

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД  
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

**Кафедра психології**

На правах рукопису

**АНТИПІНА НАТАЛІЯ ВІКТОРІВНА**

**СТРАХИ ТА ТРИВОЖНІСТЬ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ**

Спеціальність: **053** **«Психологія»**  
(код) (назва спеціальності)

Освітня програма **Психологія**  
(назва)

Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня **магістра**

Науковий керівник:  
**САМОЙЛОВ Олександр  
Єжисвич,**  
доктор психологічних наук,  
професор



РЕКОМЕНДОВАНО ДО ЗАХИСТУ

Протокол засідання кафедри

№ 8 від 27.12.22

Завідувач кафедри



**Людмила ПРИСНЯКОВА**

(підпис)

(Ім'я, ПРИЗВИЩЕ)

Дніпро, 2023

**ВИЩИЙ НАВЧАЛЬНИЙ ПРИВАТНИЙ ЗАКЛАД  
«ДНІПРОВСЬКИЙ ГУМАНІТАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»**

Кафедра психології  
Освітній ступінь магістр  
Спеціальність 053 «Психологія»  
Освітня програма Психологія

**ЗАТВЕРДЖУЮ**

Завідувач кафедри психології



**Людмила ПРИСНЯКОВА**

«10» лютого 2023 року

**ЗАВДАННЯ НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ  
АНТИПІНОЇ НАТАЛІЇ ВІКТОРІВНИ**

1. Тема роботи: «Страхи та тривожність у юнацькому віці»
2. Науковий керівник роботи: доктор психологічних наук, професор Самойлов Олександр Єжиєвич.

Затверджені наказом вищого навчального закладу від «29» жовтня 2022 року  
№ 4

3. Строк подання роботи на кафедру: 14.02.2023р.
4. Мета кваліфікаційної роботи: отримати показники кількісні та якісні, які свідчать про прояви тривожності і страху у студентів ВНЗ.
5. Завдання кваліфікаційної роботи

проаналізувати літературні джерела по темі тривожності та страхів в юнацькому віці;

виявити поняття та особливості формування і прояву тривожності і страхів;

отримати кількісні показники прояву сформованих страхів та фобій, тривожності з урахуванням індивідуально-типологічних особливостей особистості;

підібрати методики, які адекватні меті дослідження;

провести емпіричне дослідження;

проаналізувати отримані результати і сформулювати висновки.

## КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН ВИКОНАННЯ КВАЛІФІКАЦІЙНОЇ РОБОТИ

| № з\п | Назва етапів дипломного проекту (роботи) | Строк виконання етапів проекту (роботи) | Примітка |
|-------|--|---|----------|
| 1.    | Вступ                                    | Жовтень 2022 р.                         | виконано |
| 2.    | I Розділ                                 | Листопад 2022 р.                        | виконано |
| 3.    | II Розділ                                | Грудень 2022 р.                         | виконано |
| 4.    | III Розділ                               | Січень 2023 р.                          | виконано |
| 5.    | Робота в цілому                          | Лютий 2023р.                            | виконано |

Науковий керівник \_\_\_\_\_



Олександр САМОЙЛОВ

Здобувач вищої освіти \_\_\_\_\_

Наталія АНТИПІНА

Дата видачі завдання 29.09.2022 р.

## АНОТАЦІЯ

Антипіна Н.В. Страх та тривожність у юнацькому віці / Кваліфікаційна робота на здобуття освітнього ступеня «магістр» за спеціальністю 053 Психологія (освітньо-професійна програма «Психологія»). ВВПЗ ДГУ, Дніпро, 2023.

### Зміст анотації

Емоційна сфера людини завжди була в центрі особливої уваги вітчизняних психологів, оскільки освіта передбачає розвиток певного емоційного ставлення до навколишнього світу, зокрема до цінностей, норм та ідеалів суспільства. Емоційний розвиток — природний процес, що має певну логіку і в кінцевому рахунку визначається загальною логікою розвитку особистості дитини в цілому, зміною видів діяльності, в яких формуються емоційні процеси і деталі дитини. Взаємодія зі світом людей і предметів. Надалі на цій основі формується особлива психічна діяльність — емоційна уява. Останнє являє собою сплав емоційних і когнітивних процесів, специфічних для людських почуттів (Л.С. Виготський). Ця афективно-пізнавальна діяльність, подібно до інтелектуальної діяльності, спочатку складається як зовнішня і потребує зовнішньої підтримки для її реалізації (зорове сприйняття, приклад інших людей, оцінка).

Важливість вивчення вікових характеристик емоційної сфери особистості пов'язана з тим, що існує тісний зв'язок між емоційним та інтелектуальним розвитком. Є.І. Янкіна вказує на те, що порушення в емоційному розвитку людини призводять до того, що людина не може використовувати інші навички, зокрема інтелект, для подальшого розвитку. У молодих людей з емоційними розладами переважають негативні емоції, такі як біль, страх, гнів, сором і огида. Вони мають високий рівень тривоги і рідко виражають позитивні емоції. Рівень розвитку інтелекту успішних людей відповідає середнім значенням згідно з тестом Векслера. Страх — це емоція, яка

виникає в ситуаціях загрози для біологічного або соціального існування індивіда і звертається до джерела реальної або уявної небезпеки. Страх — це афективний стан розуму, що передчуває небезпеку, при якому реальна небезпека загрожує зовнішнім і невротичним об'єктом, з вимогою на потяг. На відміну від болю та інших видів страждань, викликаних фактичною дією небезпечних факторів, страх виникає, коли вони проростають.

Підлітковість і юність традиційно вважаються складнішим періодом розвитку, ніж середнє дитинство. Це час фізичних, пізнавальних та емоційних перетворень, які приносять дитину до повноліття. Він додав, що соціальні вимоги, які ставляться до дитини батьками, однолітками, вчителями та самою громадою, змінюються. З одного боку, цей складний період характеризується негативними проявами, дисгармонії у формуванні особистості, дезінтеграцією раніше встановленої системи інтересів дитини. З іншого боку, отрочество характеризується багатьма позитивними факторами: Самостійність дитини зростає, стосунки з іншими дітьми та дорослими стають різноманітнішими та значущими, сфера їх діяльності значно розширюється тощо. Головне, що цей період відрізняється входженням дитини в якісно нову соціальну позицію, в якій в його совісті формується ставлення до себе як до члена суспільства.

Формування повноцінної активної особистості повинно ґрунтуватися, насамперед, на вихованні дитячого почуття власної гідності, усвідомленні власної гідності, повазі до себе та віри у власну силу. Дитина повинна прагнути бути собою, на відміну від інших. Однак страх іноді потрапляє в спосіб формування повноцінної особистості. Ніхто ніколи не відчував цього відчуття. Турбота, тривога, страх, тривога — це ті ж невіддільні емоційні характеристики нашого психічного життя, як радість, насолода, гнів, здивування, смуток. До того чи іншого ступеня, хвилювання і тривога перед публічним зверненням, відповідальним іспитом, зустріч з уповноваженою особою знайомі практично кожному. Певною мірою цей страх відіграє позитивну роль: Він змушує його мобілізувати наявні ресурси, підготуватися

до тесту і підвищує почуття відповідальності. Але буває й так, що страх набуває зовсім іншої природи і замість мобілізації ресурсів, призводить до його блокади, починає пригнічувати будь-яку форму соціальної активності і приносить багато неприємних переживань. Тому важливо, щоб страхи не стали причиною неадекватності підлітка, його ізоляції, недовіри, відчуження від суспільства.

Дослідження феномена страхів безпосередньо пов'язане з вивченням проблеми емоцій, яка ще не достатньо розроблена у психологічній науці. Деякі аспекти емоційних проявів особистості, так чи інакше пов'язані з виникненням страхів, досліджувалися у працях Н.С.Аболіна, П.К.Анохіна, А.М.Ананьєва, Г.М.Бреслава, В.К.Вілюнаса, Б.І.Додонова, О.В.Запорожця, Є.П.Ільїна та ін. Основні аспекти розгляду проблеми страхів були викладені в роботах зарубіжних авторів, таких як: Холл С., Грос К., Штерн В., Селлі Д., Мак-Дугалл, Уотсон Д., Бюлер К., Ізард К., Фрейд З., Фрейд А., Адлер А., Хорні К., Саллівен Г.С., Роджерс К, Келлі Д. та багато інших. У вітчизняній психології проблема страхів була розглянута в роботах: Каптерева П.Ф., Зіньківського В.Д., Гарбузова В.І., Гриншпун І.Б., Захарова А.І., Мухіної В.С, Співаковський А.С., Еберлейн Г., Жуковської Н.С., Гурьевой В.А., Сімсон Т.П., Чередникової М.П., Лебединського В.В., Леві В.Л. та багатьох інших. Аналіз спеціальної літератури показує, що проблема страху вельми детально досліджена на психофізіологічному, соціально-психологічному і соціально-філософському рівні. Необхідно відзначити, що більша частина досліджень присвячена дитячим страхам (Л.І.Божовіч, 1968, 1972; М.І.Буянов, 1984; В.І.Гарбузов, 1990; Н.С.Жуковская, 1971; А.И.Захаров, 2000 ; Д.Н.Ісаева, 1975; В.Р.Кісловская, 1980; И.С.Кон, 1980, 1989; Е.В.Новікова, 1988; Б.І.Кочубей, 1988; ВЛПетрунек, 1984; И.Е .Плотінекс, 1991; А.М.Прихожан, 1994; А. С. Співаковська, 2000; Л.Н.Таран, 1984, 1991; Н. Н. Толстих, 1990; Г.Еберлейн, 1981 і ін.), а також страху як психопатологічному явищу (О. Ранк, 2001; С.М. Ушаков, 1974; З. Фрейд, 1989; І. К. М'ясищев, 1960; Б.Д. Карвасарский, 1982 і ін.). Розкриття соціально-філософського

аспекту проблематики страхів стало предметом дослідження В.А.Андрусенко, А.О.Прохорова, С.С.Сизова та ін. Вивченню проблеми страхів присвячено велику кількість досліджень зарубіжних психологів (Д.Бретт, О.Кондаш, Д.Лейн, Р.Мей, Е.Міллер, Б.Філліпс, Л.Хевсов).

Проблема страхів становить інтерес для психологічної науки і є надзвичайно актуальною та важливою для вирішення цілої низки питань: успішна адаптація юнаків до навчання у ВНЗ, формування адекватної самооцінки, попередження виникнення невротичних проявів та ін.

Отже, актуальність теми визначається необхідністю вивчення генезису, форм і проявів страхів з огляду на необхідність їх своєчасної корекції.

Наукова новизна дослідження:

- Визначена спрямованість страхів у студентів в період їх навчання у вузі (провідними страхами є соціальні, серед яких перше місце займають страхи, пов'язані з навчальною діяльністю: страх перед іспитами, страх відповідальності, страх перед викладачем і страх перед публічними виступами; друге місце - страхи, пов'язані зі змінами в їх особистому житті і страх злочинності; третє місце - страх бідності);

- Виявлено взаємозв'язок рівня особистісної тривожності з інтенсивністю прояви страху у студентів з різним соціально-психологічним типом особистості (студенти інфантильного, тривожного і інтровертивного соціально-психологічного типу особистості володіють підвищеним рівнем особистісної тривожності, отже відчувають страхи більш високої інтенсивності; студенти сензитивного і гармонічного соціально-психологічного типу особистості володіють середнім рівнем особистісної тривожності, і, отже, страхами середньої інтенсивності; представники домінуючого і конформного типу особистості, володіють низьким рівнем особистісної тривожності і менш всіх схильні переживання страху);

- Встановлено взаємозв'язок між страхами і соціально-психологічними типами особистості (у гармонійного соціально-психологічного типу особистості не виявлено зв'язок зі страхами; встановлена позитивна

кореляційний зв'язок між сензитивним соціально-психологічним типом особистості і страхом павуків і змій, злочинності, страхом перед іспитами; встановлена позитивна кореляційна зв'язок між інтровертованим типом особистості і страхом павуків і змій, злочинності, начальства, хвороби серця, перед майбутнім, перед іспитами, війни, глибини, страхами пов'язаними зі статевою функцією; встановлена негативний кореляційний зв'язок між конформним типом особистості й страхом темряви, злочинності, начальства, хвороби серця, війни, боязню замкнутих просторів; встановлена позитивна кореляційний зв'язок між домінуючим типом особистості і страхом старості, бідності, смерті, висоти, страхом перед негативними наслідками хвороб близьких людей, і негативний кореляційний зв'язок зі страхом хвороби серця; встановлена позитивна кореляційний зв'язок між інфантильним типом особистості і страхом божевілля, начальства, відповідальності, страхом хвороби близьких, змін в особистому житті, страхом перед публічними виступами; встановлена позитивна кореляційний зв'язок між тривожним типом особистості і страхом темряви, змін в особистому житті, бідності, війни, страхом захворіти яким-небудь захворюванням і страхами, пов'язаними з статевою функцією);

- Визначена схильність до стратегій оволодіння зі страхом у студентів з різним соціально-психологічним типом особистості (для студентів гармонійного соціально-психологічного типу особистості характерне використання ідентифікації; для сензитивного - догляд; для інтровертивного - придушення; для домінуючого і конформного - заперечення і гіперкомпенсація; для інфантильного - регресія; для тривожного - оглушення. Водночас, загальної захисної стратегією для всіх соціально-психологічних типів особистості, крім конформного, є придушення).



## **ABSTRACT**

Antipina N.V. Fears and anxiety in youth / Qualifying work for obtaining an educational degree "master" in the specialty 053 Psychology (educational and professional program "Psychology". VNPZ DSU, Dnipro, 2023.

### Abstract content

The emotional sphere of a person has always been the focus of special attention of domestic psychologists, since education involves the development of a certain emotional attitude towards the world around, in particular, the values, norms and ideals of society. Emotional development is a natural process that has a certain logic and is ultimately determined by the general logic of the development of the child's personality as a whole, by changing the types of activities in which the emotional processes and details of the child are formed. Interaction with the world of people and objects. In the future, on this basis, a special mental activity is formed - emotional imagination. The latter is a fusion of emotional and cognitive processes specific to human feelings (L.S. Vygotsky). This affective-cognitive activity, like intellectual activity, initially develops as an external one and requires external support for its implementation (visual perception, an example of other people, evaluation).

The importance of studying the age characteristics of the emotional sphere of a person is due to the fact that there is a close relationship between emotional and intellectual development. E.I. Yankina points out that violations in the emotional development of a person lead to the fact that a person cannot use other skills, in particular intelligence, for further development. Young people with emotional disorders are dominated by negative emotions such as pain, fear, anger, shame, and disgust. They have a high level of anxiety and rarely express positive

emotions. The level of intelligence development of successful people corresponds to the average values according to the Wechsler test. Fear is an emotion that arises in situations of threat to the biological or social existence of an individual and refers to a source of real or imaginary danger. Fear is an affective state of mind, anticipating danger, in which the real danger threatens an external and neurotic object, with a demand for attraction. Unlike pain and other types of suffering caused by the actual action of dangerous factors, fear arises when they germinate.

Adolescence and youth are traditionally considered a more difficult period of development than middle childhood. This is a time of physical, cognitive and emotional transformations that bring a child to adulthood. He added that the social demands placed on the child by parents, peers, teachers and the community itself are changing. On the one hand, this difficult period is characterized by negative manifestations, disharmony in the formation of personality, disintegration of the previously established system of interests of the child. On the other hand, adolescence is characterized by many positive factors: the child's independence grows, relationships with other children and adults become more diverse and significant, the scope of their activities expands significantly, etc. develops an attitude towards oneself as a member of society.

The formation of a full-fledged active personality should be based primarily on the education of children's self-esteem, awareness of their own dignity, self-respect and faith in their own strength. The child must be himself, unlike others. However, fear sometimes gets in the way of forming a full-fledged personality. Nobody has ever experienced this feeling. Care, anxiety, fear, anxiety are the same inseparable emotional characteristics of our mental life as joy, pleasure, anger, surprise, despondency. To one degree or another, the excitement and anxiety before a public address, a responsible exam, a meeting with an authorized person are familiar to almost everyone. To a certain extent, this horror plays a positive role: It forces him to mobilize available resources, prepare for the test and increases his sense of responsibility. But it also happens that fear takes on a

completely different nature and, instead of mobilizing resources, leads to its blockade, begins to oppress any form of social activity and brings a lot of unpleasant experiences. Therefore, it is important that fears do not become the reason for the inadequacy of the teenager, his isolation, distrust, alienation from society.

The study of the phenomenon of fears is directly related to the study of the problem of emotions, which has not yet been sufficiently developed in psychological science. Some aspects of the emotional manifestations of the personality, one way or another connected with the emergence of fears, were studied in the works of N.S. Abolin, P.K. Anokhin, A.M. Ananiev, G.M. Breslav, V.K. .Dodonova, A.V. Zaporozhets, E.P. Ilyina and others. The main aspects of considering the problem of fears were outlined in the works of foreign authors, such as: Hall S., Gross K., Stern U., Selly D., Mak- Dougall, Watson D., Buller K., Izard K., Freud S., Freud A., Adler A., Horney K., Sullivan G.S., Rogers K, Kelly D. and many others. In domestic psychology, the problem of fears was considered in the works of Kapterev P.F., Zinkovsky V.D., Garbuzov V.I., Grinshpun I.B., Zakharova A.I. Mukhina V.S., Spivakovsky A.S., Eberlein G., Zhukovsky N.S., Guryeva V.A., Simson T.P., Cherednikova M.P., Lebedinsky V.V., Levy V.L. and many others. An analysis of the specialized literature shows that the problem of fear has been studied in great detail at the psycho-physiological, socio-psychological and socio-philosophical levels. It should be noted that most of the studies are devoted to children's fears (L. I. Zhukovich, 1968, 1972; M. I. Buyanov, 1984; V. I. Garbuzov, 1990; N. S. Zhukovskaya, 1971; A. I. Zakharov, 2000 ;D.N.Isaeva, 1975; V.R.Kislovskaya, 1980; I.S.Kon, 1980, 1989; E.V.Novikova, 1988; Plotineks, 1991; A.M.Prikhozhan, 1994; A. S. Spivakovskaya, 2000; L. N. Taran, 1984, 1991; N. N. Tolstykh, 1990; G. Eberlein, 1981, etc.), as well as fear as a psychopathological phenomenon (O. Rank, 2001; Ushakov, 1974; 3. Freud, 1989; I. K. Myasishchev, 1960; B. D. Karvasarsky, 1982, etc.). Disclosure of the socio-philosophical aspect of the problems of fears was the subject of research by V.A. Andrusenko, A.A. Prokhorov, S.S. Sizov and

others. A huge number of studies of foreign psychologists are devoted to the study of the difficulty of fears (D. Brett, O. Kondash, D. Lane, R. May, E. Miller, B. Phillips, L. Khevsov).

The problem of fears is of interest to psychological science and is extremely relevant and important for solving a number of issues: the successful adaptation of young men to study at universities, the formation of adequate self-esteem, the prevention of the occurrence of neurotic manifestations, etc.

Consequently, the relevance of the topic is determined by the need to study the genesis, forms and manifestations of fears, given the need for their timely correction.

Scientific novelty of the research:

- the orientation of students' fears during their studies at the university was determined (the leading fears are social, among which the first place is occupied by fears associated with educational activities: fear of exams, fear of responsibility, fear of a teacher and fear of public speaking; second place) - fears associated with changes in their personal lives and fear of crime; third place - fear of poverty);
- the relationship between the level of personal anxiety and the intensity of manifestation of fear in students with different socio-psychological personality types was revealed (students of infantile, anxious and introverted socio-psychological personality types have an increased level of personal anxiety, therefore, they experience fears of the highest intensity; they have an average personality level; and, consequently, fears of medium intensity;
- the relationship between fears and socio-psychological personality types was established (a harmonious social-psychological personality type was not associated with fears; a positive correlation was established between a sensitive social-psychological personality type and the fear of spiders and snakes, crime, fear of exams; a positive correlation was established between the introverted personality type and fear of spiders and snakes, crime,

bosses, heart disease, the future, exams, war, death, fears related to sexual function; a negative correlation was established the connection between the conforming personality type and the fear of the dark, crime, bosses, heart disease, war, fear of closed spaces; a positive correlation was established between the dominant personality type and the fear of old age, poverty, death, height, fear of the negative consequences of illnesses of loved ones, and negative correlation with fear of heart disease; set Lena positive correlation between infantile personality type and fear of insanity, superiors, responsibility, fear of illness of loved ones, changes in personal life, fear of public speaking; a positive correlation was established between an anxious personality type and fear of the dark, changes in personal life, poverty, war, fear of contracting any disease and fears related to sexual function);

- determined propensity to coping strategies with fear in students with different socio-psychological personality types (for students with a harmonious social-psychological personality type, the use of identification is characteristic; for sensitive - care; for introvert - suppression; for dominant and conforming - denial and overcompensation; for for the infantile - regression; for the anxious - stunning. At the same time, the general protective strategy for all socio-psychological personality types, except for the conformist, is suppression).

## ЗМІСТ

|   |            |
|---|------------|
| <b>ВСТУП.....</b>   | <b>23</b>  |
| <b>РОЗДІЛ 1. ПРОБЛЕМА СТРАХІВ В ДОСЛІДЖЕННЯХ ВІТЧИЗНЯНИХ<br/>ТА ЗАКОРДОННИХ ПСИХОЛОГІВ.....</b> | <b>32</b>  |
| 1.1.Страхи, види страхів, підходи до визначення страхів.....                                    | 32         |
| 1.2.Підходи до дослідження в зарубіжній і вітчизняній<br>психології.....                        | 49         |
| 1.3.Класифікація страхів.....   | 64         |
| Висновки до розділу 1.....  |            |
| <b>РОЗДІЛ 2. ЮНАЦЬКИЙ ВІК, ЯК ПЕРІОД СТАНОВЛЕННЯ<br/>ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА.....</b>              | <b>77</b>  |
| 2.1 Загальна характеристика юнацького віку.....   | 77         |
| 2.2 Актуальні соціальні страхи студентської молоді.....   | 87         |
| 2.3.Терапія соціальних страхів здобувачів вищої освіти.....                                     | 93         |
| Висновки до розділу 2.....  |            |
| <b>РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ПРОЯВУ СТРАХІВ У<br/>ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ.....</b>                 | <b>110</b> |
| 3.1 Методи та методики емпіричного дослідження.....   | 110        |
| 3.2. Учасники емпіричного дослідження.....  | 114        |
| 3.3. Результати емпіричного дослідження та їх аналіз.....                                       | 115        |
| 3.3.1. Результати діагностики по методиці Г.Айзенка (ЕРІ).....                                  |            |
| 3.3.2. Аналіз результатів дослідження по методиці<br>Ч.Спілбергера.....                         | 118        |
| 3.3.3. Аналіз результатів дослідження по методиці Л.Рабінович.....                              | 122        |
| 3.3.4. Аналіз результатів дослідження по методиці Бека.....                                     | 125        |
| 3.3.5. Аналіз результатів дослідження по методиці ШДЕ.....                                      | 129        |
| 3.3.6 Аналіз результатів по методиці «Страх перед успіхом».....                                 | 134        |
| 3.3.7 Аналіз результатів по методиці «Страх смерті».....  | 139        |

|  |            |
|--|------------|
| 3.4. Корекційна робота щодо подолання страхів у студентів..... | 144        |
| Висновки до розділу 3.....                                     | 160        |
| <b>ЗАГАЛЬНІ ВИСНОВКИ .....</b>                                 | <b>153</b> |
| <b>СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ .....</b>                                 | <b>157</b> |
| <b>ДОДАТКИ</b>   |            |

## ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Емоційна сфера людини завжди була в центрі особливої уваги вітчизняних психологів, оскільки освіта передбачає розвиток певного емоційного ставлення до навколишнього світу, зокрема до цінностей, норм та ідеалів суспільства. Емоційний розвиток — природний процес, що має певну логіку і в кінцевому рахунку визначається загальною логікою розвитку особистості дитини в цілому, зміною видів діяльності, в яких формуються емоційні процеси і деталі дитини. Взаємодія зі світом людей і предметів. Надалі на цій основі формується особлива психічна діяльність — емоційна уява. Останнє являє собою сплав емоційних і когнітивних процесів, специфічних для людських почуттів (Л.С. Виготський). Ця афективно-пізнавальна діяльність, подібно до інтелектуальної діяльності, спочатку складається як зовнішня і потребує зовнішньої підтримки для її реалізації (зорове сприйняття, приклад інших людей, оцінка).

Важливість вивчення вікових характеристик емоційної сфери особистості пов'язана з тим, що існує тісний зв'язок між емоційним та інтелектуальним розвитком. Є.І. Янкіна вказує на те, що порушення в емоційному розвитку людини призводять до того, що людина не може використовувати інші навички, зокрема інтелект, для подальшого розвитку. У молодих людей з емоційними розладами переважають негативні емоції, такі як біль, страх, гнів, сором і огида. Вони мають високий рівень тривоги і рідко виражають позитивні емоції. Рівень розвитку інтелекту успішних людей відповідає середнім значенням згідно з тестом Векслера. Страх — це емоція, яка виникає в ситуаціях загрози для біологічного або соціального існування індивіда і звертається до джерела реальної або уявної небезпеки. Страх — це афективний стан розуму, що передчуває небезпеку, при якому реальна небезпека загрожує зовнішнім і невротичним об'єктом, з вимогою на



потяг. На відміну від болю та інших видів страждань, викликаних фактичною дією небезпечних факторів, страх виникає, коли вони проростають.

Підлітковість і юність традиційно вважаються складнішим періодом розвитку, ніж середнє дитинство. Це час фізичних, пізнавальних та емоційних перетворень, які приносять дитину до повноліття. Він додав, що соціальні вимоги, які ставляться до дитини батьками, однолітками, вчителями та самою громадою, змінюються. З одного боку, цей складний період характеризується негативними проявами, дисгармонії у формуванні особистості, дезінтеграцією раніше встановленої системи інтересів дитини. З іншого боку, отрочество характеризується багатьма позитивними факторами: Самостійність дитини зростає, стосунки з іншими дітьми та дорослими стають різноманітнішими та значущими, сфера їх діяльності значно розширюється тощо. Головне, що цей період відрізняється входженням дитини в якісно нову соціальну позицію, в якій в його совісті формується ставлення до себе як до члена суспільства.

Формування повноцінної активної особистості повинно ґрунтуватися, насамперед, на вихованні дитячого почуття власної гідності, усвідомленні власної гідності, повазі до себе та віри у власну силу. Дитина повинна прагнути бути собою, на відміну від інших. Однак страх іноді потрапляє в спосіб формування повноцінної особистості. Ніхто ніколи не відчував цього відчуття. Турбота, тривога, страх, тривога — це ті ж невіддільні емоційні характеристики нашого психічного життя, як радість, насолода, гнів, здивування, смуток. До того чи іншого ступеня, хвилювання і тривога перед публічним зверненням, відповідальним іспитом, зустріч з уповноваженою особою знайомі практично кожному. Певною мірою цей страх відіграє позитивну роль: Він змушує його мобілізувати наявні ресурси, підготуватися до тесту і підвищує почуття відповідальності. Але буває й так, що страх набуває зовсім іншої природи і замість мобілізації ресурсів, призводить до його блокади, починає пригнічувати будь-яку форму соціальної активності і приносить багато неприємних переживань. Тому важливо, щоб страхи не

стали причиною неадекватності підлітка, його ізоляції, недовіри, відчуження від суспільства.

Дослідження феномена страхів безпосередньо пов'язане з вивченням проблеми емоцій, яка ще не достатньо розроблена у психологічній науці. Деякі аспекти емоційних проявів особистості, так чи інакше пов'язані з виникненням страхів, досліджувалися у працях Н.С.Аболіна, П.К.Анохіна, А.М.Ананьєва, Г.М.Бреслава, В.К.Вілюнаса, Б.І.Додонова, О.В.Запорожця, Є.П.Ільїна та ін. Основні аспекти розгляду проблеми страхів були викладені в роботах зарубіжних авторів, таких як: Холл С., Грос К., Штерн В., Селлі Д., Мак-Дугалл, Уотсон Д., Бюлер К., Ізард К., Фрейд З., Фрейд А., Адлер А., Хорні К., Саллівен Г.С., Роджерс К, Келлі Д. та багато інших. У вітчизняній психології проблема страхів була розглянута в роботах: Каптерева П.Ф., Зіньківського В.Д., Гарбузова В.І., Гриншпун І.Б., Захарова А.І., Мухіної В.С, Співаковський А.С., Еберлейн Г., Жуковської Н.С., Гурьевой В.А., Сімсон Т.П., Чередникової М.П., Лебединського В.В., Леві В.Л. та багатьох інших. Аналіз спеціальної літератури показує, що проблема страху вельми детально досліджена на психофізіологічному, соціально-психологічному і соціально-філософському рівні. Необхідно відзначити, що більша частина досліджень присвячена дитячим страхам (Л.І.Божовіч, 1968, 1972; М.І.Буянов, 1984; В.І.Гарбузов, 1990; Н.С.Жуковская, 1971; А.И.Захаров, 2000 ; Д.Н.Ісаева, 1975; В.Р.Кісловская, 1980; И.С.Кон, 1980, 1989; Е.В.Новікова, 1988; Б.І.Кочубей, 1988; ВЛПетрунек, 1984; И.Е .Плотінекс, 1991; А.М.Прихожан, 1994; А. С. Співаковська, 2000; Л.Н.Таран, 1984, 1991; Н. Н. Толстих, 1990; Г.Еберлейн, 1981 і ін.), а також страху як психопатологічному явищу (О. Ранк, 2001; С.М. Ушаков, 1974; З. Фрейд, 1989; І. К. М'ясищев, 1960; Б.Д. Карвасарский, 1982 і ін.). Розкриття соціально-філософського аспекту проблематики страхів стало предметом дослідження В.А.Андрусенко, А.О.Прохорова, С.С.Сизова та ін. Вивченню проблеми страхів присвячено велику кількість досліджень зарубіжних психологів (Д.Бретт, О.Кондаш, Д.Лейн, Р.Мей, Е.Міллер, Б.Філліпс, Л.Хевсов).

Проблема страхів становить інтерес для психологічної науки і є надзвичайно актуальною та важливою для вирішення цілої низки питань: успішна адаптація юнаків до навчання у ВНЗ, формування адекватної самооцінки, попередження виникнення невротичних проявів та ін.

Отже, актуальність теми визначається необхідністю вивчення генезису, форм і проявів страхів з огляду на необхідність їх своєчасної корекції.

**Об'єкт дослідження:** емоційна сфера особистості.

**Предмет дослідження:** страхи та тривожність у юнацькому віці.

**Мета дослідження:** отримати показники кількісні та якісні, які свідчать про прояви тривожності і страху у студентів ВНЗ.

**Гіпотеза дослідження:** припущення про існування вікових, гендерних та особистісних особливостей формування та прояву тривожності і страхів у юнацькому віці.

Згідно мети дослідження та сформульованої гіпотези ми вирішували слідує **завдання:**

- проаналізувати літературні джерела по темі тривожності та страхів в юнацькому віці;
- виявити поняття та особливості формування і прояву тривожності і страхів;
- отримати кількісні показники прояву сформованих страхів та фобій, тривожності з урахуванням індивідуально-типологічних особливостей особистості;
- підібрати методики, які адекватні меті дослідження;
- провести емпіричне дослідження;
- проаналізувати отримані результати і сформулювати висновки.

Аналіз спеціальної літератури показує, що проблема страху вельми детально досліджена на психофізіологічному, соціально-психологічному і соціально-філософському рівні. Необхідно відзначити, що більша частина досліджень присвячена дитячим страхам (Л.І.Божовіч, 1968, 1972; М.І.Буянов, 1984; В.І.Гарбузов, 1990; Н.С.Жуковская, 1971; А.И.Захаров, 2000 ;

Д.Н.Исаева, 1975; В.Р.Кісловская, 1980; И.С.Кон, 1980, 1989; Е.В.Новікова, 1988; Б.І.Кочубей, 1988; ВЛПетрунек, 1984; И.Е .Плотінекс, 1991; А.М.Прихожан, 1994; А. С. Співаковська, 2000; Л.Н.Таран, 1984, 1991; Н. Н. Толстих, 1990; Г.Еберлейн, 1981 і ін.), а також страху як психопатологічному явищу (О. Ранк, 2001; С.М. Ушаков, 1974; З. Фрейд, 1989; І. К. Мясіщев, 1960; Б.Д. Карвасарский, 1982 і ін.).

#### **Методологічною основою дослідження є:**

- Концептуальні положення філософії, що розкривають проблеми існування страху і тривоги в історії людства (Е.Банка, С. Кьєркегор, Дж.Локк, Р .Нібур, Б.Паскаль, Б.Спиноза, П.Тілліх, М.Хайдеггер та ін.) ;

- Фундаментальні ідеї вітчизняної та зарубіжної психології в області психології емоцій (П.К.Анохин, Ф.Б.Березін, В.К.Вшпонас, Л.С.Виготський, Д. Айке, Дж.Боулбі, Дж.Грей, І. Дафі, К.Ізард, А.Н.Леонтьев, О.Маурер, СЛ.Рубінштейн, П.В.Симонов, Ч.Д.Спілбергер, СТомкінс, П.М.Якобсон та ін.);

- Праці з психології страху (Д.Айке, В.М.Астапов, Ф.Б.Березін, Р. Мей, Ч.Д.Спілбергер, З.Фрейд, К.Хорни, і ін.), Праці з психопрофілактике страхів (Л.С.Акопян, Ф.Б.Березін, А.И.Захаров, К.Ізард, А.Маслоу, З.Фрейд та ін.);

- Теоретичні підходи до соціально-психологічного дослідження особистості (Г.В. Акопов, Г.М.Андреева, Е.С.Кузьмін, Д.Майерс, В.М.Мініяров, В.Н.Мясіщев, БД.Паригін, В.А.Ядов, Н.Н.Ярушкін та ін.).

#### ***Методи та методики дослідження.***

В нашому дослідженні ми використовуємо три групи методів:

1. Теоретичні методи. Ця група методів використовується для аналізу літературних джерел. Ми проаналізували і зіставили літературні джерела та виявили особливості понять тривога, тривожність, страхи, фобії, прояви страхів і фобій.

2. Група методів – емпіричні, які використовуються для психодіагностики прояву фобій та страхів. (Особистісний опитувальник

Г.Айзенка. Тест на темперамент ЕРІ; Шкала особистісної на ситуативної тривожності Ч.Спілбергера; Шкала депресії Бека; Шкала диференційних емоцій ШДЕ; Чотирьохмодальний емоційний опитувальник Л.Рабінович. Методика Відношення до смерті і страх смерті. Методика Страх перед успіхом М.Хорнер.)

3. Математико-статистичні. Для виявлення вікових, статевих і індивідуально-типологічних особливостей. Для цього ми використовуємо метод середніх значень.

#### **Наукова новизна дослідження:**

- Визначена спрямованість страхів у студентів в період їх навчання у вузі (провідними страхами є соціальні, серед яких перше місце займають страхи, пов'язані з навчальною діяльністю: страх перед іспитами, страх відповідальності, страх перед викладачем і страх перед публічними виступами; друге місце - страхи, пов'язані зі змінами в їх особистому житті і страх злочинності; третє місце - страх бідності);

- Виявлено взаємозв'язок рівня особистісної тривожності з інтенсивністю прояви страху у студентів з різним соціально-психологічним типом особистості (студенти інфантильного, тривожного і інтровертивного соціально-психологічного типу особистості володіють підвищеним рівнем особистісної тривожності, отже відчувають страхи більш високої інтенсивності; студенти сензитивного і гармонічного соціально-психологічного типу особистості володіють середнім рівнем особистісної тривожності, і, отже, страхами середньої інтенсивності; представники домінуючого і конформного типу особистості, володіють низьким рівнем особистісної тривожності і менш всіх схильні переживання страху);

- Встановлено взаємозв'язок між страхами і соціально-психологічними типами особистості (у гармонійного соціально-психологічного типу особистості не виявлено зв'язок зі страхами; встановлена позитивна кореляційний зв'язок між сензитивним соціально-психологічним типом особистості і страхом павуків і змії, злочинності, страхом перед іспитами;

встановлена позитивна кореляційна зв'язок між інтровертованим типом особистості і страхом павуків і змій, злочинності, начальства, хвороби серця, перед майбутнім, перед іспитами, війни, глибини, страхами пов'язаними зі статевою функцією; встановлена негативний кореляційний зв'язок між конформним типом особистості й страхом темряви, злочинності, начальства, хвороби серця, війни, боязню замкнутих просторів; встановлена позитивна кореляційний зв'язок між домінуючим типом особистості і страхом старості, бідності, смерті, висоти, страхом перед негативними наслідками хвороб близьких людей, і негативний кореляційний зв'язок зі страхом хвороби серця; встановлена позитивна кореляційний зв'язок між інфантильним типом особистості і страхом божевілля, начальства, відповідальності, страхом хвороби близьких, змін в особистому житті, страхом перед публічними виступами; встановлена позитивна кореляційний зв'язок між тривожним типом особистості і страхом темряви, змін в особистому житті, бідності, війни, страхом захворіти яким-небудь захворюванням і страхами, пов'язаними з статевою функцією);

- Визначена схильність до стратегій оволодіння зі страхом у студентів з різним соціально-психологічним типом особистості (для студентів гармонійного соціально-психологічного типу особистості характерне використання ідентифікації; для сензитивного - догляд; для інтровертивного - придушення; для домінуючого і конформного - заперечення і гіперкомпенсація; для інфантильного - регресія; для тривожного - оглушення. Водночас, загальної захисної стратегією для всіх соціально-психологічних типів особистості, крім конформного, є придушення).

**Теоретична значимість** дослідження полягає в тому, що його результати розширюють наукове уявлення про прояви емоційної сфери студента, де страх як психічний стан детермінований соціально-психологічними факторами, актуалізованими на важливому етапі професіоналізації особистості; а також дозволяють на теоретичній основі визначити нестандартні підходи до вивчення схильності до певних видах

страху і стратегіям оволодіння зі страхом в соціальній групі студентів залежно від соціально-психологічного типу особистості; розроблений підхід служить базисом для нових наукових розробок в галузі соціальної психології освіти; крім того, показують дослідне поле в таких галузях як соціальна психологія особистості у професійній діяльності та соціальна психологія організацій.

**Практична значущість** дослідження визначається реальними можливостями використання його результатів у соціальній психології освіти, так як вирішують актуальні питання, пов'язані з професійним становленням особистості в умовах вищої школи; а також дозволяють здійснити диференційований підхід до вивчення страхів і захисних стратегій у студентів з різним соціально-психологічним типом особистості; відкривають нові можливості для розробки програм, що сприяють корекції страху з урахуванням індивідуальних характерологічних особливостей особистості

**Полігоном дослідження** являється ВНЗ.

**Структура роботи:** вступ, два розділи - теоретичний та емпіричний, висновки, список літературних джерел, додатки.

Робота містить: 19 таблиць, 11 рисунків, 120 літературних джерел.

Ключові слова: страх, тривога, хвилювання, передумови страхів, фобії.

## ВИСНОВКИ

Страхи — негативні, емоційні та неприємні переживання. Зазвичай вони виконують захисну функцію (самозбереження), тому необхідні для правильного розвитку людини і побудови поведінки. Емоції страху виникають у відповідь на загрозливу дію. Страх — це відповідь на небезпеку, відчуття небезпеки.

Майже всі люди відчувають тривогу щодо наступної зустрічі, розмови з іншими людьми, від чого залежить результат їх справи до того чи іншого ступеня. Багато хто боїться говорити публічно. Ці нормальні соціальні страхи викликають деякі незручності, але їх присутність не «блокує доступ кисню»: Люди можуть вчитися і зробити кар'єру досить успішно після подолання цих страхів. Якщо це не соціальний страх, а соціофобія, то прояви і наслідки набагато серйозніші. Люди з соціальною фобією переживають наполегливий і необґрунтований фіксований страх соціальних ситуацій. Цей інтенсивний страх може буквально «клітку»: Перетворити людину на раба своєї фобії, ізолювати його від взаємодії. У деяких яскравих випадках соціальної фобії люди втрачають роботу і стають ув'язненими.

Згідно з матеріалом, що вивчається, можна виділити два типи вродженого страху (ген статину також називали «геном страху» через роль білка в роботі структур мозку, пов'язаних з емоціями, в основному амігдаліні і його сполуки). Порушення патерну фосфорилювання статину спостерігається при шизофренії та хворобі Альцгеймера) та біологічних (морбід, біологічний, невротичний, віковий, виправданий та не виправданий).

Дослідження підтвердили гіпотезу і показали, що існують вікові, гендерні та особистісні характеристики утворення і прояву тривоги і страхів у молоді.

Починаючи з 1960 року часто використовували списки предметів страху у вигляді шкал з ранжуванням степені страху. Кількість людей з



даним страхом на 1000 чоловік населення. Пік страхів спадає на вік 17-20 років. На цьому піку:

- 650чол./1000чол – страх висоти, грози, змій та соціальних ситуацій.

- 100чол/1000чол. – страх смерті, травми, самотність.

- 50-77чол/1000чол – страх уколів, лікарів.

Саме тому можна стверджувати, що вікові особливості певною мірою впливають на прояви страхів.

Повідомлення М.Хорнер в 1960 році привернула увагу всіх психологів шокуючою інформацією – існуванням нового виду страху – страху боязні успіху. Ця тенденція більш актуальна для жінок ніж для чоловіків і умовно містить деякі положення:

1. Страх успіху пов'язаний з домінуванням чоловіків або жінок у професії (жінкам незручно, коли вони досягають успіху в області діяльності, де домінують чоловіки);

2. Страх успіху пов'язаний з ситуацією формування особистого життя (жінки вважають, що їх успіх може зашкодити формуванню міжособистісних відносин, тобто чоловіки не будуть на своїй тарілці з інтелектуальною і успішною жінкою);

3. Страх успіху, як і страх перед невдачею, впливає на прояв особистості в цілому, оскільки показує, що успішними є особи, які вміють рівномірно розподіляти свої зусилля з часом, а невдачі – найбільш неефективні особи, які не вміють визначати мету і вибирають дії для її досягнення;

4. Самознищення при досягненні ефективності виявляється обвалом гонки і вказує на неможливість стартувати над. Поразка сама виступає як складова, що лягає на плечі індивідуума і зв'язує його зі страхом.

Це є свідченням гендерних особливостей і прояву страху.

Крім того, можна стверджувати, що анкети залежать не тільки від сприйняття ситуації і ставлення до часу, але і від індивідуальних

типологічних характеристик і домінуючих емоцій. Інтроверти найбільш фаталістичні і екстраверти найбільш схильні уникати і приймати утікаючих від смертельного розвитку ситуації. Середня швидкість страху перед смертю серед молодих студентів становить 90.13%, дуже високий показник, що вказує на жахливу реальність сьогодення. Такий зв'язок зі смертю важливий при коригуванні управління переживаннями і проявами страху в практичній діяльності психолога при формуванні картини миру і життя (позитивного або негативного). Наша суперсвідомість пов'язана з життям так, ніби ми безсмертні. Тому люди спокійно дивляться телепередачі, які мають робити зі смертю. Але є і конструктивні потуги, які невіддільні від життя, коли страх смерті проявляє себе як інстинкт самозбереження. Іноді страх ніби зникає, але під впливом кон'юнктури і політичної кон'юнктури виявляється відчужений стан, що не залежить від індивіда. Тому саме молоді люди в сучасному суспільстві потребують кваліфікованої допомоги фахівця. Страх перед смертю може мати не тільки негативні наслідки для життя людини, але й поліпшити її. У певному сенсі страх змушує людину відчувати і цінувати більш інтенсивно свої щасливі моменти, стимулює активність і не дозволяє йому відкладати життя на пізніше. Це спонукає людину глибше вивчити свою природу і рухатися в напрямку до істинного буття, визначити сенс свого існування, визначити сенс своєї духовності.