, пожара, наказания и др. В меньшей степени представлены страхи чудовищ, животных, темноты. Установлено, что большое значение приобретают страхи, обусловленные сменой социального статуса и ростом ответственности за свое поведение: страх опоздать, сделать что-либо плохо, страх наказания.

Таким образом, в результате проведенного исследования специфика проявления страхов у учащихся младших классов состоит в реалистичности страхов, доминировании страхов смерти и страхов, связанных с ре-

зультатом своего поведения, а также в их значительном видовом разнообразии.

На основании анализа результатов проведенного исследования возникла необходимость разработки коррекционно-развивающей программы, направленной на устранение преобладающих видов страха, развитие и обогащение эмоционального опыта детей, повышение самооценки.

Литература / References

1. Мухина, В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учебник для вузов / В.С. Мухина. – М. : Академия, 1999. – 456 с.
Mukhina, V.S. Vozrastnaya psikhologiya: fenomenologiya razvitiya, detstvo, otrochestvo: uchebnik dlya vuzov / V.S. Mukhina. – M. : Akademiya, 1999. – 456 p.
2. Прохоров, А.О. Психические состояния и их проявления в учебном процессе / А.О. Прохоров. – Казань: КГУ, 1991. – 167 с.
Prokhorov, A.O. Psikhicheskiye sostoyaniya i ikh proyavleniya v uchebnom protsesse / A.O. Prokhorov. – Kazan': KGU, 1991. – 167 p.
3. Рогачева, О.В. Влияние негативных эмоциональных состояний на личностное развитие младшего школьника / О.В. Рогачева // Сацыяльна-педагагічная работа. – 2008. – №7. – С. 23–27.
Rogacheva, O.V. Vliyanie negativnykh emotsional'nykh sostoyaniy na lichnostnoye razvitiye mladshogo shkol'nika / O.V. Rogacheva // Satsyyal'na-pedagogichnaya rabota. – 2008. – No. 7. – P. 23–27.
4. Олешкевич, Е.А. Эмоции и здоровье / Е.А. Олешкевич // Адукацыя і выхаванне. – 2008. – №12. – С. 59–62.
Oleshkevich, Ye.A. Emotsii i zdorov'ye / Ye.A. Oleshkevich // Adukatsyya i vykhavanne. – 2008. – No. 12. – P. 59–62.
5. Захаров, А.И. Неврозы у детей / А.И. Захаров. – СПб.: Дельта, 1996. – 480 с.
Zakharov, A.I. Nevrozy u detey / A.I. Zakharov. – SPb. : Del'ta, 1996. – 480 p.
6. Мещеряков, Б. Большой психологический словарь / под общ. ред. Б. Мещерякова, В. Зинченко. – СПб. : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004. – 672 с.
Meshcheryakov, B. Bol'shoy psikhologicheskiy slovar' / pod obshch. red. B. Meshcheryakova, V. Zinchenko. – SPb. : Praym-YeVROZNAK, 2004. – 672 p.
7. Вилюнас, В.К. Психология эмоций. Тексты / под ред. В.К. Вилюнас, Ю.Б. Гиппенрейтер. – М. : Гуманитарный издательский центр Владос, 2003. – 278 с.
Vilyunas, V.K. Psikhologiya emotsiy. Teksty / pod red. V.K. Vilyunas, Yu.B. Gippenreyter. – M. : Gumanitarnyy izdatel'skiy tsentr Vlados, 2003. – 278 p.
8. Изард, К.Э. Психология эмоций / К.Э. Изард. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
Izard, K.E. Psikhologiya emotsiy / K.E. Izard. – SPb. : Piter, 2003. – 384 p.

9. Ильин, Е.П. Эмоции и чувства / Е.П. Ильин. – СПб. : Питер, 2006. – 528 с.
Il'in, Ye.P. Emotsii i chuvstva / Ye.P. Il'in. – SPb. : Piter, 2006. – 528 p.
10. Панфилова, М.А. Игротерапия общения. Тесты и коррекционные игры / М.А. Панфилова. – М. : «Издательство ГНОМ и Д», 2000. – 160 с.
Panfilova, M.A. Igroterapiya obshcheniya. Testy i korrektsionnyye igry / M.A. Panfilova. – M. : «Izdatel'stvo GNOM i D», 2000. – 160 p.