

Михайло Мовчан

МОВЧАН Михайло Миколайович – кандидат філософських наук, доцент кафедри філософії та політології Полтавського університету економіки і торгівлі. Сфера наукових інтересів – філософська антропологія, історія філософії, екзистенціальна філософія, соціальна філософія.

РІВНІ СТРАХУ І ФОБІЯ: ФІЛОСОФСЬКИЙ АНАЛІЗ

У статті досліджується страх як важлива складова існування людини. Показано рівні страху за його інтенсивністю. Розглянуто фобію як особливий феномен, що безпосередньо пов'язаний з людським страхом.

Ключові слова: рівні страху, тривога, переляк, боязнь, страх, жах, паніка, фобія.

Проблема страху була актуальною у всі часи й епохи, адже страх супроводжував людство завжди. Він – невід'ємний компонент буття. Особливо животрепетним цей феномен стає в перехідні періоди розвитку суспільства, коли підвищується інтенсивність відчуття страху, і він отримує глобальний характер. Страх сьогодні – постійна характеристика людської свідомості. На зміну «старим» страхам, які люди не змогли подолати, прийшли нові страхи, породжені війнами, бідністю, безробіттям, сепаратизмом, тероризмом, хворобами, політичними, економічними, техногенними, соціокультурними процесами тощо.

Слід зауважити, що проблемі страху в Україні тривалий час не приділяли належної уваги (це частково можна пояснити перебуванням нашої держави у складі СРСР, де вважали що страх властивий лише буржуазним суспільствам Заходу). З 1990-х років, тобто з часів здобуття Україною незалежності означена проблема зацікавила філософів, психологів, культурологів, істориків, медиків, письменників тощо. Зауважимо, що не дивлячись на певні напрацювання в світовій та вітчизняній філософській думці (праці М. Бердяєва, Є. Борового, А. Гагаріна, Л. Горихової, П. Гуревича, М. Гайдеггера, С. К'єркегора, Б. Паскаля, М. Савіної, Ж.-П. Сартра, П. Тілліха, О. Туренка, О. Фролової, Е. Фромма, Н. Хамітова, К. Хорні, К. Ясперса та ін.) проблематика страху залишається маловивченою. Осмислення потребують чимало питань стосовно онтології, феноменології, класифікації і рівнів страху тощо.

© М. М. Мовчан, 2015

<http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.20386>

Мета цієї статті – аналіз рівнів страху в залежності від його інтенсивності та акцентуація уваги на фобії як особливому феномені, який має безпосереднє відношення до страху.

Ми визначаємо страх як стан, який виражає невпевненість у пошуках надійності, що зумовлений дійсною чи уявною загрозою біологічному чи соціальному існуванню і благополуччю людини, забезпечуючи при цьому самозбереження індивіда [1, с.6]. Досліджуючи страх у нас виникло стійке переконання у тому, що це надзвичайно складний і полівекторний феномен людського буття.

Багато вчених у своїх працях (зокрема – В. Андрусенко, В. Дерябін, М. Савіна) показують певні схеми вираження форм та інтенсивності страху. Ці форми являють собою поступове ускладнення оцінки людиною страхогенної ситуації. Спираючись на дослідження у вітчизняній і зарубіжній філософії та психології ми зробили схему прояву страхів, згідно з посиленням психологічної напруги, пов'язаної з реакцією на несприятливі життєві обставини. Вийшла наступна схема: тривога – переляк – боязнь – страх – жах – паніка.

Тривога є таким емоційним станом, який має безпредметний характер. «Дане почуття відображає об'єктивний стан індивіда, що знаходиться в певних взаємовідношеннях з оточуючим світом» [2, с.574]. Тварини так як і люди теж відчувають страх, але тривоги у них немає. Причиною страху є зовнішнє, конкретне джерело небезпеки, а для того щоб з'явилася тривога таке джерело не потрібне. Для тривоги потрібне щось невідоме, яке може з'явитися в результаті уяви, думки тощо. Тобто тривога властива лише людині. «Страх – реакція на фактично існуючі несприятливі обставини, а почуття тривоги – це занепокоєння, що викликане припущенням про можливий несприятливий результат» [3, с.31].

Переляк можна визначити як короткочасне, але сильне емоційне переживання поведінкового характеру, що виражає миттєву, негативну оцінку тієї чи іншої ситуації. Цей стан виникає «у ситуації раптової, несподіваної небезпеки» [4, с.319]. Досить часто він викликає страх, паніку, агресію тощо. Подекуди даний феномен може проявитися після боязні і страху. В давні часи слов'яни, пов'язували переляк з хворобами духу, тому й долали його духовними засобами. Сила цього стану залежить від раптовості, поточного емоційного збудження та попереднього негативного досвіду.

Про боязнь найчастіше говорять як про початкову форму прояву страху, що виражається передусім у нерішучому оцінюванні ситуації, яка може викликати страх. При цьому часто-густо проходить боротьба мотивів оцінювання. Вихідними категоріями, що відображають цей емоційний стан є побоювання, занепокоєння і передчуття можливої небезпеки. Загальновідомо, що боязнь при певних умовах може перерос-

ти в боязливість як специфічну характеристику, рису особистості. І тоді боязнь може виникати з будь-якого приводу і матиме будь-яке підґрунтя.

Жах, на думку відомого українського філософа Н. Хамітова, є страхом, «який виходить за межі матеріального предмета. Це страх перед безоднею, що лежить за межами будь-якої матеріальної небезпеки. У стані жаху матеріальна, фізична небезпека може бути лиш символом, який виражає небезпеку метафізичну... Жах – це трансцендентний, метафізичний, потусторонній страх. На відміну від страху, в жахові, завжди сквозить глибинне здивуванням. В 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 [5, с.178-179].

Паніка (або панічний страх) – це страх, сум'яття, яке раптово охоплює людину чи масу людей. При цьому слід виділити 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 організовувати спільну протидію» [4, с.312].

Вчені розрізняють страх і фобію. «Фобія – нав'язливі неадекватні переживання страхів конкретного змісту, що виникають в певних («фобічних») умовах і супроводжуються вегетативними порушеннями (прискорене серцебиття, підвищена пітливість тощо)» [6, с.596]. Зазначимо, що ще в 1903 р. симптоматику нав'язливих станів описав французький психолог і філософ, якому належить авторство терміну «підсвідомість» – П. Жане.

Г. Бенеш стверджує, що фобія – «ірраціональна реакція страху, під час якої виникають одні й ті самі ознаки: паніка, виділення поту, нудота, відчуття слабкості, заціпеніння при спробі втекти. Особи, які мають фобії, часто розуміють необґрунтованість своїх страхів, однак не можуть їх позбутися» [7, с.237]. З вищесказаного видно, що фобія має безпосереднє відношення до страху, але є його особливою формою.

Дослідники наголошують: «Щоб реакція класифікувалася як фобія потрібна наявність певних факторів і передусім страх має бути стійким та інтенсивним, повинна бути нав'язлива потреба утікати чи уникати фобічного об'єкта чи ситуації, страх має бути ірраціональним, а не заснованим на здоровому розсудку» [8, с.428]. Термін «фобія» початково походить від грецької мови (phobos – страх). А. Ребер вважає, що для етимологічної точності важливо при позначенні певної фобії «використовувати грецький корінь (але оскільки міжнародною медичною мовою прийнята латинська, то, страхи наші одержали ще й латинські назви). Слід констатувати той факт, що зазначена точність не завжди витримується і

тому список фобій (передусім простих) має не лише грецькі корені, а й латинські, англійські, французькі. Вчені приводить більш, ніж сто наукових термінів для позначення певних страхів» [8, с.554]. Наприклад – агорафобія (страх бути одному в громадському місці (на думку О. Колюцької – це найпоширеніша фобія [9]); клаустрофобія (боязнь закритого простору, тобто страх протилежний агорафобії); аквафобія (страх води, а у більш широкому смислі – плавання); андрофобія (боязнь людини чи чоловічої статі), кіберфобія чи комп'ютерофобія (страх комп'ютерів чи їх використання); еремофобія, автофобія чи монофобія (боязнь самотності, залишатися самому); некрофобія чи танатофобія (боязнь смерті, мертвих об'єктів (трупів людей); теофобія (страх Бога, кари Бога за гріхи); ерейтофобія (страх почервоніти у присутності посторонніх); акрофобія (боязнь висоти і підвищених місць); графофобія (боязнь писати); зоофобія (боязнь тварин); канцерофобія (боязнь захворіти раком); сифілофобія (боязнь захворіти сифілісом); скоптофобія чи дисморфофобія (боязнь насмішок оточуючих з приводу мнимої чи дійсної фізичної вади) тощо. М. Бачеріков акцентує увагу на фобіях у підлітковому та юнацькому періодах розвитку особистості. Він говорить, що «нерідко спостерігається хворобливе нав'язливе мудрствування, особливо у підлітків і юнаків (нав'язливі думки, сумніви у правильності загальноприйнятих істин, банальних явищ, своїх вчинків тощо)» [10, с.394-395]. На нашу думку, фобії у людському середовищі виникають у будь-якому віці (починаючи з дитячого) і їх набагато більше, ніж сто чи двісті. Напевно їх стільки скільки самих людей, речей, предметів та явищ.

Виділяють декілька типів фобій – прості і соціальні фобії [8; 9]. Проста фобія – «будь-який стійкий страх певного стимульного об'єкта чи ситуації» [8, с.428]. Тобто це – специфічний страх одного об'єкта або явища. Соціальну фобію визначають, як тривожний розлад, з характерним «стійким страхом перед певними соціальними ситуаціями в яких індивід може стати об'єктом пильної уваги інших, і він боїться, що буде діяти таким чином, що образить або збентежить когось» [8, с.428]. Прості і соціальні фобії можуть супроводжуватись панічними нападами (розладами), а до соціальних, крім цього, часто додається ще якась фобія із розряду простих.

Дослідник страхів Х. Христов розглядає фобію (нав'язливий страх) поруч з іншими патологічними формами страху – іпохондричним страхом та психотичним страхом. Іпохондричний страх виникає в ситуації пов'язаній з іпохондричними переживаннями, без критичного відношення, а психотичний страх з'являється у зв'язку з депресивно-параноїдними переживаннями або як дифузний страх [10, с.83].

Дослідники психоаналітичного (психодинамічного) напрямку в філософії підкреслюють, що фобія (боязнь) має матеріальний характер, а причиною страху є нематеріальний компонент. Страх викликає передусім якась невідома небезпека, яку ще потрібно виявити. При страхові сказати чого саме ми боїмося однозначно і конкретно неможливо, адже видимої причини нема. Але причина страху є. Немає сенсу говорити при цьому, що страх це така небезпека, де жодного порятунку для людини не існує. «Перед якими об'єктами і в яких ситуаціях з'являється страх, значною мірою, розуміється, залежить від стану нашого знання і від відчуття власної сили перед зовнішнім світом. Ми з розумінням відносимося до того, що дикун боїться гармати і лякається сонячного затемнення, в той час як біла людина, що вміє поводитися із цією зброєю і передбачити дану подію, в цих умовах вільна від страху. Іншим разом саме велике знання викличе страх, так як воно дозволяє заздалегідь знати про небезпеку. Так, дикун злякається слідів у лісі, що нічого не говорять необізаному, але укажуть дикуну на близькість хижака, а досвідчений мореплавець буде з жахом роздивлятися хмаринку на небі, що здається незначною для пасажирів, але передвіщає моряку наближення урагану» [11, с.132].

Досить цікавими є дослідження фобії засновника психоаналізу З. Фрейд, який в 1894 р. (ще до офіційного ужитку терміну «психоаналіз») пише замальовку «Як виникає страх». Дещо пізніше, в 1909 р. буде опублікована його праця «Аналіз фобії п'ятирічного хлопчика», що стала знаменитою і викликала у свій час великі протести, як з боку критиків так і суспільства. Проте твір дав значний поштовх для розвитку дитячого психоаналізу. В ньому містився аналіз матеріалів, одержаних від Макса Графа (у вищеназваній праці З. Фрейда – це хлопчик на ім'я Ганс). Трактовка цієї боязні (фобії) (вона виникла у хлопчика, який вважав, що на вулиці його вкусе кінь) проведена на основі положень, які представлені ще у «Трьох нарисах по теорії сексуальності» (1905), і «ґрунтується на розкритті комплексів заздрості до пенісу і боязні кастрації, а також на вивченні сексуальних уявлень Ганса» [12, с.167]. З. Фрейд пише: «Відкрито зізнаючись у своїй небайдужості до маленького Ганса, повинен заявити, що він не єдина дитина, яка в період дитинства була одержима фобіями. Відомо, що ці захворювання бувають дуже часто, і навіть у таких дітей, виховання яких по строгості не мають бажати нічого більшого. Такі діти пізніше або стають невротиками, або залишаються здоровими. Їх фобії угамовуються в дитячій кімнаті, тому що для лікування вони не доступні і, напевно, вельми незручні. На протязі місяців чи років ці фобії слабнуть і здаютьсявилікуваними; які психічні зміни обумовлюють таке зцілення, які пов'язані з ними зміни характеру, про це ніхто не знає. І коли приступаш до психоаналізу дорослого невротика, в якого хвороба, скажемо,

виявилася тільки в роки зрілості, то кожен раз дізнаєшся, що його невроз пов'язаний з таким дитячим страхом і являє собою тільки продовження його а безперервна і в той же час нічим не стиснута психічна робота, починаючи з дитячих конфліктів, продовжується і в подальшому житті, незалежно від того, чи відрізняється перший симптом стабільністю чи він під натиском обставин зникав. Таким чином, я думаю, що наш Ганс був хворим не більше, ніж багато інших дітей, які не мають клички дегенератів; але так як його виховання можливо обережне, без строгості і можливо з малим примусом, то і його страх проявляється більш відкрито. У цього страху не було мотивів нечистої совісті і страху перед покаранням, яке, напевно, зазвичай впливає на його зменшення. Я схильний думати, що ми звертаємо багато уваги на симптоми і мало турбуємося про те, звідки вони походять. Адже у справі виховання дітей ми нічого більше не бажаємо, окрім спокою, не бажаємо переживати жодних труднощів, так би мовити, ми культивуємо слухняну дитину і дуже мало звертаємо увагу, чи корисний для неї такий хід розвитку. І так, я можу припустити, що продукування фобії Гансом було для нього корисним, тому що: 1) воно спрямувало увагу батьків на незворотні труднощі, які дитині при сучасному культурному вихованні приносить подолання природних компонентів потягу, 2) тому що його хвороба потягла за собою допомогу з боку батька. Можливо, у нього навіть є та перевага перед іншими дітьми, що він більше не носить того ядра витіснених комплексів, яке для майбутнього життя будь-який раз повинно мати яесь значення. Воно (ядро), напевно, призводить певною мірою до хиб у розвитку характеру, аж до схильності до майбутнього неврозу. Я ладний так думати, але я не знаю, чи розділять мою думку й інші, чи підтвердить все це досвід» [13, с.273-275]. Аналізуючи страх у вченні З. Фрейда зауважимо, що «це страх перед несвідомими, інстинктивними, імпульсивними, руйнівними тенденціями, які сконцентровані в самій людині. Ці імпульси прориваються з глибин людського ества» [14, с.283].

Взагалі фобія нагадує про об'єкт небезпеки, від якого потрібно або захищатися, або нападати, або ж втікати. Вона (фобія) активізує наш потенціал і змушує приймати правильне рішення. Страх не виконує позитивної попереджувальної чи охоронної функції. Він часто виступає як своєрідна безпорадність перед небезпекою: може паралізувати волю людини, не дозволяти їй правильно оцінити ситуацію та прийняти потрібне рішення «а у деяких випадках навіть ставить під загрозу і саме життя» [15, с. 234].

Підсумовуючи вищесказане слід зробити наступні *висновки*:

1. Страх є надзвичайно важливою проблемою людського буття, адже він, проникаючи в свідомість кожної людини може суттєво впли-

вати на її життя і діяльність. Різні аспекти цього феномена цікавили і цікавлять сьогодні матір усіх наук – філософію.

2. Страх має свої різноманітні рівні. В дослідженні показано схему вираження рівнів страху в залежності від його інтенсивності: тривога – переляк – боязнь – страх – жах – паніка. Ці рівні являють собою поступове ускладнення оцінки людиною страхової ситуації (ситуації, які можуть нести загрозу біологічному, духовному, соціальному буттю індивіда).

3. Фобію відносять до особливого типу страху. Щоб реакцію можна було класифікувати як фобія страх повинен бути нав'язливим, ірраціональним, стійким та інтенсивним.

4. Родоначальник психоаналітичної антропології З. Фрейд причиною фобій вважає несвідомі психічні процеси людини, що безпосередньо впливають на життя і поведінку особи та можуть стати причиною неврозів (це видно передусім із його праць про дитячі неврози).

5. Не дивлячись на те, що проблема страху має неабияку актуальність в сучасному світі (в Україні також) і зараз є не мало різноманітних напрацювань на багатьох рівнях, вона потребує подальшого філософського осмислення.

Література

1. *Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2000. – 720 с.

2. *Курпатов А.* Средство от страха / А. Курпатов [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.uatur.com/html/interesno/kurp-strax.html>

3. *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.

4. *Хамитов Н. В.* Философия человека: от метафизики к метаантропологии / Н. В. Хамитов – К.: Ника-Центр, М.: Институт общегуманитарных исследований, 2002. – 334 с.

5. *Степанов С.* Популярная психологическая энциклопедия / С. Степанов. – М.: Изд-во Эксмо, 2003. – 640 с.

6. *Бенеш Г.* Психология: dtv-Atlas: Довідник / Г. Бенеш; [пер. з нім.]. – К.: Знання-Прес, 2007. – 510 с.

7. Большой толковый психологический словарь / Артур Ребер (Penguin). Том 2 (П-Я); [пер. с англ.]. – М.: Вече, АСТ, 2002. – 560 с.

8. *Бачериков Н. Е.* Клиническая психиатрия / Н. Е. Бачериков, К. В. Михайлова, В. Л. Гавенко и др. – К.: Здоровья, 1989. – 512 с.

9. *Фрейд З.* Сновидения. Сексуальная жизнь человека. Избранные лекции / З. Фрейд. – Алма-Ата: Наука, 1990. – 194 с.

10. *Зигмунд Фрейд.* Хроника-хрестоматия: Учебное пособие / Составители Вал. А. Луков, Вл. А. Луков. – М.: Флинта: Московский психолого-социальный институт, 1999. – 416 с.

11. Фрейд З. Психоанализ и детские неврозы / З. Фрейд. – СПб.: Алетейя, 2001. – 296 с.

12. Колісник О. В. Страх як екзистенціал людського буття / О. В. Колісник // Гілея: науковий вісник. Збірник наукових праць. – К.: ВІР УАН, 2010. – Випуск 35. – С. 230-236.

13. Мовчан М. М. Екзистенціальна та психоаналітична концепції страху / М. М. Мовчан // Гілея: науковий вісник. Збірник наукових праць / Гол. ред. В. М. Вашкевич. – К.: ВІР УАН, 2011. – Вип. 49. – С. 280-285.

14. Мовчан М. Н. Экзистенциал страха и современный человек / М. Н. Мовчан // Ученые записки. – № 1. Серия: Мова та література. Серия: Суспільно-політичні науки. – Баку-Полтава, 2012. – С. 5-10.

15. Фобии и страхи / [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://lecbnbnk.info/496/2.htm>

Мовчан М. Н.

УРОВНИ СТРАХА И ФОБИЯ: ФИЛОСОФСКИЙ АНАЛИЗ

В статье исследуется страх как важная составляющая существования человека. Показаны уровни страха за его интенсивностью. Рассмотрена фобия как особый феномен, непосредственно связанный с человеческим страхом.

Ключевые слова: уровни страха, тревога, испуг, боязнь, страх, ужас, паника, фобия.

Movchan M. N.

LEVELS OF FEAR AND PHOBIA: PHILOSOPHICAL ANALYSIS

The article examines fear as an important part of human existence. Showing the level of fear for his intensity (anxiety, fright, dread, fear, horror, panic).

Anxiety – objectless fear is caused by human imagination or thought about the possible adverse outcome. Anxiety unique to humans.

Fright – intermittent be strong emotional experience, as a reaction to a sudden, unexpected danger.

Dread – is the primary form of fear, resulting in indecisive assessing a situation that can cause fear.

Fear – state that expresses the uncertainty in search of safety, which is due to real or perceived threat of biological or social existence and well-being, while providing for a certain time, the individual self.

Horror – this fear is extremely large forces, accompanied by stupor (depression) persons.

Panic (or panic) – confusion that suddenly covers a person or a lot of people and blocks will and ability to rationally assess the situation and make any resistance.

Considered as a specific phobia phenomenon is directly related to human fear. Phobia – obsessive inadequate experience fears specific content. The necessary conditions phobias are: stability, intensity, irrational fear and obsession. Phobia in the human environment as much as most people, things, objects and phenomena. In person they can appear at any age (pochynayachy from early childhood).

Keywords: levels of fear, anxiety, fright, dread, fear, horror, panic, phobia.

Надійшла до редакції 15.12.2014 р.