

Maria Burtowy

Lęk w opinii dzieci w wieku wczesnoszkolnym

Nauczyciel i Szkoła 1 (8), 83-87

2000

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

Maria Burtowy

Lęk w opinii dzieci w wieku wczesnoszkolnym

Koncepcje teoretyczne w zróżnicowany sposób podchodzą do genecy i mechanizmu lęku jako stanu psychicznego, który może silnie dręczyć człowieka, prowadzić nawet do załamania obrazu własnego „ja”, do bierności i bezradności¹. Spróbujemy przyjrzeć się opiniom dzieci na temat lęku w świetle przesłanek teoretycznych, jakich te koncepcje dostarczają. Badaniami objęto uczniów klas I–III szkoły podstawowej, stosując technikę projekcji i rozmowy kierowanej². Celem tych badań było sprawdzenie rozumienia samego pojęcia lęku, stosunku do zagrożeń go powodujących oraz zmian tego stosunku ze względu na doświadczenia własne i przekazywane przez dorosłych. Nie chodziło więc o organizowanie takich zadań, w których dziecko musiałoby wybierać, przyznawać się, czy też wyliczać sytuacje, których się boi, ale by mogło swobodnie wyrazić swoje opinie na temat tego, czego można się bać, swoje myśli o lęku jako stanie psychicznym. Próbowano w ten sposób zebrać określony materiał badawczy, stanowiący przesłankę do stworzenia pewnego obrazu lęków dziecięcych, uwzględniając równocześnie spostrzczenie, którego dostarczyły wcześniejsze badania, iż dzieci wykazują tendencje do traktowania swoich lęków jako czegoś bardzo intymnego, prywatnego, owianego tajemnicą³.

¹ Analizując problematykę lęków dziecięcych oparto się na następującej literaturze:

Z. Freud: *Wstęp do psychoanalizy*. Warszawa 1957, KiW.

E. Hurlock: *Rozwój dziecka*. Warszawa 1960, PWN.

A. Kępiński: *Lęk*. Kraków 1992, Sogittarius.

I. Obuchowska: *Dynamika nerwic*. Warszawa 1983, PWN.

J. Pieter: *Strach i odwaga*. Warszawa 1971, NK.

J. Ranchburg: *Lęk, gniew, agresja*. Warszawa 1993, WSiP.

T. Sosnowski: *Lęk jako stan i jako cecha w ujęciu Ch. D. Spielberga*. „Przegląd Psychologiczny” 1977, t. XX, nr 1.

M. Tyszkowa: *Problemy psychicznej odporności dzieci i młodzieży*. Warszawa 1972, NK.

² Badaniami objęto 90 dzieci w wieku wczesnoszkolnym — 30 uczniów klasy I, 30 — klasy II i 30 — klasy III. Ze względu na wiek badanych dobór próby miał charakter celowy. Jednocześnie losowo dobierano dzieci do badań, przeprowadzając je na terenie różnych szkół podstawowych miasta Poznania, w celu uzyskania w miarę obiektywnego materiału badawczego. Badania przeprowadzono w roku szkolnym 1998/99.

³ Zasygnalizowane spostrzczenie jest efektem prowadzonych pod moim kierunkiem badań w ramach przygotowywanych prac magisterskich studentów Wydziału Studiów Edukacyjnych UAM. Stało się również motywem do przyjęcia koncepcji badań nad lękami dzieci, prezentowanej w niniejszym artykule.

W literaturze psychologicznej i pedagogicznej lęk traktuje się zazwyczaj jako grupę reakcji emocjonalnych wyzwalanych przez bodźce zewnętrzne bądź płynące z wnętrza organizmu. Lęk powstający na skutek realnego, zewnętrznego zagrożenia, określa się często lękiem obiektywnym (jak mówi Z. Freud), albo przedmiotowym (jak określa A. Kępiński), utożsamia się go też ze strachem (co czyni J. Ranchburg). Z kolei lęk, którego źródłem jest sama jednostka, który zazwyczaj jest reakcją na nieznaną niebezpieczeństwo, określaną jest lękiem subiektywnym (zgodnie z wyróżnieniem Z. Freuda), albo bezprzedmiotowym czy też wewnętrznym (według A. Kępińskiego). Przy czym może on mieć charakter neurotyczny (np. różnego rodzaju fobie), bądź być związany z odczuwaniem nieproporcjonalnie silnej reakcji lękowej w stosunku do pewnych sytuacji, przedmiotów, a może też wynikać z ogólnej skłonności jednostki do lękania się. Biorąc pod uwagę wyróżnione kryteria powstawania lęku jako reakcji emocjonalnych na bodźce zewnętrzne i wewnętrzne, należy zauważyć (co podkreśla I. Obuchowska), iż w życiu sytuacje bezpośredniego zagrożenia i jego wyobraźniowej antycypacji zachodzą często na siebie. Wówczas bodźce zewnętrzne ulegają wewnętrznej „przeróbce”, stając się przyczyną wewnętrznych zagrożeń, jak i przyczyną reakcji na pozorne, bo niegdyś towarzyszące, bodźce dodatkowe. Równocześnie wewnątrzpochodny, nieokreślony lęk wykazuje tendencje do „uprzedmiotowienia”, łącząc się z przypadkowymi przedmiotami czy sytuacjami. Możemy więc założyć, iż stan lęku jest funkcją interakcji czynników sytuacyjnych i osobowościowych. Wszystko to sprawia, że przyczyn odczuwanego lęku nie zawsze jednostka jest do końca świadoma, a tym bardziej dziecko, które często ma trudności ze zrozumieniem samego pojęcia lęku.

Jak wykazują przeprowadzone badania, większość dzieci wyraża zróżnicowaną opinię na temat lęku, a niektóre (5 osób na 90 badanych) nie podejmuje próby wyjaśnienia tego stanu emocjonalnego, twierdząc, że „nie wie, co to jest, bo nigdy się nie boi”. Jednak przez sam fakt stwierdzenia, że „nigdy się nie boją” sygnalizują, iż kojarzą lęk z jakąś nieokreśloną obawą, chociaż jej nie przeżywają w świetle swoich wypowiedzi. Były to dzieci najmłodsze w badanej grupie, uczniowie klasy I, o zróżnicowanych doświadczeniach przedszkolnych (wyrażających się zróżnicowanym okresem uczęszczania do przedszkola). Biorąc pod uwagę stwierdzenie E. Hurlock, iż rodzaje lęku u dziecka zależą w dużej mierze od faz jego rozwoju, a początkowo mają charakter ogólny, nie są specyficzne, jasno sprecyzowane, są raczej napięciem emocjonalnym, a nie rzeczywistym lękiem przed danym przedmiotem czy sytuacją, można tu przypuszczać, iż owe napięcia emocjonalne nie są obce tej grupie badanych dzieci, chociaż nie przybierają charakteru specyficznego lęku. Należy też zastanowić się, na ile są one wynikiem własnych odczuć (których dziecko nie chce, albo nie potrafi zwerbalizować), a w jakim stopniu wynikiem przekazywanych przez dorosłych informacji. Tym bardziej, iż słuszność takich przypuszczeń potwierdzają wypowiedzi dzieci tej grupy, która podjęła próbę wyrażenia swoich opinii o lęku.

Wypowiedzi dzieci o lęku można z kolei uporządkować następująco:

— utożsamienie lęku z obawą przed „kims” (np. „bać się to znaczy, iż ktoś nieznajomy do mnie podejździe”),

— kojarzenie lęku ze strachem przed utratą ulubionego przedmiotu (np. „strach to bać się, że znów zginie mój ulubiony misiek”),

— określenie lęku jako reakcji organizmu na niezrozumiałe zjawiska przyrodnicze (np. „lękać się — to trząść się jak jest burza”),

— traktowanie lęku jako obawy przed wykonaniem nie lubianego działania (np. „boję się, że znów będę musiał wynosić te śmierdzące śmieci”),

— utożsamianie lęku z obawą o utratę bliskiej osoby (np. „boję się, jak mama długo nic wraca, płaczę, że nic przyjdzie”),

— kojarzenie lęku jako zagrożenia różnymi sytuacjami szkolnymi (np. „nie lubię, jak pani krzyczy, dreszcz mnie przechodzi”; „boję się, że spóźnię się do szkoły i znów będzie awantura”; „nie lubię przerw, bo chłopcy zaczepiają”; „myślę tylko, żeby nie dostać złej oceny”; „najgorsze w szkole są te uwagi w dzienniczku”),

— kojarzenie lęku z tragedią, np. śmierć, pożar, powódź (np. „a jakby tak Warta się rozlała, to by była tragedia — można się bać”; „pożar to straszna tragedia, aż strach”; „boję się śmieci, kiedy tatuś mówił o tym tragicznym wypadku”).

Wypowiedzi dzieci świadczą o tym, iż dla badanej grupy lęk jest określonym stanem psychicznym (utożsamianym często ze strachem, obawą, tragedią, zagrożeniem), któremu mogą towarzyszyć określone objawy fizjologiczne (np. płacz, dreszcz, trzęsienie się), charakteryzuje się zależnością od czynników zewnętrznych (np. obca osoba, zjawiska atmosferyczne, sytuacje szkolne, nie lubione działania). Lęk zaś jako cecha (według Ch. D. Spielberga), związany z wewnętrznymi przeżywanymi konfliktami, w niewielkim stopniu uzależnionymi od warunków zewnętrznych, został dostrzeżony tylko przez jedno dziecko, dziewczynkę klasy II (dlatego nie włączono tej wypowiedzi do zestawionych wyżej), która stwierdziła — „bać się to znaczy wszystkiego się lękać, takim już być”. Większość badanych dzieci w wieku wczesnoszkolnym kojarzy więc lęk z pewnym stanem organizmu, a nie typem osobowości. Lęk jest dla nich stanem obawy, zaniepokojenia, jest specjalnym rodzajem strachu, często o przedmiocie nie do końca jasnym, jest reakcją emocjonalną na zagrożenia — jak mówi M. Tyszkowa. Zagrożenie to jest dla badanych prawie zawsze konkretne, chociaż nie do końca znane (np. burza, obca osoba, tragedia). Tylko jedno dziecko (był to uczeń klasy II) podjęło próbę określenia lęku na poziomie pewnego uogólnienia, odchodząc od wskazania konkretnego zagrożenia, stwierdziło ono — „jest to powietrze, które przenika do człowieka i wypełnia go lękiem, ogarnia go całego i wtedy ten człowiek się boi”. Ten jeden tylko uczeń, mówiąc o lęku, koncentruje się w swojej wypowiedzi na sposobie jego przeżywania, a nie na zagrożeniach, które mogą go wywołać. Można sądzić, iż taka wypowiedź, inna na tle pozostałych, jest wskaźnikiem różnych emocji lękowych, przeżywanych przez to dziecko.

Biorąc pod uwagę jednak fakt, iż większość dzieci kojarzy lęk z konkretnym zagrożeniem (choć nie zawsze do końca dla nich „jasnym” — jak już wyjaśniliśmy), interesujące staje się sprawdzenie zmiany stosunku badanych do wyróżnionych zagrożeń. Okazuje się, że ten stosunek ulega zmianie wraz z wiekiem dziecka, z nabywaniem nowych doświadczeń, z coraz większym uczestnictwem w życiu społecznym. Dzieci bowiem młodsze (przede wszystkim uczniowie klasy I) wskazują przede wszystkim na zagrożenia w postaci obcej osoby, niezrozumiałego zjawiska przyrodniczego, zguby ulubionego przedmiotu, a także utraty bliskiej osoby. Natomiast dzieci starsze (częściowo uczniowie klasy II, a przede wszystkim klasy III) koncentrują się w swych wypowiedziach na zagrożeniach wynikających zwłaszcza z sytuacji szkolnych czy też związanych z konkretnymi działaniami, np. wykonywaniem nieakceptowanych obowiązków. Zagrożenie coraz częściej zaczyna więc wynikać z nowych sytuacji, które dziecko poznaje, w których uczestniczy. Wskazywałoby to na duży udział poszerzających się doświadczeń u dziecka w powstawaniu lęków. Jednak przeprowadzone badania wskazują, że duży udział odgrywają tutaj także dorośli poprzez przekazywanie różnych informacji o zagrożeniach (w życiu codziennym często nazywanymi przestrzeganiem przed...), lub poprzez niepodejmowanie prób wyjaśnień różnych sytuacji trudnych do zrozumienia przez dziecko (w życiu codziennym często wynikające z braku zrozumienia problemów dziecięcych, albo jak to się mówi często — „z braku czasu”).

Z przykładowych wypowiedzi dzieci bowiem wynika, iż boją się obcej osoby dlatego, że „mama mówi, iż obcych się trzeba bać”, iż boją się burzy dlatego, bo babcia im powiedziała, „że wtedy Pan Bóg się gniewa”, iż kojarzą lęk z tragedią, bo widziały w programach telewizyjnych straszne obrazy powodzi, których nikt im nie wyjaśnił, bo „mama nie ma czasu”, „ja sam oglądałam telewizję, nikt nie chce ze mną rozmawiać”.

Wyróżnione przez badanc dzieci zagrożenia, jako przyczyny stanów lękowych, wynikają więc w określonym stopniu z tego, co same doświadczyły, przede wszystkim jednak z tego, co im dorośli przekazali, albo czego im nie wyjaśnili.

Zebrane opinie wśród dzieci w wieku wczesnoszkolnym na temat lęku wskazują, iż:

1) lęk jest dla nich stanem obawy, specjalnym rodzajem strachu, reakcją emocjonalną na zagrożenie,

2) zagrożenie jest dla badanych prawie zawsze konkretne, charakteryzuje się zależnością od czynników zewnętrznych, stanowi centrum uwagi ich zastanowić nad lękiem,

3) zagrożenie traktowane przez dziecko jako przyczyna lęku ma swe źródło w informacjach przekazywanych przez dorosłych, w braku wiedzy samych dzieci na temat różnych zjawisk (inaczej mówiąc, w braku wyjaśnień — nie czynionych przez dorosłych), a także własnych doświadczeniach (poszerzających się z wiekiem dziecka),

4) stosunek dzieci do zagrożeń zmienia się przede wszystkim pod wpływem poszerzających się własnych doświadczeń.

Opinie dzieci w wieku wczesnoszkolnym na temat lęku koncentrują się więc przede wszystkim wokół zagrożeń zewnętrznych, powodujących występowanie pewnego negatywnego stanu psychicznego, często trudnego dla nich do określenia. Znajomość tych zagrożeń wynika zwłaszcza z informacji przekazywanych przez dorosłych, a w miarę rozwoju dziecka z jego własnych doświadczeń. Ogromną rolę zatem odgrywają zachowania dorosłych w kształtującym się obrazie lęku wśród dzieci. Świadomość tego faktu powinna więc towarzyszyć postępowaniu tak rodziców, jak i nauczycieli.