(cc) BY

Автор:

Вельмова Александра Михайловна

студентка

ФГБОУ ВО «Иркутский государственный университет»

г. Иркутск, Иркутская область

СТРАХ КАК ФЕНОМЕНОЛОГИЧЕСКАЯ КАТЕГОРИЯ

Аннотация*: в статье раскрывается сущностная характеристика понятия «страх», особенности страхов в старшем дошкольном возрасте. Автор заключает, что количество страхов, интенсивность их проявления и характер являются индивидуальными, а причины возникновения страхов обусловлены прежде всего особенностями взаимоотношений с родителями и другими людьми.*

Ключевые слова*: страх, детский страх, старший дошкольник.*

На данный момент в научной литературе отсутствует единый подход к определению понятия «страх».

Первые работы, в которых поднималась активно тема страхов человека, относится к психоаналитическому направлению. З. Фрейд определяет страх как состояние аффекта, объединение определенных ощущений, относящихся к ряду удовольствие – неудовольствие с соответствующими иннервациями разрядки напряжения и их восприятия.

В психологическом словаре под редакцией В.В. Юрчука, страх определяется как аффективно-чувственная эмоция, которая возникает в обстоятельствах угрозы, боязни за свою социальную или биологическую экзистенцию у субъекта.

В работе Р.В. Овчаровой страх рассматривается как эмоциональное отражение в сознании человека конкретной угрозы для его жизни и благополучия. В этих и других определениях акцентируется внимание на то, что возникновение страха связано с ситуацией угрозы реальной или воображаемой.

Страх – это эмоция человека и ее возникновение с физиологической точки зрения связано с формированием естественной рефлекторной реакции. К. Изард

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

указывает, что страх основан на действии инстинкта самосохранения и носит защитно-рефлекторный характер. Когда человек переживает страх, это эмоциональное состояние сопровождается физиологическими изменениями в высшей нервной деятельности и влияет на частоту пульса и дыхание, показатели артериального давления и выделение желудочного сока [1].

Возникновение страха как эмоции обусловлено появление угрозы. В.Л. Леви выделяет два типа угрозы, которые могут привести к необратимым последствиям. Первая, самая сильная угроза – это угроза смерти. Вторая угроза – это крушение жизненных ценностей, представлений о жизни, которые могут повлечь за собой серьезный риск для психологического и физического здоровья, субъективного и социального успеха человека [2].

Е.Ч. Макарова указывает, что страх является, с одной стороны, естественной эмоцией, с другой стороны, страх в силу разной степени выраженности может рассматриваться на разных уровнях. К этим уровням относят обычный, возрастной и патологический. Обычный уровень характеризуется тем, что страх возник в какой-то конкретной ситуации и при ее разрешении или завершении страх исчезает. Возрастной страх связан с психическими изменениями, которые происходят в личности на возрастном этапе. Патологический страх характеризуется тем, что он имеет устойчивую форму, высокую степень выраженности и длительно сохраняется, оказывая негативное влияние на психическое состояние и здоровье человека. В большинстве случаев страх имеет ярко выраженные внешние невербальные проявления, но в то же время, в зависимости от степени выраженности страха эти проявления могут быть выражены не так явно.

Следуя объективному подходу к рассмотрению эмоции страха необходимо отметить, что, несмотря на отрицательную окраску, страх выполняет целый ряд функций, который играет важное значение в жизни человека.

Так, Ю.В. Щербатых указывает, что страх всегда сопровождает жизнь людей, в тоже время он способствует мобилизации творческого потенциала, выполняет защитную роль, служит своеобразным средством познания реального мира,

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

приводя к избирательному и критическому отношению к явлениям окружающего мира. Сильная степень выраженности страха обозначается как фобия. Фобия – это сильная, не имеющая под собой реальной основы боязнь чего-то. Например, пространства, высоты, животных, людей и т. д. Фобии с одной стороны являются следствием психического заболевания, неврозов, жизненных потрясений. С другой стороны, возникнув у психически здоровых людей, эти фобии могут привести к нарушению психического здоровья. Первичное формирование состояний с навязчивым страхом происходит в условиях внезапного переживания человеком отрицательной эмоциональной реакции. Человек может испытывать страх по отношению к очень широкому спектру окружающих предметов и явлений. Большинство страхов в основе своей опираются на бессознательные источники, либо частично на негативный опыт взаимодействия с тем или иным объектом и явлением.

Ю.В. Щербатых выделяет целый комплекс критериев различать понятия «страх» и «тревожность»:

– степень конкретности угрозы или опасности, на которую реагирует человек. Согласно этому критерию, страх является реакцией на реальную опасность, а тревожность переживается как неопределенная, смутная угроза или воображаемая;

– направленность угрозы, страх возникает тогда, когда нечто грозит самому существованию человека, то есть имеет место, случай «витальной угрозы». Тревожность чаще всего возникает, когда существует опасность разрушения ценности человека, его взаимоотношений с другими людьми, нарушение его образа «Я»;

– способ реагирования человека, в состоянии страха человек может вести себя и проявлять как стенические, так и астенические. В ситуации тревоги, как правило, проявляется недифференцированная поисковая активность;

– сложность организации переживания, поскольку, страх является базовой эмоцией, он устроен проще, чем тревожность, которая является некоторой «надстройкой» над страхом и тесным образом связана с другими эмоциям;

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

– интенсивность переживания. Существуют разные оттенки проявления страха – это тревога, опасение, боязнь, испуг, ужас. Эти состояния характеризуют степень нарастания страха [3].

А.И. Захаров считает, что тревога и страх имеют общий эмоциональный компонент, проявляющийся в виде волнения и беспокойства. Основным отличием тревоги от страха является то. что в тревоге возникновение беспокойства, ощущение опасности часто не имеет под собой реальных оснований. Человек испытывает разнообразные страхи, в связи с этим исследователями предприняты попытки классифицировать страхи [4].

Характеристики страха и его проявления являются достаточно многогранными. В связи с этим в научной литературе существует несколько вариантов классификации страхов, в основе каждой из которых лежат разные основания.

Ф. Риманом выделяются три основных вида страхов, реальный, невротический и свободный. Реальный страх отражает выражение инстинкта самосохранения и является реакцией на ситуацию внешней опасности. Невротический страх представляет собой разные формы «бесцельного» страха, которые возникают из-за отвлечения либидо от нормального применения. Свободный страх рассматривается как неопределенная боязливость или страх беспредметный, не связанный с каким-либо конкретным объектом, вызывающим этот страх.

В работе Р.В. Овчаровой выделяются следующие виды страхов, возрастные страхи и невротические страхи. Возрастные страхи отмечаются у эмоционально-чувствительных детей, представляют собой отражение особенностей их психического и личностного развития. Невротические страхи характеризуются большей эмоциональной интенсивностью и напряженностью, они являются более длительными и постоянными и оказывают негативное влияние на формирование личности ребенка. Возникновение невротических страхов связано с длительными и неразрешимыми переживаниями. Чаще боятся подобным образом дети чувствительные, у которых есть эмоциональное затруднение в общении с родителями. Они не могут полагаться на взрослых.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

В работе А.И. Захарова страхи различаются по следующим основаниям: по характеру страхи разделяются на природные, социальные, ситуативные и личностные; по степени реальности страхи делятся на реальные и воображаемые; по степени интенсивности различают страхи острые и хронические. Патологический страх проявляется в длительном навязчивом присутствии страха, отсутствии контроля за страхом со стороны сознания [4].

В педагогической литературе часто встречается разделение страхов на ситуативные и личностные. По мнению А.Н. Фокиной, возникновение ситуативного страха связано с какой-либо конкретной ситуацией, в которой возник страх. Личностный страх обусловлен характером человека, повышенной мнительностью и может проявляться в незнакомой обстановке.

Причиной возникновения страха бывают различными, но преимущественно это связано с межличностными взаимоотношениями.

Обобщая вышесказанное, мы можем сделать следующие выводы. Страх – это базовая эмоция человека, возникающая в результате опредмечивания тревожности под влиянием действительной или воображаемой опасности, угрозы существованию.

В работах А.И. Захарова, А.М. Панфиловой указывается, что в дошкольном возрасте дети переживают разнообразные страхи. Часть из них носят возрастной характер, часть из них являются личностными страхами, обусловленными комплексом причин. Л.В. Орлова указывает, что личностные страхи в старшем дошкольном возрасте имеют выраженный и устойчивый характер. На протяжении дошкольного возраста переживания страхов у детей изменяется. Постепенно уменьшаются страхи, связанные с боязнью звуков громких, незнакомых предметов, незнакомых ситуаций, но возрастает страх перед воображаемыми ситуациями, что связано с развитием воображения у детей.

Важное значение в развитии страхов играет реакция взрослого, который либо внимателен к детским страхам и стремится проанализировать и понять причины их возникновения и преодоления данного страха, либо позиции игнорирования детских страхов как незначимых.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Наиболее распространенной причиной возникновения страхов, как указывают А.С. Спиваковская, Т.М. Мишина, Л.А. Петровская, является неправильное воспитание ребенка в семье, сложные семейные отношения.

Многие страхи «навязаны» детям взрослыми, желающими с одной стороны оградить ребенка от опасности, призывающими его быть осторожными, с другой стороны проецирующих на ребенка свои собственные страхи.

Ю.А. Кочетова приводит результаты проведенного ею исследования, согласно которому наибольшее влияние на формирование страхов у детей дошкольного возраста оказывают родители. Содержание типичных страхов современных дошкольников обусловлено новой социальной ситуацией развития: ведущими страхами у старших дошкольников являются не страх смерти, как у их сверстников 20 лет назад, а страх нападения и наказания, страх не соответствовать требованиям родителей. При этом сохраняют свою актуальность «магические страхи» (сказочных персонажей, чудовищ и др.).

На возникновение страхов у мальчиков и девочек дошкольного возраста оказывают влияние разные факторы. В частности, А.И. Захаров выделяет факторы, которые влияют на формирование страхов у детей. К их числу он относит токсикозы беременности, страхи неожиданных внезапных ситуаций, открытость в характере, конфликтные отношения с отцом и физические наказания. Данные причины относятся к возникновению страхов у девочек.

Предрасположенность к появлению страхов у детей дошкольного возраста связана с повышенной внушаемостью у ребенка, в сочетании с его магическим мышлением, плохая переносимость ожиданий и неизвестности, наличие кошмарных страхов у родителей того же пола, невротическое расстройство личности у матерей, невротическая привязанность, невротическое расстройство формирующейся личности.

Многие страхи у детей дошкольного возраста подавляются бессознательно и находят свое выражение в различных действиях, когда ребенок не осознает страха, но ведет себя так, как будто испытывает этот страх, у него в поведении

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

проявляется беспокойство, волнение, нервный тремор, двигательная расторможенность и т. д.

Среди реальных страхов, как указывает А.И. Захаров, одно из первых мест занимает боязнь воды, за ним следует страх, связанный с угрозой нападения животных, а далее страх падения с большой высоты. В работе А.И. Захарова выделено 29 страхов, которые наиболее часто проявляются у детей старшего дошкольного возраста.

Таким образом, страх – это эмоциональное состояние, возникающее в ситуации угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленное на источник действительной и воображаемой опасности. В старшем дошкольном возрасте могут проявляться как возрастные, так и личностные страхи. Количество этих страхов, интенсивность их проявления и характер являются индивидуальными. А причины возникновения страхов обусловлены, прежде всего, с особенностями взаимоотношений с родителями и другими людьми.

Список литературы

1. Изард К. Психология эмоций [Текст]. – СПб.: Питер, 2007. – 327 с.

2. Леви В.Л. Приручение страха [Текст]. – М.: Метафора, 2006. – 192 с.

3. Щербатых Ю.В. Психология страха: Популярная энциклопедия [Текст]. – М.: Эксмо-Пресс, 2007. – 150 с.

4. Захаров А.И. Происхождение и психотерапия детских неврозов: Монография [Текст]. – СПб.: Каро, 2006.

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)