

## Михайло Мовчан

*МОВЧАН Михайло Миколайович* — кандидат філософських наук, доцент, докторант кафедри філософії Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (м. Київ). Сфера наукових інтересів — філософська антропологія, екзистенціальна філософія і психологія, історія філософії, соціальна філософія.

### ФЕНОМЕН СТРАХУ В СУЧАСНОМУ СВІТІ

*У статті досліджується страх як важлива складова існування людини. Показано види і форми цього багатогранного феномена. Підкреслено, що на сучасному етапі розвитку людства з'явилися нові види страху і нові засоби та заходи їх подолання.*

**Ключові слова:** *страх, форми страху, природні, соціальні та екзистенціальні страхи, страх майбутнього, внутрішній страх.*

Людина — унікальне творіння природи, суспільства і самої себе. Складовою частиною філософської проблеми людини є відповідна проблема особистості. Підвищений нині інтерес до вельми складної проблеми особистості, її структури, соціалізації пояснюється насамперед потребами практики. Серед глибинних, найважливіших потреб особистості, на думку вчених, слід виділити «потребу в спілкуванні, в міжіндивідуальних зв'язках, у творчості як в одній із значущих інтенцій людини, у відчутті глибоких коренів, що гарантують стійкість і безпеку буття, прагнення до уподібнення, до пізнання, засвоєння буття» [1, с. 10-11]. Адже час показав, що політичні й економічні успіхи скороминучі й відносні, а людина, її духовні цінності, вічні, безсмертні.

Сучасна людина не здобула бажаної внутрішньої свободи для реалізації особистісного потенціалу, тобто своїх інтелектуальних, емоційних, чуттєвих здібностей. Свобода принесла індивіду незалежність і надала сенс його існуванню, але в той же час ізолювала його, пробудила в нього почуття страху, безсилля і тривоги.

Тому на особливу увагу зараз заслуговують ті аспекти проблеми особистості, що впливають на її становлення, соціалізацію і ду-

© М. М. Мовчан, 2012

ховний розвиток. Серед них відзначимо *феномен страху*, що так чи інакше діє на конструктивну складову особистості, забарвлення її життя, відносини із соціальним і природним оточенням, духовне і фізичне самопочуття.

Проблема страху була важливою в усі часи, але стала дуже актуальною зараз, в період трансформації суспільства, коли разом з позитивними процесами, на превеликий жаль, проходить руйнація загальнолюдських моральних норм, а матеріальні цінності стають найголовнішими. Це призводить до подвійних життєвих принципів і стандартів, процвітання лицемірства, штучності у стосунках, страждання і деградації особистості. Слабка захищеність населення від негативних явищ породила у багатьох людей тривоги і страху за своє майбутнє і майбутнє своїх дітей.

Страх належить до найбільш загальних понять, що можуть визначати сутність і сенс початку XXI століття. Серед слів-символів нашої доби, як показало опитування різних за соціальним станом, статтю, освіченістю, віковою градацією людей, обов'язково були наявні поняття «страх», «самотність», «демократія», «особистість», «свобода», «злочинність» тощо. Події нинішнього століття свідчать про те, що відчуття страху стало глобальним. Людство одержало нові страхи, які були невідомими в попередні епохи. Сучасна динаміка страху стала надзвичайно розгалуженою і різнобарвною.

У соціальному середовищі зараз проходить успішна маніпуляція страхами для того, щоб одержати потрібний результат. Провідну роль тут відіграють засоби масової інформації (ЗМІ). Слід відзначити, що дієвим засобом для «відключення» здорового глузду і захисних психологічних механізмів є ірраціональний страх. Приголомшена особистість легко піддається навіюванню, вірить у будь-який запропонований їй «рятувальний засіб». І на це є свої вагомі підстави. Адже не секрет, що людина хоче одержати те, що вона хоче. На деякий час вона це й одержує (нехай навіть у вигляді короткострокової надії).

Проблемі страху приділяли велику увагу представники філософії і психології М.Бердяєв, Є.Боровой, І.Бичко, О.Гагарін, Л.Горохова, П.Гуревич, А.Замалєєв, А.Корольков, И.Осипов, М.Хайдеггер, А.Камю, С.К'еркегор, Р.Мей, Б.Паскаль, О.Ранк, Ф.Ріман, М.Савіна, Ж.-П.Сартр, П.Тіллїх, О.Туренко, З.Фрейд, О.Фролова, Е.Фромм, Н.Хамітов, К.Хорні, Л.Шестов, І.Ялом, К.Ясперс та ін. Не дивлячись на певні напрацювання у світовій та

вітчизняній філософській думці ця проблема залишається маловивченою. Філософсько-антропологічне, соціально філософське, історико-філософське осмислення страху в сучасному світі є ще досить фрагментарним і обмеженим.

*Мета цієї статті* — розгляд страху як важливого аспекту існування людини. При цьому основним завданням є визначення місця і ролі даного екзистенціалу в житті сучасної особистості.

Ми пропонуємо таке *визначення страху*: це стан, який виражає невпевненість у пошуках надійності, що зумовлений дійсною чи уявною загрозою біологічному або соціальному існуванню і благополуччю людини, забезпечуючи при цьому, на певний час, самозбереження індивіда. Страх, на думку Р.Мея, «існує незалежно від культури і рівня розвитку народу чи його окремих представників: єдине, що змінюється — це об'єкти страху, бо як тільки ми думаємо, що перемогли чи подолали страх, з'являється інший вид страху, а також інші засоби і заходи, спрямовані на його подолання» [2, с. 225].

Вчені виділяють *природні, соціальні й екзистенціальні* страхи (але є й інші класифікації).

*Природні страхи* — страхи атмосферних і астрономічних явищ, вулканів і землетрусів, тварин тощо. Ці страхи закладені еволюцією в мозок тварин і людей на рівні вродженого інстинкту. Люди багато років не могли розкрити природу грози. Ю.Щербатих, зазначає, що «і зараз страх грози є актуальним для багатьох людей, випереджаючи за значенням такі боязні, як страх темряви чи страх смерті» [3, с. 21]. До числа астрономічних явищ, що викликали страх, ще починаючи із сивої давнини були *страх сонячних затемнень* та *поява комет*. «Раптове зникнення сонця при ясному небі викликало у людей панічний жах, вони сприймали це як кінець світу» [3, с. 27]. Комети, що періодично прилітали до нашої планети час від часу з глибини космосу також навіювали на людей жах. Виверження *вулканів і землетруси* вельми сильно впливають на психічний стан людей, часто вони бувають причиною страху і паніки. Це пов'язано з тим, що «твердість земної оболонки від народження здається нам чимось абсолютним, непорушним, а коли земля починає хитатися під ногами, людина відчуває гнітючий страх» [3, с. 30]. Протягом століть, люди освоювали нові території свого проживання і зустрічалися з невідомими *тваринами* (зміями, павуками тощо). Вони також викликали в них великий страх.

Серед *соціальних страхів* (які існують лише в середовищі людей) виділимо страх відповідальності, страх перед випробуванням. Сутність *страху відповідальності* виражається в тому, що, «приймаючи якесь важливе рішення, людина бере на себе відповідальність за його наслідки, а у випадку невдачі їй загрожує не тільки осуд чи покарання з боку соціуму, але, що ще гірше, часто вона приречена на тривалі самозвинувачення, які можуть отруїти все наступне життя» [3, с. 44]. Страх відповідальності може породжувати не лише «тривожні думки» а й безпосередньо впливати на самопочуття, здоров'я індивіда. *Страх перед випробуванням* може негативно впливати на пізнавальні процеси особистості (сприймання, мислення, пам'ять та інші). Цей стан пов'язується з негативним передчуттям суб'єктом наслідків своєї діяльності, з браком віри у свої сили, боязкістю перед невдачею, неуспіхом і, можливо, осоромленням. Таким чином, слід наголосити на тому, що друга група аналізованих нами страхів представляє собою боязнь за зміну свого соціального статусу.

*Екзистенціальні страхи* відносяться до третьої групи страхів (страх смерті, самотності тощо). Вони пов'язані із самою сутністю людини і є характерними для всіх людей. Найпотаємніше в житті кожної людини — її смерть. Немало вчених відзначають, що «всі релігії світу і філософські системи були породжені страхом людини перед смертю» [4, с. 7]. *Страх смерті* може допомагати зберегти життя, але може викликати й максимальні страждання. З прадавніх часів страх власної смерті — найсильніший із всіх людських страхів. Дослідники вважають, що страх смерті викликають певні екстремальні події. На думку І.Ялома це: 1) горе від втрати коханої людини, 2) смертельна хвороба, 3) розрив любовних стосунків, 4) життєві віхи — наприклад, 50-, 60-, 70-річчя, 5) тяжке потрясіння — пожежа, звалтування, пограбування, 6) залишення дому дорослими дітьми (ситуація «порожнього гнізда»), 7) втрата роботи, зміна сфери діяльності, 8) вихід на пенсію, 9) переїзд у будинок престарілих, 10) незвичайні за силою сновидіння, що передають послання з глибин нашого «Я» [5, с. 52].

*Страх самотності* є одним із закономірних феноменів, що виникають у ході онтогенетичного розвитку людини. *Самотність*, на нашу думку, це — стан людини, який виражає певну форму самосвідомості і засвідчує порушення реальних зв'язків і відносин внутрішнього світу особистості, а також відображає переживання своєї

окремості, суб'єктивної неможливості чи небажання відчувати адекватний відгук, прийняття і визнання себе іншими людьми [6, с. 21]. Боязнь сучасної людини самотності має декілька причин. По-перше, коли людина зовсім одна, то вона ніколи не зможе зрозуміти якою вона є насправді. При відсутності підтримки чи осуду з боку оточуючих, людина не здатна правильно оцінити свою поведінку і змінити її в бік покращення. По-друге: самотні часто бояться відповідальності за самих себе, бо тут є певний рівень свободи і самим доводиться встановлювати еталони власної поведінки та визначити доцільність тієї чи іншої дії. По-третє: люди бояться самотньої старості (при якій настає слабкість і немічність), з властивими їй відчуттями — бути нікому не потрібним, зайвим, даремним і нікчемним. По-четверте: людина має велику потребу в спілкуванні. Індивід обов'язково повинен отримувати підтвердження з боку інших людей, що він є у цьому світі, що він значимий для інших [7, с. 1].

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

*Тривога*, як вважає С.Рубінштейн, — емоційний стан, який носить безпредметний характер. Дане почуття відображає об'єктивний стан індивіда, що знаходиться в певних взаємовідносинах з оточуючим світом [8 с. 574]. Страх — це біологічна реакція, яка дісталася людині від тваринного світу, адже бояться не тільки люди. Тварини теж відчувають страх. На думку А.Курпатова, тварини бояться, але не тривожаться. Цим вони суттєво відрізняються від людини. Для виникнення страху необхідно щоб було якесь зовнішнє джерело небезпеки, якась помітна загроза. Тварину не може налякати невідоме. Для того, щоб виникла тривога жодних видимих ворогів не потрібно, достатньо лише подумати, уявити. Людина може відчувати тривогу і тоді, коли, здається вона знаходиться у повній безпеці, коли їй, фактично, об'єктивно ніщо не загрожує. Якщо тварині ніщо не загрожує то вона не відчуває ні напруги, ні страху, ні

тривоги... Страх — реакція на фактично існуючі несприятливі обставини, а почуття тривоги — це занепокоєння, що викликане припущенням про можливий несприятливий результат [9, с. 31].

*Переляк* — короткочасне емоційне переживання поведінкового характеру, що виражає миттєву, негативну оцінку ситуації. Даний стан виникає «у ситуації раптової, несподіваної небезпеки» [10, с. 319]. Іноді цей феномен може проявитися після боязні і страху. В сиву давнину слов'яни, пов'язували переляк з хворобами духу, тому й долали його духовними засобами.

*Боязнь* вважають початковою формою прояву страху, що виражається в нерішучому оцінюванні ситуації, яка може викликати страх. При цьому нерідко проходить боротьба мотивів оцінювання. Первинною категорією, що відображає цей емоційний стан є побоювання, занепокоєння і передчуття можливої небезпеки. Відомо, що боязнь при певних умовах може перерости в боязливність як специфічну характеристику, рису особистості. І тоді боязнь може виникати з будь-якого приводу і матиме будь-яке підґрунтя.

*Жах*, на думку Н.Хамітова, є страхом, який виходить за межі матеріального предмета. Це страх перед безоднею, що лежить за межами будь-якої матеріальної небезпеки. У цьому стані матеріальна, фізична небезпека може бути лиш символом, який виражає небезпеку метафізичну. Жах — трансцендентний, метафізичний, потусторонній страх. На відміну від страху, в жахові, завжди сквозить глибинне здивуванням. У жахові є натяк на чудо. Є ще одна особливість жаху, що відділяє його від страху. Жах як переживання і буття частіше всього народжується при зустрічі з безоднею Ніщо... В тайні Ніщо прихована таїна жаху [11, с. 179].

*Паніка* (панічний страх) є страхом, сум'яттям, яке раптово охоплює людину чи масу людей. При цьому виділимо масову паніку, що «характеризується станом масового страху перед реальною чи уявною небезпекою, який наростає в міру взаємного зараження, блокуючи здатність раціонально оцінювати обстановку, мобілізувати волю й організувати спільну протидію» [10, с. 312].

В соціальному середовищі є досить актуальними страхи порожнечі і беззмістовності життя, страх майбутнього. Сучасний глобалізований світ зробив людину заложником власного життя. Зараз страх — та динамічна сила, яка змушує індивіда до самореалізації в рамках конкурентного суспільства. З цієї причини під маскою «один для одного» люди часто діють «один проти одного». Бороть-

ба всіх проти всіх і втрата традиційних цінностей призводить до появи екзистенціального страху. «Екзистенціальний страх — це страх перебування на межі небуття, принципової негарантованості і ціннісної нісенітничі існування. Це страх людини-одинака, яка втікає від товариства, і, в той же час, відчуває стрес від відсутності безпечного простору у вигляді усталених конвенцій і норм» [12, с. 35]. Слід відзначити, що сучасна людина опинилася у полоні власних тривог і страхів. Життя постійно ставить її на межу відомого і невідомого, таємничого і непередбачуваного. Знаходячись у такому стані, індивід постійно відчуває цілу низку різноманітних страхів (страх майбутнього, страх перед невизначеністю, страх перед собою, страх невдачі та успіху, страх старості, страх самотності, страх смерті тощо). Незважаючи на відчуття страху, особистість, постійно бореться з ним. Вона намагається подолати думки про невідоме майбутнє та власну конечність і жити повноцінно. У постійному стані страху і тривоги людину тримають соціальна та політична нестабільність, постійне падіння рівня життя, тероризм, збільшення кількості катастроф, стихійного лиха і природних катаклізмів. Зауважимо, що тривога перед невідомим і невизначеним майбутнім глибоко укорінена у людське мислення. Люди з жахом можуть ставитися до минулого, їх часто не задовольняє сучасне, але реальний страх особистість може відчувати передусім тоді, коли вона думає про те, що її чекає у майбутньому. Здавалося б, на межі ХХІ століття індивід вже не повинен боятися майбутнього, адже завдячуючи інформаційним технологіям ми навчилися прогнозувати своє життя на десятки років вперед. Однак, не дивлячись на це, людина не відчуває себе більш захищеною.

Сьогодні існує немало дієвих методів боротьби зі страхом. Серед них учені виділяють наступні: *когнітивний метод*, *сторонню допомогу*, *психологічний захист* та *спеціальні методики* [3]. *Когнітивний метод* передбачає: 1) точне визначення предмета страху; 2) виявлення і подолання у собі недоліків характеру, які викликають страхи; 3) необхідність позбутися будь-якого хвилювання відносно свого страху. Надзвичайно важливу роль у подоланні страху має *стороння допомога* — підтримка в тяжкі хвилини життя з боку іншої людини, особливо якщо така людина є певним авторитетом для індивіда, що переживає страх. Ефективним методом у боротьбі зі страхом і тривогою є *психологічний захист*. Організм людини намагається звести страх до мінімуму, так як страх — негативна емоція.

Для цього людська підсвідомість включає *захисні механізми*, які підтримують цілісність особистості, рівень її самооцінки і зменшують емоційну напругу. Для боротьби зі страхом використовуються і *спеціальні методики* (аутогенне тренування, нейролінгвістичне програмування (НЛП) та ін.). Аутотренінг особливо ефективний при наявності легких страхів, а практичні методи НЛП (розроблені Р.Бендлером, Дж.Гріндером та ін.) «працюють» досить успішно при подоланні не лише страху, а й тривоги, хвилювання тощо.

Політичні, економічні, соціокультурні, техногенні процеси сучасного життя, безробіття, бідність, хвороби породжують почуття невдоволення, покинутості, відчуження і невпевненості, продукують переживання страху і цим самим актуалізують його дослідження. Актуальними зараз стають також питання про нову систему моральних цінностей. Вектор страхів постійно зміщується: від страху, спрямованого на зовнішній світ (страх перед тероризмом, природними катаклізмами тощо) на страх внутрішній (страх перед владою, перед загальною незахищеністю: економічною, правовою, соціальною, навіть, перед самим собою (неповага з боку сім'ї, відсутність самоповаги)).

Для більш успішного вивчення таємниці людини, для нормального становлення, функціонування і розвитку особистості в соціальному середовищі необхідно проводити подальші дослідження феномена страху, використовуючи теоретичні та емпіричні напрацювання вітчизняних і зарубіжних учених, критично аналізувати їх, а потім, (знаючи, що природа страху суперечлива, багатогранна) враховуючи культурні, психологічні, економічні, правові, ментальні тощо чинники застосовувати в теорії і практиці життя.

### *Література*

1. *Фромм Э.* Душа человека: [Сборник: Перевод] / Фромм Э. [Общ. ред., сост. и предисл. П.С. Гуревича]. — М.: Республика, 1992. — 429 с.
2. *Мэй Р.* Проблема тревоги / Р.Мэй; [пер. с англ.]. — М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2001. — 432 с.
3. *Щербатых Ю.В.* Психология страха: популярная энциклопедия / Ю.В.Щербатых. — М.: Эксмо, 2007. — 512 с.
4. *Вагин И.О.* Психология жизни и смерти / И.О.Вагин. — СПб.: Питер, 2002. — 160 с.
5. *Ялом И.* Вглядываясь в солнце. Жизнь без страха смерти / И. Ялом; [пер. с англ. А. Петренко]. — М.: Эксмо, 2008. — 352 с.



6. *Мовчан М.М.* Самотність як феномен буття особистості: Монографія / М.М.Мовчан. — Полтава: РВВ ПУСКУ, 2009. — 265 с.
7. *Арапко А.С.* Страх одиночества и страх слияния: Где баланс? / А.С.Арапко [Электронный ресурс].— Режим доступа: [http // www. uatur. com / html / interesno / kurp-strax. html](http://www.uatur.com/html/interesno/kurp-strax.html)
8. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. — СПб.: Питер, 2000. — 720 с.
9. *Курпатов А.* Средство от страха / А. Курпатов [Электронный ресурс]. — Режим доступа: [http // www. uatur. com / html / interesno / kurp-strax. html](http://www.uatur.com/html/interesno/kurp-strax.html)
10. *Шапар В.Б.* Психологічний тлумачний словник найсучасніших термінів / В.Б.Шапар, В.О.Олефир, А.С.Куфлієвський, Б.І.Фурманець та ін. — Х.: Прапор, 2009. — 672 с.
11. *Хамитов Н.В.* Философия человека: от метафизики к метаантропологии / Н.В.Хамитов — К.: Ника-Центр, М.: Институт общегуманитарных исследований, 2002. — 334 с.
12. *Больнов О.Ф.* Философия экзистенциализма / О.Ф. Больнов; [пер. с нем.]. — СПб.: Изд-во «Лань», 1999. — 224 с.

*Мовчан М.Н.*

## ФЕНОМЕН СТРАХА В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

В статье исследуется страх как важная составляющая существования человека. Показаны виды и формы этого многогранного феномена. Подчеркнуто, что на современном этапе развития человечества появились новые виды страха и новые средства и мероприятия их преодоления.

**Ключевые слова:** страх, формы страха, природные, социальные и экзистенциальные страхи, страх будущего, внутренний страх.

*Movchan M.N.*

## THE PHENOMENON OF FEAR IS IN THE MODERN WORLD

Fear as important constituent of existence of man is investigated in the article. Kinds and forms of this many-sided phenomenon are shown. Underline, that the new types of fear and new facilities and events of their overcoming appeared on the modern stage of development of humanity.

**Key words:** fear, forms of fear, natural, social and existential fears, fear of future, internal fear.

Надійшла до редакції 28.06.2012 р.