

ΓΕΝΙΚΗ ΕΠΙΣΚΟΠΗΣΗ ΤΩΝ ΦΟΒΩΝ ΤΗΣ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

1. ΤΟ ΣΥΝΑΙΣΘΗΜΑ ΤΟΥ ΦΟΒΟΥ

Ο φόβος, όπως και κάθε συναισθηματική αντίδραση, φαίνεται πως περιλαμβάνει περισσότερες από μία παραμέτρους. Πρώτος ο James το 1884 (έτσι όπως αναφέρεται από τον Hugdahl, 1981) υποστήριξε πως τα συναισθήματα, όπως ο φόβος, αποτελούν μία παράμετρο που αντανακλά τις αντιδράσεις του σώματος, και δεν εμφανίζονται, κατά συνέπεια, ως ανεξάρτητες και μεμονωμένες αντιδράσεις. Αν και από το 1884 μεσολάβησαν ποικίλες θεωρητικές προσεγγίσεις στα φαινόμενα των συναισθημάτων, καθοριστική ήταν η συνεισφορά του Lang με το μοντέλο του των τριών συστημάτων (Lang, Rice και Sternbach, 1972). Ο Lang παρατήρησε πως κατά την διάρκεια της θεραπευτικής αντιμετώπισης του φόβου για τα φίδια, υπήρχαν άτομα που, ενώ πολύ γρήγορα σταματούσαν να τα αποφεύγουν, δήλωναν ότι εξακολουθούσαν να τα φοβούνται. Υπήρχαν, επίσης, και άτομα τα οποία, ενώ δήλωναν ότι δεν τα φοβόντουσαν, εντούτοις εξακολουθούσαν να εμφανίζουν έντονες σωματικές αντιδράσεις, όπως ταχυκαρδία κτλ. Οι παρατηρήσεις αυτές του Lang τον οδήγησαν να προτείνει το μοντέλο των τριών συστημάτων, με βάση το οποίο οι αντιδράσεις του φόβου συναποτελούνται από τρία διαφορετικά στοιχεία, γνωστικά/λεκτικά,

σωματικά, και κινητικά/συμπεριφορικά, τα οποία αλληλοεπηρεάζονται και τα οποία όμως φαίνεται ότι έχουν το καθένα τους και μία σχετική ανεξαρτησία στον τρόπο με τον οποίο εκδηλώνονται. Συνέπεια του μοντέλου των τριών συστημάτων είναι το ότι τα συναισθήματα του φόβου μπορεί να λειτουργούν σε μία αποσύνδεση από την ψυχοφυσιολογική διέγερση ή ότι η παρατηρούμενη φοβική συμπεριφορά μπορεί να μη συν-εκδηλώνεται με τα άλλα δύο συστήματα. Τόσο από τη θεωρητική, όσο και από την κλινική άποψη, το μοντέλο αυτό σήμαινε πως ο φόβος δεν ακολουθούσε μόνο μία διάσταση, ούτε μπορούσε να γίνεται πλέον αντιληπτός ως εκδήλωση ενός μόνο συστήματος. Σύμφωνα με τον Lang, κανένα από τα τρία αυτά συστήματα δεν μπορούσε από μόνο του να περιγράψει πλήρως το συναισθημα του φόβου, και για παράδειγμα ανέφερε πως υπάρχουν άνθρωποι που μπορεί να αποφεύγουν ένα αντικείμενο για ολόκληρη τη ζωή τους, χωρίς ποτέ να δηλώνουν ότι το φοβούνται.

Οι τρεις συνιστώσες του φόβου, αν και μπορούν να λειτουργούν ανεξάρτητα, μπορούν θαυμάσια να αλληλοεπηρεάζονται. Ένα αρκετά συχνό φαινόμενο είναι αυτό που συνδέει τις σωματικές συνιστώσες με τις γνωστικές. Κάθε φορά, για παράδειγμα, που το άτομο βιώνει μία ψυχοφυσιολογική διέγερση, η ψυχολογική αυτή διέγερση αρχικά θα πρέπει να ονοματιστεί ως ευχάριστη ή ως δυσφορική, και αν βιωθεί ως δυσφορική, τότε θα πρέπει να της δοθεί και το ανάλογο όνομα που θα την περιγράψει. Η ταχυκαρδία, για παράδειγμα, αν βιωθεί ως ευχάριστη, τότε μπορεί να σημαίνει χαρά, αν όμως βιωθεί ως δυσάρεστη, τότε μπορεί να σημαίνει θυμό ή φόβο, ή ένα οποιοδήποτε συναισθημα μπορεί να ερμηνεύσει καλύτερα την αλληλουχία ερέθισμα–διέγερση του αυτόνομου νευρικού συστήματος.

Οι γνωστικές συνιστώσες του φόβου μπορούν ταυτόχρονα να προσδιορίζουν και τις συμπεριφορικές συνιστώσες του φόβου, χωρίς την διαμεσολάβηση των σωματικών συνιστωσών. Ανήσυχες και αρνητικές σκέψεις μπορεί να προηγούνται μιας έκθεσης σε ένα φοβικό γεγονός και μπορούν να παίρνουν τη μορφή της αρνητικής πρόβλεψης, εκεί όπου το άτομο προβλέπει ότι δεν θα μπορεί να ανταπεξέλθει στην κατάσταση. Αυτή η καταστροφική πρόβλεψη ή αυτό που συνήθως το άτομο λέει στον εαυτό του υπό τη μορφή ενός εσωτερικού μονόλογου, θα προκαλέσει την συνακόλουθη αποφυγή.

Αν και οι τρόποι με τους οποίους μπορούμε να ορίσουμε, αλλά και να μετρήσουμε την κάθε μία από τις συνιστώσες του φόβου, δημιουργούν καινούρια θεωρητικά και μεθοδολογικά προβλήματα (Hugdahl, 1981), η αντίληψη μας για το φόβο, ως ένα συναισθημα που περιλαμβάνει γνωστικές, σωματικές, και συμπεριφορικές συνι-

στάσεις, μας επιτρέπει να μελετήσουμε καλύτερα το φόβο, τόσο στο φυσιολογικό, όσο και στο παθολογικό επίπεδο.

2. ΦΟΒΟΙ ΤΗΣ ΠΑΙΔΙΚΗΣ ΗΛΙΚΙΑΣ

Οι φόβοι της παιδικής ηλικίας ποικίλλουν τόσο ως προς το αντικείμενο ή την κατάσταση, όπως και ως προς την ένταση τους. Οι φόβοι των παιδιών, εντούτοις, εμφανίζονται με μεγαλύτερη ένταση από ότι στους ενήλικους και είναι πολλοί περισσότεροι σε αριθμό. Χαρακτηριστικό τους, όμως, αποτελεί, το ότι, σε αντίθεση με τους ενήλικες, οι φόβοι της παιδικής ηλικίας μπορούν θαυμάσια να αλλάζουν από ηλικία σε ηλικία, και μπορούν βέβαια να υποχωρούν τόσο ξαφνικά και αναίτια, όσο ξαφνικά και αναίτια εμφανίζονται.

Κάποιοι από τους φόβους των παιδιών φαίνεται πως έχουν έναν εξελικτικό χαρακτήρα, φαίνεται, δηλαδή, να αναπτύσσονται και να αλλάζουν ανάλογα με την εξελικτική τους πορεία. Αυτό το οποίο ένα παιδί μπορεί να φοβάται καθώς μεγαλώνει, αλλάζει μέσα από την αναπτυξιακή του εξέλιξη, όπως και με την έκθεση του σε νέες εμπειρίες και καταστάσεις. Αυτό που σήμερα φοβίζει ένα παιδί, μπορεί μέχρι χθες να το άφηνε αδιάφορο, ή αντίστροφα. Αν ένα παιδί αναπτύσσει ξαφνικά το φόβο για ένα αντικείμενο ή μία κατάσταση με τα οποία ήταν μέχρι χθες εξοικειωμένο, και χωρίς να έχει προκύψει μία σχετική τραυματική εμπειρία, τότε ο φόβος αυτός θεωρείται ως εξελικτικός. Παράδειγμα τέτοιων φόβων αποτελούν οι φόβοι για τα μικρά ζώα ή τα πτηνά. Από την άλλη, καινούριοι φόβοι μπορεί να προκύψουν με την έκθεση του παιδιού σε καινούριες και άγνωστες, άρα μη προβλέψιμες, καταστάσεις. Ο φόβος του παιδιού για το σχολείο μπορεί να ενταχθεί στην κατηγορία αυτών των καινούριων καταστάσεων. Τέλος, κάποιοι φόβοι μπορεί να αναπτύσσονται, ακόμη και χωρίς την αναγκαία έκθεση του παιδιού στο δυνητικά φοβικό ερέθισμα, και είναι αυτοί που αναπτύσσονται μέσα από διηγήσεις, περιγραφές, ιστορίες ή παραμύθια, και οι οποίοι έχουν έναν σαφέστατα πολιτισμικό χαρακτήρα. Η ιστορία του κακού λύκου για το παιδί στην Ελλάδα έχει διαφορετική επικράτηση και επίδραση, από ό,τι η ιστορία του τέρατος του Λόχνης ή του πιθηκάνθρωπου των Ιμαλαίων. Αυτού του είδους η κοινωνική μάθηση, όπως βέβαια και φόβοι που προκύπτουν μέσα από την παρατήρηση της συμπεριφοράς των ενηλίκων, αποτελούν έναν σημαντικό τρόπο ανάπτυξης των παιδικών φόβων και φοβιών.

3. ΟΙ ΦΟΒΟΙ ΚΑΙ Η ΣΧΕΣΗ ΤΟΥΣ ΜΕ ΤΟ ΦΥΛΟ

Στην έρευνα τους με φυσιολογικά παιδιά ηλικίας 6-12 ετών οι LaPouse και Monk (1959) βρήκαν πως οι φόβοι στα κορίτσια ήταν περισσότε-

ροι σε αριθμό και ένταση από ό,τι στα αγόρια. Οι Abe και Matsui (1981), βρήκαν πως, ενώ τα κορίτσια εμφάνιζαν συχνότερους φόβους από ό,τι τα αγόρια, ο φόβος του να μιλήσει κάποιος σε μία κοινωνική περίσταση ήταν στην ίδια συχνότητα κοινός σε αγόρια και κορίτσια. Αν και στα μικρότερα από 5 ετών παιδιά δεν υπάρχουν σημαντικές διαφορές στη φοβική συμπεριφορά των αγοριών και των κοριτσιών, στην ηλικία των 5-8 ετών παρατηρείται μία ταχύτερη μείωση των φόβων στα αγόρια, από ό,τι στα κορίτσια (Werry και Quay, 1971). Κατά μίαν άλλη άποψη, αν και τα κορίτσια είναι γενικώς περισσότερο φοβικά από τα αγόρια, αυτή η διαφορά δεν είναι σημαντική και γίνεται σημαντική μετά την ηλικία των 10-11 χρόνων. Καθώς μετά από αυτή την ηλικία τα αγόρια φαίνεται να χάνουν πολύ γρήγορα τους φόβους τους, το ποσοστό των φοβικών κοριτσιών γίνεται συγκριτικά μεγαλύτερο από αυτό των αγοριών (Marks, 1987). Στην ηλικία εντούτοις των 10 ετών βρέθηκε πως ο φόβος για τα ζώα είναι σημαντικά συχνότερος στα κορίτσια (Rutter, Tizard και Whitmore, 1970).

Στην περίπτωση, τώρα, όχι των φόβων, αλλά των κλινικά σημαντικών φοβιών, φαίνεται πως υπάρχει μία υπεροχή των κοριτσιών, η οποία και παραλλάσσει από φοβική σε φοβική διαταραχή ή από έρευνα σε έρευνα. Από τις έρευνες που έγιναν σε γενικό πληθυσμό και όπου αφορούσαν διαγνώσιμες ειδικές φοβίες, τα ποσοστά των κοριτσιών με ειδική φοβία ήταν διπλάσια περίπου (Anderson, Williams, McGee & Silva, 1987, Costello, Costello, Edelbrock, Burns, Dulcan, Brent & Janiszewski, 1988), μέχρι και εξαπλάσια (Kashani & Orvaschel, 1990) σε σχέση με αυτά των αγοριών. Εκεί όπου η διερεύνηση αφορούσε διαγνώσιμη κοινωνική φοβία τα ποσοστά των κοριτσιών βρέθηκαν περίπου ίσα (Kashani & Orvaschel, 1990), έως και πολλαπλάσια (Anderson και συν., 1987, Costello και συν., 1988) σε σχέση με αυτά των αγοριών.

Η διερεύνηση συμπτωμάτων μιας σειράς φοβικών κατά DSM-IV (A.P.A., 1994) διαταραχών σε μία ομάδα 189 παιδιών μέσης ηλικίας 10 ετών (εύρος 8-13) έδειξε πως τα κορίτσια εμφάνιζαν σε σημαντικά μεγαλύτερη συχνότητα συμπτώματα συγκεκριμένων φοβιών (φοβία ζώων, φοβία αίματος-ενέσεων-τραυματισμού, και καταστασιακή-περιβαλλοντική φοβία), αλλά δεν διέφεραν στη συχνότητα συμπτωμάτων κοινωνικής φοβίας από τα αγόρια (Muris, Merckelbach, Schmidt και Tierney, 1999α).

4. ΣΥΝΝΟΣΗΡΟΤΗΤΑ ΤΩΝ ΦΟΒΩΝ

Οι παιδικοί φόβοι έχει βρεθεί ότι μπορεί να συνδέονται και να συνυπάρχουν με μία σειρά άλλων καταστάσεων. Δυσφορικές ψυχολογι-

κές καταστάσεις, και ιδίως το άγχος, επηρεάζουν ιδιαίτερα την εκδήλωση, την ποιότητα και την ένταση των παιδικών φόβων.

Η σχέση φόβου και άγχους έχει μάλλον μελετηθεί αρκετά, έτσι ώστε να ξέρουμε πως αγχώδη παιδιά μπορεί να εμφανίζονται και ιδιαίτερα φοβικά. Οι Scherer και Nakamura, το 1968, μελέτησαν μία ομάδα παιδιών ηλικίας 9 έως 12 ετών, και χωρίζοντας τα σε τρεις ομάδες – παιδιά με υψηλό, μέτριο, και χαμηλό άγχος – βρήκαν πως η ομάδα των παιδιών με υψηλό άγχος εμφάνιζε εντονότερες φοβικές αντιδράσεις από ό,τι οι δύο άλλες ομάδες, ενώ υπήρχε μία στατιστικά σημαντική συσχέτιση ανάμεσα στις μετρήσεις του φόβου, έτσι όπως αξιολογήθηκε με την κλίμακα Fear Survey Schedule for Children (FSSC, Scherer και Nakamura, 1983) και του άγχους, έτσι όπως αξιολογήθηκε με την κλίμακα Children's Manifest Anxiety Scale (CMAS, Castaneda, McCandless & Palermo, 1956) στο σύνολο του δείγματος τους ($r = 0.55$).

Ο Ollendick, το 1983, μελετώντας δύο ομάδες παιδιών (99 και 118 αντίστοιχα), ηλικίας 8 έως 11 ετών, βρήκε επίσης στατιστικά σημαντική συσχέτιση ανάμεσα στο άγχος, έτσι όπως αξιολογήθηκε με την υποκλίμακα Trait της κλίμακας State-Trait Anxiety Inventory for Children (STAIC, Spielberger, 1973) και το φόβο, έτσι όπως αξιολογήθηκε με την κλίμακα Fear Survey Schedule for Children-Revised (FSSC-R, Ollendick, 1983) αυτών των παιδιών ($r = 0.51$ και $r = 0.46$ στις δύο ομάδες). Η χορήγηση στις ομάδες αυτές των παιδιών και των κλιμάκων Piers-Harris Children's Self Concept Scale (SCS, Piers & Harris, 1969), μιας κλίμακας που αξιολογεί την εικόνα του εαυτού, και Nowicki-Strickland Locus-of-Control Scale (NSLOC, Nowicki & Strickland, 1973), μίας κλίμακας που εκτιμά το εσωτερικό ή το εξωτερικό του ελέγχου, έδειξε πως υψηλές φοβικές βαθμολογίες συσχετίστηκαν αρνητικά με μία θετική εικόνα εαυτού, όσο και θετικά με μία εξωτερική εστία ελέγχου, την αίσθηση δηλαδή των παιδιών ότι δεν έχουν τη ικανότητα να ελέγξουν τα γεγονότα που προκαλούν το φόβο.

Σε αντίθεση με τα παραπάνω δείγματα παιδιών που προέρχονταν από τις ΗΠΑ, οι Ollendick, Yule και Ollier (1991) μελέτησαν τη σχέση φόβου και άγχους σε 327 παιδιά ηλικίας 8 έως 10 ετών από τη Μεγάλη Βρετανία, χορηγώντας και πάλι για αυτό το σκοπό τις κλίμακες FSSC-R και Revised Children's Manifest Anxiety Scale (RCMAS, Reynolds & Richmond, 1978). Φόβος και άγχος εμφάνισαν και πάλι υψηλό βαθμό συσχέτισης ($r = 0.64$). Η συγχορήγηση στο δείγμα αυτό και της κλίμακας Children's Depression Inventory (CDI, Kovacs, 1981) έδειξε πως η σχέση φόβου και κατάθλιψης αν και ήταν σημαντική ($r = 0.32$), ήταν πολύ λιγότερο σημαντική από τη σχέση φόβου και άγχους.

Οι King και συν. (King, Gullone και Ollendick, 1991) μελέτησαν τη σχέση φόβου και άγχους σε μία ομάδα παιδιών και εφήβων, 8 έως 16 ετών, αυτή τη φορά από την Αυστραλία, με τη βοήθεια των κλιμάκων FSSC-R και RCMAS. Στην έρευνα αυτή μελετήθηκαν επίσης και οι πιο ιδιαίτερες σχέσεις ανάμεσα στις πέντε υποκλίμακες της κλίμακας FSSC-R (Φόβος αποτυχίας και κριτικής, Φόβος για το άγνωστο, Φόβος τραυματισμού και μικρών ζώων, Φόβος Κινδύνου και θανάτου, και Ιατρικοί φόβοι) και τις τρεις υποκλίμακες της κλίμακας RCMAS (Σωματικό Άγχος, Ανησυχία/Υπερευαισθησία, και Συγκέντρωση). Τόσο η συσχέτιση μεταξύ των FSSC-R και RCMAS, όσο και οι συσχετίσεις των επιμέρους υποκλιμάκων μεταξύ τους, ήταν στατιστικά σημαντικές, υποδηλώνοντας και πάλι τη στενή σχέση φόβου και άγχους. Από τις συσχετίσεις αυτές η πιο σημαντική ήταν αυτή ανάμεσα στην υποκλίμακα “Φόβος αποτυχίας και κριτικής” της FSSC-R και της υποκλίμακας “Ανησυχία/Υπερευαισθησία” της RCMAS.

Με βάση τη διάμεση τιμή του δείγματος στην κλίμακα RCMAS, οι ερευνητές δημιούργησαν δύο ομάδες, αυτήν του υψηλού και αυτήν του χαμηλού άγχους. Η ομάδα υψηλού άγχους εμφάνιζε στατιστικά υψηλότερη μέση τιμή στην κλίμακα FSSC-R από ό,τι η ομάδα χαμηλού άγχους. Σε μία προσπάθεια να βρεθούν τα θέματα εκείνα της FSSC-R που μπορούσαν να διαφοροποιήσουν με τον καλύτερο τρόπο τις ομάδες υψηλού και χαμηλού άγχους, οι ερευνητές χρησιμοποίησαν την Ανάλυση της Διαχωριστικής Λειτουργίας (Discriminant Function Analysis). Πολλά από τα θέματα που μπορούσαν να διαφοροποιήσουν τις ομάδες υψηλού και χαμηλού άγχους ανήκαν στην υποκλίμακα “Φόβος αποτυχίας και κριτικής” της FSSC-R. Παιδιά με υψηλό άγχος φαίνεται πως εμφανίζουν έντονους φόβους κοινωνικής αξιολόγησης, όπως ερμηνεύεται από το φόβο τους, όταν συναντούν κάποιον για πρώτη φορά, το φόβο τους να επικρίνονται από τους άλλους ή το φόβο τους ότι μπορεί να φανούν ανόητα. Τα παιδιά με υψηλό άγχος, και πιθανόν ως αποτέλεσμα των εμπειριών τους από το σύστημα του σχολείου, φοβούνται επίσης πολύ περισσότερο τέτοιες περιστάσεις, όπως το να δίνουν εξετάσεις, να κάνουν λάθη ή να αποτυγχάνουν στις εξετάσεις. Οι παραπάνω φόβοι σε παιδιά με υψηλό άγχος, έχουν πιθανόν και την ανάλογη διαγνωστική σημασία, καθώς βρέθηκε πως ο φόβος της κριτικής είναι ο πιο συχνός φόβος σε παιδιά με DSM-III-R (Α.Ρ.Α., 1987) Υπεραγχώδη Διαταραχή (Last, Francis & Strauss, 1989), ή ότι πολλά από τα παιδιά που αντιδρούν με υπερβολικό άγχος στις εξετάσεις τους, πληρούν συχνά τα κριτήρια για μία αγχώδη διαταραχή, όπως είναι η Υπεραγχώδης Διαταραχή ή η Κοινωνική Φοβία (Beidel και Turner, 1988).

Οι φόβοι της παιδικής ηλικίας, αν και βρέθηκε πως μπορεί να συνδυάζονται με γενικότερη ψυχοπαθολογία (Graziano και DeCiovanni, 1979), εντούτοις συνοδεύονται συχνότερα από άλλες μονοσυμπτωματικές καταστάσεις, όπως η νυχτερινή ενοούρηση ή οι νυχτερινοί εφιάλτες (LaPouse & Monk, 1959). Φαίνεται ίσως πως η μη ειδική παθολογία που μπορεί να συνοδεύει τους παιδικούς φόβους σχετίζεται περισσότερο με το εξελικτικό στάδιο του παιδιού. Στα παιδιά ηλικίας 3 ετών οι φόβοι συσχετίζονται θετικά σημαντικά με μία γενικότερη δειλία ή συστολή, και αρνητικά με εκδηλώσεις υπερδραστηριότητας, ενώ στην ηλικία αυτή τα κορίτσια εμφανίζουν περισσότερες εκρήξεις θυμού ή “νευράκια” (McFarlane, Allen και Honzik, 1954). Στην ηλικία των 5 ετών οι φόβοι συσχετίζονται και στα αγόρια και στα κορίτσια με ευερεθιστότητα, εκρήξεις νεύρων, και συστολή, ενώ στα κορίτσια περισσότερο με υπερβολική τάση εξάρτησης, ευμετάβλητες συναισθηματικές αντιδράσεις, μία γενικότερη συστολή, καθώς και μειωμένη όρεξη για πρόσληψη τροφής.

5. ΤΑ ΕΙΔΗ ΤΩΝ ΦΟΒΩΝ ΚΑΙ Η ΗΛΙΚΙΑ

Όπως αναφέρθηκε και πριν, οι πηγές των φόβων στα παιδιά αλλάζουν με την ηλικία, με έναν σχεδόν στερεότυπο τρόπο, και οι φόβοι μπορεί να εμφανίζονται ξαφνικά, χωρίς προφανή αιτία, και να υποχωρούν πάλι ξαφνικά με τον ίδιο τρόπο (Rutter & Garnezy, 1983). Ο θόρυβος της ηλεκτρικής σκούπας, για παράδειγμα, μπορεί να κάνει ένα δίχρονο παιδί να αρχίσει ξαφνικά να φοβάται από τη μία μέρα στην άλλη, χωρίς να έχει προκύψει κάποια δυσάρεστη εμπειρία με την ηλεκτρική σκούπα ή άλλου είδους δυνατούς θορύβους. Τέτοιου είδους φόβοι μπορεί να υποχωρήσουν το ίδιο ξαφνικά, και μπορούμε να υποθέσουμε πως η αντίληψη του παιδιού για το θόρυβο, αλλά και η αντίδραση του σ’ αυτόν, αλλάζουν ως αποτέλεσμα της διαντίδρασης ανάμεσα στην φυσιολογική του ωρίμανση και τη μάθηση (Thompson, 1962), και εξαρτώνται κάθε φορά από το ανάλογο επίπεδο της γνωστικής τους εξέλιξης (King, Hamilton & Ollendick, 1983).

Βρέφη και πολύ μικρά παιδιά φοβούνται αντικείμενα ή γεγονότα που εμφανίζονται στο άμεσο περιβάλλον τους, καθώς το επίπεδο της γνωστικής τους εξέλιξης περιορίζει το εύρος των ερεθισμάτων απέναντι στα οποία μπορεί να βιώσουν φόβο μόνο σε όσα συμπεριλαμβάνονται στο εδώ και τώρα και είναι άμεσα παρόντα. Παιδιά προσχολικής ηλικίας, με μία καλύτερη πια γνωστική οργάνωση, είναι σε θέση να απαντήσουν με φόβο σε περισσότερα αφηρημένα και φανταστικά ερεθίσματα. Μεγαλύτερα παιδιά, που μπορούν πλέον να ξεχωρίσουν τις εσωτερικές τους αναπαραστάσεις από την αντικειμενι-

κή πραγματικότητα, αρχίζουν να εμφανίζουν περισσότερο ρεαλιστικούς και πιο συγκεκριμένους φόβους (Bauer, 1976).

Πιο αναλυτικά (Πίνακας 1), τα μικρότερα παιδιά φοβούνται την απώλεια της υποστήριξης, τους δυνατούς θορύβους και τους ξένους, καθώς και την ξαφνική και απροειδοποίητη εμφάνιση ογκωδών αντικειμένων. Παιδιά ηλικίας 1 και 2 ετών φοβούνται μία ποικιλία καταστάσεων και αντικειμένων, και κυρίως τον αποχωρισμό από τους γονείς, καθώς και τους ξένους. Παιδιά ηλικίας 3 και 4 ετών αρχίζουν να φοβούνται το σκοτάδι, να μείνουν μόνα τους, τα μικρά ζώα και τα έντομα. Παιδιά ηλικίας 5 και 6 ετών αρχίζουν να φοβούνται τα άγρια ζώα, τα τέρατα και τα φαντάσματα, ενώ αυτά των 7 και 8 χρόνων μπορεί να φοβούνται το σχολείο, υπερφυσικά γεγονότα ή οτιδήποτε μπορεί να απειλήσει τη σωματική τους ακεραιότητα. Τέλος, παιδιά ηλικίας από 9 έως 11 χρόνων εμφανίζουν τόσο κοινωνικούς φόβους, όσο και φόβους σχετικούς με τον πόλεμο, την υγεία τους γενικότερα ή τον τραυματισμό, αλλά και την επίδοση τους στο σχολείο (Ollendick & King, 1991).

Πίνακας 1. Εξελικτικοί φόβοι των παιδιών ανάλογα με την ηλικία (Ollendick & King, 1991)

ΗΛΙΚΙΑ	ΦΟΒΟΙ
Βρεφική	Απώλεια υποστήριξης Δυνατοί θόρυβοι Άγνωστα αντικείμενα / πρόσωπα
1-2 ετών	Αποχωρισμός από τους γονείς Φόβος των ξένων
3-4 ετών	Σκοτάδι Να μένουν μόνα Μικρά ζώα, έντομα
5-6 ετών	Άγρια ζώα Φαντάσματα / Τέρατα
7-8 ετών	Σχολείο Υπερφυσικά γεγονότα Σωματικός κίνδυνος
9-11 ετών	Υγεία / Σωματικός τραυματισμός Πόλεμος Κοινωνικοί φόβοι Επίδοση στο σχολείο

Η κλιμάκωση και διαφοροποίηση των φοβικών ερεθισμάτων ανάλογα με την ηλικία και την εξελικτική φάση του παιδιού φάνηκε πολύ καθαρά, όταν μελετήθηκαν οι φόβοι τριών ομάδων παιδιών: ηλικίας

4 ως 6, 6 έως 8, και 10 έως 12 ετών (Bauer, 1976). Στην έρευνα αυτή το κάθε παιδί εξετάσθηκε ξεχωριστά και του ζητήθηκε να περιγράψει τι φοβάται πιο πολύ, καθώς και να ζωγραφίσει μία εικόνα καθώς περιέγραφε τους φόβους του, αφού πρώτα του εξηγήθηκε πως όλα τα παιδιά φοβούνται, και πως κάποια παιδιά φοβούνται κάποια πράγματα περισσότερο από κάποια άλλα παιδιά. Ταυτόχρονα, η εξέταση του παιδιού εστιάστηκε και σε φόβους στη διάρκεια της νύχτας, όπως επίσης και σε νυχτερινούς εφιάλτες. Ενώ ο φόβος των τεράτων και των φαντασμάτων ήταν ιδιαίτερα συχνός στα παιδιά ηλικίας 4-6 και 6-8 ετών (74 και 53% αντίστοιχα), ο φόβος αυτός εμφανιζόταν σε ελάχιστη συχνότητα (5%) στα παιδιά των 10-12 ετών. Αντίστροφα, ενώ οι φόβοι του τραυματισμού ή του ρεαλιστικού κινδύνου ήταν ιδιαίτερα συχνοί στις ηλικίες 6-8 και 10-12 (53 και 55% αντίστοιχα), απασχολούσαν λιγότερο (11%) τα παιδιά της ηλικίας των 4-6 ετών. Τέλος, και σε σχέση με τα τρομακτικά όνειρα, ενώ και μόνον η θέα και η εξωτερική εμφάνιση του τέρατος μπορούσαν να προκαλέσουν φόβο στα μικρότερα παιδιά, αυτό και μόνο δεν ήταν ικανό να προκαλέσει φόβο στα μεγαλύτερα παιδιά. Τα μεγαλύτερα παιδιά αντιδρούσαν με φόβο, μόνο όταν απέδιδαν πρόθεση για φρικιαστικές πράξεις στο τέρας (όπως “Θα μου έκοβε το κεφάλι”, ή “Θα με στραγγάλιζε”). Η διαφοροποίηση αυτή επιβεβαίωσε την αντίληψη πως το είδος των φόβων εξαρτιόταν από το επίπεδο της γνωστικής εξέλιξης και την ικανότητα από μέρους του παιδιού, διαφοροποίησης της εξωτερικής από την εσωτερική πραγματικότητα.

6. ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΩΝ ΦΟΒΩΝ

Οι Ollendick και King το 1994 διερεύνησαν τον τρόπο εμφάνισης των 10 πιο κοινών φόβων σε μία ομάδα 1092 παιδιών (553 αγόρια και 556 κορίτσια) ηλικίας 9 ως 14 ετών από τις ΗΠΑ και την Αυστραλία. Ο φόβος συνδέονταν με υψηλά επίπεδα καθημερινής παρέμβασης στη λειτουργικότητα και υψηλά επίπεδα δυσφορίας. Το 60% των παιδιών δήλωνε πως ο φόβος τους τους προκαλούσε “πολύ” δυσφορία και στεναχώρια.

Οι Muris, Merckelbach και Collaris επανέλαβαν την πιο πάνω έρευνα το 1998, σε 129 παιδιά (74 αγόρια και 55 κορίτσια) ηλικίας 9 ως 13 ετών, από την Ολλανδία αυτή τη φορά. Από την έρευνα αυτή βρέθηκε πως 66,4% των παιδιών ανέφεραν σωματικές εκδηλώσεις, 80,5% αρνητικές σκέψεις, και 75 % παρουσίαζαν συμπεριφορά αποφυγής, όταν είχαν να αντιμετωπίσουν το πιο έντονο φοβικό ερέθισμα ή κατάσταση. Ο βαθμός, εντούτοις, της παρεμβολής και της ανησυχίας μάλλον ήταν μέτριος προς χαμηλός.

Στο ερώτημα πόσο πραγματικά σοβαροί είναι οι φόβοι των παιδιών, οι Muris και συν. (Muris, Merckelbach, Mayer και Prins, 2000) μελέτησαν 290 παιδιά ηλικίας 8-13 ετών, με σκοπό να διερευνήσουν τη σχέση των αναφερόμενων φόβων από τη μία, με τις αγχώδεις διαταραχές από την άλλη. Τα αποτελέσματα τη έρευνας αυτής έδειξαν πως οι φόβοι συνδέονταν σε ποσοστό 49% με υποκλινικές εκδηλώσεις αγχωδών διαταραχών και σε ένα ποσοστό 23% με τουλάχιστον μία κλινικά διαγνωσμένη αγχώδη διαταραχή.