

В. Ю. Адамовская

ВЗАИМОСВЯЗЬ ОТНОШЕНИЯ К ОПАСНОСТИ И ПЕРЕЖИВАНИЕ СТРАХОВ И ФОБИЙ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

Статья посвящена исследованию взаимосвязи отношения к опасности и переживанию страхов и фобий в юношеском возрасте. Разъяснены понятия «отношение к опасности», «страх», «фобия». Представлены результаты эмпирического исследования по опроснику на выявление типа отношения к опасности (студенты) (В. Г. Маралов, Е. Ю. Малышева, О. В. Смирнова, Е. Л. Перченко, И. А. Табунов), «Опроснику иерархической структуры актуальных страхов личности» (Ю. Щербатых и Е. Излевой) и «Чего мы боимся» В. Леви (С-тест).

Говоря об отношении к опасности, лучше всего обратиться к пирамиде потребностей по А. Маслоу. Отношение к опасности – это та же потребность в безопасности – стоит у него на втором месте после естественных физиологических потребностей, значит она весьма важна для человека.

В своем труде «Теория о человеческой мотивации», опубликованном в журнале *US Psychological Review*, он писал:

«Здоровый, нормальный, удачливый взрослый в нашей культуре в основном удовлетворен в его потребностях безопасности. Мирное, гладкое управление, хорошее общество обычно заставляет своих участников чувствовать себя достаточно в безопасности от диких животных, экстремальных значений температуры, преступников, нападения и убийства, тирании, и т.д. Поэтому в очень реальном смысле, у него больше нет потребностей безопасности как активных факторов мотивации. Так же, как пресыщенный человек больше не проголодался, безопасный человек больше не чувствует себя подвергаемым опасности.

Другие более широкие аспекты попытки искать безопасность и стабильность в мире замечены в очень общем предпочтении знакомых, а не незнакомых вещей, или известного, а не неизвестного.

Иначе говоря, потребность в безопасности рассматривается как активный и доминирующий мобилизатор ресурсов организма только в чрезвычайных ситуациях, например: война, болезнь, природные катастрофы, волны преступности, социальная дезорганизация, невроз, травма головного мозга, хронически плохая ситуация» [1].

Когда человек недостаточно уверен в своей безопасности, у него развиваются страхи и фобии.

Страх существует независимо от культуры и уровня развития народа или его отдельных представителей; единственное, что изменяется, – это объекты страха. Мы уже не боимся грома и молнии, затмений солнца и других небесных тел, относясь к ним просто как к интересным явлениям природы. Сегодня мы испытываем страх перед угрозой новых болезней, терроризмом, возможными несчастными случаями на транспорте, страх старости, бедности и одиночества [2].

На протяжении человеческой истории объекты, вызывающие страх, претерпевают значительные изменения, их круг расширяется, происходит их интериоризация: к внешнему страху прибавляется страх перед своей внутренней природой, перед самим собой [3].

Страх в современном мире осуществляет две функции: с одной стороны, страх активизирует нас, выступая в качестве активно-оборонительной реакции, с другой – парализует, проявляясь в пассивно-оборонительных реакциях, таких как оцепенение, ступор и т. д. Страх всегда есть сигнал предупреждения об опасности, содержащий

импульс к преодолению этой опасности. Однако страх также может держать человека в постоянном напряжении, порождая неуверенность в себе и не позволяя реализоваться в полную силу [2].

Дотрудовая стадия, включающая в себя период жизни, связанный с обучением и освоением профессии, характерная для студентов, может сопровождаться страхами социального характера. Имея небольшой жизненный опыт и, как правило, материальную зависимость от родителей, у большинства современных студентов присутствует высокий уровень притязаний, большие планы на будущее. Но, в связи с этим же, возрастает их внутреннее волнение, появляются новые страхи, которые сужают личностные возможности и, соответственно свободу действий молодых людей. Страхи в этот период быть связаны с угрозой не получить образование, не освоить профессию, которая бы делала труд личности значимым и востребованным в обществе и обеспечила ей достаточный уровень жизни [4].

Долгое наличие страха у человека может перерасти в фобию. Фобии не возникают на пустом месте, они являются результатом незрелости нервной системы или перенесенного тяжелого стресса. Фобии, страх и ужас могут рождаться не только в результате негативных переживаний, но и по причине хронической фрустрации, разочарования [5].

Согласно Н. Е. Миллер, страхи становятся фобиями, когда влекут за собой превышение нормативного проявления, заданного данной ситуацией, не могут быть обоснованы или логически опровергнуты, неконтролируемы, ведут к избеганию предмета страха, сохраняются в течение длительного периода, плохо приспособляемы и не являются специфическими для определенного возраста и уровня развития.

Для выявления взаимосвязи между отношением к опасности и переживания страхов и фобий были использованы следующие методики: опросник на выявление типа отношения к опасности (студенты) (В. Г. Маралов, Е. Ю. Малышева, О. В. Смирнова, Е. Л. Перченко, И. А. Табунов), «Опросник иерархической структуры актуальных страхов личности» Ю. Щербатых и Е. Ивлевой, тест «Чего мы боимся» В. Леви (С-тест).

Результаты проведенного исследования о взаимосвязи отношения к опасности и переживания страхов и фобий отражены в таблицах 1 и 2.

Взаимосвязь между результатами исследования типа отношения к опасности студентов и уровнем выраженности фобий, результаты исследования представлены в таблице 1.

Таблица 1 – Результаты взаимосвязи между типом отношения к опасности и уровнем выраженности фобий у студентов

Уровень выраженности фобий	Тип отношения к опасности			Достоверность взаимосвязи по критерию χ^2 Пирсона
	Адекватный	Тревожный	Игнорирующий	
Низкий	10	6	32	$\chi^2_{\text{эмп}} = 13,277$ При $p < 0,01$
Средний	18	8	0	
Высокий	4	82	0	

Согласно результатам исследования, представленным в таблице 1, у студентов с высоким уровнем выраженности фобий выявляется и тревожный тип отношения к опасности, так же эта группа студентов составляет 51 % из всех принявших участие в исследовании. Связан и игнорирующий тип отношения к опасности с низким уровнем выраженности фобий, они составляют 20 %. Адекватный тип отношения к опасности можно связать с средним уровнем выраженности фобий – 11 %.

Взаимосвязь между результатами исследования типа отношения к опасности студентов и типом относительно страха, представлена в таблице 2.

Таблица 2 – Результаты взаимосвязи между типом отношения к и типом относительно страха студентов.

Тип относительно страха	Тип отношения к опасности			Достоверность взаимосвязи по критерию χ^2 Пирсона
	адекватный	тревожный	игнорирующий	
Альфа Смелый	1	9	3	$\chi^2_{\text{эмп}} = 20,09$ при $p = 0,01$
Бета Уверенный	12	4	10	
Гамма Колеблющий	17	23	18	
Тета Тревожный	7	41	0	
Омега Трепещущий	0	14	1	

Согласно результатам исследования, представленным в таблице 2, студенты с тревожным типом отношения к опасности и Тета Тревожным типом относительно страха занимают самый высокий процент – 25, 6 %. Так же высок процент у тревожного типа отношения к опасности и Гамма Колеблющегося типа относительно страха – 14, 3 %. Практически равномерно разделились студенты с адекватным и игнорирующим типом отношения к опасности и Гамма Колеблющимся типом относительно страха – 10, 6 % и 11, 2 %. Наименьший процент занимают студенты с игнорирующим типом отношения к опасности и Омега Трепещущим типом относительно страха, и адекватным типом отношением к опасности и Альфа-Смелым типом относительно страха – по 0,6 %.

Для статистической проверки взаимосвязи выдвинем следующие гипотезы:

H_0 : между типом отношения к опасности и типом относительно страха не существуют различия.

H_1 : между типом отношения к опасности и типом относительно страха существуют различия.

Для проверки достоверности был рассчитан критерий χ^2 Пирсона, который равен $\chi^2_{\text{эмп}} = 13, 277$ при $p < 0, 01$ для взаимосвязи между типом отношения к и типом относительно страха студентов и $\chi^2_{\text{эмп}} = 20,09$ при $p = 0, 01$ для взаимосвязи между типом отношения к и типом относительно страха студентов.

Таким образом, связь между факторным и результативными признаками попадает в зону значимости. Гипотеза H_0 отклоняется и принимается альтернативная ей гипотеза H_1 .

Из полученных статистических данных делаем вывод о том, что взаимосвязь между типом отношения к опасности и уровнем выраженности фобий существует и явно видна. У студентов с адекватным типом отношения к опасности преобладает средний или низкий уровень выраженности фобий, а у студентов с тревожным типом отношения к опасности – высокий уровень выраженности фобий. Взаимосвязь между типом отношения к опасности и типом относительно страха существует и явно видна. Студенты с тревожным типом относятся к Гамма Колеблющим и Тета Тревожным типам, а студенты с адекватным типом – к Бета Уверенному типу и так далее.

Подробный анализ исследования позволяет выявить взаимосвязь между отношением к опасности и переживанием страхов и фобий в юношеском возрасте. Таким образом, студент с игнорирующим типом к опасности имеет низкую выраженность фобий и менее подвержен страхам, напротив, если тип отношения тревожный, то преобладает высокая выраженность фобий и большая подверженность страхам.

Гипотеза подтверждена и подробным анализом по каждой методике. Такие студенты производят впечатление человека достаточно уверенного, но внутри не совсем таковы. Уровень тревожности, в общем, в норме, но в некоторых сферах и в некие времена выходит за ее пределы: бывают состояния мнительности и тревоги, не вполне оправданные обстоятельствами. Свое беспокойство они скрывают, иногда становясь чересчур суетливыми, а когда хотят скрыть страх от себя самих, появляется агрессивность. От окружающих они это могут скрывать, но от себя скрыть не могут. Свою

жизнь строят либо по принципу наименьшего риска, либо, наоборот, по принципу наибольшего, чтобы компенсировать внутреннее избыточное присутствие страха. При реальных угрозах могут проявлять несоразмерное неистовство, а иногда – отступать.

У большинства студентов выявлены социальные страхи, то есть страх перед публичными выступлениями, экзаменами, вызовом на «ковер», болезнями близких, бедностью и страх агрессии по отношению к близким.

Литература

1 Maslow, A. A Theory of Human Motivation. Psychological Review, 1943. – № 50. – P. 370–396.

2 Вагин, И. Победы свои страхи / И. Вагин. – СПб. : Питер, 2003. – 251 с.

3 Практикум по психодиагностике. Психодиагностика мотивации и саморегуляции / А. И. Зеличенко, И. М. Карлинская, С. Р. Пантеев и др. – Москва : Академический проспект, 2005. – 340 с.

4 Захаров, А. И. Как помочь нашим детям избавиться от страха / А. И. Захаров. – СПб.: Гиппократ, 2005. – 128 с.

5 Гарбузов, В. И. Нервные дети / В. И. Гарбузов. – Л. : Медицина, 1996. – 176 с.