

СТРАХ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ЯВЛЕНИЕ. СОЦИАЛЬНЫЕ И ПРИРОДНЫЕ СТРАХИ ПОДРОСТКОВ

Медведева А.Е., Шутова К.П.

**Научный руководитель: Отливникова Ирина Петровна
МБОУ Лицей №1**

Актуальность выбранной темы не вызывает сомнения. Нас не могут не интересовать эмоциональные нарушения, возникающие в подростковый период. Они искажают развитие личности, представление о себе и восприятие окружающего мира.

Целью нашего исследования является :

- выявление доминирующих страхов современных подростков

В соответствии с целью были определены следующие **задачи:**

- Исследовать материал по подростковой психологии;
- Провести теоретический (изучение литературы) и практический (метод анкетирования); анализ содержания страхов в старшем подростковом возрасте;
- Обработать и проанализировать полученный материал и представить его в исследовании.

Объект исследования:

- эмоциональная сфера подростков (15-17 лет).

Предмет исследования:

- страхи современных подростков.

Гипотезы исследования:

- Преобладающим страхом современных подростков является страх ответственности;
- Девушки больше подвержены различным страхам, чем юноши.

Методы исследования:

- Теоретический - анализ научных источников;
- Эмпирический - анкетирование по выявлению основных страхов у подростков.

Практическая значимость данного исследования заключается в том, что тема страха оказывает гораздо большее влияние на нашу жизнь, чем это, кажется на первый взгляд. Все мы живем с какими-либо страхами, поэтому есть смысл лучше разобраться в этом явлении, чтобы понять, как бороться с ним.

I. Страх как психологическое явление

2.1. Общее понятие страха

Страхи давно стали объектом психологического исследования. Страх – эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленная на источник действительной или воображаемой опасности. В зависимости от характера угрозы интенсивность переживания страха варьируется в достаточно широком диапазоне оттенков (тревога, опасение, боязнь, испуг, панический страх, ужас).

Биологическое предназначение страха в том, чтобы ограждать человека от риска, и помогать избавиться от опасности. Эмоции – эта одна из форм оценки, познания и отражения мира окружающего человека. Эмоции, чувства, и ощущения очень тесно связаны между собой.

Навязчивые страхи, которые возникли на основе каких-либо неприятных случаев, называются фобиями. Поэтому нужно различать эти два понятия.

Что несёт с собой страх? Пользу или вред?

Вред страхов состоит в том, что они в какой-то степени мешают нам жить. Они порождают различные комплексы и неуверенность в себе. Человек не контролирует себя, может совершить необдуманные поступки, которые могут привести к плачевным последствиям. Но также страхи мобилизуют силы человека для активной деятельности, что зачастую бывает необходимо в критической ситуации - именно это и является их положительной чертой, пользой для человека.

2.2. Подростковый возраст и страхи

Подростковый возраст - ответственный период в становлении мировоззрения, системы отношений, интересов, увлечений и социальной направленности. Существенное развитие претерпевает самооценка, которая неразрывно связана с чувством самоуважения, уверенностью в себе в контексте реальных межличностных отношений. Подростковый возраст - это период волнения, беспорядка, стресса и бунта.

Жизнь каждого подростка неотделима от беспокойства, тревоги, страха быть обезличенным, потерявшим самоконтроль над своими эмоциями и поступками. Умение владеть и управлять своими эмоциями и поведением в критической ситуации, в выполнении серьёзной работы - это значит справляться со своим волнением, со своим страхом. Страх и волнение иногда мешают выполнять личные, деловые, профессиональные действия, умения, навыки.

II. Социальные и природные страхи подростков

Подростковый возраст – это критичный период в жизни юношей и девушек. В 13-17 лет формируется мировоззрение человека, его отношение к себе и окружающим людям. Поэтому, страхи зависят от происходящего вокруг. Подростковые страхи условно разделяют на природные и социальные.

3.1 . Социальные страхи

Социальные страхи могут вытекать из страхов биологических, но всегда имеют специфический социальный компонент, который в них выходит на первое место, отгесняя более примитивные факты выживания. Конкретные формы проявления социальных страхов зависят от особенностей исторической эпохи и типа общества.

3.2. Природные страхи

Источником природного страха, является инстинкт самосохранения. Этот вид страха стоит на страже нашего физического выживания. Он старается вовремя предупредить нас об опасности и помочь нам быстро отреагировать и спастись от смерти или повреждений.

III. Исследование страхов в подростковом возрасте (15-17 лет)

Для изучения страхов у обучающихся подросткового возраста, был использован «Опросник иерархической структуры актуальных страхов личности» разработанный Ю. Щербатых и Е. Ивлевой.

Описание: Данный опросник направлен на определение интенсивности страхов, а также наличие (или отсутствие) фобий.

Испытуемые должны были оценить, насколько данный фактор провоцирует у них чувство страха, пользуясь шкалой от 1 до 10 баллов.

Целью нашего опроса было определить интенсивность страха от «1» до «10», как у девушек, так и у юношей. В опросе участвовало 30 человек (15 девушек и 15 юношей) старшего подросткового возраста (15-17 лет).

Проведя социологический опрос, мы интерпретировали его результаты таким образом: Получив индивидуальную интенсивность страха у каждого человека, мы сложили их результаты и поделили на количество, участвующих в опросе. Тем самым получилась

средняя интенсивность страхов. Также с помощью данного эксперимента мы выявили преобладающие страхи, как у юношей, так и у девушек.

IV. Заключение

Подводя итоги результатов проведенного исследования можно сделать такие выводы:

- Девушки имеют больше страхов, чем юноши, и подвергаются им в большей степени (приблизительно в 1,5 – 2,5 раза). Таким образом, наша гипотеза, что девушки более подвержены страхам, нежели молодые люди, подтверждена.
- Также мы выяснили, что преобладающими страхами у девушек являются страх одиночества, бедности, потери или болезни близких людей, и страх перед экзаменами. В свою очередь, преобладающими страхами у юношей являются страх болезни или потери близких людей, бедности, публичных выступлений и также страх перед экзаменом. Таким образом, наша гипотеза, что преобладающим страхом современных подростков является страх ответственности, была опровергнута.

Список литературы:

1. Абакумова Т.В. Классификация основных видов страха современного общества // Социальная психология: диалог Санкт-Петербург - Якутск.- СПб, 2002, с.133-140
2. Щербатых Ю.В. «Психология страха». М. «Эксмо». 2002.
3. Щербатых Ю.В. Ивлева Е.И. «Психофизиологические и клинические аспекты страха, тревоги и фобий». Воронеж. Истоки. 1998.
4. Сухова О.В. / Алексеева А. / Исследовательская работа «Страхи в подростковом возрасте /<http://nsportal.ru/ap/ap/drugoe/issledovatelskaya-rabota-strahi-v-podrostkovom-vozhaste>
5. Зигмунд Фрейд «Двадцать пятая лекция. Страх»