

## ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ПРОЯВЛЕНИЯ СТРАХА

*Работа представлена кафедрой психологии Уральского государственного педагогического университета. Научный руководитель - доктор психологических наук, профессор В. П. Прядет*

В статье рассматриваются результаты анализа страха в соотношении с психофизиологическими особенностями личности. Структура страха определяется в совокупности предпосылок, особенностей переживания страха и влияния его последствий на личность. В работе указываются специфические особенности в структуре страха в связи с половыми, индивидуально-типологическими особенностями личности.

The results of the analysis of fear in the relationship with psychophysiological special features of a personality are examined in the article. The structure of fear is determined in the totality of prerequisites, special features of fear experience and influence of its consequences on the personality. The author analyses sexual, individual and typological features of a personality in connection with fear manifestation.

Эмоции - одна из традиционно психологических областей изучения, не теряющая своей актуальности на всем протяжении развития науки. К основным эмоциям при изучении индивидуальных, типологических особенностей эмоциональной сферы М. Н. Борисова с соавторами относит эмоции радости, гнева и страха<sup>1</sup>. Актуальность исследования страха обусловлена его ролью в жизни человека. По мнению С. Кьеркьегора, страх сопровождает всю жизнь человека, выступая основополагающей энергетической составляющей поведения, определяя содержание личности и ее жизненного пути<sup>2</sup>.

По мнению Ю. В. Щербатых, страх - базовое эмоциональное состояние, возникающее в ситуации угрожающей спокойствию и безопасности субъекта, сопровождающееся ощущением незащитности перед угрозой<sup>3</sup>.

Страх выполняет позитивную функцию, делая человека более осторожным и осмотрительным. Однако по результатам исследования К. Э. Изарда, проводившего опрос представителей разных стран, страх является именно той эмоцией, которую люди больше всего не хотят переживать<sup>4</sup>.

Говоря о видах страха, исследователи отмечают, что для человека свойственно переживание не только биологических, эволюционно-сформированных форм страха: боли, шума, света, но и специфических социальных: ответственности, общества и долга<sup>5</sup>.

Исследователями признается индивидуальность страха как эмоции, выражающей личностные особенности каждого человека.

Изучение проявлений страха в связи с полом, особенностями организации формально-динамических свойств нервной системы (НС) и типа темперамента у субъекта, является целью данной работы.

*Методы исследования.* В нашей работе применялась методика для многомерно-функциональной диагностики страха: опросник «Ситуативный». Первоначально опросник состоял из 360 вопросов. После статистической обработки (метод суммарных оценок Лайкерта, корреляционный и факторный анализ) число вопросов сократилось до 140. Опросник прошел проверку на надежность и валидность. Рассматривались три уровня страха, на каждом из которых выделилось по шесть диагностических показателей:

1) предпосылки эмоции страха (фантазии, прогноз, физиологические изменения, самооценка, боль физическая, боль моральная);

2) непосредственное переживание эмоции страха (страх: природный, бытовой, экстремальный, моральный, деятельности, жизнедеятельности);

3) последствие страха (длительность, экстернальность, «эго» отрицательное, «социо» отрицательное, «эго» положительное, «социо» положительное).

Так же были рассчитаны суммарные показатели по каждому из изучаемых уровней и по трем уровням в целом.

Для изучения темпераментальных особенностей субъекта использовались:

### Психофизиологические предпосылки проявления страха

1. Опросник структуры психодинамического уровня интегральной индивидуальности (А. И. Щебетенко), по которому диагностировались: 1. Сензитивность; 2. Эмоциональная возбудимость; 3. Тревозможность; 4. Темп; 5. Активность; 6. Реактивность; 7. Резистентность; 8. Интроверсия как субъективация; 9. Психодинамическая общительность; 10. Ригидность.

2. Опросник «Сила. Подвижность. Уравновешенность - (СПУ)» (В. П. Прядеин), в исследовании применялись шкалы диагностирующие проявления силы, подвижности и уравновешенности НС.

3. Некоторые шкалы из опросника «Черты характера и темперамента - (ЧХТ)»:

1) сила НС со стороны возбуждения (преимущественно работоспособность, соответствие «закону силы», доминантность); 2) характеристика НС со стороны нижних порогов (чувствительность); 3) сила НС со стороны торможения; 4) подвижность НС; 5)

эмоциональная лабильность - реактивность; 6) преобладание 1-й сигнальной системы; 7) преобладание 2-й сигнальной системы.

4. Опросник ЕРІ (Г. Айзенк), позволяющий выявить проявление экстраверсии/интроверсии и уровня эмоциональной неустойчивости.

5. Дополнительные шкалы из опросника «Саморегуляция» САМ (В. П. Прядеин), позволяющие определять выраженность «классических» типов темперамента у испытуемых.

Испытуемыми были студенты 50, женщин и 97 мужчин (их количество в отдельных методиках варьировалось) в возрасте от 20 до 23 лет.

Для изучения тендерных различий в предрасположенности, непосредственном переживании и оценке последствий страха нами был проведен t-критерий Стьюдента (См. табл. 1).

Статистическая оценка различий страха в зависимости от пола испытуемых

Параметры	Женщины (n =50)	Мужчины (n =50)	t- критерий	Уровень значимости
<i>I. Предпосылки эмоции страха</i>				
Фантазии	41,9	27,9	3,4	p <0,001
Прогноз	46,9	39,2	1,7	p > 0,05
Физиология	36,9	26,8	2,6	p <0,001
Самооценка	35,7	28,7	1,8	p > 0,05
Боль физическая	34,2	30,1	1,2	p >0,1
Боль социальная	45,3	36,2	1,9	p < 0,05
Суммарный	241,1	189,2	2,2	p < 0,05
<i>II. Непосредственное переживание эмоции страха (страх)</i>				
Природный	37,6	28,9	2,4	p <0,01
Бытовой	38,3	29,1	2,4	p < 0,01
Экстремальный	42,9	31,2	2,6	p <0,01
Моральный	33,6	25,4	2,2	p < 0,05
Деятельности	35,6	29,1	1,6	p >0,1
Жизнедеятельности	39,2	29,6	2,4	p < 0,01
Суммарный разделу	227,3	173,4	2,4	p < 0,01
<i>III. Последствие страха</i>				
Длительность	35,6	26,9	2,8	p <0,005
Экстернальность	27,8	23,4	1,3	p >0,2
Эго отрицательное	25,8	23,5	0,8	p > 0,4
Социостратегия	30,9	24,6	2,1	p <0,05

На уровне предпосылок женщины отличаются большей склонностью к воображению пугающих ситуаций, чем мужчины (t=3,4), демонстрируют диапазон психофизиологических, вегетососудистых реакций при переживании пугающих событий чаще и шире (t=2,6), чем мужчины.

На уровне непосредственного переживания эмоции страха значимые различия между мужчинами и женщинами не получены только в области страхов деятельно-

сти. По остальным параметрам можно сделать вывод, что женщины склонны интенсивнее переживать страх, чем мужчины.

В оценке последствий страха, женщины более длительно переживают ситуацию страха, чем мужчины (t=2,8). Отрицательное влияние страха на социальные взаимодействия женщины испытывают значимо чаще мужчин (t=2,1), что проявляется в последующей конфликтности, замкнутости.

Психофизиологические предпосылки проявления страха

Таблица 2

Корреляционный анализ взаимосвязей показателей страха и темперамента по А. И. Щебетенко,

Показатели по опроснику «Ситуативный»	Показатели по опроснику темперамента (А.И. щебетенко)		
	Сензитивность	Тревожность	Темп
<i>I. Предпосылки эмоции страха</i>			
Фантазии	29	14	-17
Прогноз (предчувствие)	20	11	-08
Физиология	23	14	-19
Самооценка (эго страхи)	23	23	-19
Боль физическая	11	13	-11
Боль социальная	18	14	-14
Суммарный по разделу	22	15	-15
<i>II. Непосредственное переживание эмоции страха (страх)</i>			
Природный	22	12	-12
Бытовой	21	14	-11
Экстремальный	24	09	-15
Моральный	18	10	-10
Деятельности	17	17	-17
Жизнедеятельности	19	11	-15
Суммарный по разделу	21	13	-14
<i>III. Последствие страха</i>			
Длительность	28	23	-21
Экстернальность	17	16	-13
Эго отрицательное	12	20	-12
Социо отрицательное	22	20	-18

Примечание: нули и запятые опущены, значимые корреляции

Обобщая полученные результаты, отметим большую подверженность женщин страху, широкий диапазон сфер, в которых он переживается и отличительные от мужчин последствия, проявляющиеся в длительности и отрицательном влиянии на социальные отношения женщин.

Для изучения связей между индивидуально-типологическими особенностями и особенностями страха нами был проведен корреляционный анализ по Пирсону (см. табл. 2).

Показатель сензитивности НС значимо коррелирует с большинством шкал страха в опроснике. Сензитивность рассматривается В. С. Мерлиным как порог чувствительности, при котором человек осознает факт происходящего явления. Результаты математико-статистической обработки эмпирических данных, полученных нами, по-

казывают, что сензитивность личности, как индивидуально-типологическая характеристика, связана с феноменом страха на нескольких уровнях его анализа. В частности, повышенная сензитивность обуславливает деятельность воображения по формированию образов страха, особого рода фантазий, в которых субъект представляет потенциально пугающую его ситуацию ( $r=0,29^{***}$ ).

Прогнозирование ситуаций страха субъектом, так же как и фантазирование связано с чувствительностью ( $r=0,20^{**}$ ). Субъект с повышенной сензитивностью чувствует по развитию ситуации вероятность ее опасного разрешения и ту опасную черту в отношениях, за которую не следует переходить. Сензитивность связана как с некоторыми психофизиологическими проявлениями чувства страха: бледность

кожных покровов (отток крови), «ком в горле», «ватные ноги» ( $r=0,23^{**}$ ), так и с субъективно-значимыми переживаниями: собственной неудачливостью, страхом общественного порицания, страхом наказания ( $r=0,23^{**}$ ).

Сензитивность субъекта, способствует переживанию разнообразных страхов связанных с: природой ( $r=0,22^{**}$ ); повседневным бытом ( $r=0,21^*$ ); экстремальными ситуациями ( $r=0,24^{**}$ ); моралью ( $r=0,18^*$ ); деятельностью и жизнедеятельностью ( $r=0,17^*$  и  $r=0,19^*$ ).

Сензитивность субъекта коррелирует с личностными изменениями, происходящими после переживания страха: длительностью последствий страха ( $r=0,28^{***}$ ); попытками рассмотрения пережитого страха как возникшего вне зависимости от воли самого субъекта ( $r=0,17^*$ ); отрицательным влиянием на социальную сферу ( $r=0,22^{**}$ ).

Необходимо отметить, что сензитивность субъекта коррелирует положительно со всеми промежуточными и общим интегральным показателем по опроснику ( $r=0,25^{***}$ ), что свидетельствует о значимой роли порогов чувствительности в формировании чувствительности к страху, его содержанию и последствиям переживания.

На уровне предпосылок страха тревожность соотносится с самооценкой страха: субъект боится общественного порицания, неудач в общественно-значимых делах ( $r=0,23^{**}$ ).

Интересен факт отсутствия значимых связей тревожности с непосредственным переживанием страха. Вероятно, что в этот момент она просто перекрывается более интенсивной эмоцией страха. Значительную роль тревожность играет в процессе переживания последствий случившегося страха, в личностных новообразованиях.

На уровне последствия страха, тревожность коррелирует с длительностью пережитого страха ( $r=0,23^{**}$ ), проявлением негативных социальных ( $r=0,20^{**}$ ) и личностных ( $r=0,20^{**}$ ) последствий, затрудняющих развитие и социальное функционирование личности. Объяснение видится в длительности затухания доминировавшего очага возбуждения (страха).

Скорость протекания психических реакций и процессов, рассматриваемая показателем «Темп психических реакций» отрицательно коррелирует с составляющими предрасположенности к переживанию страха: фантазиями ( $r=0,17^*$ ), физи-

ологическими характеристиками страха ( $r=0,19^*$ ), самооценкой ( $r=0,19^*$ ). Можно предположить, что высокий темп деятельности вытесняет переживание чувства страха, не способствует построению образа пугающей ситуации или негативных последствий для самого субъекта, смещает акцент с внутренних переживаний на общую, деятельность активность. Именно поэтому, темп не способствует длительности переживания страха ( $r=0,21^{**}$ ), отрицательному влиянию в социальной сфере.

Импульсивность субъекта, как и темп, отрицательно связана с переживанием эмоции страха. В частности, импульсивность способствует уменьшению страха жизнедеятельности ( $r=0,18^*$ ).

Можно отметить, что полученные связи подтверждают предположения ряда отечественных и зарубежных психологов относительно феноменологии страха и его индивидуально-типологических предпосылок. В частности, по мнению В. М. Русалова, страх, как и другие эмоции, является производным сочетанием различных уровней активности и порога эмоциональной чувствительности<sup>1</sup>. Например, радость представляет собой сочетание высокой психической активности и высокого порога эмоциональной чувствительности; гнев - высокой психической активности и низкого эмоционального порога; страх - низкой психической активности и низкого эмоционального порога.

Рассмотрение психофизиологических предпосылок феномена страха выявило ряд непротиворечивых соотношений. Так, выраженность проявления силы НС со стороны возбуждения способствует уменьшению длительности переживания страха ( $r = 0,22^{**}$ ), препятствует возникновению пугающих образов страха и ситуаций ( $r = 0,20^{**}$ ).

Подвижность НС способствует проявлению прогнозирования ситуаций страха, поиску путей изменения ситуации, предупреждения или скорейшего выхода из нее ( $r = 0,29^{***}$   $p = 85$ ).

Экстравертированность субъекта коррелирует со всеми диагностируемыми свойствами страха: предрасположенностью, переживанием и последствием. Возможно, что более деятельные лица, направленные вовне, имеют больше возможностей столкнуться с различными ситуациями, в том числе и со страхом. Прогнозирование пугающей ситуации также статистически

### Психофизиологические предпосылки проявления страха

значимо связано с экстравертированностью субъекта ( $r = 0,26^{***}$ , здесь и далее для экстраверсии объем выборки  $n=86$ ). Страх несостоятельности собственного «я» (общественного наказания, верности собственных действий) так же связаны с экстраверсией субъекта ( $r=0,22^*$ ). Экстраверты одинаково реагируют и на положительные и на отрицательные последствия переживаемого «эго» страха (соответственно  $r=0,26^{***}$  и  $r=0,24^{**}$ ). Вместе с тем, отрицательные последствия страха затрудняют социальное функционирование экстравертов ( $r=0,24^{**}$ ). Выявлена также корреляция между нейротизмом субъекта и отрицательным характером влияния пережитой пугающей ситуации на личность ( $r=0,22^*$ ). Полученные взаимосвязи непротиворечиво согласуются с содержательной характеристикой психотипов по К. Г. Юнгу<sup>7</sup>.

От изучения связей страха и частных свойств НС перейдем к рассмотрению взаимосвязей с типами темперамента.

Холерический темперамент характеризуется частым воображением пугающих ситуаций ( $r=0,17^{**}$  (здесь и далее для типов темперамента  $n=120$ ), страхов, связанных с общественным порицанием, собственной несостоятельностью ( $r=0,18^{**}$ ), переживанием физической боли ( $r=0,17^{**}$ ).

Актуальной для субъектов с холерическим темпераментом сферой страха является бытовая, жизненная ситуация ( $r=0,19^{**}$ ). Выраженность холерического темперамента коррелирует с длительностью последствия ситуации страха ( $r=0,19^{**}$ ). Пережитый холериками страх способствует тревожности, пугливости, осторожности ( $r=0,19^{**}$ ). Описываемый нами «холерический» профиль страха в работах К. Хорни рассматривается как невротический<sup>8</sup>.

С точки зрения проявлений страха приближенным к холерическому типу темперамента выступает меланхолический. Так же как и холерики, меланхолики склонны к воображению пугающих ситуаций ( $r=0,24^{***}$ ), подвержены страху физической боли ( $r=0,22^{***}$ ) и социального наказания ( $r=0,24^{***}$ ). Однако, мнительные меланхолики склонны пугаться конфликтов в общении, ссор, собственных жизненных ошибок ( $r=0,18^{**}$ ) в отличие от более прямолинейных холериков.

Актуальной для меланхоликов ситуацией страха является страх природных катаклизмов: землетрясений, наводнений, смерчей, гроз ( $r=0,17^{**}$ ). Не менее пугающим

является страх экстремальных ситуаций, риска ( $r=0,20^{***}$ ). Меланхолический тип темперамента, очевидно, в переживании страха проявляется мнительностью, тревожностью, пассивностью и противоречивостью, что проявляется в актуальности и временной перспективе прожитых ситуаций страха ( $r=0,24^{***}$ ).

Полученные данные согласуются с предположениями В. П. Симонова о преобладающей роли страха ( $C > P > G$ ) в структуре эмоциональной сферы меланхолика<sup>9</sup>.

Сангвинический и флегматический типы темперамента не получили значимых связей с диагностическими шкалами по опроснику страха. Для флегматического типа темперамента единственной статистически значимой оказалась отрицательная связь воображения пугающих ситуаций ( $r=0,18^{**}$ ). Полученные эмпирические данные характеризует флегматический и сангвинический тип как потенциально-устойчивый к переживанию страха.

Результаты проведенного исследования страха позволили сформулировать ряд выводов.

1. Сопоставление показателей предпосылок страха характеризует выраженную склонность женщин к фантазированию, воображению пугающих ситуаций по сравнению с мужчинами. Значимо чаще женщины, по сравнению с мужчинами, проявляют физиологические предпосылки эмоции страха.

2. На уровне непосредственного переживания ситуаций страха женщины, по сравнению с мужчинами, интенсивнее переживают страх во всех изучаемых компонентах, за исключением деятельности.

3. Ситуация страха переживается женщинами дольше и имеет более выраженные отрицательные социальные последствия чем у мужчин.

4. Сензитивность у испытуемых определяет как степень предрасположенности к переживанию ситуации страха, так и выраженность широкого круга потенциально пугающих ситуаций и последствий страха;

5. Темп, как свойство темперамента, способствует уменьшению длительности последствия страха, физиологических проявлений и его самооценки.

6. Холерический темперамент характеризуется интенсивностью представления ситуаций страха, длительностью переживания ситуации страха и его последствий, переживанием страха собственной несо-

## ПЕДАГОГИКА И ПСИХОЛОГИЯ, ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ

стоятельности, общественного порицания, повышенной чувствительностью к боли. «Меланхолический» профиль страха, в отличие от «холерического», характеризуется наличием большего количества пугающих ситуаций, большей тревожностью и пассивностью.

7. Выраженность проявления силы НС со стороны возбуждения способствует уменьшению длительности переживания

страха, препятствует возникновению пугающих образов страха и ситуаций. Подвижность НС способствует проявлению прогнозирования ситуаций страха, поиску путей изменения ситуации, предупреждения или скорейшего выхода из нее.

Полученные в работе факты создают предпосылки для дальнейших теоретико-экспериментальных работ в этой области.

## ПРИМЕЧАНИЯ

<sup>1</sup> *Борисова М. Н.* Некоторые проблемы психофизиологии индивидуальных различий / М. Н. Борисова, К. М. Гуревич, А. Е. Ольшанникова, И. В. Равич-Щербо // Вопросы психологии. М. 1976. №5. С. 19.

<sup>2</sup> *Кьеркегор С.* Страх и трепет. М.: Республика, 1993.

<sup>3</sup> *Щербатых Ю. В.* Психология страха. М.: «Эксмо». 2002.

<sup>4</sup> *Изард К. Э.* Психология эмоций. СПб.: Питер, 1999.

<sup>5</sup> Психогении в экстремальных условиях / Ю. А. Александровский, О. С. Лобастов, Л. И. Спи-вак, Б. П. Шукин. М.: Медицина, 1991.

<sup>6</sup> *Русалов В. М.* О природе темперамента и его местев структуре индивидуальных свойств человека // Вопросы психологии. М. 1985. № 2. С. 19-32.

<sup>7</sup> *Юнг К. Г.* Мышление у экстравертов и интровертов // Хрестоматия по общей психологии. Психология мышления/Под ред. Ю. Б. Гигшенрейтер, В. В. Петухова. М.: МГУ, 1981. С. 391-398.

<sup>8</sup> *Хорни К.* Невротическая личность нашего времени / Пер. с фр. В. Большакова. М.: Академический Проект, 2006.

<sup>9</sup> *Симонов П. В.* Теория отражения и психофизиология эмоций. М.: Наука, 1970.