МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

на тему: **ОСОБЛИВОСТІ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ СОЦІАЛЬНИХ СТРАХІВ ТА МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ В СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ**

Виконала: студентка ІІ курсу,
групи 8.0533-2-з-дн
спеціальність: 053 Психологія
освітньої програми: 053 Психологія
Пріт Ольга Степанівна
Керівник: Шевченко Н.Ф., д-р. психол. наук.,
професор, професор кафедри психології
Рецензент: Грандт В.В., канд. психол наук.,
доцент кафедри психології

Запоріжжя

2025

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології
Кафедра психології
Рівень вищої освіти магістр
Спеціальність 053 – «Психологія»
Освітня програма Психологія
Спеціалізація – Психотерапія і консультування

ЗАТВЕРДЖУЮ
Завідувач кафедри психології
«____»_____2025 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

Пріт Ользі Степанівні

1. Тема роботи Особливості взаємозв'язку соціальних страхів та мотивації досягнення в студентському віці

керівник роботи Шевченко Наталя Федорівна, д. психол.н., професор, професор кафедри педагогіки та психології

затверджені наказом ЗНУ від «24 « 09 2024 року № 1446-с

2. Строк подання студентом роботи _____

3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури

4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити): здійснити аналіз теоретико-методологічних підходів до вивчення страхів, соціальних страхів та мотивації досягнення; розкрити особливості прояву соціальних страхів в студентському віці; здійснити аналіз зв'язку мотивації та емоцій особистості; емпірично дослідити особливості взаємозв'язку мотивації досягнень та переживання соціальних страхів в осіб студентського віку.

5. Перелік графічного матеріалу: 5 таблиць, 3 рисунка.

6. Консультанти розділів робот

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Шевченко Н.Ф., професор		
Розділ 1	Шевченко Н.Ф., професор		
Розділ 2	Шевченко Н.Ф., професор		
Розділ 3	Шевченко Н.Ф., професор		
Висновки	Шевченко Н.Ф., професор		

7. Дата видачі завдання_____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень-березень 2024 р.	Виконано
2	Робота над вступом	березень 2024 р.	Виконано
3	Робота над першим розділом	квітень-травень 2024 р.	Виконано
4	Робота над другим розділом	червень-липень 2024 р.	Виконано
5	Робота над третім розділом	вересень 2024 р.	Виконано
6	Написання висновків	жовтень 2024 р.	Виконано
7	Передзахист	листопад 2024 р.	Виконано
8	Нормоконтроль	листопад 2024 р.	Виконано

Студент _____ О. С. Пріт

Керівник роботи _____ Н.Ф. Шевченко

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ А.О. Неманежина

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 100 сторінок, 3 рисунка, 5 таблиць, 99 джерел, 1 додаток.

Мета роботи: теоретично та емпірично дослідити особливості взаємозв'язку мотивації досягнень та переживання соціальних страхів в осіб студентського віку.

Об'єкт дослідження – емоційна та мотиваційна сфера в студентському віці.

Предмет – особливості взаємозв'язку соціальних страхів та мотивації досягнення в студентському віці.

В основу дослідження покладено припущення про те, що соціальні страхи характеризуються віковою специфікою в період студентства; існують відмінності у прояві соціальних страхів в залежності від рівня мотивації досягнення успіху.

Методи дослідження: теоретичні (аналіз, синтез, класифікація, систематизація); емпіричні (тестування за психодіагностичними методиками); методи математичної статистики (описова статистика, кореляційний аналіз).

Наукова новизна дослідження полягають у тому, що: емпірично досліджено особливості взаємозв'язку мотивації досягнень та переживання соціальних страхів в осіб студентського віку; розширено, уточнено та доповнено вивчення наступних особистісних утворень: самооцінка, відчуття самотності, Я-концепція, які розглядалися в контексті вивчення соціальних страхів та емоційної сфери особистості; набуло подальшого розвитку вивчення феномену соціальних страхів та мотивації досягнення з урахуванням вікових особливостей особистості.

МОТИВАЦІЙНА СФЕРА ОСОБИСТОСТІ, МОТИВАЦІЯ ДОСЯГНЕННЯ УСПІХУ, МОТИВАЦІЯ УНИКНЕННЯ НЕВДАЧ, ЕМОЦІЙНА СФЕРА ОСОБИСТОСТІ, СТРАХИ, СОЦІАЛЬНІ СТРАХИ, СТУДЕНТСЬКИЙ ВІК.

SUMMARY

Prit O. S. Features of the correlation between social fears and achievement motivation in student age.

Master's qualification work: 100 pages, 3 figures, 5 tables, 99 sources, 1 application.

The purpose of the work is to theoretically and empirically investigate the features of the correlation between the achievement motivation and manifestations of social fears in persons of student age.

The object of research – the emotional and motivational sphere in the student age.

Subject – features of the correlation between social fears and achievement motivation in student age.

The study is based on the assumption that social fears are characterized by age specificity during the student period; there are differences in the manifestation of social fears depending on the level of achievement motivation.

Research methods: theoretical (analysis, synthesis, classification, systematization); empirical (testing according to psychodiagnostic methods); methods of mathematical statistics (descriptive statistics, correlation analysis).

The scientific novelty of the study is that: specifics of the correlation between the achievement motivation and the manifestation of social fears in students of student age have been empirically investigated; expanded, specified and supplemented study of the following personal formations: self-esteem, feeling of loneliness, self-concept, which have been considered in the context of studying social fears and the emotional sphere of an individual; the study of the phenomenon of social fears and achievement motivation, taking into account the age characteristics of the individual, has gained further development.

The keywords: motivational sphere of personality, achievement motivation, motivation to avoid failure, emotional sphere of personality, fears, social fears, student age.

ЗМІСТ

ВСТУП …….7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНИХ СТРАХІВ В СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ……...11
1.1. Страх як психологічний феномен……..……11
1.2. Наукові підходи до вивчення соціальних страхів……28
1.3. Особливості прояву соціальних страхів в студентському віці……..40
РОЗДІЛ 2. ЗВ'ЯЗОК СОЦІАЛЬНИХ СТРАХІВ ТА МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ: ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ……..48
2.1. Основні підходи до вивчення мотивації досягнення в сучасній науці….48
2.2. Аналіз зв'язку мотивації та емоцій……...59
РОЗДІЛ 3. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНИХ СТРАХІВ ТА МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ В СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ…….63
3.1. Організація та методики дослідження …….....63
3.2. Характеристика мотивації досягнення студентів……67
3.3. Особливості прояву мотивації уникнення невдач……...71
3.4. Специфіка прояву соціального страху у осіб з різними рівнями мотивації досягнення успіху……..77
ВИСНОВКИ……...88
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ…….91
ДОДАТКИ……101

ВСТУП

Актуальність дослідження. Трансформаційні зміни в сучасному суспільстві призвели до певних негативних наслідків, кожен з яких вплинув на функціонування соціальних груп та щоденне життя кожної особи. Різкі зміни, що сталися в політичних, соціально-економічних, культурно-національних сферах, обсяг загроз, їх різноманіття та масштаб відображаються в свідомості кожного члена суспільства, що проявляється у втраті адаптаційних механізмів, збільшенні почуття безпомічності, невпевненості, депресії, тривоги та страху.

Страхи, як чинники емоційних порушень, мають свої патогенні особливості в кожному віковому періоді, значно впливають на стресостійкість та гальмують особистісний розвиток. Неспроможність контролювати свій емоційний стан, пов'язаний із виникненням страху, призводить до неспроможності адекватно реагувати в певних соціальних ситуаціях та уникати можливих психотравмуючих чинників. Проблема соціальних страхів набуває особливого значення в студентському віці, оскільки цей період визначається активною участю особи в різних соціальних сферах, виконанням різноманітних соціальних ролей, зосередженням на професійному розвитку.

Під впливом зазначених кардинальних змін в суспільстві виникають нові культурні цінності, моральні норми та соціальні стандарти, які визначають ключові аспекти успішності при оцінці особи як учасника соціальної взаємодії. У зв’язку з цим вивчення питання зв'язку між мотивацією досягнень та соціальними страхами на сучасному етапі розвитку суспільства є особливо цікавим, оскільки дослідження цих явищ в єдності відкриває складні механізми, що регулюють соціальну поведінку особистості та її залежність від соціальних оцінок.

Загальнотеоретичні аспекти проблеми страху окреслено в роботах К. Ізарда, Ф. Рімана, С. Томчука, З. Фройда, К. Хорні та інших. Проблема соціальних страхів та вікових особливостей їх прояву досліджувалася В. Гузенко, Н. Карпенко, Д. Кияшко, Н. Пов'якель, О. Скляренко.

Значна кількість наукових праць присвячена дослідженню певних видів соціальних страхів: страх відокремлення (К. Мілютіна), страх випробування (О. Кондаш), соціальні страхи осіб студентського віку та їх психокорекція (А. Петрова), взаємозв'язок страхів, фобій, тривожності із самоставленням особистості (Л. Терлецька).

Дослідженню проблеми мотивації досягнення присвячена значна кількість наукових робіт зарубіжних (К. Левін, Д. Макклелланд, А. Маслоу, Г. Мюррей, Х. Хекхаузен та ін.) та вітчизняних (С. Занюк, О. Венгер, О. Гилюн, В. Завірюха, Т. Большакова, А. Колчигіна та ін.). В дослідженнях підкреслюється сприйняття особистістю своєї взаємодії з соціальним оточенням, вплив соціально-орієнтованих критеріїв успішності на напрямок діяльності та її результативність.

Аналіз наукової літератури засвідчив дефіцит праць, в яких досліджуються особливості соціальних страхів, мотивації досягнення та їх взаємозв'язок в осіб студентського віку. Отже, соціальна значущість проблеми та її недостатнє вивчення зумовили вибір теми дослідження: «Особливості взаємозв'язку соціальних страхів та мотивації досягнення в студентському віці».

Об'єкт дослідження: емоційна та мотиваційна сфера в студентському віці.

Предмет дослідження: особливості взаємозв'язку соціальних страхів та мотивації досягнення в студентському віці.

Мета дослідження – теоретично та емпірично дослідити особливості взаємозв'язку мотивації досягнень та переживання соціальних страхів в осіб студентського віку.

В основу дослідження покладено наступне припущення про те, що соціальні страхи характеризуються віковою специфікою в період студентства; існують відмінності у прояві соціальних страхів в залежності від рівня мотивації досягнення успіху.

Для досягнення поставленої мети та згідно з висунутою гіпотезою нами визначено наступні завдання:

1. Здійснити аналіз теоретико-методологічних підходів до вивчення страхів, соціальних страхів та мотивації досягнення.

2. Розкрити особливості прояву соціальних страхів в студентському віці.

3. Здійснити аналіз зв'язку мотивації та емоцій особистості.

4. Емпірично дослідити особливості взаємозв'язку мотивації досягнень та переживання соціальних страхів в осіб студентського віку.

Методи дослідження: *теоретичні:* аналіз, синтез, класифікація, систематизація; емпіричні: тестування за психодіагностичними методиками: «Соціальні страхи», «Діагностика мотивації прагнення до успіху» (Т. Елерс), «Діагностика мотивації уникнення невдач» (Т. Елерс); методи математичної статистики: описова статистика, кореляційний аналіз.

Експериментальна база дослідження. В дослідженні взяли участь 37 студентів різних факультетів Запорізького національного університету. Вік респондентів – 22-23 роки.

Наукова новизна та теоретичне значення дослідження полягають у тому, що:

- досліджено особливості взаємозв'язку мотивації досягнень та переживання соціальних страхів в осіб студентського віку;

- розширено, уточнено та доповнено вивчення наступних особистісних утворень: самооцінка, відчуття самотності, Я-концепція, які розглядалися в контексті вивчення соціальних страхів та емоційної сфери особистості;

- набуло подальшого розвитку вивчення феномену соціальних страхів та мотивації досягнення з урахуванням вікових особливостей особистості.

Структура та обсяг роботи. Робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел. Загальний обсяг роботи – 100 сторінок. Робота проілюстрована 5 таблицями, 3 рисунками. Бібліографічний список складається з 99 найменувань, 23 з яких іноземною мовою.

РОЗДІЛ 1.
ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНІ ЗАСАДИ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНИХ СТРАХІВ В СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ

1.1. Страх як психологічний феномен

У суспільстві «тотальної небезпеки» людство занурене в безперервний процес оцінювання ризиків, аналізу ситуацій, що можуть призвести до небезпеки, та можливих наслідків [50]. Це відображається у свідомості особистості у вигляді страху як реакції на травматичні зміни навколишнього середовища та оцінку ступеня загрози існуванню в ньому. У такому суспільстві кожен індивід змушений постійно перебувати в стані підвищеної готовності до можливих загроз, що породжує відчуття невизначеності та нестабільності. Страх стає невід'ємною частиною повсякденного життя, впливаючи на всі сфери діяльності та прийняття рішень. Люди стають більш обережними та передбачливими, намагаючись мінімізувати можливі ризики, що в свою чергу впливає на їхню поведінку, міжособистісні стосунки та загальний спосіб життя.

На думку дослідників з різних галузей, страх є одним із багатовимірних явищ сучасного суспільства. Феномен страху активно досліджувався представниками різних наукових дисциплін. Психологи, такі як Дж. Боулбі [79], К. Ізард [86], Ф. Ріман [97] та З. Фройд [68], розглядали психологічні аспекти страху. Фізіологи, включаючи Y. Li [89], S. Maddox [90] та J. Dunsmoor [81], вивчають фізіологічні механізми страху. Філософи, серед яких М. Мовчан [37, 38], О. Туренко [63] та А. Коваленко, Д. Денісова [28], аналізують страх з філософської точки зору. Соціологи, такі як Л. Калашнікова [26] та Л. Горохова [16, 17], досліджували соціальні аспекти цього явища.

Разом з тим, диференціація наукових напрямків ускладнює цілісне сприйняття цього феномена. Кожна з галузей підходить до вивчення страху зі своєї перспективи, що призводить до різних інтерпретацій і висновків. Наприклад, психологи можуть зосереджуватися на індивідуальних переживаннях і реакціях на страх, тоді як соціологи досліджують колективні прояви страху в суспільстві та його вплив на соціальні структури. Філософи, у свою чергу, розглядають страх як екзистенційне явище, що пов'язане з фундаментальними питаннями людського буття. Такий різноплановий підхід дозволяє глибше зрозуміти природу страху, але також вимагає інтеграції знань з різних дисциплін для створення комплексної картини цього феномена. Зараз важливо розвивати міждисциплінарні дослідження, які б об'єднували результати різних наук і сприяли б кращому розумінню страху в контексті сучасного світу. Це допоможе не лише більш адекватно оцінювати його вплив на особистість і суспільство, але й знаходити ефективні способи його подолання.

У психологічній науці більшість досліджень проблеми страху зосереджені в таких напрямках: психофізіологічному, соціально-психологічному, психоаналітичному та соціально-когнітивному [43].

Психофізіологічний напрямок вивчення страху фокусується на фізіологічних реакціях організму на страх та механізмах, що керують цими реакціями. Дослідники цього напрямку вивчають нейробіологічні процеси, такі як активність мозку, гормональні зміни, роботу серцево-судинної системи та інші фізіологічні показники під час переживання страху. Це допомагає зрозуміти, як страх впливає на тіло і які фізіологічні фактори можуть сприяти виникненню та проявам страху.

Соціально-психологічний напрямок досліджує, як страх впливає на взаємодію між людьми та які соціальні фактори можуть сприяти виникненню страху. Дослідження в цьому напрямку зосереджені на тому, як страх впливає на поведінку в соціальних ситуаціях, як він передається через соціальні мережі та комунікацію, а також як групові динаміки і культурні

контексти формують та посилюють страх. Цей підхід допомагає зрозуміти, як страх впливає на соціальну поведінку і міжособистісні стосунки.

Психоаналітичний напрямок розглядає страх як прояв несвідомих конфліктів і внутрішніх психічних процесів. Психоаналітики вивчають, як дитячі переживання, підсвідомі бажання та внутрішні конфлікти можуть сприяти виникненню страху. Вони також досліджують символічні значення страху та його роль у формуванні особистості. Цей підхід дозволяє глибше зрозуміти індивідуальні та суб'єктивні аспекти страху.

Соціально-когнітивний напрямок зосереджується на тому, як когнітивні процеси, такі як сприйняття, мислення та оцінка ситуацій, впливають на виникнення та прояв страху. Дослідження цього напрямку вивчають, як люди сприймають загрози, як вони обробляють інформацію про потенційні небезпеки та які когнітивні стратегії використовують для подолання страху. Соціально-когнітивний підхід також розглядає роль навчання та досвіду у формуванні страху, що допомагає зрозуміти, як страх можна змінювати через когнітивні та поведінкові інтервенції [43].

Одне з перших наукових визначень страху як емоції було запропоновано Чарльзом Дарвіном. В книзі «Вираження емоцій у людини і тварин» (1872 р.) він розглядав страх як рефлекторну адаптивну психофізіологічну реакцію, яка пов’язана з суб’єктивним упередженим ставленням (у формі переживання) до значущої ситуації та її результату. Ця реакція сприяє організації та забезпеченню доцільної, з точки зору цілісності й збереження організму, поведінки людини і тварини. Дарвін підкреслював, що страх є природженою емоцією, яка виконує важливу адаптивну, біологічну функцію в житті організму.

Ч. Дарвін досліджував фізіологічні прояви страху, такі як вираз обличчя, міміка, зміни в роботі серця та дихання. Він зазначав, що ці реакції мають еволюційне значення, оскільки допомагають організму підготуватися до потенційної небезпеки. Наприклад, розширення зіниць, підвищення пульсу та напруження м'язів можуть сприяти швидшій реакції на загрозу.

Вчений також звертав увагу на універсальність емоційних проявів страху серед різних культур і видів, що свідчить про їх еволюційну значущість [38].

Отже, дослідження Ч. Дарвіна започаткували вивчення емоцій з еволюційної та біологічної перспективи, що стало основою для подальших досліджень в галузі психології та нейробіології. Сучасні науковці продовжують вивчати механізми страху, його функції та роль у виживанні та адаптації організмів. Зокрема, розглядаються питання генетичних факторів, які впливають на прояви страху, та досліджуються нейронні мережі, що залучені до обробки емоційних стимулів. Усе це допомагає глибше зрозуміти складну природу страху та його вплив на поведінку та психічне здоров’я людини.

У «периферичній» теорії емоцій К. Ланге [62] страх розглядається як базова емоція, пов'язана з реакцією на зовнішню загрозу. К. Ланге вважав, що страх є явищем, спорідненим з печаллю. Він робить такі висновки на основі фізіологічних реакцій організму: страх призводить до паралізації довільних рухів та судомного стану м’язів, що звужують судини. Ці реакції, на думку вченого, також є проявами печалі. Однак у випадку страху можна виділити ще одну реакцію – скорочення інших органічних м’язів.

З позиції генетики емоції розглядаються як вищі психічні функції, які можна розділити на афекти (безпредметні переживання, які є природним базисом емоцій) і зрілу, предметну емоційну реакцію. Емоційний процес відбувається на рівнях нейронної активності, експресивних виразів (мімічних комплексів) і впливає на майже всі системи організму, відображаючись у свідомості як конкретна модальність.

Американський психолог і філософ В. Джеймс [20] розглядав страх як одну з трьох найсильніших емоцій, разом з радістю та гнівом. Він вважав, що страх є нештучною, ранньою в онтогенезі людини інстинктивною реакцією. Дослідник досліджував об’єкти, які спричиняють страх у людини, такі як висота, павуки, змії, шум, і намагався з'ясувати, чи ці страхи є наслідком інстинктів чи навчання. Аналізуючи причини страху, У. Джеймс прийшов до

висновку, що деякі форми страху, так само як і певні види поведінки у стані страху, є залишками інстинктів.

Англо-американський психолог, один із засновників соціально-психологічних досліджень В. Мак-Дауголл також розглядав страх як інстинкт, оскільки він виникає при загрозі для життя індивіда («вітальна» реакція). В його дослідженнях розрізняються базові емоційні диспозиції, до яких відноситься страх, і вищі почуття, які виникають на основі цих базових утворень, але не обов'язково зводяться до них.

На думку Дж. Вотсона [61], засновника біхевіоризму, страх є фундаментальною, вродженою емоцією, яка з’являється вже з моменту народження. Він відносив до вроджених емоцій також гнів і любов. За його дослідженнями, новонароджених страх може викликати раптова втрата опори, шум, гучні звуки і інші подібні стимули. У більш старшому віці страхи формуються на основі умовних рефлексів. Такі придбані страхи є дуже стійкими формами поведінки, важко піддаються зміні або вивченню. Дж. Уотсон підкреслював, що страх активізує захисні механізми організму і направляє нас на втечу від об’єкта, що становить загрозу.

Отже, з психофізіологічної перспективи страх розглядається як природжена емоція, основні функції якої включають пристосування (відповідно до позиції Ч. Дарвіна і Дж. Вотсона), захист (за думкою К. Ландіса і У. Ханта) та мобілізація (за У. Кеннон). Це нейрофізіологічна реакція організму на зовнішні подразники середовища (згідно з Дж. ЛеДоксом), а також інстинкт самозбереження (як вважав В. Мак-Дауголл). Страх розглядається як складне психічне явище оборонного характеру, яке супроводжується специфічними фізіологічними змінами [88, 98].

Дослідження нейрофізіологів доповнюють і розширюють представники психоаналітичного та неофрейдистського напрямків (Д. Айке, Ф. Ріман [97], З. Фройд [68], Е. Фромм [69, 70], К. Хорні [15] та інші), які пов'язують страх із несвідомими та соціокультурними процесами.

Психологічна проблема страху була вперше поставлена та спеціально розглянута в працях З. Фройда [68]. Вчений розглядав страх як втечу Его від потреби лібідо і водночас як частину самого лібідо, виділяючи дві форми страху: обґрунтований страх (реакція на реальну загрозу) і страх, викликаний імпульсами Его. Він заперечував значення фізіологічних реакцій страху для його психологічної інтерпретації. З. Фройд визначав страх як реакцію на сприйняття зовнішньої небезпеки, тобто очікуваного чи передбачуваного ураження, і оскільки страх пов’язаний з рефлексом втечі, його можна розглядати як вираження інстинкту самозбереження.

Окрім форм страху, засновник психоаналізу розрізняв також три види страху: об’єктивний, невротичний та моральний. Об’єктивний або реальний страх є реакцією організму на небезпеки зовнішнього світу і складається з переляку, боязні та безпосереднього страху. З. Фройд визначав боязнь як стан очікування небезпеки та підготовки до неї, а переляк як стан, що виникає при небезпеці, коли людина до неї не готова.

Моральний страх виникає, коли Его відчуває загрозу покарання з боку Супер-Его, а Ід прагне вираження аморальних думок чи дій. Це призводить до формування у Супер-Его почуття провини, сорому і самозвинувачення.

Невротичний або ірраціональний страх пов'язаний зі страхом перед несвідомими, руйнівними, інстинктивними силами, імпульсами Ід, та побоюванням, що Его не зможе контролювати сексуальні чи агресивні бажання, тобто, страхом перед самим собою. Невротичний страх, який проявляється у вигляді загальної боязкості та очікування небезпеки, є основою неврозу страху. Класичною моделлю невротичного страху, з позиції З. Фройда, є фобії [68].

Засновниця дитячої психоаналітичної психології А. Фройд [82] вважала, що захисні механізми психіки запобігають дезадаптації, і їх набір є індивідуальним для кожного суб’єкта, визначаючи його рівень адаптованості чи дезадаптованості. Психологічні захисти є неусвідомленими і діють автоматично, дозволяючи особі зберегти адекватний психічний стан.

Усвідомлення використання захисних механізмів психіки допомагає індивіду адаптуватися до соціальних обставин.

Послідовник З. Фройда, О. Ранк, в своїх дослідженнях про природу страху висунув гіпотезу про «травму народження». Він стверджував, що перехід з материнської утроби в зовнішній світ викликає у немовлят сильний афективний стан, який зберігається у несвідомому і є основою емоції страху, а також основою для виникнення невротичних симптомів у дорослих людей.

Феномен страху супроводжує людину як на індивідуальному, так і на загальнокультурному рівні. За К. Юнгом [74], цей культурний досвід відомий як «архетипи» і передається генетично, знаходячись у сфері несвідомого. Архетип впливає на психічне життя особистості і, проникаючи у свідомість, може викликати панічний страх, стикаючи індивіда з давніми релігійно-культурними символами, що вже містили пережитий страх.

Проблема страху подальше розвивалася у контексті неофрейдизму, зокрема в працях К. Хорні, Г. Салліван та Е. Фромма. На відміну від З. Фройда, Карен Хорні [15] вважала, що тривога не є необхідним компонентом психіки людини. Вона стверджувала, що тривога виникає в результаті відсутності відчуття безпеки в міжособистісних стосунках і вважала, що в дитинстві у людини є дві основні потреби: потреба у задоволенні і потреба у безпеці. Потреба у задоволенні охоплює всі біологічні потреби, такі як їжа, сон тощо.

Основною потребою у розвитку дитини є потреба в безпеці – бути любленою, бажаною та захищеною. Втілення цієї потреби повністю залежить від батьківського виховання: якщо вони задовольняють її, формується здорова особистість. Однак, якщо батьки не відповідають на ці потреби дитини, у неї формується базальна ворожість. Це ставить дитину у складну ситуацію, де вона залежить від батьків, а водночас відчуває до них образу. Тому вона пригнічує свої негативні почуття до батьків, щоб вижити. Згідно з теорією К. Хорні, ці самі негативні переживання ворожості дитина може відчувати і у стосунках з іншими людьми у теперішньому та майбутньому.

Це призводить до виникнення базальної тривоги, почуття самотності та безпомічності перед потенційно небезпечним світом. У подальшому житті людина може використовувати різні захисні стратегії, які К. Хорні називала невротичними потребами. Серед них: потреба у любові й схваленні, чітких обмеженнях, потреба влади, експлуатації інших, захоплення собою, самодостатності й незалежності, потреба у суспільному визнанні та інші. Ці потреби є загальними для всіх людей, але здорова людина має гнучкість у їх задоволенні, у той час як невротик фіксується на одній з них.

Якщо в класичному психоаналізі невроз страху визначався як результат зіткнення культури та інстинкту, то К. Хорні [15], не погоджуючись з цією точкою зору, вважала, що зіткнення культури та інстинкту відбувається тоді, коли довкілля фруструє емоційні потреби індивіда, викликаючи тим самим страх і ворожість. Вчена визначила поняття «базальної тривоги» як відчуття власної безпорадності перед ворожим середовищем, з яким особистість намагається впоратися за допомогою захисних стратегій, таких як потяг до влади, відчуження і інші. Оскільки такі стратегії взаємно несумісні, це призводить до невротичного конфлікту. Іншими словами, захисні механізми викликають у невротика психічний розлад, що базується на страхах і спробах знайти компроміс у конфлікті протилежних тенденцій [15].

Також К. Хорні вказувала на те, що в кожній культурі життєві умови утворюють певні страхи. Ці страхи можуть бути викликані зовнішніми чинниками, такими як природа або вороги, різноманітними соціальними відносинами, наприклад, зростанням ворожості через пригнічення або вимушену залежність, або безпосередньо культурними традиціями, як страх перед порушенням табу. Здорова особистість схильна до таких страхів, оскільки вона є носієм тієї чи іншої культурної традиції завдяки вихованню. Проте невротична особистість страждає від цих страхів значно сильніше, оскільки доповнює спектр негативних емоцій страхами. У невротичної особистості захисні механізми, на відміну від здорової особистості, блокуються. Отже, К. Хорні доводила, що страх і захист є одним з

динамічних центрів неврозу, але невроз формується лише в разі відхилення від страхів і захисних механізмів, що є характерними для певної культури [15].

Ф. Ріман [97], німецький психотерапевт сучасності, розглядаючи концепцію З. Фройда, ідентифікував чотири основні форми страху, які впливають на життя людини і можуть призводити до чотирьох типів патологічної особистості: шизоїдний, істеричний, депресивний і нав'язливий. Ці форми страху, за його висновками, є результатом базових тенденцій, що визначають соціальне і психічне життя людини.

Перша тенденція пов'язана з бажанням відокремити себе від маси і реалізувати свою унікальність як індивідуума, що невід'ємно супроводжується страхом ізоляції і самотності. Друга тенденція полягає в самозреченні і злитті з навколишніми, що може викликати страх втратити своє «Я». Третя тенденція виражається в прагненні до стабільності і порядку. Четверта тенденція підтримує бажання змінювати існуючий стан речей, досягати розвитку і відмовлятися від відомого. За Ф. Ріманом, ця мотивація, яка сприяє розвитку і дослідженню невідомого, тісно пов'язана зі страхом перед необхідністю подолання порядку, правил і звичаїв, які обмежують людські можливості [97].

Дж. Міллер, представник когнітивної психології, розглядав страх як автоматичну реакцію вегетативної нервової системи на болісні стимули. Він також вказував на те, що ця емоція може виступати як мотивація або потреба, яка може бути задоволена в процесі навчання [4].

А. Бандура [78] підтримував цю ідею. В рамках соціально-когнітивної теорії він сформулював гіпотезу про навчання на моделях: людині достатньо бачити, що бояться інші, щоб самому почати досвідчувати страх перед тим самим. Крім того, в рамках теорії А. Бандури виділяються «вербальні моделі» – це моделі страшних подій, які ніколи не відбувалися в житті конкретної людини, але які сприймаються як страшні через уявлення і вербалізацію можливих негативних наслідків впливу зовнішнього середовища.

К. Ізард [80, 86], обґрунтовуючи теорію диференціаційних емоцій, описував емоції як складний процес, що включає нейрофізіологічні, нервово-м'язові і чуттєво-переживальні аспекти. Вчений класифікував страх як одну з фундаментальних емоцій і вважав, що сукупність декількох базових емоційних станів формує комплекси, які мають певний мотиваційний вплив на особу і її поведінку. Страх відіграє роль у трьох емоційних комплексах: тривожність – депресія (взаємодія страху з горем); відповідальність (взаємодія інтересу, сорому, страху, радості, симпатії); совість (взаємодія провини, страху та сорому).

К. Ізард, подібно до А. Бандури, вважав, що страх може виникати в результаті когнітивної оцінки ситуації як потенційно загрозливої. Ця емоційна реакція може бути викликана згадкою про певний об'єкт або уявним образом об'єкта.

Британський психолог Дж. Боулбі [79] відзначав, що індивіди біологічно схильні реагувати страхом на такі фактори, як біль, відчуття самотності, раптова зміна стимуляції та стрімке наближення об'єкта. Самотність, за його думкою, є природнім стимулятором страху і викликає у людини відчуття загрози власній безпеці. Однак у певних обставинах самотність може стати чинником ризику.

Польський психіатр А. Кемпінський виділив чотири категорії ситуацій, які спричиняють настанову страху і пов'язані з: прямою загрозою існуванню; соціальною загрозою; неможливістю відтворення власного вибору активності; порушенням існуючої структури взаємодії з оточуючим світом. Іншими словами, залежно від походження, можна говорити про біологічний, соціальний, моральний і дезінтеграційний страх.

Польський психоаналітик і невролог Г. Нунберг вважав, що страх представляє собою психосоматичний процес, який може впливати на різні функції тіла. Таким чином, він може проявлятися як у фізичних процесах, так і у психічних переживаннях [63].

Досягненням сучасної психології можна вважати диференційований підхід Д. Роста та Ф. Шермера, які розробили трьохплощинну модель страху. Відповідно до цієї моделі, виділяються три компоненти страху:

- когнітивний (перешкоди в обробці інформації),
- -емоційний (виникнення переддепресивного настрою);
- фізіологічний (сприйняття супутніх тілесних явищ) [43].

Отже, представники психоаналітичного напряму визначали страх наступним чином: як сигнал об'єктивної та моральної небезпеки, що виникає внаслідок зіткнення культури та інстинкту (Д. Айке, З. Фройд); як універсальний психічний феномен, особливості якого зумовлені культурною традицією та гендерними відмінностями (К. Хорні); як афективний стан у контексті теорії «травми народження» (О. Ранк). У межах соціально-психологічного підходу страх розглядався переважно як психічний стан, пов'язаний з несвідомими та соціокультурними процесами (С. Московічі, Ф. Ріман та ін.). Соціально-когнітивний підхід трактує страх як безумовну реакцію вегетативної нервової діяльності на больові стимули (А. Бандура, Дж. Боулбі, Дж. Міллер); як психосоматичний процес (К. Ізард, А. Кемпінський, Г. Нунберг).

Отже, досі не існує одностайної думки серед науковців щодо феномену страху; кожна теорія відображає категоріальний апарат певного психологічного напряму. Згідно з нашою позицією, страх пов'язаний з процесами несвідомого, має соціокультурну основу, та виявляється на фізіологічному та психосоматичному рівнях.

Теорії зарубіжних дослідників стимулювали розвиток психологічних концепцій вченими української психологічної школи. Т. Яценко [76] зазначає, що сутність психічного полягає в єдності свідомого та несвідомого, при цьому вони зберігають автономію та протиріччя у взаємозв’язках. Тобто, страх як психічне явище завжди має свідому і несвідому складові.

Сучасні словники [46, 57, 72] відзначають амбівалентність страху та визначають його як афективно-чуттєву емоцію, що виникає в умовах

превентивності – загрози – побоювання за свою соціальну або біологічну екзистенцію в суб’єкта. Це супроводжується внутрішнім переживанням сильного збудження, бажанням втекти або атакувати, а також комплексом симпатичних реакцій.

О. Романовський разом з колегами [58] зробили аналогію між переживанням страху і впливом болю. Вони показали, що емоція страху тісно пов'язана з потребою захистити себе від болю. Відчуття болю і страху виступають як механізми, які підвищують обережність у поведінці і готовність організму до відповідних дій, таких як агресія, очікування та уникнення. Дослідники зазначають, що страх має негативний вплив на процеси життєдіяльності індивіда через наступні аспекти:

1. Труднощі у встановленні міжособистісних зв’язків, що може призвести до соціально-психологічної ізоляції. Це означає, що страх може перешкоджати формуванню та підтримці взаємодії з іншими людьми. Індивід почувається невпевненим або вразливим у соціальних ситуаціях, що може призвести до форм соціальної ізоляції.

2. Гальмування психічних процесів, що проявляється у втраті ряду позитивних емоцій та розвитку хронічного емоційного незадоволення, тривожно-песимістичної оцінки майбутнього. Страх може призвести до зниження настрою та загальної задоволеності життям, а також до більш песимістичного ставлення до майбутнього через переживання тривоги.

3. Стан емоційного перенапруження, що викликає імпульсивні непередбачені дії. Під впливом страху можуть виникати несподівані імпульсивні реакції або дії, які можуть бути необдуманими та потенційно шкідливими.

4. Втрата гнучкості мислення, наповнення його передчуттями та сумнівами. Страх може призвести до збільшення передчуттів і сумнівів, що може ускладнювати процеси прийняття рішень та розумову гнучкість.

5. Сприйняття позбавляється цілісності та безпосередності. Під впливом страху сприйняття може стати менш прямим і невідворотнім, що

може впливати на здатність індивіда сприймати світ навколо.

Вітчизняний дослідник С. Томчук [61], досліджуючи генезу негативних психічних станів молодших школярів, пропонує класифікацію страхів. Науковець, виділяє наступні типи страхів:

1. Вікові страхи, що виявляються у дітей, які емоційно чутливі, і є відображенням їхнього психічного та особистісного розвитку. Такі страхи можуть виникати під впливом наступних факторів: страхи батьків, тривожність у стосунках з дитиною, перебільшена охорона від небезпек і ізоляція від однолітків. Часті заборони від батьків того ж статевого складу або надмірна свобода від батьків іншої статі, а також часті загрози і відсутність можливості для рольової ідентифікації з батьками того ж статевого складу, особливо у хлопчиків. Конфліктні стосунки між батьками, психологічні травми, такі як переляк, і психологічне зараження страхами під час спілкування з однолітками і дорослими також можуть викликати вікові страхи.

2. Невротичні страхи, які характеризуються великою емоційною інтенсивністю і напруженістю, що негативно впливає на формування характеру та особистості. Вони часто пов'язані з іншими невротичними розладами і переживаннями, а також з униканням об'єкта страху. Невротичні страхи можуть виникати в результаті тривалих і нерозв'язаних переживань. Найчастіше такі страхи виникають у дітей, які відчувають емоційні труднощі у взаємодії з батьками або мають спотворене уявлення про себе через емоційні переживання в родині або конфліктні відносини. Ці діти не можуть розраховувати на дорослих як на джерело безпеки, авторитету та любові. Діти, які не мають достатнього досвіду спілкування з дорослими та однолітками до початку школи, можуть відчувати невпевненість і страх не відповідати очікуванням дорослих, а також переживати страх перед вчителем.

О. Туренко [63], аналізуючи феномен страху з філософської позиції, висловлює думку, що страх є унікальним філософсько-психологічним

явищем, яке трансцендує психологічні межі і має безліч реакцій і станів, які можуть бути свідомими або несвідомими. Цей феномен відгукується на загрози життю, соціальним і моральним цінностям, а також на самооцінку людини.

О. Туренко класифікує біологічні та соціокультурні аспекти страху наступним чином:

1. Вроджена (інстинктивна) та соціальна сфери. Вроджена (інстинктивна) сфера не вимагає безпосереднього досвіду зіткнення з загрозливим стимулом. Це може включати почуття тривоги, спричинені порушеннями енергетичного метаболізму, такими як кисневе голодування, водний дефіцит або голод. Більш розвиненою філогенетичною підсферою страху є боязнь висоти, темряви, вогню, води, раптових спалахів світла, а також зіткнення з величезними об’єктами, що швидко наближаються до суб’єкта. До біологічної сфери страху також можна віднести страх перед порушенням закону збереження виду, який відображається в генезисі соціокультурних явищ у людства – первісні моральні норми збереження жінок і дітей роду або племен.

Соціальна сфера страху тісно пов'язана з раннім вихованням та процесом народження. Цю думку також висловлював Е. Фромм [69, 70], який розглядав суспільство як основну цінність людства, що несвідомо сприймається як материнська утроба, що захищає людину від загроз зовнішнього світу і дозволяє їй реалізувати та удосконалювати себе. Перші відчуття страху під час народження залишаються несомненно-присутніми як соматично-естетичні символи існування людини у світі. Один із таких зовнішніх символів – крик, який включає різноманітні прояви страху та відчаю. Крик об'єднує біосоціальні страхи і набуває значення символу постійної присутності людини у світі. В цілому, соціальна сфера страху формується через соціокультурний та історичний розвиток суспільства.

2. Універсальна (хронічна) та специфічна. Універсальні страхи включають ті, які викликають відчуття страху постійно в історії людства та в

традиціях будь-якого етносу або суспільства: природні катастрофи, соціальний хаос, епідемії, війна, втрата ідентичності зі своєю родиною, етнічною групою і т.д. Специфічна сфера страху включає ті, які існують у короткий період у окремих соціальних групах, а не в цілому суспільстві, такі як страх бунтів, економічних криз, тероризму, страх іспитів і т.д.

3. Індивідуальна та масова. Індивідуальні страхи є безмежними за своїм змістом і виявом, але їх можна поділити на: а) персональні, інколи унікальні, наприклад, різнопланові фобії; б) страхи, які досить поширені серед більшості людей, наприклад, страх смерті (фізіологічний та соціальний), хвороб, збожеволіти, страх за своїх дітей. Масові страхи формуються у процесі соціальної та культурної комунікації і відображають ієрархію цінностей і традиційних переваг, які склалися у певному суспільстві та його групах.

4. Ситуаційна та обумовлена. До першої сфери відносяться страхи, обмежені лише одноразовою та раптовою обставиною, які часто повторюються в подальшому житті. Опанування ситуаційних страхів сприяє значній зміні особистого світосприйняття людини. Це можуть бути: страх перед ненавмисним порушенням закону, страх перед першим боєм чи дуеллю, страх викриття під час вчинення злочину. Обумовлені сфери страху включають соціальні ситуації, в яких заздалегідь передбачається можливість подолання цього відчуття людиною.

5. Раціональна та ірраціональна. Ці сфери страху відображають суспільно-дієві можливості страхів. Страхи, спрямовані на явно сприйняту визначену загрозу та мають високу ймовірність реалізації, можна вважати раціональними. Ця сфера поділяється на реальні страхи та уявлені (ірраціональні). Ці групи страхів докладно розкриті в працях З. Фройда.

В. Косік [30] досліджує особистісні страхи призовників і характеризує страх як психічний стан, що ґрунтується на інстинкті самозбереження, має захисний характер і супроводжується конкретними фізіологічними змінами у вищій нервовій діяльності та психічними проявами особистості.

Вивчаючи стан страху та його роль у правоохоронній діяльності працівників ОВС, В. Артем’єв [3] розробив методику діагностики впевненості, що ґрунтується на первісних характеристиках: «потреба – можливість розв'язання» або «можу – треба». Згідно з його уявленнями, шкала «страх – сміливість» узагальнює всі можливі співвідношення базових характеристик «можу – треба». На його координатній площині точка «треба – не можу» відповідає максимальній невизначеності ситуації, що є максимальним виявом страху; протилежна точка – «можу – не треба» – є піковим проявом впевненості і сміливості.

В науковій літературі [61, 62] виділяються такі функції страху:

1) Оцінна функція страху може бути розглянута у трьох аспектах: визначення самостійності якості людини для активного впливу цієї якості на міжособисті відносини; уявлення про силу іншого, що дозволяє людині оцінити міру своєї залежності від нього; страх як попередня оцінка ірраціональних видів внутрішньої чи зовнішньої рефлексії.

2) Синтезуюча функція полягає у тому, що страх може виступати як об'єднуюча основа для цілісного уявлення про комплекс ситуації страху.

3) Регулятивна функція забезпечує оптимальний стан психофізіологічної системи та вибір відповідних форм реагування.

4) Організуючо-дезорганізуюча функція страху полягає в здатності змінювати життєвий орієнтир людини або спричиняти її смерть, але в той же час страх втрати духовних цінностей (надії, любові, свободи) може сприяти духовному зростанню особистості.

5) Евристична функція полягає у розробленні універсальних, інваріантних способів передбачення, подолання і, можливо, уникнення деструктивних ситуацій і станів.

Згідно з позицією А. Петрової [43] страх є змінною індивідуальною характеристикою, яка розвивається протягом життя людини і відображає її особистісні риси. Він формується під впливом взаємодії з оточуючим середовищем. Для того щоб адекватно існувати у соціальному оточенні,

індивід повинен пройти кілька етапів:

•Самостійність: виокремлення себе серед інших для досягнення самостійності. На цьому етапі може виникати страх самотності, а процес індивідуалізації часто супроводжується тривогою віддалення від інших. Подолавши цей страх, індивід знаходить своє місце в соціумі.

•Втрата «Я»: ігнорування певних потреб «Я» може призвести до страху втрати власного ідентитету.

•Суперечливі тенденції: бажання до змін і розвитку, паралельно зі страхом перед порушенням установлених правил життя спільноти. Ці суперечності взаємодоповнюють одна одну, наприклад, потреба в безпеці може бути доповнена бажанням до ризику.

Між цими протиріччями, зазначає вчена, існує взаємозв'язок. При досягненні рівноваги між суперечливими тенденціями виникає можливість організувати власне життя. Однак можуть виникати регресивні тенденції, пов'язані зі страхом, якщо існують значні особистісні перешкоди, які не можна подолати або усунути.

У зв’язку з цим О. Осадько [39] підкреслює, що психологічні проблеми особистості виникають не від самого страху, а від звички уникнення страху. Іншими словами, для подолання страху необхідно позбутися тих суб'єктивних обмежень, які підтримують страх і розглядаються особистістю як неконструктивні. Вчена ідентифікувала три напрямки переважного впливу надмірного страху: уникнення певних ситуацій (страх перед ситуаціями), запобігання виникненню страхових переживань (тривожний страх) і уникнення виявів власної особистості, які вважаються неприйнятними (страх самого себе).

Враховуючи підсумки наукових досліджень зарубіжних і вітчизняних учених, А. Петрова [43] розробила теоретичну модель явища страху, в якій вона виклала основні категоріально-типологічні позиції. Дослідниця визначає страх як «емоційний психічний стан, що базується на інстинкті самозбереження, виконує захисну функцію, супроводжується

психологічними і фізіологічними особистісними проявами, сигналізує про небезпеку для біологічного та соціального існування індивіда» [43, 36].

Ми базуємося на цьому визначенні та моделі у нашому дослідженні, оскільки вважаємо концептуальні позиції А. Петрової найбільш обґрунтованими, добре розробленими та перспективними на сучасний момент.

1.2. Наукові підходи до вивчення соціальних страхів

Хоча проблему соціальних страхів досліджували багато психологів (В. Гузенко [19], Д. Кияшко [27], А. Петрова [43] та інші), соціологів та філософів (О. Дурманенко [21], С. Кухарський [32], М. Мовчан [37, 38], О. Туренко [63] та інші), категоріально-понятійний апарат цієї проблеми потребує подальшого розширення.

Емпіричні дослідження соціальних страхів проводяться за кількома науковим напрямами, де страх розуміється по-різному і має свої критерії, тому існує певна розрізненість як при отриманні дослідниками даних, так і при їх інтерпретації. Відповіді досліджуваних зазвичай розглядаються як безпосереднє вираження психологічних ефектів, колективних реакцій на певні соціальні явища.

О. Дурманенко [21] вважає, що кризові суспільні явища відображаються у свідомості мас у вигляді тривог і страхів через наявні ризики. Культурно-історична еволюція показує велику кількість природних ризиків, з якими зіштовхувалася людина, і разом із цими ризиками зростає відчуття соціального страху.

З позиції Л. Горохової [16], в умовах сучасної антропологічної кризи страх виникає як наслідок соціокультурної самотності особи, що втратила відчуття безпеки і постійно змагається із соціальним середовищем. Вчена вважає, що страхи беззмістовності життя та майбутнього набувають великого значення. Л. Горохова кваліфікує страх як динамічну силу, що спонукає

людину до самореалізації в межах конкурентного суспільства, результатом чого стає екзистенціальний соціальний страх ціннісного безглуздя існування.

Згідно з А. Петровою [43], соціальний страх можна характеризувати з двох основних позицій: як психічне явище, яке має соціокультурне відображення, і як патопсихологічний феномен, що проявляється у фобічних реакціях (соціофобія та її різновиди) або невротичних розладах. З позиції психологічного підходу соціальний страх розуміється як соціальна та психологічна напруга, що створюється суспільним ладом і викликає почуття незахищеності та неможливість особистісної реалізації.

Залежно від теоретичної школи, в межах якої проводилися дослідження, описувалися категорії, пов'язані з феноменом соціального страху. Представники психоаналітичного напрямку, зокрема З. Фройд [], розглядали соціалізацію страху і виключали соціальні зв’язки та конфлікти з категорії «соціальних», вважаючи, що соціальне є зовнішнім і сприймається як ворожий і загрозливий порядок. Водночас, З. Фройд суперечив собі, оскільки, на його думку, основним джерелом соціального страху є десоціалізація.

К. Юнг [74], аналізуючи прояви соціального страху, зазначав, що Я є єдиним носієм страху, оскільки свідоме Я виникає через розрив зі світом первообразів і страх перед ними, який долається лише надією на возз’єднання з самістю.

У гуманістичному психоаналізі Е. Фромма [69, 70] необхідність належати до суспільства і одночасно прагнення зберегти свою унікальність породжують або шизоїдну, або депресивну реакцію страху. Він вважав, що джерелом соціального страху є усвідомлення суб’єктом своєї особистості як «людини, яка має».

Власну позицію стосовно соціального страху висловлювала і К. Хорні [15]. Працюючи в межах неофройдизму, вона вважала, що соціальні страхи розкриваються через аналіз моральних та духовних цінностей західної

цивілізації, яка характеризується суперництвом. Нереалізованість прагнення до самореалізації призводить до виникнення тривоги та страху.

Загалом, представники психоаналітичної та неофройдистської шкіл виділяли такі соціальні страхи:

- страх кастрації (соціальна ізоляція, непотрібність) (З. Фройд);
- страх Я як джерела неврозів (К. Юнг);
- страх власної неповноцінності (А. Адлер);
- страх безпорадності, ворожості та ізоляції (К. Хорні);
- страх вибору і свободи (Е. Фромм);
- страх соціальної регламентації сексуальних потягів (В. Райх).

Соціальний психолог, філософ, психоаналітик Е. Фромм виокремив соціальний страх вибору і свободи, ідеї про який пізніше розвив А. Маслоу. Засновник гуманістичного підходу в психології А. Маслоу [34] вважав, що порядок є основою системи безпеки індивіда, оскільки динамічні процеси завжди несуть загрозу змін.

З точки зору А. Маслоу, процес людської еволюції представляється як серія вільних виборів, що відбуваються протягом усього життя. Вибір здійснюється як на індивідуальному, так і на соціальному рівнях, між безпекою і розвитком, регресом і прогресом, зрілістю і незрілістю. Страх є процесом, що стримує розвиток і несумісний із сублімацією. Індивід змушений придушувати власне задоволення на користь схвалення з боку інших, оскільки суспільство є гарантом безпеки і може встановлювати обмеження для особистої свободи. Творча особистість, яка перебуває в процесі самоактуалізації, за Маслоу, відносно вільна від соціальних страхів, оскільки менш залежить від культурних норм і, відповідно, менше боїться осуду, вимог або насмішок з боку оточуючих.

З точки зору еволюційної психології (С. Кухарський, Л. Палмер, Дж. Палмер та ін.), у людини, як і у більшості представників тваринного світу, існують еволюційно сформовані поведінкові схильності адаптивного характеру, що підвищують здатність до виживання. Страх є одним із

ключових адаптивних механізмів. Так, сучасна масова культура відтворює архетипи свідомості первісної людини. В процесі еволюції закріпилося уявлення, що місце в соціальній ієрархії гарантує безпеку. У людському суспільстві все, що сприймається як загроза соціального статусу, є джерелом сильного страху.

У рамках структурної антропології К. Леві-Стросса відзначається різниця між тваринним і соціалізованим страхом. Перший тип страху відображає біологічні загрози людині, тоді як другий історично реалізується як боязнь перед авторитетами. За думкою дослідника, соціалізований страх представляє собою форму соціальних відносин, яка залишає місце для самоповаги особистості. В його основі лежить прийняття суспільної ієрархії як норми, що регулює правовий і особистісний простір індивідів.

Соціальні страхи формуються під впливом соціально-психологічних стимулів, які є невід'ємною частиною процесу соціалізації. Під час соціалізації індивід адаптує в собі всі страхи тієї культури, в якій цей процес відбувається. У сучасній науковій літературі соціально-психологічні стимули поділяються на прості (ідеї, почуття-емоції, хвилювання) і складні (комбінації різних простих факторів, таких як економіка, політика і т.д.). Чуттєво-емоційна сфера охоплює широкий діапазон від болю і страждання до задоволення і насолоди. Людина прагне досягнення насолоди і уникає страждання. Враховуючи поняття страху в межах цього діапазону, стає зрозумілим, що людина у соціумі, розуміючи, що таке біль, боїться і уникає його; одночасно страх може виявлятися і у боязні втрати задоволення власних потреб. Крім цього, страх має здатність переходити від людини до людини і впливати на їх взаємну поведінку: емоції однієї людини знаходять відгук у інших осіб.

М. Мовчан [38] вважає, що одним з найпоширеніших джерел страхів є особливості соціальних відносин. Соціалізація страхів, як і соціалізація особистості, відбувається у трьох сферах: у діяльності, самосвідомості та спілкуванні. Цей процес проявляється у зниженні бажання підвищувати

професійну майстерність та освоювати нові види діяльності, у зменшенні міжособистісного спілкування його примітивізації, у деформації «Я-образу», зниженні самооцінки та погіршенні самоставлення, тобто у поступовій дезадаптації. М. Мовчан визначає соціальний страх як складне соціально-психологічне явище, яке визначається об'єктивними та суб'єктивними факторами і має ситуативний та особистісний характер. Дослідниця виділяє наступні соціальні страхи: страх втратити роботу, страх перед злочинним світом, страх перед голодом і убогістю, страх за своє здоров'я, страх за своє майбутнє [38].

Розглянемо класифікації соціальних страхів, запропонованих різними авторами. Так, в науковій літературі [18, 26, 38] виокремлюються:

1. Страх перед життям та перед інтелектуальними проблемами. Цей страх виникає в контексті невпевненості та тривоги перед складністю життєвих ситуацій або перед вимогами до інтелектуальних зусиль.

2. Страх соціальної ізоляції. Людина боїться відчуття відокремленості від суспільства, втрати соціального контакту та підтримки, що може призвести до відчуття відчуженості та самотності.

3. Страх перед обмеженням інформації Це страх втратити доступ до важливої інформації, що може обмежити можливості адаптації та прийняття рішень у соціальному середовищі.

4. Страх диктатури. Люди стурбовані можливістю втратити свободу вибору та стати жертвою авторитарних або тоталітарних режимів, де індивідуальні права та свободи можуть бути обмежені.

5. Страх втратити свій соціальний статус. Це відчуття загрози втрати визнання, поваги та підтримки з боку суспільства або соціальних груп, з якими особа ідентифікує себе.

6. Страх втратити роботу. Цей страх пов'язаний з економічною нестабільністю та можливістю втратити засіб до існування, що викликає тривогу та стурбованість.

7. Страх втрати власної гідності. Люди бояться ситуацій, які можуть підірвати їхню гідність, самоповагу та інтегрітет, що веде до стресу та тривоги.

Ці категорії страхів відображають різні аспекти соціальної адаптації та взаємодії із суспільством, а також різні вектори особистісного розвитку та самопізнання у відношенні до соціальних реалій.

С. Кухарський [32] виокремив такі види соціальних страхів:

- Страх самотності (депресивний). Цей страх характеризується тривогою та тривожністю перед відчуттям самотності і відокремленості від інших людей. Для людини з депресивним страхом самотності особливо важлива близькість та підтримка оточуючих, існування відносин і спільноти, бо відчуття відокремленості може поглинути їх емоційно і психологічно.

- Страх одинака, що побоюється вторгнення ззовні (шизоїдний). Люди з цим типом страху відчувають сильний дискомфорт або тривогу перед можливістю втрати особистісної приватності або незалежності. Вони можуть викривати надмірну обережність і боязливість відносно будь-яких вторгнень чи нав'язливих дій інших людей у їхній особистий простір.

- Страх змін (обсесивний). Цей страх виявляється в перебільшеній тривозі та неспокої перед майбутніми змінами або передбаченнями непередбачуваних подій. Люди з обсесивним страхом змін можуть перебувати в стані постійної напруги і неспокою через відсутність стабільності та прогнозованості у своєму житті.

- Страх нерухомості (істеричний). Цей страх характеризується відчуттям тривоги та невпевненості перед ситуаціями, коли людина відчуває себе прикутою або обмеженою у своїй свободі дій або вибору. Люди з істеричним страхом нерухомості можуть демонструвати емоційну нестабільність та потребу в постійній увазі і підтримці оточуючих.

На думку С. Кухарського [32], соціальний характер страхів дозволяє розповсюдити таку типологію страху на соціокультурні явища та процеси.

Південноафриканський психіатр і одна з найвпливовіших фігур у поведінковій терапії Дж. Вольпе висловив думку, що під час процесу соціалізації людина може набути соціальний страх, який виникає через неадекватну взаємодію з оточуючим соціумом. Цей страх проявляється у тривозі перед соціальними об'єктами або ситуаціями взаємодії. Дж. Вольпе ідентифікував основні форми соціальних страхів: боязнь критики, страх бути ізольованим у соціальних відносинах, тривога перед увагою, відчуття неповноцінності, страх перед новими ситуаціями, перед керівництвом, виявленням опору, неспроможністю відмовити у проханні та висловити відмову. У разі переважання соціального страху в особи блокується її соціальна активність і виникає невпевненість у власних силах.

Вітчизняна дослідниця Л. Горохова [17] виділила різноманітні форми соціальних страхів, серед яких є наступні:

1. Страх перед керівництвом та підлеглістю. Цей тип страху є типовим проявом соціальних тривог, основаним на низькій самооцінці людини, яка страждає від цього страху.

2. Страх відповідальності. Цей вид страху майже не має біологічного коріння, але обумовлений виключно соціальними механізмами. Він проявляється у тому, що приймаючи важливе рішення, людина бере на себе відповідальність за його наслідки, а в разі невдачі їй загрожує не лише осуд або покарання з боку суспільства, але й можливе довготривале самоізоляція, що може негативно вплинути на подальше життя.

3. Страх невдачі. Цей страх пов’язаний з боязні не досягти успіху в будь-якій справі. Він представляє собою загальний, інтегральний страх перед негативними наслідками недостатньої реалізації певного виду діяльності.

4. Страх успіху. Цей страх базується на невпевненості у власних силах, оскільки люди, які страждають від нього, бояться, що досягнення успіху вимагатиме від них нової відповідальності, яка їм непотрібна.

5. Страх близьких соціальних контактів та страх самотності. Страх самотності може виявлятися у різних формах: страх критикувати іншу

людину, боязнь конфліктів, страх виявляти власні почуття, страх перед розлученням.

6. Страх оцінки, що може проявлятися у двох протилежних формах: побоювання отримати негативну оцінку від оточення та страх перед байдужістю інших людей.

В. Гузенко [19] у своїй класифікації соціальних страхів, узагальнюючи наукові погляди, виділила наступні типи:

1. Страх критики. Це боязнь отримати негативну оцінку своїх дій чи вчинків від інших людей, що може призвести до стресу та невпевненості.

2. Страх бути відторгненим. Це тривожність перед можливістю бути відкинутим, неприйнятим чи недооціненим оточуючими, а також перед можливістю отримати відмову в будь-якій ситуації.

3. Страх опинитися в центрі уваги, публічності. Цей страх пов'язаний з тривогою перед ситуаціями, коли увага суспільства або групи спрямована на конкретну особу.

4. Страх виглядати неповноцінним. Боязнь відчути себе неповноцінним чи недостатнім в очах інших людей, що може призвести до самонеприйняття і комплексів.

5. Страх керівництва або необхідності спілкуватися з впливовими людьми. Це тривога перед ситуаціями, коли необхідно спілкуватися з особами, чия думка і вплив мають значення для особистості.

6. Страх нових ситуацій. Це страх перед невідомими або новими життєвими обставинами, які можуть потребувати адаптації та прийняття нових рішень.

7. Страх диктатури та авторитарних особистостей. Боязнь перед ситуаціями, коли існує загроза втрати особистої свободи чи незалежності через дії авторитарних осіб або структур.

8. Страх втратити власний соціальний статус. Це тривога перед можливістю втратити місце в соціальній ієрархії або позиції, які забезпечують впевненість та статус в суспільстві.

9. Страх втрати (опинитися без роботи, грошей, здоров’я, партнера, власної гідності, страх самотності тощо). Це боязнь перед можливими втратами різних аспектів життя, що може викликати тривогу і нестабільність.

10. Страх перед кримінальним світом. Тривога перед можливістю стати жертвою злочинних дій чи терористичних актів.

11. Страх перед зубожінням, голодом. Це боязнь перед недостатністю матеріальних ресурсів та основних життєвих потреб.

12. Страх за власне майбутнє. Тривога перед невизначеністю та небезпекою, які можуть вплинути на подальше життя особистості.

13. Страх прийняти самостійне рішення, відповідальності. Це тривога перед взяттям на себе відповідальності за власні дії та їх наслідки.

14. Страх конфліктів, відвертості, публічного виявлення почуттів. Боязнь участі в конфліктних ситуаціях, висловлення власних думок чи почуттів публічно.

Згідно з В. Гузенко [19], особливість соціальних страхів виявляється у їх опосередкованому характері, коли об'єкти, що викликають страх, не мають можливості безпосередньо завдати шкоди людині, а також у їх широкому поширенні.

Соціальний страх також призводить до таких психологічних явищ, як сором (сором'язливість) і альтруїзм. Сором представляє собою соціально виражений страх, який супроводжується підпорядкуванням силі, а альтруїзм є механізмом, що підтримує альянси, що забезпечують статус індивідів. Окрім сорому і сором'язливості, прямо пов'язаний з соціальним страхом є страх успіху. За словами американської дослідниці М. Горнер (Matina Horner), страх успіху є статевою особливістю жіночої статі, яка стримує їхні досягнення у будь-якій сфері. У жінок цей страх пов'язаний з можливими небажаними наслідками, такими як соціальне відторгнення, втрата жіночності та важливих соціальних зв'язків. Страх успіху щодо професійних досягнень жінок збігається зі страхом бути помітною.

В працях зарубіжних авторів [87], страх успіху розглядається комплексно як модель, що ґрунтується на різних характеристиках, таких як:

1. Стать (вибір сфери діяльності, психологічна андрогінія, статево-рольові установки і т.д.);

2. Ідентичність (потреба в приналежності, чутливість до відторгнення, необхідність особисто важливих відносин і т.д.);

3. Потреба в досягненнях (цілі, академічні показники і т.д.), у поєднанні з такими показниками, як вік, локус контролю і інші.

У соціальній психології деякі дослідники, такі як Г. Лебон і С. Московичі, розглядали соціальний страх як емоційний стан, що визначає і пояснює поведінку та реакції натовпу. Цей емоційний стан може перетворюватися у соціальне божевілля. З погляду вчених, соціальне божевілля виникає внаслідок руйнування психологічних механізмів адаптації до конкретної ціннісно-нормативної системи суспільства. Це проявляється у паніці (як екстремальній формі страху), істерії, агресії та інших нестабільних станах.

О. Остапчук [41], здійснюючи аналіз статистики реальних загроз для життя та благополуччя людини, а також існуючі соціальні страхи у суспільній свідомості, вбачав, що найбільша частка страхів пов'язана з невиліковними захворюваннями (наприклад, рак, ВІЛ, серцеві захворювання). На другому місці він вказував на страхи пов'язані з насильством проти особистості (наприклад, сексуальне насильство, тероризм), а на третьому — авіакатастрофи і дорожньо-транспортні пригоди. Останнім у списку він вказував на страхи пов'язані з пограбуваннями, крадіжками, безробіттям і проблемами здоров'я, спричиненими вживанням алкоголю. Проте насправді статистичні дані демонструють зовсім інші пріоритети: найвищий рівень загроз представляють смертність від надмірного вживання алкоголю, пограбування і розбійні напади, на другому місці — серцеві проблеми і смертність від ДТП, на третьому — смертність від раку і проблеми з безробіттям. Всі інші страхи розташовані на менш

важливих позиціях в статистиці. Це може пояснюватися тим, що соціальні страхи часто підсилюються засобами масової інформації та політичними структурами з метою маніпулювання суспільною свідомістю.

Отже, у психології можна виділити наступні підходи до визначення феномену соціального страху:

- Соціальний страх як еволюційно сформований адаптаційний механізм (С. Кухарський, Л. Палмер, Дж. Палмер). Соціальний страх розглядається як природний адаптаційний механізм, що допомагає людям виживати, подібно до страху у тваринному світі. Він є результатом еволюційних процесів, які сприяли формуванню поведінкових схильностей, необхідних для виживання.

- Соціальний страх як результат соціалізації та соціальної адаптації особистості (М. Мовчан, К. Леві-Стросс). Соціальний страх виникає під впливом соціалізації та адаптації до соціальних норм і очікувань. Проявляється в зниженні якості міжособистісного спілкування, спрощенні комунікації, деформації образу Я, зниженні самооцінки та впевненості в собі.

- Соціальний страх як афект (Г. Лебон, С. Московічі). Соціальний страх розглядається як сильна емоційна реакція, яка визначає і пояснює поведінку людей у натовпі. Цей страх може перетворюватися на соціальне божевілля, коли руйнуються ціннісно-нормативні підвалини суспільства, призводячи до паніки, істерії та агресії.

- Соціальний страх як короткотривале, ситуативне переживання, передбачення небезпеки (Дж. Вольпе). Соціальний страх розглядається як тимчасова реакція на конкретну ситуацію, що викликає відчуття небезпеки. Це страх перед соціальними об’єктами чи ситуаціями соціальної взаємодії, який може блокувати соціальну активність і породжувати невпевненість.

- Соціальний страх як властивість особистості (В. Гузенко, А. Петрова). Соціальний страх вважається стабільною рисою особистості, яка впливає на її поведінку і взаємодію з оточуючими. Це включає страхи, пов'язані з критикою, соціальним відторгненням, публічністю, втратою соціального статусу, новими ситуаціями та іншими факторами.

У своєму дослідженні ми розглядаємо соціальний страх як складне соціально-психологічне явище, погоджуючись з поглядами В. Гузенко, А. Петрової, Л. Палмер та Дж. Палмер. Спираючись на теорії цих науковців, у нашій роботі ми будемо використовувати таке визначення соціального страху.

Соціальний страх – «еволюційно сформована поведінкова схильність адаптивного характеру, що є результатом соціалізації особистості, детермінується об'єктивними та суб'єктивними чинниками і носить ситуативний та особистісний характер» [43, 53].

Як патопсихологічний феномен, соціальний страх проявляється у вигляді соціальної фобії – тривожного розладу, який порушує соціальне функціонування особистості і виражається у страху оцінки (критики, судження) з боку значущих для індивіда осіб. Узагальнюючи погляди представників клінічного підходу, таких як Д. Кларк, С. Тернер і М. Штейн [Stein], які вивчали феномен соціофобії, можна зазначити, що це явище є нав'язливим станом при психічних захворюваннях. Для нього характерні неадекватні переживання страхів певного змісту, які охоплюють суб'єкта у специфічних фобійних ситуаціях і супроводжуються вегетативними дисфункціями – інтенсивним потовиділенням, підвищеним серцебиттям та ін.

У загальновизнаних класифікаціях хвороб (МКБ-10 та DSM-IV) всі порушення, пов'язані зі страхом та тривогою, відносяться до розділу «Тривожні розлади». Ця група психопатологічних станів класифікується разом через домінуючий симптом – тривожність. У класифікаторах виділяються наступні соціофобії: петтофобія (страх суспільства), страх публічних виступів, страх перед іспитами, ерейтофобія (страх почервоніти), страх через неможливість зробити щось в присутності сторонніх, страх перед відвідуванням суспільних туалетів, антропофобія (страх юрби), монофобія (страх самотності). Варіанти соціальних фобій відрізняються силою вираженості та розвитком динамічних процесів: в одних випадках психічні

процеси мають відносну стабільність, а в інших – фобійна фабула має тенденцію до генералізації, що швидко призводить до соціальної дезадаптації.

Таким чином, у клінічному підході соціальний страх розглядається як патопсихологічне явище, що супроводжується відхиленнями у поведінці та психічними розладами [59].

За результатами теоретичного аналізу проблеми соціальних страхів можна констатувати, що соціальний страх, як складний феномен, впливає через емоційно-чуттєву сферу на поведінкові стратегії особистості. Він обмежує її здатність до самореалізації, значно скорочує соціальну активність та сприяє схильності до ізоляції. Під впливом внутрішніх емоційних переживань особистість прагне уникати потенційно травматичних ситуацій, що призводить до обмеження її соціальної діяльності.

1.3. Особливості прояву соціальних страхів в студентському віці

Соціальний страх виявляє свої прояви на різних вікових етапах життя, оскільки кожен віковий період особистості є вразливим до виникнення та розвитку певних типів страхів.

Цей складний психологічний процес супроводжує людину протягом усього її життя, змінюючись в залежності від соціальних умов розвитку на кожному віковому етапі. Страх, подібно до інших емоцій, допомагає індивідууму орієнтуватися в предметному та соціальному світі і є необхідною складовою самозбереження особистості. Таким чином, відсутність типових страхів для конкретного вікового періоду може свідчити про неадекватний розвиток, коли особистість не може ідентифікувати об'єкти, що можуть потенційно становити загрозу в її оточенні. Відсутність страху часто асоціюється з відставанням у інтелектуальному розвитку або психічною дезадаптацією, коли психотравма викликає регрес орієнтаційних особистісних здібностей [39].

Дослідження проблеми студентства як унікальної соціально-психологічної та вікової категорії відображено в наукових працях І. Булах [11], Л. Долинської [11], Н. Шевченко [73] та інших дослідників, які розглядають студентів як специфічних учасників навчального процесу.

Студентська молодь, як особлива соціальна категорія, об'єднує молодих людей, які займаються навчанням і діляться цінностями і характером своєї діяльності з інтелігенцією, відіграючи важливу роль у формуванні та розповсюдженні ціннісних та нормативних орієнтирів суспільства. Ця соціальна група, з урахуванням своїх демографічних та психологічних особливостей, є значним ресурсом [35].

В цілому, молодь є соціально-демографічною групою, що виокремлюється за сукупністю вікових характеристик, соціального статусу та визначеними соціально-психологічними рисами. Молодість представляє певний етап життєвого циклу, а її вікові межі та соціально-психологічні особливості залежать від конкретного історичного періоду, соціальних умов та культури. Як історичне явище, кількість визначень молоді може бути такою ж, як і кількість конкретних суспільств. Проте, в усіх суспільствах молоді люди стикаються з подібними проблемами, що визначаються віком. Зокрема, молоді люди зазвичай не мають автономності та самостійності у прийнятті рішень і вирішують питання етико-морального самовизначення та трудової діяльності.

Розглянемо тлумачення терміну «студентська молодь», оскільки до цього часу не існує загальноприйнятого підходу до визначення студентства, його соціального статусу та місця в соціальній структурі суспільства. Приналежність до студентства визначається віковими рамками, починаючи з наявності атестату про середню освіту (зазвичай в 17 років), а верхня межа зазвичай не виходить за 25 років [44].

Для нашого дослідження значущими є погляди В. Андрущенка і В. Савельєва [2, 27]. За їхніми визначеннями, студентська молодь є мобільною соціальною групою, чиїм основним завданням є організована

підготовка до виконання високих професійних та соціальних ролей у матеріальному та духовному виробництві. В. Андрущенко в своїй дефініції студентської молоді акцентує увагу на підготовці молодих людей до соціальної ролі «нової української еліти» [2, 357]. Він розглядає студентство як особливий суб'єкт вищої освіти, де особистість виступає не лише об'єктом навчання, але й суб'єктом трансформації у кваліфікованого фахівця.

Відповідно до позиції В. Кременя [31, 464], студенти зосереджуються на здобутті знань, а не на виконанні професійних обов’язків, які ще в передбаченому їм майбутньому. Це свідчить про те, що основна активність студентів спрямована на оволодіння академічними матеріалами, розвиток пізнавальних інтересів і здібностей, необхідних для майбутньої професійної діяльності. Вони фокусуються на формуванні фахових компетенцій і практичних навичок, які є основою для подальшого професійного зростання та інтеграції в ринок праці. Такий підхід стимулює академічну самодисципліну та саморозвиток, сприяє глибшому розумінню предметної області і підготовці до викликів, що стоять перед молодими спеціалістами у майбутньому.

М. Головатий досліджував соціальну активність молоді і визначив студентську молодь як особливу соціальну групу, чиї члени «одержують професійну підготовку на денних відділеннях вищих і середніх спеціальних навчальних закладів, основною діяльністю яких є оволодіння знаннями і практичними навичками для успішного виконання надалі соціальних функцій інтелігенції» [14, 24-25].

На думку С. Савченко вважає, студентству властиві всі достатні характеристики та ознаки для віднесення його до особливої соціальної групи. Вчений характеризує студентство як «групу людей молодого віку, об’єднану виконанням потенційно значущих для суспільства спеціальних підготовчих функцій, що тимчасово не беруть участі у суспільно-виробничій праці, володіють спільністю побуту, системою цінностей і соціальних ролей, готуються до виконання в суспільстві ролі інтелігенції» [48, 92].

Соціальна роль студентства полягає у підготовці молодих людей до виконання спеціальних професійних і культурних завдань, що обумовлено потребою відтворення соціальної структури суспільства і адаптивної підготовки фахівців з урахуванням суспільних потреб. Таким чином, соціалізація студентства впливає не лише на систему освіти, але й на загальний розвиток суспільства [55].

Вітчизняні дослідники В. Будак та О. Олексюк [8] вказують на те, що період студентства є часом інтенсивного розвитку, формування особистості і професійної підготовки. Це період активного розвитку інтелекту, переосмислення системи цінностей та зміцнення фізичних сил. Однією з важливих особливостей студентства є активна взаємодія з різними соціальними утвореннями суспільства. Умови навчання в закладі вищої освіти надають студентам значні можливості для спілкування, що відображається в інтенсивності їхньої соціальної взаємодії. Діяльність студента, як суб'єкта діяльності, зумовлена двома типами мотивації: пізнавальною і мотивацією досягнень. Таким чином, в студентів як суб'єктів діяльності існують свої мети, способи досягнення цих мет і можливості їх реалізації.

В. Будак та О. Олексюк [8] розробили тези, в яких узагальнили особливості студентського віку:

- Період найбільшого інтенсивного дозрівання особистості. Дослідники виділяють студентський вік (17-25 років) як період, коли відбувається найбільше інтенсивне дозрівання особистості, що супроводжується досягненням стабільності більшості психічних функцій.

- Переоцінка цінностей і мотивації поведінки. В цей період також відбувається переоцінка цінностей та зміцнення свідомих мотивів поведінки. Це також відомий час бескорисливих жертв і самовіддачі.

- Формування якостей характеру та інтелекту. Студентський вік є центральним періодом для формування якостей характеру та розвитку інтелекту. Він є часом досягнення стабільності і піку більшості психічних

функцій, наприклад, пік розвитку уваги, пам'яті та мислення.

- Розвиток, який випереджає навчання і виховання. У студентському віці часто відбувається розвиток, який випереджає саме процес навчання і виховання, відмінно від попередніх стадій розвитку.

- Активний етико-моральний розвиток. Вік від 18 до 20 років є періодом найбільш активного етико-морального розвитку. Він також важливий для становлення та стабілізації характеру та оволодіння повним комплексом соціальних ролей дорослої людини, включаючи громадянські та професійно-трудові.

С. Вітвицька [12] вказує на те, що період навчання у вищому навчальному закладі співпадає з другим періодом юності або першим періодом зрілості, які відрізняються складністю формування особистісних якостей. Під час цього періоду значно укріплюються якості, такі як цілеспрямованість, наполегливість, рішучість, автономність, ініціативність, поряд із моральним розвитком, зацікавленістю моральними проблемами та посиленням свідомих мотивів поведінки. Студентський інтерес не обмежується лише навчальним матеріалом, а також охоплює мистецтво, суспільну діяльність, спорт тощо. Цей період є часом активного формування соціальної зрілості – здатності молодої людини володіти необхідною для суспільства сукупністю соціальних ролей, як фахівця і громадського діяча.

Серед важливих особливостей періоду пізньої юності – ранньої дорослості, які визначають науковці [8], включаються такі аспекти:

- розвиток розумових та моральних здібностей;
- досягнення піку інтелектуальних і пізнавальних можливостей;
- сформоване світосприйняття;
- виявлення сміливості та рішучості;
- здібності до захоплення;
- наявність оптимізму;
- розвиток автономності та самостійності у судженнях і діях;
- прямолінійність;

- виявлення критичного мислення та самокритичності;

- у пізній юності – розвиток максималізму та скептичного, критичного, іронічного ставлення до викладачів та внутрішнього розпорядку навчального закладу;

- виявлення неприйняття лицемірства, ханжества та грубості;

- прийняття відповідальних рішень, таких як вибір професії, сексуального партнера або супутника життя.

Вчені [35, 64, 67] також висвітлюють протиріччя, які є характерними для студентського віку:

1. Соціально-психологічне протиріччя полягає у великому інтелектуальному та фізичному розвитку студентів, порівняно з обмеженими часовими і економічними можливостями для задоволення збільшених потреб.

2. Дидактичне протиріччя виникає між прагненням до свободи у виборі навчальних дисциплін та існуючими методами підготовки фахівця.

3. Психолого-педагогічне протиріччя полягає в надмірній кількості інформації, яка надходить з різних джерел, та обмеженому часі для її опрацювання.

Поряд з максимальним розвитком психічних функцій, характерного для студентського віку, спостерігається нестійкість особистісних структур. Студентський вік відрізняється активізацією процесу самопізнання та подальшого формування самооцінки і Я-концепції – складної динамічної системи уявлень про себе як особистість і суб'єкта навчально-професійної діяльності. Серед суперечностей студентського віку особливе значення має криза ідентичності, пов'язана з формуванням системи «Я». Ідентичність представляє собою стійкий образ самого себе, збереження і підтримку особистісної цілісності, тотожності та нерозривності історії свого життя і власного «Я». За Е. Еріксоном [84], процес самовизначення – формування ідентичності – є тривалим і складним. Ідентичність забезпечує неперервність минулого, теперішнього і майбутнього індивіда і утворює єдину систему координат для організаційної та інтеграційної поведінки у різних сферах

життя. Суть кризи ідентичності в студентському віці полягає в зіткненні цінностей, засвоєних у ранній юності, з тими, які формуються під час навчання у вищому навчальному закладі через ідентифікацію себе з професійною моделлю. Особиста ідентичність допомагає зрозуміти своє призначення та місце в суспільстві, сприяє соціальним порівнянням і визначає напрямок розвитку особистості.

Отже, період навчання студента в закладі вищої освіти є ключовим етапом у формуванні особистості: на цьому етапі завершується процес соціалізації через освітню систему; закладаються основи для майбутньої самостійної професійної діяльності; відбувається коригування життєвих цілей та орієнтацій на подальший самостійний шлях життя [8]. Студентська молодь є необхідною складовою молоді, особливою групою, яка відрізняється специфічними умовами життя, побуту та праці, а також системою ціннісних орієнтацій.

На підставі аналізу наукової літератури щодо соціальних страхів та врахування соціальної ситуації розвитку особистості студентського віку, нами було три групи соціальних страхів в студентському віці (табл. 1.1).

Таблиця 1.1

Соціальні страхи в студентському віці

Групи страхів	Зміст	Автори
Взаємини, комунікація	Страх тісних особистісних взаємин	С. Кухарський [32], К. Хорні [15]
	Страх соціальної (групової) ізоляції	З. Фройд [68], К. Хорні [15]
	Страх самотності (страх комунікації; боязнь конфліктів; страх виявити власні почуття)	М. Мовчан [38], В. Гузенко [19], С. Кухарський [32], Л. Горохова [16], А. Петрова [43]

Продовження таблиці 1.1.

Праця (навчання), соціум	Страх втратити соціальний статус, гідність	В. Гузенко [19], О. Гринчук, С. Луців
	Страх перед злочинним світом (напад, зґвалтування, пограбування, тероризм)	В. Гузенко [19], Л. Горохова [16]
	Страх втратити роботу або місце навчання, соціальний статус	В. Андрущенко [4], В. Гузенко [19], Л. Палмер, Дж. Палмер
	Страх підлеглості / керівництва	Дж. Вольпе, Л. Горохова [16]
Власне Я	Страх невдачі, провалу	А. Петрова [43], Л. Горохова [16]
	Страх критики, оцінки	М. Штейн [99]
	Страх власної неповноцінності	А. Адлер [1]
	Страх безглуздя існування, страх за власне майбутнє	Л. Горохова [16], М. Мовчан [38], В. Гузенко [19]

Таким чином, соціальні страхи, які властиві особам студентського віку можна умовно віднести до трьох основних категорій:

1) взаємини, комунікація: (страх тісних особистісних взаємин; страх соціальної (групової) ізоляції; страх самотності (страх комунікації; боязнь конфліктів; страх виявити власні почуття);

2) праця (навчання), соціум : (страх втратити соціальний статус, гідність; страх перед злочинним світом (напад, зґвалтування, пограбування, тероризм); страх втратити роботу або місце навчання, соціальний статус; страх підлеглості / керівництва);

3) власне Я: (страх невдачі, провалу; страх критики, оцінки; страх власної неповноцінності; страх безглуздя існування, страх за власне майбутнє).

РОЗДІЛ 2.
ЗВ'ЯЗОК СОЦІАЛЬНИХ СТРАХІВ ТА МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ: ТЕОРЕТИКО-МЕТОДОЛОГІЧНИЙ АНАЛІЗ

2.1. Основні підходи до вивчення мотивації досягнення в сучасній науці

Мотивація досягнення успіху та мотивація уникнення невдач часто розглядаються як протилежні мотиваційні тенденції. Проте іноді ці два види мотивів вважаються двома полюсами одного мотиву – мотиву досягнення успіху. Коли ми досліджуємо характеристики осіб, у яких переважає одна з цих мотиваційних тенденцій, то стикаємося з точкою зору, що мотивація досягнень є особистісною властивістю.

Поняття мотивації досягнення вперше запровадив американський психолог Генрі Мюррей [94]. У подальшому вивченням цього мотиву в зарубіжній психології займалися Д. Макклелланд [91, 92], Х. Хекхаузен [85], Дж. Аткінсон [77] та інші. У вітчизняній психології проблема мотивації досягнення висвітлена в працях С. Занюка [24], О. Венгер, С. Федорчук [10], Н. Прядко [47] та інших.

Психологія мотивації охоплює цілий ряд питань, пов'язаних із поняттям мотиву. Серед них: кількість існуючих мотивів; методи їх діагностики; їх універсальність або залежність від історичного розвитку та культурних відмінностей; генетична зумовленість і вплив досвіду; час і спосіб виникнення та розвитку мотивів протягом онтогенезу; виникнення індивідуальних відмінностей та можливість їх зміни в майбутньому. Запитання щодо мотивації виникають також через вплив зовнішніх обставин, які спонукають людину виконувати певні дії. Третя причина вивчення мотивації пов'язана не стільки зі змістом дії, скільки з тим, як вона буде виконана. Тут також виникають очевидні варіанти, що викликають

дослідницький інтерес. Є обставини, за яких бажання швидко перетворюються на наміри, які прагнуть бути реалізованими при першій можливості. Є також люди, які вміють добре себе організовувати, тоді як інші вагаються, не можуть прийняти рішення, зосередитися на досяжній меті або вчасно відмовитися від тієї, яка виявилася недосяжною.

Спроби класифікувати мотиви робилися вченими неодноразово з різних точок зору. Виділення видів мотивів і їх класифікація у багатьох авторів залежать від того, як вони розуміють зміст поняття «мотив». Наприклад, поділ мотивів на біологічні та соціальні, виділення мотивів самоповаги, самоактуалізації, мотивів досягнення, прагнення до самої діяльності, а також мотивів уникнення невдачі базуються на розрізненні та класифікації різних видів людських потреб [13].

Потреби є основою, на якій будується вся поведінка і психічна діяльність людини. Поведінкова активність визначається наявністю потреб, і актуалізація будь-якої потреби спонукає людину діяти в напрямі досягнення та оволодіння предметом, яким сприятиме задоволенню цієї потреби.

Як ми зазначали, дослідження мотиву досягнення було розпочато Г. Мюрреєм [94], який вже у 1938 році включив його до свого переліку потреб під назвою «потреби досягнення». Вчений став ініціатором досліджень мотивації досягнення і створив Тематичний апперцептивний тест (ТАТ), який на початку 50-х років Д. Макклелланд [91, 92] з колегами перетворили на інструмент для вимірювання мотивів. Ключовим було чітке визначення поняття мотивації досягнення, яке розглядалося як відношення до критерію якості діяльності. Ця дефініція була досить абстрактною, щоб охоплювати різноманітні види діяльності, критерії якості та об'єкти діяльності, і одночасно підкреслювати основне – бажання виконувати щось на високому рівні порівняно з минулою діяльністю або з іншими. В граничному випадку чистого досягнення якість чи кількість досягається самою метою, наприклад, якщо людина відчуває обов'язок досягти найкращого результату або хоче підтвердити свої здібності. Зрозуміло,

завжди додаються і різні додаткові цілі, які не є чисто цілями досягнення, такі як бажання отримати визнання або матеріальний успіх. Проте, суть завжди полягає в прагненні досягти певного рівня, який суб'єкт вважає для себе обов'язковим і бажаним до досягнення.

Дослідження, що стосуються мотивації людської діяльності, разом із вивченням особистості, показують, що успішність людської діяльності залежить від трьох факторів [24, 47]:

1. Сила мотивації (прагнення до успіху). Це визначається ступенем, до якого людина прагне досягти певних результатів або цілей.

2. Наявність цінностей досягнення в ціннісній системі людини. Це означає, наскільки важливими для людини є досягнення і успіх у її житті.

3. Оволодіння необхідними навичками і вміннями. Це включає в себе розвиток конкретних компетенцій і вмінь, необхідних для досягнення поставлених цілей.

Різноманітність мотивів людської діяльності визначається різноманітністю комбінацій думок і відчуттів у людини. Тобто, чим більше зацікавленість у справі відчуває особа, тим сильніше прагнення виконати її на високому рівні. У людини існують два основні мотиви, пов'язані з діяльністю, спрямовану на досягнення успіху: мотив досягнення успіхів і мотив уникнення невдач. Доля та соціальний статус людини значною мірою залежать від того, який з цих мотивів переважає у її житті. Спостерігається, що люди з вираженим прагненням досягати успіхів частіше досягають в житті більшого, ніж ті, у кого цей мотив менш виражений або відсутній [10].

В. Гузенко [19] пропонує визначити мотивацію досягнення як психічний механізм, який працює за формулою: мотив «бажання успіху» → активність → мета → «досягнення успіху». Мотив досягнення відображає особистісну потребу використовувати всі доступні засоби для уникнення невдачі і досягнення бажаного результату. Мотивація уникнення невдач розглядається як психічний механізм, спрямований на уникнення помилок і невдач, часто шляхом будь-яких доступних засобів. Для особистості, у якої

переважає мотивація уникнення невдач, основне значення має запобігти помилкам і невдачам, навіть якщо це потребує значних змін у первинній цілі або часткового недосягнення її.

Очевидно, що потреба у досягненні є властивістю, що виникла у процесі еволюції людського виду. Ця потреба передбачає прийняття зобов'язання відповідати (навіть абстрактним) стандартам якості виконання діяльності і результатів, а також самооцінювання після виконання діяльності з урахуванням багатьох можливих наслідків.

У науковій літературі [24] наводиться класифікація змістоутворювальних мотивів індивіда, яка відображає різні сфери актуалізації мотивації досягнень:

1. Трансформаційна діяльність – діяльність, спрямована на досягнення результату заради самого результату або на сам процес діяльності для досягнення майстерності.

2. Комунікативна діяльність – діяльність, орієнтована на активну взаємодію з іншими людьми.

3. Утилітарно-прагматична діяльність – діяльність, спрямована на прагматичне використання власної праці для задоволення інших потреб, або на управління витратами енергії і збереження здоров'я.

4. Кооперативна діяльність – діяльність, орієнтована на корисність своєї праці для суспільства або близьких людей.

5. Конкурентна діяльність – діяльність, спрямована на досягнення високого статусу, престижу або авторитету порівняно з іншими.

6. Діяльність досягнення – діяльність, орієнтована на подолання перешкод, встановлення складних завдань або на самовдосконалення і розвиток власних здібностей.

Відповідно до позиції Х. Хекхаузена [85], мотивація досягнення може бути розглянута як намагання зберегти або підвищити максимальні можливості людини в усіх сферах діяльності, де можуть застосовуватися критерії успішності, і виконання такої діяльності може призвести до успіху

або невдачі. Мотивація досягнення спрямована на досягнення конкретного результату, який досягається завдяки особистим здібностям людини, а саме: досягненню успіху або уникненню невдачі. Вона підштовхує людину до природного результату дій, що взаємопов'язані між собою і передбачають чітку послідовність кроків. Х. Хекхаузен вважав, що ця характеристика мотивації досягнення є важливою, оскільки ланцюг дій, спрямованих на досягнення мети, може бути перерваний на тривалий час, іноді на місяці або роки. Він також підкреслював значення постійного повернення до зупиненої діяльності. Таким чином, утворюються складні і тривалі структури з основної і побічної діяльності, які ведуть через серію «підцілей» до досягнення головної, навіть дуже віддаленої, мети. Він також наголошував на плануванні як необхідному для організації впорядкованості дій і функціональної структури послідовності дій. Така тривалість виконання послідовності дій відрізняє мотивацію досягнення від інших мотивів.

Г. Мюррей [94] вказує на те, що потреба в досягненні проявляється у здатності виконувати складні завдання, керувати фізичними об'єктами, людьми і ідеями, швидко і самостійно досягати поставлених цілей, подоланні перешкод, досягненні високих результатів, самовдосконаленні, змаганні з іншими, реалізації талантів і підвищенні самоповаги. Необхідність у введенні спеціальних механізмів мотивації постреалізації пояснюється тим, що залучення до виконання дії і концентрація на ній можуть заважати переходу до виконання наступної дії. Як успіх, так і невдача можуть привертати увагу суб'єкта, що в свою чергу порушує ефективність виконання діяльності.

Експериментальні дослідження, описані у працях науковців [42, 60], показали, що одним із основних механізмів, який активує мотивацію досягнення, є мотиваційно-емоційна оцінка ситуації. Ця оцінка складається з двох аспектів: оцінки мотиваційної важливості ситуації і оцінки загальної компетентності у досягненні цілі в даній ситуації. Інтенсивність мотиваційної тенденції змінюється відповідно до зміни цих двох параметрів

як у осіб з мотивом прагнення до успіху, так і у тих, у кого домінує мотив уникнення невдачі.

Мотивація проходить через кілька етапів, що відповідають її процесу розгортання, функціям та структурним компонентам:

а) Етап ініціації (або функція ініціації). На цьому етапі відбувається поява мотиваційного стимулу або спонукання до певної дії. Людина стає свідомою потреби або цілі, які потрібно досягти.

б) Етап селекції (або селективна функція). На цьому етапі обирається або визначається конкретна ціль або завдання, яке спрямовує мотивацію. Особа вибирає те, що вважається найбільш важливим або значущим для задоволення мотивації.

в) Етап регуляції (або регулятивна функція). На цьому етапі мотивація контролюється і підтримується в процесі досягнення цілі. Особа регулює свою поведінку, використовуючи різні стратегії та механізми, щоб досягти успіху.

г) Етап припинення та перемикання (або перемикаюча функція). На цьому етапі мотивація завершує своє впливове дійство, коли ціль досягнута або виявлено неможливість її досягнення в поточних умовах. Особа може змінити ціль або зосередитися на інших аспектах діяльності.

Ці етапи відображають послідовний процес розвитку мотивації від появи і до завершення її впливу на поведінку особи [24].

Модель мотивації, запропонована Х. Хекхаузеном [85] включає наступні шість послідовних етапів:

1. Поява потреби. Цей етап відображає початок мотиваційного процесу, коли виникає потреба або дефіцит, який потрібно задовольнити. Потреба може бути фізіологічною, психологічною або соціальною.

2. Постановка мети. На цьому етапі особа визначає конкретну ціль або завдання, яке вона прагне досягти. Це формулювання цілі стає напрямком для подальших дій і мобілізує зусилля.

3. Реалізація діяльності. Особа активно виконує дії та стратегії, спрямовані на досягнення поставленої мети. Цей етап включає в себе планування, вибір оптимальних шляхів дії та їх виконання.

4. Результат діяльності. Це досягнення або виконання мети, яка була поставлена. Результат може бути успішним або неуспішним в залежності від того, наскільки вдало особа досягла поставленої цілі.

5. Емоційна реакція. Після досягнення мети особа відчуває емоційну реакцію. Це може бути радість, задоволення, розчарування, стрес або інші емоції, пов'язані з результатами своїх зусиль.

6. Оцінка діяльності самим індивідом і іншими людьми. На останньому етапі особа оцінює свої досягнення, а також отримує оцінки від інших людей. Ця оцінка може впливати на самопочуття і самооцінку, а також на подальші мотиваційні стратегії.

Ця модель дозволяє розуміти, як мотивація впливає на кожний аспект життєдіяльності особи, починаючи від виникнення потреби до оцінки результатів своєї діяльності.

Виконання певної діяльності і отримання результату в ній залежать не лише від наявності у людини мотивації досягнення, але й від рівня її тривожності. Згідно з позицією Д. Аткінсона [77], схильність до уникнення базується на страху перед можливою невдачею у майбутній діяльності, що породжує певний рівень тривожності. Ця тривога прямо взаємодіє з силою мотивації уникнення, особливо якщо особа взагалі схильна до тривоги, тоді мотив уникнення стає для неї нормою і переважає над мотивом досягнення.

Відповідно до теорії А. Маслоу [34], поведінка людини обумовлена її потребою у саморозвитку і самовдосконаленні. Відповідно до цього, тенденцію актуалізації можна описати як бажання досягти і завершити щось, що зробить життя людини більш задовільним. На думку вченого, потребу досягнення можна розглядати як одну з проявів цієї тенденції актуалізації, а прагнення людини до досягнень – як засіб для розвитку її внутрішнього потенціалу.

Коли науковці досліджують властивості особистості, що має мотивацію досягнення успіху, ця мотивація практично стає стратегією поведінки, що закріпилася у властивостях особистості та її характері. В загальному розумінні, мотивацію досягнення можна охарактеризувати як один із типів мотивації діяльності, що виражає потребу індивіда досягати успіху та уникати невдач.

В багатьох наукових працях аналізуються особливості особистості з преваленцією мотивації досягнення успіху або мотивації уникнення невдач [24, 33, 52].

Особи, які мають мотивацію досягнення успіху, зазвичай ставлять перед собою позитивні цілі в діяльності, досягнення яких розглядається як успіх. Вони активно прагнуть досягнення успіхів у своїй діяльності, вдаються до таких справ, в які включаються з ентузіазмом, обирають методи і способи, спрямовані на досягнення поставлених цілей. У їхній когнітивній сфері стійко присутнє очікування успіху. Починаючи будь-яку справу, вони переконані, що досягнуть успіху. Вони сподіваються на визнання за свої досягнення і відчувають позитивні емоції у зв'язку з роботою, спрямованою на досягнення поставлених цілей. Крім того, їхній стиль діяльності характеризується повною мобілізацією власних ресурсів і зосередженістю уваги на досягненні мети.

Особи, які мають мотивацію уникнення невдачі, діють зовсім інакше. Вони ставлять перед собою ціль не у досягненні успіху, а в уникненні невдачі. Усі їхні думки і дії спрямовані на досягнення цієї конкретної мети. Індивід, мотивований уникненням невдачі, проявляє внутрішню невпевненість, не вірить у можливість досягнення успіху і страхується критики. Робота, особливо та, де існує ризик невдачі, викликає у нього негативні емоційні реакції. Ця людина не отримує задоволення від діяльності, а відчуває тягар. В результаті вона часто виявляється не переможцем, а «переможеною» – людиною, яка не досягла бажаного успіху.

Дослідження Х. Хекхаузена [85] показали, що особи з високою потребою в досягненні мають певні відмінності: вони мають високий рівень освіти та професійну компетентність, досить рано дорослішають, проживають у великих містах і виховуються в повних сім'ях. Також встановлено, що люди, які мають мотивацію досягнення успіху, приділяють більше уваги самим досягненням, ніж їхньому престижу, у той час як ті, хто мають мотивацію уникнення невдач – навпаки. Особи, орієнтовані на досягнення успіху, здатні більш об'єктивно оцінювати свої здібності, успіхи і невдачі. Тим часом індивіди, що орієнтовані на уникнення невдач, часто ігнорують об'єктивну інформацію про свої можливості, мають завищену або занижену самооцінку і нереалістичні очікування.

Особи з переважанням мотивації досягнення успіху проявляють значну наполегливість у досягненні своїх цілей. Коли ця мотивація домінує, людина віддає перевагу завданням середньої або трохи підвищеної складності, оскільки вони найкраще відображають її зусилля та здібності. У випадку, коли переважає мотивація уникнення невдачі, людина вибирає або надто прості завдання або ті, які майже недосяжні. Для людини, яка прагне досягти успіху, привабливість завдання зростає після невдачі в його вирішенні, а для тих, хто орієнтований на уникнення невдачі, цікавість до них знижується [33].

Вибір цілі формується не лише завдяки когнітивним процесам, які активуються на етапі вибору (такими як очікування і значущість), але й іншими чинниками: насамперед, зміною мотиваційної значущості самої ситуації досягнення; на другому місці – загальним почуттям компетентності в ситуації досягнення; на третьому – відчуттям конкретної компетентності в конкретній сфері виконуваних завдань. Для людей з розвиненим мотивом досягнення успіху важливою є значуща, хоч і віддалена в часі мета, оскільки вона здатна більш ефективно стимулювати їхню активність, ніж для тих, хто орієнтується на уникнення невдач. Очікування майбутніх ситуацій як успіху чи невдачі пов'язані з емоційними реакціями, які можуть бути або

приємними, або неприємними, що впливає на те, чи буде особа схильною до досягнення, чи до уникнення [33].

За даними Х. Хекхаузена [85], особи, які мають високу мотивацію досягнення успіху, у випадку вибору між невеликою винагородою, доступною негайно, і великою, але відстроченою в часі, найчастіше обирають останню опцію. У той же час особи з низькою схильністю до досягнення виявляють більшу вподобаність до негайного задоволення і меншу здатність відкладати його. Також відзначено, що люди, орієнтовані на успіх, зазвичай концентруються на великих цілях і віддають перевагу завданням, які охоплюють значний період часу, вимагають планування та ухвалення рішень. Вони не торопляться досягати успіху, а здатні чекати, якщо це необхідно.

Люди з вираженими мотивами досягнення успіху і уникнення невдач відрізняються у своїх поясненнях успіхів і невдач. Особи, які прагнуть до успіху, частіше пояснюють свій успіх наявністю у них відповідних здібностей, тоді як ті, хто уникає невдач, частіше звертаються до аналізу своїх здібностей в протилежному світлі. Індивіди, які бояться невдачі, частіше пояснюють свій успіх як випадковий збіг обставин, у той час як ті, хто прагне до успіху, так само розглядають свої невдачі [91, 92].

Отже, люди, які прагнуть до успіху, пояснюють свої досягнення внутрішніми факторами особистості, такими як здібності та старанність, тоді як ті, хто старається уникнути невдач, звертають увагу на зовнішні обставини, такі як складність завдання або везіння. Однак існує тенденція серед осіб із вираженим мотивом уникнення невдачі недооцінювати свої можливості, швидко занепокоюватися при невдачах і знижувати самооцінку. З іншого боку, люди, які орієнтовані на успіх, відзначаються адекватною оцінкою своїх здібностей, мобілізуються в умовах невдач і продовжують рухатися вперед, не зупиняючись на турботах [91].

Ще однією психологічною особливістю, яка впливає на досягнення успіхів і самооцінку людини, є її вимоги до себе і уявлення про себе. Люди, що мають підвищені вимоги до себе, частіше прагнуть до досягнення успіху, ніж ті, чиї вимоги до себе невисокі. Особи з високою відповідальністю частіше вибирають задачі середньої складності, вони приймають на себе відповідальність за те, що відбувається навколо них і з людьми, які залежать від них. Це відповідає вибору людей, орієнтованих на досягнення успіху. Такі люди зазвичай досягають більш відповідних рівнів успіху за їхніми реальними можливостями [96].

При домінуванні мотивації досягнення успіху ключовими факторами, які активізують цю мотивацію, є особистісні аспекти, такі як внутрішній спокій, орієнтація на внутрішні потреби і бажання, активна участь у діяльності, позитивний емоційний стан, висока професійна компетентність і цілеспрямованість. У випадку домінування мотивації уникнення невдачі, важливими факторами загалом є ситуативні аспекти, такі як негативне ставлення близьких людей і членів сім'ї, несхвалення з боку керівництва, низький матеріальний статус, недостатня вміння маніпулювати людьми, відсутність можливостей кар'єрного зростання, відсутність впливового іміджу, конфліктні взаємини в колективі та відсутність суспільного визнання. [96].

Експериментальні дослідження українських науковців показали, що одним з основних механізмів активації мотивації досягнення є двостороння мотиваційно-емоційна оцінка ситуації. Емоції відіграють значну роль у формуванні та активізації мотивації досягнення успіху і мотивації уникнення невдач. Особлива увага приділяється парі радості і страху.

Узагальнено, мотивацію досягнення можна розглядати як один з видів мотивації діяльності, що виражає потребу особистості у досягненні успіхів і уникненні невдач.

2.2. Аналіз зв’язку мотивації та емоцій

Мотивація та емоції тісно пов'язані між собою і взаємодіють, оскільки вони представляють два аспекти процесу регулювання поведінки. У дослідженнях мотивації зазвичай більше акцентується на зовнішній, поведінковий аспект регуляції, в той час як психологічні дослідження емоцій фокусуються на внутрішній стороні управління поведінкою. Незважаючи на цю різницю у акцентах, багато теоретиків, таких як К. Ізард, А. Маслоу, Х. Хекхаузен та інші, погоджуються з тим, що емоції відіграють надзвичайно важливу роль у мотиваційному процесі.

Багатьма авторами акцентується складність визначення взаємозв'язку емоцій і мотивів. Наприклад, з позиції Х. Хекхаузена [85], мотиви поведінки є гіпотетичними конструктами, оскільки безпосередньо спостерігати їх неможливо, і він включає до мотивів такі явища, як потреба, спонука, ваблення, схильність та прагнення. Він також розглядає емоції як частину мотивів або як мотивуючі сили.

Існує ще один перешкоджаючий фактор: при визнанні функцій емоцій, що включає когнітивно-оцінні аспекти, можна неправильно припускати, що емоції є вторинними по відношенню до мотивів і потреб [19].

Розглянемо теорію американського психолога К. Ізарда [80, 86] про диференціальні емоції, яка основується на таких ключових тезах:

1. Основна мотиваційна система людського існування складається з 10 базових емоцій: радість, печаль, гнів, огида, презирство, страх, сором/збентеження, провина, здивування, інтерес. Ці емоції відображають універсальні способи, якими люди реагують на своє оточення і внутрішні стани.

2. Кожна базова емоція володіє унікальними мотиваційними функціями і викликає специфічні форми переживань. Наприклад, радість може мотивувати до підтримки поточного стану речей, тоді як страх може мобілізувати до уникнення потенційно небезпечних ситуацій.

3. Фундаментальні емоції різним чином впливають на когнітивну сферу і поведінку людини. Наприклад, гнів може сприяти мобілізації ресурсів для подолання перешкод, тоді як сором може призвести до відчуття неприємності і втрати впевненості.

4. Емоційні процеси взаємодіють з драйвами, гомеостатичними, когнітивними і моторними процесами, впливаючи на них. Наприклад, емоційний стан може змінювати рівень активності інші процесів у мозку, включаючи прийняття рішень та реакції на стрес.

5. У свою чергу, драйви, гомеостатичні, когнітивні і моторні процеси впливають на протікання емоційних процесів. Наприклад, фізіологічні стани, такі як голод або втома, можуть змінювати інтенсивність і якість емоційного досвіду людини.

Власне, теорія К. Ізарда досліджує окремі емоції, кожна з яких розглядається як незалежний переживально-мотиваційний процес. Зокрема, базові емоції мають організуючий і мотиваційний вплив на людину та сприяють її адаптації.

Теорія потреб А. Маслоу [34], яка розглядає емоції як ключовий мотивуючий чинник, перегукується з першими двома тезами. Завдяки емоціям потреби стають зрозумілими для людини, що робить її поведінку цілеспрямованою.

Ще одним прикладом взаємозв'язку теорій мотивації та теорій емоцій є тлумачення емоцій як рудиментарних мотиваційних систем. Розвиток базових емоцій у філогенезі забезпечив можливість більш гнучкого та точного пристосування до реальності, що, за Х. Хекхаузеном [85], стало передумовою виникнення мотивації, якщо її розуміти як планування, оцінювання та передбачення, а також управління поведінкою.

О. Маурер (O. H. Mowrer) був одним із перших, хто показав значення емоцій у прийнятті рішень як проміжних змінних. Його концепція мотивації базувалася на позитивних і негативних емоціях, акцентуючи на двох емоціях, пов'язаних з очікуванням, – «надії» і «страху», а також їх протилежностях –

«розчаруванні» та «полегшенні». Він пояснював поведінку через індукцію ваблення, коли поведінка призводить до негативних наслідків (закріплюючи емоцію страху і навчання страху: повертаючись у цю ситуацію, людина починає її боятися), та редукцію ваблення, коли поведінка має позитивні наслідки (закріплюючи емоцію надії: відбувається навчання надії). Однак таке розуміння емоцій як рудиментарної мотиваційної системи призводить до заміни мотиваційної фази діяльності фазою емоцій.

Ранні роботи О. Маурера присвячені з'ясування ролі страху, який він розглядав як сигнал майбутньої небезпеки, як неприємний стан, що спонукає до поведінки, що допомагає уникнути загрози й болю. Він є умовнорефлекторним обумовленим супутнім явищем по відношенню до больових реакцій, з якими спочатку пов'язаний. Біль зазвичай викликається сильною стимуляцією, що шкодить організму. Внаслідок цього страх набуває функції мотивації. Усі методи поведінки, які ведуть зменшення страху, підкріплюються. Йдеться, згідно з пізнішим формулюванням О. Маурера про інверсію навчання страху, про навчання, яке підкріплюється емоціями очікуваного «полегшення».

Згідно з теорією когнітивного дисонансу Л. Фестінгера [93], коли очікувані результати діяльності не збігаються з фактичними (когнітивний дисонанс), виникають негативні емоції. Навпаки, збіг результатів з очікуваннями (когнітивний консонанс) призводить до появи позитивних емоцій. Емоції, що виникають при консонансі і дисонансі, розглядаються в цій теорії як основні мотиви, що визначають відповідну поведінку людини.

У психоаналітичній теорії емоція страху і тривожність виступають як мотиватори для формування психологічного захисту особистості. З. Фройд [68], базуючи своє розуміння афекту на теорії про ваблення, фактично ототожнював ваблення і афект з мотивацією.

Експериментальні дослідження [91, 92, 96] підтверджують, що емоційна оцінка ситуації активізує мотивацію досягнення. Так, емоційна оцінка допомагає людині чіткіше розуміти свої цілі та їх значущість.

Позитивна емоційна реакція на досягнення можлива, якщо особа сприймає ситуацію як можливість досягнення чогось важливого для неї. Позитивні емоції, такі як радість або інтерес, стимулюють енергію і впливають на активізацію людини. Вона стає більш наполегливою і готовою зосередитися на завданні. Негативні емоції, наприклад, страх або тривога, можуть також активізувати мотивацію досягнення, адже вони спонукають людину до пошуку способів подолання виклику чи стресує. Емоції впливають на когнітивні процеси, зокрема на увагу, пам'ять та прийняття рішень. Позитивні емоції сприяють кращій концентрації і здатності до рішення, що є важливим для досягнення мети.

Якщо керуватися такою позицією, можна припустити, що емоції сприяють запуску мотиваційного механізму діяльності. Проте за законом Єркса-Додсона, емоція також може бути результатом або наслідком мотивації. Цей закон стверджує, що якість виконання діяльності залежить від інтенсивності мотивації: занадто високий рівень мотивації може призвести до зниження продуктивності через збільшення напруги, тривожності та стресу. Оптимальний рівень мотивації в контексті закону Єркса-Додсона може варіюватися в залежності від типу завдання та особливостей особистості. Загалом, це такий рівень мотивації, при якому досягається найвища продуктивність без перевищення точки, коли стрес або тривожність починають негативно впливати на виконання завдання.

Отже, емоція в системі регуляції діяльності може розглядатися як активатор і як наслідок мотивації.

РОЗДІЛ 3.
ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ СОЦІАЛЬНИХ СТРАХІВ ТА МОТИВАЦІЇ ДОСЯГНЕННЯ В СТУДЕНТСЬКОМУ ВІЦІ

3.1. Організація та методики дослідження

Мета – емпірично дослідити особливості взаємозв'язку мотивації досягнень та переживання соціальних страхів в осіб студентського віку.

В основу дослідження покладено *припущення* про те, що соціальні страхи характеризуються віковою специфікою в період студентства; існують відмінності у прояві соціальних страхів в залежності від рівня мотивації досягнення успіху.

В дослідженні взяли участь 37 студентів різних факультетів Запорізького національного університету. Вік респондентів – 22-23 роки.

Дослідження особливостей взаємозв'язку мотивації досягнень та переживання соціальних страхів студентів проводилось в три етапи.

Перший етап: теоретичний аналіз наукової психологічної літератури з досліджуваної проблеми, визначення підходів до вивчення проблеми страхів та мотивації особистості, аналіз зв'язку мотивації і емоцій.

Другий етап: вибір пакету психодіагностичних методик, формування дослідної вибірки, емпіричне вивчення особливостей прояву мотивації досягнень та соціальних страхів в осіб студентського віку, виявлення відмінностей у прояві соціальних страхів в залежності від рівня мотивації досягнення успіху та мотивації уникнення невдач.

Третій етап: кількісна та якісна обробка отриманих числових даних, здійснення інтерпретації результатів дослідження, перевірка висунутої гіпотези.

Психодіагностичний інструментарій склали такі методики:

- «Соціальні страхи»[43];
- «Діагностика мотивації прагнення до успіху» (Т. Елерс) [45, 91-94];
- «Діагностика мотивації уникнення невдач» (Т. Елерс) [45, 94-95].

Розглянемо детальніше кожну методику.

Для діагностування об'єктивних соціальних страхів студентів використовувалася методика *«Соціальні страхи»* [43] (Додаток А). Досліджуваним пропонується оцінити частоту прояву того чи іншого страху балами від 0 до 5, де:

0 – такого страху ніколи не було;

1 – скоріше за все, такі думки були, але конкретна ситуація не пригадується;

2 – дуже рідко такий страх переживається;

3 – безумовно бувають такі побоювання, але не дуже часто;

4 – часто відчувається таке побоювання;

5 – такий страх постійно присутній в житті.

Тест охоплює 46 соціальних страхів, які розподіляються за 5 шкалами:

- страх невдачі та поразки (страх іспитів, виявитися гіршим за інших, побоювання нових справ, страх почервоніти, виявитися неповноцінним, боязкість здатися невдахою у особистому житті, страх бути не в змозі відмовити, виявитися непрофесіоналом, бути не першим);

- страх неприйняття і пригнічення (страх критики, бути відторгненим референтними особами, отримати відмову, перед авторитетними особами, кримінального світу, побоювання керівництва, страх опинитися в секті, конфліктів, осуду, побоювання виявитися непотрібним, страх здатися оточуючим дурним);

- страх втрати (страх опинитися без роботи, втратити сім'ю, що кохання скінченне, втратити гроші, красу, друзів, житло, контроль над власним життям, повагу, суспільне положення, статус, репутацію);

- страхи самостійності (страх брати на себе відповідальність, розпочати вчитися чому-небудь новому, ризикувати, вибирати оточення, висувати вимоги, розпочати життя «з чистого аркуша»);

- страхи комунікації (страх опинитися в центрі уваги, відверто виказувати свої почуття, втратити дистанцію, виступати перед аудиторією, робити щось публічно, перед відвертістю, побоювання байдужості, нових контактів).

Підрахунок результатів відбувається згідно з ключем, за яким виокремлено 5 шкал, за кожною з них можна набрати максимальну кількість балів: 1 шкала – 45 б., 2 шкала – 55 б., 3 шкала – 55 б., 4 шкала – 30 б., 5 шкала – 45 б.

За результатами по кожній шкалі можна виділити три рівні вираженості: низький, середній (помірний) та високий.

1-а шкала: 0-15 б. – низький рівень, 16-30 б. – середній, 31-45 б. – високий;

2-а шкала: 0-18 б. – низький рівень, 19-37 б. – середній, 38-55 б. – високий;

3-а шкала: 0-18 б. – низький рівень, 19-37 б. – середній, 38-55 б. – високий;

4-а шкала: 0-10 б. – низький рівень, 11-20 б. – середній, 21-30 б. – високий;

5-а шкала: 0-15 б. – низький рівень, 16-30 б. – середній, 31-45 б. – високий.

Наявність високого рівня розцінюється як фобічна симптоматика, оскільки певні страхи постійно присутні у житті особистості, створюючи перепони на шляху самореалізації.

«Діагностика мотивації прагнення до успіху» (Т. Елерс) [45, 91-94]. Особистісний опитувальник призначений для діагностики мотиваційної спрямованості особистості на досягнення успіху.

Стимульний матеріал містить 41 твердження, на які досліджуваному необхідно дати один із двох варіантів відповідей: “так” або “ні”. Тест належить до моношкальних методик. Ступінь вираженості мотивації до успіху оцінюється кількістю балів, що збігаються з ключем.

Отримані оцінки слід підсумувати. Кількісні результати за цією методикою означають таке.

1 – 10 балів: мотивація до успіху низька, обстежуваний не прагне досягти перемоги, не схильний докладати власних сил у працю, апатичний, пасивно ставиться до життя.

11 – 16 балів: середня мотивація до успіху. За такої мотивації людина не боїться ризикувати, вона не скута у своїх діях, бо можлива невдача не надто хвилює її.

17 – 20 балів: висока мотивація до успіху. Такі люди здатні йти на середнього рівня ризик для досягнення бажаного, схильні орієнтуватися на власні сили, гнучко й наполегливо досягати поставленої мети.

Вище 21 бала: мотивація до успіху надто висока. Це може спричиняти надмірну критичність до власних можливостей. При цьому досліджуваний може зазнавати надмірного хвилювання і страху зазнати невдачі. Підсвідома зневіра у власних силах викликає в людини меншу готовність до ризику, особистісну скутість. У результаті за надмірної мотивації до успіху людина може втрачати віру в те, що досягне бажаного.

«Діагностика мотивації уникнення невдач» (Т. Елерс) [45, 94-95]. Особистісний опитувальник призначений для діагностики мотиваційної спрямованості особистості на уникнення невдач.

Стимульний матеріал являє собою список слів із 30 рядків по 3 слова в кожному. Досліджуваному необхідно вибрати тільки одне з трьох слів, яке найточніше його характеризує. Ступінь вираженості мотивації до успіху оцінюється кількістю балів, що збігаються з ключем.

Досліджуваний одержує по одному балу за відповіді, наведені в ключі. Перша цифра перед лінією означає номер рядка, друга цифра після лінії –

номер стовпчика, в якому міститься потрібне слово. Наприклад, 1/2 означає, що слово, яке отримало один бал у першому рядку і в другому стовпчику – «пильний». Інші вибори балів не отримують.

Чим більша сума балів, тим вищий рівень мотивації до уникнення невдач.

Від 2 до 10 балів – низький рівень мотивації до уникнення невдач.

Від 11 до 16 балів – середній рівень мотивації до уникнення невдач.

Від 17 до 20 балів – високий рівень мотивації до уникнення невдач.

Понад 20 балів – дуже високий рівень мотивації до уникнення невдач.

3.2. Характеристика мотивації досягнення студентів

Мотиваційна спрямованість на досягнення успіху – це внутрішня або зовнішня спонука, яка рухає людину до досягнення поставлених цілей і виконання завдань. Вона може включати різні аспекти, такі як прагнення до визнання, самовдосконалення, матеріальне благополуччя, задоволення від праці або бажання впливати на інших.

Ключові характеристики мотиваційної спрямованості на досягнення успіху включають цілеспрямованість, чітке визначення цілей і планування кроків для їх досягнення, а також самомотивацію – внутрішнє бажання досягати успіху, незалежно від зовнішніх факторів. Важливу роль відіграє персистентність, тобто наполегливість у подоланні перешкод і труднощів на шляху до мети, а також встановлення високих стандартів, прагнення досягати високих результатів і високі вимоги до себе. Позитивне мислення, віра у власні сили та можливості, оптимістичний підхід до невдач, впевненість у собі, потреба у визнанні та бажання отримувати схвалення від інших також є важливими аспектами. Нарешті, професійне зростання, прагнення до постійного розвитку і вдосконалення навичок та знань допомагають людині долати виклики, досягати поставлених цілей та відчувати задоволення від своїх досягнень.

За допомогою методики Т. Елерса [45, 91-94]. Ми дослідили мотиваційну спрямованість осіб студентського віку на досягнення успіху. В результаті діагностики ми розподілили досліджуваних на 4 групи за рівнями прояву мотивації досягнення (від низького до надто високого рівня). Отримані результати представлені в табл. 3.1 та рис. 3.1.

Таблиця 3.1

Оцінка прояву мотивації досягнення успіху в студентському віці

Середній показник за вибіркою (М, бали)	Розподіл досліджуваних за рівнями прояву (%)			
	I група	II група	III група	IV група
	низький	середній	високий	надто високий
15,31	27,03	37,84	27,03	8,11

I групу (27,03% від загальної вибірки) досліджуваних склали студенти з низьким рівнем прояву мотивації досягнення успіху. Низький рівень прояву мотивації досягнення успіху характеризується відсутністю внутрішнього бажання досягати високих результатів та відсутністю прагнення до самовдосконалення. Особа з низьким рівнем мотивації часто не ставить перед собою чітких цілей або ж не планує конкретних кроків для їх досягнення. Їй бракує самомотивації, тому вона часто залежить від зовнішніх стимулів, таких як схвалення з боку інших або матеріальні винагороди. Така особа може проявляти пасивність, уникати викликів та легко здаватися перед труднощами, демонструючи низький рівень персистентності. Вона не прагне до високих стандартів і може задовольнятися посередніми результатами. Песимістичне мислення, сумніви у власних силах та можливостях, відсутність впевненості у собі і байдужість до визнання з боку оточуючих є додатковими ознаками низького рівня мотивації. Відсутність прагнення до професійного росту, небажання розвивати нові навички та знання, а також байдужість до власного розвитку також є характерними рисами. Усе це

призводить до того, що така людина часто не досягає своїх цілей і не відчуває задоволення від своєї діяльності.

ІІ групу (37,84% від загальної вибірки) респондентів склали студенти з середнім рівнем прояву мотивації досягнення успіху. Слід зазначити, що середній показник за вибіркою становить 15,31 балів, тобто для більшості досліджуваних осіб студентського віку характерний середній рівень прояву мотивації досягнення.

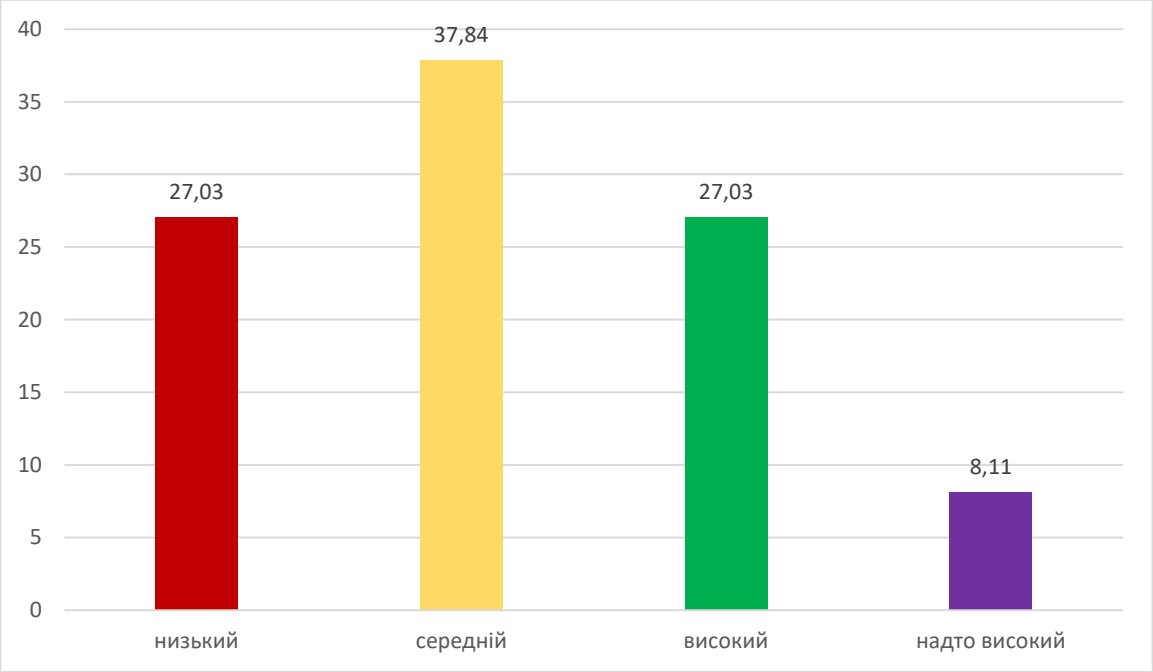


Рис. 3.1. Рівні прояву мотивації досягнення успіху в студентському віці (%)

Середній рівень прояву мотивації досягнення успіху характеризується помірним прагненням до досягнення цілей і самовдосконалення. Особа з таким рівнем мотивації зазвичай ставить перед собою конкретні цілі і має певний план для їх досягнення, однак її зусилля можуть бути не завжди послідовними або наполегливими. Вона здатна демонструвати самомотивацію, проте інколи потребує зовнішніх стимулів та підтримки для підтримання ентузіазму. Особа з середнім рівнем мотивації досягнення успіху проявляє помірну персистентність, тобто може долати деякі труднощі, але при виникненні серйозних перешкод може легко здатися. Вона прагне до високих стандартів, але не завжди наполегливо працює над їх досягненням. Її

мислення переважно позитивне, хоча періодичні сумніви у власних силах можуть виникати. Впевненість у собі в таких осіб є змінною, залежною від успіхів і невдач, а потреба у визнанні з боку інших є помірною. Вони зазвичай прагнуть професійного росту і вдосконалення своїх навичок, але не завжди систематично працюють над цим. Загалом, людина із середнім рівнем мотивації досягнення успіху здатна досягати своїх цілей і відчувати задоволення від своєї діяльності, хоча не завжди максимізує свій потенціал.

До ІІІ групи увійшли студенти з високим рівнем прояву мотивації досягнення (27,03% від загальної кількості досліджуваних). Особи з високим рівнем прояву мотивації досягнення успіху характеризуються сильним внутрішнім прагненням досягати високих результатів і постійно вдосконалюватися. Вони ставлять перед собою чіткі, амбітні цілі і розробляють детальні плани для їх досягнення. Такі люди володіють високим рівнем самомотивації, що дозволяє їм діяти незалежно від зовнішніх стимулів або обставин. Вони демонструють велику наполегливість, витривалість і здатність долати труднощі, не зупиняючись перед перешкодами. Особи з високою мотивацією досягнення успіху прагнуть досягати високих стандартів і встановлюють для себе амбітні вимоги. Їхнє мислення є позитивним, вони вірять у свої сили та можливості, і з оптимізмом дивляться на невдачі як на можливість для навчання та росту. Вони мають високу впевненість у собі і активно шукають визнання та схвалення з боку оточуючих, що додатково стимулює їх досягати ще більших висот. Такі особи постійно прагнуть до професійного росту, активно розвивають свої навички і знання, беруть участь у навчальних програмах та шукають нові можливості для самовдосконалення. Вони не тільки досягають своїх цілей, але й відчувають глибоке задоволення від своєї діяльності, що сприяє їхньому подальшому успіху та особистісному розвитку.

IV група складається з 8,11% досліджуваних з надто високим рівнем мотивації досягнення. Особи з надто високим рівнем прояву мотивації досягнення успіху характеризуються надмірним прагненням до досягнення

високих результатів, що може мати як позитивні, так і негативні наслідки. Надто висока мотивація досягнення успіху може спричиняти надмірну критичність до власних можливостей, коли людина ставить перед собою надмірно амбітні цілі і не задовольняється досягненнями, навіть якщо вони є значними. Це може призводити до постійного невдоволення собою та своїми результатами. Досліджуваний може зазнавати надмірного хвилювання і страху зазнати невдачі, що викликає в нього тривогу і стрес. Підсвідома зневіра у власних силах часто призводить до меншої готовності до ризику, оскільки страх перед можливими помилками стає надто сильним. Це створює особистісну скутість і обмежує людину в прийнятті важливих рішень та експериментах.

У результаті за надмірної мотивації до успіху людина може втрачати віру в те, що досягне бажаного, оскільки її вимоги до себе стають надто високими і нереалістичними. Це може призвести до виснаження, емоційного вигорання і зниження загального рівня задоволення від життя та діяльності. Надто висока мотивація може перешкоджати насолоджуватися процесом роботи і зосереджувати увагу виключно на кінцевому результаті, що також негативно впливає на психоемоційний стан особи.

Отже, для більшості досліджуваних осіб студентського віку характерний середній рівень прояву мотивації досягнення. Водночас, розподіл досліджуваних за рівнями прояву мотивації досягнення показав наявність чотирьох груп за проявом цієї мотиваційної тенденції.

3.3. Особливості прояву мотивації уникнення невдач

Мотивація уникнення невдач характеризується прагненням людини уникати ситуацій, які можуть призвести до провалу або негативної оцінки, що супроводжується страхом невдачі, уникненням ризиків та перевагою безпечних рішень. Цей тип мотивації зосереджується на зменшенні

можливих втрат і зусиль для збереження поточного стану, часто стримуючи ініціативність і інноваційність у досягненні цілей.

Результати дослідження особливостей прояву мотивації уникнення невдач у студентів представлені у табл. 3.2 та рис. 3.2.

Таблиця 3.2

Оцінка прояву мотивації уникнення невдач в студентському віці

Середній показник за вибіркою (М, бали)	Розподіл досліджуваних за рівнями прояву (%)			
	I група	II група	III група	IV група
	низький	середній	високий	дуже високий
10,88	40,54	35,14	21,62	2,70

I групу досліджуваних склали студенти з низьким рівнем прояву мотивації уникнення невдач (40,54% від загальної вибірки). Середній показник за вибіркою становить 10,88 балів, що відповідає низькому рівню, хоча цей числовий показник є граничним значенням між низьким та середнім рівнем прояву цієї мотиваційної тенденції.

Особа з низьким рівнем прояву мотивації уникнення невдач володіє рядом характерних рис та поведінкових особливостей, які сприяють їхньому успіху та ефективності. Така людина часто демонструє високу впевненість у своїх силах і здібностях, що дозволяє їй братися за складні та нові завдання без страху перед можливими невдачами. Вона відкрита до нових викликів і готова ризикувати, вбачаючи в цьому можливість для особистісного і професійного зростання. Крім того, така особа має високу стійкість до стресу та невдач, розглядаючи їх як природну частину процесу навчання і розвитку. Вона не боїться зробити помилку, адже вважає її важливим досвідом, що допомагає вдосконалюватися та вчитися. Така людина здатна швидко адаптуватися до змін, проявляючи гнучкість та креативність у вирішенні проблем. Особи з низьким рівнем прояву мотивації уникнення невдач часто

відзначаються високим рівнем ініціативності та активності. Вони прагнуть постійно покращувати свої навички та знання, шукаючи можливості для саморозвитку та самовдосконалення. Вони орієнтовані на досягнення результатів і не бояться амбітних цілей, оскільки впевнені в своїй здатності їх досягти. У соціальному аспекті такі особи часто є лідерами, здатними надихати та мотивувати інших, завдяки своєму позитивному ставленню до викликів та невдач. Вони здатні створювати сприятливе середовище для командної роботи, де кожен член команди відчуває підтримку і можливість вчитися на своїх помилках.

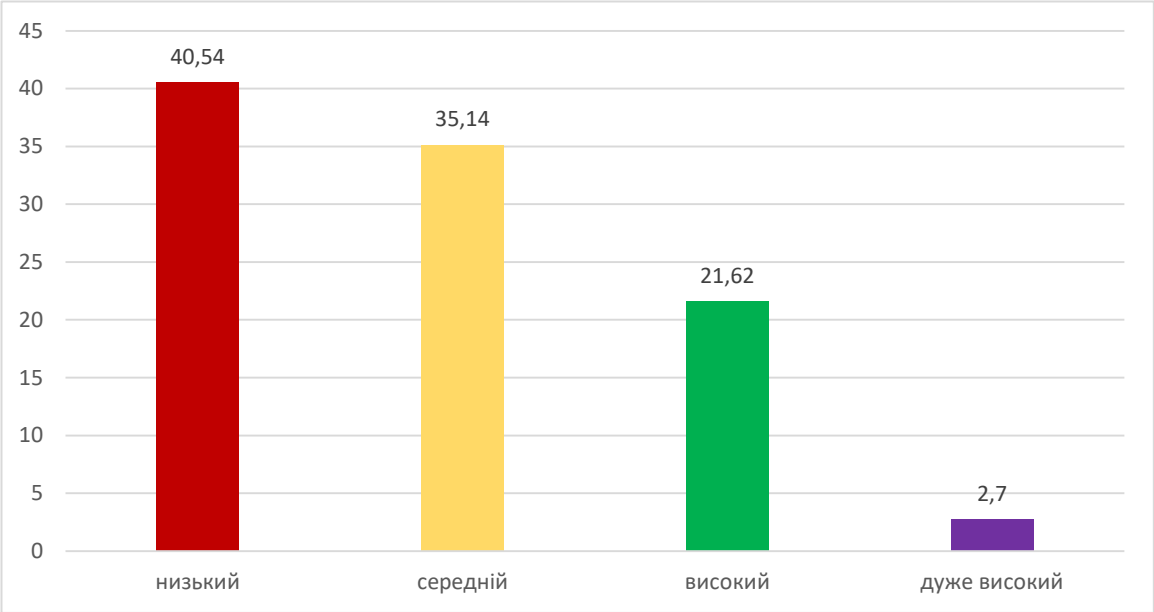


Рис. 3.2. Рівні прояву мотивації уникнення невдач в осіб студентського віку (%)

До ІІ групи досліджуваних увійшли студенти з середнім рівнем прояву мотивації уникнення невдач (35,14% від загальної кількості). Особа з середнім рівнем прояву мотивації уникнення невдач характеризується збалансованим підходом до викликів та рішень, поєднуючи прагнення до успіху з обережністю. Така людина розуміє важливість ризику для досягнення цілей, але також усвідомлює необхідність зважувати потенційні наслідки своїх дій, що допомагає уникати необґрунтованих ризиків та підвищує шанси на успіх. Така особа часто демонструє помірковану впевненість у своїх силах і здібностях. Вона не боїться братися за нові

завдання і готова приймати виклики, проте ретельно планує свої дії та аналізує можливі ризики. Вона схильна до детального планування і оцінки ситуації, що дозволяє їй мінімізувати ймовірність провалу і краще підготуватися до можливих труднощів. Особливістю таких людей є їхня здатність навчатися на власних і чужих помилках. Вони розглядають невдачі як частину процесу навчання і прагнуть отримати з них максимум корисного досвіду. Це допомагає їм вдосконалювати свої навички та стратегії, що в подальшому сприяє успіху в нових починаннях. У соціальному контексті люди з середнім рівнем мотивації уникнення невдач зазвичай мають позитивний вплив на оточуючих, оскільки їхній обережний підхід і виваженість створюють відчуття стабільності та надійності. Вони здатні підтримувати командний дух, поєднуючи ініціативність з відповідальністю, що робить їх цінними членами будь-якої команди. Завдяки своєму прагматичному підходу до ризику і невдач, ці люди вміють знаходити баланс між інноваційністю та стабільністю. Вони не бояться змін і готові до нових можливостей, але водночас прагнуть забезпечити успішне виконання своїх завдань за допомогою ретельного планування і аналізу.

III групу склали досліджувані з високим рівнем прояву мотивації уникнення невдач (21,62% від загальної кількості респондентів). Особа з високим рівнем прояву мотивації уникнення невдач характеризується значною обережністю у своїх діях та рішеннях, постійно прагнучі уникнути будь-яких ситуацій, що можуть призвести до невдачі чи негативної оцінки з боку інших. В основі її мотивації лежить страх перед провалом, який часто переважає над бажанням досягти успіху. Така людина намагається мінімізувати ризики та уникає невизначеності, віддаючи перевагу безпечним, перевіреним шляхам і методам. Така особа схильна до детального аналізу кожного кроку, перед тим як прийняти рішення, що іноді може призводити до паралічу аналізу та зволікання. Вона часто вагається перед прийняттям важливих рішень, намагаючись зважити всі можливі наслідки і підготуватися до найгірших сценаріїв. Це може обмежувати її здатність діяти швидко і

ефективно в умовах, що вимагають негайної реакції. У професійному середовищі така людина може демонструвати високу ретельність і педантичність у виконанні завдань, прагнучі уникнути помилок і недоліків. Вона може бути дуже відповідальною та надійною, однак її страх перед невдачами може стримувати її від прояву ініціативи та впровадження інновацій. Це може призводити до застою в її особистісному і професійному розвитку, оскільки вона уникає виходу за межі своєї зони комфорту. У соціальному аспекті люди з високим рівнем мотивації уникнення невдач можуть мати труднощі з прийняттям критики і часто сприймають її як особистий провал. Вони можуть уникати ситуацій, де потрібно висловлювати свою думку або приймати відповідальні рішення, побоюючись осуду або негативної оцінки з боку інших. Це може призводити до ізоляції або пасивної ролі у групових процесах. Однак, завдяки своїй обережності та прагненню уникнути помилок, такі люди можуть бути дуже цінними у ролях, що вимагають високого рівня точності та надійності. Вони добре справляються з завданнями, де потрібно дотримуватися встановлених стандартів і правил, забезпечуючи стабільність і якість виконання роботи.

IV групу склали особи з дуже високим рівнем прояву мотивації уникнення невдач (2,70% від загальної кількості досліджуваних). Ця група є найменшою за вибіркою. Особа з дуже високим рівнем прояву мотивації уникнення невдач характеризується надзвичайним страхом перед помилками та негативною оцінкою з боку інших. Цей страх є настільки сильним, що часто призводить до паралічу дій та хронічного уникнення будь-яких ризиків. Така людина постійно намагається захистити себе від можливих невдач і осуду, що змушує її обирати максимально безпечні і знайомі шляхи. У поведінці така особа демонструє надзвичайну обережність і нерішучість. Вона може уникати навіть тих завдань і ситуацій, де ризик мінімальний, через гіпертрофоване відчуття загрози провалу. Це проявляється у відмові від нових можливостей і викликів, які могли б сприяти її особистісному та професійному зростанню. Замість цього вона віддає перевагу стабільності та

передбачуваності, навіть якщо це заважає її розвитку та досягненню високих результатів. На роботі така людина може постійно відкладати важливі завдання, уникати відповідальності та нових проектів, що вимагають ризику або творчого підходу. Вона намагається виконувати лише ті завдання, які вже добре знайомі і не містять жодних несподіванок. Це може призводити до стагнації в кар'єрі, оскільки відсутність ініціативності та новаторства заважає їй рухатися вперед. У соціальному контексті така особа може уникати публічних виступів, дискусій і ситуацій, де її дії можуть бути піддані оцінці. Вона прагне залишатися в тіні, щоб уникнути можливих критичних зауважень або осуду. Це може призводити до ізоляції та обмеження соціальних контактів, оскільки страх перед негативною оцінкою робить її надзвичайно чутливою до думки інших.

Таким чином, за даними діагности, для більшості досліджуваних осіб студентського віку характерний низький рівень прояву мотивації уникнення невдач. Окрім цього, отримані результати також вказують на домінування мотивації досягнення успіху за вибіркою.

Отже, серед досліджуваних студентів переважає мотивація досягнення успіху. Це означає, що більшість студентів орієнтовані на досягнення своїх цілей, прагнуть до успіху та позитивних результатів. Вони активніше шукають можливості для самореалізації, готові приймати виклики і ризики, а також виявляють ініціативу в навчанні та інших сферах життя. З іншого боку, мотивація уникнення невдач у цих студентів проявляється меншою мірою. Це означає, що вони менш схильні до страху перед помилками та невдачами, меншою мірою уникають ризиків та нових завдань через побоювання зазнати провалу. Вони більше зосереджені на досягненні позитивних результатів, ніж на уникненні негативних. Загальна тенденція серед досліджуваних студентів свідчить про те, що вони більше орієнтовані на успіх та досягнення, ніж на уникнення невдач. Зазначене вказує на необхідність дослідження специфіки прояву соціального страху у осіб з різними рівнями мотивації досягнення успіху.

3.4. Специфіка прояву соціального страху у осіб з різними рівнями мотивації досягнення успіху

Соціальні страхи у осіб студентського віку часто пов'язані з великою кількістю соціальних взаємодій і високими очікуваннями від оточення. Студенти можуть відчувати страх перед публічними виступами, побоювання бути негативно оціненими викладачами або однолітками, тривогу щодо встановлення нових соціальних зв’язків та інтеграції в нові колективи. Такі страхи можуть також включати страх невдачі на іспитах, що часто супроводжується сильним стресом і тривогою.

Соціальні страхи в особистісній сфері у студентів можуть проявлятися як страх перед близькими стосунками та взаємодією з потенційними партнерами, оскільки вони побоюються бути відкинутими або неправильно зрозумілими. Ці страхи можуть викликати тривогу щодо відповідальності та самостійності, оскільки багато студентів вперше стикаються з необхідністю приймати важливі життєві рішення без підтримки родини. Вони також можуть відчувати страх перед майбутнім і невизначеністю щодо своїх життєвих планів, сумніваючись у своїх здібностях досягти поставлених цілей. Ці страхи можуть заважати розвитку здорових міжособистісних стосунків і загальному емоційному благополуччю особистості.

Результати дослідження соціальних страхів студентів представлені у табл. 3.3 та рис. 3.3.

Згідно з отриманими даними, домінуючим в студентському віці є страх невдачі та поразки (M=35,68 балів). Особи з таким видом страху часто проявляють тривожність і невпевненість у різних аспектах свого життя, включаючи академічну, соціальну та професійну сфери, а також особисте життя. В академічній сфері вони відчувають постійну тривогу перед іспитами, побоюються не скласти їх або отримати низьку оцінку, що може призводити до прокрастинації або надмірного перфекціоністського ставлення

до навчання. Вони також схильні постійно порівнювати себе з однокурсниками, боячись виявитися менш успішними або менш здібними.

В соціальній сфері такі особи уникають нових завдань або проєктів через страх не впоратися або зробити помилку. Вони можуть страждати від соціальної тривоги, що проявляється у вигляді фізичних симптомів, таких як почервоніння обличчя, що посилює їхній страх бути висміяними або негативно оціненими. Боязкість здатися невдахами у особистому житті змушує їх уникати романтичних стосунків через страх бути відкинутими або не виправдати очікування близьких людей чи партнера.

У професійній сфері вони часто не можуть сказати «ні» через страх викликати розчарування у інших або втратити можливості. Вони відчувають тривогу щодо своїх професійних навичок і компетенцій, бояться зробити помилку на роботі або виглядати некомпетентними. Постійне прагнення бути кращими, першими у всьому призводить до високого рівня стресу і тривоги. В особистісній сфері вони відчувають глибоку невпевненість у власній цінності та здібностях, сумніваючись у своїх можливостях досягти успіху. Ці страхи значно впливають на їхній психоемоційний стан, викликаючи хронічний стрес, тривогу і депресію.

Таблиця 3.3

Оцінка прояву соціальних страхів в осіб студентського віку

Соціальний страх	Показники прояву (бали)	Рівень прояву
Страх невдачі та поразки	35,68	високий
Страх неприйняття та пригнічення	19,85	середній
Страх втрати	17,7	низький
Страх самостійності	11,39	середній
Страх комунікації	14,24	низький

Страх неприйняття та пригнічення зафіксовано в досліджуваних на середньому рівні (М=19,85 балів). Особи з середнім рівнем прояву страху неприйняття і пригнічення зазнають помірної, але відчутної тривоги, що впливає на їхню поведінку та емоційний стан у різних сферах життя. Вони можуть почуватися невпевнено в ситуаціях, де їм потрібно взаємодіяти з іншими, особливо з авторитетними або референтними особами. Ці страхи включають страх критики, де вони побоюються отримати негативні відгуки про свою діяльність чи особистість, що може знижувати їхню мотивацію та самооцінку.

Страх бути відторгненим референтними особами змушує їх надмірно турбуватися про думку близьких людей, колег або друзів, що може призводити до уникання певних ситуацій або надмірного прагнення до схвалення. Вони також можуть боятися отримати відмову, що впливає на їхнє бажання ініціювати нові проекти або відстоювати свої ідеї. Перед авторитетними особами, такими як керівники чи викладачі, ці люди можуть відчувати значну тривогу, боячись виглядати непрофесійними або недостойними. Страх кримінального світу може проявлятися у вигляді уникання певних місць або людей, яких вони сприймають як потенційно небезпечних. Побоювання керівництва змушує їх уникати конфронтацій або відкритого вираження своїх думок у робочих ситуаціях, щоб не накликати на себе незадоволення начальства. Страх опинитися в секті пов'язаний з побоюванням втратити контроль над своїм життям або потрапити під вплив маніпулятивних груп.

Страх конфліктів і осуду змушує їх уникати відкритих суперечок або вираження незгоди, побоюючись негативної реакції з боку інших. Вони також можуть побоюватися виявитися непотрібними, що впливає на їхнє бажання бути корисними та значущими в очах інших. Нарешті, страх здатися оточуючим дурним змушує їх уникати ситуацій, де вони можуть виглядати некомпетентними або смішними, що може обмежувати їхню активність та соціальну взаємодію.

Страх втрати зафіксовано в респондентів на низькому рівні (М=17,7 балів). Зазначимо, що цей числовий показник знаходиться на границі між низьким та середнім рівнем прояву.

Особи з низьким рівнем прояву страху втрати загалом впевнені у своїх силах та здатні справлятися з викликами, що постають перед ними. Вони можуть мати деякі побоювання, але ці страхи не домінують у їхньому житті і не паралізують їхню активність або мотивацію. Наприклад, вони можуть мати певні побоювання щодо втрати роботи, але загалом впевнені у своїй здатності знайти нове місце працевлаштування, готові навчатися новому і підвищувати свої навички, щоб залишатися конкурентоспроможними на ринку праці.

В особистому житті вони цінують свої стосунки і сім'ю, але не живуть у постійному страху їх втратити, вірячи у свою здатність підтримувати здорові стосунки і вирішувати конфлікти. Вони можуть інколи турбуватися про фінансове становище або зовнішність, але це не є центральним у їхньому житті. Вони планують свої фінанси і дбають про своє здоров'я, але не дозволяють цим страхам визначати їхні рішення. Вони цінують свої соціальні зв’язки і роблять зусилля для підтримки дружби, але не живуть у страху залишитися самотніми, маючи впевненість у своїй здатності знайти нових друзів у разі необхідності та готові вирішувати житлові питання у разі виникнення проблем. Щодо контролю над власним життям та статусу, такі особи здатні приймати рішення і контролювати свою долю. Навіть якщо виникають труднощі, вони вірять у свою здатність адаптуватися і знаходити вихід із ситуації. Вони можуть дбати про свою репутацію і соціальний статус, але це не є головним джерелом їхньої тривоги. Вони впевнені у своїх здібностях і прагнуть досягати успіху, але не бояться можливих невдач і не дозволяють цим побоюванням стримувати їх.

Страх самостійності проявляється в студентів на середньому рівні (М=11,39 балів). Особи з середнім рівнем прояву страху самостійності зазнають певних труднощів у ситуаціях, де потрібно приймати самостійні

рішення та брати на себе відповідальність. Ці страхи можуть впливати на їхню поведінку та здатність досягати поставлених цілей, але вони не є настільки паралізуючими, щоб повністю заважати функціонуванню.

У професійній та академічній сферах вони можуть уникати прийняття важливих рішень або брати на себе відповідальні завдання через побоювання зробити помилку або не впоратися із завданням. Вони можуть сумніватися у своїх здібностях до опанування нових навичок або знань, що може призводити до відкладання або уникання навчання, але за наявності мотивації та підтримки вони здатні подолати ці страхи і успішно вчитися новому.

У соціальній сфері вони схильні уникати ризикованих ситуацій та вагатися при виборі друзів чи соціального оточення, побоюючись зробити неправильний вибір або бути відкинутими. Ці люди можуть відчувати дискомфорт при необхідності відстоювати свої права або висувати вимоги, але за певних обставин вони здатні висловлювати свої потреби і побажання. Також вони можуть відчувати тривогу перед великими життєвими змінами, такими як переїзд чи зміна роботи, але з підтримкою близьких людей і чітким планом дій вони здатні подолати ці страхи.

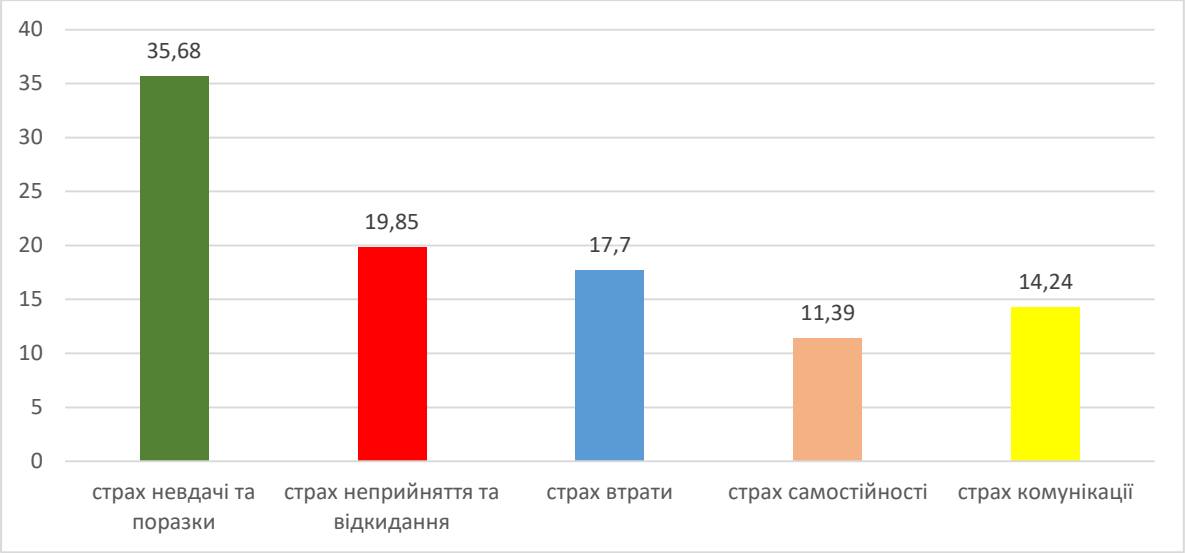


Рис. 3.3. Оцінка прояву соціальних страхів в осіб студентського віку

На низькому рівні в досліджуваних проявляється страх комунікації (М=14,24 балів). Особи з низьким рівнем прояву страху комунікації відчувають менш виражену тривогу у ситуаціях, пов'язаних з міжособистісними взаємодіями і виступами в громадських місцях. У міжособистісних взаємодіях вони можуть уникати ситуацій, де стають об'єктом загального зацікавлення, але це не перешкоджає їм у встановленні знайомств чи взаємодії в малих групах. Вони можуть відчувати дискомфорт у виявленні своїх емоцій перед іншими, але це не заважає їм у спілкуванні з близькими людьми чи друзями. Також вони можуть бути обережними у встановленні особистих меж у стосунках з іншими, але це не перешкоджає їм у побудові взаєморозуміння з оточуючими.

У громадських виступах вони можуть відчувати тривогу перед публічним виступом, але це не заважає їм виступати, особливо за наявності підготовки та підтримки. Вони можуть уникати ситуацій, де їхні дії або слова можуть бути спостережені публікою, але це не стає критичною перешкодою для їхнього функціонування у суспільстві.

Щодо страху нових контактів та байдужості, вони можуть відчувати тривогу перед можливістю бути ігнорованими чи не врахованими, але це не заважає їм вступати в нові соціальні контакти та будувати стосунки. Вони можуть бути обережними у вступі в нові соціальні взаємодії, але зазвичай здатні подолати ці страхи і встановлювати позитивні взаємини з новими людьми.

Отже, за загальною вибіркою, в досліджуваних студентів на високому рівні проявляється страх невдачі та поразки, на середньому рівні – страхи неприйняття, пригнічення та самостійності, а на низькому – страхи втрати та комунікації.

Відповідно до мети дослідження ми розрахували показники прояву соціальних страхів студентів відповідно до рівнів прояву мотивації досягнення, тобто за виділеними нами 4 групами досліджуваних. Результати представлені в табл. 3.4.

Таблиця 3.4

Прояв соціальних страхів студентів відповідно до рівнів мотивації досягнення

Страхи	Показники прояву соціальних страхів за рівнями мотивації досягнення (бали)			
	I група (низький рівень мотивації досягнення)	II група (середній рівень мотивації досягнення)	III група (високий рівень мотивації досягнення)	IV група (дуже високий рівень мотивації досягнення)
Страх невдачі та поразки	40,41 (високий рівень)	31,32 (високий рівень)	15,3 (низький рівень)	29,25 (середній рівень)
Страх неприйняття та пригнічення	43,06 (високий рівень)	20,8 (середній рівень)	7,04 (низький рівень)	19,11 (середній рівень)
Страх втрати	22,9 (середній рівень)	21,73 (середній рівень)	18,51 (низький рівень)	19,12 (середній рівень)
Страх самостійності	28,43 (високий рівень)	21,15 (високий рівень)	10,32 (низький рівень)	11,44 (середній рівень)
Страх комунікації	30,45 (середній рівень)	25,68 (середній рівень)	7,25 (низький рівень)	16,09 (середній рівень)

Розглянемо специфіку прояву соціальних страхів в осіб з низьким рівнем мотивації досягнення (I група). За даними діагностики встановлено, що в респондентів цієї групи на високому рівні проявляються страхи невдачі й поразки (M=40,41 балів), страх неприйняття та пригнічення (M=43,06 балів) та страх самостійності (M=28,43 балів). Інші види страхів проявляються на середньому рівні.

З метою перевірки припущення про те, що існують відмінності у прояві соціальних страхів в залежності від рівня мотивації досягнення успіху, було використано кореляційний аналіз за Карлом Пірсоном. Кореляція за Пірсоном (r) вимірює силу і напрямок лінійної залежності між двома змінними, приймаючи значення від -1 до 1, де значення -1 вказує на ідеальну

негативну лінійну залежність, 1 - на ідеальну позитивну лінійну залежність, а 0 означає відсутність зв'язку.

В ході кореляційного аналізу ми встановили, що низький рівень мотивації досягнення успіху має позитивні зв’язки з усіма досліджуваними типами соціальних страхів:

- страх невдачі й поразки (r=0,851 при p≤0,01);
- страх неприйняття та пригнічення (r=0,733 при p≤0,01);
- страх втрати (r=0,289 при p≤0,05);
- страх самостійності (r=0,647 при p≤0,01);
- страх комунікації (r=0,383 при p≤0,01).

Це означає, що особи з низьким рівнем мотивації досягнення успіху частіше відчувають різні види соціальних страхів. Позитивні зв’язки вказують на те, що коли мотивація досягнення успіху знижується, інтенсивність соціальних страхів, таких як страх невдачі, страх неприйняття, страх пригнічення, страх втрати, страх самостійності та страх комунікації, зростає. Іншими словами, чим менше досліджувані студентського віку мотивовані досягати успіху, тим більше вони схильні до цих соціальних страхів.

Розглянемо специфіку прояву соціальних страхів в осіб з середнім рівнем мотивації досягнення (ІІ група). За даними діагностики встановлено, що в респондентів цієї групи на високому рівні проявляються страхи невдачі й поразки (М=31,32 балів) та страх самостійності (М=21,15 балів). Інші види страхів проявляються на середньому рівні.

Кореляційний аналіз дозволив встановити, що середній рівень мотивації досягнення успіху має значущі зв’язки з такими типами соціальних страхів:

- страх невдачі й поразки (r=0,403 при p≤0,01);
- страх самостійності (r=0,461 при p≤0,01).

Це означає, що за результатами кореляційного аналізу було виявлено значущу взаємозалежність між середнім рівнем мотивації досягнення успіху і двома типами соціальних страхів: страхом невдачі й поразки, а також страхом самостійності. Іншими словами, люди з середнім рівнем мотивації досягнення успіху мають помітний зв'язок із цими соціальними страхами. Це може означати, що ті, хто має середню мотивацію досягати успіху, певною мірою схильні відчувати страх перед невдачею та поразкою, а також страх перед необхідністю бути самостійними. Ці страхи можуть впливати на їхню мотивацію та поведінку у ситуаціях, що вимагають досягнення успіху або прийняття відповідальності за власні дії.

Розглянемо специфіку прояву соціальних страхів в осіб з високим рівнем мотивації досягнення (III група). За даними діагностики встановлено, що в респондентів цієї групи всі види страхів проявляються на низькому рівні: страх невдачі й поразки (M=15,3 балів), страх неприйняття та пригнічення (M=7,04 балів), страх втрати (M=18,51 балів), страх самостійності (M=10,32 балів), страх комунікації (M=7,25 балів).

За результатами кореляційного аналізу ми встановили, що високий рівень мотивації досягнення успіху має негативні (обернені) зв'язки з усіма досліджуваними типами соціальних страхів:

- страх невдачі й поразки ($r=-0,507$ при $p\leq0,01$).
- страх неприйняття та пригнічення ($r=-0,802$ при $p\leq0,01$);
- страх втрати ($r=-0,375$ при $p\leq0,01$);
- страх самостійності ($r=-0,293$ при $p\leq0,05$);
- страх комунікації ($r=-0,784$ при $p\leq0,01$).

Тобто, за результатами кореляційного аналізу було виявлено негативні (обернені) зв'язки між високим рівнем мотивації досягнення успіху і різними типами соціальних страхів. Негативні кореляційні коефіцієнти (r) вказують на те, що зі зростанням мотивації досягнення успіху зменшується інтенсивність всіх досліджуваних соціальних страхів. Таким чином, високий рівень мотивації досягнення успіху сприяє зниженню різних видів

соціальних страхів, що може позитивно впливати на поведінку і емоційний стан особистості студентського віку.

Розглянемо специфіку прояву соціальних страхів в осіб з надто високим рівнем мотивації досягнення (IV група). За даними діагностики встановлено, що в респондентів цієї групи всі види страхів проявляються на середньому рівні: страх невдачі й поразки (M=29,25 балів), страх неприйняття та пригнічення (M=19,11 балів), страх втрати (M=19,12 балів), страх самостійності (M=11,44 балів), страх комунікації (M=16,09 балів).

Кореляційний аналіз дозволив зафіксувати значущі зв'язки між надто високим рівнем мотивації досягнення успіху та такими типами соціальних страхів:

- страх невдачі й поразки ($r=0,526$ при $p\leq0,01$).

- страх неприйняття та пригнічення ($r=0,257$ при $p\leq0,05$).

Отже, кореляційний аналіз виявив значущі зв'язки між надто високим рівнем мотивації досягнення успіху і певними соціальними страхами, а саме: страхом невдачі й поразки та страхом неприйняття та пригнічення. Це може свідчити про те, що коли мотивація досягнення успіху стає надмірно високою, вона може супроводжуватися підвищеним рівнем цих соціальних страхів. Іншими словами, особи, які мають надто сильне прагнення досягати успіху, можуть більше боятися невдач і поразок, а також відчувати страх неприйняття і пригнічення. Це може бути пов'язано з тим, що надмірна мотивація створює високий тиск на людину, збільшуючи тривожність і страх перед можливими невдачами та соціальними наслідками.

Виходячи з результатів проведеного дослідження та кореляційного аналізу, можна зробити висновок, що високий рівень мотивації досягнення успіху є оптимальним для зниження різних типів соціальних страхів. Негативні (обернені) зв'язки між високою мотивацією досягнення успіху і соціальними страхами вказують на те, що зі зростанням мотивації зменшується інтенсивність страху невдачі й поразки, страху неприйняття та пригнічення, страху втрати, страху самостійності та страху комунікації. Це

свідчить про те, що високий рівень мотивації досягнення успіху може допомогти людині ефективніше долати ці страхи, сприяючи покращенню емоційного здоров'я та загальної якості життя. Відтак, такий рівень мотивації можна вважати оптимальним для підтримання психологічного благополуччя та успішної соціальної адаптації.

Припущення про те, що соціальні страхи характеризуються віковою специфікою в період студентства; існують відмінності у прояві соціальних страхів в залежності від рівня мотивації досягнення успіху, було підтверджено.

Перспективним напрямом розвитку наукової проблематики вважаємо дослідження прояву соціальним страхів в студентському віці з урахуванням гендерного аспекту; розробку програми з оптимізації прояву соціальних страхів в студентської молоді.

ВИСНОВКИ

1. Страх є емоційним психічним станом, який базується на інстинкті самозбереження і виконує захисну функцію. Він супроводжується психологічними та фізіологічними проявами, які сигналізують про небезпеку для біологічного та соціального існування індивіда. Соціальні страхи формуються під впливом соціально-психологічних стимулів, які є невід'ємною частиною процесу соціалізації. Особливість соціальних страхів виявляється у їх опосередкованому характері, коли об'єкти, що викликають страх, не мають можливості безпосередньо завдати шкоди людині, а також у їх широкому поширенні. Соціальний страх характеризується як еволюційно сформована поведінкова схильність адаптивного характеру, що є результатом соціалізації особистості, детермінується об'єктивними та суб'єктивними чинниками і носить ситуативний та особистісний характер. Соціальний страх, як складний феномен, впливає через емоційно-чуттєву сферу на поведінкові стратегії особистості. Він обмежує її здатність до самореалізації, значно скорочує соціальну активність та сприяє схильності до ізоляції. Під впливом внутрішніх емоційних переживань особистість прагне уникати потенційно травматичних ситуацій, що призводить до обмеження її соціальної діяльності.

2. Соціальний страх виявляє свої прояви на різних вікових етапах життя, оскільки кожен віковий період особистості є вразливим до виникнення та розвитку певних типів страхів. Студентський вік характеризується інтенсивним дозріванням особистості, переоцінкою цінностей і мотивації поведінки, формуванням якостей характеру та інтелекту, активним етико-моральним розвитком. На підставі аналізу наукової літератури щодо соціальних страхів та врахування соціальної ситуації розвитку особистості студентського віку, було три групи соціальних страхів в студентському віці: 1) взаємини, комунікація: (страх тісних особистісних взаємин; страх соціальної (групової) ізоляції; страх самотності

(страх комунікації; боязнь конфліктів; страх виявити власні почуття); 2) праця (навчання), соціум : (страх втратити соціальний статус, гідність; страх перед злочинним світом (напад, зґвалтування, пограбування, тероризм); страх втратити роботу або місце навчання, соціальний статус; страх підлеглості / керівництва); 3) власне Я: (страх невдачі, провалу; страх критики, оцінки; страх власної неповноцінності; страх безглуздя існування, страх за власне майбутнє).

3. Різноманітність мотивів людської діяльності визначається різноманітністю комбінацій думок і відчуттів у людини. Тобто, чим більше зацікавленість у справі відчуває особа, тим сильніше прагнення виконати її на високому рівні. У людини існують два основні мотиви, пов'язані з діяльністю, спрямовану на досягнення успіху: мотив досягнення успіхів і мотив уникнення невдач. Мотивація та емоції тісно пов'язані між собою і взаємодіють, оскільки вони представляють два аспекти процесу регулювання поведінки. Емоція в системі регуляції діяльності може розглядатися як активатор і як наслідок мотивації. Емоційна оцінка допомагає людині чіткіше розуміти свої цілі та їх значущість; позитивні емоції, такі як радість або інтерес, стимулюють енергію і впливають на активізацію людини. Окрім цього, якість виконання діяльності залежить від інтенсивності мотивації: занадто високий рівень мотивації може призвести до зниження продуктивності через збільшення напруги, тривожності та стресу.

4. Результати емпіричного дослідження показали, що для більшості досліджуваних осіб студентського віку характерний середній рівень прояву мотивації досягнення. Водночас, розподіл досліджуваних за рівнями прояву мотивації досягнення показав наявність чотирьох груп за проявом цієї мотиваційної тенденції (від низького до надто високого рівня). За даними діагности, для більшості досліджуваних осіб студентського віку характерний низький рівень прояву мотивації уникнення невдач. Окрім цього, отримані результати також засвідчили домінування мотивації досягнення успіху за вибіркою.

Вивчення особливостей прояву соціальних страхів показало, що за загальною вибіркою в досліджуваних студентів на високому рівні проявляється страх невдачі та поразки, на середньому рівні – страхи неприйняття, пригнічення та самостійності, а на низькому – страхи втрати та комунікації. Відповідно до мети дослідження було розраховано показники прояву соціальних страхів студентів відповідно до рівнів прояву мотивації досягнення (за 4 групами досліджуваних).

За результатами кореляційного аналізу зроблено висновок про те, що високий рівень мотивації досягнення успіху є оптимальним для зниження різних типів соціальних страхів. Негативні (обернені) зв'язки між високою мотивацією досягнення успіху і соціальними страхами вказують на те, що зі зростанням мотивації зменшується інтенсивність страху невдачі й поразки, страху неприйняття та пригнічення, страху втрати, страху самостійності та страху комунікації. Припущення про те, що соціальні страхи характеризуються віковою специфікою в період студентства; існують відмінності у прояві соціальних страхів в залежності від рівня мотивації досягнення успіху, було підтверджено.

Перспективним напрямом розвитку наукової проблематики вважаємо дослідження прояву соціальним страхів в студентському віці з урахуванням гендерного аспекту; розробку програми з оптимізації прояву соціальних страхів в студентської молоді.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адлер А. Індивідуальна психологія як шлях до пізнання та самопізнання людини. Київ : Наука жити, 1997. 357 с.

2. Андрущенко В., Савельєв В. Освітня політика (огляд порядку денного). Київ : МП Леся, 2010. 368 с.

3. Артем'єв В. О. Стан страху та його роль у правоохоронній діяльності працівників ОВС : дис. … канд. психол. наук : 19.00.06. Харків, 2003. 187 с.

4. Бабарикіна І. Теоретичний аналіз наукових досліджень проблеми страхів у психолого-педагогічній літературі. *Вісник інституту розвитку дитини*. Серія : Філософія. Педагогіка. Психологія : збірник наукових праць. Вип. 13 / редкол. В. П. Андрущенко (голова). Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2011. С. 133-139.

5. Бацилєва О. В., Резніченко О. Особливості психодіагностики страхів у дорослому віці. *Габітус*. 2020. Вип. 20. №6. С.145-152. DOI : https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.20.11

6. Берн Е. Ігри, в які грають люди. Люди, які грають в ігри. Київ : Форс Україна, 2022. 576 с.

7. Большакова Т.В., Большакова А.М. Професійні самоекспектації та мотивація досягнення студентів музично-виконавських спеціалізацій. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. 2018. Вип. 5. Т. 2. С. 77–82.

8. Будак В., Олексюк О. Особливості студентської молоді як суб'єкта освітнього простору університету. *Науковий вісник МНУ імені В.О. Сухомлинського*. Педагогічні науки. № 4 (63), 2018. С.34-42.

9. Буняк Т. А. Теоретико-методологічний аналіз категорії страха в психології. *Наука і освіта*, 2002. №5. С. 5 – 7.

10. Венгер О. П. та ін. Мотивація досягнення як важливий чинник успішного професійного становлення студентів-медиків / О. П. Венгер, Т. П. Гусєва, Ю. І. Мисула, Л. М. Сас, О. Є. Смашна, В. С. Білоус, О. О. Люта, Я. М. Несторович. *Медична освіта*. 2018. № 4. С. 31-35. DOI : https://doi.org/10.11603/me.2414-5998.2018.4.9388

11. Викладач – студент : психологія міжособистісних взаємодій : навчально-методичний посібник / І.С. Булах, Л.В. Долинська; МОН України. НПУ ім. М.П. Драгоманова. Київ : НПУ, 2005. 105 с.

12. Вітвицька С. С. Основи педагогіки вищої школи : методичний посібник для студентів магістратури. Київ : Центр навчальної літератури, 2003. 316 с.

13. Гацелюк О. С. Мотивація досягнення успіху сучасних студентів ВНЗ. *Актуальні проблеми психології в закладах освіти*, №7, 2022. С. 65-69. DOI : https://doi.org/10.31812/psychology.v7i.7260

14. Головатий М. Молодіжна політика в Україні: проблеми оновлення. Київ : Наукова думка, 1993. 237 с.

15. Горні К. Невротична особистість нашого часу (The Neurotic Personality of our Time), 1937. / пер. з англ. Philosophical arkiv, Nyköping (Sweden), 2016. 186 с.

16. Горохова Л. Соціальні страхи в глобалізованому світі. *Епістемологічні дослідження в філософії, соціальних і політичних науках*, №2 (22), 2012. С. 149-154.

17. Горохова Л. В. Страх як екзістенціал буття сучасної людини. *Вісник Житомирського державного університету*. Вип. 53. Житомир, 2010. С. 33 – 36.

18. Гринчук О.І., Луців С.І. Вплив соціальних страхів на самоефективність особи у ранньому юнацькому віці. *Інтеграція освіти, науки та бізнесу в сучасному середовищі: зимові диспути* : тези доп. І Міжнародної науково-практичної інтернет-конференції, 6-7 лютого 2020 р. Дніпро, 2020. Т.1. 561 с.

19. Гузенко В. А. Особливості переживання соціального страху з різними рівнями мотивації досягнень у юнацькому віці : дис. … канд. психол. наук : 19.00.07. Одеса, 2009. 246 с.

20. Джеймс В. Прагматизм ; пер. з англійської Павло Насада. Київ : Альтернативи, 200. 144 с.

21. Дурманенко О. О. Ризики та безпека в житті сучасної людини : соціально-філософський аналіз. *Науковий вісник Волинського національного університету імені Лесі Українки*. Луцьк, 2011. Вип. 24. С. 88-93.

22. Завірюха В.В. Психологічні особливості розвитку мотивації досягнень у підлітковому віці. *Актуальні проблеми психології* : Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. Том. V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. Вип.18. С. 72-82.

23. Зайцева О.О. Теоретичне обґрунтування змістової моделі мотиваційних чинників метакогнітивної активності студентів та методи їх вивчення. *Харківський осінній марафон психотехнологій* : матеріали наук.-практ. конф., м. Харків, 28 жовт. 2018 р. Харків, 2018. С. 174–176.

24. Занюк С. С. Психологія мотивації. Київ : Либідь, 2002. 304 с.

25. Зонова О. І. Сутність феномену страху особистості в історичному екскурсі філософії та психології. *Збірник наукових праць інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України.* Київ, 2007. Т. 7, вип. 10. С. 122 – 130.

26. Калашнікова Л.В. Соціальні страхи та тривожність як суб'єктивні індикатори безпеки життєдіяльності: аналіз емпіричних даних. *Вісник Львівського університету*. Серія соціологічна. 2019. Випуск 13. С. 60-71. DOI : http://dx.doi.org/10.30970/vso.2019.13.07

27. Кияшко Д. Ю. Психологічні умови подолання страхів в юнацькому віці : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2014. 20 с.

28. Коваленко А., Денісова Д. Страх як засіб маніпулювання свідомістю в засобах масової інформації. *Світогляд – Філософія – Релігія* : Зб. наук. пр. Суми : ДВНЗ «УАБС НБУ», 2012. Вип. 2. С. 43-51.

29. Колчигіна А.В. Навчальний стрес студентів з різним мотиваційним потенціалом досягнення. *News of Science and Education*. №4 (6), 2017. С. 40-42.

30. Косік В. В. Особистісні страхи призовників та їх психодіагностика : дис. … канд. психол. наук : 19.00.01. Київ, 2001. 207 с.

31. Кремень В. Філософія національної ідеї. *Людина. Освіта. Соціум*. Київ : Грамота, 2007. 576 с.

32. Кухарський С.А. Феномен страха: соціокультурні репрезентації : дис. … канд. філософ. наук : 09.00.04. Харків, 2007. 221 с.

33. Левченко Т.І. Мотивація суб'єкта в різних видах діяльності : монографія. Вінниця : Нова Книга, 2011. 448 с.

34. Маслоу А. Нові кордони людської природи. URL : http://psychologis.com.ua/abraham_maslou.htm

35. Мацокін А.П. Теоретичні основи управління процесом соціалізації студентської молоді. *Державне будівництво* : електрон. наук. фах. вид. / Харк. регіонал. ін-т держ. упр. Нац. акад. держ. упр. при Президентові України. Харків, 2008. №2. URL : http://kbuapa.kharkov.ua/e-book/db/2008-2/doc/1/10.pdf

36. Методи дослідження особистості : методичний посібник / Л. В. Долинська ; НПУ ім. М.П. Драгоманова. Київ : НПУ, 2003. 53 с.

37. Мовчан М. М. Страх як важливий екзистенціал буття людини: історико-філософський аспект. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 7 : Релігієзнавство. Культурологія. Філософія : збірник. Вип. 23 (36) / редкол. В.П. Андрущенко (голова). Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2010. С.98-104.

38. Мовчан М. М. Страх як проблема буття людини в соціальному середовищі : монографія. Полтава : ПУЕТ, 2019. 356 с.

39. Осадько О. Ю. Технології психологічного консультування Київ : Ред. загальнопед. газ., 2005. 128 с.

40. Основи психологічного консультування та психологічної корекції / Долинська Л.В., Мельничук О.Б. Київ : НПУ ім. М.П. Драгоманова, 2004. 76 с.

41. Остапчук О. Теоретичні аспекти вивчення проблеми страху. *Вісник дніпропетровського університету*. Педагогіка і психологія. № 21, 2013. DOI : http://dx.doi.org/10.15421/1013115

42. Павлик О. Розвиток мотивації досягнення успіху. Як показник успішності. Тези доповіді. №21, Харків, 2015. С. 21. URL : https://kpi.kharkov.ua/archive/MicroCAD/2015/S20/2015_5_Tezisy_sbornik_part4_2015_21.pdf

43. Петрова А.С. Особливості психокорекції соціальних страхів у студентів : дис. канд. психол. наук :19.00.07. Київ, 2015. 232 с.

44. Петрученя Г.Г. Студентська молодь другої половини XX – початку XXI ст. У фокусі історично-педагогічного дослідження: конкретизація поняття. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах* : зб. наук. пр. Запоріжжя. 2013. Вип. 28. С. 30–34.

45. Прикладна психодіагностика в Національній гвардії України: метод. посіб. / Колесніченко О. С. та ін.; за заг. ред. проф. І. І. Приходька. Харків : НАНГУ, 2020. 388 с.

46. Приходько Ю. О., Юрченко В. І. Психологічний словник-довідник: навчальний посібник. Київ : Каравела, 2012. 328 с.

47. Прядко Н. О. Мотивація досягнення як детермінанта успіху в професійній діяльності особистості. *Вісник*. 2015. № 127. С. 177–180.

48. Савченко С.В. Соціалізація студентської молоді за умов регіонального освітнього простору. Луганськ : Альма Матер, 2003. 406 с.

49. Савчин М.В., Василенко Л.П. Вікова психологія. 3-тє видання, перероблене, доповнене. Київ : ВЦ Академія, 2017. 384 с.

50. Семиченко В. А. Психічні стани. Київ : Магістр-S, 1998. 208 с.

51. Сергєєнкова О.П. Вікова психологія. Київ : Центр учбової літератури, 2019. 376 с.

52. Сердюк Л.З. Діагностика спрямованості мотивації учіння студентів у ВНЗ. *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В.О. Сухомлинського: збірник наукових праць*. Миколаїв : МНУ імені В.О. Сухомлинського, 2014. Вип. 2.12(103). С. 163-168.

53. Сіренко Т. А. Страх як деструктивний вияв психіки. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 12 : Психологічні науки. Вип. 29. Київ : Вид-во НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2010. С. 435-441.

54. Скляренко О. М. Психологічні детермінанти та психокорекція шкільних страхів у молодших школярів: дис. … канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2005. 246 с.

55. Скориніна-Погребна О.В. Студентська молодь як потенційна економічна еліта суспільства. *Український соціум*. №1 (32). Київ, 2010. С. 83-91.

56. Скрипченко О. В., Долинська Л. В., Огороднійчук З. В. Вікова та педагогічна психологія. Київ : Просвіта, 2001. 416 с.

57. Сучасний психолого-педагогічний словник / авт. кол. за ред. О.І. Шапран. Переяслав-Хмельницький : Домбровська Я. М., 2016. 473 с.

58. Сучасні уявлення про роль почуття страха у формуванні поведінки людини / сост. А. Г. Романовский, В. А. Друзь, Ма Шуин, Джан Тан. Харків : НТУ «ХПИ», 2007. 188 с.

59. Терлецька Л., Кухар І. Взаємозв'язок страхів, фобій, тривожності із самоставленням особистості. *Вісник Київського національного університету імені Тараса Шевченка*. № 1(11), 2020. С. 57-63. DOI : https://doi.org/10.17721/BSP.2020.1(11).11

60. Тимошенко В. М. Психологічні особливості формування мотивації досягнення майбутніх учителів (на матеріалі вивчення іноземної мови) : автореф. дис… канд. психол. наук: 19.00.07 ; Національний педагогічний ун-т ім. М.П. Драгоманова. Київ, 2001. 21с .

61. Томчук С. М. Генеза негативних психічних станів молодших школярів та їх корекція : дис. … канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2006. 200 с.

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

63. Туренко О. С. Страх : спроба філософського усвідомлення феномена. Київ : Парапан, 2006. 216 с.

64. Туркот Т. І. Педагогіка вищої школи: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Київ : Кондор, 2011. 628 с.

65. Фединяк Е. Т. Страх як ланка зворотної афферентації стресової дії середовища. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова*. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : сбірник. Вип. 5. Київ : НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2010. С. 89 – 92.

66. Федорчук С., Петровська Т., Хмельницька І. та ін. Вплив мотивації досягнення успіху та уникнення невдач на властивості уваги кваліфікованих гандболісток / Федорчук С., Петровська Т., Хмельницька І, Арнаутова Л., Когут І., Петрушевський Є. *Спортивна медицина, фізична терапія та ерготерапія*. 2023. С. 33-38. DOI : https://doi.org/10.32652/spmed.2022.2.33-38

67. Форостюк І. В. Розвиток творчого потенціалу студентської молоді засобами українського народного мистецтва : автореф. дис.. … канд.. пед.. наук : 13.00.07. Луганськ, 2010. 24 с.

68. Фройд З. Вступ до психоаналізу. Переклад з німецької: Петро Таращук. Київ : Основи, 1998. 709 с.

69. Фромм Е. Втеча від свободи / пер. з англ. М. Яковлєв. Харків : «КСД», 2019. 288 с.

70. Фромм Е. Мистецтво любові / пер. з англ. В. І. Кучменко. Харків : «КСД», 2017. 192 с.

71. Халік О. О. Тривожність як чинник дезадаптації практичних психологів-початківців: дис. … канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2010. 213 с.

72. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. Харків : Прапор, 2007.640 с.

73. Шевченко Н.Ф. Консультування дорослих і дітей з проблем переживання страхів. *Індивідуальне психологічне консультування*: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів. Запоріжжя : Запорізький національний університет, 2014. С. 93-107.

74. Юнг К.Г. Людина та її символи. Київ : Центр навчальної літератури, 2022. 436 с.

75. Ющенко І.М. Зміни у ієрархічній структурі актуальних страхів молоді у контексті викликів сучасного світу. *Вчені записки ТНУ імені В.І. Вернадського.* Серія: Психологія. Том 32 (71). № 6, 2021. С.14-18. DOI : https://doi.org/10.32838/2709-3093/2021.6/03

76. Яценко Т. С. Теорія і практика групової психокорекції : Активне соціально-психологічне навчання : навч. посібник. Київ : Вища школа, 2004. 679 с.

77. Atkinson, J.M. An introduction to motivation. New-York. : van Nostrand, 1964. 344 p.

78. Bandura A. Social learning theory. Prentice-Hall. 1977.

79. Bowlby J. Psychopathology of anxiety. *Britieh J. of Psychiatry. Studies of anxiety*. M. H. Lader (ed.). London, 1969. jan. 3. P. 80-86.

80. Cicchetti D. Reflections on Carroll Izard's Contributions: Influences on Diverse Scientific Disciplines and Personal Recollections. *Emotion Review*. Vol. 7, iss. 2. 2015. P. 104-109.

81. Dunsmoor J., Åhs F., LaBar K. Neurocognitive Mechanisms of Fear Conditioning and Vulnerability to Anxiety. *Frontiers in Human Neuroscience*. №5. 35, 2011. DOI : https://doi.org/10.3389/fnhum.2011.00035

82. Edgcumbe R. Anna Freud: a view of development, disturbance and therapeutic techniques. London : Routledge. 2000.

83. Ericson E. H. Identify development from adolescence to adult-hood: An extension of theory and a review. *Development Physiology*. 1982. V. 18. № 3. pp. 341-358.

84. Erikson E. H. Identity, youth and crisis. New York : W. W. Norton Company, 1968. 336 p.

85. Heckhausen H. The Anatomy of achievement motivation. New York : Academic Press, 1967. 215 p.

86. Izard C. E. The Psychology of Emotions. New York : Plenum Press, 1991. DOI : http://dx.doi.org/10.1007/978-1-4899-0615-1

87. Karter R. M. Men and Women of the Corporation. N.Y. : Pergamon Press, 1977. 168 p.

88. LeDoux J. The emotional brain: The mysterious underpinnings of emotional life. New York : Touchstone Books. 1996. 334 p.

89. Li Y., Zhi W., Qi B., Wang L., Hu X. Update on neurobiological mechanisms of fear: illuminating the direction of mechanism exploration and treatment development of trauma and fear-related disorders. *Front Behav Neurosci*. 2023. DOI : http://dx.doi.org/10.3389/fnbeh.2023.1216524

90. Maddox S., Hartmann J., Ross R., Ressler K. Deconstructing the Gestalt: Mechanisms of Fear, Threat, and Trauma Memory Encoding. *Neuron*. №102. 2019. P. 60-74. DOI : http://dx.doi.org/10.1016/j.neuron.2019.03.017

91. McClelland D. C. The Achieving Society. 1961.

92. McClelland D. C. Human motivation. Cambridge University Press. 1987.

93. Miller M., Clark J., Jehle A. Cognitive Dissonance Theory (Festinger). 2015. DOI : http://dx.doi.org/10.1002/9781405165518.wbeosc058.pub2

94. Murray A.H. Explorations in Personality. Oxford University Press, 2007. 816 p.

95. Popovych I. ., Rodchenkova I. ., Lukjanchenko M. ., Yurkiv Y. ., Bilous R. ., Shevchenko N. ., Hoian I. . Anxiety as a multifaceted phenomenon within the motivational orientation of junior athletes. *Journal of Physical Education and Sport*. 2024. T. Vol. 24 (issue 3). № Art 63. P. 521-532.

96. Reeve J. Understanding Motivation and Emotion (7th ed.). Wiley, 2018.

97. Riemann F. Anxiety. Using Depth Psychology to Find a Balance in Your Life (translated by Greta Dunn), Munich / Basel : Ernst Reinhardt. 2008, 220 p.

98. Rolls E. T. The brain and emotion. Oxford : Oxford University Press, 1999. 266 p.

99. Stein M. B., Sherbourne C. D., Bystritsky A., Craske M. G. Quality of Care for Primary Care Patients with Anxiety Disorders. *American Journal Psychiatry*. 2004. Vol. 161, №12. P. 2230-2237.

ДОДАТКИ

Додаток А

Методика «Соціальні страхи»

Інструкція. Вашій увазі пропонується опис різних соціальних страхів, котрі часто зустрічаються у наших сучасників. Будь ласка, намагайтеся оцінити, як часто вони зустрічаються у Вас балами від 0 до 5. Цифри занесіть в таблицю бланку.

0 – такого страху у мене ніколи не було

1 – напевно, такі думки у мене були, але конкретної ситуації пригадати не можу

2 – дуже рідко мною переживається такий страх

3 – безумовно буває таке побоювання, але не часто

4 – мені часто доводиться відчувати такі побоювання

5 – такий страх присутній в моєму житті завжди

1. Страх опинитися без роботи та не мати можливості знайти іншу.
2. Побоювання опинитися серед жорстоко і постійно критикуючи мене людей.
3. Страх іспитів, важливих співбесід і т.і., через можливу невдачу.
4. Побоювання опинитися в центрі уваги оточуючих.
5. Побоювання брати на себе відповідальність не лише за себе, але і за інших людей.
6. Острах, що я можу з якоїсь причини втратити свою сім'ю.
7. Страх бути відторгненим значимими або необхідними для мене людьми.
8. Страх, що в різних ситуаціях я виявлюсь гіршим за інших.
9. Страх відверто висловлювати свої реальні почуття, емоції та думки.
10. Страх розпочати навчатися чомусь новому, що я абсолютно не уявляю, як робити.
11. Страх, що моє кохання вичерпається, а кохана людина від мене піде.
12. Страх, що в важливій ситуації у відповідь на прохання, я отримаю відмову.

13. Побоювання нових справ, де мене може чекати неуспіх.

14. Страх втратити дистанцію у спілкуванні з людьми, з якими це неприпустимо.

15. Страх ризикувати в різних ситуаціях, коли таке буває в край необхідно.

16. Страх втратити гроші та цінні речі, з причини інфляції, крадіжки, власної неуважності.

17. Страх перед авторитетними особистостями, які пригнічують мене.

18. Страх в абсолютно невідповідний момент почервоніти.

19. Побоювання виступати перед аудиторією.

20. Страх вибирати оточуючих, з якими саме мені хочеться спілкуватися, проводити час, займатися якою-небудь справою.

21. Побоювання втратити красу або зовнішню привабливість, що буває важливим при спілкуванні з малознайомими людьми.

22. Страх кримінального світу, котрий може стати повністю неконтрольованим.

23. Побоювання здатися неповноцінним оточуючим людям, т.я. не зумів проявити себе.

24. Страх робити щось публічно, наприклад, працювати у всіх на виду або спілкуватися по телефону в присутності інших людей.

25. Побоювання висувати вимоги (претензії) оточуючим людям, якщо мене утискають або ображають.

26. Страх опинитися без друзів, яких я дуже ціную та поважаю.

27. Страх перед керівником, який може пригнічувати чи обмежувати мою діяльність.

28. Побоювання здатися невдачою в особистому житті, не спроможним найти собі пару.

29. Страх говорити, спілкуватися з оточуючими.

30. Страх розпочати життя «з чистого аркуша», в критичній життєвій ситуації.

31. Страх опинитися без житла (квартири, будинка), на вулиці, в результаті обману, нещасного випадка або інших обставин.

32. Страх примусово чи обманом потрапити в секту, де пригнічують мою особистість.

33. Побоювання не знайти сили сказати «ні» і не зуміти відмовити в вимозі наполегливій людині.

34. Страх перед відвертістю, яку раптово дозволяють собі оточуючі.

35. Страх втратити контроль над своїм життям, коли відбувається щось незрозуміле та непідвладне мені.

36. Страх різних конфліктів, що виникають в моєму житті і вимагають вирішення.

37. Побоювання виявитися непрофесіоналом, людиною некомпетентною в своїй справі.

38. Страх, що деякі люди відчувають по відношенню до мене байдужість, а точніше нічого не відчувають.

39. Страх втратити повагу оточуючих мене людей.

40. Страх, що люди почнуть засуджувати мою поведінку, характер тощо.

41. Побоювання програти (виявитися не першим).

42. Побоювання нових контактів та людей.

43. Побоювання втратити соціальний статус, котрого досяг.

44. Остах стати нікому непотрібним через старіння, нудність та ін..

45. Побоювання втратити репутацію, яка у мене є.

46. Страх видатися оточуючим людям дурним чи смішним.