(cc) BY

Лопаткина Валерия Андреевна
студентка
Цыганенко Елизавета Евгеньевна
студентка

ГБОУ ВО «Кубанский государственный
медицинский университет» Минздрава России
г. Краснодар, Краснодарский край

СТРАХ КАК ФИЛОСОФСКАЯ ПРОБЛЕМА

Аннотация*: в статье рассмотрен страз как философская проблема. Авторы приходят к выводу, что страх есть практически у каждого из нас, однако кто-то может совладать с ним и двигаться дальше к поставленным целям, а кто-то не способен справиться с данной проблемой, которая вызывает чувство пустоты, неуверенности в себе, а также тормозит развитие личности.*

Ключевые слова*: философская проблема, страх, филосовия.*

Проблематика: Проблема страха актуальна в любом возрасте как у мужского, так и у женского пола. При этом пути решения ее для каждого индивидуальны. Исходя из этого определилась цель нашего исследования.

Методы исследования: теоретический анализ и обобщение научной и публицистической литературы, обзор социальных сетей, анкетирование.

Результаты: в ходе исследования было проведено анкетирование среди студентов КубГМУ, в результате которого выяснено, испытывают ли молодежь страх, что помогает им победить его, и мешает ли в достижении целей. 67% испытывает страх перед экзаменом и 47% в обыденной жизни. Для 58% молодежи страх мешает достичь поставленных целей. У каждого из них есть свой способ его преодоления, так для 18% помогает разговор с родителями, 5% прослушивание любимой музыки, 7% дыхание и медитация, 4% компьютерные игры, общение с другом 22%, вера 5% и ничего не помогает 13%.

Введение

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

Страх, подобно тени, преследует человека с незапамятных времен. У первобытного человека страх носил инстинктивный характер и возник в ситуации непосредственной угрозы жизни. Страх является неотъемлемой частью развития человеческой расы, потому что он всегда препятствовал опасным для жизни, безрассудным и импульсивным действиям.

С научной точки зрения, страх – это острая психоэмоциональная реакция, вызванная различными реальными или фантомными обстоятельствами. Страх всегда основан на угрозе человеку (не только физической, но и эмоциональной или психологической).

Первоначально проблема страха изучалась в рамках философии и лишь со временем приобрела междисциплинарный характер. В древние времена Аристотель и Платон интересовались страхом и считали, что это необходимо для решения проблемы человечества.

В средние века он привлекал религиозных мыслителей, которые считали, что человеку не нужно бояться, хотя бы потому, что страх затрагивает только физическую оболочку и жизнь грешного человека. Затем, в наше время, Декарт, Монтень, Бэкон, Юм прикоснулись к нему и предложили бороться с чувством страха, стремясь к истине.

Несомненно, эта проблема занимала значительное место в психологии 20 века. Хольштейн считал, что страх основан на страхе в ответ на внезапный, мощный стимул, при котором от организма требуется нестандартная реакция. Страх может привести к тревожной реакции. Тревога и страх могут переходить друг в друга: когда человек видит способы решения проблемы, тревога превращается в страх, и наоборот, если способа решить проблему нет, страх превращается в тревогу. Учитывая это, мы изучим классификацию страхов в зависимости от эмоционального состояния человека:

− тревога – это эмоциональное переживание, при котором человек испытывает дискомфорт из-за неопределенности перспективы;

− страх – это эмоция или чувство, возникающее из-за ощущения опасности;

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

− паника – это внезапное чувство страха, настолько сильное, что оно подавляет логическое мышление;

− ужас – это чувство сильного страха, доходящее до депрессии, оцепенения;

− волнение – это ожидание того, что произойдет или может произойти что-то негативное.

Зигмунд Фрейд предложил свою классификацию страха:

− невротические – это сильные, стойкие и нереалистичные страхи по поводу определенных объектов, ситуаций или событий;

− реальные – страхи, возникшие в результате реальной угрозы.

Рассмотрев эти классификации, можно сделать вывод, что страх в некоторых случаях можно считать психическим расстройством.

Страх может оказывать на человека как положительное, так и отрицательное воздействие. Положительный эффект приводит к работе эндокринной системы, которая отвечает за синтез адреналина. В результате организм способен противостоять опасности с максимальной эффективностью.

Негативным воздействием, в свою очередь, часто является неконтролируемая паника. Человек теряет контроль над эмоциями, ухудшается контроль над собственным телом (непроизвольное сокращение мышц, ступор). Это происходит из-за неконтролируемого высвобождения такого вещества, как серотонин. Именно благодаря ему человек в моменты опасности может застыть на месте и не может пошевелиться.

Основная часть

Целью данной работы является оценка отношения молодежи к понятию «страх», и что помогает справиться с ним.

Объект исследования: молодежь КубГМУ в возрасте от 18 до 23 лет. В общей сложности тестирование прошли 45 человек.

Предмет исследования: философская проблема-страх.

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

Для достижения поставленной цели нами был проделан анализ литературы по указанной проблематике, анонимное тестирование студентов и статистическая обработка данных опроса. В ходе исследования необходимо было установить часто ли испытывает молодежь страх и мешает ли в достижении целей.

В тестировании приняло участие 45 человек в возрасте от 18 до 23 лет. Согласно полученным результатам 67% испытывает страх перед экзаменом и 47% в обыденной жизни. Страх испытывают по данным опроса больше мужчин их 66,7%, а женщин 33,3%. Также ещё интересным является, что его испытывают в меньшем количестве люди от 20–23 лет 20,8%, а вот от 18–20 лет 79,2%

Самым важным аспектом мы выделили, что для 58% молодёжи страх мешает достичь поставленных целей. Можно придти к выводу, что страх является общим потоком, который проходит через всю нашу жизнь. И если мы отпустим это, страх может держать нас взаперти в тюрьме удобства и предсказуемости, мешая нам раскрыть свой истинный потенциал. Жизнь в страхе порождает двойную головоломку, в которой вы не удовлетворены текущим состоянием, но боитесь стремиться к чему-то лучшему. У каждого из них есть свой способ его преодоления, так для 18% помогает разговор с родителями, для 5% прослушивание любимой музыки, для 7% дыхание и медитация, для 4% компьютерные игры, общение с другом для 22%, вера для 5% и ничего не помогает 13%. Страх может послужить важным толчком для преодоления трудностей, чтобы достичь той жизни, к которой мы действительно стремимся.

Заключение

По результатам опроса можно сделать вывод, что страх есть практически у каждого из нас, однако кто-то может совладать с ним и двигаться дальше к поставленным целям, а кто-то не способен справиться с данной проблемой, которая вызывает чувство пустоты, неуверенности в себе, а также тормозит развитие личности. Вы должны ясно решить для себя, что мечты важнее, чем страхи в вашей голове.

Список литературы

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

1. Баринов Д.Н. Понятие страха в философии Кьеркегора: учебное пособие / Д.Н. Баринов / Эволюция представлений о страхе и тревоге в истории философии.

2. Трейси Б. Выйди из зоны комфорта. Измени свою жизнь / Б. Трейси.

3. Холгейт М. Победи свой страх / М. Холгейт.

4. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: https://scienceforum.ru/2013/article/2013008398. (дата обращения: 18.05.2023).

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