

Хмельницький національний університет  
Факультет здоров'я, психології, фізичної культури та спорту  
Кафедра психології та педагогіки

**КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА**

Другий (магістерський)

«ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СТРАХІВ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ»

Галузь знань - 05 Соціальні та поведінкові науки

Шифр і назва галузі знань

Спеціальність - 053 Психологія

Шифр і назва спеціальності

Освітня програма « Психологія»

Шифр КДРМ

номер залікової книжки

Виконав: студентка II курсу, групи ПП м-20-1 \_\_\_\_\_ Грабовець С.Р.  
Підпис Ініціали, прізвище

Керівник: кандидат психологічних наук, доцент \_\_\_\_\_  
Підпис Ініціали, прізвище

До захисту допускаю:

Зав. кафедри психології та педагогіки

доктор психологічних наук, професор

\_\_\_\_\_ Потапчук Є.М.  
Підпис Ініціали, прізвище

\_\_\_\_\_ 20\_\_ р.

Хмельницький, 2021

## АНОТАЦІЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ

Тема кваліфікаційної роботи «Особливості прояву страхів у дітей молодшого шкільного віку»

Грабовець Софія Ростиславівна

Кваліфікаційна робота включає 82 сторінки, 3 таблиці, 4 рисунки, перелік джерел посилання із 67 найменувань, 1 додаток.

Ключові слова: страхи, фобії, тривожність, молодший шкільний вік.

Об'єкт дослідження: страхи дітей молодшого шкільного віку.

Предмет дослідження: особливості прояву страхів у дітей молодшого шкільного віку.

За результатами дослідження з'ясовано особливості прояву страхів у дітей молодшого шкільного віку, запропонована програма профілактики та корекції страхів дітей молодшого шкільного віку.

Одержані результати можуть бути використані в практичній діяльності психологів закладів шкільної та позашкільної освіти.

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Дослідження проблеми страху на сьогодні стає однією із важливих тем сучасної психології та потребує детального розгляду науковцями. На цей час не існує єдиної концепції, здатної ефективно виводити людини з простору страхів.

Аналіз наукових досліджень з означеної тематики засвідчує, що проблему чинників виникнення страхів і фобій досить детально розглянуто на психофізіологічному, соціально-психологічному та соціально-філософському рівнях. Чималу частину досліджень присвячено саме дитячим страхам (Л. Божович, М. Буянов, В. Гарбузов, А. Захаров, Д. Ісаєва, І. Кон, Б. Кочубей, А. Прихожан, А. Співаковська, Л. Таран та ін.), а також страху як психопатологічному явищу (О. Ранк, С. Ушаков, З. Фрейд, І. Мясіщев, Б. Карвасарський та ін.).

Поширеність шкільних страхів як психологічної проблеми досить велика в порівнянні з іншими психологічними порушеннями у дітей. За оцінками дослідників, випадки шкільних страхів складають більше 68% від числа випадків, якими займаються психологи. Дослідником А. Захаровим на підставі спостережень встановлено, що у молодшому шкільному віці якщо і виникає страх, то частіше за все – це страх не відповідати соціальним вимогам найближчого оточення: у школі, серед однолітків, у родині. Це проявляється в страхах зробити щось не так, як прийнято, бути не тим, кого поважають. За даними досліджень, першокласники відчують шкільні страхи в перші два тижні навчання в школі. Тут присутні, в основному, режимні страхи (діти бояться проспати, спізнитися), а також просторові страхи (не знайти свій клас, заблукати). Особливо сильно помітно страх приміщень у першокласників зі шкіл із предметним навчанням, де діти змушені переходити із кабінету в кабінет.

Завданням школи будь-якого рівня є уникнення стресових ситуацій, що спричиняють страх, підготовка соціально свідомої, всебічно розвиненої особистості, яка здатна до самовираження у різних видах діяльності. Однією

з умов вирішення цього завдання є попередження виникнення страхів, які з'являються впродовж шкільного навчання. Це особливо важливо в молодшому шкільному віці, коли формується особистість, зростають можливості емоційно-вольової регуляції діяльності. Тому проблема визначення психологічних причин виникнення та подолання страхів саме у молодшому шкільному віці є на сьогодні надзвичайно актуальною та вимагає докладного дослідження.

Актуальність нашої роботи також визначається тим, що вивчення особливостей прояву страхів у дітей молодшого шкільного віку з урахуванням вікових і гендерних відмінностей ще не було предметом психологічного аналізу, у той час як переживання страху як базової емоції є головним організуючим фактором власної свідомості і основою вибірковості і цілеспрямованості поведінки людини.

**Об'єкт дослідження:** страхи дітей молодшого шкільного віку.

**Предмет дослідження:** особливості прояву страхів у дітей молодшого шкільного віку.

**Мета дослідження:** теоретично проаналізувати та емпірично дослідити особливості прояву страхів у дітей молодшого шкільного віку.

**Завдання дослідження:**

1. Проаналізувати теоретичні розробки з проблеми страху у вітчизняній і зарубіжній психології.
2. Емпірично дослідити особливості прояву страху у дітей молодшого шкільного віку в умовах шкільної взаємодії.
3. Розробити програму профілактики та корекції страхів дітей молодшого шкільного віку

**Гіпотеза дослідження.** З'ясування особливостей прояву страхів у дітей молодшого шкільного віку сприятиме розробці програми профілактики та корекції страхів дітей молодшого шкільного віку.

Для вирішення поставлених завдань нами застосовувалися такі **методи дослідження:** теоретичний аналіз психолого-педагогічної літератури, бесіда,

спостереження, ; математичні методи кількісної та якісної обробки емпіричних даних (факторний і кореляційний аналіз).

**Практичне значення роботи** полягає в можливості застосування блоку діагностичних методик на виявлення страхів у дітей молодшого шкільного віку та використання програми профілактики та корекції страхів дітей молодшого шкільного віку

**Експериментальна база дослідження** – ФОП «Кабінет розвитку дитини», м. Хмельницький. Вік досліджуваних – 7-10 років. Вибірка складала 54 школярі

**Апробація результатів дослідження** відбувалась шляхом публікації статті на тему «Вікові та гендерні особливості переживання страху у дітей» та участі у міжнародній конференції з публікацією тез на тему «Дослідження проявів страху дітей у вітчизняній психології».

**Структура роботи містить** вступ, два розділи, висновки, перелік джерел посилання (67 найменувань) та додатків, обсяг сторінок 77.

# РОЗДІЛ 1 ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПРОБЛЕМИ ВИНИКНЕННЯ ШКІЛЬНИХ СТРАХІВ ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

## 1.1 Проблема дослідження страху у вітчизняній і зарубіжній психології

Поняття страху людини поглиблено вивчається психологією емоцій – одним з найбільш актуальних розділів психологічної науки. Психологія емоцій пройшла складний історичний шлях: від синкретичного, описового знання до спроби побудови єдиної універсальної теорії емоцій.

У різних психологічних теоріях емоцій сьогодні можна зустріти як різні визначення стану страху, так і віднесення даного феномена до різних класів емоційних явищ. Страх розглядають як почуття, емоцію, афект, стрес, фобію, як мотивацію, емоційний стан, емоційний процес.

Проаналізуємо відомі точки зору щодо поняття «страх»: визначимо його приналежність, особливості, функції, особливі форми, сформулюємо визначення. За кожним визначенням стоїть експериментальна база, результати експериментів узагальнені та оформлені як наукові напрямки, вироблені відповідні методики діагностики та корекційні програми, які стали ефективними засобами профілактики неврозів, що виникають з приводу тих чи інших різновидів стану страху.

Швейцарський психолог, лікар Е. Клапаред, відносячи страх до почуттів, акцентував на його предметному характері та функції регуляції поведінки. Тобто страх включає в себе як родові характеристики почуття: предметність, історичний характер, соціалізованість та ін.; так і видову специфічність, що виражається в сприйнятті ситуації як загрожуючої.

Дослідник П. Якобсон [53; 54] виділив моральні, естетичні, інтелектуальні та праксичні почуття, відносив страх до останньої групи, наголошуючи на тому, що страх тісно пов'язаний із діяльністю та

представляє собою деякий аспект відображення в свідомості людиною її власних дій.

Емоцію як афективну відповідь на подразник розглядав також дослідник П. Фресс [39], зазначаючи, що страх може бути компонентом переживання афекту.

Дослідник Р. Елліс [13] ототожнює страх зі стресом, що не повністю відображає сутність стану страху. Стрес – це більше процес, на різних етапах якого, звичайно ж є можливим виникнення стану страху. Подібне ототожнення, швидше за все пов'язано з тими деструктивними наслідками для особистості та організму, які може принести як часте або сильне переживання страху, так і отримане в результаті стресу або навіть швидше дистресу (за Г. Сельє [41]).

Розгляд тривожності і страху як надбаної мотивації в плані вторинного підкріплення можна знайти у роботах бельгійського психолога Ж. Нюттена [30].

Так, в «Філософському енциклопедичному словнику» [43] зазначається, що «страх у психології розуміється як негативна емоція, що виникає в результаті реальної чи уявної небезпеки, яка загрожує життю організму, особистості, її цінностям, ідеалам, цілям, принципам» [43].

У дослідженнях І. Васильєва, В. Поплужного і О. Тихомірова [6] страх трактується як усвідомлення небезпеки. Однак усвідомлення – функція свідомості, тобто прерогатива людини, а наявність стану страху визнається також у вищих приматів, що в своїх роботах неодноразово відзначали В. Вілюнас [9], Є. Хомська і Н. Батова [47]. Отже, переживання стану страху є здатністю психіки, тобто функцією відображення.

Страх як пасивно-оборонну емоцію, яка виникає через потребу в самозбереженні, що залежить від обставин, розглядає Н. Рейнвальд [37]. У даному визначенні відображені дві з різноманітних функцій страху: відображення і регуляція поведінки. Однак, страх не завжди виражається у пасивності (ступорі). Так, Ж. Нюттен [30] переконував, що страх (особливо в

помірному ступені його переживання) є активатором діяльності індивіда, в багатьох випадках призводить навіть до поліпшення результатів діяльності.

Страх як очікування і передбачення невдачі при здійсненні дії, яка має бути виконана, визначається Р. Грановською [12]. Однак переживання стану страху не завжди пов'язано з очікуванням і передбаченням невдачі. Не завжди страх пов'язаний і з дією, яка повинна бути виконана.

Страх як «психічний стан, з вираженим проявом астенічних почуттів тривоги, неспокою в ситуації загрози біологічному або соціальному існуванню індивіда і спрямований на джерело дійсної чи уявної небезпеки» описується Н. Конюховим. Знову ж таки, очевидно, що страх не обов'язково супроводжується проявом астенічних почуттів.

Часто наголошується на тому, що страх сприймається (переживається) як негативна емоція. Проте основу даного сприйняття (переживання) різні психологи виділяють різну: або почуття (Е. Клапаред), або інтелектуальні (когнітивні) процеси (О. Лурія).

Часто від контексту ситуації і від індивідуальних психічних особливостей особистості залежить, який компонент буде превалювати у відображенні –емоційний або когнітивний, але обидва ці аспекти обов'язково будуть присутні у відображенні.

Подібна точка зору щодо єдності емоційного і когнітивного компонентів, спроба представити емоцію як образ, забезпечувати можливість цілісного відображення, викладено ще в роботах З. Фрейда, О.Р. Лурії, а також пізніше були розвинуті Д. Пивоваровим і В. Вілюнас [31; 42; 44; 45].

Отже, страх відноситься до такої психічної категорії як стан. Поділяючи точку зору Н. Конюхова, К. Платонова і А. Злобіна, під станом розуміється певний тимчасовий рівень цілісного функціонування психіки, який безпосередньо впливає на характер і ефективність діяльності особистості. Справді, страх, проявляючись як стан, носить тимчасовий характер (хоча часові характеристики його переживання коливаються в широкому діапазоні), і в рамках цього часу страх відображається на

цілісному функціонуванні особистості: визначаючи характер і спрямованість її діяльності, особливості її мотивації, ставлення до себе, до досягнутого [50; 51; 62; 63].

Звертаючись далі до поняття «стан страху», торкнемося поняття «*тривога*». У психології ці два поняття розглядаються по-різному. Так, частіше стан страху і стан тривоги диференціюють на основі відмінності в силі їх переживання. На думку Д.В. Люсіна [23], тривога переходить у страх із зростанням сили переживання, проте межа, при якій відбувається даний перехід, детально не описується і не називається. Даний погляд на розглянуте поняття поєднується з визнанням за страхом здатності бути загальною категорією для наступного ряду емоційних станів: занепокоєння, хвилювання, тривога, страх, жах.

В. Кислівська [21] проводить відмінність між страхом і тривогою відзначаючи, що тривожність входить до структури особистості як одна з якостей сильно не змінюючи її. Страх же, входить як якість в структуру особистості вже при неврозах.

У своїх роботах В. Астапов [4] бачить відміну стану страху від тривоги в тому, що вони виконують ряд специфічних функцій. Так, стан тривоги передбачає той чи інший вид небезпеки, що передбачає можливість неприємного, загрозливого і сигналізує про це індивіду.

Дослідник К. Ізард припускає, що тривожність складається з домінуючої емоції страху і взаємодії страху з однією або декількома іншими фундаментальними емоціями, особливо зі стражданням, гнівом, виною, соромом та інтересом.

Отже, у більшості відомих визначень стану страху акцентується його функціональний аспект, в основному охоронний або розпізнавальний. Відзначається, що страх сприймається як негативна емоція, описуються негативні наслідки переживання цього стану, часто вказується на характер і особливості перебігу, на шкідливі послідки страху.

Визначивши поняття «стан страху», розглянемо особливості його прояву на різних рівнях організації психіки: поведінковому, когнітивному, емоційному.

На поведінковому рівні стан страху має різні форми прояву. Так, М. Неймарк [31] розглядає агресію як активну форму компенсації стану страху. М. Робер та Ф. Тільман [39] виділяли інший полюс реакції на страх – ступор – реактивну форму відображення психо-травмуючої події. Збудлива форма характеризується хвилюванням, гіперактивністю, симпатичними реакціями. Гальмівна форма відрізняється гіпоактивністю (очевидно, тут синдром страху – страждання).

Переживання стану страху, на думку Г. Аракелова, Н. Лисенко та Є. Шотт [2], зазвичай супроводжується визначеними фізіологічними процесами, які виражаються у зміні частоти пульсу, дихання, показників артеріального тиску, виділення шлункового соку, що може відбиватися на поведінці індивіда.

Як зауважують Ю. Плюсін, О. Богатирьова й О. Бінченко [32], переживання будь-яких сильних негативних і позитивних емоцій точно відображається на просторовій поведінці і соціальному статусі. У широких кросскультурних дослідженнях, що стосуються міміки обличчя при різних за якістю емоційних станах, виявилось, що страх найбільш чітко ідентифікується. Найбільш детальний опис та фотоматеріали, які стосуються вираження обличчя при страху наводяться Ю. Гранською [12].

Дослідники Ж. Нюттен, А. Прохоров, Г. Генінг, П. Фресс, М. Херц вказували можливість біполярного впливу стану страху на поведінку. В. Астапов [4] стверджував, що при помірній силі переживання стан страху може сприяти адаптації та стимулювати активність. В інших же випадках, при сильному або частому переживанні стану страху може прослідковуватися агресивна поведінка, ступор, спотворення сприйняття [46; 64].

На когнітивному рівні емоція страху, за даними А. Закаблука і Я. Рейковського, починаючи приблизно із 3-річного віку усвідомлюється та чітко ідентифікується досліджуваним. Очевидно, що до зазначеного віку досвід переживання даної емоції і ступінь розвитку психічних процесів вже достатні для її запам'ятовування, утворюється емоційно-когнітивна схема емоції вже може бути визначена і відтворена дитиною самостійно.

Страх може як активізувати, так і гальмувати, обмежувати, спотворювати когнітивні та емоційні процеси, звужуючи можливості для їх розвитку, що найбільш актуально в дитячому віці.

За даними дослідників А. Захарова й М. Буянова сильне переживання стану страху іноді може супроводжуватися появою зміненого стану свідомості, що виражається в неповному осмисленні того, що відбувається, нечіткому виконанні дій.

Проблеми впливу стану страху на когнітивні процеси у вітчизняній і зарубіжній літературі висвітлені явно недостатньо. Так, на сьогоднішній день немає однозначної думки відносно того, чи є страх емоцією, стимулюючою діяльністю, і, якщо є, то при якій інтенсивності. Переживання стану страху є лише частиною емоційної системи особистості. Як самостійна емоція, страх активно взаємодіє з іншими емоціями і паттернами цілісної особистості.

Однак на сьогоднішній день механізми даних переходів емоційних станів вивчені ще не повністю. Залишається відкритим і питання про залежність, амбівалентності та соціалізації емоцій, їх вплив на діяльність.

## **1.2 Механізми виникнення страхів**

Розрізняють декілька точок зору на механізм породження страху. У більшості біхевіористичних теорій страх є наслідком одноразового чи багаторазового травматичного досвіду взаємодії суб'єкта з певними об'єктами. Такий підхід безсумнівно виправданий, але в той же час є серйозні аргументи проти визнання його універсальним. Так, за даними

досліджень О. Ярулова, Н. Сорокіної і М. Хачатурьянца не виявлено зв'язку між негативним досвідом дітей і змістом їх нав'язливих страхів.

У психоаналітичному напрямку психології початковою причиною виникнення страхів вважається первинна родова психотравма, на що вказував ще З. Фрейд [44]. С. Гроф [14], представник сучасної транс-персональної психології, також вважає, що спочатку виникнення стану страху може «бути запущено» процесом народження або ж, як неодноразово вказував і сам З. Фрейд, фактом відділення від матері.

Констатуючи наявність первинної психотравми, в психоаналізі розглядається походження «вторинних, вікових психотравм». Вважається, що в ранньому віці виникнення страхів пов'язано з втратою об'єктів. У фалічній фазі розвитку – із уявною загрозою кастрації. Після розвитку супер-его – з соціумом, нормами і правилами поведінки в суспільстві.

Згідно висновкам австрійського психолога А.Адлера, джерело страху – це переживання власної неповноцінності, що переживається дитиною в родині впродовж перших п'яти років життя, а також очікування загрози з боку зовнішнього світу.

А. Маслоу, представник гуманістичної психології, також пов'язує причини виникнення страху з фрустрацією потреби в безпеці, що, відповідно до загальної тенденції даного напрямку, перешкоджає можливості самоактуалізації особистості. К. Роджерс пояснює появу дитячих страхів розвитком рефлексії дитини, вважаючи, що, як тільки дитина починає усвідомлювати себе, у неї розвивається потреба в любові і увазі. Внаслідок цього, дитина починає діяти так, щоб заслужити схвалення дорослих, це означає відхід від самості щоб догодити уявленням дорослих про дитину [31].

Німецький психолог Ф. Ріман [38] бачив причину виникнення комплексу страхів у сформованому патопсихологічному типі особистості. Так, для шизоїдних особистостей найбільш частою причиною переживання стану страху є проблема самоствердження, що переживається як втрата «Я» і

залежність. Для депресивної особистості – самостановлення (стагнація «Я»), пережите як беззахисність і ізоляція. Для особистості із нав'язливим типом – зміни, пережиті як мінливість і непевність. Для істеричної особистості найбільш частою причиною переживання стану страху є необхідність, що виражається як не-свобода.

Страх як розбіжність очікуваного і досягається в своїх дослідженнях зазначав Дж. Грей, який розділив всі причини страху на чотири категорії: інтенсивність, новизна, еволюційно вироблені сигнали небезпеки і причини, що виникають в соціальній взаємодії. Інтенсивність і новизна можуть бути пов'язані або з біологічними категоріями, або з соціальними (інтенсивність звуку, інтенсивність соціального міжособистісного спілкування). Самі по собі, без співвіднесеності з певною сферою, дані категорії не існують у реальній дійсності.

Присутність чогось загрозливого як причину страху, або відсутність чогось, що забезпечує безпеку, виділяв Дж. Боулбі. За способом набуття він розділив всі страхи на вроджені (природні) і надбані (культурні). Вроджені детермінанти страху пов'язані із ситуаціями, які дійсно мають високу ймовірність небезпеки, що, навпаки, не є необхідною рисою надбаних або культурних стимулів. Хотілося б заперечити, що існують ситуації, в яких надбані, культурні стимули можуть виявитися набагато сильніше, ніж вроджені (тобто страх соціальної смерті виявиться сильнішим за страх смерті біологічної). Також досить неоднозначно, що ж вважати вродженими причинами страху.

Альтернативний погляд на соціально- та природообумовленість стану страху належить Р. Плутчик і М. Келлерманн, які розглядають страх (поряд з гнівом, радістю і горем) як біологічну пристосувальну реакцію – своєрідну первинну емоцію, тобто вважають страх первинно завжди біологічно детермінованим.

Культурними причинами страху більше за інших займався С. Речмен, який описав процеси навчання культурним детермінантам страху.

Традиційною в поясненні цього процесу є концепція травматичного обумовлення, згідно з якою буття або ситуація, які потенційно можуть викликати біль (загрозу болю), викликають страх незалежно від наявного відчуття болю. Очевидно, такого роду страхи пов'язані з природними детермінантами цієї емоції, що більш докладно висвітлено у роботі В.Б. Сапунова [40]. Так, наприклад, змії або собак бояться багато людей, які впродовж життя ніколи не мали з ними ніякого досвіду, тим більше хворобливого. Однак може бути також інше пояснення: стан страху відображає не стільки конкретну загрозу, а сприйняття ситуації як загрозової.

Багатьма дослідниками відзначався процес, який можна назвати соціалізацією страху, хоча розумівся і трактувався він по-різному. Дослідник А.І. Захаров розумів його як збільшення частки соціальних страхів за віком [17; 18], С. Громбах як тенденцію біологічних страхів приймати соціальну форму, Ф. Василюк як вплив, взаємозв'язок і взаємовиключення емоцій.

Отже, сучасна психологія включає в себе численні теорії, кожна з яких по-своєму трактує причини виникнення стану страху. Часто причина виникнення стану страху безпосередньо співвідноситься з його предметом, що уможливорює об'єднати більшість причин у предметні категорії.

### **1.3. Психологічні засади прояву страхів у дітей: вікові та міжстатеві особливості переживання страху**

Відповідно до класифікації Д. Ельконіна [51], молодший шкільний вік охоплює період від 6 до 10-11 років, що відповідають часу навчання дітей у початковій школі.

У роботах В. Лебединського, О. Микільської, О. Баєнська і М. Ліблінг виникнення і розвиток стану страху в дитячому віці відбувається при взаємодії періодів емоційної сензитивності у розвитку дитини і тих міжособистісних відносин, які складаються у нього в даний період, а так

само тих подій, які відбуваються з ним. Сюди ж можна віднести низку факторів, виділених Б. Кочубеєм. Насамперед, це суперечливі неадекватні вимоги до дитини із різних джерел (або навіть з одного джерела); часте висування негативних вимог, які ставлять дитину в понижене, залежне становище; завищені вимоги до дитини; негнучка, догматична система навчання і виховання, не враховує власну активність дитини, її здібності, інтереси та схильності. Знову ж таки, в дослідженнях не відображено факт того, які міжособистісні відносини можуть бути об'єктом, що викликають страх у дитини, які саме аспекти та види відносин можуть викликати найбільш сильний страх.

У молодшому шкільному віці у дітей вже з'являються судження про власну соціальну значущість – соціальна самооцінка, яка складається завдяки розвитку самосвідомості і рефлексії. На самооцінку дитини впливають батьки, однолітки і суспільство в цілому, хоча головним авторитетом для молодшого школяра є, звичайно, вчитель. Міжособистісні взаємини учнів початкової школи та їх взаємооцінки опосередковані впливом учителя, в поле зору якого подається переважно рольова поведінка, успішність і дисципліна дітей, хоча на наш погляд фігура вчителя як об'єкта страху дітей досліджена ще явно недостатньо.

На думку С. Громбаха, в міру ослаблення зв'язку з батьками, дитина все більше починає відчувати потребу в підтримці з боку товаришів. Саме група однолітків стає для дитини тим своєрідним фільтром, через який він пропускає ціннісні установки батьків. У дитячому колективі поступово встановлюються свої специфічні взаємини з більш-менш вираженими мотивами міжособистісних уподобань. Однак у вивченій нами психологічній літературі з теми дослідження відсутні дані про те, наскільки товариші, однолітки, друзі дитини можуть бути об'єктом його страху.

Н. Морянова [28] серед факторів, що несуть найбільше навантаження в зростанні шкільної тривожності і страхів молодших школярів відзначала такі:

загальна тривожність у школі, фрустрація потреби в досягненнях, особистість учителя.

А. Захаров [18] зазначає, що при сильному тривалому дії декількох факторів (об'єктів) викликають страх, у дитини може бути сформований невроз страху, який породжує у нього зайву напругу, скутість, стомлюваність, почуття песимізму і відчаю, проявляється спалахами роздратування і занепокоєння, невіри в свої сили і можливості, тобто реалізується деструктивний аспект переживання стану страху. Дослідники Т. Неболюбова та І. Грішпун вказали на «закритість» психіки таких дітей для нового досвіду, консервативність (ригідність) мислення, перевага стереотипних форм поведінки, зниження творчого потенціалу, труднощі спілкування, неадекватність соціальної поведінки і, як наслідок, соціальну неуспішність.

На основі вищевикладеного можна виділити основні фактори, які беруть участь у виникненні та розвитку страхів у дітей: родина, вчитель, інші значущі дорослі, однокласники, система навчання і виховання, організація навчальної діяльності та шкільного простору та ін.

У вивченій нами літературі страхи дітей молодшого шкільного віку не описуються як самостійне явище. Найчастіше, вони включаються в розгляд якогось питання як один з аспектів. К. Александровська розглядала дитячі страхи у зв'язку з особистісними особливостями в нормі і при приграничних розладах; Л. Баданіна [5] згадувала дитячі страхи щодо співвідношення психологічних і нейропсихологічних корелятив емоційної нестійкості; Г. Бреслав аналізував страх у низці емоційних особливостей формування особистості в дитинстві, В. Якунін [56; 61] розглядав зв'язок психічних станів і властивостей особистості. Дослідники Т. Неболюбова та І. Грішпун вивчали невротичні страхи і можливості їх корекції у дітей, Н. Морянова [28] і О. Павлюк пов'язували розгляд страхів з навчально-пізнавальною мотивацією. В. Каган [20] розглядав страх як чинник, що впливає на успішність адаптації; І. Купцов – як один із компонентів, що дестабілізують

емоційну та інтелектуальну діяльність дітей. Цікаво, що при розгляді страхів дітей молодшого шкільного віку в літературі описуються, в основному, страхи першокласників, що, загалом не відбиває специфіки власне страхів дітей молодшого шкільного віку, що охоплює період від 6-7 років до 10-11.

Отже, розглянемо специфічні страхи учнів молодшої школи. На наш погляд, для учнів молодшої школи страхи, що виникають у провідній діяльності та пов'язані з нею, здатні найбільш пагубно позначитися на розвитку дитини, блокуючи як її актуальний, так і найближчий розвиток.

З початком навчання дитини в школі ймовірність виникнення шкільних страхів насамперед може бути пов'язана із психотравмуючим характером самої системи навчання: класи переповнені, по 30-35 чоловік, зміна звичного режиму дня, обмеження рухової та фізичної активності дитини, зміна режиму дня, обов'язків і соціального статусу дитини та ін.

У випадку дії на дитину розглянутих вище чинників (не тільки в несприятливому ключі, а й просто як нових змінних, що впливають на розвиток), можливе виникнення шкільних страхів. Дія відразу безлічі чинників може привести до того, що у дитини складеться певний комплекс страхів або ж її страхи будуть настільки явними і сильними, що позначатися на результативності провідної діяльності.

Найчастіше в психологічній літературі розгляд страхів йде спільно з аналізом шкільних «неврозів», психогенної шкільної дезадаптації, неуспіху в міжособистісних відносинах та ін.

В. Каган [20] зазначав, що шкільні «неврози» в цьому контексті найчастіше розуміються не у вузькому медичному сенсі, а як неадекватний спосіб реагування дитини на ті чи інші труднощі у шкільному житті. У вузькому сенсі шкільні неврози розуміються як особливий випадок неврозу страху, пов'язаного або з острахом розлуки з матір'ю (фобія школи), або із побоюваннями труднощів у навчанні (шкільний страх).

Серед страхів, найбільш характерних для шкільних неврозів, найбільш частими є страхи: не відповідати вимогам і не виправдати очікування

оточуючих. В учнів, що зазнають подібні страхи, часто спостерігається страх школи як своєрідної різновиду свержціннїсних страхів, причиною яких можуть бути боязнь покарання за порушення дисциплїни в школі, страх суворого вчителя та ін. Я. Коломинський [22], І. Дубровїна [15], А. Хрипкова [26] стверджували, що в результаті виникнення сильних страхів дитина може відмовлятися ходити до школи; можуть виникати рїзнї психосоматичнї явища – підвищення температури, нудота, головний бїль перед шкїльними заняттями.

Чимало авторів стверджують, що основною причиною страхів є не самї по собї промахи у навчальнїй дїяльностї, а переживання з приводу цих промахів, страх не вїдповїдати уявленням про себе як про хорошого учня; страх не впорається із завданням, страх покарання, і в кїнцевому підсумку страх соціальної смертї.

Цей підхід у розуміннї причин дезадаптаційної поведїнки учнів ґрунтується на концепцїї В. Мясїщева [29], що при розглядї етимологїї неврозів необхідно враховувати сферу вїдносин особистостї, оскїльки саме порушення вїдносин може бути причиною неврозу. Дослїдник переконував, що не конкретна патогенна ситуацїя призводить до невротичних розладів, а вїдношення цїєї особи до цїєї ситуацїї.

Отже, у молодшому шкїльному вїцї, коли навчальна дїяльнїсть стає провїдною, шкїльнї об'єктнї страхи переживаються як найбільш гострї, а викликанї ними негативнї наслїдки є найбільш шкїдливими для розвитку дитини.

Ймовїрно, об'єктивнї труднощї вивчення статевої диференцїацїї можуть бути обумовленї тим, що при спробах інтерпретацїї отриманих вїдмїнностей дослїдники зустрїчаються з подвїйною детермїнацїєю розвитку: бїологїчної та соціальної. Суть статевої диференцїацїї полягає в становленнї психологїчного статї, яка заснована на статевої самосвїдомостї та цїннїсних орієнтацїях, статорольовїй позицїї особистостї, яка реалїзується в спїлкуваннї і дїяльностї. В. Абраменкова зазначає, що «... статева

диференціація, з одного боку, відображає сам факт наявності певних психологічних ознак, пов'язаних із статевою приналежністю з іншого – процес набуття цих ознак, формування психологічного статі особистості в історії культури» [1].

Дослідники А. Захаров [17] й Г. Еберлейн [50] стверджують, що власне про страх, а не про реакції занепокоєння можна говорити не раніше 6 місяців життя дитини. До двох років міжстатевих відмінностей у переживанні стану страху виявлено не було.

Традиційно вважається, що старший дошкільний вік – це вік найбільшої виразності страхів, що обумовлено не стільки емоційним, скільки когнітивним розвитком – зростаючим розумінням небезпеки.

Таблиця 1.1 – Вікові та гендерні особливості переживання страхів дітьми

Вид страху	Вік максимальної сили переживання страху	
	Хлопці	Дівчата
Страх смерті	7 років	6 років
Страх тварин	6-7 років	7 років
Страх казкових героїв	5 років	6 років
Страх глибини	6-7 років	7 років
Страшних снів	6 років	6-7 років
Страх вогню	6 років	6, 7, 9 років
Страх захворіти	7 років	6-8 років
Страх покарання	7 років	Немає точних даних
Страх перед сном	5-8 років	Немає точних даних
Страх запізнитися до школи	10 років	8-9 років

У деяких дослідженнях можна знайти також деякі дані власне по прояву стану страху в молодшому шкільному віці. За даними А. Захарова, в молодшому шкільному віці спостерігається загальне зменшення кількості страхів [17]. Один із провідних страхів в цьому віці – страх запізнитися до школи, заслужити осудження чи покарання, зробити що-небудь не так, як потрібно, як прийнято. Такий страх більше виражений у дівчаток, «оскільки вони раніше, ніж хлопчики, виявляють прийняття соціальних норм, більше схильні до почуття провини і критичніше (принципово) сприймають відхилення своєї поведінки від загальноприйнятих норм» [17].

У молодшому шкільному віці в нормі різко зменшується число об'єктних страхів біологічного характеру і зростає число соціальних страхів. Для молодшого шкільного віку характерний перехід від страху «бути ніким» (біологічна смерть) до страху «бути не тим» (загроза соціальної смерті). Страх «бути не тим» досягає свого максимального вікового розвитку в період від 8 до 11 років, коли діти втягуються в навчання, з цікавістю опановують нові знання, серйозно ставляться до своїх обов'язків школяра і переживають

при отриманні оцінок. Цей страх часто зустрічається не тільки у емоційно чутливих дітей із розвиненим почуттям власної гідності, але саме у тих з них, хто внутрішньо орієнтований на соціальні норми і прагне дотримуватися їх.

Б. Кочубей і Є. Новикова вказують, що страхи хлопчиків більше пов'язані з насильством, болем. Хлопчики більше, ніж дівчата бояться фізичних травм, нещасних випадків, а також покарань, джерелом яких є батьки або авторитети поза родиною: вчителі, директор школи. Якщо в ситуаціях оцінки, перевірки дівчатка бояться погано проявити себе, не впоратися із завданням, то хлопчики хвилюються більше з приводу прийдешнього покарання [31].

Дослідження А. Прихожан [34] переконують, що в порівнянні з попереднім десятиріччям у молодших школярів різко зросли страхи фізичного насильства: діти говорять про те, що бояться нападів з боку однокласників і старших хлопців, сторонніх людей, про страх, що їх будуть бити, знущатися, вимагати що-небудь та ін.

Дані Дж. Віткін [31] узгоджуються з результатами по поширеності страхів, що приводяться А. Захаровим [17] і Г. Еберлейнд [50], про те, що «середня кількість страхів достовірно вище у дівчаток, ніж у хлопчиків, що підтверджує дані про переважне числі страхів або більшої чутливості до них у осіб жіночої статі» [17]. За даними Г. Еберлейнд [50], страхи дівчаток більш тісно пов'язані між собою.

Торкаючись визначення якісної специфіки шкільних страхів у дітей молодшого шкільного віку, цікаві деякі особливості такого стану подає Л. Баданіна [5]:

- Невротичні страхи найчастіше відзначаються у хлопчиків, ніж у дівчаток, що пов'язано із більш вираженим прагненням дівчаток бути хорошими ученицями;
- Середня кількість страхів достовірно більше у дівчаток, ніж у хлопчиків;

- Переважаючими в молодшому шкільному віці є соціально опосередковані страхи (людей, батьків, покарання) [5].

А. Прохоров і Г. Генінг [35] вказували, що в 2-му класі переживання стану страху (та інших емоцій) сильніше, ніж в 1-му і 3-му, а це пояснюється тим, що в другому класі в розвитку психічних процесів молодшого школяра спостерігається деяка стабілізація, в 3-му ж класі поглиблення рефлексії, розвиток дій з плану, посилення самоконтролю поведінки, велика адекватність самооцінки, підвищення критичності призводять до посилення переживань.

Ймовірно, шкільні страхи мають певну динаміку розвитку всередині цього віку, хоча такий факт не знайшов відображення у вивченій нами літературі. Очевидно, що оцінка не відразу стає критерієм успішності у дітей, джерелом страхів. Принаймні половина першокласників, розуміючи різницю між 3 і 5, не відчуває її глибоко, всією душею переживаючи більше ставлення вчителя, але не цифру. Страх через оцінки приходить пізніше.

На сьогоднішній день відсутні психологічні дослідження з проблеми шкільних об'єктних страхів, не виділено конкретні локуси, об'єкти і ситуації, які можуть викликати шкільні страхи, не визначено і той рівень (міра), після якої починається деструктивний вплив переживання стану страху на результативність навчальної діяльності.

### **Висновки до розділу**

Поняття страху людини поглиблено вивчається психологією емоцій – одним з найбільш актуальних розділів психологічної науки. Страх розглядають як почуття, емоцію, афект, стрес, фобію, як мотивацію, емоційний стан, емоційний процес.

На появу і формування причин виникнення страхів у молодшому шкільному віці суттєвий вплив мають такі чинники, як: а) нестійкість психіки у дітей молодшого шкільного віку; б) невизначене майбутнє; в) потяг до самостійності при невизначеному соціальному статусі; г) недостатня

сформованість самооцінки і саморегуляції; д) невдала спроба вести «доросле» життя приводить до виникнення великої кількості страхів; е) конфліктний клімат у родині; є) напружені відносини з вчителем; ж) наявність тривожності, як ситуативної, так і особистісної, неминуче веде до виникнення страхів.

Страх як феномен емоційної сфери людини має складну різнопланову будову і може бути охарактеризований: а) кількісно – за інтенсивністю перебігу (низький, середній, високий); б) якісно – за його чинниками, тобто за тим, які сторони внутрішнього життя підлітка або юнака фрустровані з боку соціального оточення (афективний, гностичний, психомоторний, вітальний компоненти); в) змістовно – за видами (ситуативні, особистісно обумовлені, навіювані), в залежності від того, які соціальні ситуації та стосунки з оточуючими людьми деформуюче впливають на особистість підлітка або молодшого юнака.

В більшості підходів переважає розуміння страху як результату зовнішньої діяльності суб'єкта, хоча подальшої специфікації рефлектуючої діяльності, а слідом за цим і класифікації стану страху, не проводиться. Практично завжди ситуація переживання страху пов'язується з наявністю загрози, що не зовсім вірно.

## РОЗДІЛ II

### ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ ПРОЯВУ СТРАХІВ У ДІТЕЙ МОЛОДШОГО ШКІЛЬНОГО ВІКУ

#### 2.1 Організація проведення емпіричного дослідження

Мета нашого дослідження полягала у виявленні особливостей страхів дітей молодшого шкільного віку: на основі отриманих даних розробити рекомендації та програму зниження страхів у дітей молодшого шкільного віку.

Задача щодо корекції страхів дітей молодшого шкільного віку вирішувалася методом створення рекомендацій та написання програми психокорекції. Комплексна програма включала в себе заняття за 4 блоками. Програма починається із роботи з адміністрацією навчального закладу, інформування щодо особливостей віку, методами організації роботи із дітьми, батьками, вчителями (4 заняття по 60 хв. 1 раз на тиждень), потім із педагогами (5 занять по 60 хв. 1 раз на тиждень), заняття з батьками (6 заняття по 60 хв. 1 раз на тиждень та консультації) і розвивальні психокорекційні заняття з дітьми дошкільного та молодшого шкільного віку (тривалість програми складає 2 тижні; заняття тривалістю 30 хв. щоденно).

Організація та етапи дослідження. Завдання щодо виявлення особливостей переживання дітьми молодшого шкільного віку страхів вирішувалася за допомогою побудови і виконання наступних етапів дослідження.

На першому етапі вивчалась та аналізувалася психологічна література з проблеми дослідження. На основі теоретичного аналізу літератури, узагальнення теоретичних та емпіричних даних визначався зміст та особливості страхів дітей молодшого шкільного віку та характеристика заданої вікової категорії.

На другому етапі нами було створено групу респондентів для дослідження та власне проводилося саме дослідження по визначеній батареї методик, які відповідають такій віковій категорії. Вибірка нараховувала 54 учні (1 клас – 15 осіб; 2 клас – 13 осіб; 3 клас – 11 осіб; 4 клас – 15 осіб).

В дослідженні брали участь 54 учні, 4 вчителі, 2 завучі, 18 батьків.

Під час виконання дослідження використовувалися загальнонаукові методи пізнання, теоретичний аналіз та узагальнення психологічної, філософської та соціологічної літератури з проблеми дослідження, аналіз даних соціальної статистики. Методами організації дослідження виступили констатуючий експеримент. Інструментами вивчення предмета дослідження виступили: метод самозвіту досліджуваних і метод вивчення документації.

Для реалізації основної мети дослідження – аналізу шкільних страхів дітей молодшого шкільного віку нами було створено базу методик:

1. Методика оцінки сили переживання шкільних страхів дітей молодшого шкільного віку В. Петченко.
2. Колірний тест відносин. Кольорові стимули було взято з 8-ї колірної тесту Люшера.
3. Модифікований психогіометричний тест.
4. Методика «Страхи в будинках» А. Захарова.

Специфіка організації експерименту на кожному етапі враховувала вікові особливості дітей молодшого шкільного віку – тобто досліджуваних.

Так, наприклад, учням 1-го класу для оцінки сили переживання стану страху за методикою В. Петченко пропонувалася образна шкала, що було пов'язано із переважанням у першокласників наочно-образного мислення.

З другого класу і по четвертий дітям пропонувалася інша шкала, оформлена як список ступеня вираженості стану страху. Подібні зміни пов'язані з тим, що починаючи з другого класу діти охоче читають.

У дослідженні стану страху молодших школярів було включено модифікований психогіометричний тест та кольоровий тест відношень (КТВ). Спочатку дитину просили оцінити «розмір» страху, а потім

експериментатор (при наявності хоча б мінімального ступеню вираженості стану в 1 бал) просив дитину обрати форму і колір, з яким у дитини асоціювався даний страх. Для цього дитині пропонувалися картки із фігурами психогеоетричного тесту і кольорові картки Люшера.

Вибір форми і кольору кодувався цифрою і заносився у таблицю.

Зупинимось детальніше на кожній з використаних методик.

Розроблена В. Петченко методика оцінки ступеня вираженості шкільних страхів дітей молодшого шкільного віку спрямована на виявлення ступеня невротизації дитини, яка тісно пов'язана з її дієдатністю, навчальної успішністю, факторами сприятливого психічного і особистісного розвитку, з успішністю в сфері міжособистісних відносин. Посилаючись на відсутність спеціалізованої методики, що задовольняє цілі та задачі дослідження, неповноти ситуацій-стимулів у даних методиках, відсутність нормативних даних авторка запропонувала свій варіант методики оцінки сили переживання шкільних страхів дітей молодшого шкільного віку методом шкалювання або оцінювання певного процесу чи ситуації.

За даними таких дослідників, як Л. Гримак, Н. Сорокіна, Д. Райгородського та ін. для дітей молодшого шкільного віку більш логічною є така форма методики як шкальна оцінка. Отже, така форма методики, стосовно дослідження шкільних страхів, повинна складатися із списку ситуацій та об'єктів, які викликають стан страху у дітей молодшого шкільного віку, а також шкалу для оцінки сили переживання даного стану.

Також нами використовувався психогеоетричний тест і колірний тест відносин. Обґрунтуємо необхідність використання кожної з цих методик в експерименті.

Колірний тест відносин. У літературі з психології емоцій існують численні дані про те, що є можливим вивчення особливостей емоційного реагування за допомогою оцінки колірних переваг досліджуваного. На це вказують Л. Грімарк, Н. Сорокіна, Р. Івенс, В. Кононова, І. Мірошник, Н. Федотова, М. Люшер і багато інших дослідників.

Відомим прикладом вивчення емоцій на основі колірних переваг є «Колірний тест відносин». Його концептуальна основа спирається на теорію відносин В. Мясищева, на ідеї Б. Ананьєва про образну природу психічних структур будь-якого рівня уявлення і погляди О. Леонтьєва. Отже, вибір кольору відображає суттєві характеристики невербальних компонентів відносин.

Висновок про існування сильних і достатньо однозначних зв'язків між конкретним кольором і емоційним станом можна знайти і в роботах П. Яньшина, Ч. Ізмайлова та інших. П. Гуревич бачить базу цьому зв'язку в наявності асоціацій між кольорами як елементами певних життєвих ситуацій і психофізіологічними станами, які породжувалися цими ситуаціями. Сучасні психофізіологічні експерименти підтверджують факт зміни низки фізіологічних показників досліджуваного в залежності від того, на який колір він дивиться. Отже, за колірною асоціацією на стимул можливо судити про те, яка саме емоція у людини присутня.

Інтерпретація значень кольорів бралася нами з опорою на аналогічні значення з тесту Люшера (8КТЛ).

Враховуючи семантику колірних значень, зі станом страху у дітей повинен асоціюватися чорний або сірий колір. Подібні дані наводяться О. Бодальовим і В. Століним [31], В. Версобіним і В. Жідкіним [7]. У дослідженнях П. Яньшина [57] чорний колір асоціюється зі станом страху у 25% людей із загальної вибірки. У дослідженнях В. Петренко і В. Кучеренко відзначається характерне асоціювання страху з сірим.

Культурна функція практично взаємооднозначної співвіднесення емоції і кольору за даними І. Мірошник [25; 27], складається у дітей до чотирьох років. Саме в цьому віці у дітей складається те кольорове сприйняття, яке збігається з традиційною емоційною оцінкою кольору: так в 1-му класі (у сім-вісім років) 82% молодших школярів однозначно співвідносять колір і емоцію.

Отже, для дітей молодшого шкільного віку виявляється можливим на основі колірною асоціювання зробити висновок про те, якого роду емоційне переживання вони відчують.

Психометричний тест. Класичний Психометричний тест ґрунтується на виборі 5 фігур: квадрата, трикутника, прямокутника, кола і зигзага [5]. У нашому дослідженні до наявних п'яти фігур було додано ще одну «хмару», фігуру невизначеної форми, з хвилястим контуром.

На нашу думку, «хмара» може символізувати стан невизначеності, невідомості, деструкції, ненаправленої фрустрації. Вибір такої фігури за даними деяких досліджень негативно корелює з показником за ступенем соціальної адаптації.

Вибору кожної фігури з психометричного тесту відповідають певні психологічні характеристики, які, на наш погляд, можна співвіднести з психологічними характеристиками висунутого стимулу, зі ставленням до нього суб'єкта. Основа такого зв'язку, на нашу думку, може бути пояснена тим, що в психометричному тесті фігури насамперед характеризують такою властивістю як обриси (оскільки ні обсягу, ні колірною заповнення не мають).

Р. Арнхейм вказував, що обрис – це одна із суттєвих характеристик об'єкта, сприйняття якого пов'язано з діяльністю зорового аналізатора, логічного мислення і пам'яті [3]. Вплив пам'яті на сприйняття виявляється особливо сильним, коли досліджуваний має можливість спонтанного, не критичного вибору тієї інтерпретації, тієї асоціації, яка являлась характерною і актуальною для його стану розуму і психіки, що відзначає в своїй роботі Р. Грегорі [13].

Відомо, що більшість симетричних фігур сприймаються відповідно до законів гештальта як «правильні», «цілі», «незіпсовані», «не зламані». Дефект форми (асиметричність) когнітивно асоціюється із дефектом, збитком, психотравмою в певній ситуації, яка може бути задана експериментатором. Відповідно, у нашому експерименті як «дефектні», що

можуть передавати стан страху повинні були сприйматися дві: зигзаг – «зламана пряма» і «хмара» – деформоване коло.

Емпіричними методами дослідження була модифікована методика «Страхи в будинках» А. Захарова. Дана методика розроблена та апробована російськими фахівцями-психологами Олександром Івановичем Захаровим та Мариною Олександрівною Панфіловою. Мета: діагностика, виявлення та уточнення переважаючих видів страхів у дітей старше 3-х років. Застосування методики обумовлено потребою з'ясування всього спектра страхів, яким схильна дитина. Інструкція з проведення: Психолог малює контури двох будинків (на одному або двох листах): чорного і червоного кольору. Інструкція для дитини: «У чорному будиночку живуть страшні страхи, а у червоному – не страшні. Допоможи мені розселити страхи зі списку по будиночках». Психолог називає по черзі страхи. Записувати треба ті страхи, які дитина поселила у чорний будиночок. Розмову з досліджуваним фахівець проводить неквапливо та докладно, перераховуючи страхи по порядку та чекаючи лише відповіді «так» – «ні» або «боюся» – «не боюся». Особливості проведення тестування. Уникаючи мимовільного навіювання страхів частим повторенням питання страху страхів. При стереотипному запереченні всіх страхів просять давати розгорнуті відповіді на кшталт «не боюся темряви», а чи не «ні» чи «так». Психолог під час проведення тесту перебуває поруч із дитиною. Необхідно періодично підбадьорювати випробуваного та хвалити за те, що вона говорить усе як є, правду.

Після виконання завдання дитині пропонується закрити чорний будинок на замок (намалювати його), а ключ – викинути. Ця дія необхідна для того, щоб заспокоїти актуалізовані дитячі страхи.

## **2.2 Результати і аналіз дослідження**

Нами було проведено дослідження страхів в учнів початкової школи (з першого по четвертий клас). Вибірка складала 54 школярі (1 клас – 15 осіб; 2 клас – 13 осіб; 3 клас – 11 осіб; 4 клас – 15 осіб).

Для початку ми застосовували форму опитування для налагодження довірливої атмосфери і контакту із школярами, провівши бесіди та з'ясувавши деякі питання у формі ігор, які відповідають молодшому шкільному віку. В ході ігор та індивідуальних бесід дітям задавалися питання: «Чого ти боїшся більш за все в школі?», «Коли тобі буває страшно в школі?».

Далі нами було проведено методику оцінки сили переживання шкільних страхів дітей молодшого шкільного віку В. Петченко. У методиці оцінки ступеню проявів шкільних страхів дітьми молодшого шкільного віку використовувалася порядкова 4-бальна шкала, за якою оцінюється сила переживання дітьми стану страху (від 0 до 3 балів). У даній шкалі відмітка «0» означає повну відсутність вимірюваного явища або ж усвідомлення суб'єктом ступеня даного страху як «не страшно», «зовсім не боюсь».

Методика включає в себе перелік певних ситуацій, пов'язаних зі школою, спілкуванням із вчителями, участю у навчальну діяльність і навчальну взаємодію.

Всі ситуації, що використовує методика діляться на семантичні групи, і відносно повно відображають особливості взаємодії, різноманітні явища, предмети, об'єкти навчальної діяльності молодшого школяра.

У ході роботи за методикою дітям пропонувалося оцінити силу виникнення у них страху, визначити його «розмір». Учням 1-х класів пропонувалася образна шкала, що пов'язано, як обґрунтовується авторам, переважання у першокласника наочно-образного мислення, а також як один із можливих способів психологічного захисту: якщо дитина не може сказати стосовно того, який ступінь прояву страху у даній ситуації – то вона може показати на відповідний варіант.

В ході роботи дитині показували образну шкалу та зачитувався список ситуацій для оцінювання. Було надано таку інструкцію: «Я називатиму тобі різних людей, події, ситуації, які можуть відбуватися з тобою у школі, а ти говоритимеш або показуватимеш по картинці, наскільки ти боїшся цього. Маленьке коло покажуй, коли ти трохи, зовсім трішечки боїшся названого, середній кружечок – коли ти боїшся того, що я назву, і найбільший кружечок – коли ти відчуваєш сильний страх. Намагайся виявити розмір свого страху – який він: маленький, великий або середній. Якщо ти взагалі не боїшся названого, то скажи про це мені або покажи порожню клітиночку».

Вибір оцінювався в 0 балів, якщо дитина обирала категорію «зовсім не боюся» (порожня клітиночка); в 1 бал, якщо обирала категорію «трішки страшно» (середнє коло); 2 бали при виборі «страшно» і 3 бали, якщо дитина обирала «дуже боюся» (велике коло). За результатами тесту виявлялася загальна сума балів по класу по кожному із страхів. За індивідуальними даними дитини (сирим балам) можна виявити ступінь її невротизації за таблицею нормативних показників (див. Додаток 10) для визначення потреби у подальшій корекції.

Обробка результатів здійснювалася так: отримані сирі бали по кожному із пунктів опитувальника для всієї вибірки дітей були перекодовані у двійкову систему. Тобто стан страху у 0 та 1 бал приписували значення 0, так як така ситуація не являє загрози для учня; стан страху у 2 і 3 бали приписувалося значення 1, що вважалося, що завдання для досліджуваного представляється проблемним. Індекс проблемності (або важкості) для кожного завдання підраховувався так:

$$ІВ = \left( \frac{\text{сума балів по даному завданню}}{\text{загальна кількість пунктів у завданні}} \right) \times 100\%$$

Якщо ІВ в нормі складає 20-80%. Якщо він менший 20%, завдання є занадто легкими. Якщо більше 80% – занадто проблемні ситуації.

Наприклад, завдання категорії «Страхи ситуації початкової взаємодії» складають 24 пункти. Сума набраних балів складає 16. Отже, записуємо у формулу:

$$IV = (16:24) \times 100\% = 66,7\% \text{ тобто норма.}$$

Так само підраховуємо по всіх 4 категоріях методики оцінки сили переживання шкільних страхів дітей молодшого шкільного віку В. Петченко.

Отже, провівши дослідження страхів учнів початкової школи, ми отримали наступні результати дослідження за методикою оцінки сили переживання шкільних страхів дітей молодшого шкільного віку В. Петченко.

Виявилося, що впродовж молодшого шкільного віку середній сумарний показник сили переживання стану страху достовірно зменшується із року в рік.

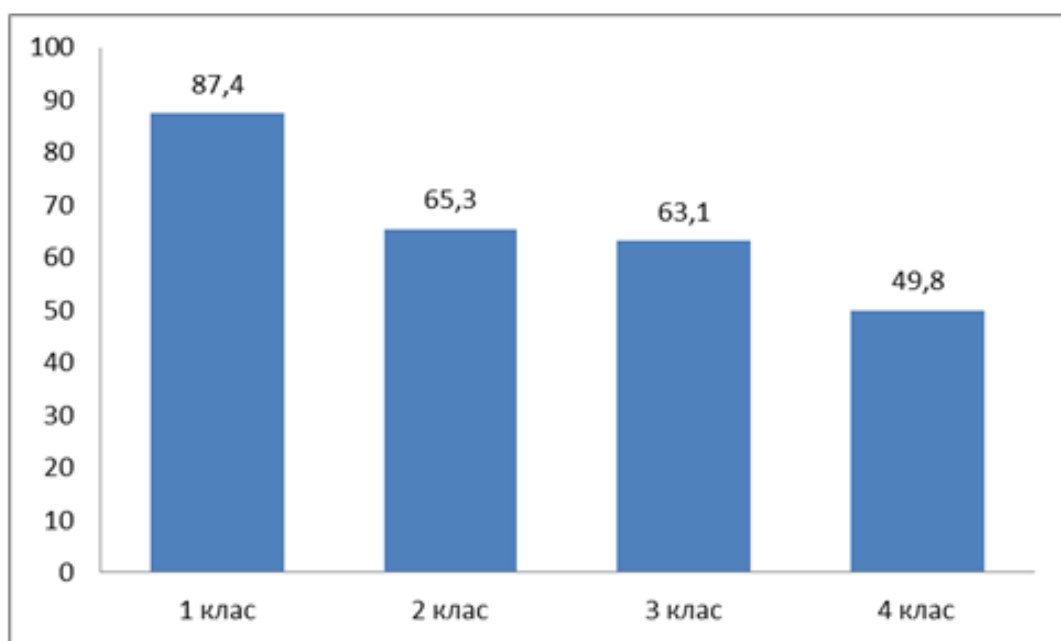


Рисунок 2. 1 – Динаміка середнього сумарного показнику сили переживання стану страхів по всій вибірці

Даний розрахунок ми провели за допомогою вищезазначеною формули беручи всі (74) пункти за 100% всіх завдань.

Отже, найбільш високий показник за силою переживання перепадає на перший клас, що насамперед пов'язано із становленням у першокласників внутрішньої позиції школяра, початком засвоєння навчальної діяльності.

Порівнюючи середні показники вибору страхів за вибіркою оцінюючі категорії від критерію «зовсім не боюся» (1 бал) до 3 балів – «дуже боюся» виявлялася загальна сума балів по класу за всіма групами страхів, за якими можна виявити ступінь невротизації дитини та визначення потреби у подальшій корекції. Ми обраховували цей показник, підраховуючи загальну суму балів, отриманих згідно із оцінкою вираженості стану страху і розділивши їх на 74, щоб отримати середнє арифметичне.

Для наочності представлення отриманих результатів, представимо їх на рис.2.2.

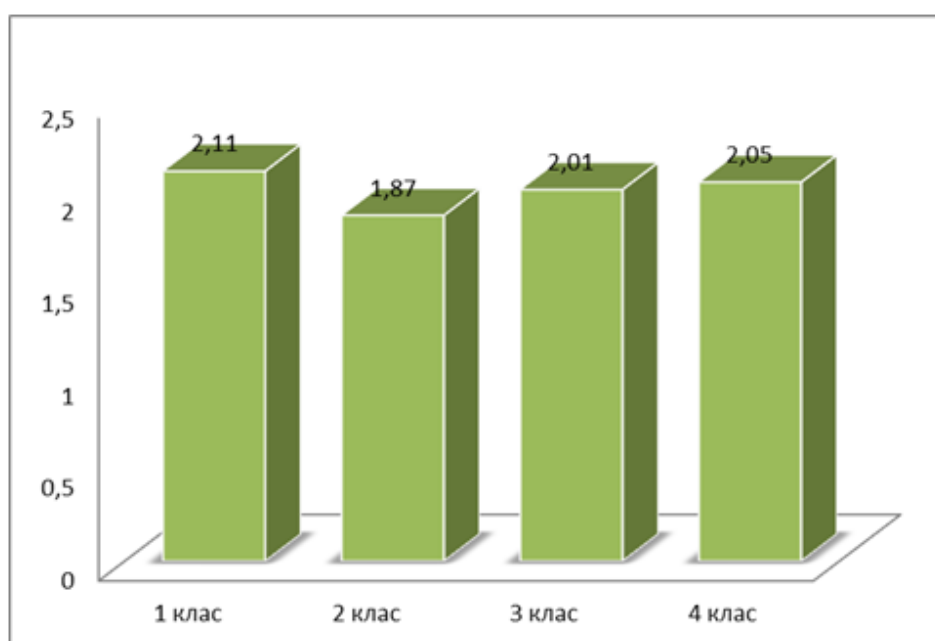


Рисунок 2. 2 – Порівняння середніх показників сили переживання стану страху у дітей

Бачимо, що найбільш виражений і високий коефіцієнт вираженості страху знову ж таки отримує 1 клас. Далі показники дещо падають, але не суттєво, вирівнюючись до 2 балів – тобто середньому рівню вираженості шкільних страхів.

Подібну ситуацію можна пояснити розвитком у дітей суб'єктивного диференційного ставлення до шкільних об'єктних страхів в рамках провідної діяльності. Ці страхи у дітей із плином часу у початковій школі стають адекватними щодо навчальної діяльності, яка із другого класу розгортається у повному обсязі.

Що стосується росту показника вираженості стану страху у третьому та четвертому класах у співвідношенні із другим, можливо можна пояснити тим, що саме у цьому віці збільшується референтність та авторитетність дорослого, значимість навчальної неуспішності, дитина починає сприймати себе у певній позиції – з позиції учня і оцінку своїй особистості будує вже на основі успішності або не успішності власної навчальної діяльності.

Найбільше середнє значення переживання стану страху припадає на 1 клас (2,11). Відповідно, 1 клас представляє для дитини емоційно стресову ситуацію, в початковій школі саме на даний вік перепадає максимум дитячих страхів і, відповідно, найбільша необхідність корекції.

Всі 74 ситуації методики оцінки сили переживання шкільних страхів дітей молодшого шкільного віку Петченко В.О. автор ділить на 4 категоріальні групи:

- 1) Змінні, пов'язані із часовими відносинами (частіше репрезентують групу біологічних страхів). Сюди входять такі твердження, як «не встигнути зробити домашнє завдання», «проспати школу», «запізнитися на урок», «захворіти і не ходити в школу» та ін.
- 2) Локуси, що пов'язані із просторовими характеристиками (частіше репрезентують групу біологічних страхів). Сюди, в основному, входять будівлі чи окремі приміщення, які запускають пусковий механізм стану страху. Це такі, як гардероб, кабінет лікаря, підвал, кабінет директора, туалет. А також декілька ситуацій: «стояти біля дошки», «підніматися вгору по східцям».
- 3) «Загальнонавчальні». Страхи щодо референтних особистостей – персон, з якими дитина стикається у школі (частіше репрезентують соціальних по формі і біологічних в основі страхів): «не зрозуміти пояснення вчителя», вчитель не зрозуміє тебе, вчитель питає «хто хоче відповісти?», «у клас зайшли старшокласники», «вчитель поставить погану оцінку», «вчитель буде сварити», «батьків викликають у школу».

- 4) «*Страх покарань*». Страхи ситуацій навчальної взаємодії (частіше репрезентують групу соціальних страхів): приймати участь у змаганнях, тобі зроблять зауваження, бути наказаним, попросять щоденник та ін.

На основі вищезазначеного бачимо, що перші дві групи категорій відносяться до факторів біологічного порядку, третя категорія – соціальні фактори («загальнонавчальні») в основі яких лежать біологічні природа і четверта група – страхи покарань.

Під час проведення дослідження за означеною методикою нами зроблено спробу виявити співвідношення даних категорій страхів відносно молодшого шкільного віку.

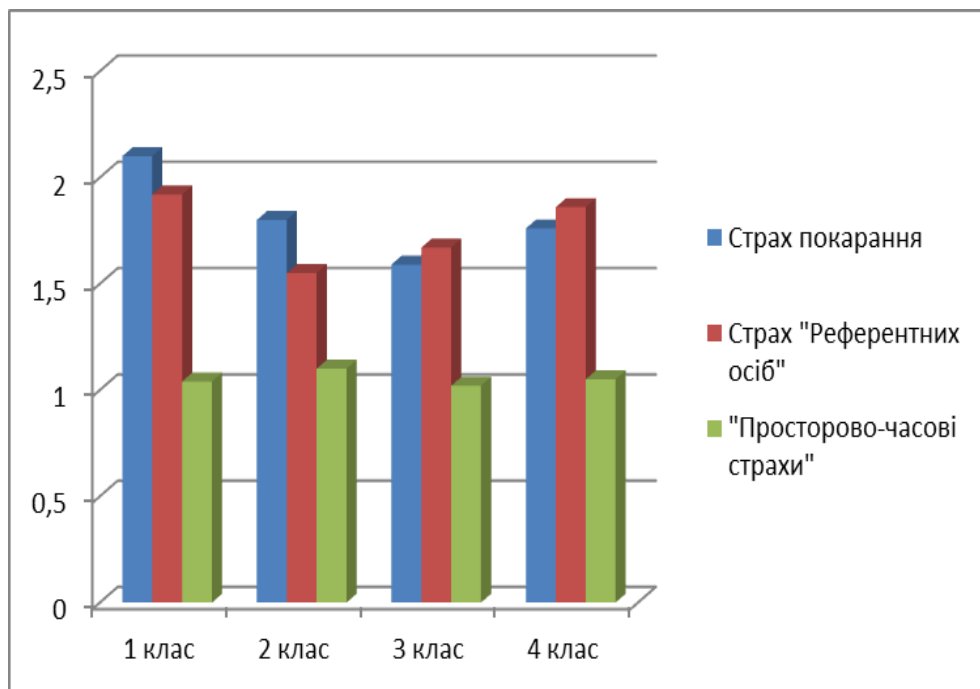


Рисунок 2. 3 – Середні показники по групам страхів у дітей молодшого шкільного віку

Цікавим є зміни співвідношення груп шкільних страхів виділених на основі 4 категорій.

Перша, яскраво виражена група представлена у всіх класах – це найбільш сильні страхи дітей – страхи покарання. Дані страхи стійкі впродовж всього часу навчання в початковій школі.

Друга група страхів може бути названа як «загальнонавчальні страхи». До цієї групи відносяться страхи референтних осіб школи (директор, завуч), ситуацій перевірки (не вистачить часу для виконання домашнього завдання, треба здавати іспити) і ряд біологічних страхів (зайти в чужий клас, кабінет лікаря), що відображає формування провідної діяльності молодшого школяра – навчання.

Третя група – це найменш сильні страхи в усі роки навчання у школі – «просторово-часові страхи»: бібліотеки, спортзалу, гардеробу, коридору та ін. Це одна із «вічних» груп страху, присутніх у людини впродовж усього життя. Проте така група завжди забарвлена конкретним наповненням, пов'язаним із провідною діяльністю, з віковими особливостями, тобто, відбувається приписування біологічних основ адекватного соціального об'єкта (змісту): страху підземелля, глибини, народження, – страх шкільного підвалу; страху дезорієнтації і подальшої загибелі – страх загубитися в школі; страху не прокинутися, померти, не бути там, де треба – страх проспати до школи.

Однак, дані групи страхів мають свою специфіку в кожному році навчання.

Так, найбільш сильні страхи першокласників: учитель поставить погану оцінку, ти не вивчив урок, забув виконати домашнє завдання – виявилися як додаткові, так як діти ще не отримують оцінок і їм не задають домашнє завдання. Ймовірно, дані страхи є нав'язаними – тобто відносяться до зони найближчого розвитку провідної діяльності. Трохи менш сильними, що розташовуються відразу після цих страхів є біологічні страхи покарання. Ймовірно, цей факт також свідчить на підтримку тези А.І. Захарова про те, що в молодшому шкільному віці відбувається переорієнтації зі страхів біологічних на страхи соціальні. Однак, цей перехід за нашими даними здійснюється лише до кінця молодшого шкільного віку і має плавний характер.

У другому класі найбільш сильні страхи виявлені у двох категоріях: «Референтні особи» (страхи: директора, кабінет директора, коли батьків викликають до школи) і «Покарання» (страхи: що вчитель поставить погану оцінку, ти не вивчив урок, забув виконати домашнє завдання). Отже, для другокласників взагалі найбільш гострим є інтегрований страх покарання з боку референтних осіб.

Страх покарання з боку референтних осіб продовжує бути найбільш значимим і для третьокласників.

Семантично найбільш сильні страхи учнів 4-го класу охоплюють дві категорії: «референтні особи» (страхи: директора, кабінет директора, коли батьків викликають до школи) і «покарання» на основі провини (страхи: учитель поставить погану оцінку, не вивчити урок, забути виконати домашнє завдання). Очевидно, що в 4 класі головним є страх покарання з боку референтних осіб, що супроводжується переживанням докорів совісті, почуттям невідповідності позиції школяра. Цікаво, що багато страхів об'єднані семантикою виникнення почуття провини: «не вивчив, забув, будуть лаяти». Ймовірно, це говорить про вже сформоване до 4 класу почутті обов'язку, про усвідомлення особистої відповідальності про домінування соціальних страхів над біологічними.

Цікаво, що група найбільш сильних страхів учнів другого, третього і четвертого класів являє собою сплав двох груп найсильніших страхів першокласників: страху покарання і страху референтних осіб. «Страх покарання» і «Страх референтних осіб» – це біологічні по суті страхи більш сильного, могутнього початку, страхи заподіяння болю, шкоди. Об'єднаний фактор «Страх покарання з боку референтних осіб» – це насамперед страх не відповідати уявленням про себе як про хорошого учня, страх бути не таким, страх не впоратися із роллю школяра. Погана оцінка несе загрозу не фізичному самозбереженню, а статусному, ролевому – погрожуючи можливим пониженням соціального статусу. У такому випадку негативне оцінювання з боку референтних осіб скоріше сприймається як початок

соціального падіння, як соціальна смерть. Отже, з другого класу соціальні страхи починають домінувати над біологічними.

При проведенні дослідження виділилася група страхів, які незмінно у всіх роках навчання викликають найбільш сильний страх це: «вчитель поставить погану оцінку», «ти не вивчив урок», «забув виконати домашнє завдання», причому в кожному році навчання саме в такій ієрархії. Очевидно, така ієрархія викликана специфікою навчання в початковій школі, що припускає обов'язкову перевірку якості засвоєння матеріалу домашньої роботи. Отже, всі три найбільш сильних страху представляють якесь причинно-наслідкову єдність: навчальна неуспішність неминуча, якщо вчитель поставить погану оцінку за невивчений урок і невиконане домашнє завдання.

Група найменш значущих страхів упродовж усього періоду навчання в початковій школі: зміни, канікул, спортзалу тощо, хоча, в третьому класі відзначається деяке збільшення даних страхів у порівнянні з другим класом, але нижче рівня першого класу.

Цікавим є аналіз колірної репрезентації стану страху, що проводився з другого класу. Впродовж другого, третього і четвертого класів чорний колір, що асоціюється зі станом страху, є найбільш частим за загальною вибіркою дітей. Низка локусів незмінно асоціюється із чорним: запізнитися на урок, кабінет директора, що вчитель поставить погану оцінку, ти не вивчив урок – група страхів реального покарання, найбільш сильних у всіх роках. Можливо, найбільш частий вибір чорного кольору визначений тим, що дані страхи блокують можливість боротися, проявляти активний опір. Зазначені вище страхи пов'язані з актуальною для дитини навчальної діяльності, неуспіх у таких ситуаціях найбільш гостро переживається дитиною. Отже, вся ситуація сприймається дитиною як безвихідна, неминуча, безальтернативна, тобто та, що несе повну семантику чорного кольору.

У третьому класі деякі страхи втрачають свою актуальність, наприклад, страх підвалу – діти в більшості вже не бояться його. Але виникає чимало

нових страхів, що асоціюються із чорним кольором: директора, що вчитель буде лаяти, забув виконати домашнє завдання, треба здавати іспити, коли батьків викликають до школи. Розширення асоціювання чорного з перерахованими вище страхами може говорити про те, що збільшилася їх актуальність (що підтверджується і на основі порівняння різниці середовищних).

Розгляд асоціювання стану страху з визначеною формою за психогеометричним тестом, так само розширює наше уявлення про шкільні страхи. Найчастіше стан страху асоціюється з формою «зигзаг», що відображає психотравматичність страху для дітей, його гостроту, сприйняття ситуацій, що викликають страх, як різко болючих, негативних, і небезпечних.

До групи страхів «зигзага» найчастіше входять такі змінні як: кабінет лікаря, попросять принести щоденник, що вчитель поставить погану оцінку, ти не вивчив урок, забув виконати домашнє завдання – тобто змінні, пов'язані із конкретним покаранням, найбільш гострі по силі переживання, і, очевидно, саме тому асоційовані частіше з гострими, різкими зубцями «зигзага».

Тільки в третьому класі кількість страхів, асоційованих з формою «хмара» більше, ніж кількість страхів, асоційованих із формою «зигзаг». Ймовірно, це пояснюється тим, що в третьому класі у дітей вже достатньо досвіду шкільного життя, подолання з різними ситуаціями спілкування і взаємодії та більшість страхів знижує свою інтенсивність із «зигзага» до «хмари».

Страхи найбільш часто асоційовані з формою «хмара»: запізнитися на урок, директора, бути покараним – належать до групи страхів покарання, але не конкретного, а розпливчастого, неявного, неочевидного, позадосвідне. «Бути покараним директором» – для учнів початкової школи подібний страх не відомий, діти не знають, що конкретно директор може зробити, як покарати? Багато дітей у цьому віці взагалі не знайомі з директором, не впізнають його при зустрічі, тобто страх директора міфологізований. Подібне

пояснення можна привести і до всіх інших страхів, асоційованих із неконкретним покаранням у учнів початкової школи.

Переважає в 4 класі асоціювання стану страху з формою «зигзаг» (як і в другому) в основному відбулося через зростання частки соціальних страхів, пов'язаних із почуттям особистої відповідальності.

Особливості статевих відмінностей у переживанні стану страху. Впродовж молодшого шкільного віку відмінності в середньому сумарному показнику сили переживання стану страху в хлопчиків і дівчаток в першому і в другому класі не досягають значного рівня відмінності, в третьому ж і в четвертому класі відмінності є. Отже, статеві відмінності (зокрема, в переживанні стану страху) збільшуються з віком, по мірі поглиблення освоєння статевої ролі, придбання та закріплення статево-рольових стереотипів (див. табл. 2.1).

Таблиця 2.1 – Середня сума балів по силі переживання стану страху у дітей молодшого шкільного віку

Стать дітей, рік навчання							
дівчатка				хлопці			
1 клас	2 клас	3 клас	4 клас	1 клас	2 клас	3 клас	4 клас
80,01	62,13	63,1	54,04	80,11	61,23	59,7	48,6

Презентуємо середні показники по силі переживання стану страху у дітей молодшого шкільного віку графічно:

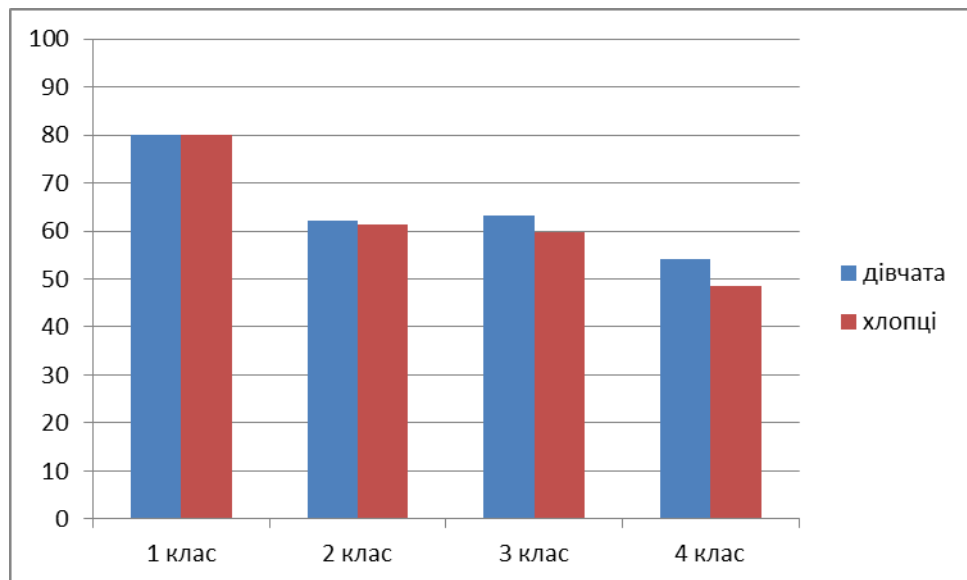


Рисунок 2. 4 – Показники по силі переживання стану страху у дітей молодшого шкільного віку графічно

Отже, стає очевидним, що з другого класу дівчатка сильніше, ніж хлопчики переживають стан страху (що підтверджує дані про більш емоційну чутливість (сензитивність) осіб жіночої статі).

Такий феномен, ймовірно, пояснюється низкою факторів, що діють у сукупності. Так, дівчатка більше, ніж хлопчики прагнуть бути соціально бажаними, соціально успішними, вони більш орієнтовані на відповідність вимогам референтної особистості – вчителів. Крім того, хлопчики зазвичай пізніше вчаться контролювати свою поведінку, вони більш активні і рухливі, і, зазвичай, зустрічаються з учительським придушенням активності, націленим на виконання режимних вимог. Важливий і той факт, що більшість вчителів початкової школи жінки, що уможливорює дівчаткам відчувати себе більш комфортно, мати зразок для наслідування і статево-рольової ідентифікації.

У другому класі на вибірці дівчаток прослідковується тенденція зменшення індивідуальних відмінностей у переживанні стану страху, на вибірці ж хлопчиків існує зворотна тенденція деякого збільшення індивідуальних відмінностей.

У третьому класі тенденції зворотні: у хлопчиків розходження в переживанні стану страху зменшуються, а у дівчаток збільшуються. У

четвертому класі у хлопчиків максимальна сила переживання стану страху трохи збільшується, у дівчаток зменшується.

Характеризуючи статеві особливості переживання шкільних страхів дітей молодшого шкільного віку, можливо зазначити, що впродовж усього періоду навчання в початковій школі у хлопчиків і дівчаток є загальні по силі переживання групи – це група страхів середньої сили переживання «Страхи можливої навчальної неуспішності» і група страхів мінімальної сили переживання – «Просторово-часові страхи». Але найсильніші шкільні страхи дівчаток і хлопчиків якісно досить сильно відрізняються. Так, провідний страх для хлопчиків в усі роки навчання в школі – це «Страх покарання», провідний страх для дівчаток – це «Страх невідповідності вимогам». Ймовірно, це положення пояснюється більшою орієнтацією дівчаток на сферу взаємин, референтної для них є особистість вчителя. Можливо також інше пояснення: покарання для хлопчика і невідповідність вимогам для дівчинки є для дітей свідченням їх навчальної, соціальної неуспішності. Тільки дівчата орієнтуються на норми і правила референтної особистості (або ж на свої власні, узгоджені з референтними внутрішні вимоги), а хлопчики на факт покарання як на підтвердження, результат неуспіху. Тобто дівчатка орієнтуються більше на внутрішній процес (відповідності – невідповідність), а хлопчики на зовнішній результат (покарання або не покарання). Можливо, це пов'язано з тим, що у дівчаток у цьому віці переважає вже інтернальний контроль, а у хлопчиків ще екстернальний.

В усі роки навчання в початковій школі страхи хлопчиків більш біологічні, дівчаток – соціальні. Такий факт може бути викликаний більш ранньою соціалізацією дівчаток, їх більшої спрямованістю на сферу відносин. Акцентованість хлопчиків на біологічних страхах, може пояснюватися їх більшою спрямованістю на виживання, нижчими в порівнянні з дівчатками порогами чутливості, більшою інтровертованістю емоцій.

При проведенні експерименту виділилися деякі страхи, які мають тенденції до зменшення у дівчаток і хлопчиків.

Тенденцію до збільшення у хлопчиків має страх «коли батьків викликають до школи» (1,47-1,7-1,9-2,1 середні бали відповідно в кожному класі). У дівчаток страхів, які стрімко збільшуються, немає, хоча страх «потрібно скласти іспити» збільшується до 3 класу включно (середні бали по класах: 1,53-1,57-1,91 -1,75).

Більшість страхів і у дівчаток і у хлопчиків мають тенденцію до зменшення. Тенденції у дітей загальні, але є і відмінності. Так, у хлопчиків більша кількість страхів має тенденцію до зменшення, що очевидно пов'язано з меншою схильністю хлопчиків до страхів загалом.

Розглянемо тенденцію до зменшення страхів у дівчаток і хлопчиків:

Таблиця 2.2 –Страхи, що мають тенденцію до зменшення сили переживання під час навчання

°д	сила-переживання-даного-страху-хлопців	°д	°д	°д	сила-переживання-даного-страху-дівчат	°д	°д
1-клас	2-клас	3-клас	4-клас	1-клас	2-клас	3-клас	4-клас
°д	д	д	Зайти-у-чужий-клас		д	д	°д
1,67д	1,16д	0,9д	0,4д	1,4д	0,95д	0,8д	0,6д
°д	д	д	забути-щось-потрібне-вдома			д	°д
1,65д	1,3д	0,98д	0,5д	1,7д	1,4д	0,9д	0,7д
°д	д	д	Захворіти-та-не-ходити-до-школи				°д
1,83д	1,03д	0,9д	0,6д	1,79д	1,19д	0,95д	0,33д
°д	д	д	Старшокласників		д	д	°д
1,84д	1,09д	1,04д	0,6д	1,79д	1,29д	1д	0,83д
°д	д	д	запізнитися-на-уроці			д	°д
1,72д	1,49д	1,46д	1,1д	2,06д	1,55д	1,54д	0,83д
°д	д	д	загубитися-у-школі		д	д	°д
1,71д	1,14д	0,98д	0,63д	1,96д	1,31д	1,29д	0,54д
Що-тобі-зроблять-зауваження				д	Що-вчитель-буде-сварити		
1,68д	1,4д	1,3д	1д	1,91д	1,57д	1,37д	1,29д
Потрібно-сдавати-іспити			д	°д	д	д	°д
1,61д	1,6д	1,5д	1,3д	д	д	д	°д
страх-підвалу		д	д	°д	д	д	°д
1,79д	1,24д	0,96д	0,7д	д	д	д	°д
що-вчитель-поставить-погану-оцінку				°д	д	д	°д
2,1д	1,98д	1,9д	1,5д	°д	°д	°д	°д

Тенденція до зменшення саме таких страхів очевидно пояснюється адаптацією дітей до школи (все менш страшно заходити в чужий клас, зменшуються побоювання загубитися в школі – її територія вже освоєна), до ситуацій навчальної взаємодії (запізнившись на урок, можна вибачитися і зайти в клас; забувши що-небудь дома, можна це запитати в однокласників або принести пізніше, не відвідуючи школу деякий час через хворобу – наздогнати пропущений матеріал), а також може бути пов'язана з поступовим дорослішанням дітей (зменшення «страху старшокласників» відбувається через наближення до підліткового віку).

При порівнянні колірної репрезентації стану страху можна констатувати, що в усі роки навчання в початковій школі як найбільш частотний вибір є чорний колір дівчаток. У другому класі це коричневий

колір, в третьому класі у дівчаток представлена вся гама кольорів по Люшеру, за винятком сірого. Подібне багатство колірної гами можна пояснити більш вираженою емоційністю дівчаток.

При розгляді репрезентації форми стану страху з'ясувалося, що як у хлопчиків, так і у дівчаток у 2 і 4 класах при асоціюванні зі станом страху домінує форма «зигзаг», а в третьому – класі форма «хмара».

Страхи, ототожнюються у хлопчиків із «зигзагом» – це найбільш сильні страхи, які можна об'єднати в групу «страхи покарання». У дівчаток «зигзаг» – це страхи, пов'язані з навчальною неуспішністю, що знову ж демонструє гостроту біологічних складових для хлопчиків та соціальної для дівчаток.

Страхи, що ототожнюються із формою «хмари», у хлопчиків включають у собі переважно страхи референтних осіб. Очевидно, референтні особи шкільного життя породжують розмиті, розпливчасті, неявні страхи дітей, тому що реальних караючих впливів не роблять, але містять загальну потенційну загрозу.

У дівчаток страхи, асоційовані з формою «хмари», включають у собі різні ситуації соціальної неуспішності, пов'язані з оцінкою поведінки та діяльності. У дівчаток при асоціюванні стану страху можна виділити також форми, які у хлопчиків відсутні: у другому класі трикутник і коло, і в третьому класі трикутник і квадрат, що, можливо, пов'язано з більшою емоційністю дівчаток взагалі.

Така ситуація може свідчити про пріоритет для дівчаток соціальної сфери, а для хлопчиків – біологічної, що може бути пояснено більш раннім соціальним дозріванням дівчаток або ж тим, що для осіб чоловічої статі загалом характерна деяка перевага переважання біологічних страхів (болю, покарання та ін.).

Перепад, різниця між біологічною і соціальною складовою більш яскраво проявляється у хлопчиків, водночас у дівчаток відбувається більш різке підвищення соціальної складової з віком.

Цікаво, що хлопчики і дівчатка під час навчання мають досить сильні відмінності в базових страхах. Уже з першого класу страхи дівчаток мають більший соціальний відтінок: «Страх невідповідності вимогам» і «Страх покарання з боку референтних осіб» презентують практично чисто соціальну складову.

У більшості страхів хлопчиків переважає біологічна складова: шкільний простір, часова регуляція, контроль, оцінка, покарання, самотність. Акцентуованість хлопчиків на біологічній складовій проявляється і в тому, що впродовж трьох років навчання у них виділяється чисто біологічний фактор – «Страх самотності. Потреба в безпеці. Страх покарання».

На відміну від хлопчиків, у дівчаток відсутня категорія «Просторово-часовий страх». У першому і в другому класах для дівчаток більш актуальними є страхи, пов'язані з адаптацією в просторі, що відображається в самотійному факторі «Страх інших приміщень», а в 3 класі для дівчаток більш актуальний «Страх дезорієнтації у часі».

Акцентуованість хлопчиків на біологічній складовій також прослідковується і в тому, що в першому і третьому класах у хлопчиків виділяється в самотійний фактор «Страх покарання». У другому класі як самотійний, такий страх відсутній.

У дівчаток від першого по третій клас можна виділити два основних страхи – «Страх невідповідності вимогам» і «Страх змін».

«Страх невідповідності вимогам» є для дівчаток одним із провідних, підкреслюючи їх акцентуованість на освоєнні нової соціальної ролі учениці.

«Страх змін», залишаючись самотійним і незмінним упродовж усього навчання в початковій школі, вказуючи на важливість збереження гомеостазу навколишнього середовища для дівчаток, на складання у них певних шкільних «звичок», стереотипів поведінки і сприйняття, страх у разі їх недотримання.

Отже, хлопчики бояться того, що реально може приносити біль, неприємні наслідки, позначитися на результативності їх діяльності. Дівчатка

ж більше бояться змін думки про себе, змін у сфері відносин або ж змін звичного стереотипу (гомеостазу). Виходить, що, страхи хлопчиків загалом знаходяться у площині отримання «не того» результату в навчальній діяльності, страхи ж дівчаток – у сфері отримання «не того» процесу навчальної взаємодії.

Емпіричними методами дослідження були модифіковані методика «Страхи» А. Захарова, вивчення продуктів діяльності (вивчення малюнків школярів на тему «Намалюй страшне» А. Захарова).

Аналіз одержаних результатів за модифікованою методикою «Страхи» А. Захарова дозволив ранжувати групи об'єктів страху у хлопчиків 7-10 років:

Першу групу становлять ті страхи, які зустрічаються найчастіше – страх фізичної шкоди (вогню, пожеж, війни, транспорту, аварій, кінця світу, грози) – 52,9 %; друга – страх смерті як батьків, так і власної (44,5%); третя – шкільні страхи, страх поганих оцінок, вчителів, запізнення до школи (38,3 %); четверта група розподілена між страхом тварин (щур, собак, змії, павуків тощо.) і просторовим страхом, тобто. страхом висоти, води, тиші (34,5%); п'ята – соціальні страхи, саме самотність, покарання, батьків тощо. (32,3%); шоста – у 26,7% учнів проявляється страх невідомого та містичного: темряви, кошмарних снів, страшних фільмів; сьома група була пов'язана зі страхом перед казковими персонажами, приведеннями та монстрами (13,3%) та найменша восьма група 6,7% – медичні страхи (захворіти на невиліковну хворобу).

Отже, у хлопчиків 7-10 переважають такі об'єкти почуття страху як: страх фізичного збитку та катастроф, страх смерті батьків і своєї, шкільні страхи, просторові страхи та страх тварин, рідше зустрічаються у відповідях дітей страх приведенень, монстрів та невиліковних захворювань.

Крім того, було виявлено значні відмінності в об'єктах страхів у хлопчиків молодшого шкільного віку за критерієм Фішера.

Порівняльний аналіз отриманих даних свідчить про те, що наступні групи об'єктів почуття страху у респондентів молодшого шкільного віку мають значні відмінності за критерієм Фішера: між показниками страху фізичної шкоди (транспорт, вогонь, стихії, війни) та медичних страхів (біль, уколи, лікарі, кров і т.д.)  $\varphi^* = 4,574$   $p < 0,01$ ; між показниками страху смерті (своєї та рідних) та медичних (біль, уколи, лікарі, кров тощо)  $\varphi^* = 3,799$   $p < 0,01$ ; між показниками шкільних страхів (погані оцінки, запізнення до школи, вчителя тощо) та медичних (біль, уколи, лікарі, кров тощо)  $\varphi^* = 3,273$   $p < 0,01$ ; між показниками страху тварин, просторових (висота, вода, замкнутий простір, тиша) та медичних (біль, уколи, лікарі, кров тощо)  $\varphi^* = 3,013$   $p < 0,01$ ; між показниками соціальних страхів (люди, самотність, покарання, виступи тощо) та медичних (біль, уколи, лікарі, кров тощо)  $\varphi^* = 2,459$   $p < 0,01$ ; між показниками страху темряви, кошмарних снів, страшних фільмів та медичних (біль, уколи, лікарі, кров тощо)  $\varphi^* = 2,177$   $p < 0,01$ ; між показниками страху смерті (своєї та рідних) та страху казкових персонажів, привидів ( $\varphi^* = 2,936$   $p < 0,01$ ); між показниками страху тварин, просторових страхів (висота, вода, замкнутий простір, тиша) та страху казкових персонажів, привидів ( $\varphi^* = 2,15$   $p < 0,01$ ); між показниками шкільних страхів (погані оцінки, запізнення до школи, вчителі тощо) та страху казкових персонажів, привидів ( $\varphi^* = 2,409$   $p < 0,01$ ); між показниками страху темряви, кошмарних снів, страшних фільмів та страху казкових персонажів, привидів ( $\varphi^* = 2,15$   $p < 0,01$ ).

Діагностичний зріз особливостей об'єктів почуття страху виявив у дівчаток молодшого шкільного віку шість груп страху та дозволив проранжувати їх.

Перша група одночасно проявляється у страху фізичної шкоди (транспорт, вогонь, пожежі, стихії, кінця світу) та страху темряви, кошмарних снів, страшних фільмів – 50%; друга група – страх перед тваринами (46,7%); третя група – 26,7% просторові страхи (висота, вода);

четверта група – 23,3% страхів смерті (своєї та батьків); п'ята - 13,3% соціальні страхи (люди, самотність і т.д.);

Таким чином, у дівчаток молодшого шкільного віку переважають страх фізичної шкоди (транспорт, вогонь, пожежі, стихії, кінця світу), страху темряви, кошмарних снів, страшних фільмів, страх перед тваринами над медичними (невиліковні хвороби тощо) та шкільними страхами (вчителів тощо).

Нами також було виявлено статистично значущі розбіжності у об'єктах страхів дівчат молодшого шкільного віку за критерієм Фішера.

Кількісний аналіз отриманих даних свідчить у тому, що у кількох групах об'єктів почуття страху виявлено статистично значущі відмінності за критерієм Фішера: між показниками страху фізичного збитку (транспорт, вогонь, стихії, війни, несподівані звуки); страху темряви, кошмарних снів, страшних фільмів та просторових страхів (висота, вода, замкнутий простір, тиша)  $\varphi^* = 1,878$   $p < 0,01$ ; між показниками страху фізичних збитків (транспорт, вогонь, стихії, війни, несподівані звуки); темряви, кошмарних снів, страшних фільмів та страху смерті (своєї та рідних)  $\varphi^* = 2,184$   $p < 0,01$ ; між показниками страху фізичних збитків (транспорт, вогонь, стихії, війни); темряви, кошмарних снів, страшних фільмів та соціальних страхів (люди, самотність, покарання, виступи тощо)  $\varphi^* = 4,055$   $p < 0,01$ ; між показниками страху тварин та страху смерті (своєї та рідних)  $\varphi^* = 1,929$   $p < 0,01$ ; між показниками страху тварин та соціальних страхів (люди, самотність, покарання, виступи тощо)  $\varphi^* = 2,936$   $p < 0,01$ ; між показниками страху тварин та медичних страхів (біль, уколи, лікарі, кров тощо), шкільних страхів (вчителів, поганих оцінок, запізнитися до школи)  $\varphi^* = 3,799$   $p < 0,01$ ; між показниками просторових страхів (висота, вода, замкнутий простір, тиша) та медичних (біль, уколи, лікарі, кров тощо), шкільних страхів (вчителів, поганих оцінок, запізнитися до школи)  $\varphi^* = 2,177$   $p < 0,01$ ; між показниками страх смерті (своєї та рідних) та єдицинських (біль, уколи, лікарі, кров тощо),

шкільних страхів (вчителів, поганих оцінок, запізнитися до школи)  $\varphi^* = 1,871$   $p < 0,01$ .

Нами виявлено також особливості об'єктів почуття страху у молодшому шкільному віці залежно від статевих відмінностей.

Розподіл досліджуваних 7-10 років за групами залежно від об'єктів страху та статі

Таблиця 2.3 – Результати за методикою «Страхи» А. Захарова

Об'єкти страхів	хлопчики	дівчата
страх фізичної шкоди	52,9 %;	50%;
страх смерті	44,5%	23,3%
шкільні страхи	38,3 %	6,7%
страхи тварин	34,5%	46,7%
просторові страхи	34,5%	26,7%
соціальні страхи	32,3%	13,3%
страх невідомого та містичного	26,7%	50%;
страх перед казковими персонажами	13,3	2 %
медичні страхи	6,7%	6,7%

Порівняльний аналіз отриманих даних дозволив виявити розбіжності у показниках об'єктів страху між хлопчиками та дівчатками 7-10 років. У хлопчиків переважають шкільні страхи (на 33,3%), над цим страхом у дівчаток; страх темряви, кошмарних снів, страшних фільмів було виражено більше у дівчаток (на 23,4%), ніж у хлопчиків; страх смерті (батьків та своєї) зустрічається частіше у хлопчиків (на 23,4%), ніж у дівчаток; соціальні страхи у хлопчиків були вищими на 17,7%, ніж у дівчаток; страх казкових персонажів, наведень має місце лише у 13,3% хлопчиків; просторові страхи превалюють у 10% хлопчиків над об'єктами цього страху дівчат; страх фізичної шкоди вищий у хлопчиків, ніж у дівчаток на 6,7%; медичні страхи (захворіти на невиліковні хвороби) спостерігаються як у 6,7% хлопчиків і дівчаток молодшого шкільного віку.

Відмінності за критерієм Фішера у хлопчиків та дівчаток 7-10 років між показниками груп почуття страху.

Статистично значущі відмінності були виявлені між хлопчиками та дівчатками молодшого шкільного віку у показниках страху темряви, кошмарних снів, страшних фільмів ( $\varphi^* = 1,878$   $p < 0,01$ ); страху смерті (своєї та батьків)  $\varphi^* = 1,929$   $p < 0,01$ ; шкільних страхів (вчителів, поганих оцінок, запізнитись до школи)  $\varphi^* = 3,273$   $p < 0,01$ .

Якісний аналіз даних дозволив виявити такі особливості об'єктів страху у молодших школярів.

Загальні особливості в тому, що об'єктами страху для молодших школярів незалежно від статевого диморфізму виступають медичні страхи (захворіти на невиліковну хворобу), страхи фізичної шкоди, зокрема кінця світу, вогню, пожеж, війни, аварій, грози.

Специфічні особливості виражені в домінуючих об'єктах страху залежно від статевого диморфізму: у хлопчиків переважають шкільні страхи (погані оцінки, вчителі, запізнитися до школи), страх смерті (батьків і своєї), соціальні страхи (залишитися одному вдома, хуліганів, коли стежать за мною, батьків), страх казкових персонажів та приведень, просторові страхи ; у дівчаток переважає страх темряви, кошмарних снів, страшних фільмів та група об'єктів страху тварин.

Результати дослідження страхів у дітей за допомогою малювання страхів Усю сукупність отриманих нами образних відображень дитячих страхів (70 малюнків) вдалося розподілити так.

Хлопчиків молодшого шкільного віку розподілили на сім груп зображених страхів.

Перша група – страх фізичної шкоди (30%), тобто. відтворюють образи пожеж, кінця світу, виверження вулканів.

Друга група – страх темряви, страшних фільмів (23,3%), діти зображали чудовиськ, «нанокровуваго», тунель страхів, страшилки, вампірів із фільму «Дракула», зомбі із «Повстання мерців», НЛО із «Війни світів».

Третя група – страх казкових персонажів, приведень (20%), у малюнках створюються образи чудовиськ, чортів, домових, драконів, лякаючих приведень.

Четверта група включає одночасно 3 об'єкти: страх тварин (10%), випробувані малюють образи змій, собак, мишей; страх смерті, коли хлопчики створюють образ смерті з косою в кривавій калюжі; медичні страхи виявляються у страху наркотиків, куріння та уколів.

П'ята група – соціальні страхи (6,7%), піддослідні малюють маніяків, незнайомих, самотність.

Порівняльний аналіз отриманих даних свідчить про те, що наступні групи об'єктів почуття страху мають значні відмінності за критерієм Фішера: між показниками страху фізичних збитків та медичних страхів ( $\varphi^* = 1,995$   $p < 0,01$ ); між показниками страху смерті (своєї та рідних) та страху фізичної шкоди ( $\varphi^* = 1,995$   $p < 0,01$ ); між показниками страху фізичної шкоди та страху тварин, ( $\varphi^* = 1,995$   $p < 0,01$ ); між показниками соціальних страхів та страху фізичної шкоди ( $\varphi^* = 2,495$   $p < 0,01$ ).

Таким чином, у хлопчиків 7-10 років у малюнках переважають показники об'єктів страху фізичної шкоди, темряви, страшних фільмів, казкових персонажів, наведень над показниками страх тварин, страх смерті, медичних та соціальних страхів. Шкільні страхи відсутні на роботах хлопчиків 7-10 років.

У дівчаток молодшого шкільного віку можна назвати шість груп почуття страху.

Перша група – страх тварин в образах павуків, бджіл, гусениць, мишей, щурів, злих собак (46,7%).

Друга група – страх темряви страшних фільмів (36,7%), піддослідні зображають інопланетян, монстрів, підвішені скелети у підвалі, маніяків – убивць із серіалу «Закрита школа».

Третя група – страх фізичної шкоди (23,3%), зображаються метеорити, вулкани, що вивергаються, кінець світу, пожежі, повені, гроза.

Четверта група – соціальні страхи (10%), створюються образи самотньої людини у безликому натовпі, п'яного чоловіка з ножом.

П'ята група – страх казкових персонажів, наведений зображається респонденти з чорними очима на білому тлі; страх смерті виявляється у образах смерті з косою, сувоєм і скелетами; медичні страхи, що відображаються в образах лікарів та уколів (6,7%).

Шоста група – просторові страхи (3,3%).

Кількісний аналіз отриманих даних свідчить у тому, що у кількох групах об'єктів почуття страху у піддослідних 7 – 10 років виявлено статистично значущі відмінності за критерієм Фішера: між показниками страху тварин і страху смерті, казкових персонажів та приведень, медичних страхів ( $\varphi^* = 3,799$   $p < 0,01$ ); між показниками страху фізичної шкоди та страху смерті, казкових персонажів, приведень та медичних страхів ( $\varphi^* = 1,871$   $p < 0,01$ ); між показниками страху фізичної шкоди та просторових страхів ( $\varphi^* = 2,486$   $p < 0,01$ ); між показниками страху тварин та страху фізичної шкоди ( $\varphi^* = 1,929$   $p < 0,01$ ); між показниками страху темряви, страшних фільмів та соціальних страхів ( $\varphi^* = 2,548$   $p < 0,01$ ); між показниками страху темряви, страшних фільмів та просторових страхів ( $\varphi^* = 3,929$   $p < 0,01$ );

Отже, у роботах дівчат молодшого шкільного віку переважають показники об'єктів страху тварин, темряви, страшних фільмів, фізичних збитків, соціальних страхів над показниками страху казкових персонажів, приведень, смерті, медичними та просторовими страхами.

Порівняльний аналіз отриманих даних свідчить про те, що у молодших школярів перше місце за частотою виникнення займають об'єкти почуття страху темряви, страшних фільмів (30%); друге місце – страх тварин (28,3%); третє – страх фізичної шкоди (26,7%); четверте місце – страх казкових персонажів, наведень (13,3%); п'яте місце – соціальні, медичні страхи, страх смерті (8,3%); шосте – просторові страхи (1,7%).

Результати дослідження за всіма методиками дозволили зробити такі висновки:

У молодших школярів домінують у відповідях об'єкти страху фізичних збитків (вогню, пожеж, транспорту, війни, аварій, кінця світу, грози), тварин (змій, щурів, собак, тарганів тощо), темряви, кошмарних снів, страшних фільмів, страху смерті батьків і своєї, просторових та шкільних страхів (вчителів, поганих оцінок, запізнення до школи).

Нами виявлено розбіжності у змісті страхів, обумовлені соціально-економічними та соціо-культурними змінами в нашому суспільстві за останні десятиліття (витіснення жахливих образів дитячої субкультури та вітчизняного фольклору, таких як Пікова Дама, «чорна рука», чорти та ін. сучасними негативними персонажами теле-відеосюжетів, комп'ютерних ігор-страшилок – Мумія, «Чужі», Фредді Крюгер, Джокер, Віднем, Зелений Гоблін та інших голлівудських антигероїв); провідний страх «бути не тим» (по Захарову) поступається страху смерті та тварин у сьогоденні молодших школярів та ін.).

Також виявлено певну розбіжність між образно-представленими та словесно-вираженими страхами молодших школярів (у образному уявленні домінує танатичний страх, у вербальному вираженні – страх темряви та тварин).

### **2.3 Програма профілактики та корекції страхів дітей молодшого шкільного віку**

У сучасній психології та психотерапії виділяють кілька методів корекції емоційних станів, і, зокрема, стану страху:

1. Реагування на поточну напругу (через малюнки, гру, танець). Найчастіше така техніка застосовується в психоаналізі, гештальт терапії, різних напрямках гуманістичної психотерапії: арт-терапії, данс-терапії.

Ефективність даних методів наголошується в роботах В. М'ясищева, В. Петруньок, М. Осорина, Р. Калініної.

2. Вироблення конструктивних способів поведінки у важких, ситуаціях, оволодіння прийомами, що дозволяють впоратися з зайвим хвилюванням, страхами як одна з найбільш ефективних відзначає М. Буянова, А. Захаровим, К. Волковим. До цієї групи корекційних методів входять різні техніки саморегуляції, ауто-тренінгів, біхевіористичні і необіхевіористичні техніки навчання певним стійким видам поведінки.

3. До третьої групи можливо включити корекційні вправи, спрямовані на усвідомлення причин і джерел виникнення стану, оволодіння контролем ситуації або власне стану. Приклади використання такого виду корекції наводяться у низці робіт представників таких психологічних течій як психоаналіз, гештальт, транзактний аналіз і гуманістична психотерапія.

4. Четверта група методів спрямована на зміцнення впевненості в собі, розвиток особистості. Це опосередкований спосіб корекції емоційної сфери, однак, на думку А. Прихожан обов'язковий для досягнення стійких позитивних результатів психотерапії емоційних станів у комплексі з іншими методами.

Корекцію стану страху дітей найбільш повно з вітчизняних дослідників описано А. Захаровим, М. Буянова, А. Лічко, Т. Яценко [17; 18, 19; 54; 59; 60], із зарубіжних: М. Вільсон, К. Телзроу, М. Фіш, Т. Хуберт та іншими [65; 66; 68].

Важливість роботи з сім'єю, з батьками дитини в психотерапії дитячих страхів зазначали А. Захаров [17; 18], В. Якунін [55; 56], Г. Коритова [31]. Дана робота повинна проводитися в двох напрямках. По-перше, це усвідомлення батьками своїх власних страхів, стилю батьківського ставлення до дитини, своїх життєвих сценаріїв, тобто індивідуальна психотерапевтична, психокорекційна робота. По-друге, це створення умов для сприятливого розвитку дитини, розуміння і прийняття його, участь в психокорекції.

Ефективність використання для корекції стану страху в дітей рольових і сюжетних ігор, малювання з подальшим аналізом намальованого, оповідань-обговорювання різних страшних речей і подій із зняттям психічної напруги відзначали М. Фіш і Т. Хуберт.

Малювання страхів може бути запропоновано в різних формах: тематичне малювання, робота по малюнку, малювання себе сміливим. Вважається, що графічне зображення страху не призводить до його посилення, а навпаки, знижує напругу від тривожного очікування його реалізації. У малюнках страх вже багато в чому реалізований, як щось, що вже сталося; залишається менше, неясного, невизначеного. Разом все це знімає афективно-травмуючий ефект страху в психіці дитини.

І. Воропаєва [10] зазначає, що корекція емоційних станів дітей ефективніше проходить у формі художньо-ігрової діяльності з використанням творів дитячого фольклору. Цей вид діяльності дозволяє забезпечити високий рівень мотивації в процесі корекції і широкі можливості цілеспрямованого формування різних форм психічної активності. Поряд із зазначеними формами корекції емоційних станів також ефективні: імпровізації, порівняння і зіставлення, колірні композиції і кольорове моделювання, метод виділення (парадоксального зіставлення), а також допоміжні засоби корекції, розвиваючі сенсорику дитини, що закріплює його зв'язок зі світом: малювання, музика.

Отже, при психологічній корекції стану страху необхідно проводити роботу на декількох рівнях: робота зі зміни навколишнього середовища, робота зі значимими близькими, індивідуальна або групова психокорекційна робота. Для досягнення найбільшої ефективності ця робота повинна здійснюватися комплексно і послідовно.

Програма зниження страхів дітей молодшого шкільного віку: особливості організації та етапи проведення. Дана програма є комплексною, спрямована на корекцію об'єктних страхів в учнів початкової школи. Програма включає чотири блоки: робота з батьками, адміністрацією,

педагогами і безпосередньо з дітьми. Всі напрями роботи мають здійснюватися паралельно, на основі наступності змісту роботи та єдності мети-корекції шкільних об'єктних страхів та фобій.

Програма містить тезовий виклад кожного заняття по всіх 4 блоках. Робота по кожному блоку проходить у визначеній послідовності.

**Мета:** психопрофілактика та психокорекція страхів дітей молодшого шкільного віку.

**Завдання:**

1. Психопрофілактика:

- створення в родині та школі умов, що сприяють особистісному та інтелектуальному розвитку дитини;
- створення в школі оптимально зручного режиму навчання і виховання дітей;
- надання вчителем грамотної психологічної допомоги дитині в процесі навчання і виховання її в класному колективі;
- створення режиму наступності в системі школа–родина з виховання та навчання дитини;
- підвищення психологічної грамотності адміністрації, педагогів та батьків.

2. Психокорекція:

- корекція шкільних об'єктних страхів дітей;
- підвищення впевненості дітей у собі;
- розвиток компенсаторних можливостей дітей;
- корекція батьківсько-дитячих відносин у родині.

Робота з адміністрацією школи:

Робота з адміністрацією школи, спрямована на створення режиму, найбільш сприятливого для розвитку, навчання і виховання дітей: зручний початок уроків, довші зміни, аналіз розкладу для недопущення перевантажень дітей, інформування батьків та дітей про роботу адміністрації

в доступній формі, особисте знайомство. Усього проводиться 4 заняття по 50-60 хвилин кожне, 1 заняття на тиждень.

Робота з батьками повинна будуватися також із ознайомленні зі своєю роботою і особистістю та проходити у формі круглого столу

Робота з вчителями

Робота з вчителями-класними керівниками передбачає психологічне просвітництво у формі семінарів із застосуванням елементів тренінгу. Всього проводиться 5 занять, по 50-60 хвилин, 1 заняття на тиждень.

Робота з дітьми.

Принципи ігрової терапії:

1. Занурення у гру. Сприйняття її світу як реальності в даний момент, створення певного ігрового простору і часу подій, використання ігрової символіки (масок, ляльок та іншого ігрового реквізиту), безпосередня участь усіх дітей і дорослих у грі в призначених ролях або у вигляді емоційного реагування (залученою в ігрову дію) аудиторії.

2. Рівність ігрових відносин. Означає відсутність протиставлень позицій дорослих і дітей, прийняття почуттів і переживань останніх, надання їм права вибирати теми для ігор, розподіляти ролі, в тому числі ролі дорослих. Керує грою той, хто пропонує для неї теми і ролі, але і він бере участь у грі нарівні з усіма.

3. Спонтанність та імпровізація в грі. Передбачає динамізм ігор, емоційність і безпосередність, вільне вираження почуттів, новизну подій, відсутність репетицій, завчених реплік і діалогів, індивідуальне заломлення ігрових сюжетів, зміна сценарію по ходу ігрової дії, варіативний пошук вирішення проблемних ситуацій.

4. Організація гри. Це певний розпорядок ігрових занять, їх тривалість, приготування і прибирання іграшок, дотримання правил гри, послідовності дій. Організація гри – це одночасно і створення в ній напряду або психологічної орієнтації на досягнення корекційного ефекту за допомогою

пропонованих тем для гри і безпосередньої участі в направленому ігровому взаємодії.

5. Умовність ігрової дії. Програвання ролей за типу «начебто», «якби», що допускає і повне ігрове перевтілення, але не робить його обов'язковим. Умовність – це незвичайність, казковість, відбуваються події, перенесення часу і місця дії, гра як така.

6. Емоційне реагування в грі. Надання можливості емоційної розрядки, зняття накопиченого нервового напруження в ігровій формі, а також усунення страхів за допомогою вживання у фруструючий образ (зображення того, хто викликає страх).

7. Зміна (чергування) ролей. Після програвання тієї чи іншої ситуації її учасники міняються ролями і гра повторюється. Зміна ролей дозволяє перевірити, зміцнити та розвинути навички психологічного захисту після емоційної розрядки в ролі об'єкта страху. Зміна ролей активно формує вміння приймати і грати ролі, будучи різновидом рольового тренінгу та засобом досягнення більш адекватної соціалізації дитини.

#### Робота з батьками

Заняття з батьками проводяться на батьківських зборах з регулярністю один раз на тиждень. Всього 6 занять по 50- 60 хвилин кожне. Психопрофілактична і навчальна робота спрямована, насамперед, на розуміння батьками особливостей розвитку дітей у молодшому шкільному віці, створення умов для сприятливого психологічного та особистісного розвитку дитини, єдності і наступності родини і школи у вихованні дітей. Заняття з батьками проводить психолог.

#### Робота з дітьми

Робота з дітьми передбачає проведення корекційно-профілактичних занять з метою усунення неадекватних віком і силі переживання шкільних об'єктних страхів. З дітьми проводиться по 1 заняттю в день упродовж 2-х тижнів, загалом 10 занять по 30-40 хвилин. Для дітей, у яких після проходження циклу занять все ще залишаються досить сильні страхи,

потрібно проведення групових корекційних занять у психотерапевтичних дитячо-батьківських групах, за аналогією із заняттями, розробленими А. Захаровим.

### **Висновки до розділу**

Дослідження особливостей страхів дітей молодшого шкільного віку було теоретико-експериментального характеру та проводилося в декілька етапів. У ході виконання дослідження використовувалися загальнонаукові методи пізнання, теоретичний аналіз та узагальнення психологічної та філософської літератури з проблеми дослідження, аналіз даних соціальної статистики. Під час проведення емпіричного дослідження встановлено:

1. Страхі дітей молодшого шкільного віку мають статеві відмінності і змінюються із дорослішанням дитини.

2. Ступінь відмінності в переживанні стану страху у хлопчиків і дівчаток збільшується з віком.

3. З другого класу дівчатка сильніше, ніж хлопчики, переживають стан страху, що підтверджується даними про більшу емоційну чутливість осіб жіночої статі.

4. Більшість страхів у дівчаток і хлопчиків мають тенденцію до зменшення у зв'язку із збільшенням часу навчання у початковій школі.

5. У молодшому шкільному віці у дітей обох статей поступово зменшується біологічна складова і збільшується соціальна.

6. Страхі дівчаток більш соціальні, у хлопчиків – більш біологічні. У дівчаток відбувається більш різке збільшення соціальної складової із віком.

8. При асоціюванні стану страху з певним кольором за Люшером домінує чорний колір як у дівчаток, так і в хлопчиків. По вибірці в якості форм найчастіше асоціюються зі станом страху «зигзаг» і «хмара». Але асоціювання дівчаток при виборі форми і кольору ширше, що пояснюється більшою емоційністю осіб жіночої статі загалом.

Задача щодо корекції шкільних страхів дітей молодшого шкільного віку вирішувалася методом створення програми профілактики та корекції страхів дітей молодшого шкільного віку

