

Проблема метода психологического изучения школьных страхов учащихся начальных классов

Т.В. Гузанова

аспирант кафедры педагогической психологии факультета психологии образования
Московского городского психолого-педагогического университета

Рассмотрена проблема метода психологического изучения школьных страхов учащихся начальных классов. Проведено исследование с целью изучения адекватности применения теста школьной тревожности Филипса для исследования школьных страхов в начальной школе. Было исследовано 72 ученика четвертых классов г. Москвы. По результатам теста ведущим страхом является страх ситуации проверки знания. При этом были выявлены противоречия между результатами теста и объективной картиной, полученной в результате наблюдения, опросов самих детей, родителей, учителей. Обозначены трудности применения теста Филипса в начальных классах для исследования школьных страхов: неточное соответствие названия фактора в русском переводе его содержанию; трудности применения опросных методов в начальной школе в связи с недостаточным уровнем развития рефлексии в данном возрасте; возможное отсутствие необходимой степени доверия к школьному психологу со стороны учащихся. Сделан вывод о возможности применения теста школьной тревожности Филипса в четвертых классах только в качестве основы для дальнейшей работы с учащимися, родителями и учителями. На основании исследования был поставлен вопрос о создании и апробации комплексной диагностики школьных страхов.

Ключевые слова: страх, школа, начальные классы, школьные страхи, тревожность, метод, тест, опросник, тревога, фобия.

Обучение ребенка в образовательном учреждении оказывает влияние не только на его интеллектуальное, но и на психологическое развитие в более широком смысле. Важной составляющей последнего является эмоциональное развитие ребенка. Придя в школу, ребенок помимо радости, удивления, уверенности в своих силах испытывает и огорчение, гнев, неуверенность, страх. Полноценное, всестороннее развитие эмоциональной сферы ребенка, особенно в начальных классах, есть необходимое условие для сохранения психологического здоровья ученика. Такое развитие возможно при условии своевременной и точной диагностики эмоционального развития ребенка с самого первого дня обучения в школе.

Целью нашего исследования являются школьные страхи учащихся начальных классов.

Страх — тревожность — тревога — фобия

В различных психологических теориях страх относят к разным классам эмоциональных явлений: к чувствам (Э. Клапаред, П.М. Якобсон); к аффекту (М. Вильсон); к стрессу (Р. Эллис); к психическим состояниям (Н.И. Конюхов, А.Т. Злобин); кроме того, его рассматривают как приобретенную мотивацию (Ж. Нюттен), как способность психики, т. е. как функцию отражения (В.К. Вилюнас, Е.Д. Хомская), как пусковой механизм инстинкта самосохранения

(М.В. Осорина, Н.И. Рейнвальд и др.). В многочисленных определениях страха можно выделить следующие существенные признаки:

- страх имеет аффективную природу;
- страх подразумевает переживание реальной или воображаемой опасности;
- страх относят к отрицательным состояниям (Э. Клапаред, А.Р. Лурия).

В своей работе мы будем придерживаться определения страха, данного А.И. Захаровым: *страх — аффективное (эмоционально заостренное) отражение в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека*. Страх имеет защитный характер.

Выделяют множество оснований для классификации состояния страха: по предмету переживания, по объекту, интенсивности переживания, по происхождению, характеру протекания, по типам и способам возникновения, по силе переживания (А.И. Захаров, В.И. Гарбузов, В.К. Вилюнас) и т. д. Страх выполняет следующие функции: охранительную синтезирующую, регулятивную, сигнализирующую, оценочную, тормозящую, приспособительную, организующую — дезорганизующую и эвристическую (В.К. Вилюнас). Существует также ряд авторских точек зрения на классификацию страхов (З. Фрейд и др.).

Для определения предмета исследования необходимо рассмотреть группу понятий, связанных с понятием «страх»: тревога, боязнь, тревожность, фобия. *Тревога* — переживание эмоционального дис-

комфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, предчувствием грядущей опасности. В отличие от страха как реакции на конкретную реальную опасность, тревога — переживание неопределенной, диффузной, безобъективной угрозы. *Боязнь* — устойчивое состояние страха.

Для исследования школьного страха важно рассмотреть взаимосвязь явлений: страх — тревога — тревожность — фобия. Страх возникает как реакция на угрозу, причем эта угроза должна быть конкретной. Тревога в отличие от страха не всегда является отрицательно воспринимаемым чувством, поскольку она возможна и в виде радостного волнения, волнующего ожидания. Объединяющим началом для страха и тревоги служит чувство беспокойства. В свою очередь, страх можно рассматривать как выражение тревоги в конкретной, объективизированной форме, если чувства не пропорциональны опасности и тревога принимает затяжное течение.

В процессе, когда страх становится частью характера человека, появляется тревожность. *Тревожность* — индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности человека к частым и интенсивным переживаниям состояния тревоги и в низком пороге его возникновения. Она рассматривается как личностное образование и/или как свойство темперамента, обусловленное слабостью нервных процессов.

Фобия — навязчивое состояние страха. Часто в психологической литературе понятия «страх» и «фобия» рассматриваются как синонимичные по отношению к психическим явлениям. Особенно четко эта тенденция прослеживается в зарубежной литературе. Школьные страхи учеников попадают в сферу исследования ученых-психологов, психиатров, психоаналитиков чаще всего, когда речь идет именно о болезненном, навязчивом состоянии страха, т. е. о фобиях. А.И. Захаров выделяет школьную фобию как навязчиво преследуемый страх перед посещением школы.

В своем исследовании мы хотели бы остановиться на проблеме изучения **школьных страхов**, т. е. страхов, связанных со школой. Эти страхи должны изучаться педагогической психологией с целью внесения определенных коррективов в учебно-воспитательный процесс образовательного учреждения.

При поступлении ребенка в школу происходит изменение его социального статуса. Это ведет к переориентации ребенка на социальные нормы и установки. По данным различных авторов (Н.И. Гуткина, О.В. Хухлаева и др.), ребенок, готовый к обучению в школе, не испытывает страха перед ней. Первоклассник с радостью заходит в класс, готов общаться с учителем, выполнять его требования, узнавать что-то новое, подчиняться требованиям, предъявляемым школой.

А.И. Захаров на основании наблюдений пришел к выводу, что если в младшем школьном возрасте и возникает страх, то чаще всего — это страх не соответствовать социальным требованиям ближайшего окружения, будь то школа, сверстники или семья. «Это выражается в страхах сделать что-то не так, не

правильно, не так, как следует, как нужно, быть не тем, кого уважают. Это говорит о нарастающей социальной активности, об упрочении чувства ответственности, долга, обязанности, т. е. о том, что объединено понятием «совесть», как центральное новообразование, младшего школьного возраста» [2, с. 63].

Нахождение ребенка в коллективе сверстников, с которыми он связан не только личными, но и социальными отношениями (одноклассники), может способствовать как возникновению школьных страхов (например, страх оказаться хуже других), так и способствовать преодолению некоторых школьных страхов (например, «все сделали, и я смогу»).

Особо хочется выделить страх отметки (страх получения плохой отметки). С одной стороны, этот страх негативно сказывается на развитии познавательной активности ученика, на его отношении к изучаемому предмету. С другой стороны, страх отметки в современной школе часто является ведущим мотивом обучения. Есть вероятность, что его преодоление без создания более приемлемого мотива учения (учебного) может негативно сказаться на процессе обучения. Необходимо решить данное противоречие при создании психолого-педагогических условий преодоления школьных страхов.

Существуют страхи, *причина которых не связана напрямую со школой, но оказывает негативное влияние на процесс учения*. Так, например, страх ухода из дома, разлуки с родителями вызван тревожными привязанностями внутри семьи, он мешает школьнику освоить новый социальный статус. Данная группа страхов не входит в область изучения педагогической психологии, так как чаще всего свидетельствует о неготовности ребенка к школьному обучению и должна быть предметом изучения возрастных и клинических психологов.

Таким образом, на основании анализа психолого-педагогической литературы мы выяснили, что описание феномена школьных страхов в начальных классах было получено в основном путем наблюдения и анализа общих принципов психологического развития ребенка.

Методическое обеспечение изучения школьных страхов

В связи с необходимостью объективного исследования возникает проблема выбора **методов психологического изучения школьных страхов**.

Несмотря на то что проблема школьных страхов актуальна именно для начальной школы, в массовой психолого-педагогической практике школьные страхи обычно предлагают изучать с помощью небольшого набора методик: теста школьной тревожности Филиппа, проективной методики Захарова «Нарисуй свой страх», теста детской тревожности Темпл-Дорки и некоторых других, недостаточно распространенных в школьной практике.

Тест школьной тревожности Филиппа наиболее распространен в школьной практике. Первоначаль-

но этот тест предназначался для детей младшего подросткового возраста, но в последнее десятилетие его стали активно применять в школьной практике и для младшего школьного возраста. Цель методики (опросника) — изучение уровня и характера тревожности, связанной со школой у детей младшего и среднего школьного возраста. Тест состоит из 58 вопросов, которые могут зачитываться школьникам или предлагаться в письменном виде. На каждый вопрос требуется однозначно ответить «да» или «нет». Все вопросы по содержанию объединены в 8 факторов.

Содержательная характеристика каждого синдрома (*фактора*):

1. *Общая тревожность в школе* — общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы.

2. *Переживания социального стресса* — эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты (прежде всего — со сверстниками). В ключе нашей темы этот фактор можно обозначить как страх одноклассников.

3. *Фрустрация потребности в достижении успеха* — неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т. д.

4. *Страх самовыражения* — негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

5. *Страх ситуации проверки знаний* — негативное отношение и переживание тревоги в ситуациях проверки (особенно — публичной) знаний, достижений, возможностей.

6. *Страх не соответствовать ожиданиям окружающих* — ориентация на значимость других в оценке своих результатов, поступков и мыслей, тревога по поводу оценок, даваемых окружающими, ожидания негативных оценок.

7. *Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу* — особенности психофизиологической организации, снижающие приспособляемость ребенка к ситуациям стрессогенного характера, повышающие вероятность неадекватного, деструктивного реагирования на тревожный фактор среды. В нашей теме этот фактор можно обозначить как проявление страха на физиологическом уровне.

8. *Проблемы и страхи в отношениях с учителями* — общий негативный эмоциональный фон отношений с взрослыми в школе, снижающий успешность обучения ребенка.

Для первого и второго классов возникают следующие трудности применения данного теста:

— большой объем вопросов не позволяет провести тест за один раз, как того требует инструкция;

— желание первоклассника «быть не хуже других» снижает уровень искренности ответов;

— низкий уровень развития рефлексии своих психических функций снижает эффективность опросных методов в данном возрасте.

В психологической практике тест Филипса применяется при обследовании учащихся третьих классов. Однако когда мы попытались провести данный тест с учащимися третьих классов общеобразовательной школы, более чем в половине случаев возникли трудности в понимании детьми формулировки вопросов, поэтому проведение теста стало невозможным.

С целью проверки адекватности применения теста школьной тревожности Филипса для изучения школьных страхов нами было проведено исследование школьных страхов учащихся четвертых классов прогимназии г. Москвы.

Перед исследователем были поставлены две цели:

1. *Практически ориентированная цель*: исследование ведущих осознаваемых школьных страхов у учащихся четвертых классов.

2. *Теоретическая цель*: проверка адекватности применения метода для исследования школьных страхов на начальной ступени образования.

Метод

В исследовании принимали участие 72 ученика четвертых классов прогимназии г. Москвы (35 девочек, 37 мальчиков). Исследование проводилось в ноябре 2005 г. в середине учебного дня в спокойной обстановке.

Процедура применения теста школьной тревожности была вполне стандартной. Тест предъявлялся в группах, размер которых не превышал 15 человек, в письменном виде школьным психологом, с которым у респондентов были доброжелательные отношения. Обследование проводилось в учебное время.

Результаты и их обсуждение

В табл. 1 представлены результаты диагностики уровня школьной тревожности по всей выборке.

По результатам проведения опросника можно сделать выводы о том, что наиболее тревожащий фактор — это пятый, ситуация проверки знаний (62% учащихся испытывают повышенную или высокую тревогу). На втором месте стоит страх самовыражения, четвертый фактор (50%). Наименее фрустрируемой является потребность в достижении успеха, третий фактор (только у 7% учащихся отмечена повышенная тревожность).

Для сравнения приведем данные, полученные Н.В. Осетровой в 2003 г. на базе Кунгурской базовой начальной школы № 16: «Было исследовано 25 учащихся... По результатам анализа чаще всего у детей младшего школьного возраста выявляется страх ситуации проверки знаний — у 88% учащихся, страх самовыражения — у 60% учащихся, страх не соответствовать ожиданиям окружающих — у 60%, общая тревожность в школе, проблемы и страхи в отношениях с учителями — у 56%, фрустрация потребности в достижении успеха — у 52%. Реже всего выражается переживание социального стресса и низкая физиологическая

сопротивляемость стрессу. Эти факторы тревожности наблюдаются у 36% учащихся».

Из приведенных данных видно, что страх ситуаций проверки знаний является «ведущим» в этом возрасте, однако в прогимназии этот страх констатируется меньшим числом учащихся, чем в обычной школе: 62% в прогимназии против 88% в школе.

В нашем исследовании дети являются учениками трех разных классов («А», «Б» и «В»). В табл. 2 приведены данные исследования раздельно по этим классам.

Как видно из табл. 2, у трех классов различия в распределении процентов малы для факторов: фактора 1 — общая тревожность в школе, 3 — фрустрация в достижении успеха, 7 — низкая физиологическая сопротивляемость стрессу. Можно предположить, что степень выраженности этих факторов связана с при-

мерно с одинаковым возрастом учащихся и тем, что они обучаются в одном образовательном учреждении.

Показатели по некоторым факторам схожи между собой в классах «Б» и «В», но отличаются от показателей по тем же факторам в классе «А». Это следующие факторы: 5 — страх проверки знаний, 6 — страх не соответствовать ожиданиям окружающих. Возможно, на распределение учащихся по этим факторам повлиял учитель основных предметов (русский язык и литературное чтение), поскольку в классах «Б» и «В» эти предметы ведет один учитель, а в классе «А» — другой.

Наконец, мы выделили факторы, значения для которых расходятся у всех классов: фактор 2 — переживание социального стресса, 4 — страх самовыражения, 8 — проблемы отношений с учителем. Возможно, это связано с особенностями личности и поведения

Таблица 1

Общие результаты теста школьной тревожности (% , чел.)

№ п/п	Факторы	Учащиеся		
		с нормальным уровнем тревожности	с повышенной тревожностью	с высоким уровнем тревожности
1	Общая тревожность в школе	78 (56)	15 (11)	7 (5)
2	Переживание социального стресса	78 (56)	12 (9)	10 (7)
3	Фрустрация потребности в достижении успеха	93 (67)	7 (5)	0
4	Страх самовыражения	50 (36)	26 (19)	24 (17)
5	Страх ситуации проверки знаний	38 (27)	44 (32)	18 (13)
6	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	65 (47)	25 (18)	10 (7)
7	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	83 (60)	11 (8)	6 (4)
8	Проблемы и страхи в отношениях с учителями	72 (52)	28 (18)	0

Таблица 2

Результаты теста школьной тревожности по классам (%)

№ п/п	Факторы	Учащиеся								
		с нормальным уровнем тревожности			с повышенной тревожностью			с высоким уровнем тревожности		
		«А»	«Б»	«В»	«А»	«Б»	«В»	«А»	«Б»	«В»
1	Общая тревожность в школе	84	71	78	12	21	13	4	8	9
2	Переживание социального стресса	88	83	61	4	13	22	8	4	17
3	Фрустрация потребности в достижении успеха	92	96	91	8	4	9	0	0	0
4	Страх самовыражения	64	33	52	20	38	22	16	29	26
5	Страх ситуации проверки знаний	52	33	26	32	59	43	16	8	31
6	Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	80	63	52	20	25	31	0	12	17
7	Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	88	79	82	12	13	9	0	8	9
8	Проблемы и страхи в отношениях с учителями	72	92	52	28	8	48	0	0	0

классных руководителей этих классов. Данное предположение можно косвенно подтвердить тем фактом, что классный руководитель класса «В» на момент обследования находилась в состоянии конфликта с частью педагогического коллектива, и поэтому у учеников ее класса выше показатели тревожности по факторам 2 и 8 — страхи отношений. Высокую тревожность по фактору 4 — страх самовыражения у класса «Б» можно объяснить тем, что классный руководитель этого класса требует от учеников высоких результатов и в математике, и в хореографии.

Полученные в ходе проведения опросника данные частично подтверждаются данными наблюдений, экспертными оценками учителей, а также сведениями, полученными в беседах с родителями. Однако нами выявлены отдельные случаи несоответствия. Так, например, у Лёвы Ц. из «А» класса было диагностировано отсутствие школьной тревожности по всем показателям. При этом по результатам наблюдения, бесед с учителями и родителями было установлено, что мальчика очень беспокоят отметки по некоторым предметам; на момент обследования у него наблюдался страх ответа у доски на уроках математики: дрожали руки, ребенок неуверенно шел к доске, хотя при этом часто отвечал правильно. Примерно в это же время у ребенка был конфликт с одним из учителей. В беседе с психологом при обсуждении результатов тестирования ребенок говорил о тревоге и беспокойстве, которые он испытывает в школе. В ходе проведения консультаций мальчик осознал, что очень боится получить неудовлетворительную отметку и потерять шанс попасть в хорошую школу. Таким образом, мы наблюдаем несоответствие результатов теста с реальными ощущениями ребенка.

По результатам теста по всем факторам класс «А» имеет более низкие показатели, чем классы «Б» и «В». Однако в этом классе по результатам наблюдения, бесед с учителями больше детей испытывают страх проверки знаний, чем в классах «Б» и «В». Родители учащихся класса «А» чаще обращались к психологу с проблемами школьных страхов и тревожности, чем родители «Б» и «В» класса вместе взятые.

По адекватности применения теста школьной тревожности Филиппа для исследования школьных страхов можно сделать определенные выводы.

Во-первых, тест школьной тревожности желательно применять только с четвертого класса в связи

с трудностями понимания детьми формулировок вопросов.

Во-вторых, факторы включают в себя вопросы, относящиеся к школьной жизни, самочувствию ребенка в школьном коллективе, но при этом в наименовании фактора нет понятий, указывающих на это. Возможно, это было связано с особенностями перевода иностранной методики на русский язык. Для решения данного противоречия можно переименовать некоторые факторы. Например, фактор 2 «переживания социального стресса» можно переименовать в «страх одноклассников». Не вполне адекватно и название фактора 7 «низкая физиологическая сопротивляемость стрессу», поскольку соответствующие пункты касаются заметных ребенку внешних проявлений страха школы.

В-третьих, тест школьной тревожности Филиппа дает нам сведения об осознаваемых проблемах ребенка в школе, что может не совпадать с реальными проблемами ученика.

Наконец, проведение теста в классе в групповом виде может активизировать у учеников страх «не оказаться хуже одноклассников», присущий детям начальных классов. В нашем случае дети доверяли психологу, большинство из них не боялись говорить о своих проблемах, зная, что психолог не передаст эти сведения родителям и особенно учителям. Однако в массовой школе психолог часто является и педагогом или же еще не успел заслужить определенной степени доверия школьников.

Очевидно, применение опросных методов позволяет исследовать преимущественно осознаваемые особенности психики и поведения. Для получения более полных и достоверных сведений с помощью опросных методов необходим определенный уровень развития рефлексии. К концу младшего школьного возраста рефлексия только начинает формироваться, поэтому для детей младшего школьного возраста было бы адекватней применить другие методы исследования: наблюдение, экспертные оценки учителей, анализ продуктов деятельности, беседы с родителями.

Таким образом, проблема **методов диагностики школьных страхов** может быть решена путем создание комплексной диагностики, включающей в себя карты и схемы наблюдений, бесед с родителями и педагогами, проективные методы, тесты.

Литература

1. Вроно Е.М. Пойми своего ребенка: О детских страхах, конфликтах и других проблемах. М., 2002.
2. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. СПб., 2005.
3. Детские невротические страхи, их диагностика и коррекция: (старший дошкольный — младший школьный возраст): Прогр., учеб. и метод: Материалы к спецкурсу / Сост. Т.В. Неболюбова, И.Б. Гришпун. М., 1993.
4. Лебедева Л.Д. Учителю о детских страхах и методах их коррекции // Дидакт. 2000. № 4.
5. Осетрова Н.В. Диагностика уровня школьной тревожности младшего школьного возраста. Кунгурск, 2003.
6. Пейдж Э. Тревога и страх ... как преодолевать: Пер. с англ. / Под общей ред. В.Э. Пашковского. СПб., 2003.
7. Щербатых Ю.В. Психология страха: популярная энциклопедия. М., 2005.

Exploring School Fears in Primary School Children: The Problem of Method

T.V. Guzanova

Ph.D. student at the Chair of Pedagogical Psychology, Faculty of Educational Psychology,
Moscow State University of Psychology and Education

The paper focuses on the problem of method in researching school fears in primary school pupils. The author carried out a study to find out whether it is appropriate to use Phillips' Children's School Questionnaire in exploring children's school fears. The sample included 72 fourth-year pupils from Moscow. According to the results obtained in the study the leading fear in children was that of knowledge assessment. At the same time there was a certain contradiction between the test results and data obtained through observations and conversations with children, parents and teachers. The author describes the following difficulties in using the Children's School Questionnaire in primary school to explore children's school fears: a gap between a factor name and its content due to inaccurate translation of the former into Russian; difficulties arising with the use of questionnaires in primary schools due to insufficient reflection development at that age; possible lack of sufficient trust that pupils feel towards a school psychologist. The author states that Children's School Questionnaire can be used in fourth-year children only as a ground for further work with them, their parents and teachers. Thus the author raises the question of creating a complex diagnostic technique for studying school fears in children.

Key words: fear, school, primary school, school fears, anxiety, method, test, questionnaire, phobia.

References

1. Vrono E.M. Poimi svoego rebenka: O detskih strahah, konfliktax i drugih problemah. M., 2002.
2. Zaharov A.I. Dnevnye i nochnye strahi u detei. SPb., 2005.
3. Detskie nevroticheskie strahi, ih diagnostika i korrekciya: (starshii doskol'nyi—mladshii shkol'nyi vozrast): Progr., ucheb. i metod: Materialy k speckursu / Sost. T.V. Nebolyubova, I.B. Grishpun. M., 1993.
4. Lebedeva L.D. Uchitelyu o detskih strahah i metodah ih korrekcii // Didakt. 2000. № 4.
5. Osetrova N.V. Diagnostika urovnya shkol'noi trevozhnosti mladshego shkol'nogo vozrasta. Kungursk, 2003.
6. Peidzh E. Trevoga i strah ... kak preodolevat': Per. s angl. / Pod obshei red. V.E. Pashkovskogo. SPb., 2003.
7. Sherbatyh Yu.V. Psihologiya straha: populyarnaya enciklopediya. M., 2005.