

Osnovna šola Franja Malgaja Šentjur

ČESA NAS JE STRAH?

RAZISKOVALNA NALOGA

Področje: psihologija



Avtorici:

Nika PLOŠNIK, 8. c

Monika SMREČNIK, 8. a

Mentorica:

Jožica NOVAK,
prof. ped. in zgo.

Šentjur, 2014

KAZALO

1 POVZETEK	3
2 UVOD	5
2.1 NAMEN RAZISKOVALNE NALOGE	5
2.2 RAZISKOVALNE METODE	5
2.3 HIPOTEZE	6
3 TEORETIČNI DEL	7
3.1 KAJ JE STRAH?	7
3.2 ČESA JE STRAH RAZLIČNO STARE OTROKE DO VSTOPA V ODRASLOST?	7
3.2.1 Strah pri predšolskih otrocih	8
3.2.2 Strah šolskih otrok	9
3.2.3 Strah mladostnikov	9
3.2.4 Razlike med spoloma	9
3.3 JE STRAH PRIDOBLJEN ALI PRIROJEN?	10
3.4 FUNKCIJE STRAHU	10
3.5 POSLEDICE STRAHU	11
3.6 KAKO POMAGATI OTROKU, DA OBVLADA STRAH?	11
3.7 FOBIJA	12
3.8 STRAH PRED ŽIVALMI	13
3.9 NAJBOLJ POGOSTI STRAHOVI DO ŽIVALI	14
3.9.1 Strah pred kačami (ofidiofobija)	14
3.9.2 Strah pred pajki (arahnofobija)	14
4 EMPIRIČNI DEL	15
4.1 INTERVJU	15
4.2 ANKETNI VPRAŠALNIK	20
4.3 ANALIZA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA	21
5 RAZPRAVA IN ZAKLJUČEK	31
6 VIRI IN LITERATURA	34
7 SEZNAM SLIK, FOTOGRAFIJ, TABEL, GRAFOV	35
8 PRILOGE	36
8.1 INTERVJU	36
8.2 ANKETNI VPRAŠALNIK	37

1 POVZETEK

V teoretičnem delu raziskovalne naloge z naslovom *Česa nas je strah* sva opisali, kaj je strah, česa je strah različno stare otroke, ali je strah prirojen ali pridobljen, funkcije in posledice strahu, kako pomagati otroku pri obvladovanju strahu, kaj je fobija in kaj je strah pred živalmi.

Z anketnim vprašalnikom sva ugotavljali, ali in česa je strah učence naše šole, stare med 10 in 15 let. Zanimalo naju je, ali se o svojih strahovih pogovarjajo, kako reagirajo, ko jih je strah. S tremi občani starimi približno 80 let sva naredili intervju. Zanimalo naju je, katere strahove so imeli v svoji mladosti.

Analiza anketnega vprašalnika kaže, da je kar 83 % anketiranih česa strah. Le 4 % deklet ima večji občutek strahu kot fantov. Tretjino učencev je bilo v otroštvu najbolj strah teme, zdaj pa se jih kar četrtnina boji šole. Veliko anketiranih se boji pajkov in kač, nekateri celo žuželk. 23 % učencev meni, da imajo fobijo.

Ključne besede: strah, fobija, strah pred živalmi, raziskava.

ABSTRACT

The theoretical part of the research paper titled *What we fear* describes what fear is, what fears children of different age groups, whether fear is innate or gained, the role and consequences of fear, how to help a child to control fear, what is phobia and what is fear of animals.

The aim of the research is to determine whether the students of our school aged between 10 and 15 face fears and what these fears are. We conducted a questionnaire survey to find out whether the students discuss their fears and how they react when afraid. We interviewed three 80-year old citizens. We wanted to learn about the fears of their youth.

83 % of the interviewed are afraid of something, according to the questionnaire analysis. Girls lead in fearfulness by 4 %. A third of the students claim their biggest childhood fear was darkness, today a quarter of them fear going to school. A lot of the students are afraid of spiders and snakes, some fear insects. 23 % of the students believe they have a phobia.

Keywords: fear, phobia, fear of animals, survey.

ZAHVALA

Zahvaljujema se najini mentorici, učiteljici Jožici Novak, ki naju je spodbujala k raziskovanju, usmerjala pri idejah in pri pisanju raziskovalne naloge.

Prav tako se zahvaljujema Simoni Fridl in Mateji Štraus, ki sta nalogo jezikovno pregledali in odpravili najine slovnične napake.

Učiteljici Katji Senica se zahvaljujema za prevod Povzetka v angleški jezik.

Hvala tudi učencem, ki so najino anketo rešili, in stanovalcem Doma starejših Šentjur za intervju.

2 UVOD

2.1 NAMEN RAZISKOVALNE NALOGE

Strah nas je ... V tej raziskovalni nalogi sva se soočili s problemom, da ljudje običajno sploh ne vemo, česa nas je strah. To pogosto ugotovimo šele takrat, ko se z nekom o tem pogovarjamo ali ko smo v situaciji, v kateri nas je strah. V literaturi je strah omenjen kot temeljno človeško čustvo, ki se mu po navadi ne moremo izogniti ali upreti. Lahko je pridobljen ali prirojen, saj na človeka vplivajo tudi čustva odraslih oz. najbližjih oseb. Če se te osebe nečesa bojijo in nam o svojem strahu pripovedujejo, lahko postane tega strah tudi nas. Zelo naju je zanimalo tudi, ali in katerih živali se anketirani učenci bojijo, zakaj se jih bojijo ter kaj naredijo ob srečanju z določeno živaljo.

2.2 RAZISKOVALNE METODE

Pri raziskovalnem delu smo uporabili naslednje metode dela:

- metodo dela z literaturo (O naši raziskovalni temi je veliko napisanega, nisva našli raziskave, česa je strah slovenske osnovnošolce.),
- intervju s starostniki Doma upokoencev Šentjur (Zanimalo naju je, kakšne strahove so imeli oni, ko so bili naših let. Predpostavili sva, da so bili strahovi drugačni.),
- anketo učencev 5.– 9. razreda OŠ Franja Malgaja Šentjur,
- analizo ankete.

2.3 HIPOTEZE

Domnevali sva:

1. Pojmovanje strahu se spreminja glede na čas in prostor.
2. Dekleta se bolj bojijo kot fantje.
3. Ko smo bili majhni, smo se najbolj bali teme.
4. Anketirani osnovnošolci se najbolj bojijo šole, ocen, spraševanja ...
5. Običajno vzroka svojega strahu ne poznamo in se mu ne izogibamo.
6. Običajno se o naših strahovih ne pogovarjamo.
7. Večina nima fobije.
8. Veliko anketirancev se boji kač oz. pajkov.

3 TEORETIČNI DEL

3.1 KAJ JE STRAH?

Strah je čustvo, ki ga sproži ogroženost ali grožnja ogroženosti (Marjanovič Umek in Zupančič, 2004, str. 336).

Strah je mehanizem za preživetje, ki se sproži kot odgovor na določene dražljaje, kot sta bolečina ali nevarnost. Strah je sposobnost prepoznavanja nevarnosti in vodi k potrebi po soočenju z nevarnostjo ali begu pred njo (temu rečemo odziv, boj ali beg). V izrednih primerih doživljanja strahu (groza) je možen odziv tudi otrpnitev telesa (nepremičnost). Pomembno je tudi, da razlikujemo med strahom in tesnobo. Strah je pogosto povezan z določenimi vedenji bega in izogibanja, tesnoba pa je posledica groženj, ki jih občutimo kot neizogibne, in za katere se nam zdi, da jih ne moremo nadzirati. Strah se skoraj vedno nanaša na prihodnje dogodke, kot so poslabšanje trenutne situacije ali pa nadaljevanje nevzdržne situacije. Strah je lahko tudi takojšnji odziv na trenutno dogajanje. Vsi ljudje imamo instinktiven odziv na potencialno nevarnost, ki je zelo pomemben za preživetje vrste (<http://sl.wikipedia.org/wiki/Strah>).

3.2 ČESA JE STRAH RAZLIČNO STARE OTROKE DO VSTOPA V ODRASLOST?

V otroštvu se število in objekt strahu spreminjata skladno z razvojem, izkustvi in vplivi iz okolja. Pojavijo se strahovi, ki sledijo predvidljivemu razvojnemu zaporedju, razvijejo pa se tudi strahovi, ki so specifični za posameznika.

Tabela 1: Otroški strahovi

STAROST	STRAH
0–6 mesecev	Izguba varnosti; glasni zvoki
7–12 mesecev	Neznanci; višina; nenadni, nepričakovani predmeti, ki se grozeče približujejo
1 leto	Ločitev od staršev; stranišča; poškodba; neznanci
2 leti	Številni dražljaji; hrup (sesalci, sirene, alarmi, tovornjaki, grmenje); živali; temni prostori; ločitev od staršev; veliki predmeti ali stroji; spremembe v njihovem okolju; neznani vrstniki
3 leta	Maske; tema; živali; ločitev od staršev
4 leta	Ločitev od staršev; živali; tema; hrup (tudi glasovi ponoči)
5 let	Živali; »hudobni ljudje«; tema; ločitev od staršev; telesne poškodbe
6 let	Nadnaravna bitja (čarovnice, duhovi); telesne poškodbe; grmenje in strela; tema; spati in biti sam; ločitev od staršev
7–8 let	Nadnaravna bitja; tema; dogodki iz medijev (poročila o grožnjah jedrske vojne ali ugrabitvi otrok); biti sam; telesne poškodbe
9–12 let	Testi in preverjanja v šoli; uspešnost v šoli; telesne poškodbe; fizična podoba; grmenje in strela; smrt; tema

(Vir: Morris in Kratochwii, 1983; Stevenson-Hinde in Shouldice, v Papalia, 2003.)

3.2.1 Strah pri predšolskih otrocih

Strahovi nastanejo zaradi lastnih izkušenj ali pripovedi drugih ljudi o njihovih izkušnjah. Večina strahov predstavlja naučeno vedenje, saj so lahko posnemanja vedenja oseb v njihovi bližini.

Razvoj določa, česa in kdaj se bo otrok bal, sanjal, si domišljjal, sanjaril, itd. Zato se otroci od prvega do šestega leta bojijo zlasti ločitve od staršev, teme, itd.

Izvor strahu je prav tako lahko bujna domišljija zaradi gledanja filmov, risank, branja knjig. Mlajše otroke je strah tudi zato, ker ne ločijo resničnosti od realnosti. Otroci v predšolskem obdobju posnemajo tudi strahove likov iz risank, ali pa se strahu naučijo, ko jih odrasli strašijo (npr. če ne boš priden, te bo parkelj odnesel).

V zgodnjem otroštvu so zelo pogosti bežni strahovi (pred temo, ločitvijo od staršev ...). Večina teh strahov izgine, ko otroci odraščajo.

Med otroki so razlike v doživljanju strahu, saj imajo različne izkušnje o isti stvari oz. osebi. Na to, česa se bo otrok bal, vplivajo otrokova inteligentnost, spol, telesno stanje (npr. bolezen) in vrstni red rojstva (prvorojenci imajo več strahu).

3.2.2 Strah šolskih otrok

Ko pridejo otroci v šolo, njihov predšolski strah nadomestijo realistični strahovi. Običajno se po 7. letu starosti pojavi strah pred smrtjo, saj se otroci začnejo zavedati le-te. Poleg tega se strahovi v 2. triadi OŠ začnejo povezovati tudi s šolo. Toliko stare otroke postane strah vojn, bolezni, telesnih poškodb in šolskega neuspeha.

V srednjem otroštvu otroci manj odkrito izražajo strah kot v predšolskem obdobju.

V poznem otroštvu se pojavijo strahovi pred zbadanjem, stanjem pred tablo, odgovarjanjem pred razredom ter drugačnosti od vrstnikov.

V tem razvojnem obdobju otroci zmorejo sami sebi reči, da tisto, česar se bojijo, ne obstaja oz. ni resnično (Marjanovič Umek in Zupančič, 2004).

3.2.3 Strah mladostnikov

Mnogi strahovi med mladostniki izhajajo iz njihovih otroških strahov, vendar se z odraščanjem lahko spremenijo, saj življenje doživljajo drugače, kot so ga včasih, čeprav pa mladostniki razvijejo druge vrste strahov (npr. pred neuspehom, nastopanje pred občinstvom, pred neznanim ...).

3.2.4 Razlike med spoloma

Pri mlajših otrocih ni razlik med spoloma. Starejše deklice in odrasle ženske poročajo o več strahovih, moški pa se pogosteje vključijo v fizično tvegane dejavnosti. Po drugi strani dandanes številne ženske opravljajo tvegane poklice in imajo tvegane hobije (<http://www.ipsos.si/web-content/VIZ-portal/ogled/razvoj%20-%20nekatere%20razlike%20med%20spoloma%20v%20razvoju.html>).

3.3 JE STRAH PRIDOBRLJEN ALI PRIROJEN?

Strah je čustvo. Za čustvene procese je značilno, da so delno prirojeni in delno naučeni. Večina strahov je naučeno vedenje.

Po Rachmanu lahko strah pridobimo na tri načine:

- neposredno s pogojevanjem,
- posredno z opazovanjem,
- s posredovanjem neke verbalne informacije.

Strahu se lahko naučimo tudi, ko ni neposrednega kontakta z dražljajem (da se ljudje bojijo nečesa, s čimer sploh niso bili v stiku, ali pred situacijami, ki jih niso nikoli doživeli, npr. teroristični napad, udar strele).

Različni tipi informacij vplivajo na prepričanja o strahu. Negativna informacija lahko vpliva na porast strahu, pozitivna pa prepričanje o njem nekoliko zmanjša. Pri otrocih je pomembno, katera oseba preda informacijo. Odrasla oseba učinkoviteje preda informacijo o strahu na otroka kot njegov vrstnik. Poleg tega verbalna informacija o strahu vpliva tudi na približevanje (v primeru pozitivne informacije) oziroma izogibanje (v primeru negativne informacije) do nekega objekta (<http://sl.wikipedia.org/wiki/Strah>).

3.4 FUNKCIJE STRAHU

Strah ima lahko varovalno ali zavorno funkcijo.

Varovalna funkcija varuje posameznika pred soočanjem s situacijami, ki jih ne obvlada, da bi se v njih lahko poškodoval ali doživel prevelik stres (strah pred hitro drvečimi avtomobili, globoko vodo, nevarnimi živalmi ...).

Zavorna funkcija po nepotrebnem sili posameznika, da se izogiba določenim situacijam in mu preprečuje, da bi si pridobil nove izkušnje in spretnosti (strah pred sovrstniki, živalmi, temo) (Horvat, Magajna 1987).

Doživljanje in soočanje s strahom pripravi mladega človeka na zahtevne situacije, s katerimi se bo v življenju srečal. Zaskrbljenost povzroči, da želi oseba pobegniti iz

situacije, srce začne hitro biti, začnemo se potiti in temu kmalu sledi tudi neprijeten občutek v želodcu. Vendar pa lahko malo tesnobe dejansko pomaga ljudem, da ostanejo pozorni in osredotočeni. Strah je lahko tudi koristen, npr. otrok, ki se boji ognja, se bo izogibal igranju z vžigalicami (Mikuš Kos, 1993).

3.5 POSLEDICE STRAHU

Strah je normalen pojav in je do neke mere koristen. Bojazen pred neuspehom marsikaterega otroka spodbudi, da se loti dela. Majhen odmerek strahu lahko otroka mobilizira in mu omogoči, da pokaže svoje znanje.

Preveč strahu, še posebej če se pojavlja pogosto, lahko škoduje. Zaradi strahu lahko otrok otrpne in se zmede, da iz sebe ne spravi ničesar. Stalen strah je lahko kroničen proces, ki prizadene otroka na čustvenem področju. Otrok je prežet z občutjem ogroženosti, negotovosti, napetosti, obupa. Strah lahko zmanjša odpornost (Mikuš Kos, 1993).

3.6 KAKO POMAGATI OTROKU, DA OBVLADA STRAH?

Otroka je potrebno najprej pozorno poslušati in upoštevati vse, kar pove o svojih strahovih. Brazelton svetuje, da se je z otrokom potrebno truditi, da bo našel pravi način, kako bo obvladal strah. Vzgojitelji in starši pa morajo otrokom pomagati, da bodo dojeli, zakaj jih je strah. Potrebno jih je opozoriti, da se bodo iz tega naučili kaj novega in bodo obvladali za njih še neznane okoliščine, ki v njih vzbujajo strah (Brazelton, 1999).

O strahovih se z otroki lahko pogovarjamo tudi s pomočjo knjig. Na Cobissu smo vtipkali ključno besedo *strah* in na to temo našli 601 knjigo v slovenskem jeziku. Pri otrocih si lahko pomagamo s slikanicami, teh je na Cobissu v slovenščini kar 23. V pomoč so nam lahko tudi priročniki, na temo strahu je najdenih 17.

3.7 FOBIJA

Beseda »fobija« izhaja iz grške besede »fobos«, ki pomeni bežanje, paniko in strah. Fobija je pretiran občutek strahu ali tesnobe, roke se tresejo, lahko dobimo vrtoglavico oz. omotico.

Oseba s fobijo se skuša na vsak način izogniti objektu ali okoliščini, ki ji vzbuja strah, kar jo ovira v vsakdanjem življenju. Fobije se pojavljajo pri vsakem dvajsetem človeku. Večinoma izvirajo iz zgodnjega otroštva, težave pa se običajno pojavijo v poznem otroštvu, puberteti ali zgodnji odrasli dobi. Tisti, ki ima fobijo, se zaveda, da je silni strah, ki ga preveva, nerazumen. Čuti pa tudi nezadržno potrebo, da bi se temu, česar se boji, izognil, kar ga sčasoma začne omejevati pri vsakodnevnih dejavnostih.

Fobije, pri katerih strah sproži neki objekt ali okoliščina, na primer strah pred pajki, višino ali potovanjem z letalom, imenujemo nezapletene (npr. klavstrofobija).

Kompleksne fobije so bolj zapletene, saj lahko bolniku vzbudijo strah več različnih objektov ali okoliščin (npr. agorafobija, socialna fobija).

Vzroka fobije pogosto ne moremo določiti. Nezapleteno fobijo lahko včasih povežemo z izkušnjo iz otroštva. Opažamo družinsko nagnjenost, vendar to pripisujemo predvsem prenosu posameznih vedenjskih vzorcev s starejšega družinskega člana na otroke. Kompleksne fobije se včasih pojavijo po nepojasnjenem paničnem napadu. Nekateri si zapomnijo, da je neka stresna okoliščina sprožila njihov strah, zaradi česar se ta v podobnih okoliščinah ponovi.

Vsem fobijam je skupno nenehno izogibanje povzročiteljem strahu, zaradi česar prizadeta oseba ostaja doma in postane depresivna. Včasih skušajo fobične osebe strah olajšati s pretiranim pitjem alkohola ali uživanjem mamil (<http://vizita.si/clanek/leksikon/fobije.html>).

3.8 STRAH PRED ŽIVALMI

Strah pred živalmi je zelo pogost pojav v predšolski dobi, vendar nikakor ni prirojen, kakor to mislijo nekateri starši. Otroci v resnici zelo malo poznajo resnične nevarnosti, ki jih obdajajo, in so sposobni vtakniti tudi glavo v levje žrelo, ne da bi se zavedali nevarnosti (Bergant, Humar, 1966).

Največkrat povzročijo strah pred živalmi nekatere neugodne življenjske izkušnje, npr. otroka je pičila osa, mravlja, prevrnil ga je pes, opraskala ga je mačka, otrok se je prestrašil ob lajanju itd.

Pred živalmi jih svarijo tudi starši, posebno pred večjimi, ki bi lahko otroka poškodovale. Strah je zelo nalezljiv, odrasli ga pred otroki zelo težko prikrijejo. Odraslega navadno izdajo glas, izraz obraza in vedenje, otroci pa vse to radi posnemajo. Iz okoliščin, ki jih je otrok doživel in videl, se potem razvije, predvsem pri predšolskih otrocih, strah pred živalmi (Bergant, Humar, 1966).

Velikokrat se zgodi, da odrasli v želji po zaščiti otroka, le-tega oddaljujejo od živali in mu s tem ne naredijo popolnoma nič dobrega. Preprečijo mu, da bi spoznaval raznolikost živih bitij in pri tem tudi raziskoval. Ko bi otroka spodbujali k spoznavanju oziroma raziskovanju, bi mu preko njegovih lastnih izkušenj pomagali premagati strah pred živalmi (Zlotowicz, 1981). V splošnem strahovi hitro minejo, ko otrok pridobiva izkušnje, ko bolj spoznava različne živali, prihaja z njimi v neposreden stik in mu odrasli svetujejo oziroma pomagajo, kako ravnati z njimi ter kako se izogniti neprijetnim ali celo nevarnim doživetjem z živalmi (Bergant, Humar, 1966).

Na Oddelku za biologijo Biotehniške fakultete v Ljubljani so razvili učinkovit model učenja za odpravo predsodkov do živali, ki ga v ZOO Ljubljana že vrsto let uporabljajo. Pri premagovanju predsodkov je vloga staršev zelo pomembna. Delujejo s sugestijo in zgledom. Pomembna je njihova sposobnost prepričevanja, dobrega odnosa do obiskovalca in naše sposobnosti vživljanja. Pri odpravljanju predsodkov do živali je za posameznika ključen trenutek, ko se živali dotakne. Dotik mora biti dovolj dolg, da se zave svojih predsodkov in ugotovi, da so nesmiselni. Ko se to zgodi, predsodki izzvenijo ali vsaj izgubijo svojo moč. Otroka je potrebno najprej pozorno poslušati in upoštevati vse, kar pove o svojih strahovih. Z otrokom se je potrebno potruditi, da bo našel pravi način, kako bo obvladal strah. Vzgojitelji in starši

pa morajo otrokom pomagati, da bodo dojali, zakaj jih je strah. Potrebno jih je opozoriti, da se bodo iz tega naučili tudi nekaj novega in bodo obvladali še neznane okoliščine, ki v njih vzbujajo strahove (<http://druzina.ena.com/Otroci/Vzgoja/Preusmerite-strah-do-zivali.html>).

3.9 NAJBOLJ POGOSTI STRAHOVI DO ŽIVALI

3.9.1 Strah pred kačami (ofidiofobija)

Predvidevava, da je ljudi na splošno strah kač zaradi predsodkov, ki jih imamo, saj so na televiziji oddaje, ki nam »perejo možgane« o nevarnostih te ali one kače. Po raziskavi naj bi se ljudje bali kač že od malega. Meniva, da to ni res in da na njihov strah vplivajo starši, sorodniki ob pretirani reakciji ob srečanju s kačo. Ko večina ljudi na primer sreča slepca (to pravzaprav sploh ni kača, ampak kuščar z zakrnelimi nogami) burno odreagira in začne kričati. Na koncu se zanj ne konča dobro in pogosto obleži mrtev na cesti, travniku ... Zato meniva, da bi morali biti ljudje bolj poučeni o kačah, saj so v Sloveniji le tri vrste kač, ki nam lahko »škodijo«, ostale pa so nenevarne, zato ni nobenega razloga, da bi se jih bali.

3.9.2 Strah pred pajki (arahnofobija)

Ljudje se pajkov bojimo predvsem zaradi videza, ki nas straši. Prav tako nas je strah zaradi »nevarnosti, ki nam preti«. Sami pravzaprav ne razumeva, zakaj se ljudje bojijo majhnih pajkov, npr. suhe južine, ki je povsem nenevarna. Če vidiva pajka, se ga ne bojiva, najin problem nastane, ko izgine v kakšen kot, za omaro, posteljo, mizo ... Nekateri celo menijo, da med spanjem jemo pajke.

4 EMPIRIČNI DEL

4.1 INTERVJU

Strahovi se spreminjajo glede na starost. Domnevali sva, da se strahovi spreminjajo tudi glede na čas in prostor.

Zato sva intervjujali 3 stanovalce v Domu starejših Šentjur in jih povprašali o njihovih strahovih. Želeli sva izvedeti, kakšne strahove so imeli, ko so bili naših let, kakšne v srednjih letih, ali so se njihovi strahovi kdaj uresničili ter ali jih je na starost česa strah.

Obiskali sva jih 11. februarja 2014. Vsakemu posebej sva predstavili namen raziskovalne naloge in jim zastavili nekaj vprašanj.

Hipoteza 1: Strahovi se spreminjajo glede na čas in prostor.

Gospod Zeme je star 86 let.



Fotografija 1: Gospod Zeme med intervjujem

Česa vas je bilo strah, ko ste bili majhni?

»Drugega straha nismo imeli, edino za Miklavža, ko so hodili parkli. So ropotali z verigami in mi smo se skrivali. Nikoli me ni bilo strah teme, velikokrat sem hodil po gozdu.«

Vas je bilo česa strah, ko ste hodili v osnovno šolo? Česa?

»Ko sem hodil v šolo, me je bilo enkrat strah, ko nismo šli v šolo. Mama nam je umrla, za nas je skrbela teta, ki se je nismo bali. Ko je učitelj izvedel, da nismo šli v šolo, smo bili naslednji dan tepeni. Med vojno smo se bali, ko so govorili, da bodo prišli Srbi, takrat nas je skrbelo. Nemcev nas ni bilo tako strah. Hodili so skozi, čez hosto so hodili Nemci, na našem hlevu v senu pa so bili skriti partizani. Takrat je bilo napeto. Vedeli smo, da če bi jih našli, bi vse pobili.«

Vas je bilo mogoče strah katere živali? Katere?

»Bilo me je strah kač. Te smo velikokrat videli, ko je prišla mimo in se skrila v luknjo. Ko smo videli kače, smo bežali. O tem se nismo pogovarjali.«

Vas je bilo česa strah v srednjih letih (30.– 50. leta)? Zakaj?

» Ni me bilo nič strah.«

Vas je sedaj česa strah?

»Tudi sedaj me ni ničesar strah. Tudi me ni bilo nič strah, ko sem prišel v dom.«

Gospa Marija je stara 79 let.



Fotografija 2: Gospa Marija med intervjujem

Česa vas je bilo strah, ko ste bili majhni (do vstopa v šolo)?

»Bilo me je strah teme, takrat še ni bilo elektrike. Ko sem bila majhna, sem videla kačje gnezdo, šla k mami in ta me je pomirila. Ko sem bila stara nekje 6 let, sem se bala tudi lisice, ker so ljudje govorili, da jim je lisica odnesla kokoši in jaz sem mislila, da bo odnesla tudi mene. Ko sem slišala lisico, sem se zelo bala, mama pa me je potolažila.«

Vas je bilo česa strah, ko ste hodili v osnovno šolo? Česa?

»Nevihte me je bilo strah, neurja. Ko je bilo neurje, sem pokleknila h kipcu Marije in molila in molila. Zelo dobro se spomnim vojne. Stara sem bila 5 let, ko se je končala pa 10 let. Velikokrat sem se morala skrivati, pokalo je in grmelo. Bilo nas je strah za očeta, ki je bil v vojski. A se je na srečo vrnil živ in zdrav.«

Vas je bilo mogoče strah katere živali? Katere?

»Strah me je bilo miši, tega me je strah še zdaj. Če vidim miš, se tako derem. Miš mi je nekaj groznega. Bojim se tudi kače, a nimam takega strahu, da bi pred njo začela vreščati.«

Vas je bilo česa strah v srednjih letih? Zakaj?

»Bala sem se za otroke. Sem mati šestih otrok. Kolikokrat nisem spala. Najstarejši sin je rad zelo hitro vozil in sem se zelo bala zanj. A ta je še danes živ in zdrav. Sem se pa zelo bala, ko je imel najmlajši sin prometno nesrečo. Za otroke sem se vedno bala.«

Vas je sedaj česa strah?

»Sedaj se bojim tudi za svoje vnuke, sploh za najmlajšo vnukinjo, ki je, komaj 9 let stara, zaradi bolezni izgubila mamo. Zelo se bojim zanjo, ker je to doživljala, bojim se, da bo imela kake travme. Želela sem biti z njo, a ker živi na Švedskem, ne morem več tja. Ne bojim se letenja, večkrat sem letela z letalom.«

Gospa Rozalija je stara 89 let.



Fotografija 3: Gospa Rozalija med intervjujem

Česa vas je bilo strah, ko ste bili majhni?

»Bilo me je strah parklov, ker so nas odrasli strašili, pa še ropotali so okrog. Potem smo otroci molili. Strah me je bilo tudi, ko so govorili, da ljudje, ko umrejo, pridejo nazaj. Tega me je bilo zelo strah.«

Vas je bilo česa strah, ko ste hodili v osnovno šolo? Česa?

»Šole me ni bilo strah, od učiteljev tudi nisem bila nikoli kaznovana. Me je pa enkrat župnik za kito pocukal, ker sem se ozrla nazaj. Potem sem se pa tega bala. Ko sem bila stara 9 let, sem šla služiti in tam me je bilo strah. Govorili so, da bo vojna, jaz pa sem bila daleč od doma. Bilo me je strah, da če bo vojna, bodo šli moji starši nekam, jaz pa bom ostala sama. Jaz pa sem si želela biti tam, kjer so bili starši. Ko se je začela vojna, so streljali talce, med njim je bil tudi moj brat. Starše so izselili, jaz in mlajša sestra sva bili sami celo vojno doma. Starši so se po vojni vrnili domov, vendar pozneje, ker je bil moj oče zelo poškodovan. Moj najlepši čas je bil, ko smo bili po vojni s starši skupaj.«

Vas je bilo mogoče strah katere živali? Katere?

»Nobene živali me ni bilo strah. Enkrat sem celo stopila na kačo, bilo je nekaj hladnega, pogledala sem in tudi kača je bežala. Takrat sem se res ustrašila in še sedaj me spreleti srh, ko se spomnim na to.«

Vas je bilo česa strah v srednjih letih (30.–50. leta)? Zakaj?

»Bilo me je strah za otroke. Za sebe se nisem nikoli bala. Sem se pa za starše, brate, sestre. Bilo me je strah za otroke. Bilo me je strah, ko so hodili v šolo. Hči je morala po temi hoditi 4 km. Vedno je srečno prispela domov. «

Vas je sedaj česa strah?

»Še zdaj se bojim za otroke, za vnuke, tudi pravnuke. Zelo se bojim vojne, ker sem jo doživela.«

4.2 ANKETNI VPRAŠALNIK

Želeli smo izvedeti, ali oz. česa je strah učence 5.– 9. razreda OŠ. Anketirali smo učence OŠ Franja Malgaja Šentjur. Učenci so bili stari od 10 do 15 let.

Anketa je obsegala 21 vprašanj (glej: poglavje 8). 10 vprašanj je bilo zaprtega tipa, od teh ima 1 odgovor na vprašanje možnost dopisa komentarja, 11 vprašanj je bilo odprtega tipa.

Anketa je bila sestavljena v programu LimeSurvey, učenci so jo reševali v spletni obliki. Pred začetkom reševanja ankete smo se z učenci pogovorili o strahu in fobijah.

Anketo je rešilo 244 učencev, vendar je bilo 33 anket nepopolnih, zato smo jih izločili. Tako prikazujemo odgovore 211 popolno rešenih anket.

Tabela 2: Anketirani učenci glede na spol

	število	%
moški spol	106	50
ženski spol	105	50
skupaj	211	100

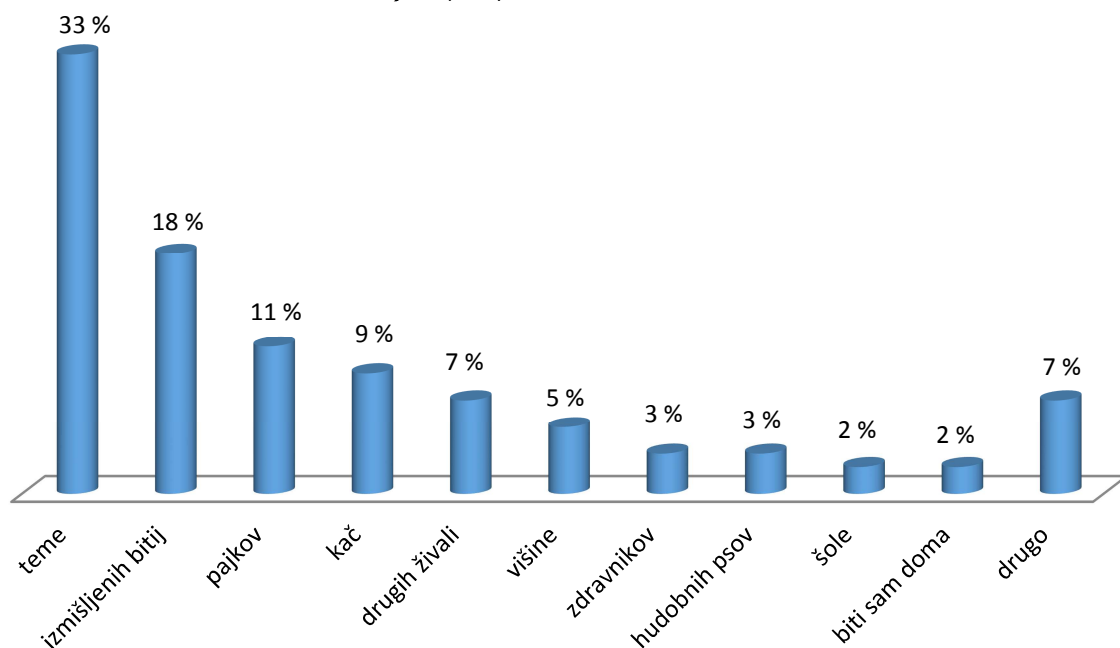
V raziskavi je sodelovalo 106 učencev in 105 učenk.

4.3 ANALIZA ANKETNEGA VPRAŠALNIKA

Hipoteza 2: Ko smo bili majhni, smo se najbolj bali teme.

1. Česa te je bilo strah, ko si bil/-a majhen/-na?

Graf 1: Strah anketiranih, ko so bili majhni (v %)



Ko so bili majhni, je bilo kar 105 učencev strah teme, 58 izmišljenih bitij (parklji, pošasti, vampirji, zombiji, hudiči, strašila, duhovi, junaki iz risank oz. filmov), 34 pajkov, 28 kač, 23 drugih živali (npr. čebel, kobilic, mačk, mravelj, plazilcev, skakačev, os, opic), 15 višine, 13 zdravnikov, zobozdravnikov oz. injekcij, 11 hudobnih psov, 6 šole, 6 biti sam doma.

24 odgovorov je bilo »drugo«. Pri tem so učenci navedli:

- ne vem (3 odgovori),
- nastopati na odru (2 odgovora),
- hudobnih ljudi (2 odgovora),
- mrtvih (2 odgovora),
- hrušk,
- vrtca,
- ničesar,

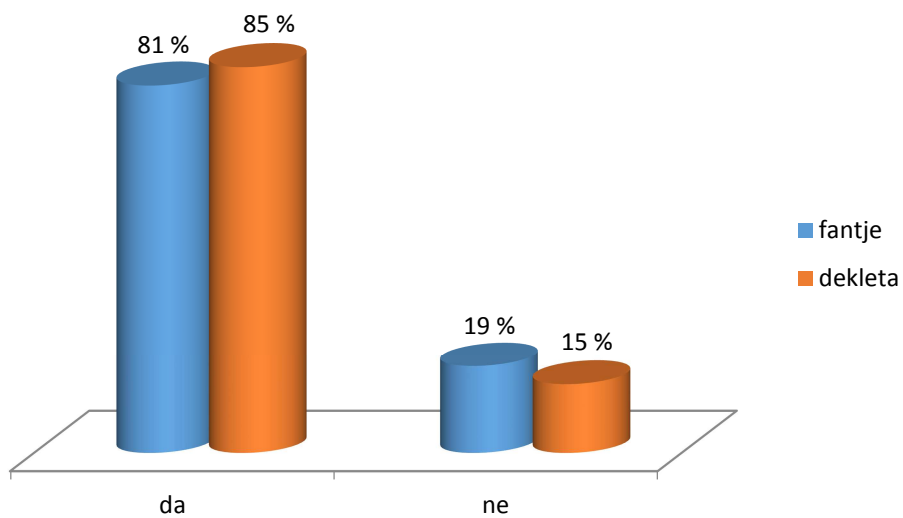
- da bom umrl,
- hoditi po gozdu,
- boga,
- iti sam nekam,
- strašnih mask,
- policistov,
- grozljivk,
- nevihte,
- ko je šla mami v službo,
- prahu,
- nasilja v družini,
- ko mi je mami včasih mami morala z iglo iz roke očistiti koščke lesa, stekla, ki so se mi zapičili v roko.

Odgovori na to vprašanje se ujemajo s prebranim v literaturi, česa se bojijo majhni otroci. Naši učenci niso omenjali, da so se bali ločitve od staršev. Strah pred ločitvijo od staršev je najbolj pogost do treh let, zato se ga verjetno ne spominjajo več. Učenci tudi niso napisali strahu pred hrupom.

Hipoteza 3: Dekleta se bojijo bolj kot fantje.

2. Ali se česa bojiš?

Graf 2: Strah anketiranih (v %)



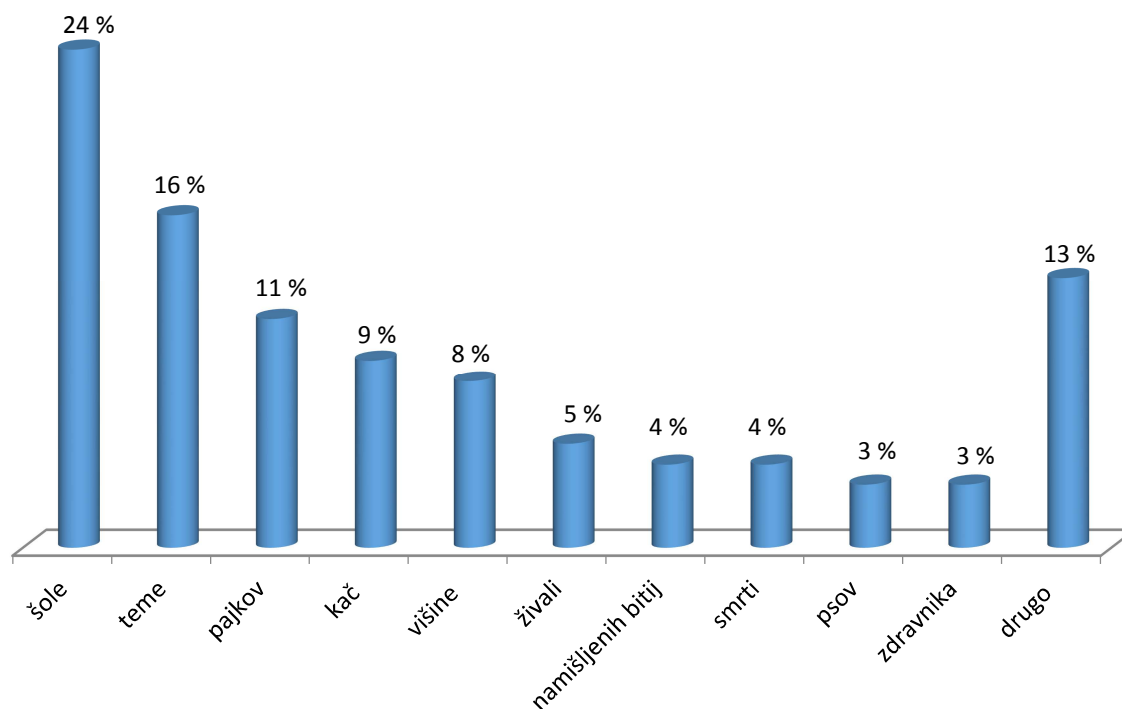
Kar 175 anketiranih (83 %) je odgovorilo, da jih je kdaj strah, 36 učencev (17 %) je odgovorilo, da jih ni nikoli strah.

Strah je 85 % deklet in 81 % fantov.

Hipoteza 4: Anketirani osnovnošolci se najbolj bojijo šole, ocen, spraševanja.

3. Česa te je strah?

Graf 3: Česa je strah anketirane osnovnošolce (v %)



Kar četrtno učencev je strah šole, ocen, spraševanja (64 učencev). 42 učencev (16 %) je še vedno strah teme, 32 učencev (11 %) se boji pajkov, 24 (9 %) kač. Nekaj učencev se boji smrti, psov, zobozdravnikov oz. zdravnikov, različnih živali (žuželk, krvoločnih živali, miši ...).

Pod »drugo« (34 odgovorov) so učenci navajali:

- zaprtih prostorov (5 odgovorov),
- vlomilcev, kriminalcev (5 odgovorov),
- zapuščenih hiš (3 odgovori),
- da bo konec sveta (2 odgovora),
- gozda (2 odgovora),
- ugrabiteljev,
- starejših tujih ljudi,
- javnega nastopanja,
- ljudi, ki jih ne poznam,

- oseb, ki bi se kar naenkrat pojavile,
- letal,
- nihal,
- punc,
- zaprtih toboganov,
- različnih stvari,
- prometne nesreče,
- dvigal,
- iti sam v klet,
- da se mi bo kaj zgodilo,
- samemu iti spat,
- hitrih naprav (kot so v zabaviščnem parku),
- nasilja v družini.

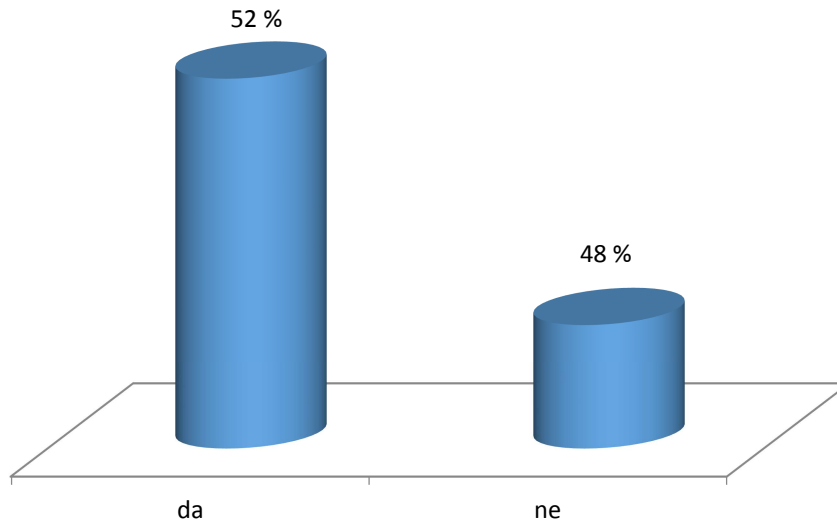
Zanimivo je, da je veliko učencev še vedno strah teme. Veliko učencev pa se tudi boji različnih živali.

Še vedno se manjše število učencev boji izmišljenih bitij, pojavil se je tudi strah pred smrtjo.

Hipoteza 5: Običajno vzroka svojega strahu ne poznamo in se mu ne izogibamo.

4. Ali poznaš vzrok svojega strahu?

Graf 4: Poznavanje vzroka strahu (v %)



Na to vprašanje je odgovorilo 147 učencev.

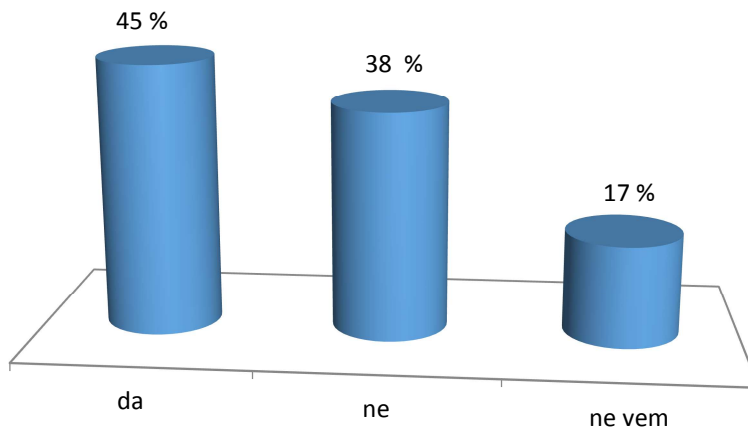
76 anketiranih ve, zakaj jih je strah, 71 pa ne.

Največ anketiranih (18 učencev) ve, da jih je strah šole (spraševanja, neznanja, učiteljev, takrat ko sprašujejo).

16 učencev je napisalo, da je na njih vplivala življenjska izkušnja (npr. smrt v družini, napadi oseb ali živali, izkušnja pri zdravniku), 13 anketiranih se boji zaradi gledanja televizije (grozljivk, dokumentarnih oddaj), 5 zaradi izgleda določenih živali (npr. grozljivi pajki, strupenost). Zdravnikov oz. zobozdravnikov se najpogosteje bojijo zaradi bolečine. Določene je strah, ker si nekaj predstavljajo, da je strašno ali so jih strašili drugi.

5. Ali se temu strahu izogibaš (npr. če si se bal/-a teme, si imel/-a prižgano nočno lučko)?

Graf 5: Izogibanje strahu (v %)



Kar 45 % se strahu izogiba.

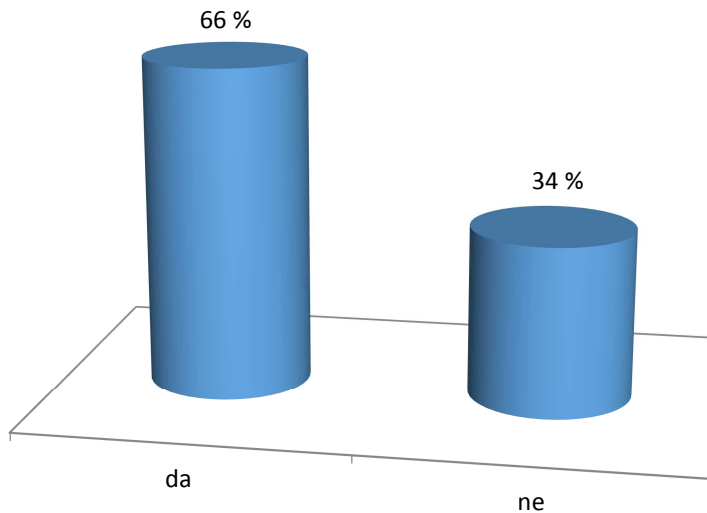
Strahu se izogibajo na naslednje načine:

- če jih je strah teme, imajo prižgano nočno lučko,
- če jih je strah višine, ne gledajo navzdol ali ne grejo gor,
- namesto z dvigalom, grejo po stopnicah,
- prekinejo grozljiv film,
- zaprejo se v sobo,
- če vidijo pajka, zbežijo, prosijo starše, da ga odnesejo,
- se ne približujejo osjim gnezdrom,
- izogibajo se določenih ulic oz. potem,
- izogibajo se določenih hiš,
- več se učijo,
- ne mislijo na strah,
- izogibajo se določenim situacijam,
- ne letijo z letali ...

Hipoteza 6: Običajno se o naših strahovih ne pogovarjamo.

6. Ali si se o tvojih strahovih s kom pogovarjal/-a?

Graf 6: Pogovor o strahovih (v %)



Dve tretjini anketiranih se je o svojih strahovih pogovarjalo.

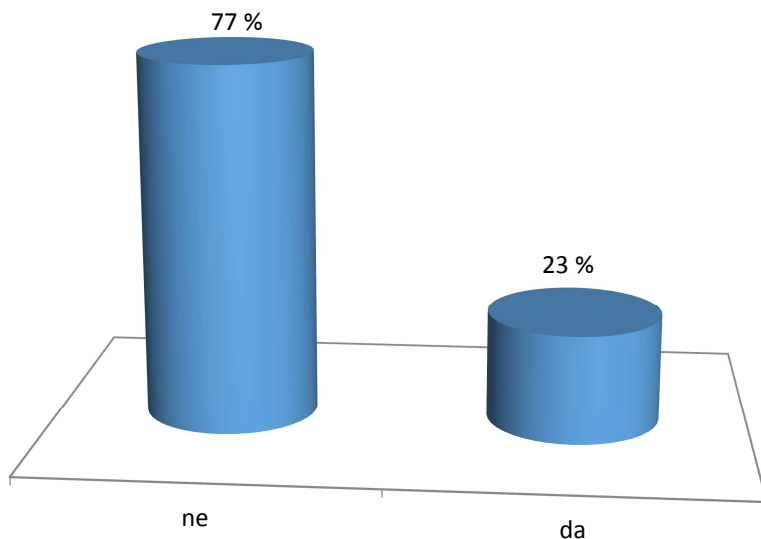
45 % (96 učencev) se je pogovarjalo s starši, sledijo prijatelji – 20 % (37 učencev), sorojenci – 6 % (13 učencev) , sošolci – 4 % (8 učencev), učitelji – 2 % (4 učenci), en se je pogovarjal s psihologinjo, babico, sestrično.

42 % je pogovor pomagal pri premagovanju strahu, 30 % ne, 28 % pa jih ne ve.

Hipoteza 7: Večina nima fobije.

7. Ali imaš fobijo?

Graf 7: Fobija (v %)

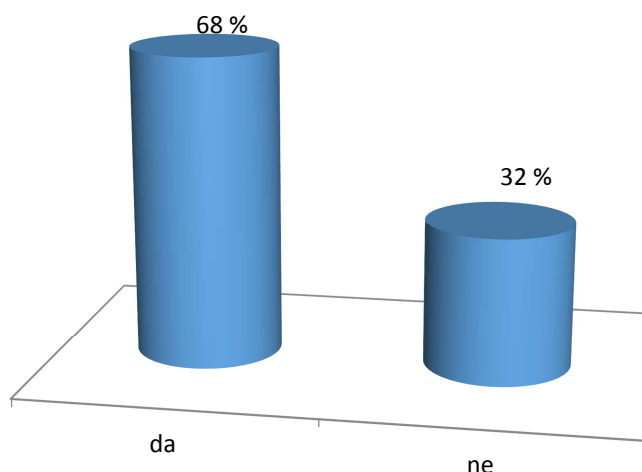


23 % (48) učencev ima fobijo. Pred pajki ima fobijo 11 učencev, pred zaprtimi prostori 6, pred kačami 7, pred roparji 3, pred šolo 3, pred strupenimi in grdimi živalmi 7, pred velikimi psi 3, pred višino 2, po en pred klovnom, vojnami, nasilneži, prihodnostjo, duhovi.

Hipoteza 8: Veliko anketirancev se boji kač oz. pajkov.

8. Ali se bojiš živali?

Graf 8: Strah pred živalmi (v %)



68 % anketiranih učencev se boji (vsaj ene) živali.

Ko smo učence povprašali o tem, katere živali se bojijo, so najpogosteje navajali, da se bojijo pajkov (61 učencev) in kač (60 učencev). 22 učencev se boji različnih žuželk, 12 morskih psov, 10 psov ...

Živali se bojijo zaradi nevarnosti (bolečina, ugriz, strup) – 61 odgovorov, zaradi videza – 60 odgovorov, 4 učenci imajo slabo izkušnjo. 14 učencev ne ve, zakaj se bojijo živali.

Ko smo učence direktno vprašali, ali se bojijo pajkov, jih je 49 % odgovorilo pritrdilno (104 učenci). Enako se je zgodilo pri kačah; boji se jih 49 % (103 učenci).

Učenci se pajkov in kač bojijo zaradi izgleda, ker menijo, da so nevarni, strupeni, ker lahko pičijo oz. ugriznejo.

130 učencev je napisalo, da pajka pustijo živeti (tj. odnesejo ven, pustijo pri miru ...), 45 učencev ga ubije (posesa, z ognjem, pohodi, s pripomočki), 42 učencev se ga ustraši, pokličejo enega od staršev ...

Učenci ob srečanju s kačo najpogosteje zbežijo stran oz. se ji umaknejo. Nekaj učencev jo (od daleč) opazuje, nekaj učencev še ni srečalo kače, 3 so napisali, da jo ubijejo.

5 RAZPRAVA IN ZAKLJUČEK

V raziskovalni nalogi sva postavili naslednje hipoteze:

1. Pojmovanje strahu se spreminja glede na čas in prostor.

Analiza ankete je pokazala, da se mladostniki v današnjem času najbolj bojimo šole, teme in živali. Intervju je pokazal, da so se tudi včasih bali teme. Bali so se tudi grozot vojne, neurja. O strahovih se niso veliko pogovarjali, so se pa zatekali k molitvi. Vsi intervjuvanci so povedali, da so se bali parkljev.

Najino hipotezo potrjujeva.

2. Ko smo bili majhni, smo se najbolj bali teme.

Raziskave kažejo, da se predšolski otroci najbolj bojijo teme, pri šestih letih se pojavi tudi strah pred namišljenimi bitji.

Tudi odgovori anketirancev so pokazali, da so se kot majhni prav tako bali teme, namišljenih bitij in pajkov.

Najino hipotezo potrjujeva.

3. Dekleta se bojijo bolj kot fantje.

V literaturi in na spletu nisva našli podatka o strahu pri dekletih oz. fantih.

Analiza našega anketnega vprašalnika je pokazala, da se boji 85 % deklet in 81 % fantov.

Razlika je zelo majhna, verjetno zaradi iskrenosti pri dekletih.

Najino hipotezo potrjujeva.

4. Anketirani osnovnošolci se najbolj bojijo šole, ocen, spraševanja.

Četrtno anketirane mladine je najbolj strah pred neuspehom v šoli. Nekateri se celo bojijo, da jim ne bi uspelo priti na željeno srednjo šolo.

Najino hipotezo potrjujeva.

5. Običajno vzroka svojega strahu ne poznamo in se mu ne izogibamo.

Če vzroka strahu ne poznamo, ga ne moremo odpraviti. Malo več kot polovica učencev meni, da pozna njegov vzrok. Slaba polovica vprašanih poskuša izogniti. Nekateri strahovi so takšni, da se jim ne moremo izogniti (npr. šola).

Najino hipotezo zavračava.

6. Običajno se o naših strahovih ne pogovarjamo.

V literaturi sva zasledili, da je pogovor najboljša rešitev za odpravljanje strahu. Odgovori so pokazali, da se kar dve tretjini vprašanih pogovarja o svojih strahovih (večinoma s starši). Pogovor jim je večinoma pomagal.

Najino hipotezo zavračava.

7. Večina nima fobije.

Težave s fobijo se pojavijo v poznem otroštvu, puberteti ali zgodnji odrasli dobi. Po raziskavah ima 20 % ljudi fobijo.

Naša raziskava je pokazala, da ima fobijo 23 % učencev, kar se nam zdi veliko. Pričakovali sva rezultat pod 10 %.

Najino hipotezo zavračava.

8. Veliko anketirancev se boji kač oz. pajkov.

O strahu pred kačami oz. pajki so anketirani lahko odgovarjali pri večih vprašanjih. Ko sva učence vprašali, ali se česa bojijo, je 32 učencev odgovorilo, da se bojijo pajkov, 24 učencev pa kač.

Ko sva učence vprašali, ali se bojijo določene živali, je pajke navedlo 61 učencev, kač pa 60.

Ko pa smo učence vprašali direktno, ali se bojijo pajkov, so 104 učenci odgovorili pritrdilno. Enako se je zgodilo pri kačah. Če smo po strahu o kačah vprašali, so na to vprašanje pritrdilno odgovorili 103 učenci.

Najino hipotezo potrjujeva.

Iz odgovorov pri zadnji hipotezi lahko sklepava naslednje: bolj kot se o strahu do določenih stvari pogovarjamo, bolj se nam zdi oz. se spomnimo, česa se bojimo. Hkrati pa bolj kot svoje strahove zaupamo drugim, večja je verjetnost, da najdemo poti, kako premagati strah.

Meniva, da bi bilo zelo dobro učence bolj poučiti o živalih. Ni potrebno namreč, da imajo učenci do živali odpor, gnus. Če žival ni nevarna, ni razloga, da se je bojijo. Želiva si še bolj raziskati in najti poti, kako učencem zmanjšati strah pred živalmi.

Kaj o strahu menim Monika?

Strah mi pomeni neko čustvo, na katerega ne morem vplivati. Sama se ničesar ne bojim tako zelo, da bi imela fobijo, ampak obstajajo stvari, ki me prestrašijo. Če na primer vidim pajka, s tem nimam težav, res pa je, da me malo straši, ko ta izgine. Najbolj sovražim dejstvo, za katerega ne vem, če je resnično. Strah me je tega, da bi mi ponoči pajek zlezel v usta in bi ga pojedla. Zavedam se, da je ta strah neumen in me res jezi, ker ne vem, če je to res, saj ne najdem verodostojnih podatkov, ki bi to dejstvo potrdili ali ovrgli. Anketiranci so se, ko so bili majhni, najbolj bali teme – jaz prav tako. Strah me je bilo tudi duhov, saj je na televiziji zdaj marsikatera oddaja, ki prikazuje ta namišljena bitja. Moje mnenje je, da otroci temu preveč verjamejo. Čeprav za strah niso krivi sami, se mi zdi, da bi morali tudi starši vedeti, kaj njihovi otroci gledajo.

Kaj o strahu menim Nika?

V življenju pride do strahu zaradi določenih dogodkov. Mene je strah parkljev, saj so že od majhnega vsako leto pri nas. Strašijo me predvsem z ropotanjem verig in rdečimi maskami. Vem, da je strah smešen, ampak če se ti to dogaja že od malih nog, zelo vpliva na tvoje življenje. Vsaj na moje je.

Ne moreva mimo dejstva, da strah na nas vpliva tudi pozitivno. Če nas ne bi bilo strah šole, spraševanja, pisanja preizkusov; kdo bi se pa sploh učil!

6 VIRI IN LITERATURA

Bergant, M., Humar, Z. *Strah ovira otrokov razvoj*. Mala knjižica za starše. 1. izdaja. Ljubljana: Cankarjeva založba, 1966.

Brazelton, B. T. *Otrok: Čustveni in vedenjski razvoj vašega otroka*. 1. izdaja. Ljubljana: Mladinska knjiga, 1999. ISBN 86-11-15018-X.

Horvat L. in Magajna L. *Razvojna psihologija: gradivo za učence*. 1. izdaja. Ljubljana: Državna založba Slovenije, 1987.

Marjanovič Umek, L. in Zupančič, M. *Razvojna psihologija*. 1. izdaja. Ljubljana: Založba Rokus, 2004.

Mikuš Kos, A. *Šola in stres*. 1. izdaja. Ljubljana: Svetovalni center za otroke, mladostnike in starše, 1993.

Musek Lešnik, K. *Nekatere resnične in nekatere namišljene razlike med spoloma v obdobju otroštva in mladostništva (internetni vir)*. 1999-2007. Pridobljeno: 17. 12. 2013. Dostopno na: <http://www.ipsos.si/web-content/VIZ-portal/ogled/razvoj%20-%20nekater%20razlike%20med%20spoloma%20v%20razvoju.html>.

Papalia, D. E. et al. *Otrokov svet*. 1. izdaja. Ljubljana: Educy, 2003. ISBN 961-6459-09-0

Preusmerite strah pred živalmi (internetni vir). 27. 06. 2012. Pridobljeno: 17. 12. 2013. Dostopno na: <http://druzina.ena.com/Otroci/Vzgoja/Preusmerite-strah-do-zivali.html>.

Strah (internetni vir). 12. 03. 2013. Pridobljeno: 14. 12. 2013. Dostopno na: <http://sl.wikipedia.org/wiki/Strah>.

Stoppard, M. *Fobije* (internetni vir). 22.02. 2007. Pridobljeno: 14. 12. 2013. Dostopno na: <http://vizita.si/clanek/leksikon/fobije.html>.

Zlotović, M. *Strahovi kod dece*. 1. izdaja. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva, 1981.

7 SEZNAM SLIK, FOTOGRAFIJ, TABEL, GRAFOV

SLIKA:

Slika na naslovni strani	0
(vir: http://www.slohipnoterapija.org/strahovi_in_fobije.htm)	

FOTOGRAFIJE:

Fotografija 1: Gospod Zeme med intervjujem (foto: Jožica Novak)	16
Fotografija 2: Gospa Marija med intervjujem (foto: Jožica Novak)	17
Fotografija 3: Gospa Rozalija med intervjujem (foto: Jožica Novak)	18

TABELE:

Tabela 1: Otroški strahovi	8
Tabela 2: Anketirani učenci glede na spol	20

GRAFI:

Graf 1: Graf 1: Strah anketiranih, ko so bili majhni	21
Graf 2: Strah anketiranih	23
Graf 3: Česa je strah anketirane osnovnošolce	24
Graf 4: Poznavanje vzroka strahu	26
Graf 5: Izogibanje strahu	27
Graf 6: Pogovor o strahovih	28
Graf 7: Fobija	29
Graf 8: Strah pred živalmi	30

8 PRILOGE

8.1 INTERVJU

Spoštovani, spoštovana!

S sošolko raziskujeva, česa se bojijo učenci stari med 10 in 15 let.

Zanima naju, če se spominjate, česa ste se vi bali, ko ste bili toliko stari.

Spol: _____

Starost: _____ let

1. Česa vas je bilo strah, ko ste bili majhni (do vstopa v šolo)?
2. Vas je bilo česa strah, ko ste hodili v osnovno šolo? Česa?
3. Vas je bilo strah katere živali? Katere?
4. Zakaj vas je bilo strah? Kako ste strah premagali?
5. Vas je bilo česa strah v srednjih letih (30.– 50. leta)? Zakaj?
6. Ali se je vaš strah uresničil? Se je tisto, česar vas je bilo strah, kdaj tudi zgodilo?
7. Vas je sedaj česa strah?

8.2 ANKETNI VPRAŠALNIK – STRAH

Spoštovani, spoštovana!

Pred tabo je anketa o strahu, v kateri sodelujejo učenci naše šole.

Anketa je anonimna. Rezultati ankete bodo uporabljeni za raziskovalno nalogo na to temo. Prosiva, da podajaš resnične odgovore.

Nika in Monika

Spol:

Izberi samo eno izmed možnosti:

- a) Ženski.
- b) Moški.

Razred:

Izberi samo eno izmed možnosti:

- a) 5. razred.
- b) 6. razred.
- c) 7. razred.
- č) 8. razred.
- d) 9. razred.

1. Česa te je bilo strah, ko si bil/-a majhen/-na?

Vpiši odgovor:

2. Ali se česa bojiš?

Izberi samo eno izmed možnosti:

- a) Da.
- b) Ne.

3. Česa te je strah?

Vpiši odgovor:

4. Ali poznaš vzrok svojega strahu?

Izberi samo eno izmed možnosti:

- a) Da.
- b) Ne.

5. Napiši vzrok svojega strahu.

Vpiši odgovor:

6. Ali se temu strahu izogibaš (npr. če si se bal teme, si imel prižgano nočno lučko)?

Izberi samo eno izmed možnosti:

- a) Da.
- b) Ne.
- c) Ne vem.

7. Kako se izogibaš strahu? Navedi primer oz. več primerov.

Vpiši odgovor:

8. Ali si se o svojih strahovih s kom pogovarjal/-a?

Izberi samo eno izmed možnosti:

- a) Da.
- b) Ne (napiši, zakaj ne).

9. S kom si se pogovarjal/-a o svojem/-ih strahu/-ovih?

Izbereš lahko več možnosti:

- a) S starši.
- b) Z učiteljem.
- c) S sošolcem.
- č) S prijateljem.
- d) Z bratom/s sestro.
- e) Drugo (napiši): _____

10. Ali ti je pogovor pomagal pri premagovanju strahu?

Izberi samo eno izmed možnosti:

- a) Da.
- b) Ne.
- c) Ne vem.

11. Ali imaš fobijo?

Izberi samo eno izmed možnosti:

- a) Da.
- b) Ne.

12. Pred čem imaš fobijo?

Vpiši odgovor:

13. Ali se bojiš katere živali?

Izberi samo eno izmed možnosti:

- a) Da.
- b) Ne.

14. Katere živali se bojiš?

Vpiši odgovor:

15. Zakaj se bojiš te živali?

Vpiši odgovor:

Raziskujeva tudi, ali in zakaj se učenci bojijo kač in pajkov. Odgovori na vprašanja.

16. Ali se bojiš pajkov?

Izberi samo eno izmed možnosti:

- a) Da.
- b) Ne.

17. Zakaj se bojiš pajkov?

Vpiši odgovor:

18. Kaj narediš, ko vidiš/srečaš pajka?

Vpiši odgovor:

19. Ali se bojiš kač?

Izberi samo eno izmed možnosti:

- a) Da.
- b) Ne.

20. Zakaj se bojiš kač?

Vpiši odgovor:

21. Kaj narediš, ko vidiš/srečaš kačo?

Vpiši odgovor:

Hvala, ker si si vzel/-a čas za reševanje ankete!