

УДК 159.942.5-057.874

**ПІДДУБНА Ніна Григорівна**

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет» (м. Слов'янськ, Україна)*

**ЄФІМОВ Дмитро Едуардович**

*здобувач кафедри практичної психології ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет» (м. Слов'янськ, Україна)*

## **ПРОБЛЕМА ШКІЛЬНИХ СТРАХІВ У НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ**

*У статті приведені матеріали аналізу досліджень проблеми страхів та шкільних страхів, представлених у публікаціях вітчизняних та зарубіжних науковців. Проведені систематизація та узагальнення дозволили виділити основоположні підходи до вивчення феномену страху. Висвітлені деякі відмінності у розумінні різними авторами сутності проявів, співвідношення, причин, форм та функцій таких афективних емоційних станів як шкільні страхи, тривожність та тривога.*

***Ключові слова:** страхи, дослідження, визначення, причини, чинники, види, функції, молодші школярі.*

**Постановка проблеми.** Проблема шкільних страхів і тривожності становить інтерес для психологічної науки, оскільки її розробка є надзвичайно актуальною та важливою для вирішення цілої низки питань освітянської практики, зокрема, пов'язаної з попередженням виникнення у дитини невротичних проявів, що обумовлені відвідуванням школи та неадекватною поведінкою педагогів і батьків.

Соціальна значущість проблеми диктує необхідність подальшого розширення аспектів теоретичних і експериментальних досліджень різновидів шкільних страхів у сучасних дітей молодшого шкільного віку, визначення і узагальнення особливостей, психологічних детермінант та механізмів виникнення страхів у учнів початкової школи та ін.

**Аналіз досліджень і публікацій.** Проблема шкільних страхів становить великий інтерес для психологічної науки, а її експериментальна розробка набуває все більшого значення у сучасній практичній діяльності фахівців. Дослідження феномену страхів безпосередньо пов'язане з вивченням проблеми емоцій, яка ще недостатньо розроблена у психологічній науці. Деякі аспекти емоційних проявів особистості, що так чи інакше пов'язані з

виникненням страхів, досліджували Б. Ананьєв, П. Анохін, Г. Бреслав, В. Вілюнас, Б. Додонов, О. Запорожець, К. Ізард, Є. Ільїн та ін.

Розкриття соціально-філософського аспекту проблематики страхів стало предметом дослідження В. Андрусенко, А. Прохорова, С. Сизова та ін. Значна кількість фундаментальних досліджень з проблеми страхів відображена в працях зарубіжних вчених (Д. Бретт, О. Кондаш, Д. Лейн, Р. Мей, Ф. Ріман, Е. Міллер, Б. Філліпс, З. Фрейд, Ф. Б. Холмс, М. Шмідеберг). Дослідження проблеми страхів привертало увагу і відомих вчених-психологів (О. Захаров, П. Каптерев, В. Леві, А. Леонова, А. Прихожан та ін.). Теоретичні та прикладні аспекти також певною мірою розкриваються в роботах П. Зетзела, В. Ромека, П. Тілліха, І. Аверіної, В. Астапова, Н. Карпенко, Є. Лісіної та ін.

Якщо теоретичні дослідження страхів вже давно привертують увагу вчених, то прикладний аспект страхів починає розроблятися лише в останні десятиріччя. Найбільш поширеним та досить розвиненим як у вітчизняній, так і в зарубіжній психології, є дослідження страхів у дитячій та віковій психології. Показано, що серед дитячих страхів одне з провідних місць займають шкільні страхи (О. Захаров, Н. Карпенко, В. Косік, М. Кузьміна, Р. Овчарова та ін.). При цьому досліджень, що присвячені безпосередньо шкільним страхам, відносно мало.

**Формулювання мети.** Мета даної роботи полягає у аналізі, систематизації та узагальненні наукових доробок, що викликано необхідністю подальшого розширення досліджень шкільних страхів у сучасних молодших школярів.

**Виклад основного матеріалу.** У традиційній психології страх відносять до астеничних емоцій, тобто, таких, що знижують життєдіяльність суб'єкта.

У сучасних тлумаченнях феномена, страх визначають як негативну емоцію, нестійкий стан, почуття, афективно-загострений стан, негативне емоційне переживання. Вказується, що інтенсивність страху може варіювати в широкому діапазоні відтінків (побоювання, боязнь, переляк, жаж) в залежності від темпу надходження інформації про загрозу [5].

У спеціальній літературі існують різні класифікації страхів як феномену емоційної сфери людини. Їх поділяють на групи в залежності від того, чого боїться людина, – так звана класифікація за фабулою страху. Так, психіатр Б. Карвасарський розрізняв вісім основних фабул страху: боязнь простору, соціофобія, нозофобія, танатофобія, різні сексуальні страхи, страхи нанести шкоду собі чи своїм близьким, «контрастні» фобії та фобофобії. Інші психіатри пропонують поділяти страхи на конструктивні – природні захисні

механізми, що допомагають людині краще пристосуватися до екстремальної ситуації та патологічні страхи. Можна розрізняти страхи за критеріями тривалості, частоти, інтенсивності переживань; за образним змістом (реалістичні та фантастичні); за ступенем усвідомлення. За походженням страхи поділяються на навіювані, особистісно-обумовлені та ситуативні. Страхи також можна поділити на дитячі та дорослі, первинні та вторинні. Але кожна з класифікацій буде мати свої переваги та недоліки.

Вперше відокремив і акцентував стан занепокоєння, тривоги (як рису людини) – З. Фрейд. Він охарактеризував її як емоційний, що включає переживання очікування та невизначеності, безпорадності. Ця характеристика вказує не так на компоненти стану, як на його внутрішні причини. З. Фрейд поряд із конкретним страхом виділяв невизначений, підсвідомий страх. Він розглядає страх часто з точки зору афекту, ігноруючи при цьому об'єкт, який його спричиняє, але об'єктивну тривогу він все ж визначає як природне і раціональне явище [7].

Як засвідчує аналіз наукової літератури, існують певні відмінності у розумінні різними авторами сутності проявів таких афективних станів як шкільні страхи, тривожність та тривога. Зокрема, не співпадають точки зору психологів на визначення зазначених феноменів, їх співвідношення, відмінності, причини та форми [6].

У «Великому тлумачному психологічному словнику» страх визначається як емоційний стан, який виникає в присутності або в передбаченні загрозливого або шкідливого стимулу. Страх зазвичай характеризується внутрішнім суб'єктивним переживанням дуже сильного збудження [2, 322]. Тривога відрізняється від страху тим, що стан тривоги часто (одні говорять «зазвичай», інші наполягають «завжди») безпредметний, тоді як страх передбачає наявність певного об'єкту, людину або події, яких бояться [там же, с. 376-377].

Багато хто з авторів наголошує на різниці між тривоною і страхом: страх – це реакція на реальну загрозу, а тривога – стан неприємного передчуття без видимої причини (причина – тільки у свідомості людини).

А. Прихожан відмічає, що страх розглядається як реакція на конкретну, певну, реальну небезпеку, а тривожність – як переживання невизначеної, смутної, безоб'єктної загрози переважно уявного характеру. Згідно іншої позиції, страх людина відчуває при загрозі вітальній, коли щось погрожує цілісності або існуванню людини як живої істоти, людському організму, а тривожність – при загрозі соціальній, особистісній. Небезпека в цьому випадку погрожує цінностям людини, потребам її «Я», її уявленню про себе, стосункам з людьми, становищу в суспільстві.

Найпоширенішою є думка, що базова тривога необхідна для подальшого розвитку реакцій страху. Вчені-психологи сходяться на тому, що страх тісно пов'язаний з почуттям тривоги. Так, П. Тілліх стверджує, що страх і тривога невіддільні – вони іманентно пов'язані одне з одним.

В. Астапов вважає, що страх – це реакція на конкретно існуючу загрозу, а тривога – це стан передчуття неприємної події без видимої причини (вона існує тільки у свідомості людини). Проаналізувавши дослідження зарубіжних колег, вчений висловлює думку, що тривога – це базисна реакція, загальне поняття, а страх – вираження такої ж якості, але в специфічній об'єктивованій формі [1].

Психотерапевт М. Литвак пропонує розглядати тривогу як емоцію, яка виникає при загальній оцінці ситуації як несприятливої. Якщо ліквідувати джерело тривоги не вдається, то тривога переходить у страх. На його думку, страх – це результат тривоги та мислення [4].

Більшість дітей проходять в своєму психічному розвитку ряд вікових періодів підвищеної чутливості до страхів. Особливість страхів дітей молодшого шкільного віку полягає в тому, що на одному рівні існують вигадані страхи (вампири, темрява, привиди, жахи), тимчасові (тварини, комахи, змії) та невивадані, серйозні (страх невідповідності, самотності, знехтування, відповідальності тощо). Велика кількість страхів молодших школярів притаманна й сфері навчальної діяльності та соціальних контактів. Саме тому слід виокремлювати «шкільні страхи».

Шкільні страхи розуміються як негативні емоційні стани дитини, що виникають у школі або у зв'язку із згадуванням про школу, які пов'язані із відображенням у свідомості конкретної загрози емоційному благополуччю. Шкільні страхи проявляються в очікуванні та передбаченні дитиною невдачі при здійсненні конкретної дії на уроці або у позаурочній ситуації.

Серед основних шкільних страхів молодших школярів розрізняють:

- страхи самовираження, що зберігають свою інтенсивність впродовж усього молодшого шкільного віку;
- страхи не відповідати очікуванням інших, що мають тенденцію до зменшення у кінці навчання в початковій школі;
- страхи ситуацій перевірки знань.
- страхи, що виникають при спілкуванні з учителем, які зберігають свою інтенсивність впродовж молодшого шкільного віку.

В історії психології можна виділити дві полярні точки зору на механізм виникнення страху. Одна з них представлена у біхевіоризмі, друга – у психоаналізі. З точки зору біхевіоризму, страх є наслідком одноразового чи багаторазового травматичного досвіду суб'єкта з

певними об'єктами [5]. Інший підхід демонструють представники психоаналізу. У класичному психоаналізі першою причиною виникнення дитячих страхів вважається травма, яка пов'язана з відсутністю матері чи розлукою з нею [7].

Отже, існують різні підходи щодо визначення феномену страху та аналізу його джерел. Так, страх розглядається як:

- вроджена особливість людини (тварини), що виконує функцію пристосування (Ч. Дарвін);
- емоційний стан, що виникає через небезпеку або небезпечний стимул (А. Ребер);
- одна з трьох найсильніших емоцій поряд з радістю та гнівом (У. Джемс);
- одна із базисних емоцій, що може приводити до різних внутрішніх переживань та зовнішніх проявів (К. Изард);
- вроджений та індивідуальний феномен, що відображає особистісні особливості людини та має своїм джерелом невіршені ситуації (Ф. Ріман).

О. Захаров [3] виділив чинники, що впливають на виникнення дитячих страхів:

- наявність страхів у батьків, головним чином у матері;
- тривожність у ставленні до дитини, надмірне оберігання її від небезпеки та ізоляція від спілкування її з однолітками;
- ранній прояв раціоналізації відчуттів дитини, яка обумовлена надмірною принциповістю батьків або їх емоційним неприйняттям дітей;
- велика кількість заборон з боку батька тієї ж статі або повне надання волі дитині батьком іншої статі, а також численні нереалізовані загрози всіх дорослих в сім'ї;
- відсутність можливості для ролевої ідентифікації з батьком тієї ж статі, переважно у хлопчиків, створюючи проблеми в спілкуванні з однолітками і невпевненість в собі;
- конфліктні відносини між батьками в сім'ї;
- психічні травми, які загострюють вікову чутливість дітей до тих або інших страхів;
- психічне зараження страхами в процесі спілкування з однолітками і дорослими.

Узагальнюючи матеріали наукових досліджень відмітимо, що науковцями виділені певні базові психологічні детермінанти шкільних страхів. Серед них виділяють індивідуально-особистісні особливості суб'єкта (тривожність молодших школярів; неадекватна занижена самооцінка, негативний особистісний досвід); вплив значущих дорослих (особливість стилю педагогічного спілкування; дитячо-

батьківські відносини у сім'ї); вплив особливостей форм навчання і виховання.

Страх – це одна з умов існування високоорганізованих істот. П. Зетзел вважає страх нормальною адекватною реакцією на ситуацію зовнішньої небезпеки. Завдяки страху ми передбачаємо небезпеку. У наукових джерелах підкреслюється, що більшість страхів набувається шляхом імітаційного навчання (С. Васьківська, О. Захаров, В. Єренков, Я. Рейковський, О. Скрипченко, А. Співаківська.)

Страх відносять до одного із засобів адаптації та регуляції поведінки (О. Захаров, М. Лісіна, А. Прохоров, Л. Пріснякова та ін.). Сучасне бачення проблеми дитячих страхів полягає в тому, що у випадку, коли загальна сума страхів обмежує дитину певними засобами реагування та взаємодії із зовнішнім світом, віковий страх із стимулу особистісного розвитку і засвоєння оточуючої дійсності, може перетворитися на їх гальмо.

Загалом, теоретичний аналіз проблеми дозволяє визначити, що страхи у випадку нормального розвитку є важливою ланкою в регуляції поведінки дитини і, у цілому, мають як негативну, так і позитивну адаптивну функцію і зміст.

Страх і тривожність є «добрими» сусідами і «підтримують» один одного. Так, за спостереженнями О. Захарова, діти з високим рівнем тривожності схильні до яких-небудь страхів. Іноді вияви страху такі очевидні, що не передаються в коментарях, наприклад жах, заціпеніння, розгубленість, плач і т.д. Про інші ж страхи можна судити лише за рядом непрямих ознак: прагнення уникати певних місць, розмов і книг на певну тему, збентеження і сором'язливість на певну тему [3].

**Висновки та перспективи подальших розвідок.** Аналіз наукових досліджень проблеми шкільних страхів у молодшому шкільному віці відкриває багато особливостей поведінки дітей у цей період. Страхи на цьому віковому етапі, у випадку нормального розвитку дитини, вважаються багатьма вченими важливою ланкою регуляції поведінки в цілому. Дитина має природні механізми їх подолання, тому робота зі страхами повинна ґрунтуватися, перш за все, на використанні цих механізмів, аналізі джерел виникнення страхів та усвідомлення, з яким саме страхом належить боротися, а з яким ні.

У сучасному суспільстві все частіше розвиток дитини супроводжується переживаннями негативної модальності і, зокрема, певними станами страху. Високий рівень шкільних страхів може спричинити розвиток неврозу та ускладнити (а іноді і деформувати) процес становлення особистості школяра. Отже, проблема шкільних страхів потребує подальшого розширення теоретичних і

експериментальних досліджень особливостей і факторів їх виникнення у сучасних молодших школярів. Особливої уваги потребує питання забезпечення педагогів та практичних психологів освіти психологічним інструментарієм профілактики та подолання страхів у дітей молодшого шкільного віку. Це має вирішальне значення для оптимального розвитку і формування емоційної сфери особистості учня не лише на даному віковому етапі, а й впродовж всього наступного розвитку дитини в період навчання в школі.

### *Список використаних джерел*

1. Астапов В. М. Тревожность у детей / В. М. Астапов. – СПб. : Питер, 2004. – 224 с.
2. Большой толковый психологический словарь /А.Ребер. Том 2 : пер. с англ. – М. : Вече, АСТ, 2000. – С. 322; 376-377; 427-428; 554-559.
3. Захаров А. И. Дневные и ночные страхи у детей / А. И. Захаров. – СПб. : Союз, 2004. – 377 с.
4. Литвак М. Если хочешь быть счастливым / М. Литвак. – Ростов-на-Дону : Феникс, 1995. – 295 с.
5. Нелюбова Т. В. Детские невротические страхи, их диагностика и коррекция / Т. В. Нелюбова, Н. Б. Гриншпун. – М. : Просвещение, 1993. – 227 с.
6. Поддубная Н. Г. Страхи и тревожность как деструктивные эмоциональные состояния в жизни младшего школьника: теоретический аспект проблемы / Н. Г. Поддубная, О. В. Большунова // Состояние здоровья: медицинские, социальные и психолого-педагогические аспекты: сборник статей V Международной научно-практической интернет-конференции. – Чита, 2013.
7. Фрейд З. Психология бессознательного / З. Фрейд. – М. : Просвещение, 1989. – 398 с.

*Н.Г. Поддубная, А. Ефимов*

### **ПРОБЛЕМА ШКОЛЬНЫХ СТРАХОВ В НАУЧНЫХ ИССЛЕДОВАНИЯХ**

*В статье приведенные материалы анализа исследований проблемы страхов и школьных страхов, представленных в публикациях отечественных и зарубежных ученых. Проведенные систематизация и обобщение позволили выделить основополагающие подходы к изучению феномена страха. Освещены некоторые отличия в понимании разными авторами сущности проявлений, соотношения, причин, форм и функций таких аффективных состояний как школьные страхи, тревожность и тревога.*

**Ключевые слова:** *страхи, исследования, определение, причины, факторы, виды, функции, младшие школьники.*

*N. Piddubna, A.Efimov*

## THE PROBLEM OF FEAR OF SCHOOL IN SCIENTIFIC RESEARCHES

*The social significance of the problem courses its further comprehensive development to identify and summarize the psychological and pedagogical conditions of the prevention and overcoming school fears at primary school students.*

*The study of the phenomenon of fear is directly connected with the study of the problem of emotions, which is not yet sufficiently developed in psychological science. Foreign and domestic scientists conducted basic research problem of fears to some extent revealed social-philosophical aspect of stated issue.*

*Among the children's fears is one of the leading positions related to school fears, is relatively small. In traditional psychology of fear, which belongs to the asthenic emotions, is classified according to various criteria, It also represents eight main storylines of fear.*

*There are certain differences in the understanding of the manifestations of school fears, anxiety and anxiety, do not match the perspective of psychologists to identify the marked phenomena, their ratio, contrast, cause and form. Many authors point out the difference between anxiety and fear.*

*A large number of younger school children's fears inherent in the field of educational activities and social contacts. Scientists have identified certain basic psychological determinants of school fears. Fears are an important link in the regulation of the child's behavior and have both negative and positive adaptive function and content.*

*The problem of school fears requires further expansion of theoretical and experimental studies. Special attention should be paid to the development of psychopedagogical tools of prevention and overcoming fears in children of primary school age.*

**Key words:** *fears investigation, definition, reason factors, functions, kinds, youngsters.*

Надійшла до редакції 27.04.2016 р.