

**Остополец І.Ю. (ORCID 0000-0001-7315-2062),
Педченко О.В. (ORCID 0000-0003-4725-940X),
Резнікова О.А. (ORCID 0000-0003-2274-0731),
Свіденська Г.М. (ORCID 0000-0003-1580-8881)**

ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК СОЦІАЛЬНИХ СТРАХІВ ТА ТРИВОЖНОСТІ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

У статті представлено результати теоретичного аналізу та емпіричного дослідження проблеми взаємозв'язку тривожності та соціальних страхів у здобувачів вищої освіти юнацького віку. Визначено актуальність цієї проблеми на сучасному етапі розвитку українського суспільства у зв'язку із повномасштабною війною, яка відбувається на території України.

Аналіз результатів психологічних досліджень проблеми психологічних особливостей соціальних страхів, тривожності показав, що проблемі страху як соціального явища приділена недостатня увага, багато питань залишаються не розв'язаними. Страх належить до базових емоцій людини, що впливає на різні аспекти її життєдіяльності. У соціальному розвитку особистості страх виступає як один із засобів виховання. На даний час, залишилося невирішеним питання про взаємозв'язок між соціальними страхами та тривожністю у юнацькому віці.

Метою дослідження є визначення особливостей взаємозв'язку між соціальними страхами та тривожністю у здобувачів вищої освіти юнацького віку.

Наукова новизна. Проведене дослідження дозволило виявити провідні, актуальні соціальні страхи молоді та їх взаємозв'язок із рівнем тривожності. Встановлено, що у здобувачів вищої освіти юнацького віку переважають соціальні страхи, а саме страх війни, злочинності, публічного виступу та страх перед іспитами. Досліджувані мають середній рівень тривожності з тенденцією до завищеного. Виявлено прямий кореляційний зв'язок між соціальними страхами та рівнем тривожності. Найбільш значущі показники виявлено щодо страхів війни, злочинності, керівництва, відповідальності, страху перед майбутнім та перед публічними виступами.

Висновки. Виявлено прямий кореляційний зв'язок між тривожністю та соціальними страхами, а саме: війни, злочинності, керівництва, страх перед майбутнім, перед публічними виступами. Тобто тривожність взаємопов'язана із соціальними страхами.

Ключові слова: *страх, соціальні страхи, тривога, тривожність, юнацький вік.*

Постановка проблеми. Проблема страху та тривоги є актуальною у теперішній час, тому що вони стали невід'ємною частиною життя людини. Страх як базова емоція людини, сигналізує про небезпеку, залежить від багатьох зовнішніх та внутрішніх причин, серед яких виділяють: почуття самотності, знедоленості, пригніченості, загрози самоповазі, почуття неминучого провалу, відчуття власної неадекватності тощо. Наслідками страху можуть стати невпевненість у собі, нервові напруження, які спонукають особистість до уникання, пошуку захисту, порятунку тощо. Страхи, як один із чинників емоційних розладів, знижують стресостійкість, гальмують особистісне зростання, призводять до нездатності адекватно реагувати у небезпечних ситуаціях та уникати психотравмуючих обставин життя. Основними функціями страху і тривоги є сигнальна, захисна, адаптаційна, пошукова.

Соціальний страх це страх перед соціальними об'єктами чи ситуаціями соціальної взаємодії; боязнь оцінки, критики, осуду з боку інших. Соціальні страхи мають специфічні особливості: більшість з них опосередкована явищами, які самі по собі не можуть зашкодити людині і мають комплексний характер; вони легко переносяться на схожі соціальні ситуації та соціальні об'єкти, що призводить, зокрема, до підвищеної тривожності; вони можуть бути конкретними або генералізованими.

Проблема страхів та тривоги молодих людей становить інтерес для психологічної науки і є надзвичайно актуальною у сучасній Україні, вона потребує вирішення низки питань: успішної адаптації юнаків до навчання у закладах вищої освіти, оптимізації самооцінки, попередження розвитку невротичних симптомів тощо.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дослідження феномена страху безпосередньо пов'язане з вивченням проблеми емоцій. Соціальні страхи формуються на тлі невпевненості особистості у власних можливостях і здібностях, побоювань, що оточуючі можуть засудити, образити. Вивченням страхів та тривожності у юнацькому віці займалися такі вітчизняні психологи,

як: І. Батраченко, М. Бригадир, В. Зінківський, В. Мичко, А. Співаковський, М. Сурякова, І. Учитель В. Ямницький, Л. Терлецька та ін., зарубіжні психологи: С. Холл, К. Грос, Д. Селлі, З. Фрейд, А. Адлер, К. Хорні, В. Штерн та багато інших.

Деякі фахівці вважають, що страх – це реакція на реальну небезпеку, а тривожність – це переживання безоб'єктної загрози переважно уявного характеру [3]. Згідно з іншою позицією, страх виникає при вітальній загрозі, коли щось загрожує людському організму, цілісності людини як живій істоті; тривожність виникає при соціальній, особистісній загрозі цінностям, потребам людини, її стосункам з іншими людьми, статусу в суспільстві [6]. У деяких дослідженнях страх розглядається як фундаментальна емоція, а тривожність – як більш складне емоційне утворення, що формується на його основі, у поєднанні з іншими базовими емоціями [7].

Мета статті полягає у визначенні особливостей взаємозв'язку між соціальними страхами та тривожністю у здобувачів вищої освіти юнацького віку.

Виклад основного матеріалу і результатів дослідження. Соціальний страх зберігає характеристики страху як емоційного психічного стану, що базується на інстинкті самозбереження і супроводжується певними психофізіологічними проявами, та має власну специфіку. Соціальний страх розглядається з двох позицій: як психічне явище, що має соціокультурне відображення; як патопсихологічний феномен, що проявляє себе в фобійних реакціях (наприклад, соціофобії) чи невротичних розладах. Соціальні страхи можуть базуватися на біологічних страхах, але завжди мають специфічний соціальний компонент. Вони допомагають людині орієнтуватися в соціумі, є складовою самозбереження [5].

У юнацькому віці при неадекватній реакції на стимули соціального середовища зростає ймовірність виникнення соціальних страхів та тривожності. На цей процес впливають політична, економічна та соціальна нестабільність; проблеми у міжособистісних стосунках з однолітками та родиною; схильність до фрустрації, мотивація уникнення невдачі, афіліації, ригідність, емоційна нестійкість, проблемна самооцінка, особистісна тривожність, проблеми з адаптацією тощо [2].

Ситуації соціальної взаємодії, які викликають страх, молоді люди намагаються уникати, важко їх переживають і перебільшують їх значущість. До

числа найбільш поширених соціальних страхів належать боязнь провалу, критики і успіху.

Страх та тривога належать до емоційних реакцій або станів, які обумовлені дією різних чинників. Тривога притаманна особистостям із розвиненим почуттям власної гідності, відповідальності, обов'язку, підвищеною чутливістю до власного соціального статусу. Вона зазвичай проявляється як почуття відповідальності за власне життя, благополуччя близьких людей та супроводжується хвилюванням, нервовим напруженням. Страх є відповіддю на реальну або уявну небезпеку, яка гальмує психічні реакції, має визначений характер, спирається на минулий травматичний досвід, впливає на всі сфери життєдіяльності людини, помітно погіршує її самопочуття й ускладнює стосунки з оточуючими.

Дослідження проводилось у Мелітопольському державному педагогічному університеті ім. Богдана Хмельницького, Черкаському національному університеті імені Богдана Хмельницького та Горлівському інституті іноземних мов ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет». В ньому взяли участь здобувачі вищої освіти другого та третього років навчання, кількістю 54 особи, віком від 18 до 20 років.

У відповідності до мети та завдань емпіричного дослідження використано психодіагностичні методики: «Опитувальник ієрархічної структури актуальних страхів особистості» (ІСАС) Ю. Щербатих і Е. Івлева; «Методика вимірювання рівня тривожності» Д. Тейлор та методи математичної статистики: коефіцієнт кореляції Пірсона.

Для виявлення соціальних страхів використовувався «Опитувальник ієрархічної структури актуальних страхів особистості (ІСАС) Ю. Щербатих і Е. Івлева». Отримані результати відображено у таблиці 1.

Таблиця 1

Показники актуальних страхів юнаків (у балах)

| Види страхів | | М±σ |
|--------------|-----------------------|---------|
| 1. | Страх павуків та змій | 3,7±1,6 |
| 2. | Страх темряви | 4,5±2,1 |
| 3. | Страх божевілля | 4,1±1,7 |
| 4. | Страх хвороб близьких | 4,2±1,6 |
| 5. | Страх злочинності | 5,4±2,3 |
| 6. | Страх керівництва | 4,5±2,0 |

| | | |
|-----|--|---------|
| 7. | Страх змін в особистому житті | 4,2±1,8 |
| 8. | Страх відповідальності | 4,7±2,1 |
| 9. | Страх старості | 4,4±1,9 |
| 10. | Страх за серце | 4,1±1,6 |
| 11. | Страх бідності | 4,4±1,8 |
| 12. | Страх перед майбутнім | 4,7±1,9 |
| 13. | Страх перед іспитами | 6,5±2,7 |
| 14. | Страх війни | 5,8±2,6 |
| 15. | Страх смерті | 3,4±1,1 |
| 16. | Страх замкнутого простору | 4,3±1,8 |
| 17. | Страх висоти | 4,5±1,6 |
| 18. | Страх глибини | 3,5±1,3 |
| 19. | Страх перед негативними наслідками хвороб близьких | 3,6±1,4 |
| 20. | Страх захворіти якою-небудь хворобою | 3,8±1,5 |
| 21. | Страхи, пов'язані із статевою функцією | 3,2±1,1 |
| 22. | Страх самогубства | 3,4±1,3 |
| 23. | Страх перед публічними виступами | 6,4±2,5 |
| 24. | Страх агресії по відношенню до близьких | 2,5±1,2 |

За результатами дослідження було виділено такі групи страхів: 1) страхи, пов'язані із страхом смерті та втратою здоров'я: божевілля, серцевого нападу, смерті, захворіти якоюсь хворобою, страх, пов'язаний із статевою функцією, страх самогубства; 2) соціальні страхи: війни, керівництва, відповідальності, перед іспитами, перед публічними виступами, перед майбутнім, злочинності; 3) страхи, що пов'язані з особистим життям: хвороб близьких, змін в особистому житті, старості, бідності, перед негативними наслідками хвороб близьких, агресії по відношенню до близьких; 4) природні страхи: павуків та змій, темряви, замкнутого простору, висоти, глибини.

Таким чином, дослідження показало, що у здобувачів вищої освіти юнацького віку переважають соціальні страхи, а саме страх війни, злочинності, публічного виступу та страх перед іспитами.

Для виявлення рівня тривожності використовувалась «Методика вимірювання рівня тривожності» Д. Тейлор. Отримані результати відображено у таблиці 2.

Показник тривожності у юнаків (у балах)

| Шкала | M±σ |
|--------------|------------|
| Тривожність | 15,7±4,8 |

Отримані показники вказують на те, що досліджуванні мають середній рівень тривожності з тенденцією до високого. У юнацькому віці тривожність може бути пов'язана із внутрішніми конфліктами, бути реакцією на складнощі підліткового віку, актуальне соціальне середовище, умови життя, прагнення до самоствердження, невизначеність майбутнього тощо. Дослідники відмічають, що для цього віку характерним є підвищення тривоги у сфері спілкування, особливо із значущими дорослими та однолітками [7]. Тривожні особистості відрізняються неадекватною самооцінкою, страхом невдачі, конформністю поведінки, відповідальністю. Підвищений рівень тривожності перешкоджає адекватному реагуванню у стресових та надзвичайних ситуаціях, що може бути небезпечним для здоров'я та життя.

На наступному етапі емпіричного дослідження визначалися особливості взаємозв'язку між соціальними страхами та тривожністю у здобувачів вищої освіти юнацького віку за допомогою коефіцієнта кореляції Пірсона. Отримані результати відображено у таблиці 3.

Показники взаємозв'язку соціальних страхів та тривожності у юнаків (r_{xy})

| Види страхів | Тривожність |
|----------------------------------|--------------------|
| Страх війни | 0,52** |
| Страх злочинності | 0,43* |
| Страх керівництва | 0,41* |
| Страх перед іспитами | 0,19 |
| Страх відповідальності | 0,48** |
| Страх перед майбутнім | 0,33* |
| Страх перед публічними виступами | 0,45* |

Примітка: * $p \leq 0,05$; ** $p \leq 0,01$.

За результатами статистичного аналізу даних виявлено значущу взаємозалежність між показниками соціального страху та рівнем тривожності, а саме: страх війни ($r_{xy}=0,52$, $p \leq 0,01$), страх злочинності ($r_{xy}=0,43$, $p \leq 0,05$), страх керівництва ($r_{xy}=0,41$, $p \leq 0,05$), страх відповідальності ($r_{xy}=0,48$, $p \leq 0,01$), страх перед майбутнім ($r_{xy}=0,33$, $p \leq 0,05$), страх перед публічними виступами ($r_{xy}=0,45$, $p \leq 0,05$).

Таким чином доведено, що існує прямий кореляційний зв'язок між соціальними страхами та рівнем тривожності. Найбільш значущі показники виявлено щодо страхів війни, злочинності, керівництва, відповідальності, перед майбутнім, перед публічними виступами. Тобто саме ці соціальні страхи найбільше взаємопов'язані із тривогою та є найбільш актуальними для сучасних молодих людей в нашій країні.

Висновки. Проведене дослідження соціальних страхів, рівня тривожності та їх взаємозв'язку доводить, що у здобувачів вищої освіти юнацького віку, які брали участь у дослідженні, можна виділити вираженість таких соціальних страхів, як: страх війни, злочинності, перед публічними виступами, перед іспитами. Тривожність має середній рівень розвитку з тенденцією до високого. Також виявлено прямий кореляційний зв'язок між тривожністю та соціальними страхами, а саме: війни, злочинності, керівництва, страх, перед майбутнім, перед публічними виступами. Тобто тривожність взаємопов'язана із соціальними страхами.

Перспективами подальших досліджень є визначення соціально-психологічних чинників соціальних страхів у юнацькому віці за засобів їхньої корекції.

Література

1. Батраченко І., Сурякова М., Учитель І. Соціальна тривожність у міжособистісній взаємодії студентів. *Вісник Львівського університету. Серія психологічні науки*. 2021. Вип. 10. С. 3–11.
2. Білоус Р.М., Саннікова І. С. Психологічні особливості тривожності студентської молоді. *Теорія і практика сучасної психології*. 2019. С. 25–28.
3. Бригадир М. Б. Особливості появи та відчуття емоції страху в сучасному суспільстві. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія Психологічні науки*. 2018. Т. 1, Вип. 2. С. 20–24.
4. Левковська Л. Б. Психологічні чинники виникнення тривожності у осіб юнацького віку. *Молодий вчений*. 2022. № 1 (101). С. 57–60.

5. Мичко М. В., Ямницький В. М. Вплив соціального страху та формування особистості в юнацькому віці. *Збірник наукових праць РДГУ. Психологія: реальність і перспективи*. 2014. Вип. 3. С. 105–108.

6. Терлецька Л. Взаємозв'язок страхів, фобій, тривожності із самоставленням особистості. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. 2020. Вип. 1(11). С. 57–63.

7. Томчук С. М., Томчук М. І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі : монографія. Вінниця : КВНЗ «ВАНУ», 2018. 200 с.

References

1. Batrachenko, I., Suryakova, M. & Uchitel, I. (2021). Social anxiety in interpersonal interaction of students. *Bulletin of Lviv University. Psychological sciences series*. Issue 10. P. 3–11.

2. Bilous, R.M. & Sannikova, I.S. Psychological features of anxiety among student youth. (2019). *Theory and practice of modern psychology*. P. 25–28.

3. Brigadier, M.B. (2018). Peculiarities of the appearance and feeling of the emotion of fear in modern society. *Scientific Bulletin of Kherson State University. Series Psychological sciences*. Vol. 1, Issue 2. P. 20–24.

4. Levkovska, L.B. Psychological factors of anxiety in youth. A young scientist. 2022. No. 1 (101). P. 57–60.

5. Mychko, M.V. & Yamnytskyi, V.M. (2014). The influence of social fear and personality formation in youth. *Collection of scientific works of RDSU. Psychology: reality and prospects*. Issue 3. P. 105–108.

6. Terletska, L. (2020). Interrelationship of fears, phobias, anxiety with self-identification of the individual. *Bulletin of Taras Shevchenko Kyiv National University*. Issue 1(11). P. 57–63.

7. Tomchuk, S.M. & Tomchuk, M.I. (2018). Psychology of anxiety, fear and aggression of the individual in the educational process: monograph. Vinnytsia.

Ostopolets I.Yu., Pedchenko O.V., Reznikova O.A., Svidenska H.M. RELATIONSHIP OF SOCIAL FEAR AND ANXIETY U YOUTH

The article presents the results of a theoretical analysis and an empirical study of the problem of the relationship between anxiety and social fears in youth students of higher education. The relevance of this problem at the current stage of the development of Ukrainian society in connection with the full-scale war that is taking place on the territory of Ukraine is determined.

Analysis of the results of psychological research on the problem of psychological features of social fears and anxiety showed that insufficient attention is paid to the problem of fear as a social phenomenon, and many questions remain unsolved. Fear is one of the basic emotions of a person, which affects various aspects of his life. In the social development of a person, fear acts as one of the means of education. At present, the question of the relationship between social fears and anxiety in adolescence has remained unresolved.

The purpose of the study is to determine the specifics of the relationship between social fears and anxiety in youth students of higher education.

Scientific novelty. The conducted research made it possible to reveal the leading, current social fears of young people and their relationship with the level of anxiety. It has been established that social fears predominate among those who acquire higher education at a young age, namely, fear of war, crime, public speaking, and fear of exams. The subjects have an average level of anxiety with a tendency towards overestimation. A direct correlation between social fears and the level of anxiety was revealed. The most significant indicators were found for fears of war, crime, leadership, responsibility, fear of the future and of public speaking.

Conclusions. A direct correlation between anxiety and social fears has been revealed, namely: war, crime, leadership, fear of the future, and public speaking. That is, anxiety is interconnected with social fears.

Key words: *fear, social fears, anxiety, anxiety, youth.*

Остополець Ірина Юрїївна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, Мелітопольський державний педагогічний університет ім. Богдана Хмельницького, м. Запоріжжя;

Педченко Олександра Віталіївна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології, глибинної корекції та реабілітації, Черкаський національний університет імені Богдана Хмельницького, м. Черкаси;

Резнікова Олена Анатоліївна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології Горлівського інституту іноземних мов ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», м. Дніпро;

Свіденська Галина Миколаївна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри психології ДВНЗ «Донбаський державний педагогічний університет», м. Дніпро.