

СТРАХИ И ФОБИИ В СТРУКТУРЕ ЯВЛЕНИЙ «ТРЕВОЖНОГО РЯДА» ЛИЧНОСТИ

FEARS AND PHOBIAS IN THE PERSON'S «ANXIETY ROW» PHENOMENA STRUCTURE

И. В. Астахова,
младший научный сотрудник

Страх входит в совокупность явлений «тревожного ряда», которая может быть представлена в последовательности «испуг – тревога – страх – ужас – паника». Фобия определена как тревожное расстройство. Исследуются генезис и эволюция страхов и фобий в социальном аспекте в плане влияния явлений «тревожного ряда» на развитие отдельной личности и общества в целом.

Fear is determined as part of a sequence of so-called «number of anxiety» phenomena (fright – alarm – fear – horror – panics). Phobia is determined as alarming upsetting. The origin and development of fears and phobias are examined from the social viewpoint in terms of the influence of the «alarm row» phenomena on the development of both an individual and the whole society.

La peur est déterminée comme une part des phénomènes de succession soi-disant «range du trouble» (fraieur – anxiété – peur – effroi – panique). uPhobia est déterminée comme désarroi troublant. On examine la genèse et le développement de la peur et de la phobia de point de vue de l'influence du «range du trouble» sur le développement de l'individu et du toute la société.

Der Angst wird als Bestandteil der Phänomene der so-geannten «Besorgnisreihe» (Schreck – Unruhe – Angst – Entsetzen – Panik) determiniert. Phobia wurde als unruhige Neurose definiert. Das Genesis und Entwicklung des Angst und Phobia wurde vom Gesichtspunkt des Einfluss der «Besorgnisreihe» auf die Persönlichkeit- und Gesellschaftsentwicklung erörtert.

Ключевые слова: генезис, развитие, эволюция; тревога, страх, фобия явление; личность, «тревожный ряд».

Key words: genesis, development, evolution, anxiety, fear, phobias, phenomenon, person, «number of anxiety».

Mots clefs: genèse, développement, évolution, anxiété, peur, phobie, phénomène, individu, «range du trouble».

Schlüsselwörter: Genesis, Entwicklung, Evolution, Unruhe, Angst, Phobia, Phänomene, Persönlichkeit, «Besorgnisreihe».

В контексте исследования психологических аспектов таких явлений, как страх и фобия в социальном слое учащейся молодежи современной российской высшей школы, насущной необходимостью является рассмотрение процесса формирования представлений о страхах и фобиях в конгломерате социально-психологических совокупностей.

В течение последнего столетия сам страх и порождаемые им фобии трансформировались и стали пониматься исследователями как аффект, чувство, страсть, фрустрация. За каждым определением страха стоит та или иная теоретическая концепция и результаты многочисленных исследований, на основе которых получали свое развитие научные направления и были разработаны методы и методики, которые в дальнейшем явились средствами профилактики неврозов, возникающих по причине тех или иных разновидностей страха [5].

Анализ работ психологов, занимавшихся проблематикой эмоций и страха, показал, что сложность четкого определения и понимания, в основном, связаны с положением, в котором пребывала до недавнего времени психология эмоций. Л.С. Выготский писал, что психология эмоций и чувств, пройденная по пути преодоления и классификаций, стала самым скучным разделом психологии [4].

По мнению К.В. Вилюнаса, сложившуюся ситуацию можно охарактеризовать следующим образом: «К сожалению, многое из того, что в учении об эмоциях

по традиции называется многообещающим словом «теория», по существу представляет собой отдельные фрагменты, лишь в совокупности приближающиеся к такой идеально исчерпывающейся теории» [2].

Страх является одной из базовых отрицательных эмоций, к числу которых относят те эмоции, которые имеют глубокие филогенетические корни, т.е. имеются не только у человека, но и у животных. Страх оказывает заметное влияние на перцептивно-когнитивные процессы, поведение индивида. Это одна из наиболее опасных эмоций. Страх ограничивает свободу человека, его восприятие, мышление и поведение, сопровождается чрезвычайно высоким уровнем активации вегетативной нервной системы, ответственной за работу сердца и других органов.

При всей важности исследования страха и наличия многообразных познавательных средств фундаментальных исследований, страх, по-прежнему, категория наиболее дискутируемая. В современной науке единого подхода к определению страха не существует. Спорным остается и вопрос об отличии тревоги от страха, а также об их динамике.

По мнению К. Изарда, страх – это эмоциональное состояние, отражающее защитную биологическую реакцию человека или животного при переживании ими реальной или мнимой опасности для здоровья и/или благополучия. Следовательно, для человека как биологического существа возникновение страха не только целесообразно, но и по-

лезно. Однако для человека как социального существа страх часто становится препятствием для достижения поставленных им целей.

Отсутствие конкретного и обоснованного содержания в каждом термине, обозначающем страх, приводит к таким казусам, как «страх – это эмоция, о которой многие люди думают с ужасом», или «... переживание страха пугает человека», «... большинство людей боится этой эмоции». Ясно, что, не придав каждому термину четкого и специфичного содержания (если это возможно), разобраться в том, как человек может испытывать страх и даже ужас перед страхом, невозможно [7, С. 294, 324].

С точки зрения одних авторов, страх и тревога различаются лишь по количественному признаку, по мнению других, – отличны кардинально как по своим механизмам, так и по способу реализации.

Такая установка может возникать и в отношении возникновения у человека тех или иных эмоций. Именно с этих позиций можно понять приведенные выше выражения К. Изарда: бояться страха – это значит иметь негативную установку (отрицательное отношение) к его возникновению и переживанию. Знаемые страхи значительно отличаются от условно называемых аффективных страхов, т.е. страхов реальных, переживаемых и проявляемых человеком в экспрессии. К такого рода страхам относят робость, ужас, паническое состояние, испуг.

Первую попытку дифференцировать различные виды страха осуществил психолог и психиатр Н.Е. Осипов (2000 г.). Он утверждал, что воспринимая реальную опасность, человек начинает испытывать страх, при восприятии фантастического и мистического – жуть, а при восприятии комбинации того и другого – боязнь. Ужас испытывается при наличии всяких моментов опасности одновременно. Такая классификация основана исключительно на внешних причинах появления страха и не раскрывает психофизиологические различия разных видов страха. Поэтому остается вопрос: не являются ли разные словесные обозначения страха просто синонимами?

О.А. Черникова (1980 г.), выделяет следующие формы проявления страха: боязнь, тревожность, робость, испуг, опасение, растерянность, ужас, паническое состояние. Качественные различия между этими переживаниями опасности в описании не обнаруживаются. Выделенные ею другие формы страха – тревожность, неуверенность, растерянность тем более не могут определяться как другие формы страха, так как прямо не относятся к нему [6].

«Философский энциклопедический словарь» содержит следующее определение феномена страха: «отрицательная эмоция, которая возникает в результате реальной или воображаемой опасности, угрожающей жизни организма, ценностям

личности (идеалам, целям, принципам и т.д.)». В «Кратком психологическом словаре» изучаемое нами явление понимается как «эмоция, которая возникает в случае физической или социальной угрозы индивиду и направлена на источник действительной или мнимой опасности».

У Каплана и Б. Сэдока мы находим определение страха – это «защитная реакция на внешние, известные и непротиворечивые опасности». В. Блейхер и И. Крук понимают страх как «чувство внутренней напряженности», которая связана с реальной опасностью для жизни. Такой же точки зрения придерживается А.И. Захарова, которая говорит о страхе как «аффективно заостренном восприятии угрозы для жизни, самочувствия и благополучия человека». С точки зрения А. Кемпинского, суть и основу страха составляет «переживание, сопутствующее позиции бегства». Н.И. Рейнвальд считает, что «потребность в самосохранении может, в зависимости от обстоятельств, выразиться в пассивно-оборонительной эмоции – страхе». П.В. Симонов понимает страх как эмоцию, возникающую вследствие недостатка информации, требующейся для защиты.

Обобщая приведенные определения, можно сделать вывод, что страх является реакцией на опасности, реальные или потенциальные, которые грозят физическому или моральному существованию личности, он играет роль защитного механизма человека. К. Гольштейн считает, что в основе страха лежит испуг. Испуг – это реакция на внезапный, сильный стимул, при котором от организма требуется нестандартная реакция. Как таковой, рефлекс испуга принимает участие в формировании реакции на критические обстоятельства, но сама по себе эта реакция является мгновенной, быстро проходящей и по своему выражению гораздо более простой, чем эмоции. Испуг предшествует реакциям тревоги и страха. Тревога и страх возникают как реакция организма на угрожающую его существованию опасность. Тревога отличается от страха беспредметностью. Вслед за З. Фрейдом, К. Гольштейн подчеркивает, что при объективации причины тревожного состояния тревога переходит в страх. При этом, как тревога может перейти в страх, так и страх может обратиться в тревогу. Это связано с возможностью разрешения индивидом ситуации, в которой ему угрожает опасность: когда индивид полагает, что не может решить возникшие проблемы (информации об источнике опасности недостаточно), тогда страх обращается в тревогу [8].

По мнению А.И. Захарова, страх и тревога объединены наличием чувства беспокойства, отсутствием чувства безопасности, и общим для них является восприятие угрозы. Тревогу можно сравнить с глубоко запрятанным страхом диффузного характера. Чаще всего тревога появляется как

предвестник опасности в ожидании плохо прогнозируемой ситуации или неопределенного события, последствия которых могут отразиться негативным образом на индивиде.

Таким образом, тревога является исторически первичным модусом страха. Следует отметить, что по утверждению А.И. Захарова, возникновению страха всегда предшествует осознание грозящей опасности и неготовности защититься или отразить ее. В состоянии испуга происходит анализ масштаба опасности и просчитываются возможные пути и способы ее преодоления, а затем появляется страх, который направляет все усилия человека на разрешение ситуации опасности. В случае успеха, страх через испуг и тревогу переходит в сферу бессознательного в виде приобретенного опыта, в случае неудачи – перерастает в ужас. Состояние ужаса характеризуется деструкцией отражательного механизма, ужас может перейти в активную форму (паника), либо пассивную (отчаяние), каждая из которых является деструктивной.

С точки зрения К. Изарда, страх является первичной и самостоятельной эмоцией, а тревога отражает сочетание нескольких эмоций, в числе которых находится страх. «Ключевой эмоцией в субъективном переживании тревоги является страх, но и другие эмоции, например, печаль, стыд и вина, могут быть задействованы в тревожном переживании» [7].

Подводя итоги, следует отметить, что между тревогой и страхом имеется ряд принципиальных различий. Тревога чаще всего возникает за некоторое время до наступления опасности, в то время как страх наступает при наличии опасности или непосредственно перед ней. Если тревога вызывает общее возбуждение организма, то страх может как мобилизовать, активизировать, так и тормозить деятельность и приводить к бездействию, «парализации». Большинство авторов (как российских, так и зарубежных) склонны рассматривать тревогу как реакцию на неопределенный, часто неизвестный сигнал, а страх – как ответ на конкретный сигнал опасности.

Обобщая вышесказанное, можно заключить, что возникновение страха – процесс динамиче-

ский; страх связан с испугом, тревогой, ужасом и паникой, образуя «тревожный ряд», последовательность явлений в котором различается в зависимости от исследовательского подхода. Страх динамичен и входит в совокупность явлений «тревожного ряда», которая может быть представлена как испуг – тревога – страх – ужас – паника. Испуг является необходимым механизмом запуска реакции тревоги – поиска источника опасности, далее могут следовать волнение, тревога (если источник опасности не определен) и страх (если источник выявлен). В случае невозможности преодоления страха он может перейти в деструктивные формы ужаса и паники, а также закрепиться в форме тревожного расстройства, фобий, поэтому нам столь необходима разработка как теоретических, так и практических психолого-социальных воздействий на исследуемые страхи и фобии.

Библиографический список

1. Березин Ф.Б. Тревога и адаптационные механизмы // Тревога и тревожность. СПб.: Питер, 2001. – 256 с.
2. Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. М.: изд-во МГУ, 1976. – 142 с.
3. Витковская М.И. Социальные страхи как предмет социологического исследования: дис. ... канд. социол. наук: 22.00.01. М., 2006. – 182 с.
4. Выготский Л.С. Избранные психологические исследования. М.: изд-во Академия пед. наук РСФСР, 1954. – 54 с.
5. Дубин Б. Время и люди: о массовом восприятии социальных перемен // Мониторинг общественного мнения: экономические и социальные перемены. 1999. – С. 16–24, 127.
6. Ильин Е.П. Эмоции и чувства. СПб.: Питер, 2001. – 752 с.: ил. (Серия «Мастера психологии»).
7. Изард К. Психология эмоций. СПб.: Питер, 2000. – 464 с.
8. http://www.i-u.ru/biblio/archive/holl_teorii/05.aspx

Астахова И. В. – младший научный сотрудник лаборатории социально-психологических исследований МИИСП

Astakhova I. V. – Junior Researcher, Laboratory of Socio-Psychological Study

e-mail: i-a@list.ru