

**А. С. Вавілова**кандидат психологічних наук,  
старший викладач кафедри практичної психології  
Київський університет імені Бориса Грінченка

## ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ СТРАХІВ У МОЛОДШИХ ШКОЛЯРІВ

Метою статті було теоретичне й емпіричне дослідження психологічних особливостей страхів у дітей молодшого шкільного віку. Для реалізації поставленої мети було використано такі психодіагностичні методи: проєктивний малюнок «Мій страх» А. Захарова та методика «Страхи в будиночках» М. Панфілової. До вибірки досліджуваних увійшли молодші школярі віком 7–10 років.

У процесі дослідження проаналізовано теоретичні підходи до визначення причин страхів у дітей молодшого шкільного віку. Розглянуто чинники, які впливають на виникнення страхів у дітей: загальна тривожність; переживання соціального стресу; фрустрація потреби в досягненні успіху; труднощі в самовираженні; стрес у ситуації перевірки знань; низька фізіологічна опірність стресу; проблеми у відносинах з учителями. Визначено, що наявність дитячих страхів відображається на пізнавальному й емоційному розвитку дитини, викликає проблеми зі сном та інші психосоматичні порушення, зумовлює труднощі у спілкуванні з однолітками, перешкоджає гармонійному розвитку особистості дитини.

Здійснено статистичний аналіз психологічних особливостей страхів у молодших школярів. З'ясовано, що в дітей цього віку найбільш поширені страхи тварин (павуки, змії, вовки), страхи, пов'язані зі смертю (власною або близьких людей), та страхи, пов'язані із завданням фізичної шкоди (війни, пожежі). Менш вираженими є страхи казкових персонажів, соціально опосередковані страхи (самотності), страхи темряви і кошмарних снів, просторові страхи (висоти, глибини). У досліджуваних не було виявлено медичні страхи та соціальні шкільні страхи, які є характерними для молодшого шкільного віку. Група найбільш виражених страхів пов'язана з базовою потребою в безпеці, на яку часто звертають увагу дорослі; а низький рівень соціальних страхів свідчить про сприятливе соціальне середовище для розвитку дітей.

Встановлено відсутність суттєвих відмінностей у психологічних проявах страхів для дівчат і хлопців молодшого шкільного віку. Однак виявлено, що страх фізичної шкоди та страх персонажів дещо більше представлений у хлопців порівняно з дівчатами. Дівчата більш схильні до соціально орієнтованих страхів порівняно із хлопцями. Статеві особливості страхів пов'язані з відмінностями в соціальному вихованні та сферах інтересів у дівчат і хлопців.

**Ключові слова:** страхи, молодший шкільний вік, тривожність, актуальний страх, емоційна сфера.

**Постановка проблеми.** Проблема зміцнення психічного здоров'я й емоційного благополуччя дитини є одним із головних завдань сучасної освіти. Сьогодні спостерігається тенденція зростання кількості дітей зі страхами, з якими тісно пов'язані хвилювання та почуття невпевненості в собі, що, у свою чергу, негативно впливає на самооцінку. Тому дитина може неадекватно оцінювати свої можливості та переживати невдачі в житті.

Молодший шкільний вік є важливим етапом у житті людини, упродовж якого активно формується особистість. Однак страхи, стримуючи пізнавальні потреби дитини, можуть серйозно перешкоджати гармонійному розвитку, заважати повноцінній соціалізації, бути передумовою невротизації дитини. Саме тому своєчасна й обґрунтована діагностика страхів дітей молодшого шкільного віку є запорукою своєчасної профілактичної та корекційної роботи для запобігання виникненню емоційних порушень.

Молодший шкільний вік є завершальним етапом дитинства і переходом до підліткового віку. Це

діти віком від 6–7 до 10–11 років, що навчаються в 1–4 класах. У молодших школярів домінує спілкування з однолітками та дорослими, відбувається активний психічний і особистісний розвиток, формуються вікові психічні новоутворення. Завдяки цьому діти молодшого шкільного віку виходять на новий рівень пізнання навколишнього, а також самопізнання, відкривають нові можливості та перспективи [1, с. 47]. Цей вік можна вважати зрілим дитинством, оскільки формується нова особистісна характеристика – прийняття й усвідомлення своєї внутрішньої позиції, позиції школяра [3, с. 193–194].

Важливим є характерне для цього віку ослаблення егоцентризму, зростання самосвідомості і почуття відповідальності, що приводить до зменшення числа страхів, особливо це тенденція виражена у хлопчиків. Однак страхи не зникають, вони трансформуються [9].

Якщо в дошкільному віці переважали інстинктивні страхи, пов'язані з інстинктом самозбереження, а в підлітковому – превалюють соціальні

страхи, то молодший шкільний вік – це своєрідне перехрестя, на якому перехрещуються інстинктивні та соціальні страхи. Як відомо, інстинктивні страхи – це переважно емоційні форми страху, тоді як соціальні страхи – це результат інтелектуальної переробки, свого роду раціоналізація страхів. «Страх і боязнь (стійкий стан страху) – це доля переважно дошкільного віку, а тривожність і побоювання – підліткового. Нас цікавлять у молодшому шкільному віці як страх і боязнь, так і тривожність і побоювання, які можуть бути представлені однаковою мірою», – підкреслює А. Захаров [4, с. 34–38].

Провідний страх цього віку – страх «бути не тим», страх невідповідності загальноприйнятим нормам поведінки, вимогам найближчого оточення (у школі, серед однолітків або сім'ї). Конкретними формами цього страху є страхи зробити щось неправильно, не так, як слід. Страх невідповідності виростає з несформованого в дитини вміння оцінювати свої вчинки з погляду моральних приписів, що лежать в основі формування почуття відповідальності [8, с. 5–7]. Молодший шкільний вік – це найбільш сенситивний період для його формування. Тому коли почуття відповідальності активно формується, то ймовірність виникнення страху невідповідності в цьому віці знижується.

Найбільш частим видом страху невідповідності в цьому віці є страх запізнитися до школи. Він сильніше виражений у дівчаток, оскільки в них раніше виникає і сильніше виявляється, ніж у хлопчиків, почуття провини. Страх запізнення у школу – це один із симптомів синдрому «шкільної фобії», тобто страху перед відвідуванням школи. Нерідко, як зазначає А. Захаров, це не стільки страх самої школи, скільки страх розставання з батьками, до яких прив'язана тривожна дитина під гіперопікою, яка часто хворіє [4, с. 39].

Іншою причиною «шкільних страхів» дитини можуть бути її конфліктні відносини з учителями, з однолітками, боязнь їхньої агресивної поведінки. Нерідко самі батьки провокують виникнення цього страху, коли у своєму прагненні мати дитину-відмінника, постійно тиснуть на неї під час приготування уроків або дають вказівки щодо правильних відповідей у класі [5, с. 61–63].

Симптоми «школофобії» дуже різноманітні: від психосоматичних симптомів у вигляді головного болю, кольок у шлунку, запаморочення і блювоти до негативних психологічних – появи почуття невпевненості у своїх силах, сумніви у своїх знаннях, звички спиратися на сторонню допомогу за найменших труднощів.

Поряд зі «шкільними страхами» для цього віку типовий страх стихії: бурі, повені, урагану, землетрусу. Усі ці страхи, на думку А. Захарова, є продуктами так званого «магічного мислення» школяра, його схильності вірити в різного роду передбачення,

забобони, «фатальний» збіг обставин. З одного боку, це прояв сугестивності, із другого – наслідки страхів раннього дитинства (страхів темряви, самотності та замкнутого простору), а із третього – егоцентричного мислення, що блокує розгорнуті логічні форми мислення (проявляється в невмінні молодшого школяра зв'язати причинно-наслідковими зв'язками дві випадкових і одночасних подій) [7, с. 34–36].

Виділяють п'ять негативних емоцій, з якими дитина найчастіше стикається в навчальному процесі: страждання, гнів, презирство, страх, сором. Страх – афективне (емоційно загострене) відображення у свідомості конкретної загрози для життя і благополуччя [6, с. 421].

С. Абрамова звертає увагу на те, що страх – головна причина неврозів у п'яти-семирічних дітей; він виникає як глобальне, що паралізує всі прояви психічного життя, явище, найчастіше на тлі дефіциту любові з боку дорослих [8, с. 11]. Треба зазначити, що саме в молодшому шкільному віці виникає страх смерті. У цей період формується почуття часу і простору, дитина розуміє, що життя не нескінченне, що люди народжуються і вмирають. Дитина починає ставити на цю тему питання, їй дуже важливо почути, що близькі довго його не покинуть, а смерть – це певний закон життя, закономірне явище.

Т. Гузанова виділила вісім основних чинників, що впливають на розвиток шкільних страхів у дітей у початковій школі [9]:

- загальна тривожність у школі, виражена в загальному емоційному напруженні, пов'язаному з різними формами включення дитини в нову ситуацію розвитку;

- переживання соціального стресу, насамперед щодо соціальних контактів з однокласниками;

- фрустрація потреби в досягненні успіху, що гальмує розвиток домагань на успіх і досягнення високих результатів;

- страх самовираження – емоційне напруження, пов'язане із труднощами саморозкриття, демонстрації своїх можливостей;

- страх ситуації перевірки знань – переживання тривоги в ситуації перевірки (особливо публічної) знань, досягнень, можливостей;

- страх не відповідати очікуванням оточення – тривога щодо оцінки з боку значущих інших, щодо своїх результатів, учинків, ідей; через острах можливості негативних оцінок;

- низька фізіологічна опірність стресу, що підвищує ймовірність деструктивного реагування на тривожні чинники середовища;

- проблеми і страхи у відносинах з учителями – негативне емоційне тло відносин із дорослими у школі, що знижує мотивацію й успішність навчання.

Страхи негативно відображаються на пізнавальному й емоційному розвитку дитини, викли-

кають проблеми зі сном та інші психосоматичні порушення; зумовлюють труднощі у спілкуванні з однолітками та перешкоджають гармонійному розвитку особистості дитини.

**Мета статті** – теоретично й емпірично дослідити психологічні особливості страхів у дітей молодшого шкільного віку.

**Виклад основного матеріалу.** Емпіричне дослідження психологічних особливостей страхів дітей молодшого шкільного віку було проведено на прикладі 36 учнів початкової школи віком 7–10 років (табл. 1). До вибірки ввійшли учні 2–4 класів, серед яких 19 дівчат і 17 хлопців. У процесі дослідження було використано такі методики: проєктивний малюнок «Мій страх» А. Захарова [2] та методика «Страхи в будиночках» М. Панфілової [10].

Таблиця 1  
**Емпіричне дослідження психологічних особливостей страхів дітей молодшого шкільного віку**

Вік	Хлопці	Дівчата	Усього
7 р.	4	5	9
8 р.	4	4	8
9 р.	5	5	10
10 р.	4	5	9

У процесі аналізу емпіричних даних були проаналізовані малюнки досліджуваних і отримані такі результати, які можна умовно поділити так (ураховуючи те, що діти зображували від 1 до 3 страхів, відсотки можуть бути розподілені нерівномірно): у 36,4% респондентів виявлена боязнь тварин (павуків, змій, вовків), у 22,7% – страхи, пов'язані зі смертю (власною або близьких людей), у 22,7% – страхи, пов'язані із завданням фізичної шкоди (війни, пожежі), у 18,2% – страхи казкових персонажів, у 9,1% – соціально опосередковані страхи (самотності), у 9,1% – страхи темряви

і кошмарних снів, у 4,5% – просторові страхи (висоти, глибини). А от поширені в дітей медичні страхи взагалі відсутні. Також не виявлені й соціальні шкільні страхи, пов'язані із провідним видом діяльності, що так характерні для досліджуваного нами віку.

Найбільш виражені страхи в дітей (тварин, смерті та фізичних пошкоджень) пов'язані з переживаннями, що стосуються базових потреб (потреба в безпеці). Також ця група страхів можуть зумовлюватися актуальними темами, які часто обговорюються дорослими в сім'ї та школі. Досить низький відсоток соціальних страхів може свідчити про загальну атмосферу прийняття дітей учителями, відсутність вираженого тиску та позитивний емоційний клімат у дитячому колективі.

Суттєвих відмінностей у страхах дівчат і хлопців не було виявлено. Однак варто зазначити, що страх фізичної шкоди більше представлений у хлопців, ніж у дівчат (у хлопців – 12,7%, у дівчат – 10%). Це може бути пов'язано з особливостями виховання та фізичної активності у хлопців (рухливі фізичні ігри та вирішення конфліктів бійками більш характерне для хлопців), а також впливом відеоігор. Оскільки хлопці обирають відеоігри з переважанням досить жорстоких сюжетів, це може викликати в них на підсвідомому рівні страх фізичних пошкоджень. Для хлопців більш характерні страхи персонажів (22,7%), ніж для дівчат (13,7%), що може також зумовлюватись відеоіграми та переглядом фільмів із негативними героями. Дівчата більше схильні до соціально орієнтованих страхів (9,8%), що свідчить про більше значення для них соціалізації та засвоєння соціальних процесів, ніж для хлопців (8,4%).

Отже, для дітей молодшого шкільного віку характерна наявність значної кількості страхів. Це може бути пов'язано з особливостями вікового розвитку й опанування нових соціальних ролей. Загалом у вибірці дітей простежується високий



Рис. 1. Розподіл відсотків різних видів страхів у молодших школярів

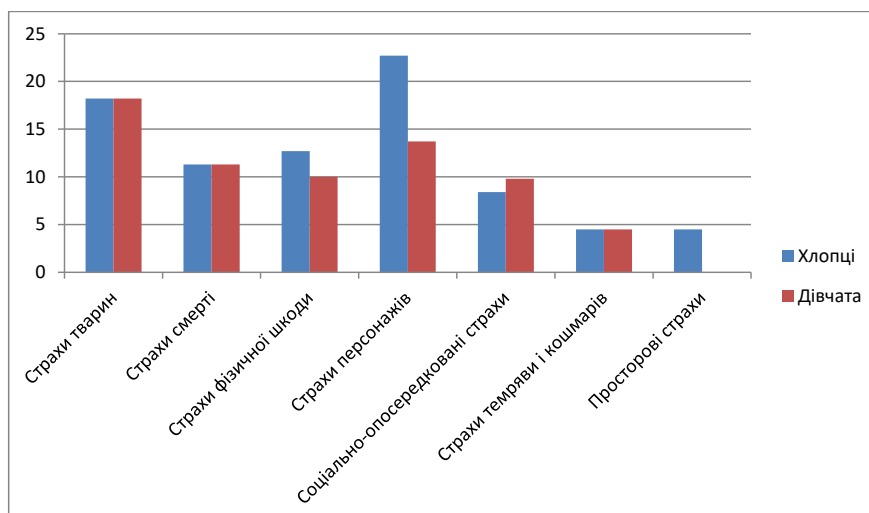


Рис. 2. Статеві відмінності частоти страхів у молодших школярів

рівень вираженості страхів, що свідчить про наявність труднощів в емоційній сфері.

**Висновки.** Страх – це невід’ємне емоційне проявлення нашого психічного життя, яке з’являється і закріплюється в дитячому віці. Максимальна кількість страхів у дітей спостерігається в дошкільному та молодшому шкільному віці, після чого їх кількість зменшується. Фіксація страхів може призводити до виникнення проблем у поведінці та житті дитини, породжує невпевненість у собі, не дозволяє особистості реалізуватися на повну силу.

У процесі емпіричного дослідження психологічних особливостей страхів молодших школярів з’ясовано, що в дітей цього віку найбільш поширені страхи щодо тварин (павуки, змії, вовки), страхи, пов’язані зі смертю (власною або близьких людей), та страхи, пов’язані із завданням фізичної шкоди (війни, пожежі). Рідше трапляються страхи щодо казкових персонажів, соціально опосередковані страхи (самотності), страхи темряви і кошмарних снів, просторові страхи (висоти, глибини). Для досліджуваних дітей не характерні медичні страхи та соціальні шкільні страхи, які є характерними для молодшого шкільного віку. Суттєвих відмінностей у кількісних та якісних показниках страхів у хлопців і дівчат не виявлено, але зазначено більш виражені страх фізичної шкоди та страх персонажів у хлопців і соціально орієнтовані страхи в дівчат.

#### Література:

1. Андрищенко Т. Коррекция психологического развития младших школьников на начальном этапе обучения. *Вопросы психологии*. 1993. № 1. С. 44–53.
2. Венгер А. Психологические рисуночные тесты: иллюстрированное руководство. Москва : Владос-Пресс, 2007. 159 с.
3. Головей Л. Практикум по возрастной психологии. Санкт-Петербург : Речь, 2002. 694 с.
4. Захаров А. Дневные и ночные страхи у детей. Санкт-Петербург : Союз, 2000. 448 с.
5. Ілляшенко Т. Чому їм важко вчитися? Діагностика і корекція труднощів у навчанні молодших школярів. Київ : Початкова школа, 2003. С. 61–63
6. Истратова О., Эксакусто Т. Справочник психолога средней школы. Ростов-на-Дону : Феникс, 2006. 511 с.
7. Кабачек О. Как страшное сделать нестрашным, или Зачем сочиняют с детьми сказки. *Домашняя школьная библиотека*. 2003. № 3. С. 34–36.
8. Карпенко Н. Дифференциация та діагностика окремих видів страху у дітей. *Початкова школа*. 2002. № 3. С. 4–19.
9. Ковалевська А. Причини та види страхів молодших школярів. *Проблеми сучасної педагогічної освіти*. № 26. Ч. 2. Ялта : РВВ КГУ, 2010. С. 238.
10. Панфилова М. Страхи в домиках. Діагностика страхов у дітей и подростков. *Школьный психолог*. 1999. № 8. С. 10–12.

#### Vavilova A. S. Psychological features of younger school children’s fears

The purpose of the article was to theoretically and empirically investigate the young children’s psychological features of fears. The following psychodiagnostic methods were used to achieve this goal: the projective drawing “My fear” by A. Zakharov and the technique “Fears in houses” by M. Panfilova. The sample included younger students aged 7–10 years.

Theoretical approaches to identifying the causes of young children’s fears were analyzed in the study. The factors that influence the occurrence of children’s fears are considered: general anxiety; experiencing

*social stress; frustration the need of success; difficulties in self-expression; stress in the test situation; low physiological resistance to stress; problems with teachers. It is determined that the presence of children's fears are reflected in the cognitive and emotional development of the child, cause sleep problems and other psychosomatic disorders, cause difficulties in dealing with peers and impede the harmonious development of the child's personality.*

*The statistical analysis the young children's psychological features of fears in is carried out. It has been found that fears of animals (spiders, snakes, wolves), fears of death (their own or loved ones) and fears of causing physical harm (wars, fires) are the most common for children of this age. Less presented are fears of fairy-tale characters, socially-mediated fears (loneliness), fears of darkness and nightmares, and spatial fears (heights, depths). The subjects did not reveal medical fears and social school fears that are characteristic of younger school age. The group of most expressed fears is related to the basic safety need that is often addressed by adults; and the low level of social fears indicates a favorable social environment for the children's development.*

*There were no significant differences in the psychological manifestations of fears for girls and boys of primary school age. However, it has been found that fear of physical harm and fear of characters are slightly more prevalent for boys than for girls. Girls are more prone to socially oriented fears than boys. Sexual features fears are associated with differences in social education and interests of girls and boys.*

**Key words:** *fears, younger school age, anxiety, actual fear, emotional sphere.*