

Михайло Мовчан

ФЕНОМЕН СТРАХУ: ЙОГО КЛАСИФІКАЦІЯ І РІВНІ

У статті розглянуто страх як важливий екзистенціаль буття людини; зроблено його класифікацію (страхи біологічні (природні), соціальні та екзистенціальні), а також показано рівні страху за його інтенсивністю.

Ключові слова: страх, природний страх, соціальний та екзистенціальний страх, тривога, переляк, боязнь, жах, паніка.

M. Movchan. Phenomenon of fear : his classification and levels

In the article fear is considered as important, existence of man; his classification (fears biological(natural), social and existential) is produced, and also the levels of fear are shown after his intensity.

Keywords: fear, natural fear, social and existential fear, alarm, fright, dread, horror, panic.

М. Мовчан. Феномен страха: его классификация и уровни

В статье рассмотрено страх как важнейший экзистенциал бытия человека; произведено его классификацию (страхи биологические (природные), социальные и экзистенциальные), а также показано уровни страха за его интенсивностью.

Ключевые слова: страх, природный страх, социальный и экзистенциальный страх, тревога, испуг, боязнь, ужас, паника.

Екзистенційно-антропологічна криза сьогодні охоплює весь світ. Тому сучасний світ знаходиться в умовах, коли ця криза постійно продукує різноманітні страхи, деформуючи консолідацію того чи іншого суспільства. Страх, який проник у свідомість особистості, суттєво впливає на її життя. Він може визначати стратегію поведінки людини і суспільства та бути невід'ємним компонентом менталітету будь-якої нації. Дослідження страху як важливого модусу сучасного буття людини стає особливо актуальним у перехідний період розвитку українського суспільства, коли підвищується інтенсивність відчуття страху, і він отримує глобальний характер. Проблема страху завжди хвилювала людство, тому вона є цікавою і надзвичайно важливою для філософського осмислення.

Велику увагу страху приділяли М. Бердяєв, А. Камю, Р. Мей, О. Ранк, Ф. Ріман, Ж.-П. Сартр, П. Тілліх, Л. Толстой, К. Юнг, М. Хайдеггер, К. Хорні, З. Фрейд, Е. Фромм, Л. Шестов, І. Ялом, К. Ясперс та ін. Різні сторони цього феномена проаналізували українські й російські філософи М. Бахтін, І. Бичко, Є. Боровой, О. Гагарін, Є. Головаха, І. Євламπίєв, Б. Ємельянов, А. Замалеєв, А. Корольков, О. Логінова, І. Осипов, Н. Паніна, О. Райкова, М. Савіна, О. Туренко, О. Фролова, Н. Хамітов та ін. Але потрібно зазначити, що у вітчизняній філософській думці та в суміжних дисциплінах дана проблема ще залишається маловивченою.

Метою статті є аналіз класифікації страху як невід'ємного компонента існування людини та визначення рівнів (форм) цього феномену залежно від його інтенсивності.

Страх – це емоційний стан, який виникає в ситуаціях загрози фізичному чи соціальному існуванню людини і спрямований на джерело реальної чи уявної небезпеки [1, с. 402].

Сьогодні існує багато різноманітних класифікацій страху. Серед них виділимо (певним чином модифіковану нами) класифікацію Ю. Щербатих, яка вирізняється, на нашу думку, своєю простотою, точністю й певною універсальністю. Страху поділяються на три групи: 1) біологічні (природні), 2) соціальні, 3) екзистенціальні.

Біологічні (природні) страхи – страхи атмосферних і астрономічних явищ, вулканів і землетрусів, тварин тощо. Будь-яка жива істота тварина чи людина боїться сильних звуків і яскравих спалахів (*боязнь грому і блискавки*). Цей страх закладений еволюцією в мозок тварин і людей на рівні вродженого інстинкту. Люди багато років не могли розкрити природу грози. Ю. Щербатих, зазначає, що “і зараз страх грози є актуальним для багатьох людей, випереджаючи за значенням такі боязні, як страх темряви чи страх смерті” [2, с. 21]. До числа астрономічних явищ, що викликали страх, ще починаючи із сивої давнини були *страх сонячних затемнень* та *поява комет*. “Раптове зникнення сонця при ясному небі викликало у людей панічний жах, вони сприймали це як кінець світу” [2, с. 27]. Комети, що періодично прилітали до нашої планети час від часу з глибини космосу також навіювали на людей жах. “Люди вважали, що війни, епідемії, неврожай, голод пов’язані передусім з цими космічними явищами” [2, с. 30].

Виверження *вулканів і землетруси* сильно впливають на психічний стан людей, часто вони бувають причиною страху і паніки. Це

пов’язано з тим, що “твердість земної оболонки від народження здається нам чимось абсолютним, непорушним, а коли земля починає хитатися під ногами, людина відчуває гнітючий страх” [2, с. 30].

Протягом століть люди освоювали нові території свого проживання і зустрічалися з невідомими *тваринами*. Вони також викликали в них великий страх. З цього приводу можна згадувати безліч різних історій, які не завжди закінчувалися для людини добре. Серед тварин, які часто викликали жах, були кити, змії, павуки тощо. З цими та іншими тваринами пов’язано багато легенд і забобонів, що лише посилювали людські страхи та фобії.

Таким чином, до першої групи страхів належать страхи, які безпосередньо пов’язані із загрозою життю людини.

Серед *соціальних страхів* (які існують лише в середовищі людей) виділимо страх відповідальності, страх перед випробуванням (екзаменами тощо).

Сутність *страху відповідальності* виражається в тому, що, “приймаючи якесь важливе рішення, людина бере на себе відповідальність за його наслідки, а у випадку невдачі їй загрожує не тільки осуд чи покарання з боку соціуму, але, що ще гірше, часто вона приречена на тривалі самозвинувачення, які можуть отруїти все наступне життя” [2, с. 44]. Тому багато людей і не хочуть приймати таких (відповідальних) рішень, вважаючи за краще, щоб за них це робили інші. Страх відповідальності може породжувати не лише “тривожні думки”, а й безпосередньо впливати на самопочуття, здоров’я індивіда.

Кожне серйозне в житті людини випробування пов’язане з актуалізацією страху. *Страх перед випробуванням* може негативно впливати на сприймання, мислення, пам’ять та інші пізнавальні процеси особистості [3, с. 252]. Він виникає тоді, коли мозкові центри не можуть дати адекватну відповідь на ситуацію або коли є сумнів щодо успішного завершення справи. Цей стан пов’язується з “негативним передчуттям суб’єктом наслідків своєї діяльності у виняткових для нього і складних з погляду виконавської майстерності ситуаціях” [4, с. 12], “з браком віри в свої сили й відчуттям невпевненості перед загрозою фрустрації, тобто боязкістю перед невдачею, неуспіхом і, можливо, осоромленням” [4, с. 73]. У наведеному визначенні йдеться про те, що особистість дістає недостатню інформацію в процесі відображення навколишнього середовища, а також про інтуїтивне оцінювання нею об’єкта чи ситуації з огляду на їхню небезпеку.

Таким чином, слід наголосити на тому, що друга група аналізованих нами страхів представляє собою боязнь за зміну свого соціального статусу.

Дуже цікавою є третя група страхів, що має назву – *екзистенціальні*. До них належать: страх смерті, самотності тощо. Ця група страхів пов'язана із самою сутністю людини і характерна для всіх людей.

Найпотаємніше в житті кожної людини – її смерть. Немало вчених зазначають, що “всі релігії світу і філософські системи були породжені страхом людини перед смертю” [5, с. 7]. *Страх смерті* є екзистенціальним страхом (він закладений в основах існування людини). Цей страх може допомагати зберегти життя, але може викликати й максимальні страждання. Це почуття неминуче в житті людини, і всім нам, як це не гірко, доведеться пережити його. З прадавніх часів страх власної смерті – найбільш сильний із всіх людських страхів. І цей сковуючий душу жах часто приводить індивіда до думки про недоцільність життя і своєї ролі на землі.

Дослідники вважають, що страх смерті викликають (провокують) певні життєві ситуації (екстремальні події). На думку І. Ялома це: 1) горе від втрати коханої людини, 2) смертельна хвороба, 3) розрив любовних стосунків, 4) життєві віхи – наприклад, 50-, 60-, 70-річчя, 5) тяжке потрясіння – пожежа, звалтування, пограбування, 6) залишення дому дорослими дітьми (ситуація “порожнього гнізда”), 7) втрата роботи, зміна сфери діяльності, 8) вихід на пенсію, 9) переїзд у будинок престарілих, 10) незвичайні за силою сновидіння, що передають послання з глибин нашого “Я” [6, с. 52].

Страх самотності є одним із закономірних феноменів, що виникають під час онтогенетичного розвитку людини. Враховуючи результати новітніх досліджень самотності за кордоном і в нашій країні, ми даємо наступне визначення: *самотність* – це стан людини, який виражає певну форму самосвідомості і засвідчує порушення реальних зв'язків і відносин внутрішнього світу особистості, а також відображає переживання своєї окремоті, суб'єктивної неможливості чи небажання відчувати адекватний відгук, прийняття і визнання себе іншими людьми [7, с. 21].

Боязнь людиною самотності має декілька причин. По-перше, коли людина зовсім одна, то ніколи не зможе зрозуміти якою вона є насправді. Адже пізнати себе індивід може тільки в ситуаціях присутності іншого, тільки через іншого, розглядаючи себе в ньому, як у дзеркалі. При відсутності підтримки чи осуду з боку навколишніх, людина не здатна правильно оцінити свою поведінку і змінити її в

бік покращення. По-друге: самотні часто бояться відповідальності за самих себе, бо тут є певний рівень свободи і самим доводиться встановлювати еталони власної поведінки та визначити доцільність тієї чи іншої дії. По-третє: люди бояться самотньої старості (при якій настає слабкість і немічність), з властивими їй відчуттями – бути нікому не потрібним, зайвим, даремним і нікчемним. По-четверте: людина має велику потребу в спілкуванні (можливість обмінятися з групою, колективом практичною інформацією, а також емоціями, переживаннями; можливість бути вислуханим і можливість вислухати іншу людину). Індивід обов’язково повинен отримувати підтвердження з боку інших людей, що він є у цьому світі. Що він значимий для інших [8, с. 1].

Є різноманітні схеми вираження форм та інтенсивності страху. Ці форми являють собою поступове ускладнення оцінки людиною страхогенної ситуації (ситуації, яка може нести загрозу біологічному, духовному, соціальному буттю індивіда). Використовуючи праці дослідників страху В. Андрусенка, В. Дерябіна, М. Савіної та інших можна зробити схему прояву страху згідно з посиленням психологічної напруги, пов’язаної з реакцією на несприятливі життєві обставини. Таким чином, вийде така схема: *тривога – переляк – боязнь – страх – жах – паніка*. Далі ми дамо коротку характеристику означених форм страху.

Тривога, на думку видатного радянського психолога і філософа, основоположника діяльнісного підходу в філософії, психології та педагогіці С. Рубінштейна, – емоційний стан, який носить неопредмечений (безпредметний) характер. Це почуття відображає об’єктивний стан індивіда, що знаходиться в певних взаємовідносинах з оточуючим світом [9, с. 574].

Страх – це біологічна реакція, яка дісталася людині від тваринного світу, адже бояться не тільки люди. Тварини теж відчувають страх. На думку А. Курпатова, тварини бояться, але не тривожаться. Цим вони суттєво відрізняються від людини. Для виникнення страху необхідно, щоб було якесь зовнішнє джерело небезпеки, якась помітна загроза. Тварину не може налякати невідоме; зустрівшись з певною “новиною”, тварина напружитья, зосередиться, але це не буде страхом, а лише підготовкою до нього, своєрідним попереднім етапом перед тим, як по-справжньому злякатися. Для того, щоб виникла тривога, жодних видимих ворогів не потрібно, достатньо лише подумати, уявити і тривога може з’явитися. Людина може відчувати тривогу і тоді, коли вона зна-

ходиться у повній безпеці, коли їй, фактично, об'єктивно ніщо не загрожує. Якщо тварині ніщо не загрожує, то вона не відчуває ні напруги, ні страху, ні тривоги... Страх – це реакція на фактично наявні несприятливі обставини, а почуття тривоги – це занепокоєння, що викликане припущенням про можливий несприятливий результат [10, с.31]. Тривога з'являється тоді, коли загроза для індивіда має невизначений, абстрактний характер, а мозок при цьому не зміг ще чітко вибрати оптимальну стратегію поведінки.

Переляк – це короткочасне емоційне переживання поведінкового характеру, що виражає миттєву, негативну оцінку ситуації. Цей стан виникає “у ситуації раптової, несподіваної небезпеки” [11, с. 319]. Іноді цей феномен може проявитися після боязні та страху [12]. Серед решти елементів заданої вище схеми, запізніле переживання страху при переляку як поведінковий акт є занадто нестійким. Раніше в народі вважали переляк болісним станом і лікували його за допомогою звернень до Божої Матері, молитов, заговорів тощо [13, с. 10-16]. Слов'яни в сиву давнину, відносили переляк до хвороб духу, тому й долали його духовними засобами.

Боязнь вважають початковою формою прояву страху, що виражається в нерішучому оцінюванні ситуації, яка може викликати страх. При цьому, як зазначає М. Савіна “нерідко проходить боротьба мотивів оцінювання” [14, с. 37]. Первинною категорією, що відображає цей емоційний стан, є побоювання, занепокоєння і передчуття можливої небезпеки. Досить часто багато авторів використовують поняття “боязнь” і “страх” як синоніми. Відомо, що боязнь при певних умовах може перерости в боязливність як специфічну характеристику, рису особистості. І тоді боязнь може виникати з будь-якого приводу і матиме будь-яке підґрунтя. Напевно першопричину цього слід шукати ще в ранньому дитинстві, де можна побачити порушення правильного способу життя індивіда.

Жах, як зазначає Н. Хамітов, є страхом, який виходить за межі матеріального предмета. Це страх перед безоднею, що лежить за межами будь-якої матеріальної небезпеки. У стані жаху матеріальна, фізична небезпека може бути лиш символом, який виражає небезпеку метафізичну.

Жах як граничний страх, який перестає бути страхом і стає чимось іншим. Жах – це величезна тінь страху, тінь, яка ворушиться сама по собі. Жах – це трансцендентний, метафізичний, потусторонній страх. На відміну від страху, в жахові завжди присутнє глибинне здивування. У жахові є натяк на чудо. Це схоплено мовою у

слові “чудовисько”, де жахливе поєдналося з дивовижним і чудесним. Є ще одна особливість жаху, що відділяє його від страху. Жах як переживання і буття частіше народжується при зустрічі з безоднею Ніщо... В тайні Ніщо прихована таїна жаху. Ніщо не сприймається нами як щелепи, які можуть роздробити особистість-самосвідомість, зрівняти з матерією [15, с. 179]. Тому жах – це страх не за тіло, а за душу. Це страх за особистість. У жахові ми боїмося втратити своє лице. Крім того, ми боїмося спотворити його.

Паніка (панічний страх) – це страх, сум’яття, яке раптово охоплює людину чи масу людей. При цьому виділимо масову паніку, що “характеризується станом масового страху перед реальною чи уявною небезпекою, який наростає в міру взаємного зараження, блокуючи здатність раціонально оцінювати обстановку, мобілізувати волю й організувати спільну протидію” [11, с. 312].

Підсумовуючи вищесказане слід зробити такі *висновки*:

Страх є надзвичайно важливою проблемою людського буття, адже він, проникаючи в свідомість кожної людини, може суттєво впливати на її життя і діяльність. Різні аспекти цього феномену цікавили і цікавлять сьогодні матір усіх наук – філософію.

Серед багатьох (по-своєму недосконалих) класифікацій страху ми виділили (дещо модифіковану нами) класифікацію Ю. Щербатих, яка відрізняється простотою, точністю й певною універсальністю. У нас вона має такий вигляд: 1) біологічні (природні) страхи (які є не лише в людини, але вони безпосередньо пов’язані із загрозою життю людини – страхи атмосферних та астрономічних явищ, вулканів і землетрусів, тварин тощо); 2) соціальні страхи (антропологічні страхи – група страхів, що являє собою передусім боязнь особистості за зміну свого соціального статусу – страх відповідальності, страх перед випробуванням та ін.); 3) екзистенціальні страхи (ці страхи пов’язані із самою сутністю людини, вони характерні для всіх людей – страх смерті, страх самотності та ін.).

Страх має свої різноманітні форми. В дослідженні показано схему вираження форм страху залежно від його інтенсивності: тривога – переляк – боязнь – страх – жах – паніка. Ці форми являють собою поступове ускладнення оцінки людиною страхової ситуації (ситуації, яка може нести загрозу біологічному, духовному, соціальному буттю індивіда).

Незважаючи на те, що означена проблема страху має неабияку актуальність у сучасному світі (і в Україні також) і є не мало різноманітних напрацювань на багатьох рівнях, вона потребує подаль-

шого філософського осмислення в плані онтології, феноменології, філософської антропології, історії філософії тощо.

Література:

1. Волков Ю. Г. Страх / Ю. Г. Волков, Е. С. Поликарпов // Человек: Энциклопедический словарь. – М.: Гардарики, 2000. – 520 с.
2. Щербатых Ю. В. Психология страха: популярная энциклопедия / Ю. В. Щербатых. – М.: Эксмо, 2007. – 512 с.
3. Мовчан М. М. Страх перед экзаменом як соціальний страх / М. М. Мовчан // Компетентнісний підхід до підготовки випускників вищого навчального закладу: матеріали XXXI міжвузівської науково-методичної конференції: в 2 ч. – Ч. I. – Полтава: РВВ ПУЕТ, 2011. – С. 252-254.
4. Кондаш О. Хвилювання: страх перед випробуванням / О. Кондаш; [Пер. із словацьк.]. – К.: Рад. школа, 1981. – 170 с.
5. Вагин И. О. Психология жизни и смерти / И. О. Вагин. – СПб.: Питер, 2002. – 160 с.
6. Ялом И. Вглядываясь в солнце. Жизнь без страха смерти / И. Ялом; [пер. с англ. А. Петренко]. – М.: Эксмо, 2008. – 352 с.
7. Мовчан М. М. Самотність як феномен буття особистості: монографія / М. М. Мовчан. – Полтава: РВВ ПУСКУ, 2009. – 265 с.
8. Арапко А. С. Страх одиночества и страх слияния: Где баланс? / А. С. Арапко [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://www.familyland.ru/library/diplom/diplom_7.html.
9. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2000. – 720 с.
10. Курпатов А. Средство от страха / А. Курпатов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.uatur.com/html/interesno/kurpstrax.html>.
11. Шапар В. Б. Психологічний тлумачний словник найсучасніших термінів / В. Б. Шапар, В. О. Олефир, А. С. Куфлієвський, Б. І. Фурманець та ін. – Х.: Прапор, 2009. – 672 с.
12. Блейхер В. М. Толковый словарь психиатрических терминов / В. М. Блейхер, И. В. Крук. – Воронеж: НПО "МОДЭК", 1995. – 640 с.
13. Уренгой В. Лечение словом / В. Уренгой. – Краснодар, 1993. – 106 с.
14. Савина М. О. Страх как социальное явление: дис. ... канд. филос. наук: 09.00.11 / М. О. Савина. – Волгоград, 2004. – 154 с.
15. Хамитов Н. В. Философия человека: от метафизики к метаантропологии / Н. В. Хамитов – К.: Ника-Центр, М.: Институт общегуманитарных исследований, 2002. – 334 с.

Рецензент – доктор філософських наук, професор кафедри філософії і політології Полтавського університету економіки і торгівлі С. М. Варв'янський