

ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ АКТУАЛЬНИХ СТРАХІВ СУЧАСНИХ ПІДЛІТКІВ

Рябовол Т. А.,

старший науковий співробітник лабораторії психології соціально дезадаптованих неповнолітніх Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ

Комарицька К. Д.,

студентка факультету педагогіки та психології Національного педагогічного університету ім. М. П. Драгоманова, м. Київ, Україна

Стаття присвячена висвітленню результатів емпіричного дослідження особливостей страхів сучасних підлітків. Досліджено, які саме страхи є найбільш поширеними та проблемними для старшокласників. Визначено рівень, поширеність та ієрархію актуальних страхів. Уточнено феноменологію страхів у хлопців та дівчат. Експериментально підтверджено, що більшість актуальних страхів підлітків пов'язані із життям у соціумі. Виявлено, що найсильніші з тих, які відображають проблеми сучасного соціуму, це – страх війни та страх хвороби. Виявлено, що у підлітків страхи найчастіше проявляються у когнітивній та соматичній сферах. Виявлено чинники, що підсилюють страхи сучасних підлітків.

Ключові слова: підлітки, особливості страхів, поширеність та ієрархія страхів, когнітивна, поведінкова та соматична сфери особистості.

Постановка проблеми. На даний час в Україні особистісний розвиток кожного є важливою умовою для переходу суспільних відносин з рівня виживання на рівень життя. Епоха зміни тоталітарних систем демократичними супроводжується хаосом, як у житті цілого суспільства, так і в житті кожного окремого індивіда. В таких умовах основним є інстинкт виживання і страх, як базова емоція, є його невід'ємною частиною. В умовах гібридної війни нагнітання страхів, створення постійної психічної напруги та стресу стало своєрідною психологічною зброєю масового ураження. Коли страх стає домінуючою емоцією, починає керувати думками та поведінкою людини, він призводить до деградації особистості. Тоді як вміння протистояти страхам є важливою умовою успішної ресоціалізації та запобігання протиправній поведінці підлітків. Повноцінна реконструкція емоційно-вольової сфери особистості, яка відбувається в процесі ресоціалізації, неможлива без уміння усвідомлювати та керувати власними страхами. Для підлітків подібне уміння вкрай важливе ще й тому, що підлітковий вік є перехідним етапом до дорослого життя. Доросле життя перед молодою людиною ставить свої непрості завдання: встановлення близьких стосунків, вибір професії, пошук смислу, визначення мети та шляху до неї,

віднаходження ресурсів для цього подолання перешкод та ін. Якщо не подолати існуючі страхи, вони не тільки ускладнюватимуть виконання поставлених задач, а й призводитимуть до різних форм соціальної та професійної дезадаптації.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Страх – це базова емоція людини, вона є складовою інстинкту самозбереження і як опорна складова емоційної сфери супроводжує людину від народження до її останніх днів. У психолого-педагогічній науці і досі залишається більш негативна, а ніж позитивна оцінка емоційно-вольової сфери людини. В системі «розум-емоції» емоції вважаються другорядними. Їх частіше розглядають як дезорганізуюче та руйнівне начало, яке має бути підпорядковане розуму і кероване ним. Дана традиція історично склалася в процесі спостереження за такими емоціями, як гнів, лють, паніка, які було легше бачити і які різко виділялися на загальному більш урівноваженому емоційному фоні життєдіяльності людини. З точки зору соціальної психології, страх – дуже ефективний механізм соціалізації. Особистість відчуває страх перед світом та іншими людьми. Так або інакше, страх є тим важелем, що утримує людину в певних межах, регулює її поведінку [3]. Страхи можуть викликатися зовнішніми небезпеками (природне лихо, напад ворогів), соціальними відносинами (конфлікти, пригнічення, залежність і т.д.), тими чи іншими культурними традиціями (страх перед потойбічним, страх порушення табу і т.д.). Та, якщо вони диктуються даною конкретною культурою, то мають бути визнані нормальними. Виявляється, що кожна культура нав'язує свої страхи всім своїм носіям. Вона вказує людям на смисли речей і дій, задає зразки реагування. Цікаво, що вона також пропонує і способи захисту від цих страхів. Ці способи дозволяють «не страждати сильніше, ніж це визначено» даною культурою. Культурний контекст намагається визначати рівень того чи іншого страху (від легкого занепокоєння, яке майже не відображається в поведінці – до фобій, що можуть призвести до панічних нападів, суїциду та інших психічних розладів). Однак, у кожного індивіда існує власна градація кількісних і якісних характеристик страхів. І якщо страх є занадто сильним для нього, то він деформує особистість і породжує неврози.

Для того, щоб мати можливість допомогти людині керувати своїми страхами, психологи намагаються їх впорядкувати, класифікувати. Загальновідома точка зору: страхи бувають біологічні та соціальні. Крім того, всі страхи так чи інакше пов'язані зі страхом смерті. Кожен страх людини містить екзистенційну складову, стверджує Ю.В. Щербатих [4], і пропонує таку класифікацію: страх часу, страх простору, страх того, що життя не можливо пізнати до кінця та страх самого себе.

Для кращого розуміння особливостей екзистенційних страхів у підлітків, варто розглянути праці вікової та педагогічної психології І.С. Кона, А. М. Прихожан, В. С. Мухіної, які вивчали особливості емоційно-потребової сфери, притаманні цьому віку.

Формування страхів в підлітковому віці визначається специфікою світогляду людини та пов'язане з розвитком специфічних характеристик особистості. Часто причиною виникнення страхів особистості в старшому шкільному цьому віці прийнято вважати низький рівень впевненості в своїх силах у психічно здорової людини страх може викликати фізичне нездужання, наприклад: слабкий зір, слух, заїкання та ін. суттєво знижують впевненість підлітка [2]. Уявлення про розвиток своїх можливостей в навколишньому світі і взаємодія з однолітками, є важливим елементом психологічного комфорту людини.

Дослідники вказують, що переживання страхів у підлітковому віці проходять дуже болісно за відсутності базової довіри до світу. Без цієї основи усі подальші захисні механізми психіки будуть відірваними та позбавленими необхідної сили. Вони швидко і легко руйнуватимуться за умови стресу і залишатимуть індивіда без захисту у психотравматичній ситуації. Якщо захисні механізми слабкі або ж односторонні і не справляються зі своєю функцією страхи можуть розростатися настільки, що це призводить до невротичних розладів, перешкоджає навчальній діяльності, блокує комунікацію, викривлює емоційно-вольову сферу підлітка.

За даними ВОЗ частка клінічно виражених тривожних розладів і страхів серед молоді в розвинених країнах складає близько половини всієї психічної патології цієї вікової групи. Тому, важливо проаналізувати це питання комплексно, з урахуванням усіх сторін життєдіяльності підлітків.

Мета статті – представити результати експериментального вивчення особливостей актуальних страхів сучасних підлітків.

Виклад основного матеріалу та результатів дослідження.

Експериментальне дослідження здійснювалося на базі Таращанського НВК «Гімназія «Ерудит» ЗОШ I-III ст.м. Таращі Київської обл. в грудні 2015 року.

Для вирішення поставлених завдань ми використовували психодіагностичний інструментарій: «Опитувальник ієрархічної структури актуальних страхів особистості» (Ю. Щербатих) та «Опитувальник на визначення суб'єктивного розуміння власних страхів» (А. Петрова), що дає можливість дослідити ієрархічну структуру актуальних страхів та їх суб'єктивне розуміння підлітками. Достовірність результатів перевірялася з допомогою традиційних для психології методів математичної статистики.

У ході емпіричного дослідження всього було опитано учнів 9-х класів, експериментальна вибірка склала 32 особи: 17 дівчат та 15 хлопців. В результаті обробки було виявлено 2 анкети, інформацію з яких неможливо було розібрати, тому до обробки було прийнято 30 анкет. Аналіз результатів опитування для визначення ієрархічної структури актуальних страхів показав нерівномірний розподіл кількісних показників страхів та фобій у сучасних підлітків. Загальну ситуацію розподілу актуальних страхів підлітків представлено на Рис.1

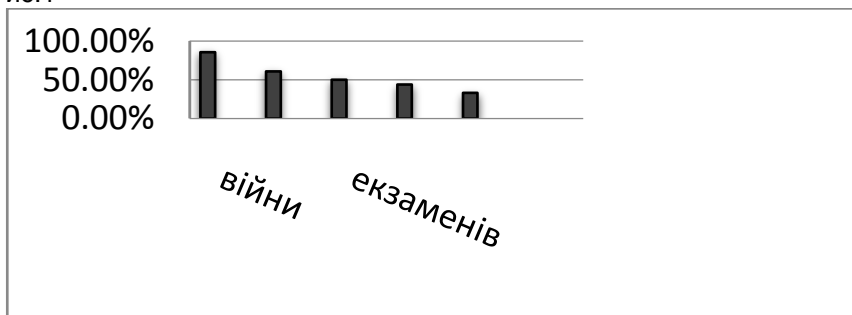


Рис.1. Діаграма розподілу найбільш актуальних страхів підлітків

Результати опитування показали, що для сучасних 9-класників найактуальнішими виявились: страх війни у 85,7% та страх хвороби близьких людей у 60,7%. Обидва вказані страхи підлітки відзначаються високою інтенсивністю, адже позначені респондентами від 8 до 10 балів, які даному в опитувальнику класифікуються, як фобія. Ця особливість, що вказує на значну силу емоцій, які переживають підлітки стосовно війни та хвороби, дозволяє нам трактувати їх як екзистенційні. Крім того, обидві фобії є похідними від страху смерті, що також вказує на їхню приналежність до категорії екзистенційних. Зв'язок між страхами війни та хвороби перевіряли з допомогою математичних методів, про це йдеться далі. Сам страх смерті не дуже діймає наших респондентів, в ієрархії він займає тільки сьому позицію. Ймовірно, що він сприймається 14-15-літніми підлітками, як абстрактне поняття. Однак результати опитування показали, що хлопців він таки турбує у двічі більше, ніж дівчат.

Порівняння гендерних особливостей страхів підлітків показало, що високих та низьких показників у хлопців більше, ніж у дівчат, тоді як у дівчат переважають середні показники.

Починаючи з третього місця в загальній ієрархії, частота та інтенсивність страхів у хлопців та дівчат відрізняються. Так на третьому місці у хлопців знаходиться страх перед майбутнім 33%. Цей страх у класифікації – також належить до екзистенційних. Він

Ймовірно зумовлений тим, що традиційно в маленькому містечку більшість хлопців після закінчення 9-го класу мають визначитися з професійним навчанням. При тому, що вибір пропонованих професій доволі обмежений, як правило, це робітничі професії, до них сучасні підлітки не підготовлені ні фізично, ні психологічно. Для дівчат – це питання не є таким актуальним, до їхнього професійного визначення, суспільні вимоги не є такими жорсткими. І ті, хто ще не визначився з майбутньою професією спокійно продовжать навчання в 10-11 класах, маючи ще час для професійного визначення.

У дівчат третє місце займає страх перед екзаменами, на нього вказали 50% опитаних. Екзаменів дівчата бояться досить сильно (більше, ніж злочинців, на цей страх вказують 43,7%). Ми можемо припустити, що це є ознакою того неподоланого раніше страху «бути не тим», «не таким, як від тебе очікують». Цікаво, що наступним за частотою в опитуванні виявився страх агресії що до близьких людей у 37,5%. Можливо це вказує на витіснену агресію з приводу страху бути неприйнятним, якщо не відповідатимеш певним вимогам значимих людей, якої накопичилось стільки, що перетворилася на страх не впоратися з агресією що до них. серед хлопців значно менше тих, хто страшисться наявності у себе агресії по відношенню до рідних таких тільки 25%. Можливо це пояснюється тим, що за суспільними нормами та стереотипами чоловікам вільніше, ніж жінкам дозволяється проявляти агресію. Більше, ніж виявів агресії до інших, хлопці бояться захворіти самим, вмерти, бояться наслідків хвороб близьких людей. Хлопців також у двічі більше, ніж дівчат турбують страх самогубства, тривога з приводу змін в особистому житті та страхи пов'язані зі статевими функціями. Для дівчат актуальними також є страх бідності, страх публічних виступів та страх вчителів. До страхів, що найменше турбують підлітків потрапили: боязнь павуків та змій, побоювання старості, страх замкнутого простору, острах перебування в темноті.

Результати дослідження за «Опитувальником на визначення суб'єктивного розуміння власних страхів» У результаті обробки всі анкети виявилися інформаційними. Серед усіх респондентів вважають себе небоязкими 23 особи (майже 77%), 7 підлітків (близько 23%) назвалися боязкими. Однак сильний страх відчувають тільки 5 учнів (17%), більше половини опитаних 16 (53%) учнів відчувають «скоріше побоювання, ніж страх», і 9 учнів (30%) означили свої відчуття, як «легкий неспокій». Причому серед другої категорії зустрічалися й такі, що у відповіді на перше питання віднесли себе до боязких. Ймовірно, що вони або не дуже високо оцінюють свій опір страхам, порівнюючи себе з іншими, або ж мають недостатній рівень рефлексії, що заважає їм зрозуміти власні почуття, можливі й інші

причини, які ми також напевно не можемо пояснити без додаткової діагностики особистості. Результати цього опитування ми представили на діаграмі Рис.2.

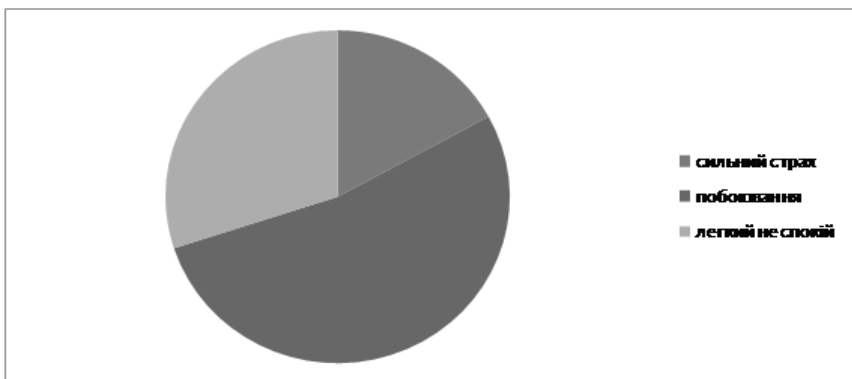


Рис. 2. Діаграма розподілу суб'єктивного розуміння страху підлітками

Відповіді на наступне питання прояснюють ситуацію таким чином: «в порівнянні з іншими людьми Вашого кола, статі та віку» боязкими назвали себе 10% опитаних, «в середньому відчують стільки ж страхів, як і інші» – 33% підлітків, менш боязкими вважають себе 40% та значно менш боязкими 13%.

Цікавими для нашого дослідження стали відповіді на питання про причини соціальних страхів. Серед своїх варіантів підлітки вказують на: «недостатньо соціальних навичок для підтримання розмови», «відчуття приниження перед іншими» та «побоювання не виконати те, про що просять». Серед запропонованих методикою варіантів найчастіше підлітки бояться бути відторгнутими (53% відповідей), також дуже часто бояться бути негативно оціненими (50%).

Проблеми типові, як для підліткового середовища, та взаємопов'язані одна з одною. Вони нагадують про проблему мобінгу чи навіть булінгу, коли жорстокий пресинг відторгнутих підлітків завдає значного душевного болю, глибоких психологічних травм, а іноді змушує до крайніх вчинків, навіть таких, як самогубство. Ще 33% відповідей опитаних підлітків вказують на те, що причиною їхніх страхів є невпевненість у собі. Шестеро (20%) респондентів виявили у себе побоювання мати близькі стосунки. Про схильність до усамітнення, як причину соціальних страхів, жоден з учнів не написав.

Аналізуючи відповіді підлітків про події, ситуації чи людей, що викликають у них страх, ми отримали такі результати:

- страх викликають великі групи людей у 12% підлітків, так само часто зустрічається відповідь про «відчуття себе вразливим, коли з'являється потреба попросити про допомогу», та ситуації, «коли знаходишся в центрі уваги малої групи (коли мене комусь представляють або запитують про мою точку зору). З такою ж частотою страх виникає, коли з'являється вірогідність сексуальної близькості.

- і ще більше – майже 30% відсотків вказують на ситуації, в яких вони займають нижчу позицію в порівнянні з іншими (вчителі);

- ситуації, які вимагають відстоювання власних прав викликають страх у 20% підлітків;

- про страх «під час оцінювання або порівняння з іншими йдеться у 23% відповідей;

- зі своїх варіантів одним учнем зазначено тільки «страх пліток».

Що до людей, які викликають переживання страху 67% учнів вказали на незнайомців та 53% на чужинців. Авторитетні особи викликають побоювання у 17% респондентів, друзі, представники іншої статі (коли їх кілька) та представники своєї ж статі тоді, коли «влаштовують розбірки» лякають 3% підлітків. Батьки, брати, сестри, люди літнього віку та представники своєї чи іншої статі по одному не позначені підлітками, як небезпечні. Тому, ми прийшли до висновку, що на рівень соціальних страхів у підлітків більше впливає приналежність (свої – чужі), кількість людей або контекст взаємодії – найчастіше ситуація оцінювання, в якій потрібно довести свою «вартість» (розум, силу, впевненість, сексуальність).

Фізичні реакції, що їх позначили у своїх відповідях опитані нами підлітки, свідчать про те, що на тілесному рівні найчастіше страхи супроводжуються почастішанням пульсу (67%) та сильним серцебиттям (60%) відповідей. В ситуації страху доволі сильно підлітки потерпають від тремтіння рук – майже у 43% відповідей; підвищену пітливість та почервоніння обличчя більшою або меншою мірою відзначають у себе 33% опитаних; 20% вказують на відчуття слабкості в ситуації страху та про відчуття сухості у роті написали, а 17% – підтвердили, що чують дзвін у вухах. Про наявність інших фізичних реакцій відповіді респондентів інформації не дають.

Думки та почуття, що супроводжують переживання страху у підлітків виявилися такими: найчастіше – це думки, що концентруються на неприємних сторонах ситуації у 52% відповідей респондентів, про думки, спрямовані на відволікання від тривожної ситуації, заявлено у 46% відповідей, 43% відповідей про думки, що стосуються власної поведінки («в очах оточуючих»), так само часто зустрічаються думки про те, «як мене оцінюють оточуючі, що вони

про мене думають» – 40%. Також 43% відповідей свідчать про те, що з'являються «думки про страх взагалі». Негативні думки про себе зафіксовано у 26% відповідей, але є також і позитивні думки про себе. В ситуації страху задоволеність собою переживають більшою чи меншою мірою 13% підлітків. Ніякі думки не виникають в страшній ситуації у 6% відповідей. Таким чином, ми виявили, що всі категорії думок, які представлені в опитувальнику, підтверджуються відповідями респондентів. Із власних варіантів відповідей – у стані страху з'являються думки «про сімейне життя».

Наступною категорією реакцій на страх, що вивчалася в процесі опитування, була категорія поведінкових реакцій, притаманних підліткам. Найбільше відповідей свідчать на користь «говорю нісенітницю» – 37%, у 30% відповідей йдеться про намагання зникнути, втекти та стільки ж – про нездатність говорити у ситуації страху, «не можу дивитися в очі іншій людині» та «говорю дуже тихо» – 27%; відповідей «заїкаюся» виявилось аж 20%, а «завмираю» – 17%, як і «уникаю будь-що робити». Аналіз результатів цих відповідей свідчить, про те, що значні переживання страху, в-основному так чи інакше блокують поведінку підлітків.

Але 40% з опитаних нами підлітків не вважають, що страхи мають для них якісь негативні наслідки, інші 30% опитаних вказують на негативні емоції (відчуття ізоляції, самотності, депресії), що виникають в результаті переживання страхів. Для 10% респондентів наслідки страхів проявляються в тому, що тепер вони «мають соціальні проблеми – важко знайомитись з людьми та заводити друзів, насолоджуватися спілкуванням», 6% вважають, що тепер люди негативно оцінюють їх, у 3% виникають труднощі із взаєморозумінням, а 17% написали, що страхи провокують у них надмірне заглиблення в себе, у 6% є ще якісь негативні наслідки, про які вони не хочуть писати в анкеті. Узагальнюючи сказане, ми прийшли до висновку, що більше половини опитаних мають неприємні наслідки переживання страхів.

Серед відповідей на запитання: «чи вбачаєте ви позитивні наслідки власного страху – 10 (33%) учнів відповіли, що не бачать. Серед описів свого бачення позитивного боку переживання страхів є такі:

- вчусь на своїх страхах;
- намагаюсь перемогти свій страх;
- коли перестаєш боятися, стає легше;
- стараюсь менш боятися після цього;
- стаю більш впевненою, намагаюсь не зосереджуватися на негативі;
- розуміння того, що собою потрібно займатися;

- ми перестаємо боятися страхів, подолавши їх;
- самовдосконалення;
- коли перестаю боятися, значить я подолала всі неприємності та перешкоди;
- коли ситуація повториться, я не буду себе так боязко почувати.

Серед опитаних 87% респондентів впевнені, що страхи можна подолати, 1 учень переконаний, що – «ні» і 10% підлітків сумніваються. Про готовність до роботи над собою заявили 57%, «скоріше за все, так» відповіли 23%, «ще невпевнені» – 6% та стільки ж заявили, що не готові працювати над собою, щоб подолати страхи.

Мета обробки результатів дослідження полягала в тому, щоб знайти аналізуючи результати експериментальних даних, виявити ті прояви страхів, які найбільше потребують корекції. Адже саме це дасть нам змогу розробити ефективну програму психокорекції для наших респондентів.

Підрахунок критерію Спірмена для визначення статистично значимого зв'язку між двома найбільшими страхами, страхом війни та страхом хвороби близьких людей, показав, що такий зв'язок є позитивним та статистично значимим. За нашими підрахунками емпіричне значення r_s становить 0,439 для вибірки з 27 осіб, тоді як критичні значення: $r_s = 0,38$ при $p \leq 0,05$. Таким чином підтверджується наше припущення, про те що ці страхи є екзистенційними для опитаних нами підлітків.

Зі всього континууму відповідей ми виділили ті, що стосуються емоційних, поведінкових, когнітивних та тілесних проявів страхів та проаналізували результати, щоб виявити які з них є переважаючими у наших опитаних. Для математичного аналізу було застосовано критерій Пірсона. Підрахунок проводиться згідно зі стандартним ключем.

$\chi^2_{ем} = 21,204$, а це значить, що $\chi^2_{ем} > \chi^2_{кр}$ тому що критичні значення $\chi^2_{кр} = 7,8, 15$ для ($p \leq 0,05$) та 11,345 для ($p \leq 0,01$)

Результат аналізу показав нерівномірний розподіл тілесних, когнітивних, емоційних та поведінкових проявів страхів. Таким чином, серед проявів страхів, які заважають в житті підлітків більш значимими є когнітивний та тілесний вияви. Менше турбують підлітків у ситуації страху самі емоції та їхня поведінка. Ймовірно перевагу вказаних компонентів можна пояснити тим, що екзистенційні страхи переживаються в освітній ситуації, де когнітивна сфера є найбільш значимою. А тілесні прояви турбують підлітків у зв'язку з їх віковою особливістю: значною зацікавленістю своїм тілом, уважним та

прискіпливим ставленням до нього у 14-15-річних. Це також пояснює високий рівень страху перед хворобами.

Висновки:

1. Аналіз показників опитування показав, що рівень своїх страхів значна кількість учнів оцінює у 8-10 балів, що інтерпретується автором методики, як фобії. Частіше за інші високими балами підлітки позначали такі страхи як: страх війни, страх хвороби близьких людей; страх злочинності; страх майбутнього; страх екзаменів; страх бідності; страх публічних виступів та страх проявів власної агресії що до близьких людей

2. Порівняння результатів опитування хлопців та дівчат допомогло виявити різницю в рівнях страхів та: (у хлопців частіше зустрічаються високі та низькі показники, у дівчат – переважають показники середнього рівня) та в ієрархічній структурі актуальних страхів: дівчата більше бояться: екзаменів, виявів власної агресії у ставленні до близьких людей, бідності та публічних виступів; хлопці – майбутнього; захворіти та вмерти, а також – наслідків хвороб близьких людей;

3. Виявлено, що серед проявів страхів підлітки найчастіше вказують на когнітивні та соматичні. Серед соматичних проявів – ті, які найбільше стосуються роботи серцево-судинної системи. В когнітивному компоненті страхів підлітки відзначають думки, які стосуються соціальних стосунків та свого місця в них. Дев'ятикласники переймаються проблемами, як не виявитися відторгнутим, осміяним, вигнаним з групи. Опитування виявило, що підлітки задумуються над позитивними та негативними сторонами страхів проблемою подолання страхів. Значна більшість їх впевнена, що страхи піддаються корекції, що можна навчитися їх контролювати. Більше половини респондентів виявили готовність до корекційної роботи.

4. Здійснено аналіз кількісних даних з допомогою обчислень критерію Спірмена. Було виявлено статистично значимий зв'язок між страхом війни та страхом хвороби найближчих людей, що на нашу думку підтверджує їх спільну природу та характеризує сприйняття підлітками сучасного життя. Підрахунок емпіричного значення критерію Пірсона допоміг визначити ті сфери особистості, в яких найбільше проявлялися страхи, що може бути використано у корекційній роботі.

У нашому дослідженні підтвердилась припущення про те, що більшість актуальних страхів підлітків пов'язані з життям у соціумі. Отже психокорекція актуальних страхів має бути спрямована на зміну ставлення особистості до соціальних стосунків та на зміну цих взаємин. Сучасне суспільство дійшло того рівня розвитку, що

переважно забезпечує комфортні умови проживання його членам, однак це не зменшує кількості актуальних страхів. І питання щасливого, спокійного життя, яке мало б настати в цих умовах залишається відкритим, адже почуття щастя та відсутність тривоги не настільки стосується комфорту, як про це думається тоді, коли його людині не вистачає.

Список використаних джерел:

1. Горохова Л. В. Страх як екзистенціал буття сучасної людини / Л. В. Горохова // Вісник Житомирського державного університету. – 2010. – Вип. 53. – С. 33 – 36.
2. Мухіна В. С. Вікова психологія : підручник для студентів вищих навчальних закладів / В. С. Мухіна. – К. : Видавничий центр «Академія», 2004. – 432 с.
3. Петрова А. С. Особливості психокорекції соціальних страхів у студентів : дис. ...на здобуття наукового ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07«Педагогічна та вікова психологія» / Алла Сергіївна Петрова. – К., 2015. – 308 с.
4. Щербатых Ю.В. Психологические и клинические аспекты страха, тревоги и фобий / Ю.В. Щербатых Е.И.Ивлева. – Воронеж : Истоки, 1998. – 262 с.

REFERENCES:

1. Horohova, L.V. (2010). Strakh yak ekzystentsial buttia suchasnoii liudyny [Fear as Being Existential of Modern Man]. *Visnyk Zhytomyrskoho derzhavnoho universytetu – Zhytomyr Ivan Franko State University Journal*, 53, 33-36 [inUkrainian].
2. Mukhina, V.S. (2004). *Vikovapsykhologiiia* [Developmental Psychology]. Kyiv: Vydavnychitsentr «Akademiia» [inUkrainian].
3. Petrova, A.S. (2015). Osoblyvosti psyhokorektsii sotsialnykh strakhiv u studentiv [Features of psychocorrection of social fears at students]. *Candidate's thesis*. Kyiv [in Ukrainian].
4. Shcherbatykh, Yu.V. & Ivleva, E.I. (1998). *Psikhofiziologicheskie i klinicheskie aspekty strakha, trevozhivobii* [Psychophysiological and clinical aspects of fear, anxiety and phobias]. Voronezh: Istoki [inRussian].

Рябовол Т. А., Комарицка Е. Д. Исследование особенностей актуальных страхов современных подростков. В статье представлены результаты эмпирического исследования особенностей страхов современных подростков. Доказано, какие именно страхи являются наиболее распространенными и проблемными для старшеклассников. Определен уровень, распространенность и иерархию актуальных страхов. Уточнение феноменологии страхов у ребят. Экспериментально подтверждено, что большинство актуальных страхов подростков связаны с жизнью в социуме. Выявлено, что сильнее из тех, которые отражают проблемы современного социума, это – страх

войны и страх болезней. Выявлено, что у подростков страхи чаще всего проявляются в когнитивной и соматической сферах. Выявлены факторы, усиливающие страхи современных подростков.

Ключевые слова: подростковый возраст, особенности страхов, распространенность и иерархия, когнитивная, поведенческая и соматическая сферы.

Riabovol T. A., Komarytska K. D. Research the characteristics of actual fears of modern teenagers. The article shows the results of the empirical research of the features of fears of the modern teenagers. It is explored, what fears are the most common and problematic for the seniors. The level, the prevalence and the hierarchy of these fears are determined. The phenomenology of the youth's fears is specified. It was experimentally confirmed that most of actual fears of teenagers are related to their social life. It's revealed that the strongest fears representing the modern society problems are the fears of the war and the illness. It's also revealed that teenagers' fears often appear in cognitive and somatic areas. The factors strengthening that fears are discovered in the article. The results of the interrogation with the method called «Identification of the subjective understanding of the own fears» show that the reason of appearance of the personal fears is low level of self-confidence. It was confirmed that the idea of one's possibilities and the communication with the peers are the important parts of the psychological comfort. The research notes that the experience of fear is painful for teens if they don't have basic trust to the world. Without this basis other psychical mechanisms of protection will be detached and powerless. They destruct quickly and leave a person defenseless in some psych traumatic situation. If protective mechanisms are weak or distorted and don't comply their task, the fears can grow so much that it causes neurotic disorders, interfere the educational process, blocks the communication and deform emotional and volitional spheres of the teenager.

Keywords: age of teenagers, features of fears, prevalence and the hierarchy, cognitive, behavior and somatic areas