



Исследование страхов у детей старшего дошкольного возраста

Аннотация. Статья посвящена изучению, анализу понятия страха и особенностям их возникновения у детей дошкольного возраста. Материал отличается целостностью и практичностью. Публикация рассчитана на практикующих психологов, психологов работающих в ДОУ, воспитателей, педагогов, родителей.

Ключевые слова: страх, дошкольный возраст, исследование страха, детские страхи, понятие страха.

Раздел: (02) комплексное изучение человека; психология; социальные проблемы медицины и экологии человека.

В современном мире ребенок является самой чувствительной частью социума, которая подвержена разнообразным воздействиям окружающей среды. Актуальность исследования определяется ростом негативных эмоционально-личностных проявлений у детей младшего школьного возраста, на которые указывают многочисленные авторы. В исследованиях, посвященных психологии эмоций, подчеркивается многогранность, многовариативность, многофункциональность эмоциональной сферы, ее значимость для полноценного нравственного развития личности (Вологодина Н. Г., Долгова В. И., Овчарова Р. В., Журбенко С. С., Ежкова Н., Захаров А. И. [1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8]).

Проблематика детского страха имеет не такую давнюю историю в психологической науке. Представитель биогенетического направления С. Холл распространял биогенетический закон и на онтогенез страха. Он утверждал, что ребенок переживает в процессе своего развития страхи, которые испытали животные, а затем люди на различных этапах антропогенеза. Он писал, что в детских страхах сохранились многочисленные следы первоначальной психоплазмы, из которой первобытный человек создавал многочисленные волшебные демонические существа. Доказательством биогенетического детерминизма являются многочисленные рационально необъяснимые детские страхи. Боязнь животных более чем другие виды страха, походит на исчезнувшие рефлексy и отголоски психических состояний первобытного человека, наличие которых у современного ребенка нельзя объяснить ни фактами его индивидуальной жизни, ни нынешними условиями его существования. Эти формы страха интерпретируются автором как инстинктивный страх, то есть не имеющий опоры в индивидуальном опыте. Также источником страха у детей является тяжелый личный опыт и влияние социальной среды.

Согласно А. И. Захарову, понимание опасности, ее осознание формируется в процессе жизненного опыта и межличностных отношений, когда некоторые индифферентные для ребенка раздражители постепенно приобретают характер угрожающих воздействий. В таких случаях можно говорить о появлении травмирующего опыта, психологическом заражении страхом от окружающих ребенка лиц и произвольном обучении с их стороны соответствующему типу эмоциональных реакций. Все это дает основание говорить об условно-рефлекторной мотивации страха, поскольку в нем закодирована эмоционально переработанная информация о возможности опасности. Саму эмоцию "страх" в детском возрасте, А. И. Захаров рассматривал как ос-



новную движущую силу невротического развития личности. Беспокойство, испытываемое женщиной во время беременности, является первым «опытом» беспокойства у ребенка, которое, в свою очередь вызывает соответствующую двигательную реакцию плода. При эмоциональном стрессе у матери во время беременности, новорожденные отличаются повышенной нервной возбудимостью и более высоким мышечным тонусом. Он вздрагивает при малейшем шуме, громком голосе, пеленании и ярком свете. Беспокойство, испытываемое детьми в 7 и 8 месяцев жизни, можно обозначить как исходные состояния тревоги и страха. Тревога в 7 месяцев – это беспокойство в ответ на уход матери, прерывание контакта, отсутствие поддержки. Возникающее при этом чувство одиночества порождает ожидание возвращения матери (близкого лица), что может в неблагоприятных условиях закрепиться в жизненном опыте, являясь моделью или прообразом состояния тревоги. Последняя, в свою очередь, мотивирует развитие социальных по своему происхождению страхов отчуждения, неприятия, непризнания и непонимания. Страх посторонних, незнакомых, чужих взрослых в 8 месяцев – это проявление собственно страха как состояния аффекта в ответ на конкретную для ребенка угрозу из вне. Эмоционально-заостренное неприятие отличных от матери и пугающих ребенка взрослых трансформируется в последующем в угрожающие образы жестоких, бездушных и коварных сказочных героев. Все они способны отнять жизнь, нанести невосполнимый ущерб, увечье, что составляет резкий контраст с матерью, дающей жизнь, любовь, понимание и поддержку. Типичными возрастными страхами у детей обоего пола 1–3 лет жизни будут: страх одиночества, незнакомых взрослых, врачей, уколов и неожиданных резких звуков, страхи наказания и животных. Дошкольному возрасту, по его мнению, соответствуют инстинктивные страхи, выступающие главным образом в виде триады «темнота-одиночество-замкнутое пространство». В 5–7 лет происходит осознание детьми смерти как прекращения жизни. За бурным аффективным всплеском следует «успокоение», когда ребенок перестает задавать «пугающие» родителей вопросы о смерти и фантазировать по поводу этого. Однако, как замечает А. И. Захаров, «мы не можем окончательно «похоронить» страх смерти, он трансформируется в страх смерти родителей». Однако социальная реальность приводит к тому, что в данном возрасте на первый план выходит страх быть не тем, не соответствовать предъявляемым ребенку требованиям. Этот страх, как правило, проявляется в особенно значимых для ребенка ситуациях (ответ у доски, контрольная работа и пр.). Для детей 7–11 лет характерно уменьшение эгоцентризма и увеличение социоцентрической направленности личности. Соответственно младший школьный возраст – это возраст, когда перекрещиваются инстинктивные и социально опосредованные страхи. Инстинктивные, преимущественно эмоциональные формы страха – это собственно страх как аффективно воспринимаемая угроза для жизни, в то время как социальные формы страха являются ее интеллектуальной переработкой, своего рода рационализацией страха. Эти две тенденции, скрещиваясь в непосредственных объектах страха, порождают причудливые мифологические образы страхов. При уменьшении реальных, но объективно не таких «страшных» страхов (одиночества, темноты и т. п.) и увеличении объективно существующих, социальных страхов (школы, отметки, плохого поведения и пр.) у младших школьников большое место занимают так называемые фантастические страхи темных сил, магических существ, драконов, пришельцев, роботов и прочих фигур, которые могут появляться в их сновидениях.



Полная характеристика эмоции страха невозможна без анализа ее основных функций. На первый, поверхностный взгляд страх дает человеку мало приятного: приносит ему огорчения, сковывает активность и даже может вызвать психосоматические болезни. Отмечая отрицательное значение страха для человека, многие авторы утверждают, что это значение проявляется гораздо более широко, чем положительное. Страх может держать человека в постоянном напряжении, порождать неуверенность в себе и не позволять личности реализоваться в полную силу. Когда человек испытывает страх, его внимание резко сужается, заостряясь на объекте или ситуации, сигнализирующей об опасности. Кроме того, страх ограничивает свободу поведения человека. Следует сказать, что в страхе человек перестает принадлежать себе, он движим одним-единственным стремлением – устранить угрозу, избежать опасности. Однако, как и все в природе, первоначально эмоция страха возникла в процессе эволюции как защита организма человека от всевозможных опасностей жизни. Страх – очень сильная эмоция, и она оказывает весьма заметное влияние на перцептивно-когнитивные процессы и поведение индивида. Пока страх не выходит за пределы разумного, в нем нет ничего ужасного или дезадаптивного. Он защищает нас от опасности, заставляет учитывать возможный риск, и это чрезвычайно полезно для адаптации и в конечном итоге способствует благополучию и счастью индивида. Как реакция на угрозу страх позволяет избежать встречи с ней, играя, таким образом, защитную адаптивную роль в системе психической саморегуляции. Страх – это своеобразное средство познания окружающей действительности, ведущее к более критичному и избирательному отношению к ней. В случае, когда он достигает силы аффекта (страх панический, ужас), он способен навязать стереотипы поведения – бегство, оцепенение, агрессию.

В социальном развитии человека страх выступает как одно из средств воспитания, выполняя определенную социализирующую или обучающую роль в процессе формирования личности. Поэтому воспитание устойчивости к страху обычно направлено не на избавление от него, а на выработку умений владеть собой при его наличии. Таким образом, страх используется как фактор регуляции поведения. В некотором роде страх – способ отграничения «я» от чужеродного, неприемлемого влияния извне, т. е. страх – это демаркационная линия личного, безопасного пространства, в котором сохраняется единство «я» и уверенность в себе. Страх способен мобилизовать человека перед лицом внешней опасности, способствуя интеграции внутренних психических ресурсов.

Так или иначе, различные формы страха становятся объектом для психотерапевтических вмешательств в том случае, если страх приобретает нерациональные формы (то есть человек боится того, чего бояться нет никаких оснований) и у человека возникает желание от навязчивых страхов избавиться. Ошибкой будет стремление избавить человека от страхов полностью и навсегда.

Ю. Щербатых (2000) делит все страхи на три группы: 1) природные страхи, непосредственно связанные с угрозой жизни человеку. К числу природных явлений, внушающих людям сильнейший страх, относятся гроза, солнечные затмения, появление комет, извержения вулканов и сопровождающее их землетрясения, которые ассоциируются у человека со страхом конца мира. Особую группу природных страхов составляют страхи животных. К животным, вызывающим у людей особенно сильный страх, несомненно, относятся разнообразные змеи и пауки. 2) социальные страхи – боязнь и опасения за изменение своего социального статуса. Социальные страхи могут вытекать из страхов биологических, но всегда имеют специфический



социальный компонент, который в них выходит на первое место, оттесняя более примитивные факторы выживания. Следует отметить, что конкретные формы проявления социальных страхов зависят от особенностей исторической эпохи, возраста человека, профессиональной принадлежности и типа общества. Проводились неоднократные исследования по выявлению актуальных страхов в современном обществе. В результате было установлено, что на первом месте стоит страх за здоровье своих близких, на втором – страх возможной войны, на третьем – страх перед преступностью. Затем последовательно – страх бедности, страх перед некоторыми животными, страх перед возможными неблагоприятными изменениями в личной жизни, страх перед начальством. Оказалось, что многих людей пугает кладбище, они испытывают страх перед болезнями (девятое место) и перед публичными выступлениями. 3) внутренние страхи – рожденные лишь фантазией и воображением человека и не имеющие под собой реальной основы для беспокойства. Особо хочется отметить, что к внутренним страхам исследователи относят не только страхи, рожденные фантазией человека, но и страхи собственных мыслей, если они идут вразрез с имеющимися моральными установками (боязнь собственных мыслей и желаний).

Р. В. Овчарова выделяет следующие виды страхов: 1) возрастные страхи отмечаются у эмоционально чувствительных детей как отражение особенностей их психического и личностного развития. Возникают они под действием следующих факторов: наличие страхов у родителей, тревожность в отношениях с ребёнком, избыточное предохранение его от опасностей и изоляция от общения со сверстниками. Большое количество запретов со стороны родителя того же пола или полное предоставление свободы ребёнку родителями и другого пола, а также многочисленные нереализуемые угрозы всех взрослых в семье, отсутствие возможности для ролевой идентификации с родителями того же пола, преимущественно у мальчиков. Конфликтные отношения между родителями, психические травмы типа испуга, психологическое заражение страхом в процессе общения со сверстниками и взрослыми; 2) невротические страхи характеризуются большой эмоциональной интенсивностью и напряжённостью, длительным течением или постоянством, неблагоприятным влиянием на формирование характера и личности, взаимосвязью с другими невротическими расстройствами и переживаниями, избеганием объекта страха. Невротические страхи могут быть результатом длительных и неразрешимых переживаний. Чаще боятся подобным образом чувствительные, испытывающие эмоциональные затруднения в отношениях с родителями дети, чьё представление о себе искажено эмоциональными переживаниями в семье или конфликтными. Эти дети не могут полагаться на взрослых, как на источник безопасности, авторитета и любви. Дети, которые не приобрели до школы необходимого опыта общения со взрослыми и сверстниками, не уверены в себе, боятся не оправдать ожидания взрослых, испытывают страх перед учителем.

А. И. Захаров разделяет страхи по следующим признакам: по характеру – природные, социальные, ситуативные, личностные; по степени реальности – реальные и воображаемые; по степени интенсивности – острые и хронические.

Приведенные выше классификации не являются единственными в своем роде. Следует отметить, что в современной психологии эмоций не существует универсальной классификации страхов; страхи делят по силе, интенсивности, биологической, психологической и социальной значимости.



Вывод

Психолого-педагогический подход к исследованию страхов условно можно назвать социальным. Здесь мы обращаем внимание в первую очередь на изменения социального положения ребенка, на особенности его взаимоотношения с внешним миром. Содержание детского страха становится тесно связанным с характером межличностных знаковых социальных взаимоотношений и определяет социальные аспекты существования ребенка.

Выявлено учеными существование у детей страха, связанного с символическими структурами сознания, с мифологичностью мышления, – страха различных мифологических персонажей. Именно этот подход обращает внимание на данные страхов-заместители, которые могут являться надстройкой над всеми остальными детскими страхами и которые связаны с культурно-историческим развитием общества.

Ссылки на источники

1. Вологодина Н. Г. Детские страхи днем и ночью. – Ростов н/Д.: Феникс, 2006. 1
2. Долгова В. И., Овчарова Р. В. Психологические детерминанты нравственного развития дошкольника//Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2014. № 6. С. 40-48.
3. Долгова В. И. Формирование воображения у дошкольников: программа, результаты, рекомендации//Ученые записки университета им. П. Ф. Лесгафта. 2014. № 11 (117). С. 191-196.
4. Долгова В. И., Журбенко С. С. Пантомимическая активность как детерминанта телесно-психического здоровья дошкольников//Вестник Орловского государственного университета. Серия: Новые гуманитарные исследования. 2012. № 4 (24). С. 60-62.
5. Ежкова Н. Развитие эмоций в совместной с педагогом деятельности: Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста // Дошкольное воспитание. – 2003. – №1. – С. 2
6. Захаров А. И. Как предупредить отклонения в поведении ребенка: Книга для воспитателей детского сада. – М.: Просвещение, 1986. 3
7. Захаров А. И. Происхождение и психотерапия детских неврозов: Монография. – СПб.: КАРО, 2006. 4
8. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей. – СПб.: Речь, 2005. 5

Ekaterina Hlysta,

a student, Chelyabinsk State-Hydrated Pedagogical University, Chelyabinsk

hlysta.katya@mail.ru

A study of fears in children of preschool age

Abstract. The article is devoted to the study, the analysis of the concept of fear, and especially the needs of their occurrence in children of preschool age. The material is characterised by integrity and practicality. The publication is intended for practicing psychologist, psychologists working in the DOW, educators, teachers, and parents.

Key words: fear, preschool age, the study of fear, childhood fears, the concept of fear.

ISSN 2304-120X



Рекомендовано к публикации:

Горевым П. М., кандидатом педагогических наук, главным редактором журнала «Концепт»;

Утёмовым В. В., кандидатом педагогических наук