

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ УКРАИНЫ  
Государственное учреждение  
«ЮЖНОУКРАИНСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ К.Д. УШИНСКОГО»

на правах рукописи

**У ЦЗИН**

УДК: 159.922+159.942.5

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ СТРАХА  
МЛАДШИМИ ШКОЛЬНИКАМИ И ПОДРОСТКАМИ ИЗ ПОЛНЫХ И  
НЕПОЛНЫХ СЕМЕЙ**

19.00.07 – педагогическая и возрастная психология

**ДИССЕРТАЦИЯ**

на соискание научной степени  
кандидата психологических наук

**Научный руководитель:**

Симоненко Светлана Николаевна,  
доктор психологических наук,  
профессор

Одесса – 2016

## СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	4
ГЛАВА I. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ СТРАХА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКЕ.....	11
1.1. Теоретическое изучение содержания и особенностей проявления страхов в психологической науке.....	11
1.2. Особенности развития эмоциональной сферы в младшем школьном и подростковом возрасте .....	27
1.3. Анализ исследований влияния семейных отношений на возникновение и проявления страхов у детей школьного возраста .....	41
Выводы к первой главе.....	48
ГЛАВА II. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРАХОВ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ И ПОДРОСТКОВ .....	53
II.1. Организация, этапы и методика эмпирического исследования .....	53
II.2. Анализ результатов исследования особенностей страхов у младших школьников .....	58
II.2.1. Анализ результатов исследования особенностей проявления страхов у младших школьников из полных семей .....	58
II.2.2. Анализ результатов исследования особенностей проявления страхов у младших школьников из неполных семей .....	69
II.3. Анализ результатов исследования особенностей страхов у подростков.....	80
II.3.1. Анализ результатов исследования особенностей проявления страхов у подростков из полных семей .....	80
II.3.2. Анализ результатов исследования особенностей проявления страхов у подростков из неполных семей .....	90
II.4. Сравнительный анализ проявления страхов у младших школьников и подростков из полных и неполных семей.....	99
Выводы ко второй главе.....	115

ГЛАВА III. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ СТРАХОВ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ И ПОДРОСТКОВ ИЗ ПОЛНЫХ И НЕПОЛНЫХ СЕМЕЙ .....	122
III.1. Сравнительный анализ особенностей переживания страхов у младших школьников Украины и Китая .....	122
III.2. Сравнительный анализ особенностей переживания страхов у подростков Украины и Китая .....	130
III.3. Задачи и принципы организации тренинговой программы коррекции страхов у младших школьников и подростков .....	141
III.4. Результаты апробации тренинговой программы коррекции страхов у младших школьников и подростков.....	146
Выводы к третьей главе .....	152
ОБЩИЕ ВЫВОДЫ.....	157
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ .....	161
ПРИЛОЖЕНИЯ .....	178

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность проблемы.** Проблема изучения эмоциональных состояний, в частности, эмоции страха в наше время является весьма актуальной, особенно на сегодняшний день в условиях экономического кризиса и нестабильной ситуации в мире, в целом: стихийные бедствия, антропогенные катастрофы, военные конфликты и индивидуальные насильственные акты, которые лавинообразно нарастают, тому подобное. Особенно эта проблема актуальна в современной возрастной и педагогической психологии. Прежде всего, это касается изучения проблемы страхов у детей младшего школьного и подросткового возраста. Поскольку именно эти возрастные периоды отличаются высокой социальной сензитивностью, усложнением системы требований к ребенку, к его рефлексивных способностей и других психических качеств, новая социальная ситуация развития в эти периоды во многом становится стрессовой. Социальные потрясения, широкий поток информации, темп жизни постоянно ускоряется, семейные неурядицы приводят к перегрузке психической деятельности ребенка и подростка. Все это влечет за собой появление психической напряженности, нарушений развития эмоциональной сферы, к проявлению различных видов страхов и фобий, что негативно влияет на дальнейшее развитие личности.

Страх, как отмечают ученые, - это наиболее угрожающая из всех эмоций, которая может влиять на психическое развитие ребенка (А. И. Захаров, К. Изард, А. О. Прохоров и другие).

Проблемой страхов в психологической науке занимались В. М. Астапов, И. В. Бабарыкин, Ф. Б. Березин, Б. С. Братусь, Н. И. Буянов, Ф. Ю. Василюк, В. К. Вилюнас, Н. В. Виноградова, Л. Л. Гозман, Е. Н. Грек, Л. А. Грищенко, Ю. М. Забродин, А. В. Запорожец, А. И. Захаров, Б.В.Зейгарник, И. Г. Кошлань, М. А. Кузнецов, И. Ю. Кулагина, Н. Д. Левитов, С. Д. Максименко, В. Д. Менделевич, Е. Л. Милютина, И. П. Павлов, А. В. Петровский, О. П. Санникова, И. М. Сеченов,

Ч. Спилбергера, С. М. Томчук, А. Я. Чебыкин. В зарубежной психологии этой проблемой занимались У. Джемс, К. Изард, А. Кемпински, А. Маурер, Р. Мэй, Н. Миллер, Ф. Римап, З. Фрейд, Э. Фромм, К. Хорни, Дж. Уотсон и другие.

Страх - это эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию человека, направленная на источник действительной или мнимой опасности. В зависимости от характера угрозы интенсивность переживания страха варьируется в достаточно широком диапазоне оттенков. Полноценное существование человека связано с переживанием огромного количества эмоций и чувств и, в частности, эмоции страха. Страх длительный и сильный - это негативные эмоции, которые могут привести к серьезным психическим и даже физиологическим заболеваниям. Младшие школьники и подростки в силу их эмоциональной восприимчивости с особой силой переживают все эти страхи, которые могут приводить к серьезным нарушениям эмоциональной сферы, до невротических расстройств. Несмотря на многочисленность работ по данной проблематике, недостаточно изученным аспектом остается исследование психологических особенностей влияния полной и неполной семье на переживания страха у младших школьников и подростков. Исходя из указанного, темой исследования было определено: «Психологические особенности переживания страха младшими школьниками и подростками с полных и неполных семей».

**Связь работы с научными планами, программами, темами.** Тема диссертационного исследования выбрана в соответствии с научной программой кафедры психологии развития и социальных коммуникаций «Психологическое сопровождение развития личности школьника в рекреационный период в контексте инновационных технологий» (номер государственной регистрации 0109U000191), что входит в тематический план научно-исследовательской работы Южноукраинского национального педагогического университета имени К. Д. Ушинского. Тема диссертации

утверждена ученым советом Южноукраинского национального педагогического университета имени К. Д. Ушинского (протокол № 12 от 28 мая 2015 года) и согласована в Межведомственном совете по координации научных исследований в области педагогики и психологии в Украине (протокол № 6 от 29 сентября 2015 года).

**Целью** исследования является изучение психологических особенностей переживания страха у младших школьников и подростков из полных и неполных семей Украины и Китая, разработка и апробация эффективности программы коррекции страхов в условиях рекреации.

В целях исследования были определены следующие **задачи**:

1. Сделать анализ теоретико-методологических основ изучения страхов в отечественной и зарубежной науке.
2. Определить факторы возникновения страхов у младших школьников и подростков.
3. Построить общую процедуру эмпирического исследования и исследовать особенности переживания страхов у младших школьников и подростков из полных и неполных семей Украины и Китая.
4. Осуществить сравнительный анализ переживания страхов младшими школьниками и подростками из Украины и Китая
5. Разработать и апробировать тренинговые программы коррекции страхов у младших школьников и подростков в условиях рекреации.

**Объект** исследования - эмоциональная сфера личности детей и подростков.

**Предмет** исследования - психологические особенности страхов у младших школьников и подростков из полных и неполных семей.

**Теоретико-методологическую основу исследования составили:** общепсихологические положения о развитии личности в процессе деятельности (Г. С. Костюк, А. Н. Леонтьев, С. Л. Рубинштейн); системный подход к психологическим процессам и явлениям (Б. Г. Ананьев, Б. Ф. Ломов, В.Д. Шадриков); фундаментальные исследования проблемы

развития психики ребенка (Л. С. Выготский, Г. С. Костюк, А. Н. Леонтьев); генетический подход к изучению психики (С. Д. Максименко), концепция эмоциональной регуляции учебно-познавательной деятельности (А. Я. Чебыкин) исследования эмоциональной сферы личности (В. К. Вилюнас, Б. И. Додонов, А. В. Запорожец, А. И. Захаров, М. А. Кузнецов, А. А. Прохоров, О. П. Санникова), проблема страхов (А. И. Захаров, М. А. Кузнецов, А. И. Кульчицкая, А. В. Массанов, В. Д. Менделевич, Е. Л. Милютина) коррекция эмоциональных состояний в условиях рекреации (Е. Н. Грек, С. Н. Симоненко).

**Методы** исследования: теоретические - анализ, обобщение и систематизация теоретических подходов и эмпирических результатов, содержащихся в научных литературных источниках; эмпирические - наблюдение, беседа, анализ продуктов деятельности; психодиагностическое тестирование, в ходе которого были использованы следующие конкретные методики: «Несуществующее животное», авторская методика «Нарисуй свой страх и напиши свои страхи», «Страхи в домике» А. И. Захарова, «Список страхов» М. А. Кузнецова и И. В. Бабарыкиной, методика Б.Филлипса, «Шкала тревожности» А. Кондаша, «Шкала явной тревожности для детей СМАС», «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности» Ч. Д. Спилберга и Ю.Л. Ханина; развивающие - тренинговые задания для коррекции страхов.

Для обработки первичных данных мы использовали методы математической статистики: определение среднего арифметического, корреляционный анализ (по критерию Спирмена). Для проверки достоверности разницы средних значений по выборкам применяли t-критерий Стьюдента. Процедура обработки данных проводилась с помощью программного пакета SPSS v 13,0 for Windows.

**Интерпретационные методы:** генетический и структурный.

**Экспериментальная база исследования.** В проведении исследования участвовали 420 школьников, из них 280 школьников, отдохавших в ГП

УДЦ «Молодая гвардия», из них 120 младших школьников и 160 подростков из Украины и 140 школьников из Китая (60 - младших школьников и 80 - подростков). Были выделены группы испытуемых из Украины: 1 группа - младшие школьники из полных семей, 2 группа - младшие школьники из неполных семей, 3 группа - подростки из полных семей, 4 группа - подростки из неполных семей. В каждую группу входило одинаковое количество испытуемых.

**Научная новизна исследования:**

*впервые* выявлены особенности, механизмы и виды страхов, которые испытывают младшие школьники и подростки из полных и неполных семей Украины и Китая:

- Уровень таких страхов, как: страх самовыражения, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, переживания социального стресса, низкая психологическая устойчивость к стрессу выше в группе младших школьников из неполных семей, чем у детей из полных семей.

- Уровень личностной и межличностной тревожности у подростков из неполных семей выше, чем у подростков из полных семей.

- Общее количество страхов у младших школьников и подростков из неполных семей украинской выборки больше, чем у младших школьников из неполных семей китайской выборки.

- У младших школьников из неполных семей украинской выборки преобладают социальные страхи, страх смерти, школьные страхи, а у младших школьников из неполных семей китайской выборки преобладают страхи животных, богофобии и страхи фантастических и магических существ.

- Уровень школьной и межличностной тревожности выше у подростков из неполных семей китайской выборки, а уровень личностной тревожности выше у подростков украинской выборки.



- Количество образного изображения страхов выше у младших школьников и подростков из неполных семей китайской выборки, а в украинском выборки доминирует вербальное выражение страхов.

*Усовершенствованы* теоретические достижения по рассмотрению психологических особенностей развития эмоциональной сферы младших школьников и подростков.

*Получило дальнейшее развитие* представление об особенностях коррекции переживания страхов с помощью специально разработанной программы в условиях рекреации.

**Практическое значение** полученных результатов исследования заключается в разработке программы диагностики страхов у младших школьников и подростков из полных и неполных семей в условиях рекреационного учреждения, а также в разработке и апробации психологически обоснованных двух тренинговых программ, способствующих снижению уровня проявления страхов у младших школьников и подростков. Результаты исследования могут быть использованы в работе психологических служб детских рекреационных заведений.

Основные результаты исследования были внедрены в рамках учебных курсов «Возрастная психология» и «Педагогическая психология» в процесс профессиональной подготовки студентов факультета психологического образования ГУ «Южноукраинский национальный педагогический университет имени К. Д. Ушинского» (акт № 3389/02 от 26.11.2015 г.) и Житомирского государственного университета имени Ивана Франко (справка № 8/860 от 27.11.2015 г.). Разработанные тренинги по работе со страхами и тревожностью младших школьников и подростков были внедрены в работу психологической службы ГП УДЦ «Молодая гвардия» г. Одеса (акт № 919/2 / 16-15 от 25.11.2015 г.).

**Апробация результатов исследования.** Основные положения и результаты исследования были представлены на Международной научно-

практической конференции «Когнитивные процессы и творчество» (Одесса, 2011, 2012, 2014); Международной научно-практической конференции «Актуальные проблемы рекреационной психологии детства» (Одесса, 2011, 2012, 2014); II Международной научно-практической конференции «Когнитивные и эмоционально-поведенческие факторы полноценного функционирования человека: культурно-исторический подход» (Харьков, 2013); Всеукраинской научно-практической конференции «Психологические проблемы восприятия» (Киев, 2014); на ежегодных научно-практических конференциях профессорско-преподавательского состава, аспирантов и студентов Южноукраинского национального педагогического университета имени К. Д. Ушинского (2010-2015 г.), на заседаниях кафедры педагогической и возрастной психологии и кафедры психологии развития и социальных коммуникаций Южноукраинского национального педагогического университета имени К.Д.Ушинского (2010-2015 г.).

**Публикации.** Основное содержание работы изложено в 5 публикациях, 4 из которых напечатаны в научных профессиональных изданиях Украины и 1 в зарубежном научном издании.

**Структура и объем диссертации.** Диссертация состоит из введения, трех глав, заключения, списка использованной литературы и приложений. Общий объем текста составляет 195 страниц, основной текст изложен на 161 страницах. Работа содержит 34 таблицы, 14 рисунков, 5 приложений. Список использованных источников насчитывает 183 наименования.

# ГЛАВА I.

## ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГИЧЕСКИЕ ПОДХОДЫ К ИЗУЧЕНИЮ СТРАХА В ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ НАУКЕ

### 1.1. Теоретическое изучение содержания и особенностей проявления страхов в психологической науке

Проблема страха интересовала ученых на протяжении всей истории развития человечества, начиная с первых попыток описания этого явления древнегреческими философами (Аристотель, Платон, Цицерон, Эпикур), а также в работах философов и мыслителей разных, более современных, школ и направлений (Т. Гоббс, Декарт, Кант, С. Кьеркегор, Б. Спиноза, и другие).

Слово «страх» происходит от латинского слова «*angustus*» и производного немецкого - «*Angst*» (нем. – страх), что означает *сужение, стеснение*, а также *страх, страшить, мучить, беспокоить*. Страх является неизбежным следствием узкой ориентации сознания человека на внешний материальный мир. Это доказывается в работах представителей отечественной психологии, которые сделали свой вклад в изучение проблемы страха: И.П. Павлов, И.М. Сеченов, Н.Д. Левитов, А.И. Захаров, Н.И. Буянов, Ф.Б. Березин, В. И. Гарбузов, А.А. Черникова. В зарубежной психологии проблемой страха занимались З. Фрейд, У. Джемс, Дж. Уотсон, Н. Миллер, Ф. Риман, А. Маурер, К. Хорни, Ч. Спилбергер, Р. Мэй, К. Изард, Э. Фромм, А. Кемпински и другие.

Анализируя психологическую литературу, можно увидеть многозначность и неопределенность понятия «страх». Его рассматривают как эмоциональное состояние, возникающее в ситуации угрозы биологическому или социальному существованию человека, как естественный рефлекс пассивно-оборонительного характера, как сигнал и предупреждение об опасности, как индивидуальное свойство личности, как качество личности и т.д.

Значительный вклад в изучение проблемы страха сделали отечественные ученые И.П. Павлов и И.М. Сеченов, которые описывали страх с точки зрения физиологии. Павлов считал страх проявлением естественного рефлекса, пассивно-оборонительной реакцией с легким торможением коры больших полушарий. По его мнению страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определенными изменениями высшей нервной деятельности, отражается на частоте пульса и дыхания, показателях артериального давления, выделении желудочного сока [67]. Также в отечественной психологии часто встречается характеристика страха как эмоционального состояния. Н.Д. Левитов описывает страх как эмоцию, вызываемую предметами и ситуациями, которые содержат в себе опасность или риск. Как опасность, так и риск - угрозы для человека; разница между ними заключается в том, что, говоря об опасности, мы имеем в виду скорее внешние угрозы, которые надо избежать или которые надо преодолеть, а когда речь идет о риске, то внимание обращено скорее на внутреннее состояние человека, который, рискуя, может одержать победу, а может и проиграть. Там, где нет опасности и риска, не может быть никакого страха, хотя то и другое может быть недействительным, а мнимым [92]. По мнению Н.Д.Левитова, нельзя дифференцировать так страх перед опасностью и страх перед наказанием, что первый - эмоция в узком смысле слова, а второй - нравственное чувство. Тот и другой страх - эмоция; и страх, вызываемый опасностью, может быть выражением малодушия - черты личности человека, подлежащей общественной оценке, и страх перед наказанием может быть «животной» эмоцией, примитивным выражением инстинкта самосохранения [92].

А.И. Захаров определяет страх как аффективное эмоционально заостренное отражение в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека. Эмоция страха возникает в ответ на действие угрожающего стимула. Существуют две угрозы, имеющие универсальный и одновременно фатальный в своем результате характер. Это смерть и крах

жизненных ценностей, противостоящих таким понятием, как жизнь, здоровье, самоутверждение, личное и социальное благополучие. Но, кроме крайних выражений, страх всегда подразумевает переживание какой-либо реальной или мнимой опасности. По мнению Захарова в самом общем виде страх условно делится на ситуативный и личностный. Ситуативный и личностно обусловленный страхи часто смешиваются и дополняют друг друга [60, 8].

А.А. Черникова страх рассматривает как эмоциональное состояние, которое проявляется в таких формах как боязливость, тревожность, страх, опасения, растерянность, страх, паническое состояние. Однако по мнению Е.П. Ильина, рассмотренные формы страха по существу не являются формами, а характеризует лишь разную степень (силу) выраженности страха - от боязни и робости до ужаса и паники [66].

В ряде исследований [38; 60; 66; 70; 77; 105; 119] страх рассматривается как психическое состояние, связанное с выраженным проявлением астенических чувств - тревоги, беспокойства и др. В ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленный на источник действительной или мнимой опасности.

Такие авторы, как М. Буянов, В.И.Гарбузов, А.И.Захаров и другие считают, что если речь идет о страхе, который постоянно проявляется, и человек раз за разом находит новые поводы для опасения, и это становится неотъемлемой частью его жизни, то это указывает на устойчивость страха как личностного свойства. Как писал А.И. Захаров, личностно обусловленный страх предопределен характером человека, например его повышенной мнительностью, и способен появляться в новой обстановке или при контактах с незнакомыми людьми [59].

Другой подход: страх относится к основным, базовым эмоциям наряду с эмоциями радости, гнева и страха (М. Н. Борисова, В. А. Домодедов, А. И. Крупнов, А. Е. Ольшанникова, О.П. Санникова и др.). Учеными признается также индивидуальность страха как эмоции, выражающей

личностные особенности каждого человека, отмечается множественность страхов и фобий (страх глубины, высоты, замкнутых пространств, животных и т. д.) [167]. В своей работе [168] А.Ф.Чернавский рассматривает страх не только как состояние непосредственного переживания страха субъектом, но и состояние, ему предшествующее, и состояние субъекта после пережитого страха. Другими словами, страх рассматривается не только как состояние, но и как процесс, т.е. как последовательность сменяющих друг друга стадий (уровней). Различные уровни страха по-разному связаны с типологическими, психологическими и социально-психологическими особенностями личности.

Рассмотрение связи страха с типом темперамента показало, что индивиды с меланхолическим типом темперамента подвержены влиянию страха на уровне его преддействия, действия и последствия. Индивиды холерического типа склонны к длительному и отрицательному личностному последствию страха. Полученные автором эмпирические данные характеризует флегматический и сангвинический тип как потенциально устойчивый к переживанию страха.

Рассмотрение параметров страха на различных уровнях его протекания с личностными характеристиками показало следующее, пишет А.Ф. Чернавский [168],: на уровне преддействия страха определяющая роль в фантазировании страха отводится механизмам сознания. Индивиды с наибольшим суммарным показателем преддействия страха склонны к эмоциональной нестабильности, расчётливости, ощущению чувства вины, раздражительности и тревожности.

На уровне проявления страха полученные данные дают возможность выделять низко - (страх природный, бытовой и экстремальный) и высокодифференцированные (страх моральный, деятельности и жизнедеятельности) системы личностных реакций на страх; на уровне последствия отрицательное личностное и социальное влияние определяется максимально дифференцированной системой сознания; длительность последствия определяется низкодифференцированной

эмоциональной системой; индивиды с выраженной продолжительностью сохранения следов пережитого страха отличаются эмоциональной нестабильностью, расчетливостью, раздражительностью и высокой тревожностью, у них продолжает сохраняться чувство вины и страха. Личностно-астеническое последствие страха выражено в сохраняющейся фрустрации [168].

Традиционно страх связывают с чувством тревоги, иногда подменяя одно понятие другим. Так, Ф.Б. Березин [15] пишет о том, что неосознание причин тревоги, отсутствие связи ее с определенным объектом, невозможность конкретизировать чувство угрозы, делают невозможной и любую деятельность, направленную на предотвращение или устранение угрозы. Психологическая неприемлемость такой ситуации вызывает смещение тревоги на те или иные объекты. В результате неопределенная угроза конкретизируется. Опасность связывается с вероятностью наступления конкретных обстоятельств, с ожиданием столкновения с объектами, которые расцениваются как угрожающие. Такая конкретизированная тревога представляет собой страх. Хотя объекты, с которыми связывается страх, не обязательно имеют отношение к истинным причинам тревоги, конкретизация тревоги создает у субъекта представление о том, что угроза может быть устранена с помощью определенных действий. Такое представление не зависит от соответствия объекта вызывающего страх, и реальных причин тревоги. Для его формирования необходимо только ощущение связи угрозы с конкретной ситуацией [15].

Согласно учению З.Фрейда [161] страх является аффективным состоянием. Ученый выделял реальный страх и невротический. Реальный страх является вполне рациональным и понятным. Он представляет собой реакцию на восприятие внешней опасности, то есть ожидаемого, предполагаемого повреждения, связан с рефлексом бегства, и его можно рассматривать как выражение инстинкта самосохранения. Невротический страх может выражаться в различных формах. У одних людей наблюдается

страх ожидания, связан с разного рода предчувствиями и превращается в невроз страха. В других он психически более связан с определенными объектами или ситуациями, страх в форме так называемых фобий, которые проявляются в боязни животных, темноты, высоты и сопровождаются истерией страха [161].

Другой исследователь В.Джемс страх, наряду с радостью и гневом, рассматривал как одну из трех сильнейших эмоций, которые только способен чувствовать человек, а также как ранний неподдельный инстинкт [52, 307].

Основатель бихевиоризма Дж. Уотсон [153] считал, что есть только несколько врожденных страхов, из них два важнейших - это страх громкого шума и страх потери заботы. Буквально все другие страхи, по его мнению, приобретенные в результате оговорок. Чтобы доказать свою точку зрения, Дж. Уотсон и его студентка Р. Райнер продемонстрировали выработку условной реакции страха у 11-месячного младенца Альберта Б. Исследования Уотсона и Райнер часто цитировались как свидетельство того, что фобии взрослых основаны на одном или нескольких эпизодах оговорок, в результате которых сначала нейтральный стимул ассоциируется с каким-либо неприятным последствием. Исследование «викарных оговорок» показали, что простое наблюдение за реакцией страха, специфический условный стимул может действовать как безусловный стимул, который является достаточным, чтобы служить подкреплением для выработки условной реакции страха [9, 262].

Страх как безусловную реакцию вегетативной нервной системы на болевые стимулы рассматривал Н.Миллер. Также он считал, что страх является мотивацией или необходимостью, которую можно приобрести в результате научения [81]. Ф. Риман определял страх как сигнал и предупреждение об опасности, в равной степени он содержит предложение, то есть импульс к преодолению этой опасности. Он выделял четыре формы страха: - страх перед самоотверженностью, что переживается как потеря "Я"



и зависимость; страх перед самостановлением (стагнацией "Я"), что переживается как беззащитность и изоляция; страх перед изменением, переживаемый как изменчивость и неуверенность; страх перед необходимостью, переживаемый как окончательность и несвобода [128].

Американский психоаналитик и психолог К. Хорни характеризует страх как эмоциональную реакцию пропорциональную имеющейся опасности, которая может сопровождаться такими физическими ощущениями, как дрожь, учащенное дыхание, сильное сердцебиение [163].

Ч. Спилбергер использовал термин страх для описания процесса, включая эмоциональную реакцию, связанную с антиципацией определенного ущерба вследствие реальной объективной опасности, присутствующей во внешнем окружении. Он считал, что определяющей характеристикой страха является то, что интенсивность эмоциональной реакции пропорциональна величине опасности, вызывающей ее [143, 12].

Р. Мэй в своей работе «Смысл Тревоги» [108, 12] характеризует страх как специфическую дифференцированную реакцию на конкретную опасность. Автор считает, что страх является вторичной или производной реакцией. Первичной или основной он называл реакцию тревоги не только потому, что она представляет собой общую начальную реакцию на опасность, но и потому, что опасность при этом угрожает самим основам личности. Это реакция на опасность, которая грозит "сердцевине" или "сущности" личности, а не каким-то внешним ее аспектам. Страх же представляет собой реакцию на такую угрозу, которая еще не достигла основ личности. Адекватная реакция на различные конкретные опасности, то есть реакция страха, позволяет человеку защищать свои основные ценности, не допускает развития ситуации, в которой опасность бы угрожала самой "внутренней крепости", что находится в центре системы безопасности. Таким образом, по мнению исследователя, тревога является базовой, более глубокой реакцией, то есть более широким понятием, а страх есть

проявление той же способности в специфической объективированной форме [108].

К. Изард отмечал, что страх это состояние, в зависимости от своей интенсивности переживается как предчувствие, неуверенность, полная незащищенность. Появляется ощущение недостаточной надежности, чувство опасности и надвигающегося несчастья. Человек чувствует угрозу своему существованию, которая может переживаться как угроза своему телу, своему психологическому «Я» или тому и другому вместе [62; 63].

А. Кемпински исследуя страх, описывал его как отрицательное чувственное состояние с установкой «от» окружающего мира. Ситуации, вызывающие установку страха, он делил на четыре группы: связанные с непосредственной угрозой жизни, с социальной угрозой, с невозможностью осуществления собственного выбора активности и с нарушением существующей структуры взаимодействия с окружающим миром. Итак, в зависимости от генезиса можно говорить о страхе биологическом, социальном, моральном и страхе дезинтеграции [70, 123-124].

Таким образом, можно отметить разногласия и неоднозначность при характеристике термина страх. В рамках нашей работы наиболее подходящим нам кажется следующее определение исследуемого явления:

Страх - отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о реальной или воображаемой опасности. Существуют различные классификации страха. В самом общем виде страх классифицируют на ситуативный (возникает в необычных ситуациях) и личностно обусловленный (предопределяемый характером человека с тревожной мнительностью). Страх бывает реальный и воображаемый, острый и хронический. Принято выделять также возрастные страхи, появление которых чаще всего совпадает с определенными изменениями в жизни человека, то есть, возрастные страхи являются отражением личностного развития [60].

Страхи условно можно разделить на ситуационные и личностно обусловленные. Ситуационный страх возникает в необычной, крайне опасной или шокирующей обстановке. Личностно обусловленный страх предопределен характером человека, например его склонностью к переживанию тревоги, и может появляться в новой обстановке или при контактах с незнакомыми людьми [60; 63].

В психологических теориях существует несколько классификаций страхов. Известный психиатр Б.Д. Карвасарский делит страхи на группы исходя из того, чего боится человек, - это так называемая классификация по фабуле страха. Этот исследователь различал 8 основных фабул страха. В первую он относил боязнь пространства, которая проявляется в различных формах. Сюда относятся: 1) клаустрофобия - боязнь замкнутого пространства, 2) агорафобия - боязнь открытого пространства, 3) страх глубины и 4) страх высоты [67].

Ко второй группе фобий относятся так называемые социофобии, связанные с общественной жизнью. Они включают в себя эрептофобия (страх покраснеть в присутствии людей), страх публичных выступлений, страх из-за невозможности совершить какое-либо действие в присутствии посторонних.

К третьей группе, по классификации Б.Д. Карвасарского, относятся нозофобии - страхи заболеть каким-либо заболеванием. Люди давно понимали, что страх болезни только усиливает ее и снижает шансы на выздоровление.

К четвертой группе относится танатофобия - страх смерти, к пятой - различные сексуальные страхи, до шести - страхи нанести вред себе или близким.

В седьмую группу входят «контрастные» страхи (громко произнести слово, сделать что-то неприличное).

И восьмая группа страхов - фобофобия, страх бояться чего-либо [67].

В психологической литературе рассматриваются такие виды детских страхов, как: природные, социальные, ситуативные, личностные; реальные и воображаемые, острые и хронические, обычные, естественные, патологические, возрастные, невротические [63];

Ю. В. Щербатых делит все страхи на три группы [171; 172]:

1) Природные страхи, непосредственно связанные с угрозой жизни человека. К числу природных явлений, которые внушают людям сильнейший страх, относятся гроза, солнечные затмения, появление комет, извержения вулканов и сопровождающие их землетрясения, все, что ассоциируется у человека со страхом конца света.

Особую группу природных страхов составляют страхи животных. К животным, которые вызывают у людей особенно сильный страх, относятся различные змеи. Во все времена змеи, отмечает автор, служили символами скорости, хитрости, врачебного искусства и даже символом времени. Им приписывались свойства добрые и злые, и, таким образом они занимали место от божества к дьяволу.

2) Вторую группу в классификации Ю.В. Щербатых составляют социальные страхи - боязнь и опасения за изменение своего социального статуса. Социальные страхи могут вытекать из страхов биологических, но всегда имеют специфический социальный компонент, который в них выходит на первое место, оттесняя более примитивные факторы выживания.

Автор отмечает, что конкретные формы проявления социальных страхов зависят от особенностей исторической эпохи, возраста человека, профессиональной принадлежности и типа общества.

3) Третью группу составляют внутренние страхи - рожденные лишь фантазией и воображением человека и не имеют под собой реальной основы для беспокойства. Особенно хочется отметить, что к внутренним страхам исследователи относят не только страхи, рожденные фантазией человека, но и страхи собственных мыслей, если они идут вразрез с имеющимися моральными установками [172].

Для исследования структуры страхов, существующих в обществе, Е.И.Ивлевою и Ю.В.Щербатих были разработаны специальные анкеты, позволяющие выявить актуальные страхи в современном обществе. В результате было установлено, что на первом месте стоит страх за здоровье своих близких, на втором - страх возможной войны, на третьем - страх перед преступностью. Затем последовательно - страх бедности, страх перед некоторыми животными, страх перед возможными неблагоприятными изменениями в личной жизни, страх перед начальством. Оказалось, что люди по-прежнему пугает кладбище, они испытывают страх перед болезнями (девятое место) и перед публичными выступлениями [171].

Страх может возникнуть, считает Дж. Грей, если событие не происходит в ожидаемом месте и в ожидаемое время. Многие авторы отмечают, что страх вызывается объектом, предметом, человеком, явлением природы, но бывают и беспредметные страхи, то есть не связанные ни с чем конкретным [24]. А. Кемпински [69] оценивая соотношение биологических и социальных страхов, указывал, что их различия кроются в разнице условий существования наших предков и современных людей.

Следует также отметить, что специфика социальных страхов заключается, во-первых, в их опосредованном характере (когда объекты, вызывающие страх, не могут непосредственно сами по себе причинить вред человеку), во-вторых, в их распространенности.

А. И. Захаров разделял страхи на следующие группы [59]:

1. По характеру - природные, социальные, ситуативные, личностные.
2. По степени реальности - реальные и мнимые.
3. По степени интенсивности - острые и хронические.

Следует отметить, что в современной психологии эмоций не существует универсальной классификации страхов; страхи делят по силе, интенсивности, биологической, психологической и социальной значимости и т.д.

Состояние страха довольно типичное для человека явление, особенно в экстремальных видах деятельности или при наличии неблагоприятных условий и незнакомой обстановки. Во многих случаях механизм проявления страха у человека есть условно рефлекторным, в результате прочувствованной ранее боли или какой-либо неприятной ситуации. Возможно и инстинктивное проявление страха .

В зависимости от авторов отмечаются различные причины, вызывающие страх. Дж. Боулби [24] отмечает, что причиной страха может быть как присутствие чего-то угрожающего, так и отсутствие того, что обеспечивает безопасность, например, матери для ребенка. Дж. Боулби говорит о том, что определенные объекты, события и ситуации имеют тенденцию пробуждать страх, то есть быть «естественными сигналами» опасности. В своем подходе и терминологии он отталкивался от исследований биологов и этологов, которые изучали поведение животных в их естественных условиях обитания. Как природных сигналов опасности Дж.Боулби называет только четыре фактора, а именно: боль, одиночество, внезапное изменение стимуляции и стремительное приближение объекта. Эти факторы не обязательно являются врожденными, внутренними активаторами страха, но люди, видимо, биологически склонны реагировать на них страхом. Несмотря на свою малочисленность, природные сигналы опасности лежат в основе многих производных и культуральных активаторов страха [24].

Боль, первый и самый важный из природных активаторов страха. Страх, вызванный ожиданием боли, чрезвычайно ускоряет процесс обучения. Любой объект, событие или ситуация, связанные с переживанием боли, могут стать условными стимулами, повторная встреча с которыми напоминает индивиду о прошедшей ошибке и о переживаниях боли.

Другим естественным активатором страха является одиночество. Чаще всего, оставаясь в одиночестве, человек чувствует угрозу своей безопасности, но стоит ему оказаться среди людей, как страх отступает. Действенность

фактора внезапного изменения стимуляции как активатора страха исследована недостаточно, но одна из разновидностей этого условия изучалась еще на заре развития бихевиоризма. Дж. Уотсон и Рейнор, пытаясь выявить врожденные эмоции, провели ряд экспериментов на младенцах. Результаты этих экспериментов привели Дж. Уотсона [153] к выводу, что эмоция страха может быть вызвана внезапной потерей опоры. Внезапные изменения стимуляции, к которым индивид не в состоянии приспособиться, могут служить для него сигналом опасности и вызвать эмоцию страха.

К природным активаторам страха также относится внезапное приближение. Несколько лет исследований с младенцами позволили ученым установить, что важными факторами страха в данной ситуации (внезапное приближение) является внешность незнакомца и скорость, с которой он приближается к ребенку. Выявлено, что у младенца скорее вызовет страх стремительное приближение большого человека, чем приближения ребенка. Таким образом, стремительное приближение объекта при определенных условиях может служить, по крайней мере для младенцев, естественным сигналом опасности [153].

В дополнение к списку природных сигналов опасности Дж. Боулби [24] как фактор страха рассматривает необычность. Данный фактор можно отнести к той категории стимулов, о которых некоторые психологи говорят в терминах гипотезы несоответствия. В общем виде эта гипотеза постулирует, что любой стимул, достаточно отличается от привычных стимулов, может активировать эмоцию, причем степень несоответствия этого стимула привычным стимулам, по мнению некоторых психологов, влияет на тип и интенсивность активируемой эмоции. Хотя в рамках данной гипотезы невозможно объяснить, почему тот или иной «неподходящий» стимул активирует конкретную эмоцию, она тем не менее имеет некоторую объяснительную силу. Очевидно, что стимул средней степени несоответствия может активировать эмоцию интереса, тогда как не измененный стимул может активировать страх. Когда незнакомый стимул характеризуется

высокой степенью несоответствия, то есть его качество и интенсивность не соответствуют прошлому опыту индивида, вероятность активации страха значительно возрастает [24].

К. Изард [63] разделяет причины страха на внешние (внешние процессы и события) и внутренние (потребности и когнитивные процессы, представление человеком опасности при воспоминании или предвидении). Во внешних причинах он выделяет культурные детерминанты страха, что есть, как показано С. Речменом, результатом исключительно обучения (например, сигнал воздушной тревоги). С этой точкой зрения не согласен Дж. Боулби, который считает, что многие культурные детерминанты страха при ближайшем рассмотрении могут оказаться связанными с природными детерминантами, замаскированными различными формами неправильного толкования, рационализации или проекции. Например, боязнь воров или привидений может быть рационализацией страха темноты, страх перед попаданием молнии - рационализацией страха грома и т. Д. Много страхов связано со страхом боли: ситуации, которые вызывают боль (угроза боли), могут вызвать страх независимо от имеющегося ощущение боли.

А. С. Зобов все опасности, которые вызывают страх, разделил на три группы [59]: реальные, объективно угрожающие для здоровья и благосостояния личности;- мнимые, объективно не угрожают личности, но воспринимаются ею как угроза благополучию; - престижные, которые угрожают пошатнуть авторитет личности в группе.

С. Томкинс в качестве причин страха называет драйвы, эмоции и когнитивные процессы. По сравнению с эмоциями и когнитивными процессами, Потребности и процессы, обеспечивающие гомеостаз организма, составляют менее значимый класс активаторов страха. Драйв приобретает психологическое значение тогда, когда его интенсивность достигает критического уровня, когда он сигнализирует человеку об остром физиологическом дефиците. В этих случаях драйв активирует эмоцию, и такой эмоцией может быть страх [183].



Любая эмоция может активировать страх по принципу эмоционального заражения. По мнению С.Томкинса, реакции испуга и возбуждения в силу сходства их нейрофизиологических механизмов с механизмами, лежащими в основе эмоции страха, часто являются активаторами последнего. Он считает, что базовая взаимосвязь между эмоциями интереса, удивления и страха обусловлены сходством их нейрофизиологических механизмов. Томкинс считает [183], что внезапное и полное освобождение от длительного и интенсивного страха активирует радость, тогда как частичное освобождение от страха вызывает возбуждение. Обратную связь между страхом и возбуждением мы наблюдаем, когда эмоция интереса-возбуждения перерастает в страх. Страх может быть результатом когнитивной оценки ситуации как потенциально опасной. С.Томкинс называет такую причину когнитивно сконструированной. Когнитивные процессы составляют самый большой, самый распространенный класс активаторов страха. Так, например, страх может быть вызван воспоминанием об определенном объекте, мысленным образом объекта или антиципацией определенной ситуации. Эти когнитивные процессы достаточно часто могут отображать не реальную угрозу, а вымышленную, в результате чего человек начинает бояться ситуаций, которые не представляют реальной угрозы, или слишком многих ситуаций, или жизни вообще. Воспоминание о пережитом страхе или ожидания страха само по себе может быть активатором страха [183].

Человек, предмет или ситуация могут стать источником страха в результате: а) формирование гипотез, воображаемых источников вреда, б) ожидания вреда, в) непосредственного столкновения с сконструированным, мнимым, объектом страха.

По мнению Отто Ранка [123] первопричиной страха является родовой травматизм. Роды - это первичная сепарация, что вызывает ужас. Он считал, что рождение ребенка является психической травмой, создает у него уровень тревоги, имеет тенденцию вновь возникать у взрослого человека в

критических ситуациях, проявляться в невротических симптомах. Также придавал важное значение страха отделения от матери [123, 54].

Рассматривая причины возникновения и природу страха, З. Фрейд попытался ответить на вопрос, что представляет собой так называемый первичный страх. Он готов был признать, что первое состояние страха возникает тогда, когда ребенок отделяется от матери. В то же время он выразил несогласие с Отто Ранком, который рассматривал первичный страх как следствие травмы рождения. С его точки зрения, страх может возникать и без прообраза рождения [161].

Согласно З. Фрейду, местом сосредоточения страха является не Оно (бессознательное), а Я (сознание). «Я» испытывает давление с трех сторон: на него влияет внешний мир, Я находится во власти бессознательных влечений, ему приходится считаться с моральными запретами и угрозами карающей совести. Если Я вынужден признать свою слабость, то в этом случае, подчеркивал З. Фрейд, у человека возникает страх - реальный страх перед внешним миром, невротический страх перед силой страстей Оно и страх совести перед Сверх-Я [161].

Одним из трудных вопросов, связанных с психоаналитическим пониманием истоков возникновения и природы страха, был вопрос о соотношении между вытеснением бессознательных влечений человека и образованием страха. Сначала Фрейд считал, что энергия вытеснения ведет к возникновению страха, то есть именно вытеснение превращается в страх. В дальнейшем он пересмотрел свою позицию по этому вопросу. Согласно поздним представлениям З. Фрейда, при вытеснении происходит не новое психическое образование, которое ведет к страху, а воспроизведение предыдущего страха. По его словам, страх создает вытеснения, а не вытеснение - страх.

В конечном счете основатель психоанализа был вынужден признать, что чувство страха «не поддается нашему пониманию». Вопрос о происхождении страха как такового заставляет «оставлять бесспорно

психологическую почву и вступить в пограничную область физиологии» [161].

Исходя из сказанного выше, можно сделать вывод, что взгляды на причины и факторы возникновения страха так же, как и на само понятие «страх», у психологов неоднозначны и требуют дальнейших исследований.

## **1.2. Особенности развития эмоциональной сферы в младшем школьном и подростковом возрасте**

Несмотря на большое количество исследований эмоциональной сферы младшего школьного и подросткового возраста, данная проблема остается актуальной. Ребенку XXI века приходится бороться с такими страхами, каких не испытывали его сверстники XX века: их вызывают, в частности, сюжеты фильмов ужасов, персонажи компьютерных игр, серийные убийцы, боевики со сценами насилия и убийствами, ежедневные сообщения о террористических актах и военных сводках в средствах массовой информации, пишет Л.С.Акопян [ 5 ].

Страхи как проявления эмоциональных состояний имеют свои возрастные особенности. В ряде исследований (Л.С.Акопян, О.В. Андреева, И.В.Бабарыкина, А.И.Белоусов, Н.Блегг, Л.И.Божович, С.В.Васьківська, В.И.Гарбузов, М.А.Глазеева, О.М.Грек, А.О.Денисенко, А.И.Захаров, Г.Крайг, М.А. Кузнєцов, В.А.Петченко, І.В.Розіна, С.М.Томчук, Фан Цзюань, Ян Линь, Ван Ючжи и другие.) были раскрыты особенности эмоциональной сферы и особенности возникновения и проявления страхов у младших школьников.

Важной особенностью социальной ситуации развития младших школьников является то, что они строят свои отношения со сверстниками на основе учебной деятельности. К моменту вступления в школу у детей наблюдается уменьшение количества страхов (по сравнению с

дошкольниками), что обусловлено новой социальной позицией школьника, которая уменьшает эгоцентрическую направленность личности, а так же и интенсивно опосредствованные формы страха. Ближе к 7 годам и особенно до 8 лет при большом количестве неразрешимых и, которые идут из более раннего возраста страхов, можно уже говорить о развитии тревожности как определенном эмоциональном расположении духа с преобладанием чувства беспокойства, страха сделать что-нибудь не то, не так, опоздать, не отвечать общепринятым требованиям и нормам. Все это указывает на возрастную и социальную детерминацию страхов, которые высказываются опасением быть не тем, кого любят и уважают, т.е. на их социально - психологическую обусловленность. Поэтому, страх быть «не тем» чаще всего встречается не только у эмоционально чувствительных детей с развитым чувством собственного достоинства, но именно у тех из них, кто внутренне ориентирован на социальные нормы и стремится придерживаться их [ 81 ].

По мнению Г.Крайга, страхи у детей имеют симптоматическое сходство со страхами у взрослых, за исключением того, что дети часто не рассматривают свои страхи как необоснованные. Страхи у детей часто бывают преходящими и длятся от одной до нескольких недель. У некоторых детей, однако, страхи сохраняются или превращаются с возрастом в более реалистические опасения. Продолжительные страхи могут появиться вследствие более высокого уровня тревожности [ 81 ].

Младший школьный возраст - это возраст когда перекрещиваются инстинктивные и социально опосредствованные страхи. Инстинктивные, преимущественно эмоциональные, формы страха - это собственно страх который воспринимается угрозой для жизни, в то время как социальные формы страха есть его интеллектуальной переработкой. Ведущий страх в данном возрасте - это страх «быть не тем», о ком хорошо говорят, кого уважают, ценят и понимают. Конкретными формами страха « быть не тем » есть страхи сделать не то, не так, быть осужденным и наказанным. Эти страхи говорят о нарастающей социальной активности, об укреплении

чувства ответственности, долга, обязанности, т.е. о всем том, что объединено у понятие «совесть», которое есть центральным психологическим образованием данного возраста [5].

Вступление в школу - серьезное испытание для детей. Новое окружение, новые требования, а сколько всего нужно уметь делать - внимательно слушать учителя, концентрировать внимание, уметь отвечать на вопрос преподавателя. Тем не менее, желание побегать, поиграть, повеселиться - надо подавлять. Если со всем этим ребенок справляется, и все у него идет хорошо - он радостный, захваченный, он верит в свои силы. Если же ни - интерес к обучению быстро проходит, успехов нет и нет чему радоваться как ребенку, так и родителям [85].

Первоклассники, которые по разным причинам не могут справиться с учебной нагрузкой, со временем попадают в разряд неуспевающих, что в свою очередь, приводит как к неврозам, так и к школобоязни [85]. Важным фактором повышения тревожности является ориентация школьников не на процесс обучения, а на его результат, то есть на отметку или балл. Ребенок чувствует, что отношение к нему прямо пропорционально его успехам в учебе, от его отметок зависит отношение к нему авторитетных для ребенка людей. В разные годы для школьника важными будут разные люди. Так, младшие школьники стремятся к симпатии учителей, ради этого они готовы учиться на "отлично". Наблюдение психологов обнаружили, что большинство школьных страхов имеют дети, которые учатся на "отлично" и те, кто очень отстает в учебе. По мнению младшего школьника, если учитель ставит плохую отметку - "он меня не любит". В других случаях родители переживают из-за внешкольные достижения своих детей: заставляют их заниматься музыкой, спортом или хореографией, иностранными языками, рисованием и т.д [ 85 ]. Для указанного возраста само обучение и одобрение учителя является показателем успешности среди сверстников. Если же в учебной деятельности возникают проблемы, это вызывает появление тревог и школьных страхов различного происхождения. У младших школьников

могут возникать негативные эмоциональные переживания в случаях, когда возникают разногласия между притязаниями и способностями ребенка, которые могут удовлетворить эти притязания [117]. Они всеми средствами пытаются сохранить привычную самооценку, но часто она не в состоянии отвечать требованиям учителей, родителей и школы в целом. Это становится причиной возникновения страхов в школьной среде. Завышенные требования формируют у младших школьников страхи и неуверенность в собственных силах.

По мнению Н.Д.Линде, частой причиной страхов младших школьников является недостаточный уровень физиологической и интеллектуальной зрелости. Особенно это характерно для эмоционально чувствительных и болезненных детей. Страх школы у таких детей вызван опасением перед физической агрессией со стороны сверстников. Тревожность таких детей усиливается под влиянием переутомления. К сожалению, режим школьной жизни способствует этому. Существует термин «школьная фобия», навязчивым страхом некоторых детей перед посещением школы. Но нередко, речь идет не столько о страхе школы, сколько о страхе ухода из дома, разлуки с родителями, к которым тревожно привязанный ребенок, и вдобавок часто болеет и находится в условиях гиперопеки [96].

Нередко предчувствие разлуки тянет за собой возникновение разных болезненных разладов (головные боли, дурнота, рвота), не связанных с соматическими заболеваниями. Иногда родители сами боятся школы и невольно вселяют этот страх детям или драматизируют проблемы начала обучения, выполняют вместо детей все задачи, а также чрезмерно контролируют их. В результате у детей появляется чувство неуверенности в своих силах, сомнения в своих знаниях, а также привычка жить чужой работой [96].

Школа может стать источником значительных страхов, которые повлияют на его обучение и здоровье. Очень часто дети ощущают страх, когда чувствуют, что ситуация выходит из-под контроля. Контрольные

работы, домашние задачи, пометки, давление родителей, ровесников, учителей, проблемы в обучении. Учитель несправедливый, контрольная слишком сложная, второй попытки не будет и т.д. Еще одна школьная беда - волнение детей через возможные ошибки ( «Вдруг будет неправильно» ), а иногда из-за боязни критики или насмешек со стороны учителей, родителей, ровесников. Волнение держит школьников в состоянии напряжения или гиперактивности, которое мешает нормально учиться, т.к. обучение требует восприимчивости и сосредоточенности. Таким образом, в школе дети могут оказаться в ловушке страха [85]. Невыявленные детские страхи, пишет Л.С.Акопян [5], могут серьезно мешать учебному процессу, в особенности это относится к учебным страхам; страхи могут нарушать детско-родительские отношения, а также отрицательно сказываться на его социальной активности и взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми.

Среди причин возникновения школьных страхов у учеников начальной школы отмечают следующие:

- Психотравмующий характер самой системы обучения (классы по 30-35 человек, ограничение двигательной активности ребенка, изменение обычного режима дня, изменение обязанностей и социального статуса ребенка и пр.).

- Стиль общения и особенности личности педагога ( при определении класса, в котором будет учиться ребенок, необходимо учитывать индивидуальные особенности педагога и ребенка, активно включать родителей в воспитательную внеклассную работу.

- Личностные особенности ребенка (непосещение детского садика, тип нервной системы, адаптивность ребенка, особенности ее эмоционального реагирования и прочее) [85].

Контрольные работы являются источником давления. Они кажутся детям очень важными и даже очень хорошие ученики понимают, что им могут задать вопросы, на который они не дадут ответ. Волнение перед контрольной работой может плохо повлиять на способность ребенка ответить

на вопрос, которые она точно знает, а лимит времени, отведенное на выполнение работы иногда заставляет детей делать глупые ошибки.

Контрольные - это типичный случай запугивания себя, когда в голове постоянно крутят мысли типа: «Я недостаточно занимался, я не знаю правильного ответа, я получу плохую оценку». Волнение от этого усиливается, и очень скоро ребенок попадает в ловушку запугивания, с трудом сосредотачиваясь на задаче [ 84 ].

Дети, которые не приобрели в школе необходимого опыта общения с ровесниками, ощущают трудности адаптации в школьном коллективе и страх перед учителем. Некоторые дети панически боятся сделать ошибку, когда готовят уроки. Это происходит в тех случаях, когда родители педантически их проверяют и при этом очень драматически относятся к ошибкам. Даже, если родители не наказывают ребенка, психологическое наказание все одно присутствующее. В младшем школьном возрасте отметка - не просто оценка конкретного результата деятельности. Она субъективно воспринимается ребенком как оценка всей его личности [84]. «Ты плохой, так как ты плохо учишься», - говорят ребенку. Он соглашается, и возникает внутренний неразрешимый конфликт. Он сопровождается чувством неопределенности, неуверенности в себе и разными страхами. В ряде случаев страх перед школой вызван конфликтом с ровесниками, боязнью проявлений физической агрессии с их стороны. [84] Чаще всего подобные страхи с возрастом изменяют свой характер, иногда исчезают совсем. Но, имея продолжительный характер, они вызывают у ребенка чувство бессилия, неспособности справиться со своими чувствами, контролировать их.

Школьные страхи являются нормальным сопровождением учебной деятельности. Однако ряд факторов могут привести к тому, что у ребенка сложится комплекс страхов или его страхи будут настолько сильными, что обозначатся на успешности его ведущей деятельности.

Подростковый возраст является одним из основных этапов развития личности (Л. С. Выготский, Г. С. Костюк, Д. Максименко) он является



кризисным, полным споров. Рассматривая проблему страхов в подростковом возрасте, было выяснено, что они порой бывают необъяснимые, спонтанные и неуправляемые. Это связано с общей физиологической перестройкой организма ребенка. Начинаясь с кризиса, весь период обычно протекает тяжело и для ребенка, и для близких ей взрослых. Подростковый возраст «начинается» с изменения социальной ситуации развития. В психологии этот период называют переходным, тяжелым, критическим возрастом.

В подростковом возрасте дети отличаются непредсказуемостью, эмоциональной неустойчивостью, сильной восприимчивостью к событиям вокруг них. Подростковый возраст - это период волнения, беспорядка, стресса и бунта. Многих подростков мучают кошмары, которые они относят именно к себе. Они не знают, что эти страхи присущи всем, и их трудно в этом убедить,- пишет Г.Крайг [84].

Подросток, с одной стороны, стремится сохранить и даже подчеркнуть свою индивидуальность, а с другой - быть частью значимой группы, соответствовать тем ценностям и нормам, которые там приняты. Он экспериментирует над своей жизнью, пытается попробовать примерить на себя множество образов и ролей. Выстраивает индивидуальные, особые, иногда такие, которые кажутся преувеличенными, иногда положительные, стратегии поведения. Для этого, безусловно, ему нужны объекты подражания, которые идеализированы подростком. В этом возрасте складываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, к людям, к обществу, стабилизируются черты характера и основные формы межличностного поведения. Среди многих личностных характеристик, присущих подростку, особо выделяют формирование у него чувства взрослости и «Я-концепцию». В подростковом возрасте активно идет процесс познавательного развития. Главные мотивационные линии этого возрастного периода, связанные с активным стремлением к личностному самосовершенствованию, самопознанию, самовыражению и самоутверждению. Отношения с окружающими - наиболее важная сторона

жизни подростков. Подросток обладает сильными, иногда гипертрофированные потребности в самостоятельности. Эта самостоятельность выражается, в основном, в стремлении к эмансипации от взрослых и в различных внешкольных увлечениях. В этот период он пытается узнать и изучить самого себя, чтобы в дальнейшем, найти способ принятия собственного «Я» и стать зрелой личностью.

Одной из психологических проблем, развиваются именно в подростковом возрасте, есть разные необъяснимые, спонтанные и неуправляемые страхи. Это связано с общей физиологической перестройкой организма ребенка. Страхи часто мешают выполнять различные действия, связанные с личной, школьной и другими сферами жизни подростка. Распространенным явлением является фиксирование страха на взаимоотношениях со сверстниками, страхи в сфере межличностных отношений (Т. М. Титаренко). Одной из распространенных форм страха в этот период является проблема так называемых «мнимых увечий». Тело ребенка претерпевает некоторые трансформации, которые порой происходят не всегда так гармонично, как бы ей хотелось, чтобы быть похожей на свои идеалы. [149]. Поэтому, они часто чувствуют себя неуклюжими и некрасивыми. Тем, недовольство собой может расти, усиливаться и приводить к весьма негативным последствиям. Такое часто происходит, когда подросток стесняется своей внешности настолько, что не в состоянии обсуждать эту проблему даже с близкими друзьями. Это может выражаться в том, что ребенок начинает стесняться определенных частей тела, перестает общаться со сверстниками, выходить из дома, заниматься обучением и даже любимыми делами.

Однако у всех детей подростковый период проходит по-разному. Поскольку он обильно насыщенный крайностями и характеризуется довольно полярными проявлениями, в зависимости от индивидуальных особенностей конкретного ребенка.

Некоторые подростки, могут быть сильно расторможенными, самоуверенными и агрессивными. Они хвастаются своим бесстрашием и бесцеремонностью, отсутствием морально-этических установок. Другие дети, наоборот, страдают от страхов, неуверенности, неспособности защищать себя.

Страхи часто мешают выполнять различные действия, связанные с личной, школьной и другими сферами жизни подростка. К. Дусавицкий обнаружил четкую связь между познавательным интересом и учебной тревожностью. Он считал, что познавательный интерес и учебная тревожность находятся на противоположных полюсах мотивации. В работе М. А. Кузнецова и И. В. Бабарыкин доказано, что страх является мотивацией или необходимостью, которую можно приобрести в результате обучения и это является негативным явлением [ 85 ].

Страхи могут провоцировать различные эмоциональные проблемы. Например: однажды возникнув, страх перед контрольной, может невольно отразиться в эмоциональной памяти надолго (конечно если ребенок имеет склонность к страхам) и напоминать о себе всякий раз при повторных контрольных и экзаменах. В таких случаях может развиваться волнения из-за ожидания очередной неудачи, даже просто от предоставления ребенку возможности проявить себя. Страх неудачи может выражаться и в других формах: заикание, неврозах навязчивых состояний и различных фобий [ 147].

В исследовании, проведенном А.М. Прихожан, посвященном изучению содержания страхов школьников, были получены интересные результаты, связанные с динамикой страха. На первом этапе исследования (с 1979 по 1982 год) во всех подростков независимо от пола страхи фокусировались на отношениях со сверстниками. На втором этапе исследования (с 1989 по 1992 год) практически во всех подростков оказались половые различия. У девочек первоочередными были проблемы семьи: страхи смерти, болезни, негативных переживаний родителей. У мальчиков в этот период преобладал страх глобальных катастроф, особенно высокий страх физического насилия.

На третьем этапе исследования (с 1996 по 1997год) у подростков увеличилась выраженность «архаичных» и «магических» страхов. Страх физического насилия приобрел характер и социального, и приветственного [121].

Ведущими страхами в подростковом возрасте по мнению А.И.Захарова есть страхи смерти родителей (практически во всех мальчиков до 15-летнего возраста и всех девочек до 12-го года жизни) и страх войны (90% - в 13 лет у мальчиков и 91% - в 12 лет у девочек). Оба страхи тесно связаны между собой, поскольку война несет в себе реальную угрозу смерти родителей. Другая группа выраженных и опять же взаимосвязанных страхов - это страхи собственной смерти (63% - в 13 лет у мальчиков и 70% - в 11 лет у девочек), приступы (54% - в 13 лет у мальчиков и 70% - в 11 лет у девочек), пожара (52% - в 10 лет у мальчиков, 80 и 79% - в 10 и 11 лет у девочек). Таким образом, большинство детей боятся своей смерти и смерти родителей, нападений, пожаров и войны. У мальчиков в подростковом возрасте достигает максимальной выраженности страх заболеть (а также заразиться - в 39% в 13 лет); у девочек - страхи стихии (в 52 и 50% в 11 и 12 лет), высоты (в 45% в 14 лет) и замкнутого пространства (в 35% в 14 лет). Не достигают максимума в данном возрасте, но достаточно выражены у девочек страхи животных (в 51% в 14 лет), глубины (в 50% в 11 лет) и опоздания (у 70% в 10 и 11 лет) [60].

У девочек подростковый возраст более насыщенный страхами, чем у мальчиков, отражая их большую склонность к страхам вообще. Однако среднее число всех страхов как у них, так и у мальчиков заметно уменьшается в подростковом и младшем школьном возрасте по сравнению с дошкольным.

А.И. Захаров, проводя интервью с подростками 10-16 лет, описывал «естественные» и «социальные» страхи. «Естественные» страхи включали страхи заболеть, смерти себя и родителей, сказочных персонажей, перед засыпанием, темноты, животных, движущегося транспорта, стихии, высоты, глубины, воды, замкнутого пространства, огня, пожара, крови, уколов, боли,

врачей, неожиданных звуков и т. д. Межличностные страхи - это страхи одиночества, некоторых людей, наказания, войны, сделать что-нибудь не так, не то, не успеть, опоздать, не справиться с порученным делом, не справиться с чувствами, потерять контроль, быть «не собой», насмешек, осуждения со стороны сверстников и взрослых и т. д [59].

«Естественные» страхи максимально выражены в 10 лет у мальчиков и девочек (у мальчиков также в 11 лет). Межличностные страхи, наоборот, достигают своего максимума в 15 лет у мальчиков и девочек. Мы видим своеобразное пересечение рассмотренных страхов в подростковом возрасте, уменьшение «естественных» - инстинктивных в своей основе и увеличение «социальных» - межличностно обусловленных. По сравнению с мальчиками у девочек больше число не только «естественных» страхов, о чем уже говорилось ранее, но и «социальных». Это не только подтверждает большую боязливость девочек, но и указывает на более выраженную в них тревожность по сравнению с мальчиками, поскольку в «социальных» страхах преобладает тревожный регистр личностного реагирования [ 59 ].

Тревожность, как и «социальные» страхи, достигает своего максимума у мальчиков и девочек в 15 лет, то есть до конца подросткового возраста, причем у девочек тревожность достоверно выше, чем у мальчиков. Нарастание «социальных» страхов, так же как и тревожности, является одним из критериев формирования самосознания личности у подростков, повышенной чувствительности в области межличностных отношений [127].

А.И.Захаров пишет, что возрастная динамика смешанного, но преимущественно с социальным оттенком, страха «быть не собой» после некоторого уменьшения в 11 лет он возрастает до 14 лет у девочек (пик в 13 лет - 65%) и непрерывно - до 16 лет у мальчиков (пик в 15 лет - 83%), подчеркивая выраженную у подростков потребность самоактуализации, сохранения своеобразия личности , ее неповторимости и самобытности. Следует заметить, что в 12 лет у мальчиков выявлены наиболее низкие показатели по таким шкалам рассматриваемого опросника, как

«эмоциональная чувствительность», «естественные» и «социальные» страхи. У девочек наименее выражен в этом же возрасте страх смерти. Снижение эмоциональной чувствительности и обусловленное этим уменьшение количества страхов, прежде всего у мальчиков, объясняется началом периода полового созревания и присущим ему обострением возбудимости, негативности и агрессивности. Следовательно, чем больше выражен уровень агрессивности, тем меньше страхов, и, наоборот, чем больше страхов, тем меньше способность к причинению другим физического, а часто и морального ущерба [ 60 ].

Ведущим страхом в этом возрасте А.И. Захаров [60] называет страх быть не тем, о ком хорошо говорят, кого уважают, ценят и понимают. Это страх не соответствовать социальным требованиям ближайшего окружения, будь то школа, среда сверстников или семья. Эти страхи говорят о нарастающей социальной активности, об упрочении чувства ответственности, долга, обязанности, т.е. обо всем том, что объединено в понятие «совесть», которое является центральным психологическим образованием данного возраста.

Отсутствие эмоционально теплых, непосредственных отношений с родителями младших подростков или конфликтные отношения с ними в старших подростков существенно влияют на увеличение страхов, прежде всего в сфере межличностных отношений. Более страхов, особенно в старших подростков, и при конфликте родителей между собой. При низком взаимопонимании между родителями девочки в большей степени, чем мальчики, реагируют увеличением страхов, то есть отчуждены отношения в семье воспринимаются девочками больше травмирующими и нередко способствуют, к тому же, снижению настроения. Таким образом, межличностная напряженность и низкое взаимопонимание в семье увеличивают число страхов у подростков, подобно тому, как это происходит в старшем дошкольном возрасте. В свою очередь, большое число страхов снижает уверенность в себе, без которой невозможны адекватная

самооценка, личностная интеграция и принятие себя, воплощения планов в жизнь и полноценное общение со сверстниками. При значительном числе страхов имеет место неблагоприятное положение подростка в коллективе, малое число выборов со стороны сверстников, особенно того же пола, то есть низкий социометрический статус [121].

Китайские психологи Фан Цзюань[159] Лю Яньхуа в своих исследованиях при изучении эмоциональной сферы китайских школьников выявили, что социальная ситуация развития современных китайских подростков (резкий подъем экономики, высокая конкуренция среди высококвалифицированных кадров, изменение демографической структуры семьи, нового типа отношения между поколениями и др.) оказывает влияние на них и может вызывать тревогу и озабоченность. Результаты исследования показали, что на первом месте по значимости оказались проблемы, связанные с родительским домом. Следующими по значимости для подростков были проблемы, связанные с отношением к будущему. Проблемы со сверстниками и проблемы свободного времени поделили третье и четвертое место. На пятом месте стояли проблемы взаимоотношений с противоположным полом. Наименее отягощены подростки проблемами, связанными со школой и с собственным «Я» [159].

Страхи у подростков - не редкое явление, но они обычно тщательно скрываются. Наличие устойчивых страхов в подростковом возрасте всегда свидетельствует о неспособности защитить себя. Постепенное перерастание страхов в тревожные опасения говорит о неуверенности в себе и отсутствие понимания со стороны взрослых, когда нет чувства безопасности и уверенности в ближайшем, социальном окружении. Подростковая проблема "быть собой среди других" выражается как неуверенностью в себе, так и неуверенностью в других. Произрастающая из страхов неуверенность в себе является основой настороженности, а неуверенность в других служит основой подозрительности. Настороженность и подозрительность превращаются в недоверчивость, вращающейся в дальнейшем предвзятостью

в отношениях с людьми, конфликтами или отделением своего "я" и уходом от реальной действительности [86].

В отличие от обычного, навязчивый страх воспринимается как нечто чуждое, что происходит произвольно, помимо воли, как своего рода наваждение. Попытки справиться с ним путем борьбы способствуют только его укреплению.

Навязчивые страхи - это то, что неприемлемо для человека, то, что она не хочет допустить в свое сознание, но от чего сразу не может освободиться сам, поскольку это означало бы полную, окончательную, безвозвратную победу рациональных сторон психики над ее эмоциональными, чувственными, инстинктивными сторонами. Страх и прошел бы со временем, но он закрепился именно вследствие борьбы с ним, непримиримого отношения, неспособности пойти на компромиссы, признать свою неудачу и защитить себя в дальнейшем. Навязчивым страх становится не сразу, а через какое-то, иногда довольно продолжительное, время. Внезапный же страх может появиться быстро, внезапно от сильного, неожиданного испуга, переживания, потрясения, то есть в результате эмоционального стресса или шока, который фиксируется, запечатлевается и действует подобно занозу, причиняя беспокойство всякий раз, когда упоминаются аналогичные обстоятельства или когда с ними сталкиваются [38].

Может так случиться, что испытанный однажды страх при ответе у доски, растерянность, замешательство могут невольно запечатлиться в эмоциональной долговременной памяти (а она всегда выражена у тех, кто склонен к страхам) и напоминать о себе каждый раз при повторных вызовах к доске. Разовьется тогда и волнения в ожидании очередной неудачи, даже просто от представления ее возможности. Итогом будут скованность, напряжение, путаная, невнятная речь, потеря хода мысли и получения не той оценки. Еще не окрепшая психика подростка не выносит насилия над собой, длительных и изнурительных гонок за престиж. Недаром навязчивые страхи и мысли типичны для детей и подростков, которые стараются не столько



соответствовать общепринятым нормам, успевать во всем, сколько быть всегда первыми, получать только отличные оценки. Причем здесь не делается никаких исключений, не учитываются требования момента, реальное соотношение сил, то есть опять же проявляются негибкость и максимализм. Все эти подростки с обостренным чувством "я", оскорбительные и честолюбивы, односторонне ориентированы на успех, не признают никаких отклонений от заданной цели и тем более поражений.

С одной стороны, они хотят во всем соответствовать принятым обязательствам, оправдать ожидания, то есть быть вместе со всеми. С другой стороны, они не хотят потерять свою индивидуальность, раствориться в массе, быть слепым исполнителем чьей-то воли. В этом мы снова видим трудноразрешимую проблему «быть собой среди других», поскольку тяготеет страх «быть не собой», то есть измененным, лишенным самоконтроля и неспособным в целом, означает и страх не соответствовать другим, не быть принятым сверстниками и (шире в плане школьной адаптации) социально признанным [42]. Таким образом, рассмотренные страхи у младших школьников и подростков имеют свою возрастную и социальную специфику, что необходимо учитывать при их коррекции

### **1.3. Анализ исследований влияния семейных отношений на возникновение и проявления страхов у детей школьного возраста**

Одним из факторов возникновения страхов у детей всех возрастов является семья, отношения в ней, особенно, когда семья неполная.. Исследованием этого фактора занимались психологи Б.И.Кочубей, А.В.Новикова [80]; А.И.Захаров [59; 60] Е. О. Смирнова [141], В.С.Собкина, А.С.Спиваковская [142], и другие.

Неполная семья возникает в силу разных причин: рождения ребенка вне брака, смерти одного из родителей, расторжения брака либо

раздельного проживания родителей. В соответствии с этим выделяются основные типы неполной семьи: внебрачная; осиротевшая; разведенная; распавшаяся. Различают также отцовскую и материнскую семьи, которые и составляют абсолютное большинство среди неполных семей. Воспитание ребенка в таких условиях ведет к возникновению у него некоторых специфических, психологических черт. Так, Б.И. Кочубей и Е.В. Новикова [80] считают, что дефицит мужского влияния в неполной семье проявляется в нарушении гармоничного развития интеллектуальной сферы (аналитические, математические, пространственные способности страдают за счет большего развития вербальных способностей), процесс половой идентификации проходит менее четко, затрудняется обучение подростков навыкам общения с противоположным полом, формируется избыточная привязанность к матери, поскольку нет человека способного «оторвать» ребенка от матери и вывести его в более широкий круг. Положение мальчика наиболее ущербно в сравнении с девочкой. Это можно связать с двумя причинами: нет объекта идентификации, а в воспитании сына мать больше стремится заменить ему отца, чем при воспитании девочки. Мальчик в результате теряет материнскую любовь, терпимость, теплоту — все то, что ему так необходимо в эти годы [80, с. 73].

Для девочки ситуация несколько более благополучна, так как у нее есть объект для идентификации. Однако в дальнейшей жизни, не имея опыта правильного общения с мужчинами в родительском доме, или компенсируя авторитарность матери, или испытывая жалость к отцу, она становится в своей семье «женщиной- рабыней». Если же мать сумела привить девочке негативное отношение к мужчине, то девушка вокруг себя создает такое поле недоступности, которое нормальный мужчина преодолеть не в силах [5].

Разлука мальчика с отцом является более тяжелой, чем для девочек, поскольку у них отсутствует возможность для идентификации. По мнению Е.А. Осиповой, у девочек высока вероятность проявления эмоциональных расстройств преимущественно истерического свойства, а у мальчиков —

неуверенности в себе и страхов в результате чрезмерной опеки и тревожности со стороны взрослых, заменяющих отца, а также вероятны проблемы в общении со сверстниками своего пола. Возможны у мальчиков и протестные формы поведения, так как они болезненно, заостренно пытаются утвердиться в мужской роли, компенсируя этим недостаток общения с отцом. Если эмоциональный контакт с одним из родителей сохранен, то ситуация может развиваться более благополучно. Если нет, то развод как стрессовая, «психотравмирующая» ситуация может длиться для ребенка два и более года. Если ребенку не оказать помощь, то стресс может перейти в устойчивую школьную дезадаптацию [80, с. 64]. Психологами выявлена тенденция, согласно которой дети, растущие в неполных семьях, имеют менее благоприятную картину эмоционально-личностной сферы, чем их сверстники из полных семей.

Такие авторы, как: В.К. Вилюнас, В.И. Гарбузов, А.И. Захаров, М.В. Осорина, Д.Б. Эльконин, Г. Эберлейн и другие) считают основными причинами появления страхов особенности семейного воспитания, стиль взаимоотношений в семье, пренебрежение к ребенку, а также индивидуальные особенности психического развития и конкретные социальные условия, в которых происходит формирование личности ребенка.

Психологи утверждают, что чаще страхи встречаются у детей, живущих в городе в отдельных квартирах. В таких условиях дети лишены непосредственного общения друг с другом. В них больше обнаружены страхи темноты, страшных снов, одиночества. Более всего такие страхи присутствуют у тех, кто является единственным ребенком в семье. Оставленные наедине, они, лишены шумных и подвижных игр, обедняют эмоциональную жизнь. Кроме того, единственный в семье ребенок становится эпицентром родительских тревог и опеки. Находясь в более тесном эмоциональном контакте с родителями, она бессознательно заимствует их тревогу и беспокойство.

Чаще существ мужского пола боятся ребята, которые полностью лишены общения с отцом. Особенно это заметно в 5-7 лет, когда мальчики нуждаются в отождествлении себя с отцом, как представителем сильного пола. Когда мальчик не видит соответствующей модели мужского поведения, он не может найти свою правильную линию поведения среди сверстников, это, в свою очередь, приводит к страху общения с другими людьми. Не менее сложная ситуация у детей, в семье которых мать играет роль отца. "Работающая и доминирующая в семье мать часто беспокойная и раздраженная в отношениях с детьми, вызывает у них соответствующие реакции и «тревоги» [13, с.15]. Частой причиной страхов является конфликтные отношения родителей. В семье ребенок ищет поддержки и безопасности. Если же родители постоянно ссорятся, они теряют свой авторитет в глазах сына или дочери. Дети не видят в родителях тех людей, которые могут ее защитить. По результатам исследования, дети из конфликтных семей имеют страхи стихий, заболевания, смерти, ужасных снов, родителей [13, с.16.].

Под знаком беспокойство, чрезмерного попечения проходит развитие и воспитание "поздних детей". Мать, поздно вышла замуж, или долго не было детей, окружает своего ребенка любовью и заботой. Тревога родителей, а иногда дедушек, бабушек, передается ребенку. Подальше эта тревога перерастает в неуверенность в себе. У младших школьников, которые воспитывались в условиях гиперопеки, часто болели, нередко возникает страх перед посещением школы, а именно - страх оставить свой дом, родителей. Родители бессознательно не отпускают ребенка от себя: на словах они поддерживают важность обучения, но по сути - держат ее у себя, потому что сами боятся школы. Ужас они также бессознательно передают детям. Часто в таких семьях родители выполняют задачи за детей, или контролируют написания "каждой буквы". В результате таких действий у младшего школьника появляется чувство неуверенности в себе, сомнения в своих знаниях. "Некоторые дети панически боятся сделать ошибку, когда

готовят уроки или отвечают у доски, потому что их мать педантично и тревожно проверяет каждую букву, каждое задание ... Она не бьет ребенка, только пугает. Но психологическое наказание все равно присутствует" [ 17., с.30]. Через некоторое время школьник начинает бояться учителей и весь учебный процесс: контрольные работы, неожиданные вопросы, отвечать у доски и другое.

Причиной тревоги и страха у ребенка есть внутренние конфликты. В их основе могут быть противоречивые требования к ребенку (как часто бывает, что родители противоречат сами себе, то позволяют, то не позволяют тоже самое) требования, которые не по силам, не по возрастным возможностям ребенка; требования, которые ставят ребенка в унижительное, зависимое положение, когда любовь к близкому человеку вступает в спор с отчуждением, что идет от этого же человека. Чрезмерно высокие и жесткие требования родителей, не принимают во внимание уровень развития ребенка, его способности, интересы - одна из распространенных причин возникновения детских страхов. Чаще эти требования отражены в формуле "ты должен быть ... отличником" (или другое) [116].

Иногда завышенные требования родителей настолько усваиваются ребенком, что становятся его личными требованиями. Так появляется страх перед низкой оценкой. Родители должны знать: "ценить человека исключительно по его достижениям ... - значит обречь ее на постоянный внутренний конфликт. Никакие достижения не являются абсолютными; всегда рядом может найтись тот, кто достигнет большего" [17., с.31]. В таких ситуациях освободить ребенка от страхов или тревоги можно, если взрослые поймут - какой бы ни был ребенок, он заслуживает любви и уважения, ценность его не в наградах, медалях или отметках, а в его моральных качествах.

К сожалению, сегодня встречаются семьи, в которых детей открыто унижают, бьют, лишают элементарных условий жизни. Часто такие ситуации наблюдаются в семьях алкоголиков. Но, как это ни странно, дети из таких

семей почти не имеют детских страхов: "А чего там пугаться любых вымышленных чудовищ, если чудовище - пьяного отца или мать - ребенок видит каждый день? Чувствуя сначала страх, а потом равнодушие, и не боясь возможной опасности, потому что она - обычная "[13, с. 32].

Между тем, подобное эмоциональное пренебрежение наблюдается и во внешне счастливых семьях. В таких семьях родители понимают, что детей надо любить, что телесные наказания вредны, что ребенок должен быть одет, обут и сыт. Но как часто они не знают, как любить, как выразить свою любовь к ребенку, не похожего на родителей по темпераменту, взглядами на жизнь или вкусом. Негативные чувства родителей или родственников периодически прорываются и ребенок не в состоянии понять, откуда взялась эта неожиданная злость. Так, в душе ребенка растет тревога (чувство будущей угрозы), а иногда страх (отображение конкретной угрозы) - страх своих родителей. "Вот где один из важнейших корней детской тревоги, - пишет Б.Кочубей и Е.Новикова - не открытое пренебрежение интересами ребенка, а неустойчивая, неуверенная, а иногда просто самообманная любовь порождает в нем внутренний конфликт. Конечно иначе – он (ребенок) то близок, то далек, то одарен, то отвергнут ... - и сам не знает за что "[80, с.31]. Каждый ребенок нуждается в искренности со стороны близких. Кстати, большинство детей считают, что иногда они заслуживают наказания, но они желают знать и понимать, за что и почему. Как тут не вспомнить народную мудрость "не казнь страшна, страшна немилость".

Несмотря на то, что в жизни много ситуаций, которые могут стать причиной возникновения страхов, ребенок не может полноценно жить и развиваться, если его связь с миром обеднена.

Психологические исследования свидетельствуют, что дети из неполных семей, обладают рядом психологических особенностей, которые в большинстве случаев носят ярко выраженный негативный характер. Так, А.С. Спиваковская [142] утверждает, что они, по сравнению со сверстниками

из полных семей, имеют более низкую школьную успеваемость, более склонны к невротическим нарушениям и противоправному поведению.

В результате исследований детей школьного возраста, воспитывающихся в условиях неполной семьи, у них были выявлены проявления инфантильности, пониженной самооценки, негативного отношения к родителям, нарушения полоролевого поведения.

По данным Е.О. Смирновой и В.С. Собкина [141], детям из неполных семей для их полноценного психического развития не хватает своевременной эмоциональной поддержки и понимания взрослыми своеобразия формирования их характера, признания в семье или среди сверстников; непосредственности в выражении чувств (когда дети становятся скованными, напряженными, чрезмерно серьезными, воспринимают все слишком буквально, теряют способность понимать шутку и юмор); жизненного тонуса, бодрости, душевного подъема, воодушевления; уверенности в себе и решительности в действиях и поступках; способности легко устанавливать контакты и длительно поддерживать их на взаимоприемлемом уровне; гибкости и непринужденности в отношениях, умения принимать и играть роли.

В исследованиях Е.И.Комковой [75], посвященных изучению восприятия себя, своих сверстников, воспитателя и родителей мальчиками и девочками из полной и неполной семьи, было доказано, что:

1. Дети из полных семей склонны идеализировать образ матери, воспринимая ее более доброй и ласковой, чем отца. Дети из неполных семей склонны идеализировать образ отца и его отношение к себе, считая его более добрым и ласковым, что в реальности встречается крайне редко.

2. Мальчики и девочки, растущие без отца, показали тенденцию выделять и описывать в матерях маскулинные качества, а в отцах — феминные.

3. Большинство детей из неполных семей в большей степени склонны негативно воспринимать роль родителя одного с ними пола.

4. Дети, растущие без отца, воспринимают роль отца в семье не как главы семьи или ее равноправного члена, а как помощника мамы.

5. Большинство детей из неполных семей больше воспринимают и описывают воспитательную функцию родителей. Они хуже, чем дети из полных семей, описывают другие функции родителей, например, коммуникативную, познавательную и другие .

Таким образом, психическое и личностное развитие детей, воспитывающихся в неполной семье, носит специфический характер: чаще всего формируется агрессивная, но очень ранимая, неуверенная в себе личность.

### **Выводы к первой главе**

В первой главе «Теоретико-методологические подходы к изучению страха в психологической науке» сделан теоретический анализ исследований проблемы страхов у детей младшего школьного возраста и подростков из полных и неполных семей и их коррекции в условиях рекреационных заведений.

Проанализировав сущность понятия страх в психологической литературе, было выявлено, что страх понятие многозначное и до конца не исследованное. С точки зрения физиологии его рассматривают как проявление естественного рефлекса, пассивно-защитную реакцию с легким торможением коры больших полушарий. Страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определенными изменениями высшей нервной деятельности, отражается на частоте пульса и дыхания, показателях артериального давления, выделении желудочного сока. Страх, наряду с радостью и гневом, рассматривается как одна из трех сильнейших эмоций, которые только способен чувствовать человек, а также как ранний безусловный инстинкт.



В психологической науке страх рассматривают как эмоцию, аффективное эмоционально заостренное отражение в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека.

В научных работах психологов отмечаются различные факторы, вызывающие страхи. Так, анализ показал, что первопричиной страха может быть: родовой травматизм; присутствие чего-то угрожающего, или отсутствие того, что обеспечивает безопасность; некоторые объекты, события и ситуации имеют тенденцию пробуждать страх, то есть быть «естественными сигналами» опасности; страх может возникнуть, если событие не происходит в ожидаемом месте и в ожидаемое время; его причиной могут быть также драйвы, эмоции и когнитивные процессы. Многие авторы отмечают, что страх вызывается объектом, предметом, человеком, явлением природы, но бывают и беспредметные страхи, то есть не связанные ни с чем конкретным.

Некоторые исследователи разделяет страхи по характеру - природные, социальные, ситуативные, личностные, по степени реальности - реальные и мнимые, по степени интенсивности - острые и хронические.

Существуют пять факторов природных сигналов опасности, а именно: боль, одиночество, внезапное изменение стимуляции и стремительное приближение объекта и его необычность. Эти факторы не обязательно являются врожденными, внутренними активаторами страха, но люди, видимо, биологически склонны реагировать на них страхом.

Несмотря на свою малочисленность, природные сигналы опасности лежат в основе многих производных и культуральных активаторов страха. Важнейшим из природных активаторов страха является боль. Любой объект, событие или ситуация, связанные с переживанием боли, могут стать условными стимулами, повторная встреча с которыми напоминает индивиду о прошлых ошибках и о переживаниях боли. Другим естественным активатором страха является одиночество. К природным активаторам страха также относится внезапное приближение и необычность объекта или

ситуации. Традиционно разделяют причины страха на внешние (внешние процессы и события) и внутренние ( потребности, когнитивные процессы, представление человеком опасности при воспоминании или предвидении).

Немаловажным, фактором, который приводит к возникновению страха, является слабость нервных процессов. Также, причиной возникновения страха может быть личностная обусловленность. Также страхи разделяют на природные, социальные и внутренние. Природные страхи, непосредственно связанные с угрозой жизни человека. К числу природных явлений, которые внушают людям сильнейший страх, относятся гроза, солнечные затмения, появление комет, извержения вулканов и сопровождающие их землетрясения, которые ассоциируются у человека с страхом конца света.

Социальные страхи - боязнь и опасения за изменение своего социального статуса. Социальные страхи могут вытекать из страхов биологических, но всегда имеют специфический социальный компонент, который в них выходит на первое место, оттесняя более примитивные факторы выживания.

Внутренние страхи - рожденные лишь фантазией и воображением человека, они не имеют под собой реальной основы для беспокойства.

Несмотря на большое количество исследований эмоциональной сферы младшего школьного и подросткового возраста, данная проблема остается актуальной. Была выявлена возрастная специфика страхов. Так у младших школьников доминируют школьные страхи, а у подростков страх межличностных отношений. Страхи часто мешают выполнять различные действия, связанные с личной, школьной и другими сферами жизни младших школьников и подростков. Страхи могут провоцировать различные эмоциональные проблемы. Например, однажды возникнув, страх перед контрольной, может невольно отразиться в эмоциональной памяти надолго и напоминать о себе всякий раз при повторных контрольных и экзаменах. Страх неудачи может выражаться и в других формах: заикании, неврозах, навязчивых состояниях и различных фобиях.

Рассматривая проблему страхов в подростковом возрасте, было выяснено, что они порой бывают необъяснимые, спонтанные и неуправляемые. Это связано с общей физиологической перестройкой организма ребенка. Начинаясь с кризиса, весь период обычно протекает тяжело и для ребенка, и для близких ей взрослых. В этом возрасте закладываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, к людям, к обществу, стабилизируются черты характера и основные формы межличностного поведения. Среди многих личностных характеристик, присущих подростку, особо выделяют формирование у него чувства взрослости и «Я-концепцию». В подростковом возрасте активно идет процесс познавательного развития. Главные мотивационные линии этого возрастного периода, связанные с активным стремлением к личностному самосовершенствованию, самопознанию, самовыражению и самоутверждению. Отношения с окружающими - наиболее важная сторона жизни подростков. Подросток обладает сильными, иногда гипертрофированными потребностями в самостоятельности. Эта самостоятельность выражается, в основном, в стремлении к эмансипации от взрослых и в различных внешкольных увлечениях. Возникновение страхов непосредственно связано с нереализованностью этих возрастных и социальных новообразований.

Одной из распространенных форм страха в этот период является проблема так называемых «мнимых увечий». Подростки чувствуют себя неуклюжими и некрасивыми. Тем, недовольство собой может расти, усиливаться и приводить к весьма негативным последствиям. Также часто встречаются такие страхи, как страх смерти, болезни, физического увечья, войны, страх за родных и близких.

Анализ исследований показал, что одним из весьма существенных факторов возникновения тревоги и страхов у школьников разного возраста могут быть отношения в семье и, в особенности, когда школьник воспитывается в неполной семье.

Неполная семья возникает в силу разных причин: рождения ребенка вне брака, смерти одного из родителей, расторжения брака или раздельного проживания родителей. Различают также отцовскую и материнскую семьи, которые и составляют абсолютное большинство среди неполных семей.

Психологические исследования показывают, что дети из неполных семей имеют ряд психологических особенностей, которые в большинстве случаев носят ярко выраженный негативный характер. Они, по сравнению со сверстниками из полных семей, имеющих более низкую школьную успеваемость, более склонны к невротическим нарушениям и противоправному поведению. Один из важнейших корней детской тревоги является пренебрежение интересами ребенка, непоследовательность требований к ребенку. В результате исследований детей школьного возраста, воспитывающихся в условиях неполной семьи, были обнаружены проявления инфантильности, заниженной самооценки, негативного отношения к родителям, нарушения полоролевого поведения.

Детям из неполных семей для полноценного психического развития не хватает своевременной эмоциональной поддержки и понимания взрослыми своеобразия формирования характера ребенка, признание в семье или среди сверстников; непосредственности в выражении чувств, жизненного тонуса, бодрости, душевного подъема, воодушевления; уверенности в себе и решительности в действиях и поступках; способности легко устанавливать контакты и длительно поддерживать их на взаимоприемлемых уровне; гибкости и непринужденности в отношениях, умение принимать и играть роли.

## РАЗДЕЛ II.

### ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРАХОВ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ И ПОДРОСТКОВ

#### II.1. Организация, этапы и методика эмпирического исследования

Целью эмпирического исследования было изучение особенностей проявления страхов у младших школьников и подростков из полных и неполных семей украинской и китайской выборки. Исходя из цели исследования были поставлены следующие задачи:

1. Разработать общую методику исследования проявления страхов у младших школьников и подростков с разным социальным статусом.
2. С помощью подобранных методик изучить особенности переживания страхов у младших школьников из полных и неполных семей Украины и Китая.
3. Изучить особенности проявления страхов у подростков из полных и неполных семей Украины и Китая.
4. Провести сравнительный анализ особенностей переживания страхов у младших школьников и подростков украинской и китайской выборки.
5. Разработать и апробировать тренинговую программу коррекции страхов у младших школьников и подростков.

Эмпирическое исследование особенностей переживания страхов у младших школьников и подростков из полных и неполных семей проводилось *в три этапа*.

На *первом этапе* проанализирована литература по проблеме исследования, определена выборка испытуемых; подобраны методики исследования, разработана процедура эмпирического исследования, проведено пилотажное исследование с целью определения репрезентативности базовых методик. На *втором этапе* было проведено

исследование особенностей проявления страхов у младших школьников и подростков из полных и неполных семей. Проведен количественный (математико-статистический) и качественный анализ результатов, который направлен на выявление специфики проявления страхов у испытуемых из полных и неполных семей, а также сравнительный анализ особенностей проявления страхов у младших школьников и подростков украинской и китайской выборки. *Третий этап* включает разработку и апробацию тренинговой программы по коррекции страхов у младших школьников и подростков.

С целью реализации поставленных задач нами были использованы следующие эмпирические методы исследования: наблюдение, беседа, анализ продуктов деятельности и конкретные методики: для исследования особенностей проявления страхов у младших школьников – методика «Несуществующее животное», авторская методика «Нарисуй свой страх и напиши свой страх», методика «Страхи в домиках» А.И.Захарова и Н. Панфиловой, методика «Список страхов», Шкала явной тревожности для детей CMAS (The Children's Form of Manifest Anxiety Scale - CMAS); для исследования особенностей проявления страхов у подростков – методика «Несуществующее животное», авторская методика «Нарисуй свой страх и напиши свой страх», методика «Список страхов», методика «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности» Ч.Д.Спилберга и Ю.Л.Ханина, методика «Шкала тревожности» О.Кондаша.

Методы математической статистики. Для выявления связей между показателями страхов определен уровень корреляции между показателями каждой методики с помощью коэффициента корреляции Спирмена, для оценки различий особенностей проявления страхов у испытуемых - U-критерий Манна — Уитни и t-критерия Стьюдента для сравнительного анализа. Процедура обработки данных проводилась с помощью программного пакета SPSS v 22.0.0.0 for Windows.

Исследование проводилось на базе УДЦ «Молодая гвардия». В проведении исследования принимали участие 420 испытуемых, из них 280 школьников Украины, которые отдыхали в лагере (120 младших школьников и 160 подростков) и 140 школьников из Китая (60 младших школьников и 80 подростков). Были выделены группы испытуемых: 1 группа – младшие школьники из полных семей, 2 группа - младшие школьники из неполных семей, 3 группа – подростки из полных семей, 4 группа - подростки из неполных семей. В каждую группу входило одинаковое количество испытуемых (по 20 человек).

**Методика «Несуществующее животное»** относится к разряду проективных. Инструкция: “Придумайте и нарисуйте несуществующее животное и назовите его несуществующим названием.” Далее можно уточнить, что нежелательно брать животное из мультфильмов, т.к. оно уже кем-то придумано; вымершие животные тоже не подходят [60].

**Авторская методика «Нарисуй свой страх и напиши свой страх».** Эта методика является проективной методикой, целью которой выступает определение преобладающих видов страхов у младших школьников и подростков. Испытуемому предлагается на бумаге А4 изобразить с помощью цветных карандашей все свои страхи и подписать их. На втором листе бумаги испытуемому надо написать все свои страхи. Обработка результатов происходит как количественно, то есть подсчет частоты встречаемости видов страхов, так и качественно, что именно изображено в каждом рисунке и как оно соотносится с написанными страхами у испытуемых.

**Методика «Страхи в домиках» А.И.Захарова и М.А. Панфиловой.** Целью данной методики является выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.) у детей старше 3-х лет. Испытуемому предлагается расселить страхи в два домика черный и красный. Психолог подсчитывает количество страхов в черном домике. Всего детям предлагается список из 31 наименования страхов, которые делятся на такие группы: медицинские страхи - боль,

уколы, врачи, болезни; страхи, связанные с причинением физического ущерба - транспорт, неожиданные звуки, пожар, война, стихии; страх смерти (своей); боязнь животных; страхи сказочных персонажей; страх темноты и кошмарных снов; социально-опосредованные страхи - людей, детей, наказаний, опозданий, одиночества; пространственные страхи - высоты, глубины, замкнутых пространств [60].

**Методика «Список страхов»** М.А.Кузнецова и И.В.Бабарикиной [85]. Целью данной методики является изучение уровня наличия школьных страхов у младших школьников и подростков. Методика состоит из 20 ситуаций, каждую из которых испытуемые должны оценить от 0 до 5 баллов. Обработка результатов позволяет такие уровни школьных страхов: высокий уровень наличия школьных страхов; средний уровень наличия школьных страхов; низкий уровень наличия школьных страхов.

**Шкала явной тревожности для детей CMAS (The Children's Form of Manifest Anxiety Scale - CMAS).** Данная методика предназначена для выявления тревожности как относительно устойчивого образования у детей 8–12 лет. Методика CMAS часто используют для решения таких задач: выявление групп риска с точки зрения профилактики и сохранения психического здоровья детей; анализ характера эмоциональных проблем детей; профилактика «срывов», связанных с экзаменационными, конкурсными, соревновательными и другими стрессовыми условиями, предъявляющими повышенные требования к нервнопсихическому состоянию школьника; выявление причин школьной дезадаптации; в психогигиенических целях — для определения оптимального расписания занятий, режима труда и отдыха, общей и учебной нагрузки и т. п.; при анализе факторов, связанных с повышенной утомляемостью школьника, нарушениях сна и др.; при определении целесообразности посещения ребенком группы продленного дня; в работе с детьми и родителями, в том числе выявление соотношения тревожности детей и родителей/педагогов (при проведении с родителями/педагогами взрослого варианта шкалы).



**Методика «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности» Ч.Д.Спилберга и Ю.Л.Ханина [143].** Данная методика предназначена для самооценки уровня тревожности в данный момент (реактивной тревожности как состояния) и личностной тревожности (как устойчивой характеристики человека). Личностная тревожность относительно стабильна и не связана с ситуацией, поскольку является свойством личности. Реактивная тревожность, наоборот, бывает вызвана какой-либо конкретной ситуацией. Обработка результатов происходит по формулам методики. Так, высокая тревожность предполагает склонность к проявлению состояния тревоги у человека в ситуациях оценки его компетентности, подготовленности или престижа. Умеренная тревожность свидетельствует об оптимальном уровне напряженности адекватной самооценки и готовности к выполнению деятельности. Низкая тревожность требует пробуждения активности личности, большего внимания к мотивации деятельности, возбуждения заинтересованности и чувства ответственности в решении тех или иных вопросов и задач.

**Методика «Шкала тревожности» О.Кондаша.** Целью методики является изучение уровня тревожности подростков, локализованной в трех основных плоскостях: учебная деятельность (школьная тревожность), взаимоотношения со сверстниками и значимыми взрослыми (межличностная тревожность) и представление о самом себе (самооценочная тревожность) [132]. Учащимся предоставляется бланк, в котором перечислены ситуации, с которыми часто встречаешься в жизни. Некоторые из них могут быть неприятными, вызывать волнение, беспокойство, тревогу, страх.

Испытуемым предлагается внимательно прочитать каждое предложение и обвести кружком одну из цифр справа: 1,2,3,4. Обработка результатов осуществляется следующим образом, по окончании тестирования подсчитывается количество совпадений с ключом по каждому разделу шкалы и по шкале в целом. Общий показатель тревожности рассчитывается сложением результатов по отдельным шкалам.

## **II.2. Анализ результатов исследования особенностей страхов у младших школьников**

### **II.2.1. Анализ результатов исследования особенностей проявления страхов у младших школьников из полных семей**

Для изучения страхов у младших школьников из полных семей нами были использованы следующие методики: методика «Несуществующее животное», авторская методика «Нарисуй свой страх и напиши свои страхи», методика «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.Панфиловой, методика «Список страхов», Шкала явной тревожности для детей CMAS (The Children's Form of Manifest Anxiety Scale - CMAS). Полученные результаты по методике «Несуществующее животное» представлены в таблице 2.1.

*Таблица 2.1.*

#### **Показатели проявления страхов у младших школьников из полных семей (по методике «Несуществующее животное»)**

Группы испытуемых	легкость возникновения опасений и страхов	переживания страха	страх и тревога	резкая тревожность
8 лет	54%	60%	40%	20%
9 лет	56%	60%	44%	20%
10 лет	60%	65%	40%	22%

Результаты таблицы 2.1 свидетельствуют, что у младших школьников 8 и 9 лет среди показателей преобладает легкость возникновения страхов (54%) и переживания страхов (60%), которые связаны с процессом адаптации к новым условиям и возрастными особенностями младшего школьника относительно легкости возникновения страхов. Резкая тревожность наблюдается только у 20% испытуемых, что связано с их личностными свойствами. Такое распределение результатов можно объяснить тем, что

именно в младшем школьном возрасте еще преобладают инстинктивные страхи и начинают появляться социальные страхи, связанные с основной деятельностью в рассматриваемом возрасте. По исследованиям А.И.Захарова именно в младшем школьном возрасте на одном уровне могут быть представлены как страх и опасения, так и страх и тревожность [60]. Также, младший школьный возраст характеризуется появлением более негативных эмоций, которые в свою очередь приводят к снижению самооценки.

Анализируя результаты таблицы 2.1, мы можем констатировать, что у младших школьников 10 лет в рисунках часто встречаются такие показатели страхов, как переживание страха (65%) и легкость возникновения опасений и страхов (60%). Несколько меньше у испытуемых 10 лет встречаются показатели страха и тревоги в рисунках (40%). Практически отсутствуют показатели резкой тревожности (22%) у младших школьников 10 лет.

Итак, мы можем говорить, что на протяжении изучаемого возраста растет показатель легкости возникновения страха и переживания страха, но снижается показатель страха и тревоги.

Следующей в работе с младшими школьниками была методика «Нарисуй свой страх и напиши свои страхи». В работах младших школьников 8 лет среди списка страхов наиболее распространены такие как змеи, темнота, крысы, привидения, вампиры, пауки, дикие животные, машины, собаки, конец света, попасть в детдом, смерть близких. Наименее распространенными были следующие страхи: Бог не возьмет меня на небо, духи, своя смерть, остаться сиротой, потеряться, обманывать, идти к директору.

В изображениях страхов младшие школьники 8 лет чаще всего рисовали духов, призраков, вампиров, чертиков, пауков, получения плохих оценок. Редко встречались в рисунках страхи что Бог не примет ребенка на небо (нарисовано на верхней половине листа царство небесное, в нижней части черт, который зовет ребенка к себе и смеется), своей смерти, страх, что родители попадут в аварию, утонуть в море.

Итак, мы можем сделать вывод, что у испытуемых 8 лет, как в вербальной форме, так и в образной форме преобладают страхи насекомых и животных, но в образной форме меньше разработанность страхов, чем в вербальной.

В работах младших школьников 9 лет в вербальной форме чаще всего представлены такие страхи: злые люди, собаки, волки, темнота, потеря друзей, потеря семьи, высота, огонь, стоматолог, потеря отца, пауки, вызов к доске. Реже встречаются такие страхи в работах испытуемых как стоматологические инструменты, дьявол, сатана, конец света, страх потеряться.

Младшие школьники 9 лет в образной форме представили следующие страхи – ребенок под дождем на улице возле дома и не может попасть в него; запрет заниматься спортом, получить плохую оценку; привидения; потеря близких, стоматолог. Среди наименее выраженных страхов такие – стеклянное здание сгорело; нарисованы ангел и бог, которые защищают от дьявола, конец света. Так, в работах испытуемых 9 лет, как в образной, так и в вербальной форме представлено практически одинаковое количество страхов и преобладают страхи потери близких людей, животных, пауков, стоматологов.

Анализ результатов исследования по методике «Нарисуй свой страх и напиши свои страхи» позволил определить, что у младших школьников 10 лет в перечне страхов зачастую указанным является смерть родителей, снов, темноты, сказочных героев (чебурашка), окна, пауки, призраки, маньяки, сигареты, получить двойку. Редкими в перечне страхов у испытуемых 10 лет являются страхи крыс, наркоманов, конца света. В образной форме в работах младших школьников 10 лет чаще всего представлены страхи – взрослый человек бьет ребенка, убитый человек, кладбище (нарисованы могилы и на них девушка с закрытыми глазами), страшные сны, огонь, паук, змея, привидения, темнота, кровь. Единичные образы страхов в работах испытуемых последующие - стихийные бедствия (нарисованы дома, а над

ними молнии разрушают их), смерть ребенка (маньяк с ножами убивает ребенка), трещина Земли (земной шар, на который падает метеорит и делается трещина и указана Украина).

Следовательно, мы можем говорить, что у младших школьников 10 лет в вербальной форме больше представлено страхов, чем в образной форме.

Результаты по методике «Страхи в домиках» А.И.Захарова (см.табл.2.2) свидетельствуют, что у испытуемых 8 лет наиболее выраженными являются боязнь животных (60%), социально-опосредованные страхи (50%) и страх смерти (54%). Второй по результатам выступает группа пространственных страхов (40%), на третьем месте у испытуемых 8 лет такие группы страхов как медицинские страхи (32%), страхи, связанные с причинением физического ущерба (35%), страхи сказочных персонажей (35%), страх темноты и кошмарных снов (30%).

*Таблица 2.2.*

**Показатели видов страхов у младших школьников из полных семей  
(по методике «Страхи в домиках» А.И.Захарова)**

Группы страхов	8 лет	9 лет	10 лет
Медицинские страхи	32%	30%	28%
Страхи, связанные с причинением физического ущерба	35%	35%	35%
Боязнь животных	60%	54%	45%
Страхи сказочных персонажей	35%	22%	15%
Страх темноты и кошмарных снов	30%	35%	37%
Социально-опосредованные страхи	50%	58%	60%
Пространственные страхи	40%	45%	40%
Страх смерти	54%	55%	55%

Анализ результатов таблицы 2.2 позволил выявить, что у младших школьников 9 лет наиболее выраженными являются такие группы страхов

как социально-опосредованные страхи (58%), страх смерти (55%) и боязнь животных (54%). Вторыми по результативности выявлены группы страхов как пространственные страхи (45%), медицинские страхи (30%), страхи, связанные с причинением физического ущерба (35%), страх темноты и кошмарных снов (35%). Наименее выраженными у младших школьников 9 лет являются страхи сказочных персонажей (22%).

Среди наиболее выраженных страхов у младших школьников 10 лет выявлены социально-опосредованные страхи (60%) и страх смерти (55%). На втором месте по значимости страхов находятся боязнь животных (45%) и пространственные страхи (40%), на третьем месте - медицинские страхи (28%), страхи, связанные с причинением физического ущерба (35%), страх темноты и кошмарных снов (37%). Наименее выраженными у испытуемых 10 лет являются страхи сказочных персонажей (15%).

Так, мы можем говорить, что у испытуемых из полных семей на протяжении изучаемого возраста, а именно младшего школьного возраста 8-10 лет происходит увеличение количества социально-опосредованных страхов и страха смерти.

Четвертой в работе с младшими школьниками была методика «Список страхов» (М.А.Кузнецов, И.В.Бабарыкина) (см. табл.2.3.).

По результатам таблицы 2.3. видно, что среди младших школьников 8 лет высокий уровень наличия школьных страхов имеют 50% испытуемых, средний уровень наличия школьных страхов выявлено у 30% испытуемых, низкий уровень наличия школьных страхов у 20%.

Среди младших школьников 9 лет 45% испытуемых имеют высокий уровень наличия школьных страхов, 30% испытуемых имеют средний уровень наличия школьных страхов и у 25% испытуемых наблюдается низкий уровень наличия школьных страхов.

Анализируя результаты младших школьников 10 лет, мы можем утверждать, что 45% испытуемых имеют высокий уровень наличия школьных страхов, 25% испытуемых имеют средний уровень наличия

школьных страхов и 25% - имеют низкий уровень наличия школьных страхов.

Таблица 2.3.

**Показатели уровня школьных страхов у младших школьников из полных семей (по методике «Список страхов»)**

Группы испытуемых	Уровни школьных страхов		
	высокий	средний	низкий
8 лет	50%	30%	20%
9 лет	45%	30%	25%
10 лет	45%	25%	30%
М	40,60		
Me	43,5		
Станд.отклонение	18,54		

Примечание: М – среднее значение, Me - медиана

Итак, мы можем утверждать на основе полученных результатов о том, что у младших школьников 8-10 лет преобладают высокий и средний уровни наличия школьных страхов, однако на протяжении изучаемого возраста происходит снижение уровня наличия школьных страхов. Результаты относительно преобладания высокого уровня страхов у младших школьников 8-10 лет обусловлены ведущей деятельностью в указанном возрасте. Как отмечает А.И.Захаров, развитие самосознания младшего школьника связано с новой социальной позицией школьника и если ребенок переживает относительно соответствия групповым стандартам и правилам, то у него появляется чувство вины, что приводит в последующем к появлению страхов [63].

В таблице 2.4 представлены результаты младших школьников 8-10 лет из полных семей по методике диагностики уровня школьной тревожности Б.Филлипса.

Таблица 2.4.

**Показатели школьной тревожности у младших школьников из  
полных семей (по методике Б.Филлипса)**

Факторы	Группы испытуемых			Статистики		
	8 лет	9 лет	10 лет	М	Me	P
Фактор 1	18,2	17,5	14,2	16,60	18,00	<0,05
Фактор 2	9,01	8,2	7,9	8,3	9,00	<0,05
Фактор 3	7,1	6,2	6,1	6,43	6,00	<0,05
Фактор 4	3,4	3,2	2,7	3,11	3,00	<0,05
Фактор 5	3,2	2,5	2,2	2,70	2,00	<0,05
Фактор 6	2,9	2,5	1,8	2,41	2,00	<0,05
Фактор 7	3,2	2,3	2	2,38	2,00	<0,05
Фактор 8	4,1	3,6	2,5	3,43	3,00	<0,05

Примечание: М – среднее значение, Me – медиана, P – значимость; Фактор 1 - общая тревожность в школе; Фактор 2 – переживания социального стресса; Фактор 3 – фрустрация потребности в достижении успеха; Фактор 4 – страх самовыражения; Фактор 5 – страх ситуации проверки знаний; Фактор 6 – страх не соответствовать ожиданиям окружающих; Фактор 7 – низкая физиологическая сопротивляемость стрессу; Фактор 8 – проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Результаты таблицы 2.4 свидетельствуют, что у младших школьников 8 лет высокий уровень общей тревожности в школе (фактор 1) ( $X_{cp}=18,2$ ), что указывает на общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы. По фактору 2 выявлены достаточно высокие оценки на уровне  $X_{cp}$ , что свидетельствует о повышенном уровне переживания социального стресса младшими школьниками 8 лет ( $X_{cp}=9,01$ ). Такие результаты связаны с адаптацией испытуемых в условиях рекреационного учреждения, а также установления контакта со сверстниками в отряде. У младших школьников 8 лет выявлено повышенный уровень по фактору 3 (фрустрация потребности в достижении успеха) ( $X_{cp}=7,1$ ), то есть испытуемые имеют неблагоприятный психологический фон, что препятствует удовлетворению своих потребностей



в успехе, достижении высокого результата. По фактору 4 (страх самовыражения) у испытуемых 8 лет выявлены оценки выше среднего ( $X_{cp}=3,4$ ), что указывает на повышенный уровень страха в предъявлении себя другим, демонстрации своих возможностей. По фактору 5 (страх ситуации проверки знаний) выявлены у испытуемых 8 лет также оценки выше среднего ( $X_{cp}=3,2$ ), что свидетельствует о повышенном уровне переживания тревоги в ситуациях проверки знаний, достижений, возможностей, особенно если это происходит публично. По фактору 6 (страх не соответствовать ожиданиям окружающих), фактору 7 (низкая физиологическая сопротивляемость стрессу) и фактору 8 (проблемы и страхи в отношениях с учителями) у испытуемых 8 лет выявлены средние результаты ( $X_{cp}=2,9$ ;  $X_{cp}=3,2$ ;  $X_{cp}=4,1$ ), то есть для испытуемых очень значимы оценки их достижений, поступков и мыслей окружающими, часто ждут, что будут негативные оценки; средний уровень приспособляемости к ситуациям стрессогенного характера; у испытуемых 8 лет общий позитивный эмоциональный фон отношений со взрослыми в школе.

Анализ результатов по методике Б.Филлипса позволил выявить у младших школьников 9 лет высокие оценки по фактору 1 (общая тревожность в школе) и фактору 2 (переживания социального стресса) ( $X_{cp}=17,5$   $X_{cp}=8,2$ ), то есть им свойственна высокая тревожность в школе и проявление тревожности при установлении контакта со сверстниками. По фактору 4 (страх самовыражения) выявлен повышенный уровень ( $X_{cp}=3,2$ ), что свидетельствует о наличии страха у испытуемых проявлять себя в полной мере в какой-либо деятельности. По фактору 3 (фрустрация потребности в достижении успеха), фактору 5 (страх ситуации проверки знаний), фактору 6 (страх не соответствовать ожиданиям окружающих), фактору 7 (низкая физиологическая сопротивляемость стрессу); фактору 8 (проблемы и страхи в отношениях с учителями) выявлены средние оценки ( $X_{cp}=6,2$ ;  $X_{cp}=2,5$ ;  $X_{cp}=2,5$ ;  $X_{cp}=2,3$ ;  $X_{cp}=3,6$ ), что указывает на возможность проявления страха у

испытуемых при достижении успеха, проверки знаний, боязнь учителей, а также испытуемые 9 лет могут сопротивляться стрессу.

В работах младших школьников 10 лет выявлены следующие результаты по методике Б.Филлипса, а именно повышенные оценки по фактору 1 (общая тревожность в школе) и фактору 2 (переживания социального стресса) ( $X_{cp}=14,2$   $X_{cp}=7,9$ ), что свидетельствует о среднем уровне школьной тревожности у испытуемых. По фактору 3 (фрустрация потребности в достижении успеха), фактору 4 (страх самовыражения), фактору 5 (страх ситуации проверки знаний), фактору 6 (страх не соответствовать ожиданиям окружающих), фактору 7 (низкая физиологическая сопротивляемость стрессу), фактору 8 (проблемы и страхи в отношениях с учителями) выявлены у испытуемых 10 лет средние оценки на уровне  $X_{cp}$  ( $X_{cp}=6,1$ ;  $X_{cp}=2,7$ ;  $X_{cp}=2,2$ ;  $X_{cp}=1,8$ ;  $X_{cp}=2$ ;  $X_{cp}=2,5$ ).

Представленные результаты в таблице 2.4 свидетельствуют, что у младших школьников из полных семей 8-10 лет наиболее выраженными являются фактор 1 (общая школьная тревожность –  $Me=18,00$ ), фактор 2 (переживание социального стресса -  $Me=9,00$ ).

В таблице 2.5 представлены результаты по методике «Шкала явной тревожности для детей CMAS» у младших школьников из полных семей. По результатам таблицы 2.5 мы можем наблюдать, что 10% младших школьников 8 лет имеют очень высокую тревожность и их можно отнести к группе риска. У 10% младших школьников 8 лет выявлена явно завышенная тревожность, что связано с личностными особенностями испытуемых. У 35% испытуемых 8 лет выявлен несколько завышенный уровень тревожности, что связано с определенной сферой жизни, а для младших школьников это учебная деятельность. 35% испытуемых 8 лет имеют нормальный уровень тревожности, что связано с процессом адаптации к новым условиям, а именно – к лагерю. 10% испытуемых 8 лет имеют низкий уровень тревожности, что, по нашему мнению, связано с защитной реакцией личности испытуемого.

Таблица 2.5.

**Показатели уровня явной тревожности у младших школьников из  
полной семьи (по методике CMAS)**

Стены	Группы испытуемых		
	8 лет	9 лет	10 лет
1-2	10%	15%	20%
3-6	35%	50%	50%
7-8	35%	20%	20%
9	10%	10%	10%
10	10%	5%	0
М	16,23		
Me	15,00		
Р	0,20		

Примечание: М – среднее, Me – медиана, Р - значимость

Анализ результатов по методике CMAS у младших школьников 9 лет позволил установить, что 15% испытуемых 9 лет имеют низкий уровень тревожности, они очень спокойны, что может быть связано с защитным характером; 50% испытуемых 9 лет имеют нормальный уровень тревожности, который необходим для адаптации и продуктивной деятельности; 20% испытуемых 9 лет имеют несколько завышенную тревожность, что связано с ограниченным кругом ситуаций, а также процессом адаптации в лагере; 10% испытуемых 9 лет имеют явно завышенный уровень тревожности, а 10% испытуемых 9 лет имеют очень высокий уровень тревожности и их можно отнести к группе риска.

Среди младших школьников 10 лет 20% испытуемых имеют низкий уровень тревожности; 50% испытуемых имеют нормальный уровень тревожности, который необходим для адаптации и продуктивной деятельности; 20% испытуемых имеют несколько завышенную тревожность,

что связано с определенным видом деятельности; 10% испытуемых имеют явно завышенный уровень тревожности.

Изучение уровня тревожности у младших школьников 8-10 лет из полных семей позволило установить, что на протяжении изучаемого возраста преобладает нормальный и немного завышенный уровень тревожности.

Далее был проведен корреляционный анализ (по критерию Спирмена), который позволил выявить значимые связи между показателями страхов и тревожности в работах младших школьников из полных семей.

Результаты, представленные в таблице 2.6. позволили выявить положительные корреляции в работах младших школьников из полных семей между такими показателями как школьные страхи и общей тревожностью в школе (фактор 1) ( $r=0,74$ , при  $p<0,01$ ), переживания социального стресса (фактор 2) ( $r=0,62$ , при  $p<0,01$ ), фрустрация потребности в достижении успеха (фактор 3) ( $r=0,44$ , при  $p<0,01$ ), страх ситуации проверки знаний (фактор 5) ( $r=0,48$ , при  $p<0,01$ ), проблемы и страхи в отношениях с учителями (фактор 8) ( $r=0,54$ , при  $p<0,01$ ), показателем явной тревожности ( $r=0,62$ , при  $p<0,01$ ).

Таблица 2.6

**Результаты корреляционного анализа показателей страха и тревожности в работах младших школьников из полных семей**

Показатели	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5	Фактор 6	Фактор 7	Фактор 8	Явная тревожность
Школьные страхи	0,74 **	0,62 **	0,44 **	0,06	0,48 **	0,18	0,25	0,54 **	0,62**
Явная тревожность	0,69 **	0,54 **	0,47 **	0,22	0,40 **	0,25	0,12	0,64 **	1,00
** - $p < 0,01$ ; * - $p < 0,05$ .									

Также выявлены взаимосвязи между показателем явной тревожности и общей тревожностью в школе (фактор 1) ( $r=0,69$ , при  $p<0,01$ ), переживания социального стресса (фактор 2) ( $r=0,54$ , при  $p<0,01$ ), фрустрация потребности в достижении успеха (фактор 3) ( $r=0,47$ , при  $p<0,01$ ), страх ситуации проверки знаний (фактор 5) ( $r=0,40$ , при  $p<0,01$ ), проблемы и страхи в отношениях с учителями (фактор 8) ( $r=0,64$ , при  $p<0,01$ ).

Так, мы можем сделать вывод, что у младших школьников из полных семей в работах наиболее тесные связи выявлены между школьными страхами и школьной тревожностью, переживания социального стресса, фрустрация потребности в достижении успеха, проблемы и страхи в отношениях с учителями, а также с явной тревожностью.

## **II.2.2. Анализ результатов исследования особенностей проявления страхов у младших школьников из неполных семей**

В работе с младшими школьниками из неполных семей по изучению особенностей проявления страхов использовались такие методики, как методика «Несуществующее животное», авторская методика «Нарисуй свой страх и напиши свои страхи», методика «Страхи в домиках» А.И. Захарова и М.Панфиловой, методика «Список страхов», Шкала явной тревожности для детей CMAS (The Children's Form of Manifest Anxiety Scale - CMAS).

Анализ работ по методике «Несуществующее животное» позволил выявить (см.табл.2.7), что у младших школьников из неполных семей 8-10 лет на первом месте по результатам находятся два показателя: легкость возникновения страхов (58%) и переживания страхов (69%), что связано с процессом адаптации к новым условиям в рекреационном учреждении, а также со свойственной данному возрасту легкости возникновения страхов. Среди младших школьников из неполных семей 8-10 лет у 44% испытуемых выражены показатели страха и тревоги, а у 23% испытуемых - резкая

тревожность, что связано с особенностями воспитания в неполных семьях и социальным статусом.

Таблица 2.7.

**Показатели проявления страхов у младших школьников из неполных семей (по методике «Несуществующее животное»)**

Группы испытуемых	легкость возникновения опасений и страхов	переживания страха	страх и тревога	резкая тревожность
8 лет	60%	70%	45%	23%
9 лет	57%	68%	45%	20%
10 лет	62%	68%	41%	25%

Анализ работ по авторской методике «Нарисуй свой страх и напиши свои страхи» у младших школьников из неполных семей позволил выявить следующие особенности. А именно у испытуемых из неполных семей 8 лет преобладают рисунки таких страхов, как собаки, чертики, пауки, ведьмы, получения плохих оценок, закрытый дом, смерть мамы. В списке страхов испытуемых из неполных семей 8 лет преобладают следующие: ведьмы, призраки, смерть родителя, злые люди, темнота.

В рисунках младших школьников из неполных семей 9 лет чаще всего встречаются такие изображения как: ребенок стоит перед закрытой дверью и плачет; запрет встречаться с близкими людьми; получение плохой оценки, мать бросает ребенка и уходит, а ребенок плачет за мамой. В списке страхов у испытуемых из неполных семей 9 лет чаще встречаются злые люди, вампиры, наказание от близких, потеря близких людей, страшные сны.

Младшие школьники из неполных семей 10 лет чаще всего рисовали такие страхи, как получение плохой оценки (тетрадь и учительница), привидения, потеря близких (падает дерево ребенка его отца и брата, все стоят на коленях и держат руки вверх, только брат плачет и держит туловище

отца), покушение бандитов на семью (бандиты с ножами угрожают папе, маме и детям и забирают деньги и украшения), смерть (кладбище с надписями на могилах). В список страхов младших школьников из неполных семей 10 лет были включены такие, как волки, темнота, потеря друзей, потеря семьи, высота, огонь, стоматолог, потеря отца, пауков, вызов к доске, конец света.

Анализ работ испытуемых из неполных семей 8-10 лет позволяет говорить о том, что как в образной, так и в вербальной форме представлено практически одинаковое количество страхов, однако разработанность страхов больше в вербальной форме и преобладают страхи потери близких людей, животных и смерть.

В таблице 2.8 представлены результаты по методике «Страхи в домиках» А.И.Захарова у младших школьников из неполных семей.

*Таблица 2.8.*

**Показатели видов страхов у младших школьников из неполных семей  
(по методике «Страхи в домиках» А.И.Захарова)**

Группы страхов	8 лет	9 лет	10 лет
Медицинские страхи	45%	41%	43%
Страхи, связанные с причинением физического ущерба	53%	55%	48%
Боязнь животных	50%	46%	40%
Страхи сказочных персонажей	30%	18%	10%
Страх темноты и кошмарных снов	35%	35%	40%
Социально-опосредованные страхи	53%	62%	62%
Пространственные страхи	42%	43%	43%
Страх смерти	68%	62%	64%

Анализ результатов по таблице 2.8 позволил выявить, что у младших школьников из неполных семей 8 лет наиболее выраженными являются страх

смерти (68%), социально-опосредованные страхи (53 %) и страхи, связанные с нанесением физического вреда (53%), вторым по результатам выступает показатель страха животных (50%), третьими по выраженности являются медицинские страхи (45%) и пространственные страхи (42%). Наименее выраженными у испытуемых 8 лет являются страхи сказочных персонажей (30%).

В работах младших школьников из неполных семей 9 лет наиболее выраженными являются страх смерти (62%), социально-опосредованные страхи (62 %) и страхи, связанные с нанесением физического вреда (55%), вторыми по результатам выступают страх животных (46%), медицинские страхи (41%) и пространственные страхи (42%). Наименее выраженными у испытуемых 9 лет являются страхи сказочных персонажей (18%).

У младших школьников из неполных семей 10 лет по результатам методики на первом месте стоят такие виды страхов как страх смерти (64%) и социально-опосредованные страхи (62 %), на втором месте показатели страхов, связанных с нанесением физического вреда (48%), пространственные страхи (43%) и медицинские страхи (43%). Третьими по результатам у испытуемых 10 лет выступают страх темноты и кошмарных снов (40%) и страх животных (10%). Наименее выраженным – страх сказочных персонажей.

Обобщая полученные результаты по методике «Страхи в домиках» у младших школьников из неполных семей мы можем говорить, что испытуемым характерны страх смерти, социально-опосредованные страхи и страхи, связанные с нанесением физического вреда. Такие результаты связаны с влиянием определенных внешних факторов, а именно воспитание в семье, социальный статус семьи, отношения в семье и детском коллективе, что в свою очередь нарушает понимание социального мира. Как отмечает Г.Крайг, именно «конфликт между родителями является основной причиной снижения у детей чувства собственного благополучия», что в свою очередь ведет к появлению страхов и раздражительности [81, с.519]. Также. ученый



выделяет три наиболее важных фактора, которые негативно влияют на детей при разводе родителей, а именно враждебность, которой сопровождается развод; количество и значительность перемен в образе жизни ребенка; характер отношений родителей с детьми [81, с.519-520].

Результаты по методике «Список страхов» (М.А.Кузнецов, И.В.Бабарыкина) у младших школьников из неполных семей представлены в таблице 2.9.

По результатам таблицы 2.9. мы можем наблюдать, у 55 % младших школьников 8 лет из неполных семей высокий уровень наличия школьных страхов, у 35% испытуемых имеют средний уровень наличия школьных страхов, у 10% испытуемых выявлено низкий уровень школьных страхов.

*Таблица 2.9.*

**Показатели уровня школьных страхов у младших школьников из неполных семей (по методике «Список страхов»)**

Группы испытуемых	Уровни школьных страхов		
	высокий	средний	низкий
8 лет	55%	35%	10%
9 лет	47%	35%	18%
10 лет	45%	32%	23%
М	43,48		
Me	47,00		
P	<0,05		

Примечание: М – среднее, Me – медиана, P - значимость

Среди младших школьников из неполных семей 9 лет у 47% испытуемых высокий уровень наличия школьных страхов, у 35% испытуемых средний уровень наличия школьных страхов и у 23% испытуемых – низкий уровень наличия школьных страхов.

Анализ результатов младших школьников из неполных семей 10 лет позволил выявить, что у 45% испытуемых – высокий уровень наличия

школьных страхов, у 32% испытуемых – средний уровень наличия школьных страхов и у 23% - низкий уровень наличия школьных страхов.

Итак, проведенный анализ результатов по методике «Список страхов» у младших школьников из неполных семей позволил выделить следующее, что у испытуемых 8-10 лет преобладают высокий и средний уровни наличия школьных страхов ( $M_e=47,00$ ), но наблюдается тенденция к снижению уровня школьных страхов в соответствии с увеличением возраста. Такие результаты относительно высокого уровня школьных страхов, в первую очередь, зависят от ведущей деятельности младшего школьника – учебной, а второй причиной является их социальное положение, а именно неполная семья. Как отмечают ученые (А.И.Захаров, И.Коган, Г.Крайг), одним из основных факторов риска возникновения страхов у детей является неполная семья, а развод родителей приводит к появлению неустойчивого поведения дома и в школе.

В таблице 2.10 представлены результаты по методике Б.Филлипса у младших школьников из неполных семей 8-10 лет. Данные результаты в таблице 2.10 свидетельствуют, что у испытуемых из неполных семей 8 лет высокий уровень общей тревожности в школе (фактор 1) ( $X_{cp}=17,0$ ), что указывает на общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы. Также по фактору 2 (переживание социального стресса) и фактору 4 (страх самовыражения) выявлены достаточно высокие оценки на уровне  $X_{cp}$ , что свидетельствует о повышенном уровне переживания социального стресса испытуемыми 8 лет из неполных семей ( $X_{cp}=10,5$ ) и негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия ( $X_{cp}=5,4$ ). Такие результаты связаны, во-первых, с адаптацией в рекреационном учреждении и установлением контакта со сверстниками в отряде, а также с особенностями семейных отношений. Выявлен средний уровень по фактору 3 (фрустрация потребности в достижении успеха) ( $X_{cp}=7,5$ ), фактору 5 (страх ситуации проверки знаний) ( $X_{cp}=3,5$ ), фактору 6 (страх не соответствовать ожиданиям

окружающих) ( $X_{cp}=3,6$ ), фактору 7 (низкая физиологическая сопротивляемость стрессу) ( $X_{cp}=3,8$ ) и фактору 8 (проблемы и страхи в отношениях с учителями) ( $X_{cp}=5,6$ ). То есть у испытуемых наблюдается неблагоприятный психологический фон, что препятствует удовлетворять свои потребности в успехе, достижению высокого результата; повышенный уровень переживания тревоги в ситуациях проверки знаний, достижений, возможностей, особенно если это происходит публично; для испытуемых очень значимы оценки их достижений, поступков и мыслей окружающими, часто ждут, что будут негативные оценки; средний уровень приспособляемости к ситуациям стрессогенного характера.

Таблица 2.10

**Показатели школьной тревожности у младших школьников из неполных семей (по методике Б.Филлипса)**

Факторы	Группы испытуемых			Статистики		
	8 лет	9 лет	10 лет	М	Me	P
Фактор 1	17,0	16,5	13,8	15,8	16,00	<0,04
Фактор 2	10,5	9,7	9,3	9,45	10,00	<0,01
Фактор 3	7,5	7,7	5,9	7,00	7,00	<0,001
Фактор 4	5,4	5,2	3,1	4,53	5,00	<0,001
Фактор 5	3,5	3,1	1,8	2,91	3,00	<0,001
Фактор 6	3,6	3,3	3,1	3,33	3,00	<0,001
Фактор 7	3,8	3,1	2,4	3,083	3,00	<0,001
Фактор 8	5,6	6,4	4,2	5,35	5,00	<0,001

Примечание: М – среднее, Me – медиана, P – значимость; Фактор 1 - общая тревожность в школе; Фактор 2 – переживания социального стресса; Фактор 3 – фрустрация потребности в достижении успеха; Фактор 4 – страх самовыражения; Фактор 5 – страх ситуации проверки знаний; Фактор 6 – страх не соответствовать ожиданиям окружающих; Фактор 7 – низкая физиологическая сопротивляемость стрессу; Фактор 8 – проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Анализ результатов по методике Б.Филлипса позволил выявить у младших школьников из неполных семей 9 лет высокие оценки по фактору 1 (общая тревожность в школе) и фактору 2 (переживания социального стресса), фактору 4 (страх самовыражения) и фактору 8 (проблемы и страхи в отношениях с учителями) ( $X_{cp}=16,5$ ,  $X_{cp}=9,7$ ,  $X_{cp}=5,2$ ,  $X_{cp}=6,4$ ). То есть им свойственна высокая тревожность в школе и проявление тревожности при установлении контакта со сверстниками; наличие страха проявлять себя в полной мере в какой-либо деятельности, а также проблемы и страхи в отношениях с учителями. По фактору 3 (фрустрация потребности в достижении успеха), фактору 5 (страх ситуации проверки знаний), фактору 6 (страх не соответствовать ожиданиям окружающих), фактору 7 (низкая физиологическая сопротивляемость стрессу) выявлены средние оценки ( $X_{cp}=7,72$ ;  $X_{cp}=3,1$ ;  $X_{cp}=3,3$ ;  $X_{cp}=3,1$ ), что указывает на возможность проявления страха у испытуемых при достижении успеха, проверки знаний, а также испытуемые недостаточно способны сопротивляться стрессу.

В работах младших школьников из неполных семей 10 лет выявлены следующие результаты по методике Б.Филлипса, а именно повышенные оценки по фактору 1 (общая тревожность в школе) ( $X_{cp}=9,3$ ), что свидетельствует о среднем уровне школьной тревожности у испытуемых. По фактору 2 (переживания социального стресса), фактору 3 (фрустрация потребности в достижении успеха), фактору 4 (страх самовыражения), фактору 6 (страх не соответствовать ожиданиям окружающих), фактору 7 (низкая физиологическая сопротивляемость стрессу), фактору 8 (проблемы и страхи в отношениях с учителями) выявлены у испытуемых из неполных семей 10 лет средние оценки на уровне  $X_{cp}$  ( $X_{cp}=13,2$ ;  $X_{cp}=5,9$ ;  $X_{cp}=3,1$ ;  $X_{cp}=3,1$ ;  $X_{cp}=2,4$ ;  $X_{cp}=4,2$ ). По фактору 5 (страх ситуации проверки знаний) выявлены низкие оценки ( $X_{cp}=1,8$ ), что связано с особенностями возрастного периода и сменой ведущей деятельности.

Результаты таблицы 2.10 позволяют говорить о том, что у младших школьников из неполных семей 8-10 лет наиболее выраженными являются

такие факторы как фактор 1 (общая тревожность в школе –  $Me=16,00$ ), фактор 2 (переживание социального стресса –  $Me=10,00$ ), фактор 4 (страх самовыражения –  $Me=5,00$ ) и фактор 5 (страх ситуации проверки знаний –  $Me=3,00$ ).

Обобщая результаты исследования уровня школьной тревожности у младших школьников из неполных семей 8-10 лет, мы можем сделать вывод, что у них достаточно высокий уровень школьной тревожности, переживания социального стресса и страх самовыражения. Такие результаты, как мы считаем, связаны с пережитыми психологическими травмами испытуемыми в прошлом. Как доказано в работах ученых, младшим школьникам из неполных семей не хватает уверенности в себе и решительности в действиях и поступках (по Е.О. Смирновой, В.С. Собкину), у них низкая школьная успеваемость, склонны к невротическим нарушениям и противоправному поведению (по Е.И.Комковой), им свойственны инфантильность, пониженная самооценка, негативное отношение к родителям (по А.С.Спиваковской).

В таблице 2.11 представлены результаты по методике «Шкала явной тревожности для детей CMAS» младших школьников из неполных семей.

По результатам таблицы 2.11 мы можем наблюдать, что 10% младших школьников из неполных семей 8 лет имеют очень высокий уровень тревожности, что свидетельствует о возможности отнести к группе риска. У 15% младших школьников из неполных семей 8 лет выявлена явно завышенная тревожность, что связано с личностными особенностями испытуемых и перенесенными психологическими травмами, которые связаны с разводом и потерей одного из родителей. У 45% испытуемых из неполных семей 8 лет выявлен несколько завышенный уровень тревожности, что связано с ведущим видом деятельности в данном возрасте и особенностями воспитания в неполных семьях. 20% испытуемых из неполных семей 8 лет имеют нормальный уровень тревожности, что связано с процессом адаптации к новым условиям, а именно – к лагерю. А у 10%

испытуемых 8 лет выявлено низкий уровень тревожности, что, по-нашему мнению, связано с защитной реакцией личности испытуемого.

Таблица 2.11

**Показатели уровня явной тревожности у младших школьников из неполных семей (по методике CMAS)**

Стены	Группы испытуемых		
	8 лет	9 лет	10 лет
1-2	10%	15%	15%
3-6	20%	30%	40%
7-8	45%	35%	25%
9	15%	10%	15%
10	10%	10%	5%
М	17,03		
Me	17,00		
Р	0,085		

Примечание: М – среднее, Me – медиана, Р - значимость

Анализ результатов по методике CMAS у младших школьников из неполных семей 9 лет позволил установить, что 10% испытуемых имеют очень высокий уровень тревожности. У 10% младших школьников из неполных семей 9 лет выявлена явно завышенная тревожность. У 35% испытуемых из неполных семей 9 лет выявлен несколько завышенный уровень тревожности, что связано с ведущим видом деятельности в данном возрасте. 30% испытуемых имеют нормальный уровень тревожности, а у 10% испытуемых 9 лет выявлено низкий уровень тревожности, что связано с защитной реакцией личности испытуемого.

Среди младших школьников из неполных семей 10 лет 15% испытуемых имеют низкий уровень тревожности; 40% испытуемых имеют нормальный уровень тревожности, который необходим для адаптации и

продуктивной деятельности; 25% испытуемых имеют несколько завышенную тревожность, что связано с определенным видом деятельности; 15% испытуемых имеют явно завышенный уровень тревожности; 5% испытуемых имеют низкий уровень тревожности.

Изучение уровня тревожности у младших школьников из неполных семей 8-10 лет позволило установить, что на протяжении изучаемого возраста преобладает завышенный уровень тревожности, однако с возрастом немного наблюдается его снижение.

Проведен корреляционный анализ (по Спирмену) для выявления связи между показателями страхов и тревожности в работах младших школьников из неполных семей (см.табл.2.12).

Таблица 2.12

**Результаты корреляционного анализа показателей страха и тревожности в работах младших школьников из неполных семей**

Показатели	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5	Фактор 6	Фактор 7	Фактор 8	Явная тревожность
Школьные страхи	0,46 **	0,42 **	0,50 **	0,20	0,66 **	0,05	0,49 **	0,22	0,67**
Явная тревожность	0,17	0,46 **	0,35 **	0,16	0,45 **	0,04	0,23	0,27	1,00
** - $p < 0,01$ ; * – $p < 0,05$ .									

Результаты корреляционного анализа позволили выявить положительные корреляции в работах младших школьников из неполных семей между такими показателями как школьные страхи и общая тревожность в школе (фактор 1) ( $r=0,46$ , при  $p<0,01$ ), переживания социального стресса (фактор 2) ( $r=0,43$ , при  $p<0,01$ ), фрустрация потребности в достижении успеха (фактор 3) ( $r=0,50$ , при  $p<0,01$ ), страх ситуации

проверки знаний (фактор 5) ( $r=0,66$ , при  $p<0,01$ ), низкая физиологическая сопротивляемость стрессу (фактор 7) ( $r=0,49$ , при  $p<0,01$ ), показателем явной тревожности ( $r=0,67$ , при  $p<0,01$ ). Также выявлены взаимосвязи между показателем явной тревожности и переживанием социального стресса (фактор 2) ( $r=0,46$ , при  $p<0,01$ ), фрустрацией потребности в достижении успеха (фактор 3) ( $r=0,35$ , при  $p<0,01$ ), страх ситуации проверки знаний (фактор 5). Полученные результаты позволяют сделать вывод о взаимосвязи в работах младших школьников из неполных семей таких показателей как школьные страхи и переживания социального стресса, фрустрация потребности в достижении успеха, низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, а также с явной тревожностью.

### **II.3. Анализ результатов исследования особенностей страхов у подростков**

#### **II.3.1. Анализ результатов исследования особенностей проявления страхов у подростков из полных семей**

В работе проведено изучение особенностей проявления страхов у подростков из полных семей по методикам «Несуществующее животное», «Нарисуй свой страх и напиши свой страх», «Список страхов», «Шкала оценки реактивной и личностной тревожности» Ч.Д.Спилберга, «Шкала тревожности» П.Кондаша.

В таблице 2.13 представлены результаты изучения тревожности и страхов у подростков из полных семей по методике «Несуществующее животное».

По результатам таблицы 2.13 мы можем наблюдать, что у подростков 11 лет из полных семей в работах преобладает показатель переживания страха (64%). На одном уровне проявления по данным находятся показатели легкости возникновения опасения и страхов (40%) и страх и тревога (36%). Несколько ниже результаты по показателю резкой тревожности (24%).



В работах подростков 12 лет из полных семей преобладает показатель переживания страха (56%). Вторыми по результатам выступают показатели страх и тревога (38%) и легкость возникновения опасения и страхов (40%), а третьим показателем – резкая тревожность (22%).

*Таблица 2.13*

**Показатели проявления страхов у подростков из полных семей (по методике «Несуществующее животное»)**

Группы испытуемых	легкость возникновения опасений и страхов	переживания страха	страх и тревога	резкая тревожность
11 лет	40%	64%	36%	24%
12 лет	40%	56%	38%	22%
13 лет	40%	45%	38%	26%
14 лет	34%	40%	40%	28%

Показатель переживания страха имеет высокие результаты в работах подростков 13 лет (45%), несколько ниже по результатам оказались показатели легкости возникновения опасения и страхов (40%) и страх и тревога (38%). Выросли результаты по показателю резкой тревожности у подростков 13 лет по сравнению с результатами предыдущих групп подростков 11-12 лет (26%).

Несколько изменились результаты показателей страха у подростков 14 лет из полных семей, а именно наиболее значимыми оказались показатели переживания страха (40%) и страха и тревоги (40%), снизились результаты по показателю легкости возникновения опасения и страхов (34%) и выросли результаты по показателям резкой тревожности (28%).

Итак, мы можем сделать вывод, что в течение подросткового возраста происходит рост показателя резкой тревожности, страха и тревожности, что

обусловлено особенностями личностного развития в рассматриваемом возрасте, а именно ведущей деятельностью, новообразованиями и развитием эмоциональной сферы.

Получены результаты по авторской методике «Напиши свой страх и нарисуй свой страх» у подростков из полных семей. Выявлено, что в работах подростков 11 лет из полных семей наиболее использованными в рисунках страха были такие изображения как потеря родных людей, смерть близкого человека, кладбища, насекомых и скорпионов. Среди списка страхов у испытуемых 11 лет наиболее использованными страхами были также смерть мамы, высота, темнота, получение двойки на уроках, столовые приборы (ими могут принести смерть), боязнь замкнутого пространства, кровь, бандиты, вампиры

В работах подростков 12 лет среди списка страхов наиболее употребляемыми являются потери родных людей, смерть близкого члена семьи (мамы или папы), получить два балла на уроке, высоты, темноты, остаться в замкнутом пространстве, крови, смерти, бандитов, вампиров, ножа и вилки, стихийных бедствий, среди животных испытуемые указывали на крыс, мышей, ужей, змей, волков, собак, пауков, диких животных. Наименее применяемыми были следующие страхи: страшная книга, лед, бездомные, инвалидность, остаться в одиночестве, потерять друга, меня могут обидеть, родится страшный ребенок.

В изображениях страхов подростки 12 лет чаще всего рисовали потерю близких людей (мать бросает ребенка и уходит, а ребенок плачет по маме), смерть (кладбище с надписями на могилах; падение в пропасть парня, человек на крыше девятиэтажного дома), пауков и насекомых.

В работах подростков 13 лет из полных семей выявлено, что среди изображений они представляли смерть родителей, кладбища, кровь, стихийные бедствия, конец света, человека с косой. В списке страхов у подростков 13 лет из полных семей преобладают страхи смерти, конец света, маньяки, убийство, одиночества, летучие мыши, змеи.

Анализ работ подростков 14 лет из полных семей позволил выявить, что среди изображений страхов наиболее часто испытуемые изображали человека с косой, темноту, убийство, ссора между людьми, люди обижают друг друга. В списке страхов у подростков 14 лет из полных семей преобладают страхи смерти, убийства, конца света, одиночества, обиды со стороны близких и родных людей, укусы змей и гадюк, тарантулы.

Итак, мы можем сделать вывод, что у подростков 11-14 лет из полных семей, как в вербальной форме, так и в образной форме преобладают страхи смерти, насекомых и животных, одиночества, конца света, но в образной форме меньше разработанность страхов, чем в вербальной.

Результаты по методике «Список страхов» у подростков из полных семей представлены в таблице 2.14.

*Таблица 2.14*

**Показатели уровня школьных страхов у подростков из полных семей (по методике «Список страхов»)**

Группы испытуемых	Уровни школьных страхов			Статистика	
	высокий	средний	низкий	М	Me
11 лет	35%	40%	25%	39,4	39,00
12 лет	27%	43%	30%	37,00	36,00
13 лет	25%	45%	30%	33,85	35,50
14 лет	20%	35%	45%	30,15	32,00

Примечание: М – среднее арифметическое, Me – медиана.

По данным таблицы 2.14 среди подростков 11 лет из полных семей у 35% испытуемых наблюдается высокий уровень наличия школьных страхов, средний уровень наличия школьных страхов имеют 40% испытуемых, а у 25% испытуемых преобладает низкий уровень наличия школьных страхов.

У 27% подростков 12 лет из полных семей выявлен высокий уровень наличия школьных страхов, у 43% испытуемых – средний уровень наличия

школьных страхов, а у 30% испытуемых – низкий уровень наличия школьных страхов.

Среди подростков 13 лет из полных семей 25% испытуемых имеют высокий уровень наличия школьных страхов, 45% испытуемых - средний уровень наличия школьных страхов, 30% испытуемых - низкий уровень наличия школьных страхов.

У 20% подростков 14 лет из полных семей преобладает высокий уровень наличия школьных страхов, у 35% испытуемых - средний уровень наличия школьных страхов, а у 45% испытуемых - низкий уровень наличия школьных страхов.

По данным таблицы 2.12 мы можем утверждать, что у подростков из полных семей 11 лет выше уровень наличия школьных страхов ( $M=39,40$ ), чем у подростков 14 лет ( $M=30,15$ ). Также, мы можем наблюдать снижение уровня наличия школьных страхов на протяжении изучаемого возраста (11 лет –  $M=39,40$ ; 12 лет –  $M=37,00$ , 13 лет –  $M=33,85$ , 14 лет –  $M=30,15$ ). Так, у подростков из полных семей преобладает средний уровень наличия школьных страхов (41%), что обусловлено возрастными особенностями развития. А именно в подростковом возрасте причиной негативных эмоций выступает не школьное обучение и взаимодействия с учителем, а противоречия между уровнем притязаний и образом собственного «Я», стремление к самостоятельности и общения со сверстниками.

С целью изучения уровня тревожности у подростков из полных семей нами была использована методика «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности» Ч.Д.Спилберга, Ю.Л.Ханина (см.табл.2.15).

Анализ результатов исследования уровня реактивной тревожности у подростков 11 лет из полных семей позволил выявить, что у 22% испытуемых высокий уровень реактивной тревожности, у 50% испытуемых – средний уровень реактивной тревожности, у 28% испытуемых – низкий уровень реактивной тревожности. Среди подростков 12-14 лет из полных семей преобладает средний уровень реактивной тревожности. А именно

среди подростков 12 лет: у 15% испытуемых – высокий уровень реактивной тревожности, у 50% испытуемых – средний уровень, у 35% испытуемых – низкий уровень. Среди подростков 13 лет у 15% испытуемых – высокий уровень реактивной тревожности, у 55% испытуемых – средний уровень, у 30% испытуемых – низкий уровень. У 10% подростков 14 лет из полных семей выявлен высокий уровень реактивной тревожности, у 60% испытуемых – средний уровень, у 30% испытуемых – низкий уровень.

Таблица 2.15

**Показатели уровня реактивной и личностной тревожности у подростков из полных семей (по методике «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности» Ч.Д.Спилберга, Ю.Л.Ханина)**

Группы испытуемых	Реактивная тревожность					Личностная тревожность				
	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	М	Me	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	М	Me
11 лет	22%	50%	28%	39,9	38,00	20%	50%	30%	34,5	35,00
12 лет	15%	50%	35%	32,6	35,00	20%	55%	25%	35,65	36,00
13 лет	15%	55%	30%	34,55	35,00	15%	60%	25%	36,30	36,50
14 лет	10%	60%	30%	32,05	36,50	15%	65%	20%	34,25	36,50

Примечание: М – среднее арифметическое, Me – медиана

Результаты изучения уровня личностной тревожности у подростков из полных семей позволили выявить, что у испытуемых 11-14 лет преобладает средний уровень личностной тревожности, то есть им свойственна умеренная тревожность и напряжение в непривычных ситуациях. Детальный анализ позволил выявить, что среди подростков 11 лет из полных семей у 20% испытуемых выявлен высокий уровень личностной тревожности, у 50% испытуемых – средний уровень, у 30% испытуемых – низкий уровень; среди подростков 12 лет у 20% испытуемых выявлен высокий уровень личностной

тревожности, у 55% испытуемых – средний уровень, у 25% испытуемых – низкий уровень; среди подростков 13 лет у 15% испытуемых выявлен высокий уровень личностной тревожности, у 60% испытуемых – средний уровень, у 25% испытуемых – низкий уровень; среди подростков 14 лет у 15% испытуемых выявлен высокий уровень личностной тревожности, у 65% испытуемых – средний уровень, у 20% испытуемых – низкий уровень.

Обобщая результаты изучения уровня реактивной и личностной тревожности у подростков 11-14 лет из полных семей, мы можем констатировать, что 16 % испытуемых из полных семей свойственен высокий уровень реактивной тревожности, что свидетельствует о высоком напряжении и волнении, 54% подростков имеют средний уровень реактивной тревожности, а 30% подростков имеют низкий уровень реактивной тревожности. По показателю личностной тревожности выявлено, что 58% испытуемых из полных семей имеют средний уровень личностной тревожности, то есть не всегда воспринимают все сложные ситуации как угрожающие и не всегда реагируют на эти ситуации состоянием тревоги. 19% подростков из полных семей имеют высокий уровень личностной тревожности, что свидетельствует о наличии устойчивой склонности к восприятию большинства ситуаций как угрожающих и реагируют на них состоянием тревоги. А 25% подростков из полных семей вообще не воспринимают сложные ситуации как угрожающие, о чем свидетельствует наличие у них низкого уровня личностной тревожности.

Выявлено, что существуют различия в уровнях реактивной тревожности и личностной тревожности у подростков 11-14 лет из полных семей. Так, сравнивая группы подростков 11-14 лет из полных семей было определено, что у подростков 11 лет более выражена реактивная тревожность, чем у подростков 14 лет (11 лет -  $M=35,90$ ;  $Me=38,00$  и 14 лет –  $M=32,05$ ;  $Me=36,5$ ), однако у подростков из полных семей 11 и 14 лет практически одинаковый уровень выраженности личностной тревожности (14 лет -  $M=34,25$ ;  $Me=36,5$  и 11 лет –  $M=34,5$ ;  $Me=35,00$ ).

Таблица 2.16

**Показатели уровня тревожности у подростков из полных семей (по методике «Шкала тревожности» П.Кондаша)**

Группы испытуемых	Школьная тревожность			Самооценочная тревожность			Межличностная тревожность		
	X <sub>ср</sub>	M	Me	X <sub>ср</sub>	M	Me	X <sub>ср</sub>	M	Me
11 лет	29	29,00	27,5	33	32,15	33,00	28	28,00	27,00
12 лет	29	28,55	27,55	34	32,75	34,00	30	29,7	26,00
13 лет	27	26,95	25,50	35	33,1	35,5	33	32,00	34,00
14 лет	29	28,8	28,00	33	31,95	35,00	34	32,25	33,50

Примечание: M – среднее арифметическое, Me – медиана

В таблице 2.16 представлены результаты изучения тревожности у подростков из полных семей по методике «Шкала тревожности» П.Кондаша и выявлено, что у подростков 11 лет из полных семей высокие оценки в работах получила шкала самооценочной тревожности ( $X_{ср} = 33$ ), что связано с особенностями развития в подростковом возрасте, то есть изменениями в физиологическом развитии, развитии познавательной сферы, установление отношений со сверстниками и взрослыми. Несколько ниже оценки у подростков 11 лет получили две шкалы - шкала школьной тревожности ( $X_{ср} = 29$ ) и шкала межличностной тревожности ( $X_{ср} = 28$ ), что свидетельствует о наличии тревоги и страха в общении с одноклассниками и учителями.

У подростков 12 лет из полных семей высокие оценки выявлены по шкале самооценочная тревожность ( $X_{ср} = 34$ ), то есть испытуемым характерны возникновение тревоги и страха в ситуациях, которые актуализируют представление о себе. Несколько ниже оценки по шкале школьной тревожности ( $X_{ср} = 29$ ) и шкале межличностной тревожности ( $X_{ср} = 30$ ), то есть на втором месте по значимости для возникновения страха и

тревоги выступают ситуации, связанные с общением с родителями, взрослыми, учителями, сверстниками и одноклассниками.

Данные таблицы 2.16 свидетельствуют, что у подростков 13 лет из полных семей высокие оценки выявлены по шкале самооценочной тревожности ( $X_{ср} = 35$ ), что свидетельствует о проявлении негативных эмоций в ситуациях связанных с представлением о себе. Несколько ниже оценки, но также значительные, выявлены у подростков 13 лет по шкале межличностной тревожности ( $X_{ср} = 33$ ), именно в этом возрасте, как отмечают ученые, наблюдается неустойчивость эмоций во взаимоотношениях с другими, что обусловлено значительной неуверенностью подростка относительно правильности выбора форм поведения [63]. На последнем месте по результатам у испытуемых находится шкала школьной тревожности ( $X_{ср} = 27$ ), то есть испытуемые этого возраста меньше проявляют страх и тревогу в общении с одноклассниками и учителями.

У подростков 14 лет из полных семей выявлены высокие оценки по шкалам межличностной тревожности ( $X_{ср} = 34$ ) и самооценочной тревожности ( $X_{ср} = 33$ ), и несколько ниже оценки по шкале школьной тревожности ( $X_{ср} = 29$ ).

Сравнительный анализ особенностей проявления уровня школьной, самооценочной и межличностной тревожности у подростков из полных семей позволил выявить, что наиболее высокий уровень школьной тревожности наблюдается у подростков 11 и 14 лет (11 лет –  $Me=27,50$ ; 12 лет –  $Me=27,50$ ; 13 лет –  $Me=25,50$ ; 14 лет –  $Me=28,00$ ). По шкале самооценочной тревожности выявлено, что у всех испытуемых уровень практически одинаковый (11 лет –  $Me=33,00$ ; 12 лет –  $Me=34,00$ ; 13 лет –  $Me=35,50$ ; 14 лет –  $Me=35,00$ ). По шкале межличностной тревожности более высокий уровень проявления у подростков 13-14 лет, чем у испытуемых 11-12 лет (11 лет –  $Me=27,00$ ; 12 лет –  $Me=26,00$ ; 13 лет –  $Me=34,00$ ; 14 лет –  $Me=33,50$ ).



Полученные результаты относительно уровня школьной, самооценочной и межличностной тревожности у подростков из полных семей свидетельствуют, что наиболее выраженной у подростков 11-14 лет является шкала самооценочной тревожности ( $M=32,48$ ;  $Me=34,00$ ), вторыми по значимости выступают шкалы межличностной тревожности ( $M=30,48$ ;  $Me=29,50$ ) и школьной тревожности ( $M=28,32$ ;  $Me=28,00$ ). Такое распределение результатов можно объяснить особенностями развития эмоциональной сферы подростков, кризисом подросткового возраста, противоречиями, которые возникают в этом возрасте.

В таблице 2.17 представлены результаты корреляционного анализа связей между показателями тревожности и страхов в работах подростков из полных семей.

*Таблица 2.17*

**Результаты корреляционного анализа связей между показателями  
страха и тревожности в работах подростков из полных семей**

Показатели	Школьные страхи	Реактивная тревожность	Личностная тревожность
Школьные страхи	1,00	0,26*	0,17
Школьная тревожность	0,73**	0,14	0,08
Самооценочная тревожность	0,68**	0,18	0,13
Межличностная тревожность	-0,72**	-0,27*	-0,601*
при * - $p < 0,05$ , ** - $p < 0,01$			

Выявлены положительные корреляции между такими показателями в работах подростков 11-14 лет из полных семей как школьные страхи и школьная тревожность ( $r=0,73$ , при  $p < 0,01$ ), самооценочная тревожность ( $r=0,68$ , при  $p < 0,01$ ), реактивная тревожность ( $r=0,26$ , при  $p < 0,05$ ). А также выявлены обратные связи между показателями межличностной тревожности

и школьными страхами ( $r=-0,72$ , при  $p<0,01$ ), реактивной тревожности ( $r=-0,27$ , при  $p<0,05$ ), личностной тревожности ( $r=0,601$ , при  $p<0,05$ ).

### **II.3.2. Анализ результатов исследования особенностей проявления страхов у подростков из неполных семей.**

В работе был проведен анализ результатов изучения особенностей проявления страхов и уровня тревожности у подростков 11-14 лет из неполных семей. Полученные результаты представлены в таблицах 2-18-2.22.

Анализ результатов таблицы 2.18 позволяет говорить о том, что у подростков 11 лет из неполных семей выраженным является показатель переживания страха (55%). Вторым по выраженности выступает показатель легкости возникновения опасения и страхов (45%), третьим по оценкам - показатель страха и тревога (38%). Несколько ниже результаты по показателю резкой тревожности (28%).

*Таблица 2.18*

#### **Показатели проявления страхов у подростков из неполных семей (по методике «Несуществующее животное»)**

Группы испытуемых	легкость возникновения опасений и страхов	переживания страха	страх и тревога	резкая тревожность
11 лет	45%	55%	38%	28%
12 лет	45%	50%	34%	24%
13 лет	42%	40%	34%	24%
14 лет	34%	35%	38%	26%

В работах подростков 12 лет из неполных семей преобладает показатель переживания страха (50%). Вторым по результатам выступает показатель легкость возникновения опасения и страхов (45%), а третьим – показатель страха и тревоги (34%). Меньше всего выраженным в работах

подростков из неполных семей является показатель резкой тревожности (24%).

Выявлено, что высокие оценки в работах подростков 13 лет из неполных семей получили показатель переживания страха (40%) и легкости возникновения опасения и страхов (42%), вторым по оценкам выступает показатель страха и тревоги (34%). А третьим по результатам выступает показатель резкой тревожности в работах испытуемых 13 лет из неполных семей (24%).

У подростков 14 лет из неполных семей в рисунках на первом месте оказались три показателя: переживания страха (35%), страх и тревога (38%), легкость возникновения опасения и страхов (34%), и выросли результаты по показателю резкой тревожности (26%).

Итак, мы можем наблюдать, что на протяжении изучаемого нами возраста у испытуемых из неполных семей происходят изменения в уровнях страха и тревожности, что обусловлено особенностями личностного развития и социальным статусом подростков.

Получены результаты по авторской методике «Напиши свой страх и нарисуй свой страх» у подростков из неполных семей. Выявлено, что в работах подростков 11 лет из неполных семей наиболее использованными в рисунках страха были такие изображения как потеря родных людей, смерть мамы, кладбища, насекомых и скорпионов. Среди списка страхов у испытуемых 11 лет наиболее использованными страхами были также смерть мамы, высота, темнота, боязнь замкнутого пространства, кровь, бандиты, вампиры.

В работах подростков 12 лет из неполных семей в изображениях страхов наиболее часто употребляется драка, люди обзываются, плохое поведение, приведение, темнота, смерть родного человека. В список страхов подростки 12 лет включали такие – страх смерти, страх одиночества, страх ужей, змей, пауков, тарантулов.

Анализ работ подростков 13 лет из неполных семей позволил выявить, что среди изображений страхов они наиболее часто использовали ножи с кровью, кладбище, убийство, потеря близких людей, суицид (человек хочет прыгнуть с моста или дома). В список страхов испытуемые 13 лет включали следующие – страх диких животных, страх смерти, страх потери близкого, страх, что меня убьют, страх утонуть, сгореть, страх жуков, пауков.

Подростки 14 лет из неполных семей изображали в работах страх смерти, общение с неприятными людьми, стоматологические инструменты, потеря друзей, потеря дома, Бога и Ангела на небе. В списке страхов у подростков 14 лет из неполных семей представлены победа Бога над Дьяволом, страх темноты, страх смерти, страх потери всех близких людей, страх одиночества, отвечать у доски, страх покушения на жизнь.

Так, мы сможем сделать вывод, что в работах подростков из неполных семей выявлено среди изображений следующие страхи - получение плохой оценки, призраки, смерть, пауки и насекомые. В список страхов подростки из неполных семей включили боязнь вампиров, стихийных бедствий, крыс, мышей, ужей, змей, пауков, диких животных, инвалидность, остаться в одиночестве, потерять друга, быть оскорбленным. То есть в образной форме разработанность страхов меньше, чем в вербальной.

Изучены у подростков из неполных семей особенности проявления школьных страхов по методике «Список страхов» (см. табл. 2.19.) и выявлено, что у 42% подростков 11 лет из неполных семей высокий уровень школьных страхов, у 42% подростков 11 лет из неполных семей средний уровень школьных страхов, а 16% испытуемых – низкий уровень школьных страхов.

Анализ результатов таблицы 2.19 также позволил выявить, что среди подростков 12 лет из неполных семей у 35% испытуемых наблюдается высокий уровень наличия школьных страхов, средний уровень наличия школьных страхов имеют 42% испытуемых, а у 23% испытуемых преобладает низкий уровень наличия школьных страхов.

Таблица 2.19

**Показатели уровня школьных страхов у подростков из неполных семей (по методике «Список страхов»)**

Группы испытуемых	Уровни школьных страхов			Статистика	
	высокий	средний	низкий	М	Me
11 лет	42%	42%	16%	40,35	40,00
12 лет	35%	42%	23%	39,15	40,50
13 лет	35%	40%	25%	40,80	40,50
14 лет	28%	32%	40%	37,30	37,00

Примечание: М – среднее арифметическое, Me – медиана

У 35% подростков 13 лет из неполных семей выявлен высокий уровень наличия школьных страхов, у 40% испытуемых – средний уровень наличия школьных страхов, а у 25% испытуемых – низкий уровень наличия школьных страхов.

Среди подростков 14 лет из неполных семей 28% испытуемых имеют высокий уровень наличия школьных страхов, 32% испытуемых - средний уровень наличия школьных страхов, 40% испытуемых - низкий уровень наличия школьных страхов. Полученные данные свидетельствуют, что у подростков из неполных семей преобладает высокий и средний уровень наличия школьных страхов (36% и 39%), что обусловлено возрастными особенностями развития и социальным статусом.

Как свидетельствуют результаты таблицы 2.19, у подростков из неполных семей 14 лет ниже уровень наличия школьных страхов, чем у подростков 11-13 лет (11 лет - М=40,35; 12 лет – М=39,15; 13 лет – М=40,80 и 14 лет – М=37,3), то есть снижение уровня школьных страхов у подростков из неполных семей приходится на возраст 13-14 лет (М=39,40; Me=40,00,  $p=0,0001$  при  $p<0,05$ ).

Исследование уровня тревожности у подростков из неполных семей проводилось с помощью методики «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности» Ч.Д.Спилберга, Ю.Л.Ханина (см.табл.2.20).

Таблица 2.20

**Показатели уровня реактивной и личностной тревожности у подростков из неполных семей (по методике «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности»)**

Группы испытуемых	Реактивная тревожность					Личностная тревожность				
	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	М	Me	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	М	Me
11 лет	20%	38%	42%	33,60	35,50	35%	50%	15%	38,50	41,00
12 лет	14%	35%	51%	31,55	30,00	35%	53%	12%	40,20	41,00
13 лет	14%	35%	51%	31,75	30,00	32%	53%	15%	37,75	38,00
14 лет	12%	30%	58%	28,55	26,00	35%	55%	10%	40,40	41,00

По результатам таблицы 2.20 мы можем наблюдать, что у подростков 11-14 лет из неполных семей преобладает средний и низкий уровень реактивной тревожности, что свидетельствует о возможности наличия у большинства подростков из неполных семей депрессивных состояний, а также низкие оценки по показателю реактивной тревожности могут привести к нарушениям в деятельности и негативные последствия. Детальный анализ результатов по методике Ч.Д.Спилберга и Ю.Л.Ханина показал, что среди подростков 11 лет из неполных семей у 20% испытуемых – высокий уровень реактивной тревожности, у 38% испытуемых – средний уровень, у 42% испытуемых – низкий уровень; среди подростков 12 лет из неполных семей у 14% испытуемых – высокий уровень реактивной тревожности, у 35% испытуемых – средний уровень, у 51% испытуемых – низкий уровень; среди подростков 13 лет из неполных семей у 14% испытуемых – высокий уровень

реактивной тревожности, у 35% испытуемых – средний уровень, у 51% испытуемых – низкий уровень; среди подростков 14 лет из неполных семей у 12% испытуемых – высокий уровень реактивной тревожности, у 30% испытуемых – средний уровень, у 58% испытуемых – низкий уровень.

У подростков 11-14 лет из неполных семей выявлено, что преобладает высокий и средний уровень личностной тревожности, что указывает на склонность подростков из неполных семей к проявлению тревоги и восприятия большинства ситуаций как угрожающих. Детальный анализ позволил выявить такое распределение результатов: среди подростков 11 лет из неполных семей у 35% испытуемых – высокий уровень личностной тревожности, у 50% испытуемых – средний уровень, у 15% испытуемых – низкий уровень; среди подростков 12 лет из неполных семей у 35% испытуемых – высокий уровень личностной тревожности, у 53% испытуемых – средний уровень, у 12% испытуемых – низкий уровень; среди подростков 13 лет из неполных семей у 32% испытуемых – высокий уровень личностной тревожности, у 53% испытуемых – средний уровень, у 15% испытуемых – низкий уровень; среди подростков 14 лет из неполных семей у 35% испытуемых – высокий уровень личностной тревожности, у 55% испытуемых – средний уровень, у 10% испытуемых – низкий уровень.

С помощью результатов таблицы 2.20 было выявлено, что у подростков 11 лет из неполных семей наиболее высокий уровень выраженности реактивной тревожности ( $M=33,6$ ;  $Me=35,50$ ), а у подростков из неполных семей 14 лет уровень выраженности реактивной тревожности ниже ( $M=28,55$ ;  $Me=26,00$ ). По шкале личностной тревожности выявлено, что наиболее выраженным показателем является у подростков 14 лет из неполных семей ( $M=40,40$ ;  $Me=41,00$ ), чем у подростков 11 лет из неполных семей ( $M=38,5$ ;  $Me=41,00$ ). Также, мы можем утверждать, что на протяжении изучаемого возраста у испытуемых из неполных семей происходит снижение уровня реактивной тревожности и возрастание личностной тревожности, о чем

свидетельствуют различия, полученные с помощью критерия Колмогорова-Смирнова ( $p=0,0001$  и  $p=0,048$ ).

В таблице 2.21 представлены результаты изучения тревожности у подростков из неполных семей по методике «Шкала тревожности» П.Кондаша и выявлено, что у подростков 11 лет из неполных семей высокие оценки в работах получили две шкалы – самооценочная тревожность ( $X_{\text{ср}} = 33$ ) и межличностная тревожность ( $X_{\text{ср}} = 35$ ), что связано с ведущей деятельностью в подростковом возрасте, а также особенностями воспитания в неполных семьях. Несколько ниже оценки у подростков 11 лет получила шкала школьной тревожности ( $X_{\text{ср}} = 30$ ), что свидетельствует о наличии тревоги и страха в общении с одноклассниками и учителями.

Таблица 2.21

**Показатели уровня тревожности у подростков из неполных семей  
(по методике «Шкала тревожности» П.Кондаша)**

Группы испытуемых	Шкалы тревожности								
	Школьная тревожность			Самооценочная тревожность			Межличностная тревожность		
	$X_{\text{ср}}$	М	Me	$X_{\text{ср}}$	М	Me	$X_{\text{ср}}$	М	Me
11 лет	30	30,00	29,00	33	33,00	34,00	35	34,05	34,00
12 лет	28	28,00	29,00	35	34,25	35,00	34	32,65	30,00
13 лет	26	26,00	24,00	32	32,00	32,00	36	34,65	37,50
14 лет	25	25,00	25,00	30	29,95	30,00	35	34,00	36,00

Среди подростков 12 лет из неполных семей высокие оценки выявлены по шкале самооценочная тревожность ( $X_{\text{ср}} = 35$ ), то есть испытуемым характерны возникновение тревоги и страха в ситуациях, которые актуализируют представление о себе, а также по шкале межличностная тревожность ( $X_{\text{ср}} = 34$ ), что свидетельствует о возможности возникновения страха и тревоги при общении с родителями и взрослыми. Также для испытуемых 12 лет свойственно проявлять умеренную тревогу при общении



с учителями и сверстниками, о чем свидетельствуют средние результаты по шкале школьной тревожности ( $X_{\text{ср}} = 28$ ).

У подростков 13 лет из неполных семей высокие оценки выявлены по шкалам межличностной тревожности ( $X_{\text{ср}} = 36$ ) и самооценочной тревожности ( $X_{\text{ср}} = 32$ ), что свидетельствует о проявлении негативных эмоций в ситуациях связанных с представлением о себе и во взаимоотношениях с взрослыми. На последнем месте по результатам у испытуемых находится шкала школьной тревожности ( $X_{\text{ср}} = 26$ ), то есть испытуемые этого возраста меньше проявляют страх и тревогу в общении с одноклассниками и учителями.

У подростков 14 лет из неполных семей выявлены высокие оценки по шкалам межличностной тревожности ( $X_{\text{ср}} = 35$ ) и самооценочной тревожности ( $X_{\text{ср}} = 30$ ), и несколько ниже оценки по шкале школьной тревожности ( $X_{\text{ср}} = 25$ ).

Проведен сравнительный анализ особенностей проявления уровня школьной, самооценочной и межличностной тревожности у подростков из неполных семей и выявлено, что наиболее высокий уровень школьной тревожности наблюдается у подростков 11 (11 лет –  $M_e=29,00$ ; 12 лет –  $M_e=29,00$ ; 13 лет –  $M_e=24,00$ ; 14 лет –  $M_e=25,00$ ). По шкале самооценочной тревожности выявлено, что у подростков 14 лет уровень данного показателя ниже, чем у испытуемых 11-13 лет (11 лет –  $M_e=34,00$ ; 12 лет –  $M_e=35,00$ ; 13 лет –  $M_e=32,00$ ; 14 лет –  $M_e=30,00$ ). По шкале межличностной тревожности уровень проявления выше у подростков 13-14 лет из неполных семей, чем у подростков 11-12 лет (11 лет –  $M_e=34,00$ ; 12 лет –  $M_e=30,00$ ; 13 лет –  $M_e=37,50$ ; 14 лет –  $M=36,00$ ).

Полученные результаты относительно уровня школьной, самооценочной и межличностной тревожности у подростков из полных семей свидетельствуют, что наиболее выраженной у подростков 11-14 лет является шкала межличностной тревожности, второй по значимости выступает шкала самооценочной тревожности, третьей по значимости –

шкала школьной тревожности. Такое распределение результатов можно объяснить особенностями развития эмоциональной сферы подростков воспитывающихся в неполных семьях. Как отмечают ученые, «что отсутствие эмоционально теплых, непосредственных отношений с родителями у подростков существенным образом влияют на увеличение страхов, прежде всего в сфере межличностных отношений» [Е.Н.Просекова, с. 63]. Также, А.И.Захаров, отмечает, что подросткам из неполных семей свойственны неустойчивая, заниженная самооценка, чувство отличия от сверстников [60].

Результаты корреляционного анализа связей между показателями тревожности и страхов в работах подростков из неполных семей (см.табл.2.22) свидетельствуют о наличии положительных связей между такими показателями как школьные страхи и школьная тревожность ( $r=0,69$ , при  $p<0,01$ ), самооценочная тревожность ( $r=0,61$ , при  $p<0,01$ ); реактивной тревожностью и школьной тревожностью ( $r=0,48$ , при  $p<0,01$ ), самооценочной тревожностью ( $r=0,43$ , при  $p<0,01$ ).

Таблица 2.22

**Результаты корреляционного анализа связей между показателями  
страха и тревожности в работах подростков из неполных семей**

Показатели	Школьные страхи	Реактивная тревожность	Личностная тревожность
Школьные страхи	1,00	0,57**	0,09
Школьная тревожность	0,69**	0,482**	0,03
Самооценочная тревожность	0,61**	0,43**	0,13
Межличностная тревожность	-0,512**	-0,27*	-0,15
при * - $p<0,05$ , ** - $p<0,01$			

А также выявлены обратные связи между показателями межличностной тревожности и школьными страхами ( $r=-0,512$ , при  $p<0,01$ ), реактивной тревожности ( $r=-0,27$ , при  $p<0,05$ ).

#### **II.4. Сравнительный анализ проявления страхов у младших школьников и подростков из полных и неполных семей.**

С целью изучения особенностей переживания страхов у младших школьников из полных и неполных семей нами проведен сравнительный анализ полученных результатов. Так, результаты по методике «Несуществующее животное» у младших школьников из полных семей свидетельствуют, что среди показателей преобладают следующие: легкость возникновения страхов (54%) и переживания страхов (60%), которые связаны с процессом адаптации к новым условиям и возрастными особенностями младшего школьника по легкости возникновения страхов. Резкая тревожность наблюдается только у 20% испытуемых, что связано с их личностными свойствами. Такое распределение результатов можно объяснить тем, что именно в младшем школьном возрасте еще преобладают инстинктивные страхи и начинают появляться социальные страхи, связанные с основной деятельностью в рассматриваемом возрасте.

Анализ полученных результатов по данной методике у младших школьников из неполных семей позволил определить, что у испытуемых преобладает показатель переживания страха (65%) и легкость возникновения опасений и страхов (60%). Также у значительного числа детей из неполных семей обнаружены показатели страха и тревоги (44%).

Сравнительный анализ полученных результатов по методике «Несуществующее животное» у испытуемых из полных и неполных семей (см. рис. 2.1.) позволяет говорить, что в обеих группах в рисунках преобладают показатели легкости возникновения страхов и переживания

страхов, однако эти показатели более выражены в группе испытуемых из неполных семей.

Сравнительный анализ результатов по методике «Страхи в домиках» (см. рис.2.2.) позволяет говорить, что у 30% младших школьников из полных семей обнаружены медицинские страхи; у 35% испытуемых имеющиеся страхи, связанные с нанесением физического вреда; 55% испытуемых имеют страх смерти; страх животных обнаружен у 53% испытуемых; сказочных персонажей боится 24% младших школьников из полных семей; тьмы и кошмаров боятся 36% испытуемых; наличие социально-опосредованных страхов (людей, детей, наказание, опоздания, одиночества) у 56% испытуемых, пространственные страхи (высота, глубина, замкнутое пространство) имеются у 47% испытуемых. Итак, у младших школьников из полных семей больше выраженным является страх смерти и менее всего страх сказочных персонажей.

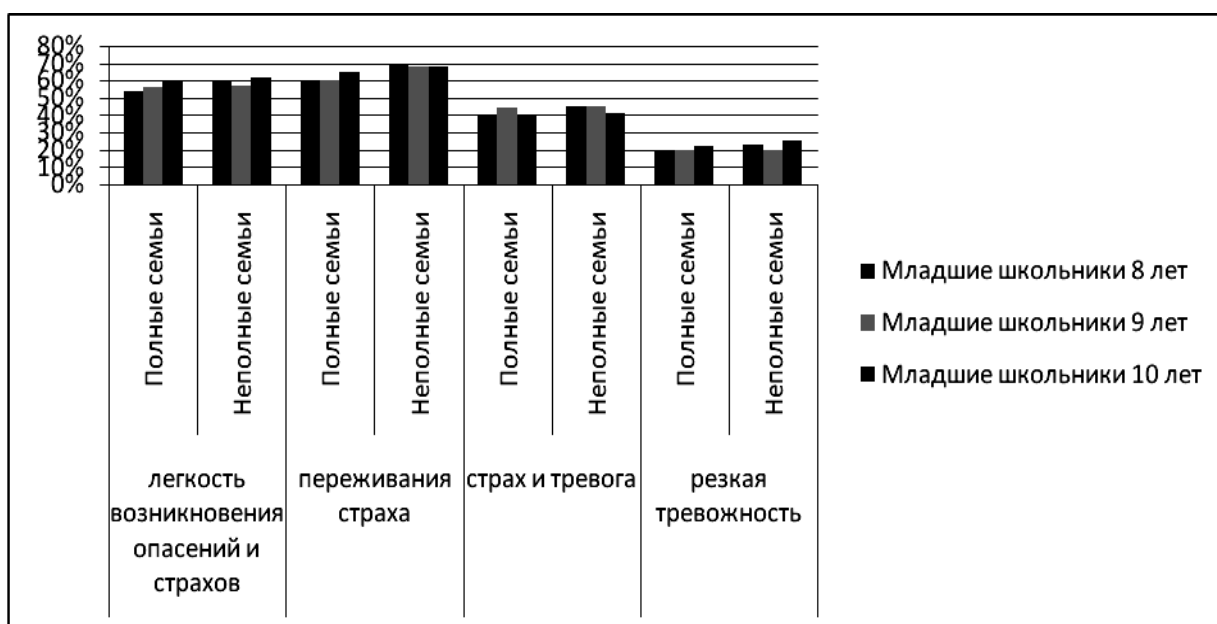


Рис.2.1. Сравнительный анализ результатов исследования страхов у младших школьников из полных и неполных семей (по методике «Несуществующее животное»)

Анализируя результаты по методике «Страхи в домиках» у младших школьников из неполных семей, мы определили, что наиболее выраженным является страх смерти (62%), вторыми по результатам в работах испытуемых выступают социально-опосредованные страхи (62 %) и страхи, связанные с нанесением физического вреда (55%), третьими по результатам выступают медицинские страхи (41%), страх животных (46%) и пространственных страхов (42%); четвертым по результатам является страх темноты (40%), а наименее всего у младших школьников из неполных семей выраженный страх сказочных персонажей (18%). Следовательно, мы можем утверждать, что младшим школьникам из неполных семей характерны страх смерти, социально-опосредованные страхи и страхи, связанные с нанесением физического вреда.

Сравнительный анализ результатов по методике «Страхи в домиках» (см.рис.2.2) у младших школьников из полных и неполных семей позволил определить, что у испытуемых из неполных семей значительно большее количество страхов по сравнению с испытуемыми из полных семей.

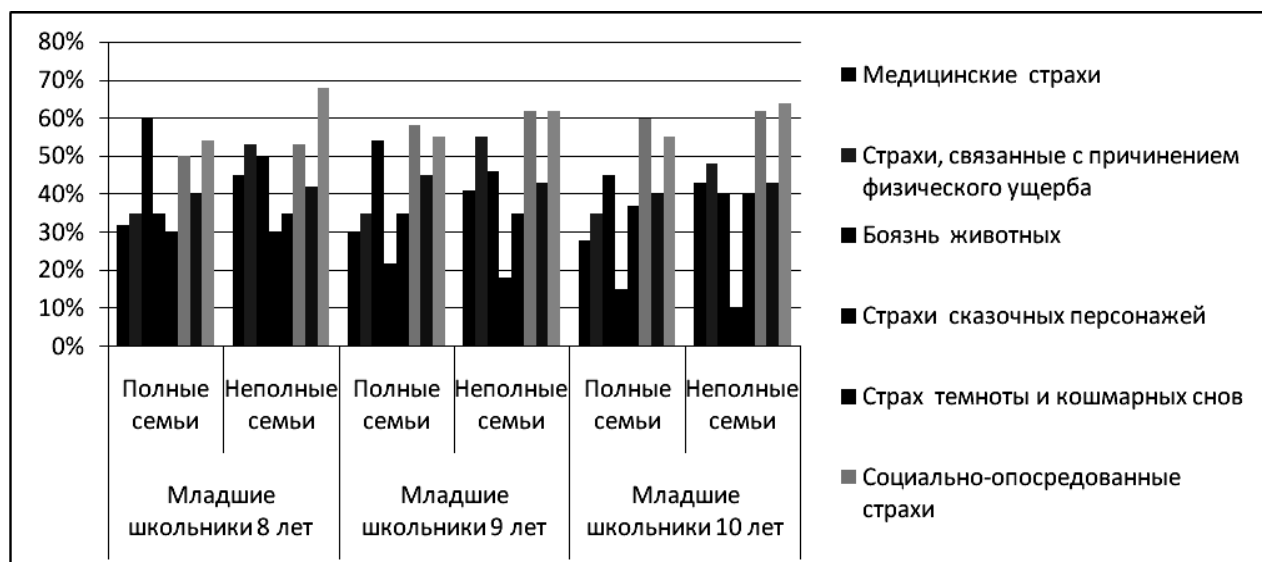


Рис.2.2. Сравнительный анализ результатов наличия видов страхов у младших школьников из полных и неполных семей (по методике «Страхи в домиках»).

Так, младшим школьникам из неполных семей характерны такие страхи как страх смерти, социально-опосредованные страхи, страхи, связанные с нанесением физического вреда, медицинские страхи, боязнь животных и пространственные страхи, а у испытуемых из полных семей наиболее выражены страх смерти, страх животных, социально-опосредованные страхи. Однако, мы можем говорить о том, что в обеих группах испытуемых наиболее распространенным является страх смерти и страх животных.

Сравнительный анализ результатов по методике «Нарисуй свой страх и напиши свои страхи» позволил выявить различия в изображениях страхов у младших школьников из полных и неполных семей. В изображениях страхов младшие школьники из полных семей чаще всего рисовали духов, призраков, вампиров, чертиков, пауков, получения плохих оценок. Редко встречались в рисунках страхи, что Бог не возьмет ребенка на небо (нарисовано на верхней половине листа царство небесное, в нижней части черт, который зовет ребенка к себе и смеется) своей смерти, страх, что родители попадут в аварию, утонуть в море. Следовательно, мы можем утверждать, что у испытуемых из полных семей, как в вербальной форме, так и в образной форме преобладают страхи насекомых и животных, но в образной форме меньше разработанность страхов, чем в вербальной. В работах младших школьников из неполных семей в вербальной форме чаще всего представлены такие страхи как злые люди, собаки, волки, темнота, потеря друзей, потеря семьи, высота, огонь, стоматолог, потеря отца, пауков, вызов к доске. Редкими страхами в работах испытуемых выступают стоматологические инструменты, дьявол, сатана, конец света, страх потеряться.

Младшие школьники из неполных семей чаще всего рисовали такие страхи как ребенок под дождем на улице возле дома и не может попасть в него; запрет заниматься спортом, получения плохой оценки (тетрадь и

учительница); привидения; потеря близких (падает дерево ребенка его отца и брата, все стоят на коленях и держат руки вверх, только брат плачет и держит папы туловища, мать бросает ребенка и уходит, а ребенок плачет по маме), покушение бандитов на семью (бандиты с ножами угрожают тату, матери и детям и забирают деньги и украшения), смерть (кладбище с надписями на могилах). Среди наименее изображенных являются страхи стеклянного здания которое сгорело; нарисованные ангел и Бог, которые защищают от дьявола, конец света. Так, в работах испытуемых из неполных семей, как в образной, так и в вербальной форме представлены практически одинаковое количество страхов и преобладают страхи потери близких людей, животных, пауков, смерть.

Так, мы можем утверждать, что у младших школьников из неполных семей выражено большее количество видов страхов по сравнению с работами младших школьников из полных семей. Это можно объяснить особенностями семейного положения испытуемых. Как отмечает О.И.Захаров, что именно на количество страхов у детей влияет состав семьи.

Проведен сравнительный анализ результатов исследования наличия школьных страхов у младших школьников из полных и неполных семей по методике «Список страхов» М.А.Кузнецова и И.В.Бабарыкиной и выявлено, что у младших школьников из полных семей преобладает средний и выше среднего уровень школьных страхов (50% испытуемых), а у младших школьников из неполных семей преобладают высокий и средний уровни наличия школьных страхов (80% испытуемых) (см.рис.2.3).

Такие различия в уровнях наличия школьных страхов у испытуемых из полных и неполных семей можно объяснить, во-первых, ведущей деятельностью младшего школьника – учебной, а во-вторых, причиной высокого уровня у испытуемых второй группы (неполные семьи) является их социальное положение, а именно неполная семья. Как отмечают ученые (А.И.Захаров, И.Коган, Г.Крайг), одним из основных факторов риска

возникновения страхов у детей является неполная семья, а развод родителей приводит к появлению неустойчивого поведения дома и в школе.

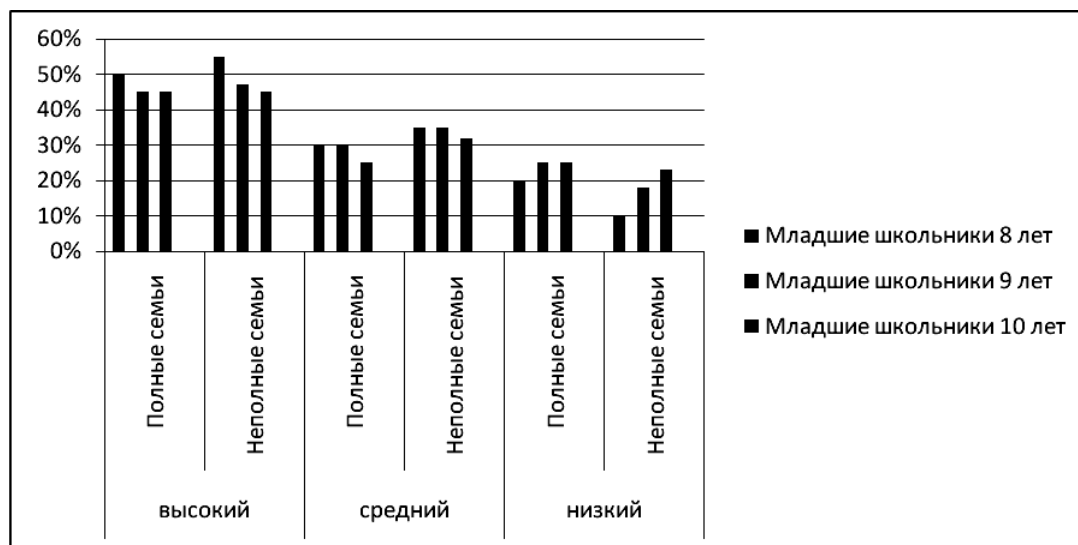


Рис.2.3. Сравнительный анализ наличия школьных страхов у младших школьников из полных и неполных семей (по методике «Список страхов» М.А.Кузнецова и И.В.Бабарыкиной)

Для сравнения особенностей проявления показателя школьных страхов нами был использован непараметрический критерий – U-критерий Манна-Уитни (см.табл.2.23).

Статистически значимые различия не выявлены по показателю школьных страхов у младших школьников из неполных ( $M=43,48$ ;  $Me=47,00$ ) и полных семей ( $M=40,60$ ;  $Me=43,50$ ). То есть мы можем говорить, что у обеих групп испытуемых одинаково выражены школьные страхи.

Таблица 2.23

**Сравнение описательных статистик показателя школьных страхов у младших школьников из полных и неполных семей**

Шкала	Младшие школьники						P
	Полные семьи			Неполные семьи			
	M	Me	Ст.откл.	M	Me	Ст.откл.	
Школьные страхи	40,60	43,50	18,54	43,48	47,00	17,16	0,41



Анализ результатов по методике Б.Филлипса позволил выявить в работах у младших школьников из полных семей высокие оценки по фактору 1 (общая тревожность в школе) и фактору 2 (переживания социального стресса) ( $X_{cp}=17,5$ ,  $X_{cp}=8,2$ ); по фактору 4 (страх самовыражения) выявлен повышенный уровень ( $X_{cp}=3,2$ ); по фактору 3 (фрустрация потребности в достижении успеха), фактору 5 (страх ситуации проверки знаний), фактору 6 (страх не соответствовать ожиданиям окружающих), фактору 7 (низкая физиологическая сопротивляемость стрессу), фактору 8 (проблемы и страхи в отношениях с учителями) выявлены средние оценки ( $X_{cp}=6,2$ ;  $X_{cp}=2,5$ ;  $X_{cp}=2,5$ ;  $X_{cp}=2,3$ ;  $X_{cp}=3,6$ ). У младших школьников из неполных семей выявлены высокие оценки по фактору 1 (общая тревожность в школе) и фактору 2 (переживания социального стресса), фактору 4 (страх самовыражения) и фактору 8 (проблемы и страхи в отношениях с учителями) ( $X_{cp}=16,5$ ,  $X_{cp}=9,7$ ,  $X_{cp}=5,2$ ,  $X_{cp}=6,4$ ). По фактору 3 (фрустрация потребности в достижении успеха), фактору 5 (страх ситуации проверки знаний), фактору 6 (страх не соответствовать ожиданиям окружающих), фактору 7 (низкая физиологическая сопротивляемость стрессу) выявлены средние оценки ( $X_{cp}=7,7$ ;  $X_{cp}=3,1$ ;  $X_{cp}=3,3$ ;  $X_{cp}=3,1$ ).

Так, младшим школьникам из полных и неполных семей свойственна высокая тревожность в школе и проявление тревожности при установлении контакта со сверстниками, однако у младших школьников из неполных семей выраженными являются страхи проявлять себя в полной мере в какой-либо деятельности, а также проблемы и страхи в отношениях с учителями. Такие различия связаны с перенесенными психологическими травмами детьми из неполных семей в прошлом.

Как доказано в работах ученых, младшим школьникам из неполных семей не хватает уверенности в себе и решительности в действиях и поступках (по Е.О. Смирновой, В.С. Собкину), у них низкая школьная успеваемость, склонны к невротическим нарушениям и противоправному поведению (по Е.И.Комковой [75]), им свойственны инфантильность,

пониженная самооценка, негативное отношение к родителям (по А.С.Спиваковской [142]).

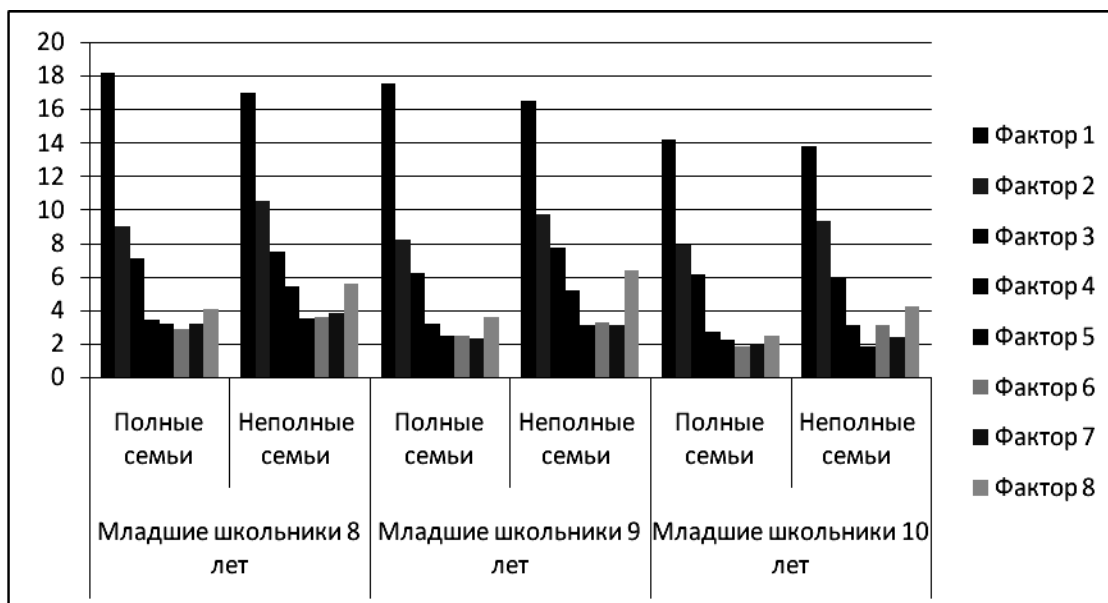


Рис.2.4. Сравнительный анализ показателей школьной тревожности у младших школьников из полных и неполных семей (по методике Б.Филлипса)

В таблице 2.24 представлены результаты сравнения описательных статистик показателей школьной тревожности у младших школьников из полных и неполных семей.

Как видно из таблицы 2.24 статистически значимых различий относительно общей тревожности в школе (фактор 1) ( $M=16,60$ ;  $Me=18,00$  у младших школьников из полных семей и  $M=15,80$ ;  $Me=16,00$  у младших школьников из неполных семей), фрустрации потребности в достижении успеха (фактор 3) ( $M=6,43$ ;  $Me=6,00$  у младших школьников из полных семей и  $M=7,00$ ;  $Me=7,00$  у младших школьников из неполных семей) и страха ситуации проверки знаний (фактор 5) ( $M=2,7$ ;  $Me=2,00$  у младших школьников из полных семей и  $M=2,91$ ;  $Me=3,00$  у младших школьников из неполных семей) не выявлено.

Таблица 2.24

**Сравнение описательных статистик показателей школьной тревожности у младших школьников из полных и неполных семей (по методике Б.Филлипса)**

Факторы	Младшие школьники						Р
	Полные семьи			Неполные семьи			
	М	Me	Ст.откл.	М	Me	Ст.откл.	
Фактор 1	16,60	18,00	4,14	15,80	16,00	3,27	0,071
Фактор 2	8,3	9,00	1,64	9,45	10,00	1,29	<b>0,000</b>
Фактор 3	6,43	6,00	2,08	7,00	7,00	2,03	0,112
Фактор 4	3,11	3,00	0,86	4,53	5,00	1,29	<b>0,000</b>
Фактор 5	2,7	2,00	1,12	2,91	3,00	1,31	0,39
Фактор 6	2,41	2,00	0,97	3,33	3,00	0,87	<b>0,000</b>
Фактор 7	2,38	2,00	1,00	3,08	3,00	0,96	<b>0,000</b>
Фактор 8	3,43	3,00	1,60	5,35	5,00	1,59	<b>0,000</b>

Примечание: Фактор 1 - общая тревожность в школе; Фактор 2 – переживания социального стресса; Фактор 3 – фрустрация потребности в достижении успеха; Фактор 4 – страх самовыражения; Фактор 5 – страх ситуации проверки знаний; Фактор 6 – страх не соответствовать ожиданиям окружающих; Фактор 7 – низкая физиологическая сопротивляемость стрессу; Фактор 8 – проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Переживание социального стресса (фактор 2) больше выделен у младших школьников из неполных семей (М=9,45; Me=10,00), чем у младших школьников из полных семей (М=8,3; Me=9,00). Это связано с тем, что испытуемые из неполных семей в силу своего социального положения являются эмоционально незащищенными, а также не имеет развитых навыков общения со взрослыми и сверстникам (как отмечают А.И.Захаров, В.А.Иванченко, Е.О. Смирнова, В.С. Собкина).

Страх самовыражения (фактор 4) (М=4,53; Me=5,00), страх не соответствовать ожиданиям окружающих (фактор 6) (М=3,33; Me=3,00), проблемы и страхи в отношениях с учителями (фактор 8) (М=5,35; Me=5,00),

а также низкая физиологическая сопротивляемость стрессу ( $M=3,08$ ;  $Me=3,00$ ) статистически значимо преобладают в группе младших школьников из неполных семей, чем у младших школьников из полных семей (фактор 4 -  $M=3,11$ ;  $Me=3,00$ ; фактор 6 –  $M=2,41$ ;  $Me=2,00$ ; фактор 7 -  $M=2,38$ ;  $Me=2,00$ ; фактор 8 -  $M=3,43$ ;  $Me=3,00$ ). Такое распределение результатов связано с особенностями развития эмоционально-личностной сферы младших школьников в неполной семье, а именно ее неблагоприятный фон в большинстве случаев (по Б.И. Кочубей, Е.И.Комковой, Е.В. Новикова).

Выявлены особенности проявления тревожности младшими школьниками из полных и неполных семей по методике «Шкала явной тревожности для детей CMAS» (см. табл.2.25 и рис. 2.5).

Детальный анализ результатов относительно уровня явной тревожности у младших школьников выделенных групп позволил констатировать, что 15% младших школьников из полных семей имеют низкий уровень тревожности, 45% испытуемых имеют нормальный уровень тревожности, 20% испытуемых имеют несколько завышенную тревожность, 10% испытуемых из полных семей имеют явно завышенный уровень тревожности, а 10% испытуемых имеют очень высокий уровень тревожности и их можно отнести к группе риска.

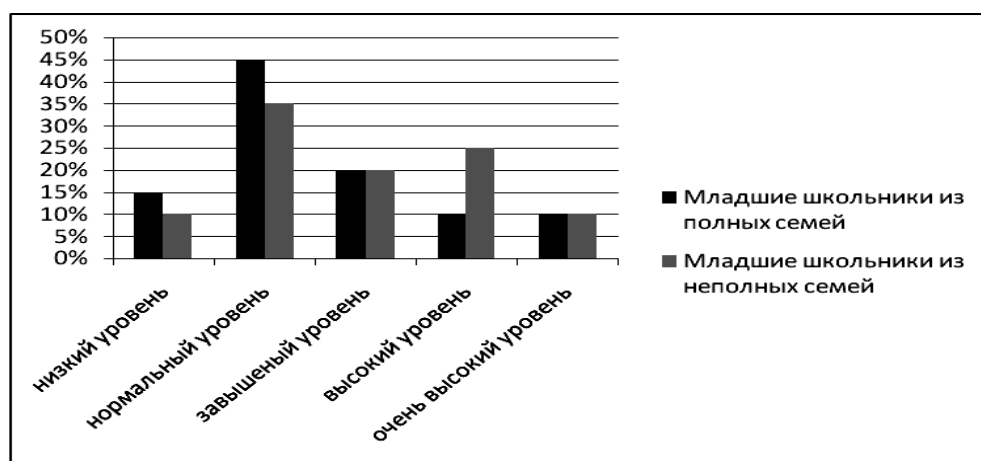


Рис. 2.5 Сравнительный анализ уровней тревожности у младших школьников из полных и неполных семей (по методике «Шкала явной тревожности для детей CMAS»)

Среди младших школьников из неполных семей 10% состояние тревожности не свойственно, 35% испытуемых имеют нормальный уровень тревожности, 20% испытуемых имеют несколько завышенную тревожность, 25% испытуемых имеют явно завышенную тревожность, 10% испытуемых имеют очень высокую тревожность и их можно отнести к группе риска.

На рис.2.5 видно, что у младших школьников из неполных семей уровень тревожности несколько выше, чем у младших школьников из полных семей.

Для подтверждения полученных различий нами был использован непараметрический критерий Манна-Уитни, результаты которого позволили выявить отсутствие значимых различий. То есть уровень явной тревожности одинаковый как в группе младших школьников из полных семей ( $M=17,03$ ;  $Me=17,00$ ), так и в группе младших школьников из неполных семей ( $M=16,23$ ;  $Me=15,00$ ).

Таблица 2.25

**Сравнение описательных статистик показателей явной тревожности у младших школьников из полных и неполных семей (по методике CMAS)**

Шкала	Младшие школьники						Р
	Полные семьи			Неполные семьи			
	М	Me	Ст.откл.	М	Me	Ст.откл.	
Явная тревожность	17,03	17,00	7,36	16,23	15,00	7,71	0,475

Итак, проведенный анализ результатов эмпирического исследования позволяет сделать следующие выводы: младшим школьникам из полных семей присущим является переживание страхов; среди видов страхов наиболее выраженными являются страх смерти, животных, пространственные страхи. А младшим школьникам из неполных семей по

сравнению с испытуемыми из полных семей свойственна тревожность, робость, эмоциональная уязвимость, повышенное чувство опасности, среди видов страхов наиболее выраженными являются страх смерти, животных, страх физического вреда, медицинские и пространственные страхи, социально-опосредованные страхи.

Сравнительный анализ особенностей проявления страхов у подростков из полных и неполных семей позволил выявить, что у испытуемых из полных семей (по методике «Несуществующее животное») наиболее выраженными показателями выступают переживания страхов (51%), вторыми по значимости выступают показатели легкость возникновения страхов (39%) и страх и тревога (38%), наименее выраженным является показатель резкой тревожности (25%). У подростков из неполных семей наиболее выраженными являются показатели переживания страха (45%) и легкость возникновения опасений и страхов (42%), вторым по значимости выступает показатель страха и тревоги (36%) и третьим – резкая тревожность (26%).

Сравнительный анализ полученных результатов по методике «Несуществующее животное» у подростков из полных и неполных семей (см. рис. 2.6.) позволяет говорить, что в обеих группах в рисунках преобладают показатели легкости возникновения страхов и переживания страхов, однако эти показатели более выражены в группе испытуемых из неполных семей.

Сравнительный анализ результатов по методике «Нарисуй свой страх и напиши свой страх» позволил изучить особенности переживания страхов у подростков из полных и неполных семей и были выделены следующие особенности: у подростков из полных семей среди страхов наиболее выраженными являются смерть родителей, потеря близких, кладбище, страшные сны, темнота, маньяки, землетрясение, страх высоты, остаться в замкнутом пространстве, кровь, бандиты.

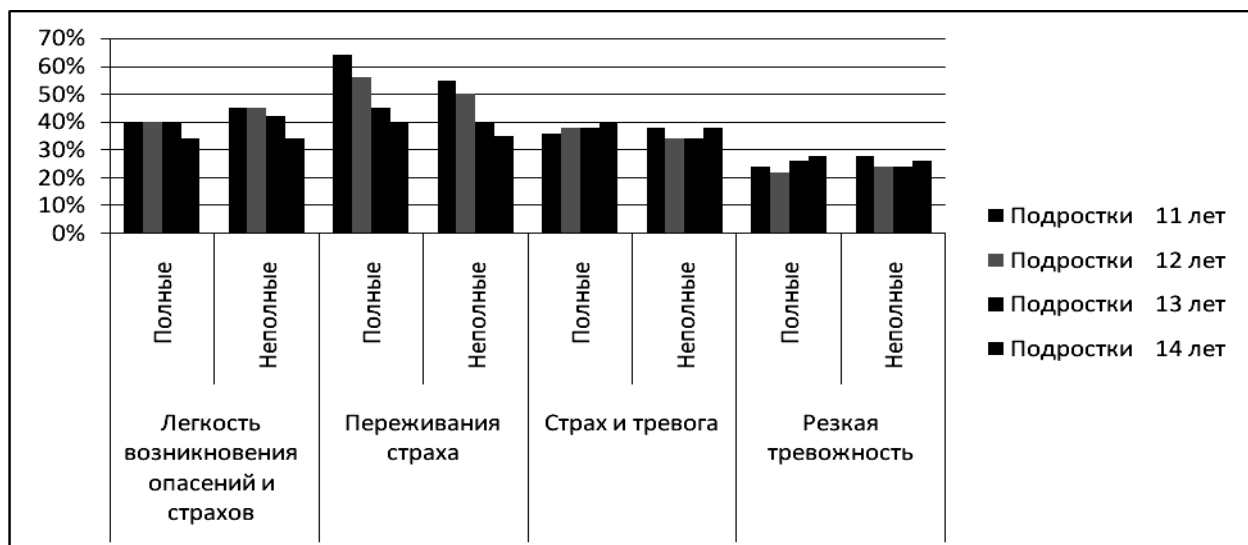


Рис. 2.6 Сравнительный анализ результатов исследования страхов у подростков из полных и неполных семей (по методике «Несуществующее животное»).

У подростков из неполных семей выявлены в работах (по авторской методике «Нарисуй свой страх и напиши свой страх») такие изображения страхов - получение плохой оценки, призраки, смерть, пауки и насекомые, вампиры, стихийные бедствия, крысы, мыши, ужи, змеи, дикие животные, инвалидность, остаться в одиночестве, потерять друга, быть оскорбленным, родится страшный ребенок. Так, мы можем утверждать, что у подростков из неполных семей количество выраженных страхов больше по сравнению с подростками из полных семей.

Результаты по методике «Список страхов» М.А.Кузнецова и И.В.Бабарькиной свидетельствуют о преобладании среднего и низкого уровней школьных страхов у подростков из полных семей, а средний и выше среднего уровень школьных страхов выявлен у подростков из неполных семей (см.рис.2.7).

Средний и выше среднего уровни школьных страхов у подростков связаны с противоречиями между уровнем притязаний и образом собственного «Я», стремлением к самостоятельности и общению со сверстниками [63]. Хотя надо отметить, что обучение также влияет на

эмоциональную сферу подростков, что обусловлено более сложными предметами в средней школе, и они вызывают больше тревожности у испытуемых. Однако более высокий уровень школьных страхов у подростков из неполных семей связан с их индивидуально-личностными характеристиками и социальным статусом.

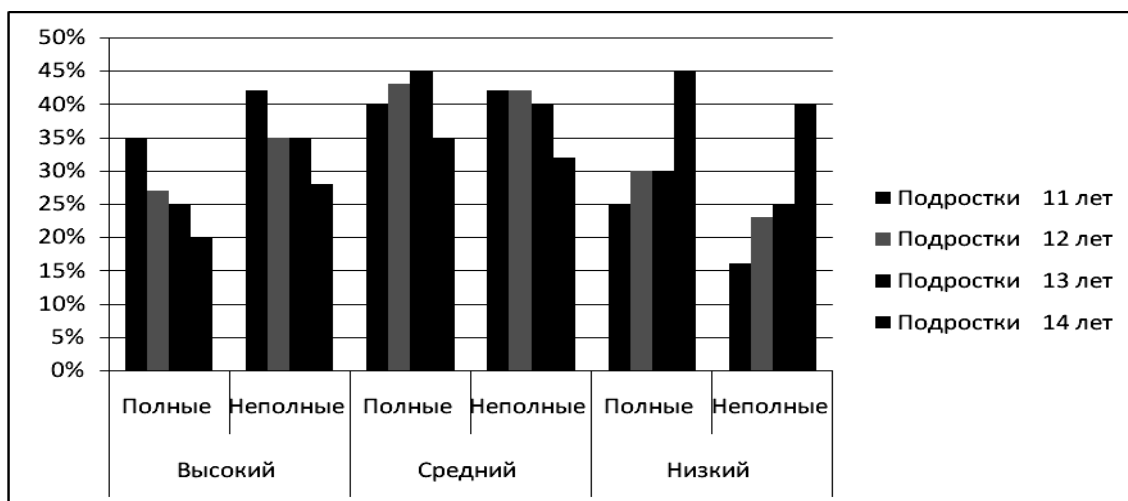


Рис. 2.7 Сравнительный анализ наличия школьных страхов у подростков из полных и неполных семей (по методике «Список страхов» М.А.Кузнецова и И.В.Бабарькиной)

В таблице 2.26 представлены результаты сравнительного анализа описательных статистик особенностей переживания школьных страхов у подростков из полных и неполных семей по методике «Список страхов» М.А.Кузнецова и И.В.Бабарькиной.

Таблица 2.26

**Сравнение описательных статистик показателя школьных страхов у подростков из полных и неполных семей**

Шкала	Подростки						Р
	Полные семьи			Неполные семьи			
	М	Me	Ст.откл.	М	Me	Ст.откл.	
Школьные страхи	35,10	35,50	15,15	39,40	40,00	14,10	0,049



Статистически значимые различия (по U-критерию Манна-Уитни,  $p < 0,05$ ) выявлены по показателю школьных страхов у испытуемых, а именно у подростков из неполных семей выше уровень школьных страхов ( $M=39,40$ ;  $Me=40,00$ ), чем у подростков из полных семей ( $M=35,10$ ;  $Me=35,50$ ).

Сравнительный анализ особенностей личностной и реактивной тревожности у подростков из полных и неполных семей позволил выявить, что среди подростков из полных семей у 54% испытуемых средний уровень реактивной тревожности, у 16% испытуемых высокий уровень реактивной тревожности, а у 30% испытуемых – низкий уровень реактивной тревожности, а также у 57% испытуемых – средний уровень личностной тревожности, у 19% испытуемых – высокий уровень личностной тревожности, у 24% испытуемых – низкий уровень личностной тревожности. Среди подростков из неполных семей у 15% испытуемых выявлен высокий уровень реактивной тревожности, у 30% испытуемых выявлен средний уровень реактивной тревожности, у 55% испытуемых выявлен низкий уровень реактивной тревожности; у 50% испытуемых средний уровень личностной тревожности, у 40% испытуемых высокий уровень проявления личностной тревожности, у 10% испытуемых низкий уровень личностной тревожности. Итак, у подростков из неполных семей преобладает высокий уровень личностной тревожности и низкий уровень реактивной тревожности, а у подростков из полных семей средний уровень, как реактивной тревожности, так и личностной тревожности.

Для определения значимости различий в показателях реактивной и личностной тревожности у подростков из полных и неполных семей нами был использован также непараметрический U-критерий Манна-Уитни ( $p < 0,05$ ) (см.табл.2.28).

Статистически значимые различия выявлены между оценками по показателю личностной тревожности, а именно выше уровень личностной тревожности у подростков из неполных семей ( $M=39,21$ ;  $Me=41,00$ ), чем у подростков из полных семей ( $M=35,17$ ;  $Me=36,00$ ). Значимые различия не

выявлены между оценками по показателю реактивной тревожности у подростков из полных и неполных семей.

Таблица 2.28.

**Сравнение описательных статистик показателей тревожности у подростков из полных и неполных семей**

Шкалы	Подростки						Р
	Полные семьи			Неполные семьи			
	М	Ме	Ст.откл.	М	Ме	Ст.откл.	
Реактивная тревожность	33,77	36,00	10,35	31,36	30,00	9,35	0,084
Личностная тревожность	35,17	36,00	8,98	39,21	41,00	8,12	<b>0,003</b>
Школьная тревожность	28,32	28,00	4,80	27,25	26,00	5,04	0,140
Самооценочная тревожность	32,48	34,00	5,15	32,30	32,00	4,35	0,490
Межличностная тревожность	30,48	29,50	6,42	33,83	35,5	5,03	<b>0,000</b>

Установлено, что у подростков из полных семей высокие оценки по шкале самооценочной тревожности ( $X_{cp}=33$ ), средние оценки по шкалам школьной тревожности ( $X_{cp} = 29$ ) и межличностной тревожности ( $X_{cp} = 28$ ) (по методике О.Кондаша). Несколько иное распределение результатов у подростков из неполных семей, а именно высокие оценки по шкалам межличностной тревожности ( $X_{cp} = 34$ ) и самооценочной тревожности ( $X_{cp} = 33$ ), и несколько ниже оценки по шкале школьной тревожности ( $X_{cp} = 29$ ). Такое распределение результатов можно объяснить особенностями развития эмоциональной сферы подростков из неполных семей, кризисом подросткового возраста, противоречиями, которые возникают в этом возрасте.

Сравнительный анализ описательных характеристик позволил выявить, что у подростков из неполных семей наиболее высокий уровень по шкале межличностной тревожности ( $M=33,83$ ;  $Me=35,50$ ) и по выраженности

данной шкалы они статистически значимо превышают подростков из полных семей ( $M=30,48$ ;  $Me=29,50$ ).

По шкале самооценочной тревожности (полные семьи -  $M=32,48$ ;  $Me=34,00$  и неполные семьи –  $M=32,30$ ;  $Me=32,00$ ) и школьной тревожности (полные семьи -  $M=28,32$ ;  $Me=28,00$  и неполные семьи –  $M=27,25$ ;  $Me=26,00$ ) испытуемые группы не имеют значимых различий.

Так, в эмпирическом исследовании особенностей проявления страхов у младших школьников и подростков из полных и неполных семей выявлены различия и сходства.

### **Выводы ко второй главе**

1. В ходе эмпирического исследования была разработана общая методика исследования проявления страхов у младших школьников и подростков с разным социальным статусом. В состав общей методики входят следующие методы: наблюдение, анализ продуктов деятельности, беседа и конкретные методики: для исследования особенностей проявления страхов у младших школьников – методика «Несуществующее животное», авторская методика «Нарисуй свой страх и напиши свой страх», методика «Страхи в домиках» А.И.Захарова и Н. Панфиловой, методика «Список страхов», методика Б.Филлипса, Шкала явной тревожности для детей CMAS (The Children's Form of Manifest Anxiety Scale - CMAS); для исследования особенностей проявления страхов у подростков – методика «Несуществующее животное», авторская методика «Нарисуй свой страх и напиши свой страх», методика «Список страхов», методика «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности» Ч.Д.Спилберга и Ю.Л.Ханина, методика «Шкала тревожности» О.Кондаша.

2. Изучены особенности переживания страхов у младших школьников из полных и неполных семей. Выявлено, что у младших школьников из полных семей 8-10 лет выраженными являются показатели легкости

возникновения страхов (54%) и переживания страхов (60%). У младших школьников из полных семей, как в вербальной, так и в образной форме преобладают страхи животных, фантастических и магических существ, страх потери родных людей, но в образной форме меньше разработанность страхов, чем в вербальной;

- Выявлено, что у младших школьников из полных семей наиболее выраженными среди видов страхов являются страх смерти (55%), социально-опосредованные страхи (56%), страхи животных (53%); наименее выраженными выступают страхи сказочных персонажей (24%).

Исследованы особенности школьной тревожности у младших школьников из полных семей и установлено, что наиболее выраженными являются шкалы общей тревожности в школе ( $M_e=18,00$ ) и переживание социального стресса ( $M_e=9,00$ ). Вторыми по значимости выступают у младших школьников из полных семей страх самовыражения ( $M_e=3,00$ ); фрустрация потребности в достижении успеха ( $M_e=6,00$ ); третьими по значимости - страх ситуации проверки знаний ( $M_e=2,00$ ), страх не соответствовать ожиданиям окружающих ( $M_e=2,00$ ), низкая физиологическая сопротивляемость стрессу ( $M_e=2,00$ ), проблемы и страхи в отношениях с учителями ( $M_e=2,00$ ). Так, низкий уровень тревожности свойственен 15% младших школьников из полных семей; 45% испытуемых имеют нормальный уровень тревожности; 20% испытуемых имеют несколько завышенную тревожность; 10% испытуемых имеют явно завышенный уровень тревожности, а 10% испытуемых имеют очень высокий уровень тревожности.

Установлено, что на протяжении изучаемого возраста у младших школьников из полных семей растет показатель легкости возникновения страха и переживания страха, снижается показатель страха и тревоги; происходит увеличение количества социально-опосредованных страхов и страха смерти, снижается уровень наличия школьных страхов.

- Исследованы особенности переживания страхов у младших школьников из неполных семей и выявлено, что у младших школьников из неполных семей 8-10 лет наиболее выраженными выступают показатели: легкость возникновения страхов (58%) и переживания страхов (69%), показатели страха и тревоги (44%). Установлено, что в работах младших школьников из неполных семей наиболее часто употребляемыми являются страхи смерти, фантастических и магических существ, школьные страхи, страхи животных. Младшими школьниками из неполных семей, как в образной, так и в вербальной форме представлены страхи, однако в вербальной форме их количество больше.

Определено, что у младших школьников из неполных семей наиболее выраженным являются страх смерти (62%), социально-опосредованные страхи (62 %) и страхи, связанные с нанесением физического вреда (55%), вторыми по результатам выступают страх животных (46%), медицинские страхи (41%) и пространственные страхи (42%). Наименее выраженными у испытуемых из неполных семей являются страхи сказочных персонажей (18%). Также, у младших школьников из неполных семей преобладают высокий и средний уровни наличия школьных страхов.

У младших школьников из неполных семей наиболее выраженными являются такие шкалы тревожности как общая тревожность в школе ( $M_e=16,00$ ), переживание социального стресса ( $M_e=10,00$ ), страх самовыражения ( $M_e=5,00$ ) и страх ситуации проверки знаний ( $M_e=3,00$ ). Вторыми по значимости выступают такие шкалы как фрустрация потребности в достижении успеха ( $M_e=7,00$ ), страх не соответствовать ожиданиям окружающих ( $M_e=3,00$ ), низкая физиологическая сопротивляемость стрессу ( $M_e=3,00$ ). Определено, что 10% младших школьников из неполных семей состояние тревожности не свойственно; 35% испытуемых имеют нормальный уровень тревожности; 20% испытуемых имеют несколько завышенную тревожность; 25% испытуемых имеют явно

завышенную тревожность; 10% испытуемых имеют очень высокую тревожность.

3. Проведен сравнительный анализ особенностей проявления страхов у младших школьников из полных и неполных семей и установлено, что младшим школьникам из полных семей присущи в большей степени социально-опосредованные страхи, страх смерти и боязнь животных, а младшим школьникам из неполных семей - страх смерти, социально-опосредованные страхи и страхи, связанные с нанесением физического вреда. Выявлено, что у младших школьников из неполных семей количество страхов в образной и вербальной форме проявления больше, чем у младших школьников из полных семей. Однако установлено, что уровень школьных страхов в обеих группа практически одинаковый (из неполных семей –  $M=43,48$ ;  $Me=47,00$  и полных семей –  $M=40,60$ ;  $Me=43,50$ ).

Доказано, что младшим школьникам из полных и неполных семей свойственна высокая тревожность в школе и проявление тревожности при установлении контакта со сверстниками, однако у младших школьников из неполных семей выраженными являются страхи проявлять себя в полной мере в какой-либо деятельности, а также проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Выявлено, что уровень таких страхов как страх самовыражения ( $M=4,53$ ;  $Me=5,00$ ), страх не соответствовать ожиданиям окружающих ( $M=3,33$ ;  $Me=3,00$ ), проблемы и страхи в отношениях с учителями ( $M=5,35$ ;  $Me=5,00$ ), переживание социального стресса ( $M=9,45$ ;  $Me=10,00$ ), а также низкая физиологическая сопротивляемость стрессу ( $M=3,08$ ;  $Me=3,00$ ) статистически значимо преобладают в группе младших школьников из неполных семей, чем у младших школьников из полных семей ( $M=3,11$ ,  $Me=3,00$ ;  $M=2,41$ ,  $Me=2,00$ ;  $M=2,38$ ,  $Me=2,00$ ;  $M=8,3$ ,  $Me=9,00$ ;  $M=3,43$ ,  $Me=3,00$ ).

4. Изучены особенности переживания страхов у подростков из полных и неполных семей. Выявлено, что у подростков из полных семей среди

страхов наиболее выраженными являются страх смерти, социальные страхи, страхи стихий, страхи пространства. Установлено, что среди подростков из полных семей у 37% выражен показатель переживания страха, у 38% - показатель легкости возникновения опасений и страхов, у 30% - показатель страхов и тревоги, у 21% выражен показатель резкой тревожности.

Исследован уровень школьных страхов у подростков из полных семей и выявлено преобладание среднего и низкого уровней школьных страхов у подростков из полных семей. Установлено, что у подростков из полных семей 11 лет выше уровень наличия школьных страхов ( $M=39,40$ ), чем у подростков 14 лет ( $M=30,15$ ), что указывает на снижение уровня наличия школьных страхов на протяжении изучаемого возраста (11 лет –  $M=39,40$ ; 12 лет –  $M=37,00$ , 13 лет –  $M=33,85$ , 14 лет –  $M=30,15$ ).

Изучены уровни реактивной и личностной тревожности у подростков из полных семей и выявлено, что 16 % подростков из полных семей свойственен высокий уровень реактивной тревожности; 54% подростков имеют средний уровень реактивной тревожности; 30% подростков имеют низкий уровень реактивной тревожности; 58% подростков из полных семей имеют средний уровень личностной тревожности; 19% подростков имеют высокий уровень личностной тревожности; 25% подростков имеют низкий уровень личностной тревожности.

Выявлены статистически значимые различия в уровнях реактивной тревожности и личностной тревожности у подростков 11-14 лет из полных семей и определено, что у подростков 11 лет более выражена реактивная тревожность, чем у подростков 14 лет (11 лет -  $M=35,90$ ;  $Me=38,00$  и 14 лет –  $M=32,05$ ;  $Me=36,5$ ), а также у подростков из полных семей 11 и 14 лет практически одинаковый уровень выраженности личностной тревожности (14 лет -  $M=34,25$ ;  $Me=36,5$  и 11 лет –  $M=34,5$ ;  $Me=35,00$ ).

Выяснено, что наиболее выраженной у подростков из полных семей является шкала самооценочной тревожности ( $M=32,48$ ;  $Me=34,00$ ), вторыми

по значимости выступают шкалы межличностной тревожности ( $M=30,48$ ;  $Me=29,50$ ) и школьной тревожности ( $M=28,32$ ;  $Me=28,00$ ).

- Исследованы особенности проявления страхов у подростков из неполных семей и выявлены такие наиболее выраженные страхи как страх смерти, страх живых существ, страхи стихий, социальные страхи, личностно обусловленные страхи. Выявлено, что у 42% подростков из неполных семей преобладает показатель переживания страха, у 43% испытуемых - показатель легкости возникновения опасений и страхов, у 37% испытуемых - показатель страхов и тревоги, в 26% испытуемых – показатель резкой тревожности.

Особенностями школьных страхов у подростков из неполных семей является преобладание среднего и выше среднего уровень школьных страхов. Определено, что у подростков из неполных семей 14 лет ниже уровень наличия школьных страхов, чем у подростков 11-13 лет (11 лет -  $M=40,35$ ; 12 лет –  $M=39,15$ ; 13 лет –  $M=40,80$  и 14 лет –  $M=37,3$ ) и наблюдается снижение уровня школьных страхов у подростков из неполных семей в возрасте 13-14 лет.

Выявлено, что на протяжении изучаемого возраста у подростков из неполных семей происходит снижение уровня реактивной тревожности и возрастание личностной тревожности. Выяснено, что у подростков 11 лет из неполных семей наиболее высокий уровень выраженности реактивной тревожности ( $M=33,6$ ;  $Me=35,50$ ), а у подростков из неполных семей 14 лет наиболее выраженным является показатель личностной тревожности ( $M=40,40$ ;  $Me=41,00$ ). Также установлено, что наиболее выраженной у подростков 11-14 лет из неполных семей является шкала межличностной тревожности ( $M=33,83$ ;  $Me=35,50$ ), второй по значимости выступает шкала самооценочной тревожности ( $M=32,30$ ;  $Me=32,00$ ), третьей по значимости – шкала школьной тревожности ( $M=27,25$ ;  $Me=26,00$ ).

5. Проведен сравнительный анализ проявления страхов у подростков из полных и неполных семей и выявлено, что у подростков из неполных семей количество выраженных страхов больше по сравнению с подростками из



полных семей. В обеих группах испытуемых преобладают показатели легкости возникновения страхов и переживания страхов, однако эти показатели более выражены в группе испытуемых из неполных семей.

Установлено, что более высокий уровень школьных страхов у подростков из неполных семей, чем у подростков из полных семей, что подтверждено статистически значимыми различиями (из неполных семей –  $M=39,40$ ;  $Me=40,00$  и из полных семей  $M=35,10$ ;  $Me=35,50$ ,  $p=0,049$ ).

Выявлено, что у подростков из неполных семей преобладает высокий уровень личностной тревожности и низкий уровень реактивной тревожности, а у подростков из полных семей средний уровень, как реактивной тревожности, так и личностной тревожности. Установлено, что выше уровень личностной тревожности у подростков из неполных семей ( $M=39,21$ ;  $Me=41,00$ ), чем у подростков из полных семей ( $M=35,17$ ;  $Me=36,00$ ), о чем свидетельствуют статистически значимые различия. Доказано, что у подростков из неполных семей выше уровень межличностной тревожности ( $M=33,83$ ;  $Me=35,50$ ), чем у подростков из полных семей ( $M=30,48$ ;  $Me=29,50$ ).

## **ГЛАВА III.**

### **ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПЕРЕЖИВАНИЯ СТРАХА У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ И ПОДРОСТКОВ ИЗ ПОЛНЫХ И НЕПОЛНЫХ СЕМЕЙ**

#### **III.1. Сравнительный анализ особенностей переживания страхов у младших школьников Украины и Китая**

С целью изучения особенностей переживания страхов у младших школьников из неполных семей Украины и Китая нами проведен сравнительный анализ полученных результатов по методикам «Несуществующее животное», авторской методики «Нарисуй свой страх и напиши свой страх», Шкала явной тревожности для детей CMAS (The Children's Form of Manifest Anxiety Scale - CMAS).

Анализ результатов по методике «Несуществующее животное» у младших школьников из китайских неполных семей свидетельствуют (см.табл.3.1), что у испытуемых 8 лет наиболее выраженным является показатель переживания страха (60%), вторыми по результатам выступают легкость возникновения страхов (30%) и переживания страхов (32%), что связано с возрастными особенностями младшего школьника по легкости возникновения страхов. Наименее выраженным показателем является резкая тревожность, которая наблюдается только у 25% испытуемых, что связано с индивидуальными особенностями развития личности испытуемых.

Анализ полученных результатов по данной методике у младших школьников 9 лет из китайских неполных семей позволил определить, что у испытуемых преобладает показатель переживания страха (65%), на втором месте находятся показатели легкость возникновения опасений и страхов и страха и тревоги (24%).

Изучая работы 10-ти летних младших школьников из китайских неполных семей, мы выявили, что наиболее выраженным показателем

является переживание страха (60%), вторыми по результатам выступают легкость возникновения страхов (25%) и переживания страхов (25%). Наименее выраженным показателем является резкая тревожность, которая наблюдается только у 20% испытуемых.

*Таблица 3.1.*

**Показатели проявления страхов у младших школьников из неполных семей китайской выборки (по методике «Несуществующее животное»)**

Группы испытуемых	легкость возникновения опасений и страхов	переживания страха	страх и тревога	резкая тревожность
8 лет	30%	60%	32%	25%
9 лет	25%	65%	24%	20%
10 лет	25%	60%	25%	20%

Обобщая результаты, мы можем утверждать, что среди младших школьников 8-10 лет из китайских неполных семей на первом месте по результатам находится показатель переживания страхов (62%), на втором месте - легкость возникновения страхов (27%) и показатели страха и тревоги (27%); на третьем месте – резкая тревожность (22%).

С младшими школьниками 8-10 лет из китайских неполных семей была проведена авторская методика «Нарисуй свой страх и напиши свой страх». Анализ работ по методике у испытуемых 8 лет выявил, что среди изображений страха наиболее часто рисовали человечков с рогами, динозавра, чудовищ с большим количеством голов и глаз. Менее встречающимися были изображения приведения, мама бьет ребенка, картина. Среди списка страхов у испытуемых 8 лет китайской выборки преобладают следующие: змея, крокодил, зомби, динозавры, а наименее употребляемыми

выступают живопись, кровотечение из носа, драка ножами, ведьма, фильм ужасов, ангел-дьявол, страшная кошка, кость рыбы застряла в горле.

В рисунках младших школьников 9 лет из неполных семей китайской выборки чаще всего встречаются такие изображения как: человечки с острыми зубами, монстры, искореженные животные и насекомые, приведения. В списке страхов у испытуемых 9 лет чаще встречаются змея, крокодил, акулы, а наименее использованы – дождевые черви, мама бьет ребенка, динозавры, остроконечный монстр, американские горки.

В рисунках младших школьников 10 лет из неполных семей китайской выборке чаще всего встречаются такие изображения как: девочка с лишними предметами в руках, монстры, насекомые, приведения. В списке страхов у испытуемых 10 лет встречаются следующие: крыло армейское, стрекоза, зазубренный Вину, мир без приведений, 100 лет, вина, странные медузы, облако, монстры, единорог, одноглазый зверь.

Анализ работ испытуемых 8-10 лет из неполных семей китайской выборки позволяет говорить о том, что в образной форме представлено большее количество страхов, чем в вербальной форме и наблюдается однообразность в проявлении страхов, а именно изображения животных, монстров, змей и крокодилов, человечков с множеством глаз и зубов. У младших школьников китайской выборки преобладают страхи животных, монстров, змей.

В таблице 3.2 представлены результаты изучения тревожности у младших школьников из неполных семей китайской выборки (по методике «Шкала явной тревожности для детей CMAS»).

По результатам таблицы 3.2 мы можем наблюдать, что среди младших школьников 8 лет из неполных семей китайской выборки 15% испытуемым тревожность не свойственна, что может свидетельствовать о защитной реакции у данных младших школьников. У 45% испытуемых выявлено нормальный уровень тревожности, у 30% испытуемых выявлена несколько

повышенная тревожность, а у 10% испытуемых – явно повышенная тревожность.

Таблица 3.2.

**Показатели уровня явной тревожности у младших школьников из неполных семей китайской выборки (по методике СМАС)**

Стены	Группы испытуемых		
	8 лет	9 лет	10 лет
1-2	15%	15%	10%
3-6	45%	35%	50%
7-8	30%	30%	30%
9	10%	10%	10%
10	0%	10%	0%

Среди младших школьников 9 лет из неполных семей китайской выборки у 15% испытуемых выявлен низкий уровень тревожности, у 35% испытуемых – нормальный уровень тревожности, у 30% испытуемых – несколько повышенный уровень тревожности, у 10% - явно повышенный уровень, а очень высокий уровень тревожности у 10% испытуемых.

В работах младших школьников 10 лет из неполных семей китайской выборки выявлено, что у 10% испытуемых выявлен низкий уровень тревожности, у 50% испытуемых – нормальный уровень тревожности, у 30% испытуемых – несколько повышенный уровень тревожности, у 10% - явно повышенный уровень.

Так, мы можем говорить о том, что у младших школьников 8-10 лет из неполных семей китайской выборки преобладает нормальный и несколько повышенный уровень тревожности, а также наблюдается и явно повышенный уровень тревожности. Такие результаты можно объяснить как возрастными особенностями младших школьников, так и специфическими особенностями обучения в Китае. Как отмечают ученые (по Фан Цзюань), от

25% до 60% младших школьников имеют затруднения в обучении, что обусловлено сложностью учебной программы, сложностью изучения китайского языка и китайской речи, сложными отношениями между учителем и учениками. Также, автором указывается, что «у большинства неуспевающих школьников начальных классов есть психологические проблемы в развитии и в учебе» [159, с. 3].

Для выявления сходств и различий в проявлении страхов у младших школьников из неполных семей украинской и китайской выборки нами был проведен сравнительный анализ результатов обеих выборок.

Сравнительный анализ полученных результатов по методике «Несуществующее животное» у младших школьников из неполных семей украинской и китайской выборки представлен на рис. 3.1.

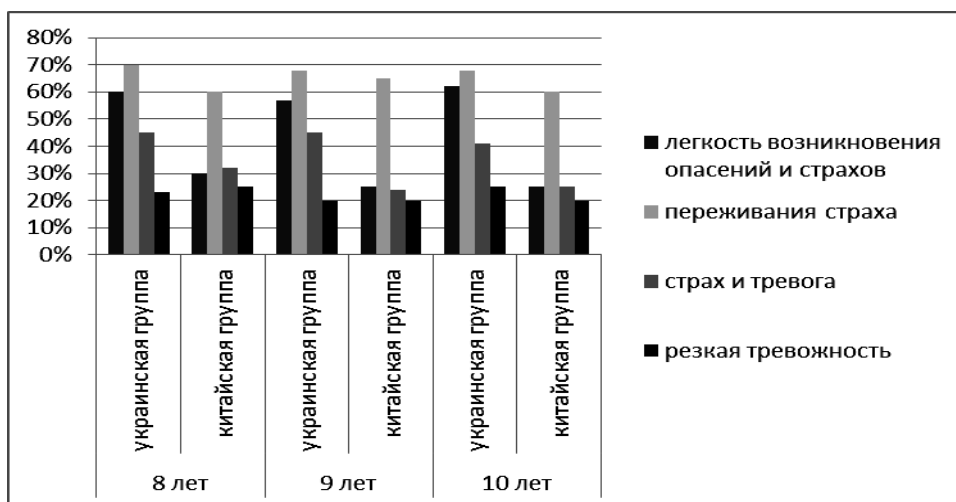


Рис. 3.1. Сравнительный анализ проявления страхов у младших школьников из неполных семей украинской и китайской выборок (по методике «Несуществующее животное»).

По данным рис.3.1 мы можем наблюдать, что у младших школьников 8-10 лет из неполных семей украинской выборки преобладают показатели переживания страха (65%) и легкость возникновения опасений и страхов (60%), вторыми выступают страх и тревога (44%), а наименее выраженным – показатель резкой тревожности (22%). У младших школьников 8-10 лет из неполных семей китайской выборки результаты немного другие, а именно

наиболее выраженным является показатель переживания страхов (62%), а показатели легкости возникновения страхов (27%), страха и тревоги (27%), резкая тревожность (22%) выражены у испытуемых в меньшей степени.

Мы можем утверждать, что существуют сходства и различия в проявлении страхов у младших школьников из неполных семей украинской и китайской выборок. Так, в обеих испытуемых группах в рисунках наиболее выраженным является показатель переживания страхов (65% и 62%), а наименее выраженным – показатель резкой тревожности (22% и 22%). Но у младших школьников из неполных семей украинской выборки достаточно выраженным является и показатель легкости возникновения страхов, а показатель страха и тревоги имеет среднюю выраженность, а у испытуемых китайской выборки последних два показателя имеют уровень выраженности ниже среднего.

Сравнительный анализ работ по методике «Нарисуй свой страх и напиши свой страх» испытуемых 8-10 лет из неполных семей украинской и китайской выборок позволил выявить, что в образной сфере количество изображенных страхов у испытуемых украинской выборки меньше, чем у испытуемых китайской выборки, но частота встречаемости одинаковых страхов ниже у украинской выборки, чем у китайской выборки. А именно, в работах украинской выборки присутствуют такие изображения как: ребенок под дождем на улице возле дома и не может попасть в него; запрет заниматься спортом, получения плохой оценки; привидения; потеря близких, покушение бандитов на семью, смерть; в работах младших школьников китайской выборки такие изображения страхов - животные, монстры, змеи, крокодилы, человечки с множеством глаз и зубов. Также выявлено, что количество страхов у испытуемых украинской выборки из неполных семей больше, чем у испытуемых китайской выборки. У младших школьников из неполных семей украинской выборки преобладают страхи потери близких людей, животных, пауков, смерть, а у младших школьников из неполных семей китайской выборки преобладают страхи животных, монстров и змей.

Сравнительный анализ результатов изучения явной тревожности у младших школьников из неполных семей украинской и китайской выборки представлен в табл.3.3 и на рис.3.2

Таблица 3.3

**Сравнение описательных статистик показателей явной тревожности у младших школьников из неполных семей украинской и китайской выборок (по методике CMAS)**

Шкала	Младшие школьники из неполных семей						Р
	Украинская выборка			Китайская выборка			
	М	Me	Ст.откл.	М	Me	Ст.откл.	
Явная тревожность	16,23	15,00	7,71	13,10	13,00	4,57	0,042

Определено, что у 10% младших школьников из неполных семей украинской выборки состояние тревожности не свойственно; 35% испытуемых украинской выборки имеют нормальный уровень тревожности; 20% испытуемых имеют несколько завышенную тревожность; 25% испытуемых имеют явно завышенную тревожность; 10% испытуемых имеют очень высокую тревожность. Среди младших школьников из неполных семей китайской выборки у 13% испытуемых выявлен низкий уровень тревожности, у 43% испытуемых – нормальный уровень тревожности, у 30% испытуемых – несколько повышенный уровень тревожности, у 10% - явно повышенный уровень, а очень высокий уровень тревожности у 3% испытуемых. Так, мы можем наблюдать (на рис.3.2), что в обеих выборках преобладает нормальный и несколько завышенный уровень тревожности, однако уровень тревожности выше у младших школьников из неполных семей украинской выборки, чем у младших школьников из неполных семей китайской выборки.



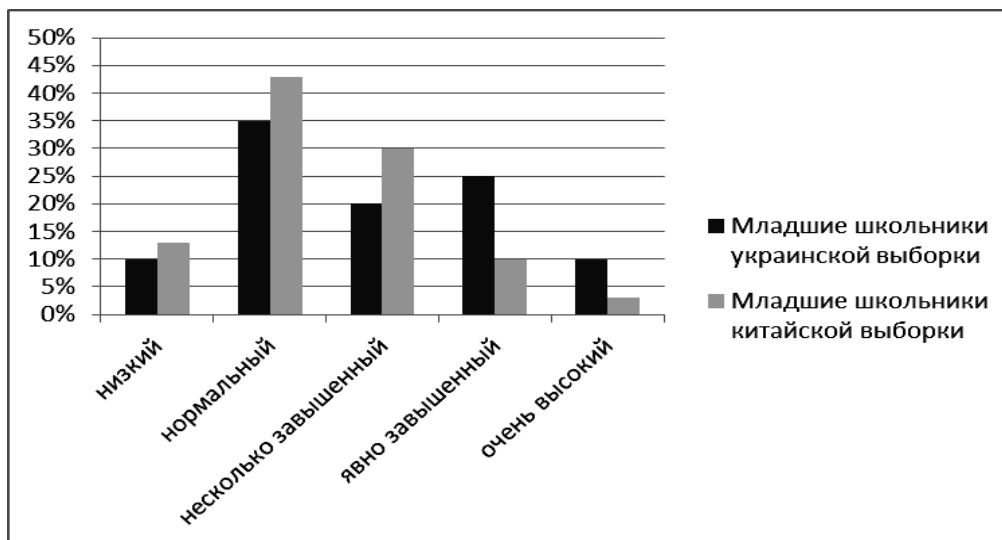


Рис. 3.2. Сравнительный анализ уровней тревожности у младших школьников из неполных семей украинской и китайской выборок (по методике «Шкала явной тревожности для детей СМАС»).

Для подтверждения полученных различий нами был использован непараметрический критерий Манна-Уитни, результаты которого позволили выявить статистически значимые различия. То есть уровень явной тревожности выше у младших школьников из неполных семей украинской выборки ( $M=16,23$ ;  $Me=15,00$ ), чем у младших школьников из неполных семей китайской выборки ( $M=13,10$ ;  $Me=13,00$ ).

Итак, проведенный анализ результатов эмпирического исследования позволяет сделать следующие выводы: младшим школьникам из неполных семей украинской выборки свойственна тревожность, робость, эмоциональная уязвимость, повышенное чувство опасности, среди видов страхов наиболее выраженными являются страх смерти, животных, страх физического вреда. А младшим школьникам из неполных семей китайской выборки свойственны переживания страхов; среди видов страхов наиболее выраженными являются страхи животных, монстров и змей.

### **III.2. Сравнительный анализ особенностей переживания страхов у подростков Украины и Китая**

С целью изучения особенностей переживания страхов у подростков из разных стран (Украины и Китая) нами была проведена диагностика с подростками из китайских неполных семей по методикам: методика «Несуществующее животное», авторская методика «Нарисуй свой страх и напиши свой страх», методика «Шкала тревожности» П.Кондаша.

Результаты, полученные по методике «Несуществующее животное» у подростков из китайских неполных семей позволяют говорить, что у испытуемых 11 лет наиболее выраженным выступает показатель переживания страха (70%). Вторым показателем по выраженности выступает страх и тревога (24%), а наименее выраженным у испытуемых 11 лет такие показатели как легкость возникновения опасений и страхов (20%) и резкая тревожность (20%).

*Таблица 3.4*

#### **Показатели проявления страхов у подростков из неполных семей китайской выборки (по методике «Несуществующее животное»)**

Группы испытуемых	легкость возникновения опасений и страхов	переживания страха	страх и тревога	резкая тревожность
11 лет	20%	70%	24%	20%
12 лет	22%	65%	20%	18%
13 лет	20%	65%	20%	18%
14 лет	15%	50%	17%	15%

По результатам таблицы 3.4 мы можем говорить, что у подростков 12 лет из китайских неполных семей наиболее выраженным выступает показатель переживания страха (65%). Вторым по выраженности выступает показатель легкости возникновения опасения и страхов (22%), третьим по

оценкам - показатель страха и тревога (20%). Несколько ниже результаты по показателю резкой тревожности (18%).

В работах подростков 13 лет из китайских неполных семей преобладает показатель переживания страха (65%). Вторыми по результатам выступают показатели легкость возникновения опасения и страхов (20%) и страха и тревоги (20%). Менее выраженным в работах подростков из китайских неполных семей является показатель резкой тревожности (18%).

Выявлено, что высокие оценки в работах подростков 14 лет из китайских неполных семей получили показатель переживания страха (50%), вторым по оценкам выступает показатель страха и тревоги (17%). А третьими по результатам выступают показатели резкой тревожности (15%) и легкость возникновения опасений и страхов.

Итак, мы можем наблюдать, что на протяжении изучаемого нами возраста у подростков из китайских неполных семей происходят изменения в уровнях страха и тревожности, а именно снижается уровень переживания страхов и легкости возникновения опасений и страхов.

Полученные результаты по авторской методике «Нарисуй свой страх и напиши свой страх» позволили выявить, что у подростков из китайских неполных семей 11 лет в изображениях страха преобладают такие рисунки как монстры с разным количеством голов и ножами, девушка с крыльями и кровью на лице, автомат. Среди страхов в списке у испытуемых преобладают змея, дьявол, черепаха, страшный человек, фея фашист, трехглавый монстр, монстры без лица.

В работах подростков из китайских неполных семей 12 лет в изображениях страха преобладают такие рисунки как человек с рогами и крыльями, монстры с разным количеством голов, сказочный персонаж, животное с крыльями, приведения, приведение с крыльями и кровью по нему. Среди страхов в списке у испытуемых 12 лет преобладают: не сдать экзамен, призрак, темнота, гусеница, монстр, потеря мамы, дьявол, гигант, двуглавый монстр, полет коровы, злые монстры, дух со звезды.

В работах подростков из китайских неполных семей 13 лет в изображениях страха преобладают такие рисунки как монстры, змея, животное в воздухе, девочка с рожками и копьем. Среди страхов в списке у испытуемых 13 лет преобладают: не сдать экзамен, змея, экспертиза, мышь, одиночество, призрак, монстр.

В работах подростков из китайских неполных семей 14 лет в изображениях страха преобладают такие рисунки как монстры с двумя головами, змеи и гусеницы, призраки, темнота. Среди страхов в списке у испытуемых 14 лет преобладают: не сдать экзамен, призрак, темнота, монстр, дьявол, гусеницы, змея.

Так, анализируя результаты, мы можем сделать вывод, что у подростков 11-14 лет из китайских неполных семей преобладают страхи животных, страх темноты и страх духов, дьяволов, призраков (богифобия). Также, можно отметить, что в рисунках подростков 11-14 лет из китайских неполных семей очень выражены показатели вербальной агрессии (рот с прорисованными зубами), защитной агрессии (рога на голове) и страхи (глаза пустые или с хорошо прорисованной радужкой).

В таблице 3.5 представлены результаты изучения уровня тревожности у подростков 11-14 лет из китайских неполных семей по методике «Шкала тревожности» П.Кондаша.

Выявлено, что у подростков 11 лет из китайских неполных семей высокие оценки в работах получила шкала межличностной тревожности ( $X_{cp} = 17,8$ ), что указывает на наличие некоторой тревоги и страха в общении со сверстниками. Вторым по результатам выступает показатель самооценочной тревожности ( $X_{cp} = 16,93$ ), что говорит о возможности возникновения тревоги и страха в ситуациях, которые актуализируют представление о себе. Третьим показателем выступает школьная тревожность ( $X_{cp} = 16,07$ ), то есть у испытуемых нормальный показатель эмоциональных расстройств в ситуациях, связанных со школой, успеваемостью, общением с учителями.

Таблица 3.5

**Показатели уровня тревожности у подростков из неполных семей  
китайской выборки (по методике «Шкала тревожности» П.Кондаша)**

Группы испытуемых	Школьная тревожность	Самооценочная тревожность	Межличностная тревожность	Общая тревожность
11 лет	16,07	16,93	17,8	16,93
12 лет	15,53	18,13	16,67	16,78
13 лет	16,87	15,33	16	16,07
14 лет	16,7	15,8	18,5	17

Детальный анализ результатов по каждому показателю методики П.Кондаша относительно уровня тревожности позволил выявить, что у 27% подростков 11 лет из китайских неполных семей нормальный уровень школьной тревожности, у 53% испытуемых 11 лет – повышенный уровень школьной тревожности, у 20% испытуемых 11 лет – высокий уровень школьной тревожности. Так, наиболее актуальными проблемами школьной тревожности у испытуемых 11 лет выступают сдача экзаменов (53%) и непонимание объяснений учителя. Среди подростков 11 лет из китайских неполных семей 67% испытуемых имеют нормальный уровень самооценочной тревожности, а 33% испытуемых 11 лет – повышенный уровень самооценочной тревожности. Проблемами для проявления самооценочной тревожности, как указывают испытуемые 11 лет выступают: проверка способностей (47%), если что-то не получается (40%), неудача и провал в решении проблем (40%), размышление над своими делами (40%), принятие решения (33%) Также установлено, что у 47% испытуемых 11 лет нормальный уровень межличностной тревожности, у 47% испытуемых 11 лет – повышенный уровень, а у 6% испытуемых 11 лет – высокий уровень межличностной тревожности. В этой области наиболее актуальными для

подростков 11 лет являются проблемы, когда не обращают внимания (53%), противоречат им (47%), критикуют (40%), сердятся на них (40%), смотрят на них как на маленьких (40%).

В работах подростков 12 лет из китайских неполных семей мы выявили, что первым по результатам выступает показатель самооценочной тревожности ( $X_{cp} = 18,13$ ), то есть повышенный уровень тревоги и страха у испытуемых в ситуациях связанных с представлением о себе, а именно «думать о своем будущем» (53%), «проверка способностей» (53%), «принятия для себя решения» (40%), «оценка работы» (40%), «грозит неудача, провал» (40%). Детальный анализ позволил выявить, что у 60% испытуемых 12-ти лет – нормальный уровень самооценочной тревожности, у 40% испытуемых – повышенный уровень самооценочной тревожности.

Вторым показателем по результатам методики П.Кондаша у 12-ти летних подростков из китайских неполных семей выступает межличностная тревожность ( $X_{cp} = 16,67$ ), а именно у 60% испытуемых 12-ти лет – нормальный уровень межличностной тревожности, у 40% испытуемых – повышенный уровень межличностной тревожности. Определены ситуации, в которых возникает межличностная тревожность у 12-ти летних подростков - «смотрят как на маленького» (60%), «на тебя сердятся» (47%), «выступать перед большим количеством людей» (47%), «слышать за своей спиной смех» (40%). Третьим показателем по результатам у 12-ти летних подростков из китайских неполных семей – школьная тревожность ( $X_{cp} = 15,53$ ), которая наиболее проявляется в таких ситуациях, как «написание контрольной работы» (53%), «слышать отметки за контрольную работу» (53%), «ожидание родителей с родительского собрания» (53%). Так, у 60% испытуемых 12-ти лет – нормальный уровень школьной тревожности, у 20% испытуемых – повышенный уровень школьной тревожности, у 14% испытуемых – высокий уровень школьной тревожности, у 6 % испытуемых – очень высокий уровень школьной тревожности.

У подростков 13 лет из китайских неполных семей на первом месте по результатам выступает показатель школьной тревожности ( $X_{cp} = 16,87$ ), то есть нормальный уровень возникновения страха и тревоги в ситуациях связанных со школой, успеваемостью, общением с учителями. Так, у 25% испытуемых 13-ти лет – нормальный уровень школьной тревожности, у 63% испытуемых – повышенный уровень, у 12% - высокий уровень тревожности. Изучены ситуации, в которых наиболее часто проявляется школьная тревожность – «учитель смотрит журнал, кого бы спросить» (50%), «разговаривать с директором» (37%), «сдавать экзамены в школе» (50%).

Несколько ниже оценки у подростков 13 лет из китайских неполных семей по шкале самооценочной тревожности ( $X_{cp} = 15,33$ ) и шкале межличностной тревожности ( $X_{cp} = 16$ ), то есть на втором месте по значимости для возникновения страха и тревоги выступают ситуации, связанные с общением со сверстниками и представления себя. Так, у 88% испытуемых – нормальный уровень самооценочной тревожности, у 12% испытуемых повышенный уровень самооценочной тревожности; у 63% испытуемых – нормальный уровень межличностной тревожности, у 37% испытуемых – завышенный уровень межличностной тревожности.

Для подростков 14 лет из китайских неполных семей характерно проявления нормального уровня тревоги в ситуациях, связанных с общением со сверстниками, о чем свидетельствуют полученные результаты по показателю межличностной тревожности ( $X_{cp} = 18,5$ ). Детальный анализ позволил выявить, что у 65% испытуемых – нормальный уровень межличностной тревожности, у 35% испытуемых – завышенный уровень межличностной тревожности. В работах испытуемых были определены наиболее значимые ситуации, в которых проявляется межличностная тревожность – «на тебя сердятся» (53%), «замолчали, когда ты подошел» (47%), «на тебя не обращают внимание» (53%). Вторыми по значимости для испытуемых 14 лет выступают ситуации, связанные со школой (показатель школьной тревожности –  $X_{cp} = 16,7$ ), а именно «разговаривать с директором»

(53%), «сдавать экзамены в школе» (47%). Наименее значимыми выступают ситуации, связанные с представлением себя (самооценочная тревожность -  $X_{cp} = 15,8$ ), а именно «надо принять для себя решение» (40%), «проверяют твои способности» (53%).

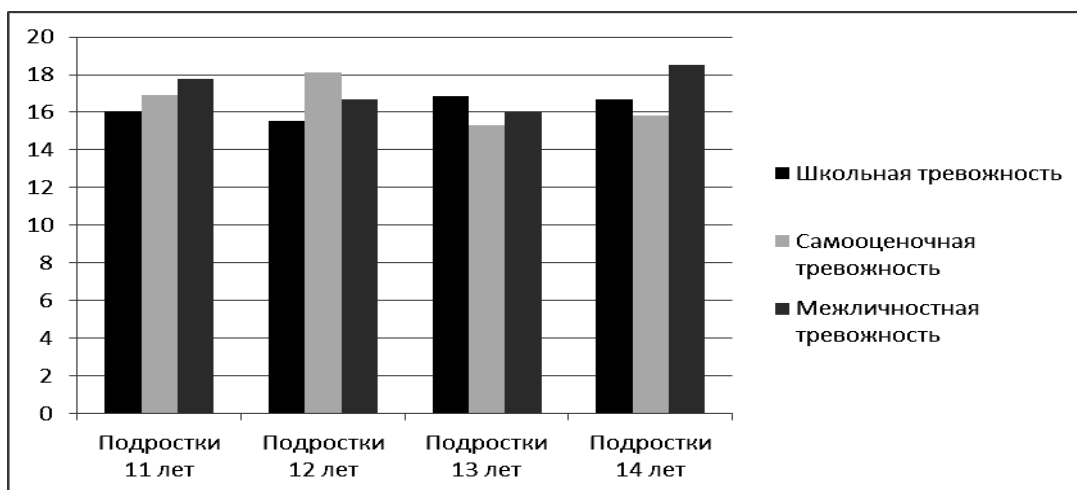


Рис. 3.3 Сравнительный анализ уровней школьной, самооценочной и межличностной тревожности у подростков из неполных семей китайской выборки (по методике П.Кондаша).

Полученные результаты относительно уровня школьной, самооценочной и межличностной тревожности у подростков из китайских неполных семей свидетельствуют, что наиболее выраженной у подростков 11-14 лет является шкала межличностной тревожности, вторыми по значимости выступают шкалы самооценочной тревожности и школьной тревожности (см.рис.3.3). Такое распределение результатов можно объяснить особенностями социальной ситуации развития китайских подростков, а именно социально-экономическими и психологическими причинами.

Нами проведен сравнительный анализ результатов изучения проявления страхов и тревожности у подростков из неполных семей украинской и китайской выборки по методикам «Несуществующее животное», методике «Нарисуй свой страх и напиши свой страх», методике тревожности П.Кондаша.



В таблице 3.6 представлены результаты сравнительного анализа изучения страхов и тревожности у подростков из неполных семей украинской и китайской выборок по методике «Несуществующее животное» и установлено, что у подростков из неполных семей украинской выборки преобладают показатели переживания страха (45%) и легкость возникновения опасений и страхов (42%), вторыми выступают страх и тревога (36%), а наименее выраженным – показатель резкой тревожности (26%). У подростков из неполных семей китайской выборки результаты немного другие, а именно наиболее выраженным является показатель переживания страхов (63%), а показатели легкости возникновения страхов (19%), страха и тревоги (20%), резкая тревожность (18%) выражены у испытуемых в меньшей степени.

Таблица 3.6.

**Сравнительный анализ проявления страхов у подростков из неполных семей украинской и китайской выборок (по методике «Несуществующее животное»)**

Группы испытуемых		легкость возникновения опасений и страхов	переживания страха	страх и тревога	резкая тревожность
11 лет	1	45%	55%	38%	28%
	2	20%	70%	24%	20%
12 лет	1	45%	50%	34%	24%
	2	22%	65%	20%	18%
13 лет	1	42%	40%	34%	24%
	2	20%	65%	20%	18%
14 лет	1	34%	35%	38%	26%
	2	15%	50%	17%	15%

Примечание: 1 – украинская выборка; 2 – китайская выборка.

По результатам мы можем говорить, что существуют сходства и различия в проявлении страхов у подростков из неполных семей украинской и китайской выборок. Наиболее выраженным показателем у подростков украинской и китайской выборки выступает показатель переживания страхов

(45% и 63%), а наименее выраженным – показатель резкой тревожности (26% и 18%). Но у подростков из неполных семей китайской выборки уровень показателя переживания страха выше, чем у представителей украинской выборки. А также доказано, что уровень выраженности показателя легкости возникновения страхов, страха и тревоги выше у подростков украинской выборки, чем у представителей китайской выборки.

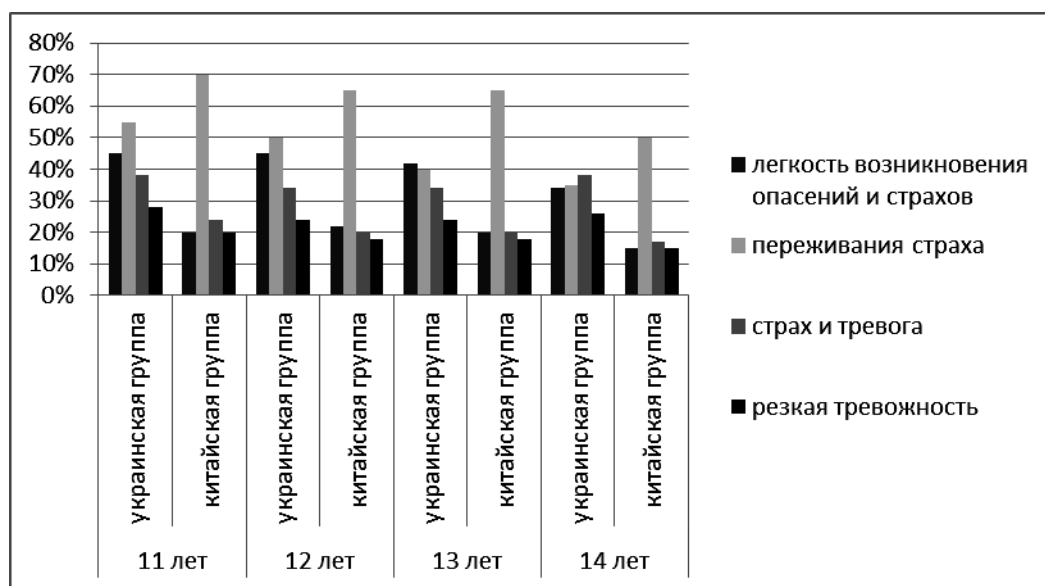


Рис. 3.4. Сравнительный анализ проявления страхов у подростков из неполных семей украинской и китайской выборок (по методике «Несуществующее животное»).

Сравнительный анализ работ по методике «Нарисуй свой страх и напиши свой страх» у подростков из неполных семей украинской и китайской выборок позволил выявить, что в образной сфере количество изображенных страхов у подростков украинской выборки меньше, чем у подростков китайской выборки. Так, в работах подростков украинской выборки присутствуют такие изображения как: получение плохой оценки, призраки, смерть, пауки и насекомые, вампиры, стихийные бедствия, крысы, мыши, ужи, змеи, дикие животные, инвалидность, остаться в одиночестве, потерять друга, быть оскорбленным, родится страшный ребенок, конец света; в работах испытуемых китайской выборки такие изображения страхов -

страхи животных, страх темноты и страх духов, дьяволов, призраков (богифобия). Также выявлено, что количество страхов у испытуемых украинской выборки больше, чем у испытуемых китайской выборки. По данным результатам мы также можем наблюдать, что виды страхов у подростков из неполных семей украинской и китайской выборки отличаются. Такие различия можно объяснить тем, что переживание проблем подростками в разных странах несколько отличается, что связано с культурным контекстом развития в данном возрасте.

По методике П.Кондаша проведен сравнительный анализ результатов у подростков из неполных семей украинской и китайской выборок и выявлено, что по шкале школьной тревожности уровень оценок выше у подростков китайской выборки, чем у подростков украинской выборки (см.табл.3.7).

*Таблица 3.7*

**Сравнение описательных статистик показателей тревожности у подростков из неполных семей украинской и китайской выборок**

Шкалы	Подростки из неполных семей					
	Украинская выборка			Китайская выборка		
	М	Me	Ст.откл.	М	Me	Ст.откл.
Школьная тревожность	27,25	26,00	5,04	28,27	26,00	4,05
Самооценочная тревожность	32,30	32,00	4,35	26,56	26,50	4,03
Межличностная тревожность	33,83	35,5	5,03	34,23	34,00	3,71

По данным таблицы 3.7 мы также можем наблюдать, что уровень самооценочной тревожности выше у подростков из неполных семей китайской выборки, чем у подростков украинской выборки.

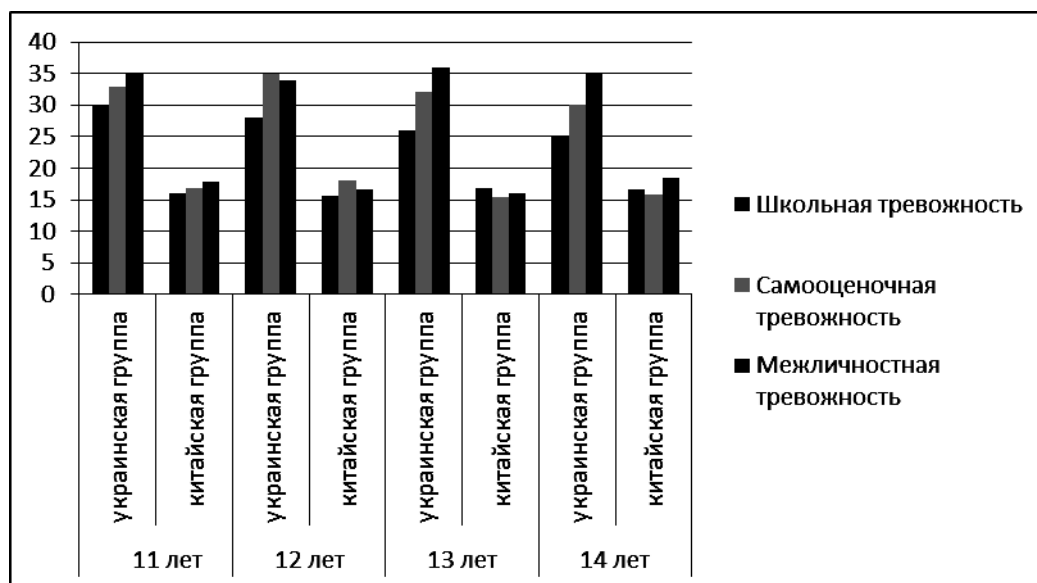


Рис. 3.5 Сравнительный анализ уровня тревожности у подростков из неполных семей украинской и китайской выборок (по методике «Шкала тревожности» П.Кондаша)

Так, мы можем утверждать, что у подростков из неполных семей китайской выборки уровень школьной тревожности и межличностной тревожности выше, чем у подростков из неполных семей украинской выборки. Такие различия можно объяснить особенностями развития личности в разных странах, а именно в западных странах развитие направлено на индивидуальные достижения, а в восточных – на коллективные достижения. А также у подростков китайской выборки повышенный уровень школьной тревожности связан с изменениями в системе школьного обучения. Как отмечает Лю Яньхуа, для китайских подростков учеба не является удовольствием, а выступает со своими изменениями одним из сильных стрессоров [за Лю Яньхуа].

### **III.3. Задачи и принципы организации тренинговой программы коррекции страхов у младших школьников и подростков.**

Проблема страха и тревожности является одной из наиболее актуальных проблем в современной психологии, особенно это касается изучения проблемы страхов у детей младшего школьного и подросткового возраста. Так как младший школьный возраст отличается высокой социальной сензитивностью, усложнением системы требований к ребенку, к его рефлексивным способностям и другим психическим качествам. Новая социальная ситуация развития в младшем школьном возрасте во многом становится стрессовой, что влечет за собой появление психической напряженности у младшего школьника, что, в свою очередь, приводит к проявлению возможных нарушений развития, негативно влияет на дальнейшее развитие личности. А подростковый возраст характеризуется эмоциональной неуравновешенностью, раздражительностью, уязвимостью, обусловленный частыми колебаниями настроения в течение дня, проявление определенных характерологических особенностей, склонность к формированию конфликтных ситуаций, что затрудняет социальную адаптацию подростка. Возрастной кризис 12-14 лет нередко способствует проявлению негативных черт характера, различных форм негативного поведения, эмоциональной и волевой нестабильности, т.е. проблема страхов и тревожности является актуальной для ученых, которые занимаются проблемой психологического здоровья детей и подростков.

Результаты теоретического и эмпирического исследования позволили разработать коррекционно-развивающие тренинги по работе со страхами у младших школьников и подростков в условиях рекреационного учреждения. Если рассматривать летний период как время восстановления здоровья, в частности психологического, то именно этот период необходимо признать наиболее благоприятным для оказания полноценной психологической помощи, что является особенно важным для учреждений организованного

детского отдыха, прежде всего работы детских оздоровительных центров, лагерей и др. Коррекционно-развивающий тренинг по работе со страхами у младших школьников в условиях рекреации направлен на снижение уровня страхов, обиды; расширение знаний младших школьников о эмоциях; развитие навыков проявления и узнавания внешних эмоциональных проявлений; снижение эмоциональной нестабильности; развитие умения адекватно выражать свои эмоции; оптимизация уровня тревожности и агрессии.

В психологической практике существует большое количество техник и упражнений, направленных на работу с тревожностью и страхами в большинстве случаев со школьниками. Так, эта проблема раскрыта в работах С. Т. Андреаса, И. В. Бабарикиной, М. Гриндера, А. И. Захарова, М. Раттер, А. С. Спиваковской, А. В. Микляевой, Г. Эберлейна, А. Я. Чебикина и др. Для работы со страхами и тревожностью ученые указывают на использование таких методов, как бихевиоральная терапия (устранение неадекватного поведения и обучение адаптивному поведению (Д. Вольпе); метод систематической десенсибилизации (снижение эмоциональной восприимчивости к определенным ситуациям и предметам (Д. Вольпе); метод психодрамы (используется драматическая импровизация как способ изучения внутреннего мира участников группы, и создаются условия для спонтанного выражения чувств, связанных с наиболее важными для клиента проблемами Дж. Морено); методы арт-терапии (гармонизации развития личности через развитие способности самовыражения и самопознания (М. Наумбург, А. Хилл); НЛП (набор техник, позволяющих производить быстрые изменения в мышлении людей, оказывая на них неосознаваемое ими воздействие с целью избавления от проблем и их развитие (Р. Дилтс); семейная психотерапия (А. Варга, Э. Эйдемиллер); эмоциональная регуляция учебной деятельности (А. Я. Чебыкин); психокатализ (ускоренная регуляция процессов, которая сложилась стихийно (А. Ермошин).

Проведенный теоретический анализ литературы, в которой раскрываются основные принципы построения развивающих и психокоррекционных программ (Н. В. Вачков, В. Б. Волков, Ю. Н. Емельянов, С. И. Макшанов, А.В. Сидоренко, К. Фопель, Н. Ю. Хрящева), а также полученные результаты эмпирического исследования позволили разработать тренинг, направленный на развитие эмоциональной сферы младших школьников и преодоления страхов находясь в рекреационном учреждении.

Исходя из результатов эмпирического исследования, нами была сформирована группа младших школьников-рекреантов (15 испытуемых), которые имеют высокий уровень тревожности, страхов, заниженной самооценки и нуждаются в психологической помощи во время пребывания в лагере.

Основные задачи коррекции эмоциональной сферы младших школьников: расширение знаний младших школьников про эмоции; развитие навыков проявления и узнавания внешних эмоциональных проявлений; снижение эмоциональной нестабильности; развитие умения адекватно выражать свои эмоции; оптимизация уровня тревожности и агрессии; снижение уровня страхов, обиды.

В тренинге используются следующие формы и методы работы:

- Игра,
- Упражнения,
- Арт-терапевтические техники,
- Мышечная, дыхательная релаксация,
- Этюды,
- Беседы.

В разработанном тренинге используются методы арт-терапии и игровой терапии. Выбор именно игровой терапии обусловлен тем, что этот метод является наиболее эффективным методом психокоррекции в работе с детьми дошкольного и младшего школьного возраста, как отмечают ученые

(Н.Н.Лебедева, Г.Л.Лендрета, Л.Франк и др.), а именно рисование, чтение сказок и развивающие игры. Также выбор игры как основной формы работы с детьми обусловлен и анализом работ отечественных ученых (Л. С. Выготский, В. И. Гарбузова, Д. Б. Эльконин и др.), которые указывают на значимость ведущего вида деятельности при разработке коррекционных программ для каждого возрастного периода.

Разработанный тренинг состоит из 7 занятий, каждое занятие длится 60-90 минут (связано со спецификой рекреационного учреждения). Тренинговая группа может включать до 15 младших школьников, проводятся занятия три раза в неделю. Рассчитан тренинг на младших школьников в возрасте 8-10 лет.

Основными задачами коррекции психического развития подростка является устранение отклонений в развитии, создание оптимальных возможностей и условий для развития личностного и интеллектуального потенциала подростка, профилактика нежелательных негативных тенденций личностного развития (по В. Бурменской). Как отмечает в своей работе С. А. Озерова, в зависимости от характера диагностики и направленности коррекции можно выделить две формы коррекции тревожности: симптоматическую, направленную на симптомы личностной тревожности, и коррекцию, направленную на источники и причины проявлений тревожности. Симптоматическая коррекция недостаточна, так как одни и те же симптомы тревожности у разных людей могут иметь различную природу и требовать различных способов преодоления и профилактики негативной симптоматики. Для успеха коррекции выраженной тревожности следует исходить из понимания особенностей психической структуры тревожной личности и анализа ее генезиса. Коррекция должна быть сконцентрирована не только на внешних проявлениях тревожности, но и на ее причинах [27].

Проведен анализ литературы, который позволил выделить основные психологические средства для работы с тревожными подростками: психокоррекция (А. Осипова, К. В. Сельченко); социально -



психологический тренинг (Л. Ф. Анн, Т.Ю.Артюхова, С.А.Бадмаева, Е.Ю.Брель, Ю.Н.Емельянов и др.); игровая деятельность (игротерапия, коммуникативные, ролевые, имитационные игры) (Л. А. Петровская, А. М. Прихожан, Т.М. Орлова, Д. Б. Эльконин); коммуникативная деятельность (Б. Г. Ананьев, А. А. Бодалев, Р. Максимова, А. М. Прихожан); совместная творческая деятельность (Б. Г. Ананьев, Н. П. Аникеева, И. В. Вачков).

Исходя из результатов эмпирического исследования, нами была сформирована группа подростков-рекреантов (17 испытуемых), которые имеют высокий уровень тревожности, страхов, заниженной самооценки и нуждаются в психологической помощи во время пребывания в лагере.

Разработан коррекционно-развивающий тренинг по работе со страхами и тревожностью у подростков-рекреантов. Основными направлениями работы со страхами и тревожностью подростков в рамках рекреационного учреждения являются: повышение самооценки подростка; влияние на снижение уровня личностной и реактивной тревожности; работа со страхами; снятие эмоционального напряжения; развитие навыков общения.

Среди форм и методов работы с тревожными подростками нами были выбраны следующие: групповая работа; элементы индивидуальной работы; «Мозговой штурм»; групповая дискуссия; наблюдение за коммуникативным поведением других; игровая деятельность; тренинговые упражнения; арт-терапия; сказкотерапия.

Разработанный тренинг рассчитан на групповую работу с подростками 11-14 лет. Максимальное количество участников тренинговой группы не должна превышать 20. Тренинговые занятия разработаны с учетом возрастных и индивидуальных особенностей подростков-рекреантов.

Тренинг состоит из 7 занятий, продолжительность каждого занятия 90-120 минут, тренинг проводится психологом в рамках психологического сопровождения подростков-рекреантов.

### III.4. Результаты апробации тренинговой программы коррекции страхов у младших школьников и подростков.

С целью изучения эффективности использования разработанных тренинговых программ по коррекции страхов и тревожности у младших школьников и подростков в условиях рекреации нами было проведено апробацию данных тренингов и повторную диагностику. В апробации принимали участие младшие школьники и подростки, у которых был выявлен высокий уровень тревожности и наличие страхов. Было выделено две группы испытуемых, а именно 30 младших школьников и 34 подростка. Каждая группа была поделена на 2 подгруппы: контрольная и экспериментальная. В повторной диагностике были использованы такие методики, как методика Б.Филлипса, методика «Шкала явной тревожности для детей СМАС», методика тревожности О.Кондаша, методика Ч.Д.Спилберга (см.табл.3.8).

Результаты сравнительного анализа по методике Б.Филлипса у младших школьников до и после проведения тренинга представлены в таблице 3.8 и на рис. 3.6.

Таблица 3.8

#### Сравнительный анализ результатов по методике Б.Филлипса до и после проведения тренинга с младшими школьниками-рекреантами

Группы младших школьников (N=15)		Фактор 1		Фактор 2		Фактор 3		Фактор 4		Фактор 5		Фактор 6		Фактор 7		Фактор 8	
		До	После	До	После	До	После	До	После	До	После	До	После	До	После	До	После
Эксперим. группа	X <sub>ср</sub>	16,5	15,4	9,1	8,2	7,2	6,8	4,9	4,01	2,7	2,5	3,2	3,0	2,5	2,2	6,1	5,3
	t	2,7*		2,9*		2,02		2,56*		1,72		2,04		1,36		3,41*	
Контрол. группа	X <sub>ср</sub>	16,1	15,9	8,7	8,1	6,8	6,7	4,5	4,3	2,2	2,0	3,1	3,1	2,3	2,2	5,9	5,6
	t	1,95		2,35*		0,95		2,01		1,56		0,40		1,27		1,03	

Примечание: Фактор 1 - общая тревожность в школе; Фактор 2 – переживания социального стресса; Фактор 3 – фрустрация потребности в достижении успеха; Фактор 4 – страх самовыражения; Фактор 5 – страх ситуации проверки знаний; Фактор 6 – страх не соответствовать ожиданиям окружающих; Фактор 7 – низкая физиологическая сопротивляемость стрессу; Фактор 8 – проблемы и страхи в отношениях с учителями.

По результатам таблицы 3.8 мы можем наблюдать, что у младших школьников экспериментальной группы после проведения тренинга произошли изменения в показателях тревожности по методике Б.Филлипса на уровне  $X_{cp}$ . Наиболее значимые снижения в оценках наблюдаются по таким показателям как общая тревожность в школе (фактор 1 – с  $X_{cp}=16,5$  до  $X_{cp}=15,4$ ), переживания социального стресса (фактор 2 – с  $X_{cp}=9,1$  до  $X_{cp}=8,2$ ), фрустрация потребности в достижении успеха (фактор 3 – с  $X_{cp}=7,2$  до  $X_{cp}=6,8$ ), страх самовыражения (фактор 4 – с  $X_{cp}=4,9$  до  $X_{cp}=4,01$ ), страх не соответствовать ожиданиям окружающих (фактор 6 – с  $X_{cp}=3,2$  до  $X_{cp}=3,0$ ), проблемы и страхи в отношениях с учителями (фактор 8 – с  $X_{cp}=6,1$  до  $X_{cp}=5,3$ ).

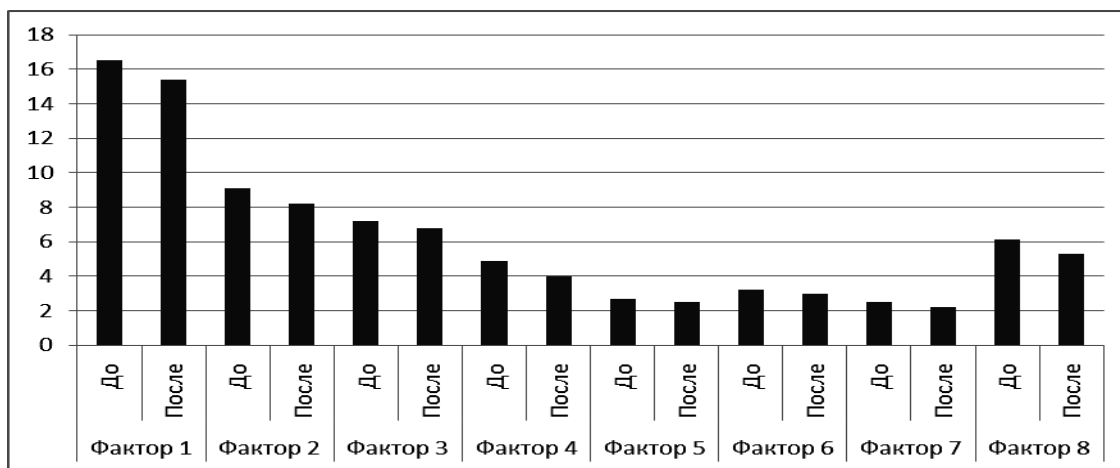


Рис. 3.6. Сравнительный анализ результатов у младших школьников экспериментальной группы до и после проведения тренинга (по методике Б.Филлипса).

Анализ результатов позволяет говорить о том, что у младших школьников экспериментальной группы происходит снижение уровня общей школьной тревожности, переживания социального стресса, фрустрации

*потребности в достижении успеха, страх самовыражения, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, проблемы и страхи в отношениях с учителями (с  $X_{cp}=16,5$  до  $X_{cp}=15,4$ ; с  $X_{cp}=9,1$  до  $X_{cp}=8,2$ ; с  $X_{cp}=7,2$  до  $X_{cp}=6,8$ ; с  $X_{cp}=4,9$  до  $X_{cp}=4,01$ ; с  $X_{cp}=3,2$  до  $X_{cp}=3,0$ ; с  $X_{cp}=6,1$  до  $X_{cp}=5,3$ ), в сравнении с указанными показателями у младших школьников контрольной группы (с  $X_{cp}=16,1$  до  $X_{cp}=15,9$ ; с  $X_{cp}=8,7$  до  $X_{cp}=8,1$ ; с  $X_{cp}=6,8$  до  $X_{cp}=6,7$ ; с  $X_{cp}=4,5$  до  $X_{cp}=4,3$ ; с  $X_{cp}=3,1$  до  $X_{cp}=3,1$ ; с  $X_{cp}=5,9$  до  $X_{cp}=5,6$ ).*

Для определения значимости различий между оценками по показателям тревожности по методике Б.Филлипса до и после проведения развивающего тренинга мы использовали t-критерий Стьюдента (см.табл.3.8). Выявлены статистически значимые различия между оценками в работах младших школьников экспериментальной группы по таким показателям: общая тревожность в школе ( $t=2,7$  при  $t_{кр}=2,05$ ,  $p<0,05$ ); переживания социального стресса ( $t=2,9$  при  $t_{кр}=2,05$ ,  $p<0,05$ ); страх самовыражения ( $t=2,56$  при  $t_{кр}=2,05$ ,  $p<0,05$ ); проблемы и страхи в отношениях с учителями ( $t=3,41$  при  $t_{кр}=2,05$ ,  $p<0,05$ ). Так, мы можем говорить об эффективности использования данного тренинга по работе со страхами и тревожностью у младших школьников в условиях рекреации.

Сравнительный анализ результатов по методике «Шкала явной тревожности для детей СМАС» у младших школьников экспериментальной группы позволил выявить изменения в уровне явной тревожности, а именно его снижения (с  $X_{cp}=21,5$  до  $X_{cp}=18,3$ ), в сравнении с результатами у младших школьников контрольной группы (с  $X_{cp}=20,1$  до  $X_{cp}=19,8$ ). Для проверки значимости различий в оценках показателя явной тревожности у испытуемых экспериментальной группы до и после проведения тренинга нами был использован критерий Стьюдента. Значимые различия выявлены в работах младших школьников экспериментальной группы между оценками по показателю явной тревожности ( $t=3,17$  при  $t_{кр}=2,05$ ,  $p<0,05$ ).

Итак, проведенный сравнительный анализ полученных результатов диагностики младших школьников контрольной и экспериментальной групп

позволяет говорить о снижении уровня страха самовыражения, страха не соответствовать ожиданиям окружающих, проблемы и страхи в отношениях с педагогами-организаторами в экспериментальной группе после проведения разработанного нами тренинга.

Рассмотрим результаты сравнительного анализа уровня тревожности и страхов у подростков до и после проведения разработанного тренинга (см.табл.3.9).

Таблица 3.9

**Сравнительный анализ результатов по методикам Ч.Д.Спилберга и П.Кондаша до и после проведения тренинга с подростками-рекреантами**

Группы подростков (N=17)		Методика Ч.Д.Спилберга				Методика П.Кондаша							
		Личностная тревожность		Реактивная тревожность		Школьная тревожность		Самооценочная тревожность		Межличностная тревожность		Общая тревожность	
		До	После	До	После	До	После	До	После	До	После	До	После
Экспериментальная группа	X <sub>ср</sub>	3,4	3,0	3,3	3,0	23	21	28	25	34	30	85	76
	t	2,56*		2,33*		1,45		2,15*		2,4*		1,55	
Контрольная группа	X <sub>ср</sub>	3,2	3,1	3,0	2,9	20	19	27	25	30	29	80	77
	t	1,55		1,7		1,2		2,05*		1,4		1,96	

Результаты таблицы 3.9 свидетельствуют об изменениях в оценках показателей тревожности у подростков экспериментальной группы до и после проведения тренинга на уровне X<sub>ср</sub>. Так, по методике Ч.Д.Спилберга по показателю реактивной тревожности происходит изменение в оценках у

подростков экспериментальной группы, а именно снижение уровня указанного показателя после проведения тренинга (с  $X_{\text{ср}} = 3,3$  до  $X_{\text{ср}} = 3,0$ ). По показателю личностной тревожности также наблюдается снижение оценок (с  $X_{\text{ср}} = 3,4$  до  $X_{\text{ср}} = 3,0$ ), что свидетельствует о снижении уровня личностной тревожности у подростков после проведения тренинга на уровне  $X_{\text{ср}}$ .

Для определения достоверности в различиях оценок по показателям тревожности нами был использован t-критерия Стьюдента.

Определены статистически значимые различия между оценками в работах подростков экспериментальной группы показателем личностной тревожности ( $t = 2,33$ , при  $t_{\text{кр}} = 2,05$ ,  $p < 0,05$ ), то есть мы можем говорить о снижении уровня личностной тревожности после проведения разработанного тренинга.

Полученные результаты по методике П.Кондаша свидетельствуют, что произошли изменения в оценках на уровне  $X_{\text{ср}}$  у подростков экспериментальной группы после проведения тренинга по показателям школьной тревожности (с  $X_{\text{ср}} = 23$  до  $X_{\text{ср}} = 21$ ), самооценочной тревожности (с  $X_{\text{ср}} = 28$  до  $X_{\text{ср}} = 25$ ), межличностной тревожности (с  $X_{\text{ср}} = 34$  до  $X_{\text{ср}} = 30$ ), а также по общему показателю уровня тревожности (с  $X_{\text{ср}} = 85$  до  $X_{\text{ср}} = 76$ ), то есть произошло смещение уровня тревожности с высокого на выше среднего уровень (см.рис.3.7).

Выявленные статистически значимые различия между оценками в работах подростков экспериментальной группы по показателям самооценочной тревожности ( $t = 2,15$ , при  $t_{\text{кр}} = 2,05$ ,  $p < 0,05$ ), межличностной тревожности ( $t = 2,4$ , при  $t_{\text{кр}} = 2,05$ ,  $p < 0,05$ ), что свидетельствует о снижении уровня тревожности у испытуемых после проведения тренинга.

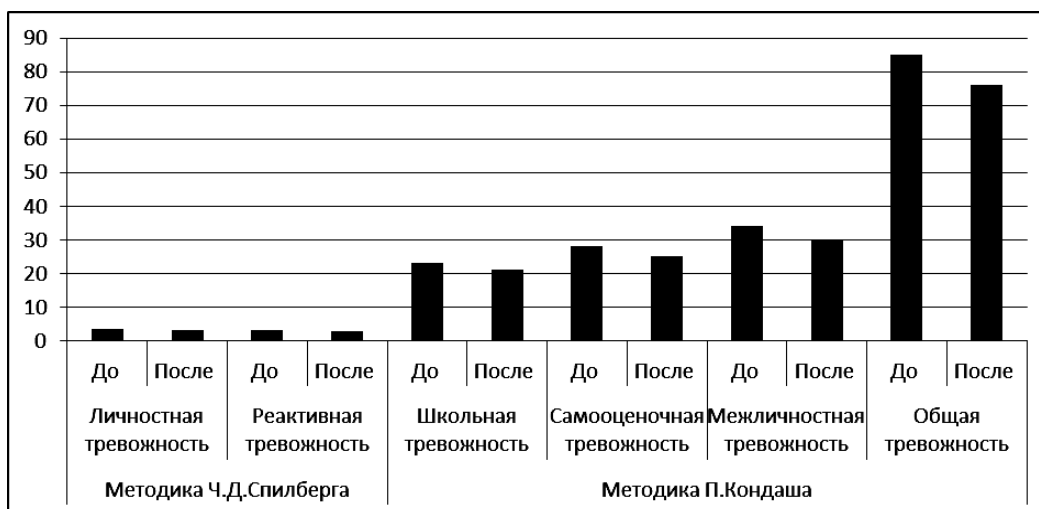


Рис. 3.7 Сравнительный анализ результатов у подростков экспериментальной группы до и после проведения тренинга по методикам П.Кондаша и методике Ч.Спилберга

Статистически незначимыми оказались различия между оценками по показателю школьной тревожности в работах подростков ( $t = 1,45$ , при  $t_{кр} = 2,11$ ,  $p < 0,05$ ), то есть не произошло снижение уровня школьной тревожности, что обусловлено не использованием заданий в тренинге на работу с данным показателем.

Итак, проведенный сравнительный анализ полученных результатов диагностики подростков контрольной и экспериментальной групп позволяет говорить о снижении уровня личностной тревожности, а также уровня самооценочной и межличностной тревожности в экспериментальной группе после проведения разработанного нами тренинга.

Таким образом, анализ результатов формирующего эксперимента показал следующее:

1. Установлено, что после проведения разработанного тренинга по снижению уровня страхов и тревожности у младших школьников в условиях рекреации произошли изменения в показателях страха самовыражения, страха не соответствовать ожиданиям окружающих, проблемы и страхи в отношениях со взрослыми. Наличие этих изменений прослеживалась в

результатах экспериментальной группы, что подтверждается наличием значимых различий в оценках по указанным выше показателям.

2. Выявлено, что происходит снижение уровня личностной и реактивной тревожности у подростков после проведения разработанного тренинга, о чем свидетельствуют статистически достоверные различия в оценках по методике Ч.Д.Спилберга и методике П.Кондаша до и после проведения тренинга.

### **Выводы к третьей главе**

Изучены особенности проявления страхов у младших школьников из китайских неполных семей и выявлено, что на первом месте по результатам находится показатель переживания страхов (62%), на втором месте - легкость возникновения страхов (27%) и показатели страха и тревоги (27%); на третьем месте – резкая тревожность (22%).

Выявлено, что у младших школьников 8-10 лет из неполных семей китайской выборки в образной форме представлено меньшее количество страхов, чем в вербальной форме, а также наблюдается однообразность в проявлении страхов на протяжении изучаемого возраста, а именно изображения животных, монстров, змей и крокодилов, человечков с множеством глаз и зубов. У младших школьников китайской выборки преобладают страхи животных, монстров, змей.

Исследованы особенности проявления тревожности у младших школьников из неполных семей китайской выборки и выявлено, что у 13% испытуемых выявлен низкий уровень тревожности, у 43% испытуемых – нормальный уровень тревожности, у 30% испытуемых – несколько повышенный уровень тревожности, у 10% - явно повышенный уровень, а очень высокий уровень тревожности у 3% испытуемых.



Установлены сходства и различия в проявлении страхов у младших школьников из неполных семей украинской и китайской выборок: в обеих группах испытуемых наиболее выраженным является показатель переживания страхов (65% и 62%), а наименее выраженным – показатель резкой тревожности (22% и 22%). Однако, у младших школьников из неполных семей украинской выборки достаточно выраженным является и показатель легкости возникновения страхов, а показатель страха и тревоги имеет среднюю выраженность, а у испытуемых китайской выборки последних два показателя имеют уровень выраженности ниже среднего.

Выявлено, что в образной сфере количество изображенных страхов у младших школьников из неполных семей украинской выборки меньше, чем у младших школьников из неполных семей китайской выборки. Однако, общее количество страхов у младших школьников из неполных семей украинской выборки больше, чем у младших школьников из неполных семей китайской выборки. У младших школьников из неполных семей украинской выборки преобладают социальные страхи, страхи потери близких людей и семьи, страх смерти, школьные страхи, страхи животных, а у младших школьников из неполных семей китайской выборки преобладают страхи животных, богофобии и страхи фантастических и магических существ.

Доказано, что как у младших школьников из неполных семей украинской выборки, так у младших школьников из неполных семей китайской выборки преобладает нормальный и несколько завышенный уровень тревожности. Однако установлено, что уровень тревожности немного выше у младших школьников из неполных семей украинской выборки, чем у младших школьников из неполных семей китайской выборки.

Изучены особенности проявления страхов и тревожности у подростков из неполных семей китайской выборки и выявлено, что на первом месте по результатам находится показатель переживания страхов (63%), на втором месте - страха и тревоги (20%); на третьем месте – легкость возникновения опасений и страхов (19%) и резкая тревожность (18%).

Выявлено, что у подростков из неполных семей китайской выборки в образной форме представлено большее количество страхов, чем в вербальной форме, а также наблюдается однообразность в проявлении страхов на протяжении изучаемого возраста. У подростков из неполных семей китайской выборки преобладают страхи животных, страх темноты и страх духов, дьяволов, призраков (богифобия).

Проанализированы особенности проявления школьной, межличностной и самооценочной тревожности у подростков из неполных семей китайской выборки и выявлено, что у подростков 11-14 лет явно выраженной является шкала межличностной тревожности, вторыми по значимости выступают шкалы самооценочной тревожности и школьной тревожности.

Сравнительный анализ позволил выявить, что у подростков из неполных семей украинской и китайской выборки наиболее выраженным показателем выступает показатель переживания страхов (45% и 63%), а наименее выраженным – показатель резкой тревожности (26% и 18%). Но у подростков из неполных семей китайской выборки уровень показателя переживания страха выше, чем у представителей украинской выборки. А уровень выраженности показателя легкости возникновения страхов, страха и тревоги выше у подростков украинской выборки, чем у представителей китайской выборки. Сравнительный анализ позволил выявить, что в образной сфере количество изображенных страхов у подростков украинской выборки меньше, чем у подростков китайской выборки.

Установлено, что уровень переживания межличностной тревожности одинаково высокий у подростков украинской и китайской выборок. Однако, уровень школьной и межличностной тревожности выше у подростков из неполных семей китайской выборки ( $M=28,25$ ;  $M=34,23$ ), чем у подростков из неполных семей украинской выборки ( $M=27,25$ ;  $M=33,83$ ). Доказано, что уровень самооценочной тревожности выше у подростков украинской выборки ( $M=32,30$ ), чем у подростков китайской выборки ( $M=26,56$ ).

Разработаны коррекционно-развивающие тренинги по работе со страхами и снижению уровня тревожности у младших школьников и у подростков в условиях рекреационного учреждения. Тренинг по работе со страхами и тревожностью эмоциональной сферы младших школьников в условиях рекреации направлен на расширение знаний младших школьников про эмоции; развитие навыков проявления и узнавания внешних эмоциональных проявлений; снижение эмоциональной нестабильности; развитие умения адекватно выражать свои эмоции; оптимизация уровня тревожности и агрессии; снижение уровня страхов, обиды. Основными направлениями тренинга по работе со страхами и тревожностью подростков в рамках рекреационного учреждения являются: повышение самооценки подростка; влияние на снижение уровня личностной и реактивной тревожности; работа со страхами; снятие эмоционального напряжения; развитие навыков общения. Тренинги состоят из 7 занятий, длительность каждого 60-120 минут, что соответствует условиям рекреационного учреждения.

Проведен сравнительный анализ особенностей проявления страхов у младших школьников до и после проведения тренинга и выявлено снижение уровня проявления страха самовыражения, страха не соответствовать ожиданиям окружающих, проблемы и страхи в отношениях с учителями в экспериментальной группе после проведения тренинга.

Выявлены статистически значимые различия в оценках показателей страхов и тревожности у младших школьников экспериментальной группы до и после тренинга, что подтверждает положение об эффективности использования коррекционно-развивающего тренинга по работе со страхами эмоциональной сферы младших школьников в условиях рекреации.

Проведен сравнительный анализ особенностей проявления страхов и тревожности у подростков экспериментальной группы до и после проведения тренинга и выявлено снижение уровня личностной тревожности,

а также уровня самооценочной и межличностной тревожности в экспериментальной группе после проведения разработанного тренинга.

Установлены статистически значимые различия в оценках показателей личностной тревожности у подростков экспериментальной группы до и после тренинга, что подтверждает положение об эффективности использования психологического тренинга по работе со страхами и тревожностью у подростков в условиях рекреации.

## ОБЩИЕ ВЫВОДЫ

В процессе исследования нами были проанализированы научную теоретико-методологическую литературу по проблеме изучения психологических особенностей переживания страха у младших школьников и подростков из полных и неполных семей Украины и Китая, определены основные методологические и методические подходы к разработке и апробации эффективности программы коррекции страхов в условиях рекреации.

1. Анализ сущности понятия «страх» в психологической литературе показал его неопределенность и многозначность. Страх является аффективным состоянием, аффективно эмоционально заостренным отражением в сознании конкретной угрозы для жизни и благополучия человека. Определяющей характеристикой страха является то, что интенсивность эмоциональной реакции пропорциональна величине опасности, вызывает ее.

Страхи делятся на: реальные, объективно угрожающие для здоровья и благосостояния личности; мнимые, объективно не угрожают личности, но воспринимаются ею как угроза благополучию; престижные, которые угрожают пошатнуть авторитет личности в группе. Выяснено, что страхи имеют свои возрастные и культурные особенности и зависят от ведущей деятельности школьников разного возраста.

Отмечаются различные факторы, вызывающие страхи. Разделяют причины страха на внешние (внешние процессы и события) и внутренние (поезда и гомеостатические процессы, то есть потребности, и когнитивные процессы, представление человеком опасности при воспоминании или предвидении, слабость нервных процессов и личностная обусловленность. Выявлено, что неполная семья может быть одним из весьма существенных факторов возникновения тревоги и страхов у школьников разного возраста.

2. Проведен сравнительный анализ особенностей проявления страхов у младших школьников из полных и неполных семей и установлено, что младшим школьникам из полных семей характерны в большей степени социально-опосредованные страхи, страх смерти и страх животных, а младшим школьникам из неполных семей - страх смерти, социально опосредованный страхи и страхи, связанные с нанесением физического вреда. У младших школьников из неполных семей количество страхов в образной и вербальной форме больше, чем у младших школьников из полных семей. Однако установлено, что уровень школьных страхов в обеих группах практически одинаков.

Выявлено, что уровень таких страхов как страх самовыражения, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, проблемы и страхи в отношениях с учителями, переживания социального стресса, а также низкая физиологическая и психологическая сопротивляемость стрессу преобладают в группе младших школьников из неполных семей, чем у младших школьников с полных семей.

3. Проведен сравнительный анализ проявления страхов у подростков из полных и неполных семей и выявлено, что у подростков из неполных семей количество выраженных страхов больше по сравнению с подростками из полных семей. Более высокий уровень школьных страхов у подростков из неполных семей. Также у подростков из неполных семей преобладает высокий уровень личностной и межличностной тревожности, а у подростков из полных семей среднего уровня.

4. Установлено сходства и различия в проявлении страхов у младших школьников из неполных семей Украины и Китая. У младших школьников из неполных семей украинской выборки достаточно выраженным показателем легкости возникновения страхов, показатель страха и тревоги имеет среднюю выраженность, а в исследуемых китайской выборки последние два показателя имеют уровень выраженности ниже среднего.

Выявлено, что общее количество страхов у младших школьников из неполных семей украинской выборки больше, чем у младших школьников из неполных семей китайской выборки. В образной сфере количество изображенных страхов у младших школьников из неполных семей украинской выборки меньше, чем у младших школьников из неполных семей китайской выборки.

У младших школьников из неполных семей украинской выборки преобладают социальные страхи, страх потери близких людей и семьи, страх смерти, школьные страхи, а у младших школьников из неполных семей китайской выборки преобладают страхи животных, богофобии и страхи фантастических и магических существ.

5. Сравнительный анализ позволил выявить, что у подростков из неполных семей китайской выборки уровень показателя переживания страха выше, чем у представителей украинской выборки.

В образной сфере количество изображенных страхов у подростков украинской выборки меньше, чем у подростков китайской выборки.

Уровень школьной, межличностной тревожности выше у подростков из неполных семей китайской выборки, чем у подростков из неполных семей украинской выборки, а уровень самооценочной тревожности выше у подростков украинской выборки.

6. Разработаны коррекционно-развивающие тренинги по работе со страхами и снижению уровня тревожности у младших школьников и у подростков в условиях детского рекреационного учреждения.

Тренинг по работе со страхами и тревожностью эмоциональной сферы младших школьников в условиях рекреации направлен на расширение знаний младших школьников о эмоциях; развитие навыков проявления и узнавания внешних эмоциональных проявлений; снижение эмоциональной нестабильности; развитие умения адекватно выражать свои эмоции; оптимизацию уровня тревожности и агрессии; снижение уровня страхов, обиды.

Основными задачами тренинга по работе со страхами и тревожностью подростков в рамках рекреационной учреждения являются: повышение самооценки подростков; влияние на снижение уровня личностной и реактивной тревожности; работа со страхами; снятие эмоционального напряжения; развитие навыков общения. Тренинги состоят из 7 занятий каждый, продолжительность каждого занятия 60-120 минут, что соответствует условиям рекреационной учреждения.

7. Проведен сравнительный анализ особенностей проявления страхов у младших школьников до и после проведения тренинга и выявлено снижение уровня проявления страха самовыражения, страха не соответствовать ожиданиям окружающих, проблемы и страхи в отношениях с учителями в экспериментальной группе после проведения тренинга.

Сравнительный анализ особенностей проявления страхов и тревожности у подростков экспериментальной группы до и после проведения тренинга показал снижение уровня личностной тревожности, а также уровня самооценочной и межличностной тревожности в экспериментальной группе после проведения разработанного тренинга.

Выявлены различия в оценках показателей страхов и тревожности у младших школьников, а также различия в оценках показателей личностной тревожности у подростков экспериментальных групп до и после тренингов. Указанное подтверждает положение об эффективности использования психологического тренинга по работе со страхами и тревожностью у младших школьников и подростков в условиях рекреации.

Перспективным для будущего продолжения исследования мы видим более глубинное изучение влияния национальной китайской культуры на возникновение и проявление страхов у детей.



## Список литературы

1. Абакумова Т.В. Классификация основных видов страха современного общества / Т.В.Абакумова // Социальная психология: диалог Санкт-Петербург - Якутск. – СПб, 2002. – С.133-140.
2. Аболин Л. М. Психологические механизмы эмоциональной устойчивости человека / Л. М. Аболин. – Казань: Татарский ин-т усовершенств. учителей; КГУ, 1987. – 262 с.
3. Абрамова Г.С. Основные методы исследования в возрастной психологии / Г. С. Абрамова // Практикум по возрастной психологии: Учеб. пособ. для студ. вуз. – М.: Академия, 1998. – С. 21-85.
4. Айке Д. Страх. Тревога и тревожность / Д.Айке. – СПб.: Питер, 2001. – 256 с.
5. Акопян Л. С. Атлас детских страхов / Л. С. Акопян. – Самара: СНЦ РАН, 2003. – 172 с.
6. Александров Ю. И. Единая концепция сознания и эмоций: экспериментальная и теоретическая разработка / Ю. И. Александров // Первая рос. конф. по когнитивным наукам: Тез. докладов. – Казань: КГУ, 2004. – С. 14-15.
7. Александров Ю. И. Системные аспекты психической деятельности / Ю. И. Александров, А. В. Брушлинский, К. В. Судаков, Е.А. Умрюхин // Системные аспекты психической деятельности. – М.: Эдиториал УРСС, 1999. – 203 с.
8. Александров Ю. И. От эмоции к сознанию / Ю. И. Александров. – М.: Инт. философии РАН, 2006. – С. 56.
9. Ананьев В. А. Основы психологии здоровья / В. А. Ананьев. Книга 1. Концептуальные основы психологии здоровья. – СПб.: Речь, 2006. – 384 с.

10. Андреева О. В. Особенности эмоциональной сферы леворуких детей старшего дошкольного возраста: Автореф. дис. канд. психол. наук: 19.00.01. / О. В. Андреева. – Екатеринбург, 2006. – 28 с.
11. Андрусенко В. А. Социальный страх / В. А. Андрусенко. – Свердловск: Изд-во Урал. ун-та, 1991. – 168 с.
12. Анохин П. К. Эмоции. Психология эмоций: Тексты / П. К. Анохин. – М., 1984. – С. 173.
13. Астапов В. М. Тревожность у детей / В. М. Астапов. – М.: ПЕР СЭ, 2008. – 160 с.
14. Белоусов А. И. Педагогические средства преодоления чувства страха у младших школьников в процессе занятий физической культурой: Дис. канд. пед. наук: 13.00.01. / А. И. Белоусов. – Екатеринбург, 1998. – 163 с.
15. Березин. Ф.Б. Психическая и психофизиологическая адаптация человека / Ф.Б. Березин. – Л.: Наука, 1988. – 270 с.
16. Бреслав Г.М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве.- М.: Педагогика, 1995.- 181с.
17. Блэгг Н. Школьная фобия / Н. Блэгг //Детская и подростковая психотерапия. – СПб.: Питер, 2001. – С.209-239.
18. Божович Л. И. Личность и ее формирование в детском возрасте. Психологическое исследование / Л. И. Божович. – М.: Просвещение, 1968. – 464 с.
19. Борсук Р. Вакцина от стресса, или Как избавиться от страха по Методу Сильвы / Р. Борсук. – СПб.: Питер, 2006. – 160 с.
20. Бреслав Г. М. Психология эмоций / Г. М. Бреслав. – М.: Смысл, 2004. – 554 с.
21. Бруско И. С., Белобрыкина О. А. Коррекция тревожности (социально-психологический тренинг) / И. С. Бруско, О. А. Белобрыкина // Психология в образовании. Материалы конференции кафедры психологии НИПКиПРО. – Новосибирск: Изд-во НИПКиПРО, 2001. – С.22-23.

22. Брушлинский А. В. Психология субъекта / А. В. Брушлинский. – СПб.: Алетейя, 2003. – 259 с.
23. Бурлачук Л. Ф., Морозов С. М. Словарь-справочник по психологической диагностике / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. – Киев: Наукова думка, 1989. – 200 с.
24. Боулби Дж. Создание и разрушение эмоциональных связей / Дж. Боулби. – М., 2004. – 240 с.
25. Василюк Ф. Е. Психология переживания / Е. Ф. Василюк. – М.: Изд-во МГУ, 1984. – 189 с.
26. Васківська С. В. Про дитячу тривожність / С. В. Васківська // Початкова школа. – 1993. – №9. – С.148-154.
27. Вачков И. В. Основы группового тренинга. Психотехники / И. В. Вачков. Учебное пособие. — 2-е изд., перераб. и доп.— М.: Ось-89, 2001. — 224 с.
28. Вікова та педагогічна психологія: Навч. посіб. / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. 2-ге вид. – К.: Каравела, 2007. – 400 с.
29. Вилюнас В. Психология эмоций / В. Вилюнас. – СПб.: Питер, 2004. – 496 с.
30. Вилюнас В. К. Психология эмоциональных явлений / В. К. Вилюнас. – М.: Изд-во МГУ, 1976. – 143 с.
31. Власова О. І. Суб'єктивне благополуччя дитини як орієнтир психологічного супроводу в закладах рекреаційного типу / О. І. Власова, А. С. Гуленко // Наука і освіта. – 2014. – № 12. СХХІХ – С. 29-34.
32. Вишнякова В.Ф. Креативная психопедагогика. Психология творческого обучения / В. Ф. Вишнякова. – Минск, 1995. – 198 с.
33. Возрастные особенности психического развития детей / Под ред. И. В. Дубровиной, М. П. Лисиной. – М.: Просвещение, 1982. – 362 с.

34. Вольчева Г. А. Актуальные социально-ориентированные образовательные технологии и формы работы в условиях УДЦ «Молодая гвардия» / Г.А.Вольчева // Наука і освіта. – 2014. – № 12.СХХІХ – С. 84-89.
35. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия /Сост. И.В.Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. – М., 1998. – 267 с.
36. Выготский Л. С. Собр. соч.: В 6 т. Т.4. Детская психология / Под ред. Д.Б. Эльконина. – М.: Педагогика, 1984. – 432 с.
37. Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии. Информационно методическое пособие по курсу "Психология человека". – М.: Педагогическое общество России, 2006 - 276 с.
38. Гарбузов В.И. Нервные дети / В. И. Гарбузов. – М.: Медицина, 1990. – 172 с.
39. Глазеева М. А. Развитие эмоционально-ценностных отношений младших школьников в условиях развивающего взаимодействия субъектов' образовательного процесса: Автореф. дис. .канд. психол. наук: 19.00.07. / М. А. Глазева. — Самара, 2002. – 23 с.
40. Гозман Л. Я. Психология эмоциональных отношений / Л. Я. Гозман. — М.: МГУ, 1987. – 175 с.
41. Голушко Т. В. Особенности страха детей, связанных с проживанием в регионах, пострадавших в результате аварии на Чернобыльской АЭС (На материале исслед. детей 5-6 летнего. Возраста): Дис. канд. психол. наук: 19.00.07. / Т. В. Голушко. – М, 1998. – 173 с.
42. Гормин А.С. Факторы формирования тревоги у подростков в инновационном учебном заведении [электронный ресурс]: Автореф. дисс. канд. псих. Наук за спец. 19.00.07. – педагогическая психология – Новгород, 1997. – 20 с. Режим доступа: <http://www.dissercat.com/content/factory-formirovaniya-trevogi-u-podrostkov-v-innovatsionnom-uchebnom-zavedenii>
43. Грановская Р. М., Крижановская К. С. Творчество и преодоление стереотипов / Р. М. Грановская, К. С. Крижановская – СПб.: Питер, 1994. – 280 с.

44. Грек О. М. Дослідження емоційної сфери підлітків в умовах рекреації / Грек О. М., Казаріна В. В. // Наука і освіта. Спецвипуск: «Актуальні проблеми рекреаційної психології дитинства». – Одеса, 2011. – №11. – С. 39-42.

45. Грек О. М. Особливості психологічного супроводу тривожних молодших школярів в рекреаційному закладі / О.М. Грек, І. Г. Абаджієва // Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених та студентів, 19 квітня 2014 року «Актуальні проблеми сучасної психології». – Одеса, 2014. – С. 9-12

46. Грек О. М. Психологічні особливості прояву страхів у молодших школярів з повних та неповних сімей в умовах рекреації / О.М. Грек, Н. С. Твердохліб // Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених та студентів, 19 квітня 2014 року «Актуальні проблеми сучасної психології». – Одеса, 2014. – С. 126-129.

47. Гринева Л. В. [Орлова] Коррекция детской тревожности и страхов с помощью арт-терапии. / Л. В. Гринева // Ежегодная Всероссийская научно-практическая конференция психологов-практиков: Материалы участников. / Под редакцией Сукманюк А. Н. – Москва, 2005. – С. 49-53.

48. Гузенко В.А. Особливості переживання соціального страху з різними рівнями мотивації досягнень у юнацькому віці: автореф. дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / В.А.Гузенко – Одеса, 2009. – 20 с.

49. Дарвин Ч. О выражении эмоций у человека и животных / Ч. Дарвин. – СПб., 2001. – 384 с.

50. Денисенко А. А. Специфика воспитания младших школьников в неполных семьях / А. А. Денисенко, Д. А. Привалова // Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених та студентів, 19 квітня 2014 року «Актуальні проблеми сучасної психології». – Одеса, 2014. – С.53-57

51. Денисенко А.О. Особливості агресивної поведінки дітей підліткового віку / А.О. Денисенко, К.В. Салеба // Матеріали Міжнародної

науково-практичної конференції молодих учених та студентів, 19 квітня 2014 року «Актуальні проблеми сучасної психології». – Одеса, 2014. – С.53-57.

52. Джемс У. Психология /У. Джемс. – М.: Педагогика, 1991. – 368 с.

53. Додонов Б. И. В мире эмоций / Б. И. Додонов. – Киев: Политиздат, 1987. – 140 с.

54. Дьяченко М. И. О подходах к изучению эмоциональной устойчивости / М. И. Дьяченко, В. А. Пономаренко // Вопросы психологии. 1990. — № 1. – С. 106-112.

55. Еникеев М. И. Психологический энциклопедический словарь / М. И. Еникеев. – М.: ТК Велби, Проспект, 2006. – 560 с.

56. Ермошин А.Ф. Фобии, утраты, разочарования / А.Ф.Ермошин. – М.: ФОРУМ, 2010. – 272 с.

57. Завгородня О.В. Проблема психологічного здоров'я: теоретичні та прикладні аспекти / О. В. Завгородня // Психологія і суспільство. – 2007. – №3. – С.124-137.

58. Запорожец А. В. Избранные психологические труды / А. В. Запорожец. – М.: Педагогика, 1986. Т. 1. - 320 с.

59. Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей / А. И. Захаров. Серия «Психология ребенка». – СПб.: Союз, 2000. – 448 с.

60. Захаров А. И. Как помочь нашим детям избавиться от страха? / А. И. Захаров. – СПб., 1995. – 118 с.

61. Иванченко В.А. Социально-психологические особенности детей из неполных семей / В. А. Иванченко // Известия Саратовского университета. – 2010, Т.10. Сер. Философия, Психология, Педагогика, вып. 2. – С. 69 – 72.

62. Изард К. Э. Психология эмоций / К. Э. Изард. – СПб.: Питер, 1999. – 464 с.

63. Изард К.Э. Эмоции человека / К. Э. Изард. – М.: Директ-Медиа, 2008. – 954 с.

64. Изучение мотивации поведения детей и подростков /Под ред. Л. И. Божович, Л. В. Благоннадежиной. – М., «Педагогика», 1972. – 352 с.

65. Ильин Е. П. Психология воли / Е. П. Ильин. – СПб.: Питер, 2000. – 288 с.
66. Ильин Е.П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. 2-е изд. – СПб.: Питер, 2013. – 783 с.
67. Карвасарский Б.Д. Психотерапия.- М.:Медицина,1985.-303с.
68. Карелин А. Большая энциклопедия психологических тестов / А. Карелин. – М.: Эксмо, 2007. – 416 с.
69. Кемпински А. Экзистенциальная психиатрия / А. Кемпински. Пер. с пол. А. А. Боричев. – М.: Совершенство; СПб.: Университет. КН., 1998. – 318 с.
70. Кемпински А. Страх / А. Кемпински // Психические состояния. – СПб.: Питер, 2000. – С. 229 - 235.
71. Клапаред Э. чувства и эмоции / Э. Клаперад // Психология эмоций / Авт. сост. В.Вилюнас. – СПб.: Питер, 2004. – С. 131 – 141.
72. Кле М. Психология подростка (психосексуальное развитие) / М. Кле. Пер. с фр. – М.: Педагогика, 1991. - 176 с.
73. Климакова Ю. В. Психологические условия изменения отношения младших школьников к «страху ошибки»: Дис. канд. психол. наук: 19.00.07. / Ю. В. Климакова. – М., 2000. – 198 с.
74. Козлов Н. И. Лучшие психологические игры и упражнения / Н. И. Козлов. – Екатеринбург: Изд-во АРД ЛТД, 1997. – 144 с.
75. Комкова Е.И. Сравнительная характеристика социально-психологических качеств младших школьников из полной и неполной семей / Е.И. Комкова, А.А. Кушнер // Инновационные образовательные технологии. — 2012. — № 3 (31). — С. 44—48.
76. Кондаш О. Хвилювання: страх перед випробуванням / О. Кондаш. – К.: Рад. школа, 1981. – 170 с.
77. Конюхов Н.И. Словарь-справочник практического психолога / Н. И. Конюхов. – Воронеж: НПО Модэк, 1996. – 224 с.

78. Костюк Г.С. Способности и их развитие у детей. – М.: Т-во "Знание", 1963. – 80 с.
79. Костюк Г. С. Избранные психологические труды / Г. С. Костюк. – М.: Педагогика, 1988. - 304 с.
80. Кочубей, Б.И. Эмоциональная устойчивость школьника / Б. И. Кочубей, Е. В. Новикова // Вопросы психологии. – 1991. – № 6. – С. 69-82.
81. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг.– СПб.: Питер, 2002.– 992 с.
82. Краткий психологический словарь / Общ. ред. А.В. Петровского и М.Г.Ярошевского. – Ростов-на-Дону: ФЕНИКС, 1998. – 506 с.
83. Кроак Д. Страхи людей на разных этапах жизни / Д. Кроак // Психологическая энциклопедия. – СПб.: Питер, 2003. – С. 868-869.
84. Кузнецова И. Методы консультирования подростков / И. Кузнецова // Школьный психолог. – 2000. – №31. – С.5-12.
85. Кузнецов М.А., Бабарикіна І.В. Шкільні страхи: Види, умови прояву та шляхи подолання / М. А. Кузнецов, І. В. Бабарикіна. – Харків: ХНПУ, 2012. – 227 с.
86. Кулагина И.Ю. Возрастная психология: развитие ребенка от рождения до 17 лет / Ун-т Рос. акад. Образ-ия. - 5-е изд. – М. : Изд-во УРАО, 1999. – 175 с.
87. Курпатов А. В. Таблетка от страха / А. В. Курпатов. — СПб.: ИД «Нева», 2005. – 224 с.
88. Кьеркегор С. Страх и трепет / С. Кьеркегор. – М.: Республика, 1993. – 282 с.
89. Латушкина Е. В. Исследование различий между юношами и девушками в интерпретации и опознании эмоций: Автореф: дис. канд. психол. наук: 19.00.01. / Е. В. Латушкина. – Екатеринбург, 2006. – 23 с.



90. Лебединский В. В. Эмоциональные нарушения в детском возрасте и их коррекция / В. В. Лебединский, О. С. Никольская, Е. Н. Баенская, М. М. Либлинг. – М.: МГУ, 1990. – 197 с.
91. Леви В. Л. Приручение страха / В. Л. Леви. – М.: Метаморфоза, 2005. – 192 с.
92. Левитов Н. Д. О психических состояниях человека. – М.: Просвещение, 1964. – 344 с.
93. Лежепеков М. М. Как избавиться от страха / М. М. Лежепеков. – М.: ВАГРИУС, 2005. – 240 с.
94. Леонтьев А. Н. / Избранные психологические произведения: в 2-х т. / А. Н. Леонтьев. – М.: Педагогика, 1983. - Т. 2. - 320 с.
95. Ле Шан Э. Когда ваш ребёнок сводит вас с ума / Ле Шан Э. [ Пер. с англ.]. – М.: Педагогика, 1990. – 272 с.
96. Линде Н. Д. Коррекция фобий методом эмоционально-образной терапии / Н. Д. Линде // Вопросы психологии, 2006. – № 2. – С. 68-79.
97. Липер Р. У. Мотивационная теория эмоций / Р. У. Липер // Психология эмоций. Тексты. – М.: Изд. МГУ, 1984. – С. 138- 151.
98. Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б. Ф. Ломов. – М.: Педагогика, 1984. – 444 с.
99. Маклаков А.Г. Общая психология / А. Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2009. – 583 с.
100. Максименко С. Д. Генетическая психология (методологическая рефлексия проблем развития в психологии): Монография / С. Д. Максименко. – М., К.: Реал-бук, Ваклер, 2000. – 320 с.
101. Макшанов С.И. Психология тренинга. Теория. Методология. Практика / С. И. Макшанов. – СПб.: Образование, 1997. – 290 с.
102. Макшанов С. И. Психогимнастика в тренинге / С. И. Макшанов, Н. Ю. Хрящева. – СПб. : Ин-т тренинга, 1993. – 83 с.
103. Массанов А.В. Профілактика та усунення психологічних бар'єрів особистості в рекреаційний період / А.В. Массанов //Наука і освіта.

Спецвипуск: «Актуальні проблеми рекреаційної психології дитинства». – Одеса, 2011. – №11. – С. 105 – 108.

104. Массанов А.В. Бар'єростійкість як показник потенціалу особистості / А. В.Массанов // Вісник Одеського національного університету: Серія Психологія. – 2011. – Т. 16. – Вип. 11. – Ч. 1. – С. 93–98.

105. Массанов А. В. Несприятливі емоційні стани та їх подолання в діяльності особистості / А. В. Массанов // Психологія особистості. – 2011. – № 1[2]. – С. 24–30.

106. Массанов А.В. Особливості мотиваційно-потребнісної сфери сиріт старшого підліткового віку /А. В. Массанов, Д. О. Привалова // Наука і освіта. – 2015. – № 2. – С. 13–17.

107. Массанов А.В. Захисні механізми та їх взаємозв'язок з рисами особистості у професійному самовизначенні / А. В. Массанов, А. Г. Коцієвська // Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених та студентів, 21 травня 2015 року «Адаптаційний потенціал особистості в сучасному соціальному середовищі». – Одеса, 2015. – С.111-114

108. Мей Р. Смысл тревоги / Р. Мей. – М.: Класс, 2001. – 384 с.

109. Мишин Г. И. Отрицательные эмоции и их преодоление / Г. И. Мишин. – М.: Медицина, 1984. – 80 с.

110. Моляко В. А. Особенности проявления паники в условиях экологического бедствия / В. А. Моляко // Психологический журнал. – 1992. – №2. – С. 66-73.

111. Мухина В. С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество / В. С. Мухина. – М.: Изд. центр «Академия», 2003. – 456 с.

112. Назаренко Т. П. Использование методов арт-терапии в работе с детьми в период рекреации / Т. П. Назаренко // Наука і освіта. – 2014. – № 12.CXXIX – С. 153-158.

113. Нгуен Тхи. Ты Взаимосвязь проблемных переживаний вьетнамских подростков и их «Я-концепции». Дисс. ...канд. психол. наук. - СПб, РГПУ, 2006. – 152 с.
114. Овчарова Р.В. Практическая психология / Р.В. Овчарова. – М.: Сфера, 1996. – 337 с.
115. Осипова Е. А. Дети из нетипичных семей / Е. А. Осипова // Проблемы виховання. – 1999. – № 2. – С. 63-66.
116. Осорина, М.В. Секретный мир детей в пространстве мира взрослых: принципы общепсихологического анализа / М.В. Осорина. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2000. – 288 с.
117. Петченко В. А. Школьные объективные страхи детей младшего школьного возраста: Дис. канд. психол. наук: 19.00.07. / В. А. Петченко. – СПб., 1999. – 206 с.
118. Прихожан А. М. Психологическая природа и возрастная динамика тревожности / А. М. Прихожан. – М., 1996. – 307 с.
119. Прохоров А. О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности / А. О. Прохоров. — М.: ПЕР СЭ, 2005. – 352 с.
120. Психологический словарь / Под ред. В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова. – М.: ООО «Издательство Астрель», 2004. – 480 с.
121. Психология современного подростка / Под ред. Л. А. Регуш – СПб.: Речь, 2005. – 400с.
122. Пузиков В. Г. Технология ведения тренинга / В. Г. Пузиков – СПб.: Издательство «Речь», 2005. – 224 с.
123. Ранк О. Родовой травматизм / О. Ранк //Тревога и тревожность. – СПб.: Питер, 2001. – 256 с.
124. Рао К. Р. Сознание и психология / К. Р. Рао // Психологическая энциклопедия / Под ред. Р. Корсни и А. Ауэрбаха. – М., СПб: Питер, 2003. – С. 820-821.

125. Ребер А. С. Большой толковый психологический словарь / А. С. Ребер. – М.: Вече, АСТ, 2000, Т.2. – 560 с.
126. Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций / Я. Рейковский. – М., 1979. – 258 с.
127. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности / Х. Ремшмидт [перевод с немецкого Г. И. Лойдиной]. Под редакцией Т. А. Гудковой. – М, 1994. – 319 с.
128. Рима́н Ф. Основные формы страха: Исследование в области глубинной психологии / Ф. Рима́н. – М., 1998. – 336 с.
129. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога / Е. И. Рогов. Учеб. пособие: В 2 кн. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Гуманист. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – Кн.1: Система работы психолога с детьми разного возраста. – 384 с.
130. Психологічні особливості процесу адаптації у підлітків з повних та не повних сімей в умовах рекреації / І.В. Розіна, А.М. Деканська // Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених та студентів, 18 квітня 2014 року «Актуальні проблеми сучасної психології». – Одеса, 2014. – С.43-48
131. Рубинштейн С. Л. Проблемы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – М.: Педагогика, 1973. – 424 с.
132. Руденко І. М. Психологічна допомога молодшим школярам із реорганізованих родин в умовах шкільної системи / І. М. Руденко // Науково-практичний журнал «Наука і освіта» Південного наукового Центру АПН України. Спецвипуск. Педагогіка і психологія: [зб. наук. праць]. – Одеса: Південноукраїнський державний педагогічний університет імені К.Д.Ушинського, 2008. – С. 203-207.
133. Селье Г. Стресс без дистресса / Г. Селье. – М.: Прогресс. 1979. – 121 с.

134. Семенюк Л.М. Хрестоматия по возрастной психологии: учебное пособие для студентов / Под ред. Д.И. Фельдштейна: издание 2-е, дополненное. – Москва: Институт практической психологии, 1996. – 304 с.

135. Симоненко С.Н. Актуальные проблемы рекреационной психологии детства / С. Н. Симоненко, Э. Б. Лебединский // Наука і освіта. Спецвипуск: «Актуальні проблеми рекреаційної психології дитинства». – Одеса, 2011. – №11. – С. 6 – 9.

136. Симоненко С.М. Особливості прояву страхів у підлітків в умовах рекреації / С. М. Симоненко, О.М. Пітрапова // Матеріали Міжнародної науково-практичної конференції молодих учених та студентів, 19 квітня 2014 року «Актуальні проблеми сучасної психології». – Одеса, 2014. – С.88-91.

137. Симоненко С.М. Рекреационная психология детства: достижения и перспективы/ С.Н. Симоненко, Е. Н. Грек, Е. В. Костюнина, И. В. Леженко // Наука і освіта – № 12, 2014. – С. 7-12.

138. Симонов П. В. Эмоциональный мозг / П. В. Симонов. – М.: Наука, 1981. – 215 с.

139. Склярченко О.М. Психологічні особливості дитячих страхів у контексті психокорекційної діяльності шкільного психолога // Психологія. Зб. наукових праць. – К.: НПУ імені М.П.Драгоманова, 2003. – Випуск 20. – С. 133 – 141.

140. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: Развитие субъективной реальности в онтогенезе / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. Учеб. пособие для вузов. – М.: Школьная Пресса, 2000. – 416 с.

141. Смирнова Е. О. Специфика эмоционально-личностной сферы детей, живущих в неполной семье / Е. О. Смирнова, В. С. Собкин // Вопросы психологии, 1999. – №6. – С.18-28.

142. Спиваковская А. С. Психотерапия: игра, детство, семья. / А. С. Спиваковская. – М.: ООО Апрель Пресс; ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 304 с.

143. Спилбергер Ч. Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги. Стресс и тревога в спорте: Международный сборник 84 научных статей. Сост. Ю.Л. Ханин. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 288 с.
144. Степанов В.Г. Психология трудных школьников: Учебное пособие для учителей и родителей / В. Г. Степанов. – М.: Академия, 1997. – 320 с.
145. Тапилина О. В. Психологическая коррекция страхов у детей школьного возраста средствами игротерапии: Дис.канд. психол. наук: 19.00:07. / О: В. Тапилина. – М., 2002. – 170 с.
146. Тименцева И. М. Особенности аффективной сферы младших школьников при разных типах детско-взрослых отношений (На материале исследования страхов): Дис. канд. психол. наук: 19.00.07. / И.М. Тименцева. – М., 2002. – 170 с.
147. Тревога и тревожность. [Текст]: Хрестоматия / под ред. В. М. Астапова. – СПб.: Питер. 2001. – 247 с.
148. Титаренко В. Я. Семья и формирование личности / В. Я. Титаренко. – М.: Мысль, 1987. – 351 с.
149. Титаренко Т.М. Такие разные дети / Т. М. Титаренко. – К.: Рад. Шк., 1989. – 144 с.
150. Томчук С.М. Генеза негативних психічних станів молодших школярів та їх корекція: автореф. дис.. на здобуття наук. ступеня канд... псих. наук: спец. 19.00.07 «Педагогічна та вікова психологія». – К., 2006. – 25 с.
151. Трошева Л. Н. Социальные страхи и их преодоление у верующих и атеистов: Дис... канд. психол. наук: 19.00.05. / Л. Н. Трошева. – М., 2004. – 206 с.
152. Уварова Л. В. Механизм психической детерминации страхов в младшем подростковом возрасте: Дис... канд. психол. наук: 19.00.07. / Л. В. Уварова. – М., 2000. – 169 с

153. Уотсон Дж. «Психологический уход за ребенком». – М., 1930. – с. 35, с. 52.
154. У Цзін. Порівняльний аналіз психологічних особливостей прояву страхів у молодших школярів та підлітків / Цзін У // Наука і освіта. – 2010. – № 12. – С. 89–93.
155. У Цзін. Особливості прояву страхів у молодших школярів з повних та неповних сімей / Цзін У // Наука і освіта. – 2014. – № 12. – С. 220–226.
156. У Цзін. Порівняльний аналіз особливостей переживання страху в підлітків із повних та неповних сімей/ Цзін У // Наука і освіта. – 2015. – № 1. – С. 164–169.
157. У Цзин. Психологические особенности работы психологов со страхами у младших школьников из полных и неполных семей в условиях рекреации / Цзин У // Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Серія : Психологія. – 2015. – Вип.2. – режим доступу: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn\\_2015\\_2\\_20](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadpn_2015_2_20)
158. У Цзин. Психологические особенности переживания страхов у младших школьников и подростков из полных и неполных семей / Цзин У // KazNU Bulletin. Psychology and sociology series. – 2015. – №4 (55). – С. 280–286.
159. Фан Цзюань. Сравнительный анализ психологических причин трудностей в обучении младших школьников в России и в Китае : автореф.канд.психол.н. за спец. 19.00.07. – педагогическая психология – Москва, 2010. – 20 с. [электронный ресурс] <http://www.dissercat.com/content/sravnitelnyi-analiz-psikhologicheskikh-prichin-trudnostei-v-obuchenii-mladshikh-shkolnikov-v#ixzz4RCXYbvb8>
160. Фишер Д. Ф. Страх / Д. Ф. Фишер // Психологическая энциклопедия. – СПб.: Питер, 2003. – С. 867.
161. Фрейд З. Введение в психоанализ / З. Фрейд. – М.: Наука, 1989. – 456 с.

162. Холл М. Победи свой страх: Как стать спокойным и уверенным в себе / М. Холл, Б. Боденхеймер. – М.: ООО АСТ, 2004. – 412 с.
163. Хорни К. Невротическая личность нашего времени / К. Хорни. – М.: Академический проект, 2008. – 207 с.
164. Цибух Л. М. Застосування асоціативного методу у роботі практичного психолога дитячого центру ( на прикладі УДЦ «Молода гвардія» / Л.М. Цибух // Наука і освіта. – 2014. – № 12.СХХІХ – С. 212-216.
165. Чайка Ю. Ю. Первичный страх, тревога и бредовое настроение / Ю. Ю. Чайка // Украинский вестник психоневрологии. 2002. – Т. 10. – Вып. 2. – С. 149-150.
166. Чебыкин А. Я. Распознавание педагогами выражения эмоций у учащихся / А. Я. Чебыкин // Вопросы психологии. – 1991. – №5. – С. 74-80.
167. Чернавский А.Ф. Системное исследование страха: автореф. дис. на соискание уч. степени канд. психол. наук: спец. 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии» / А.Ф.Чернавский. – Екатеринбург, 2008. – 27 с.
168. Чирков Ю. Г. Стресс без стресса / Ю. Г. Чирков. – М.: ФИС, 1988. – 176 с.
169. Шевандрин Н.И. Психодиагностика, коррекция и развитие личности / Н.И. Шевандрин – М. Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 1999. – 512 с.
170. Шишков В. В. Выше стресса! Практическое руководство по саморегуляции / В. В. Шишков, А. И. Нахимовский. – СПб.: ИГ «ВЕСЬ», 2005. – 192 с.
171. Щербатых Ю. В. Психология страха: популярная энциклопедия / Ю. В. Щербатых. – М.: Эксмо, 2003. – 512 с.
172. Щербатых Ю.В. Психология страха: Популярная энциклопедия / Ю. В. Щербатых. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2005. – 205 с.



173. Эйдемиллер Э. Г. Тревога и страх: единство и многообразие взглядов / Э. Г. Эйдемиллер // Психологическая газета. – 1989. – № 2. – С. 26-28.
174. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды / Д. Б. Эльконин. – М.: Педагогика, 1989. – 560 с.
175. Ян Линь, Ван Ючжи. Общая психология / Линь Ян, Ючжи Ван. – Шаньси, 1998. – 509 с.
176. Davidson R. J. Seven sins in the study of emotion: Correctives from affective neuroscience / R. J. Davidson // *Brain and Cognition*. 2003. - V. 52. - P/ 129-132.
177. Glazer C. S. Emotion and cognition: research that connects / C. S. Glazer. -N. Y., 2004. Vol. 28, № 5 pp 669 694.
178. Gustafson R. Effects of beer and wine on male aggression as measured by a hander-and-pen test / R. Gustafson // *Psychological Reports*. 1988. — vol. 37. -P. 795-798.
179. Siegel S., Interpersonal perceptions and consequences of depressive-significant other relationships: A naturalistic study of college roommates / S. Siegel, L. Alloy // *Journal of Abnormal Psychology*. 1990. - № 99. - P. 361 -373.
180. Strasser S. Feeling as basis of knowing and recognizing the other as an ego. / S. Strasser // *Feelings and emotions*. N.Y.; L.: Acad. Press, 1970, p. 303.
181. Stress. Basic mechanism and clinical implications//*Annals of New York Akademy of Scienses*. Vol.711, N.Y.1995.
182. *Paul R. Amato*. Life-Span Adjustment of Children to their Parent's Divorce. The future of Children // *Children and divorce*. Spring. 1999. Vol. 4, № 1.
183. Tomkins S. S., McCarter R. What and where are the primary affects? Some evidence for a theoiy. / S. S. Tomkins, R. McCarter // *Perceptual and Motor Skills*- 1964.-№ 18, P. 119-158.

## ПРИЛОЖЕНИЕ А

Таблица А1

### Показатели видов страхов и уровня тревожности у младших школьников 8 лет из полных семей

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Результаты по методике Р.Филлипса							
	$X_{cp}$	Уровень	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5	Фактор 6	Фактор 7	Фактор 8
1	55	высокий	20	10	10	5	6	4	2	6
2	50	высокий	21	9	8	3	2	3	2	5
3	62	высокий	20	9	7	3	2	3	3	6
4	65	высокий	18	10	6	4	5	2	2	6
5	68	высокий	21	11	6	2	4	4	4	5
6	63	высокий	22	10	9	5	5	5	4	7
7	50	высокий	18	11	8	4	4	2	2	6
8	54	высокий	20	10	5	4	5	3	2	5
9	62	высокий	20	8	8	3	4	4	3	5
10	55	высокий	21	10	10	3	3	3	4	4
11	35	средний	20	6	6	2	2	2	5	3
12	30	средний	17	10	10	4	2	3	5	4
13	40	средний	19	7	7	3	3	2	2	3
14	42	средний	15	9	9	4	3	3	1	4
15	45	средний	18	9	5	3	3	2	2	2
16	35	средний	18	7	11	3	4	4	1	3
17	25	низкий	10	8	4	5	2	3	3	2
18	12	низкий	14	8	3	3	2	2	2	2
19	20	низкий	16	9	5	2	2	2	2	2
20	15	низкий	15	9	4	2	1	2	2	2

Таблица А2

**Показатели видов страхов и уровня тревожности у младших школьников 9 лет из полных семей**

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Результаты по методике Р.Филлипса							
	X <sub>ср</sub>	Уровень	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5	Фактор 6	Фактор 7	Фактор 8
1	50	высокий	22	10	7	4	3	2	1	6
2	56	высокий	20	9	8	3	3	3	2	5
3	55	высокий	22	10	10	3	4	2	2	5
4	60	высокий	18	11	6	3	4	2	2	4
5	57	высокий	22	9	8	4	2	4	3	6
6	59	высокий	20	10	8	2	4	2	4	7
7	60	высокий	21	7	9	2	2	3	5	2
8	65	высокий	17	10	7	3	2	1	2	3
9	60	высокий	20	7	6	2	3	1	3	3
10	40	средний	15	7	6	4	3	4	2	2
11	35	средний	19	6	6	4	2	5	1	4
12	36	средний	20	9	4	3	3	3	2	4
13	45	средний	20	7	5	3	2	3	2	4
14	30	средний	15	8	4	4	4	2	2	2
15	30	средний	19	7	5	4	2	2	3	3
16	10	низкий	15	9	6	3	1	4	3	3
17	15	низкий	12	5	6	4	2	2	2	4
18	10	низкий	12	6	4	4	3	2	1	2
19	10	низкий	10	7	4	2	1	2	2	1
20	17	низкий	10	7	5	3	2	1	1	2

Таблица А3

**Показатели видов страхов и уровня тревожности у младших школьников 10 лет из полных семей**

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Результаты по методике Р.Филлипса							
	$X_{cp}$	Уровень	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5	Фактор 6	Фактор 7	Фактор 8
1	52	высокий	18	10	6	3	2	3	1	5
2	55	высокий	18	9	8	4	2	2	2	5
3	53	высокий	19	9	6	2	2	2	2	4
4	53	высокий	17	7	9	4	3	2	2	3
5	55	высокий	18	8	5	3	3	1	3	2
6	58	высокий	18	11	4	3	1	2	3	3
7	60	высокий	19	9	7	2	2	2	2	3
8	60	высокий	18	10	7	2	3	2	4	1
9	59	высокий	17	9	10	4	4	1	2	2
10	33	средний	15	7	9	3	2	1	3	2
11	38	средний	16	8	3	3	2	2	1	3
12	35	средний	12	10	4	3	3	2	2	2
13	35	средний	14	6	4	2	2	2	2	1
14	32	средний	15	8	5	3	3	3	2	4
15	14	средний	12	7	5	4	4	2	3	3
16	14	низкий	8	7	6	2	2	2	3	3
17	10	низкий	7	6	8	2	1	2	3	2
18	10	низкий	8	5	8	2	2	1	2	1
19	10	низкий	8	5	4	2	1	2	2	2
20	17	низкий	7	6	3	3	2	1	1	1

## ПРИЛОЖЕНИЕ Б

Таблица Б1

### Показатели видов страхов и уровня тревожности у младших школьников 8 лет из неполных семей

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Результаты по методике Р.Филлипса							
	$X_{cp}$	Уровень	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5	Фактор 6	Фактор 7	Фактор 8
1	58	высокий	22	11	9	6	6	5	5	5
2	60	высокий	20	9	8	6	3	4	4	7
3	65	высокий	18	11	8	6	3	4	4	4
4	65	высокий	17	10	7	5	4	3	3	5
5	55	высокий	18	11	9	6	5	3	3	4
6	59	высокий	19	11	10	4	4	4	4	7
7	58	высокий	20	9	10	5	5	5	5	6
8	60	высокий	19	9	8	6	5	4	4	7
9	55	высокий	20	10	9	6	4	3	4	5
10	65	высокий	16	11	7	5	4	2	3	6
11	65	высокий	18	11	8	6	5	4	5	8
12	32	средний	19	11	9	5	5	2	4	5
13	35	средний	14	9	8	4	3	4	4	6
14	45	средний	14	7	6	5	3	3	5	6
15	40	средний	12	10	6	5	3	5	2	5
16	40	средний	12	8	6	4	3	5	3	5
17	30	средний	13	10	7	6	2	3	3	8
18	28	средний	15	11	5	6	1	3	3	4
19	18	низкий	18	9	5	5	1	3	4	4
20	16	низкий	18	10	5	5	1	3	3	4

Таблица Б2

**Показатели видов страхов и уровня тревожности у младших школьников 9 лет из неполных семей**

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Результаты по методике Р.Филлипса							
	$X_{\text{ср}}$	Уровень	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5	Фактор 6	Фактор 7	Фактор 8
1	55	высокий	20	11	12	6	5	3	2	6
2	58	высокий	18	10	10	6	4	2	4	8
3	60	высокий	16	11	9	5	5	2	4	5
4	54	высокий	18	9	9	6	3	3	3	5
5	59	высокий	21	10	9	6	3	3	3	8
6	58	высокий	16	10	7	5	4	4	5	7
7	60	высокий	14	11	8	4	5	5	4	8
8	68	высокий	15	8	8	5	5	2	4	8
9	60	высокий	20	9	7	5	3	2	3	5
10	35	средний	17	10	9	4	3	5	3	5
11	30	средний	16	8	9	5	4	4	3	6
12	32	средний	18	10	8	5	2	4	3	8
13	40	средний	18	9	6	6	3	3	2	7
14	42	средний	15	10	7	6	3	3	2	5
15	47	средний	15	9	5	5	2	3	4	7
16	35	средний	20	10	6	5	1	5	3	6
17	12	низкий	12	8	7	6	2	4	3	6
18	18	низкий	14	8	6	4	2	3	3	5
19	17	низкий	12	9	5	5	2	3	2	6
20	17	низкий	15	9	5	5	2	3	2	5

Таблица Б3

**Показатели видов страхов и уровня тревожности у младших школьников 10 лет из неполных семей**

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Результаты по методике Р.Филлипса							
	$X_{cp}$	Уровень	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4	Фактор 5	Фактор 6	Фактор 7	Фактор 8
1	55	высокий	17	11	8	4	3	3	3	5
2	50	высокий	17	9	6	2	3	4	3	6
3	60	высокий	16	11	6	3	3	4	4	3
4	60	высокий	15	8	7	3	2	3	3	3
5	55	высокий	15	11	8	2	4	3	2	4
6	60	высокий	14	10	8	4	2	2	2	4
7	55	высокий	18	9	9	4	2	4	3	6
8	50	высокий	15	9	8	3	1	3	3	3
9	50	высокий	16	10	9	3	2	3	2	6
10	30	средний	17	10	9	5	2	2	2	8
11	30	средний	19	11	5	5	2	3	2	3
12	42	средний	14	9	3	4	2	3	3	3
13	45	средний	14	10	3	2	2	4	2	4
14	47	средний	13	9	4	2	3	4	2	3
15	40	средний	12	8	4	3	2	3	2	4
16	30	средний	10	8	4	3	1	3	3	3
17	12	низкий	9	7	5	2	2	2	2	2
18	9	низкий	9	6	6	3	2	3	2	6
19	9	низкий	8	6	3	3	1	3	2	4
20	14	низкий	8	8	3	2	1	3	1	4

## ПРИЛОЖЕНИЕ В

Таблица В1

### Показатели видов страхов и уровня тревожности у подростков 11 лет из полных семей

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Реактивная тревожность	Личностная тревожность	Школьная тревожность	Самооценочная тревожность	Межличностная тревожность
	$X_{cp}$	Уровень					
1	55	высокий	47	35	35	36	20
2	52	высокий	50	42	33	37	24
3	56	высокий	32	47	29	34	25
4	60	высокий	36	32	31	36	25
5	51	высокий	48	39	38	24	30
6	55	высокий	50	38	34	36	20
7	50	высокий	35	26	36	34	21
8	33	средний	40	20	28	38	20
9	35	средний	42	22	29	32	28
10	38	средний	20	46	26	30	28
11	40	средний	42	31	26	28	36
12	42	средний	42	27	27	32	22
13	42	средний	40	50	24	37	26
14	36	средний	38	20	26	36	20
15	35	средний	38	18	27	30	37
16	26	низкий	22	49	29	29	36
17	25	низкий	26	35	26	24	34
18	24	низкий	24	40	26	28	38
19	23	низкий	23	40	24	38	34
20	10	низкий	23	33	26	24	36



Таблица В2

**Показатели видов страхов и уровня тревожности у подростков 12 лет из полных семей**

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Реактивная тревожность	Личностная тревожность	Школьная тревожность	Самооценочная тревожность	Межличностная тревожность
	$X_{cp}$	Уровень					
1	53	высокий	36	25	34	38	26
2	55	высокий	33	49	36	36	22
3	58	высокий	34	48	28	40	24
4	57	высокий	22	20	29	34	25
5	55	высокий	39	47	38	36	28
6	60	высокий	37	40	36	37	24
7	40	средний	25	45	29	34	26
8	41	средний	47	44	26	34	25
9	38	средний	28	39	26	36	24
10	38	средний	49	35	24	34	25
11	30	средний	42	18	32	38	25
12	34	средний	45	44	27	32	26
13	32	средний	18	37	27	36	24
14	33	средний	31	35	31	30	39
15	20	низкий	41	32	20	31	38
16	18	низкий	38	23	26	24	40
17	15	низкий	37	27	28	26	37
18	20	низкий	16	32	26	28	39
19	23	низкий	19	35	24	27	39
20	20	низкий	15	38	24	24	38

Таблица В3

**Показатели видов страхов и уровня тревожности у подростков 13 лет из полных семей**

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Реактивная тревожность	Личностная тревожность	Школьная тревожность	Самооценочная тревожность	Межличностная тревожность
	$X_{cp}$	Уровень					
1	60	высокий	32	28	38	35	20
2	52	высокий	34	35	36	39	21
3	53	высокий	50	47	32	36	28
4	50	высокий	39	26	34	40	26
5	50	высокий	24	36	30	38	27
6	40	средний	49	45	28	36	28
7	42	средний	26	39	30	37	28
8	41	средний	47	45	31	36	24
9	39	средний	40	25	24	36	36
10	32	средний	41	41	21	37	39
11	35	средний	35	35	29	30	31
12	34	средний	37	36	21	31	38
13	36	средний	42	37	24	38	34
14	30	средний	32	28	24	30	38
15	18	низкий	35	41	21	29	40
16	18	низкий	22	42	22	28	39
17	15	низкий	42	24	25	28	34
18	10	низкий	20	38	26	26	38
19	10	низкий	27	43	21	24	37
20	12	низкий	17	35	22	28	34

Таблица В4

**Показатели видов страхов и уровня тревожности у подростков 14 лет из полных семей**

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Реактивная тревожность	Личностная тревожность	Школьная тревожность	Самооценочная тревожность	Межличностная тревожность
	$X_{cp}$	Уровень					
1	60	высокий	18	37	35	38	31
2	50	высокий	37	39	33	40	30
3	52	высокий	39	18	29	38	28
4	50	высокий	19	48	37	36	29
5	42	средний	38	33	38	37	24
6	40	высокий	48	41	34	36	26
7	35	высокий	35	45	36	38	28
8	39	высокий	15	16	28	36	21
9	39	высокий	41	41	29	36	30
10	34	средний	49	37	26	34	28
11	30	средний	16	36	28	38	36
12	20	низкий	36	49	25	32	40
13	18	низкий	14	16	28	26	38
14	18	низкий	39	35	29	24	36
15	16	низкий	38	20	24	25	37
16	10	низкий	31	34	23	28	36
17	14	низкий	13	31	22	29	36
18	13	низкий	40	31	22	26	37
19	12	низкий	41	40	26	22	38
20	11	низкий	34	38	24	20	36

## ПРИЛОЖЕНИЕ Г

Таблица Г1

### Показатели видов страхов и уровня тревожности у подростков 11 лет из неполных семей

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Реактивная тревожность	Личностная тревожность	Школьная тревожность	Самооценочная тревожность	Межличностная тревожность
	$X_{cp}$	Уровень					
1	52	высокий	48	34	36	35	32
2	52	высокий	46	32	39	39	34
3	54	высокий	36	46	29	35	34
4	52	высокий	47	41	37	35	26
5	56	высокий	45	32	35	32	28
6	58	высокий	42	45	30	37	30
7	58	высокий	34	42	34	34	24
8	55	высокий	41	48	37	30	38
9	32	средний	36	47	29	32	30
10	34	средний	38	41	26	30	40
11	34	средний	35	24	25	36	35
12	36	средний	36	49	27	34	38
13	38	средний	24	51	28	34	34
14	35	средний	26	32	30	38	32
15	42	средний	22	45	27	32	37
16	44	средний	28	36	31	29	36
17	20	низкий	23	38	26	31	39
18	21	низкий	21	41	25	28	40
19	18	низкий	24	20	24	35	34
20	16	низкий	20	26	25	24	40

Таблица Г2

**Показатели видов страхов и уровня тревожности у подростков 12 лет из неполных семей**

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Реактивная тревожность	Личностная тревожность	Школьная тревожность	Самооценочная тревожность	Межличностная тревожность
	$X_{cp}$	Уровень					
1	55	высокий	48	41	32	40	30
2	54	высокий	41	46	32	32	38
3	56	высокий	35	41	37	38	24
4	52	высокий	46	36	36	36	30
5	54	высокий	49	34	34	32	38
6	55	высокий	36	48	30	40	24
7	53	высокий	34	26	30	34	30
8	36	средний	26	45	31	38	25
9	32	средний	32	28	28	36	30
10	34	средний	24	47	20	34	30
11	35	средний	35	50	22	38	25
12	42	средний	20	46	34	36	30
13	41	средний	37	49	30	40	28
14	44	средний	20	36	24	34	37
15	40	средний	26	38	21	36	40
16	20	низкий	28	41	25	27	40
17	23	низкий	24	42	26	29	40
18	18	низкий	24	35	24	30	38
19	18	низкий	26	37	22	27	38
20	21	низкий	20	38	22	28	38

Таблица Г3

**Показатели видов страхов и уровня тревожности у подростков 13 лет из неполных семей**

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Реактивная тревожность	Личностная тревожность	Школьная тревожность	Самооценочная тревожность	Межличностная тревожность
	$X_{cp}$	Уровень					
1	56	высокий	46	38	34	35	30
2	58	высокий	26	46	32	36	28
3	60	высокий	48	34	30	32	38
4	54	высокий	24	37	36	31	28
5	58	высокий	51	35	32	34	30
6	56	высокий	20	48	34	36	28
7	55	высокий	23	25	30	37	28
8	32	средний	32	49	26	36	30
9	36	средний	24	35	24	32	32
10	38	средний	36	46	21	37	40
11	38	средний	34	46	24	33	38
12	41	средний	25	20	21	31	40
13	42	средний	41	38	23	36	30
14	45	средний	32	41	22	30	40
15	40	средний	38	16	22	31	40
16	21	низкий	37	44	20	25	38
17	23	низкий	26	48	21	30	39
18	19	низкий	20	42	23	24	40
19	19	низкий	28	35	21	24	39
20	25	низкий	24	32	24	30	37

Таблица Г4

**Показатели видов страхов и уровня тревожности у подростков 14 лет из неполных семей**

№ п/п	Результаты по методике «Список страхов»		Реактивная тревожность	Личностная тревожность	Школьная тревожность	Самооценочная тревожность	Межличностная тревожность
	$X_{cp}$	Уровень					
1	58	высокий	47	32	30	36	30
2	57	высокий	34	47	28	34	36
3	54	высокий	33	20	26	34	28
4	56	высокий	38	49	28	35	30
5	55	высокий	24	50	24	38	36
6	58	высокий	49	42	32	34	36
7	32	средний	26	42	24	30	27
8	41	средний	36	48	30	32	26
9	46	средний	35	46	26	31	30
10	42	средний	22	35	26	31	28
11	36	средний	34	38	24	30	34
12	38	средний	21	48	25	28	36
13	22	низкий	20	28	25	26	40
14	21	низкий	26	50	25	26	36
15	20	низкий	26	42	20	25	38
16	23	низкий	24	40	23	28	36
17	26	низкий	23	40	20	30	40
18	25	низкий	18	35	20	26	37
19	20	низкий	16	39	23	23	40
20	16	низкий	19	37	21	22	36

## ПРИЛОЖЕНИЕ Д

### *Краткое содержание психологического тренинга по работе со страхами у младших школьников*

#### *Занятие 1*

*Цель:* знакомство, создание положительного эмоционального фона, сплочение группы.

Упражнение «Как тебя зовут и чем ты гордишься».

Правила группы.

Упражнение «Меняются местами ...»

Упражнение «Комплименты».

Упражнение «Аплодисменты по кругу»

Ритуал прощания

#### *Занятие 2.*

*Цель:* снижение эмоционального напряжения, расширение знаний младших школьников про эмоции, снижение уровня тревожности, повышение самооценки, сплочение группы.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Злые и добрые кошки».

Упражнение «На что похоже мое настроение».

Упражнение «Корабль и ветер».

Упражнение «Я дарю тебе...».

Упражнение «Я горжусь...»

Ритуал прощания

#### *Занятие 3.*

*Цель:* снижение эмоционального напряжения, снижение уровня тревожности, работа со страхами, повышение самооценки.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Нарисуй свой страх».

Упражнение «Копилка страхов».

Упражнение «Кораблик».

Работа по сказке «Про ленивую звездочку». (автор В. Максютя).

Упражнение «Волшебный сон».

Ритуал прощания.

#### *Занятие 4.*

*Цель:* работа со страхами, повышение самооценки, развитие активности и самоуважения, снижение уровня тревожности и агрессии.

Ритуал приветствия.

Упражнение «Дом страхов».

Упражнение «Я тебя не боюсь»

Упражнение «На лесной поляне».

Упражнение «Испорченный телефон».

Работа по сказке «Верить и стараться» (авт. О. В. Хухлаева)

Ритуал прощания.



### *Занятие 5.*

*Цель:* работа со страхами, снижение уровня тревожности, повышение самооценки, снижение уровня агрессии и обиды, развитие умения адекватно выражать свои эмоции.

Ритуал приветствия.  
 Упражнение «Я похож на тебя»  
 Упражнение «Воздушные шарик».  
 Упражнение «Эмоции».  
 Упражнение «Копилка обид».  
 Упражнение «Пирамида чувств».  
 Ритуал прощания.

### *Занятие 6.*

*Цель:* работа со страхами, снижение уровня тревожности, повышение самооценки, снижение уровня агрессии и обиды.

Ритуал приветствия.  
 Упражнение «Поезд»  
 Упражнение «Мне удастся...».  
 Упражнение «Чемодан».  
 Упражнение «Солнце в ладошках».  
 Ритуал прощания.

### *Занятие 7.*

*Цель:* диагностика уровня тревожности и страхов у младших школьников.

Ритуал приветствия.  
 Проведение повторной диагностики наличия страхов и уровня тревожности у младших школьников.  
 Ритуал прощания.

## *Краткое содержание психологического тренинга по работе со страхами подростков*

### *Занятие 1*

*Цель:* знакомство, создание положительного эмоционального фона, сплочение группы.

Упражнение «Как тебя зовут и чем ты гордишься».  
 Правила группы.  
 Упражнение «Автопортрет»  
 Упражнение «Бег с карандашами»  
 Упражнение «Комплименты».  
 Упражнение «Возьми свой орех».  
 Ритуал прощания.

### *Занятие 2*

*Цель:* повышение самооценки, снижение уровня тревожности и агрессии, снятие эмоционального напряжения.

Ритуал приветствия

Упражнение «Мои сильные и слабые качества».  
 Упражнение «Самооценка»  
 Упражнение «Жонглеры»  
 Упражнение «Передай настроение».  
 Упражнение «Эмоции».  
 Ритуал прощания.

### *Занятие 3*

*Цель:* повышение самооценки, снижение уровня тревожности и агрессии, работа со страхами, развитие навыков общения.

Ритуал приветствия  
 Упражнение «Выход из контакта».  
 Упражнение «Моль»  
 Упражнение «Нарисуй свой страх»  
 Работа со сказкой «Скала желаний» (авт. О. В. Хухлаева)  
 Упражнение «Желания».  
 Ритуал прощания.

### *Занятие 4*

*Цель:* работа со страхами, развитие навыков общения, повышение самооценки подростка.

Ритуал приветствия  
 Упражнение «В самолете».  
 Упражнение «Дерево настроения»  
 Упражнение «Дискуссия»  
 Упражнение «Обиды»  
 Упражнение «Скульптура».  
 Ритуал прощания.

### *Занятие 5*

*Цель:* повышение самооценки подростка, влияние на снижение уровня тревожности, работа со страхами, развитие навыков общения.

Ритуал приветствия  
 Упражнение «Рисунок моего настроения»  
 Упражнение «Диспут».  
 Упражнение «Хромая обезьяна»  
 Упражнение «Дом страхов»  
 Упражнение «Раздвоение».  
 Упражнение «На лесной поляне».  
 Ритуал прощания.

### *Занятие 6*

*Цель:* повышение самооценки подростка, закрепление полученных знаний и навыков.

Ритуал приветствия  
 Упражнение «Я сегодня».  
 Упражнение «Рисунок моего Я»

Упражнение «Город будущего»

Упражнение «Чемодан».

Упражнение «Последняя встреча».

Ритуал прощания.

*Занятие 7.*

*Цель:* диагностика уровня тревожности и страхов у подростков.

Ритуал приветствия.

Проведение повторной диагностики наличия страхов и уровня тревожности у подростков.

Ритуал прощания.