

Вікторія Петрівна Миклашук – студентка II курсу
Сумського державного університету
Науковий керівник: **Наталія Миколаївна Теслик** – старший викладач
кафедри гуманітарних дисциплін Сумської філії
Харківського національного університету внутрішніх справ,
кандидат психологічних наук

ПСИХОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ ФОБІЙ ІНДИВІДА

Актуальність дослідження психічного стану страху зумовлена тим, що ця проблема безпосередньо стосується кожної людини. Переживання страху, перетворення страху у фобію поширене у сучасному світі, але точне його розуміння є актуальною проблемою сучасної психологічної науки. Проблема страху та фобії в межах психологічної та педагогічної наук досліджували такі науковці як, І. О. Кирилов, Ф. Н. Ілл'ясов, В. М. Гуляхин, Н. А. Тельнова, Ю. В. Щербатих, Є. І. Івлева, А. І. Захаров, Л. М. Моргунова, А. М. Мусіна, Т. В. Ширинських, Є. В. Проніна, К. Ізард, П. Екман, З. Фрейд, І. П. Павлов та інші.

Оригінальне визначення запропонували Г. І. Каплан і Б. Дж. Седок, які вважали, що «фобія є вперто-існуючим ірраціональним страхом, в результаті якого з'являється усвідомлене уникнення специфічного, що викликає страх об'єкта, діяльності або ситуації» [2]. Прийнято вважати, що саме ірраціональні та неконтрольовані страхи, які можуть виникати на підставі загрози без об'єктивних для цього причин, називаються «фобіями». Іноді, людина сама знає, що їй не варто боятися певних предметів, адже в цьому немає сенсу, але навіть розуміючи всю безглуздість ситуації – не може нічого з цим зробити.

Фобічний страх несе в собі не тільки негативні аспекти, а також є захисним механізмом для нас. Так, наприклад, людина, знаючи, що вона боїться висоти, ніколи не буде дивитись униз із вікна літака, адже малоймовірно, що вона добровільно потрапить на нього. Фобію можна вважати не лише психічним розладом, а й проблемою, що постійно супроводжує людину. Це жах, нав'язаний чинниками зовнішнього світу. А тому треба сказати, що страх висоти у плані фобії дещо гостріша, людина схильна хворобливо реагувати навіть на проживання на третьому поверсі будинку.

Прийнято вважати, що люди, які чогось бояться – обмежують себе у багатьох аспектах, у тому числі їм не потрібна стороння підтримка, вони повинні перебороти цей стан самотійно. Натомість людина, яка переживає стан фобії, потребує соціальної підтримки. Через те, що фобії можна вважати неадекватними реакціями страху, вони прогнозовано пов'язані з порушеннями уявлень на всіх рівнях, так як у фізіологічній будові мозку, на кірковому рівні відбувається порівняння досвіду, отриманого раніше, з теперішнім. У літературі описані незвичайні

фобії, такі як галеофобія – боязнь акул, іофобія – боязнь отрут, кераунофобія – боязнь блискавок, уранофобія – боязнь дивитись в небо, копофобія – боязнь перевтомитися [1].

Психодинамічна та біхевіористська теорії по-різному трактують походження фобій людини. Прихильники біхевіоризму вважають, що люди формують свій страх перед певними об'єктами, ситуаціями або подіями шляхом класичного обумовлення. Одного разу відчувши страх, люди уникають страшних об'єктів або ситуацій, втрачаючи можливість в майбутньому отримати контроль над своїм страхом. Наприклад, на замерзлому озері, покритому товстим шаром льоду, дитина катається на ковзанах зі своїми друзями. Лід тріскається і дитина опиняється у воді. Можна з впевненістю сказати, що у майбутньому дитина боїтиметься кататися на ковзанах, плавати у воді, а може і зовсім буде боятися водойм. Психодинамічна теорія пов'язує розвиток фобій з витісненням в підсвідомість дійсної причини страху і подальшим перенесенням його на інший об'єкт. Зигмунд Фрейд вважав, що фобії є нічим іншим, як результатом зайвого використання людиною механізмів самозахисту своєї свідомості з метою контролю над прихованою тривогою [3].

Нами було проведено опитування 10 осіб віком від 17 до 60 років, із яких 7 жінок (це складає 70% усіх опитаних) і 3 чоловіків (відповідно 30% вибірки). До вибірки увійшли п'ять студентів, чотири людини працездатного віку різних професій (економіст, патологоанатом, шахтар, кухар) і один пенсіонер. Використана методика Ю. Щербатих та Є. Івлєвої [3]. Тест складався з двадцяти чотирьох питань, які дозволяють визначити рівень страху людини за конкретними напрямками. Опитуваним пропонувалося оцінити свої страхи за шкалою від 1 до 10, де 10 – максимальне число. Усі отримані відповіді ми проаналізували, використавши середнє арифметичне число, і проранжували.

Можна зробити висновок, що одним із найсильніших страхів опитуваних є страх війни та переживання щодо здоров'я рідних (8,1 балів з 10). Якщо останній можна віднести до базових страхів пересічної людини, то перший, на нашу думку, загострює саме соціально-політичний стан у державі. 8,2 бали віддано саме йому. Також популярним виявився страх глибини (7,7 балів).

Найменшу кількість балів набрали: страх перед замкнутим простором – всього одна ціла три десятих, та страх самогубства – одна ціла сім десятих в середньому розрахунку. Також мало поширеними серед опитуваних можна вважати фобії виступу перед публікою та змінами в житті, що можуть бути викликані хворобою близьких людей. Можемо зробити висновок, що попри існуюче хвилювання за здоров'я близьких, панічного переживання чи реального сприйняття цієї проблеми не відзначається, адже не актуальне для досліджуваних переживання щодо зміни власної життєдіяльності через хворобу рідних.

Можна із упевненістю сказати, що страх – нормальне явище, коли він не переростає у абсурдний та нелогічний. Страх, у звичайному для

людини понятті, необхідний для виживання як у соціумі, так і в природніх умовах. Різновидом нормального стану є необґрунтовані фобії – це патологічні форми страху. Унаслідок того, що людина переживає і страшисться чогось, її свідомість охоплюється лише цим об'єктом, тому вона може втратити здатність до нормального логічного мислення і адекватних дій.

Література

1. Гудонис В. Краткий словарь фобий. / Витаутас Гудонис. – М.: МПСИ, 2009. – 103 с.
2. Фрейд З. Знаменитые случаи из практики. – М.: Когито-Центр, 2007. – 538 с.
3. Щербатых Ю. В. Психофизиологические и клинические аспекты страха, тревоги и фобий / Щербатых Ю. В., Ивлева Е. И. – Воронеж: Истоки, 1998. – 282 с.

Anton Pomazan – *second-year student of Kharkiv National University of Internal Affairs, Sumy branch*

Scientific adviser: Anastasiia Serhiienko – senior lecturer at the Department of Humanities, Sumy branch of Kharkiv National University of Internal Affairs

SOME ASPECTS OF LIFELONG LEARNING IN DENMARK

Spiritual, economic, political and cultural development of a society appreciably depends on the educational level of its' citizens. Basic changes which constantly occur in the world, demand reforming of an education system in all its' parts. External factors have significant influence on reforming of the education system. The main things of them were recognized by the World conference of UNESCO on higher education (Paris, in 1998). They are economic globalization, deep changes in the migratory processes, demographic factors, growth of scientific and technical knowledge, and development of the cultural level of the population. It staticizes problems of reforming the adult education as it is called to provide a society with highly skilled experts who have already a certain experience and qualification. According to materials of the V Hamburg International conference of adult education (July, 1997). Adult education has been recognized as a key to XXI century and one of the unique means that can provide stable development of a society.

The important condition of the effective reforming of this educational branch is not only the use of the best domestic pedagogical inheritance, but also scientific research and introduction of the foreign experience, oriented on reorganization of the democratic adults educational system . In the given context will be undoubtedly useful studying the Danish experience of creation and an embodiment to life the concept of adult education. In fact, the Danish adult educational system has long history and rich traditions, differs from other