

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПОТРЕБНОСТИ В БЕЗОПАСНОСТИ И ПЕРЕЖИВАНИЯ СТРАХОВ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

В.Ю. Адамовская¹, Шатюк Т.Г.²

^{1,2} Гомельский государственный университет имени Ф. Скорины

Работа посвящена исследованию взаимосвязи потребности в безопасности и особенностей переживания страхов в юношеском возрасте. Представлены результаты эмпирического исследования по «Опроснику иерархической структуры актуальных страхов личности» (Ю. Щербатых и Е. Ивлевой) и опроснику типа отношения к опасности (В.Г. Маралов, Е.Ю. Малышева, О.В. Смирнова, Е.Л. Перченко, И.А. Табунов).

Ключевые слова: потребность в безопасности, страх, фобия, юношеский возраст, взаимосвязь потребности в безопасности и переживания страхов.

Согласно пирамиде потребностей А. Маслоу, потребность в безопасности стоит на втором месте после естественных физиологических потребностей. 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, гладко 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 чувствует себя подвергаемым опасности. Если мы хотим видеть эти потребности непосредственно, и ясно мы должны обратиться к невротическим или почти невротическим людям, и экономическим и социальным проигравшим. Промежуточный эти крайности, мы можем чувствовать, что для выражений безопасности нужно только в таких явлениях как, например, общее предпочтение работы со сроком пребывания и защиты, желания сберегательного счета, и страховки от различных видов (медицинский, зубной, безработица, нетрудоспособность, старость).

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. Тенденция иметь некоторую религию или мировую философию, которая организует вселенную и мужчин в ней своего рода удовлетворительно

последовательное, значащее целое, также частично мотивирована поиском безопасности [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].

Отечественные психологи, такие как А.И. Захаров, А.В. Петровский, К.К. Платонов, М.Г. Ярошевский, рассматривают страх как одну из фундаментальных эмоций, возникающую в ситуациях угрозы биологическому и социальному существованию индивида с целью избежание опасности. Многие авторы, такие как С.С. Степанов, Р.В. Овчарова, А.О. Прохоров считают, что страх как эмоционально насыщенное ощущение способствует формированию у индивида устойчивого и постоянного беспокойства, которое готовит человека к ответной реакции на реальную или воображаемую угрозу для жизни и благополучия человека [4].

Как считает А.И. Захаров, страх подрывает уверенность человека в себе, решительность в действиях и поступках. Без веры в свои силы, человек не может эффективно бороться, отстаивать свои права, он заранее настраивает себя на неудачу и, как результат, часто терпит поражение. Постепенно страх начинает диктовать человеку особую линию поведения в любой ситуации, ограничивать его активность и свободу [5].

Несмотря на существенный вред, который причиняет страх, он несет еще и положительное значение для человека, так как первоначально эмоция страха возникла в процессе эволюции с целью защиты организма человека от всевозможных опасностей первобытной жизни.

Во-первых, страх, проявляясь в активно-оборонительных реакциях, мобилизует силы человека для активной деятельности, что зачастую необходимо в критической ситуации. Это происходит за счет выброса адреналина в кровь, улучшающего снабжение мышц

кислородом и питательными веществами, что позволяет им развивать большую мощность. Во-вторых, страх несет в себе функцию самосохранения организма. В-третьих, положительное значение страха заключается в том, что через преодоление его может происходить совершенствование человека. В этом смысле Ф. Риман рассматривает страх в позитивном, творческом аспекте, выступающем в роли инициатора перемен.

Таким образом, проведенный теоретический анализ в области изучения функций страха, позволяет говорить о его двойственном воздействии на человека: 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].

В старшем школьном и студенческом возрасте по данным В.Р. Кисловской, на первое место выходят престижные опасности, затем реальные и только потом – мнимые. Из престижных страхов, связанных с учебной деятельностью, выделяют: страх экзаменов и контрольных, страх одиночества, безразличие со стороны товарищей, выступления перед большой аудиторией. Из реальных страхов преобладает тревога за здоровье или потерю родных и близких, страх перед хулиганами, бандитами, страх перед большой высотой, глубиной, страх войны, бедности и др. Мнимые опасности связаны с насекомыми, мышами, крысами, медицинскими процедурами. Отмечается боязнь покойников, вида крови, новой обстановки, темноты.

У взрослых, по данным А.И. Захарова, из детских страхов остаются страхи высоты (больше у мужчин) и смерти родителей (больше у женщин). У женщин в значительно большей степени выражены также страх войны, страх сделать что-либо неправильно или не успеть.

Теоретический анализ проведенной взаимосвязи отношения к опасности и переживание страхов в юношеском возрасте актуализировал проведение эмпирического исследования.

Для выявления взаимосвязи были выбраны следующие методики:

- опросник «*Тип отношения к опасности*» В.Г. Маралова, Е.Ю. Малышевой, О.В. Смирновой, Е.Л. Перченко, И.А. Табунова;
- «Опросник иерархической структуры актуальных страхов личности» Ю.Щербатых и Е.Ивлевой.

Выборку исследования составили 160 студентов ГГУ имени Ф. Скорины, средний возраст которых составил 18 лет.

По опроснику «Тип отношения к опасности» выявляется тип отношения к опасности: адекватный, тревожный или игнорирующий. Методика состоит из 17 вопросов – утверждений, моделирующих поведение человека в реальных стандартных ситуациях, которые могут представлять угрозу. По каждому вопросу предлагается 4 варианта ответов, соответствующих 4 типам поведения личности: адекватному, преувеличивающему опасность, игнорирующему их, неопределенному.

На основе результатов диагностики сензитивности к опасностям и выбора способов реагирования в ситуациях угрозы выделялись типы отношения студентов к опасностям.

Опросник включает в себя описание поведения человека в опасных ситуациях и варианты поведения, соответствующие четырем типам реагирования на опасность – адекватное, преувеличивающее опасность, игнорирующее ее и неопределенное.

«Опросник иерархической структуры актуальных страхов личности» Ю. Щербатых и Е. Ивлевой включает в себя 24 вопроса, выявляющих у студента наличие страха, либо фобии. Эти страхи и фобии можно условно разделить на шесть групп.

Результаты исследования типа отношения к опасности студентов ГГУ им. Ф. Скорины с помощью опросника на выявление типа отношения к опасности, разработанного В. Г. Маралов, Е.Ю. Малышева, О. В. Смирнова, Е.Л. Перченко, И.А. Табунов представлены в таблице 1 и на рисунке 1.

Таблица 1

Результаты исследования типа отношения к опасности (В. Г. Маралов, Е.Ю. Малышева, О. В. Смирнова, Е.Л. Перченко, И.А. Табунов)

Тип отношения к опасности	Количество человек		Достоверность различий по U-критерию Манна-Уитни
	Женский(n=80)	Мужской(n=80)	
Адекватный	13	22	U_{эмп} = 4 при p<0,5
Тревожный	49	43	
Игнорирующий	18	15	

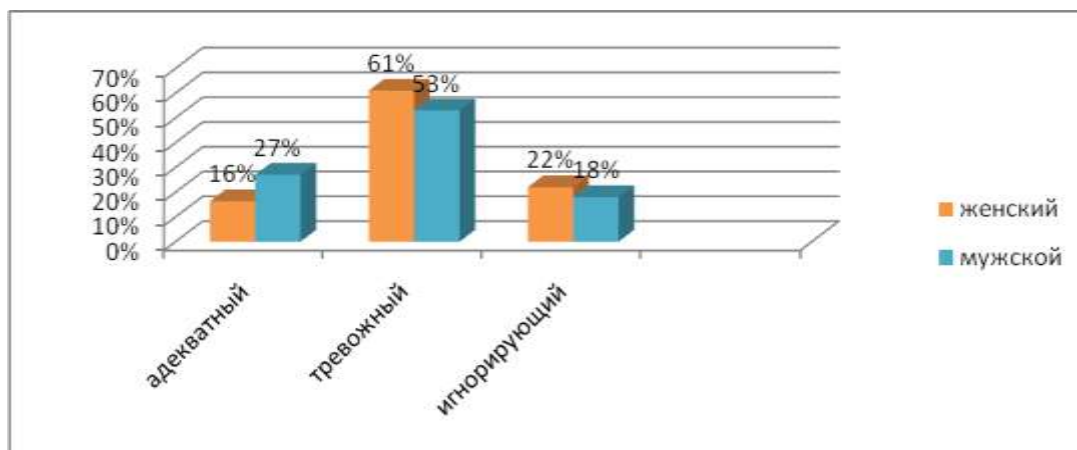


Рис. 1. Результаты исследования по типу отношения к опасности (В. Г. Маралов, Е.Ю. Малышева, О. В. Смирнова, Е.Л. Перченко, И.А. Табунов)

Согласно данным, представленным в таблице 1 и на рисунке 1, 13% девушек имеют адекватный тип реагирования на опасность, в то время как у юношей он составляет 27%. К тревожному типу девушек относится 61% и юношей 53%, а к игнорирующему типу – 22% девушек и 18 % юношей. Таким образом, делаем вывод о том, что девушки и юноши одинаково тревожны к своей безопасности, и тревожный тип характерен большей части студентов, адекватный тип реагирования больше свойственен юношам.

Для расчета статистически значимых различий между студентами женского и мужского пола был использован U-критерия Манна-Уитни. С помощью U-критерия Манна-Уитни не были выявлены статистически значимые различия между женским и мужским полом в типе отношения к опасности, так как $U_{эмп}$ (4) попало в зону незначимости.

Результаты исследования по «Опроснику иерархической структуры актуальных страхов личности» Ю.Щербатых и Е.Ивлевой в таблице 2 и рисунке 2.

Таблица 2

Результаты исследования уровня выраженности страхов с помощью «Опросника иерархической структуры актуальных страхов личности» Ю. Щербатых и Е. Ивлевой

Уровень выраженности фобии	Количество человек		Достоверность различий по U-критерию Манна-Уитни
	Женский (n=80)	Мужской (n=80)	
Низкий	19	29	$U_{эмп} = 4,5$ при $p < 0,5$
Средний	13	13	
Высокий	48	38	

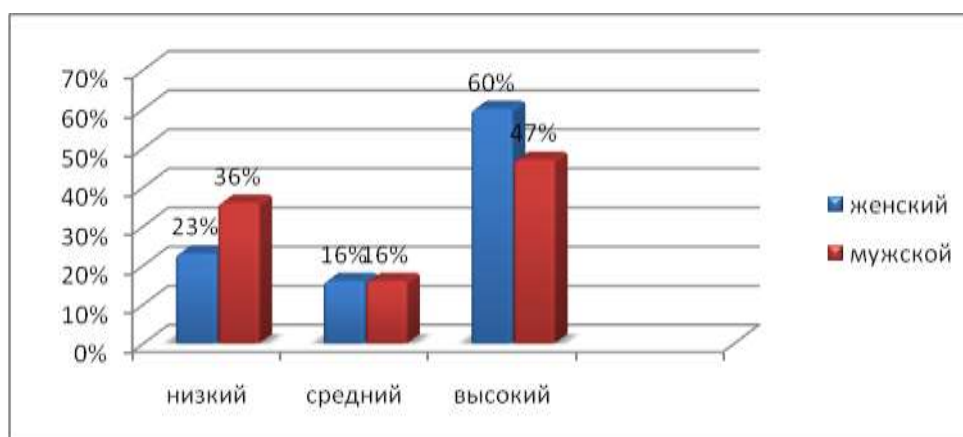


Рис. 2 Результаты исследования уровня выраженности страхов помощью «Опросника иерархической структуры актуальных страхов личности» Ю. Щербатых и Е. Ивлевой

Согласно данным, представленным в таблице 2 и на рисунке 2, 23% девушек и 36 % юношей имеют низкий показатель уровня склонности к страхам, средние показатели одинаковы у обоих полов. Высокие же показатели больше у девушек их 60%, а у юношей 47%.

Таблица 3

Результаты взаимосвязи между типом отношения к опасности и уровнем выраженности страхов у студентов.

Уровень выраженности страхов	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	

Для проверки достоверности был рассчитан критерий χ^2 Пирсона, который равен $\chi^2_{\text{эмп}} = 13,277$ при $p < 0,01$.

Таким образом, взаимосвязь между выраженностью страхов и типом отношения к опасности существует. У студентов с адекватным типом отношения к опасности преобладает средний или низкий уровень выраженности страхов, а у студентов с тревожным типом отношения к опасности – высокий уровень выраженности страхов.

Сделанный подробный анализ эмпирического исследования, позволяет выявить взаимосвязь между отношением к опасности и переживанием страхов 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 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 становятся чересчур суетливы, 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, экзаменов, вызова на «ковер», болезни близких, бедности и страх агрессии по отношению к близким.

Избавится от страха и фобии можно методами арт-терапии, используя её различные направления: изотерапия, мандалотерапия, музыкотерапия, песочная терапия, МАК (метафорические ассоциативные карты), сказкотерапия, куклотерапия, коллажирование, тестопластика. Эти методы позволяют избавиться от психических и физиологических проявлений. После терапии клиенту становится проще совладать с агрессией, раздражительностью, напряжением, избавиться от сонливости, вялости, уныния, а также развить творческое мышление и фантазию.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Freud, A. The ego and the mechanisms of defense / A. Freud. - London: Hogarth, 1937. – 451 p.
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. Пантеева и др. – Москва: Академический проспект, 2005. – 340 с.
4. Рейковская, Я. Экспериментальная психология эмоций / Я. Рейковская – Москва: Прогресс, 1999. – С. 262- 274.
5. Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. - СПб.: Питер, 2002. – 752 с.

INTERRELATION OF NEED FOR SAFETY AND EXPERIENCES OF FEARS AT YOUTHFUL AGE

The article is devoted to a research of interrelation of need for safety and features of experience of fears at youthful age. The results of an empirical research on "The questionnaire of hierarchical structure of relevant fears of the personality" (Yu. Shcherbatykh and E. Ivleva) and to the questionnaire like attitude towards danger (V.G. Maralov, E.Yu. Malysheva, O.V. Smirnova, E.L. Perchenko, I.A. Tabunov) are presented.

Keywords: need for safety, fear, phobia, youthful age, interrelation of need for safety and experiences of fears.

Сведения об авторах:

АДАМОВСКАЯ Виталия Юрьевна – студентка 4 курса учреждения образования «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины», Республика Беларусь, e-mail: missis.adamovskaya@bk.ru

ШАТЮК Татьяна Георгиевна – кандидат педагогических наук, доцент, заведующий кафедрой социальной и педагогической психологии учреждения образования «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины», Республика Беларусь, e-mail: tashageorg@gmail.com

УДК 159. 922

**ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ АДАПТАЦИИ
ОБУЧАЮЩИХСЯ НАЧАЛЬНЫХ КЛАССОВ
В УСЛОВИЯХ ИНКЛЮЗИВНОЙ РАЗВИВАЮЩЕЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ
СРЕДЫ**

Будилева А.В. ^{1,2} Крылова М.А. ²,

¹ средняя школа № 34 ² Тверской государственный университет,
г. Тверь, Россия

Изучено современное состояние инклюзивного образования в теории и практике начального общего образования. Предложены некоторые пути решения возникающих проблем в социально-психологической адаптации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

Ключевые слова: инклюзивное образование, социально-психологическая адаптация, обучающиеся с ограниченными возможностями здоровья.

В марте 2016 года письмом Министерства образования и науки утвержден ФГОС ОВЗ [6], в котором закреплено право на обучение в общеобразовательной школе всех детей независимо от их индивидуальных особенностей, что в свою очередь повлекло за собой появление множества проблем, решать которые приходилось в ходе реализации предписаний ФГОС. Специфика возникающих затруднений связана с особенностями ребенка, включенного в общеобразовательный класс. Наиболее часто у таких детей возникают трудности в общении, дети с ОВЗ не всегда принимаются одноклассниками, неопытный