

НОВЫЙ ПОДХОД К КЛАССИФИКАЦИИ СТРАХОВ

© 2009 Л.С.Акопян

Поволжская государственная социально-гуманитарная академия

Статья поступила в редакцию 20.11.2009

В статье рассматриваются и анализируются различные классификации страхов, приводимые в отечественной и зарубежной литературе. Приведена новая, интегрированная классификация страхов, объединяющая ранее предложенные.

Ключевые слова: обусловленные, индуцированные, внутренне-генерированные страхи, ментально- и этноспецифические страхи, интегрированная классификация.

За последние десятилетия интерес к теме страхов не только не ослабевает, но, наоборот, все больше привлекает внимание ученых, педагогов, медиков и психологов.

Любое научное исследование включает в себя решение, помимо определения существенных характеристик исследуемого психического явления, также его классификацию и установление определенных закономерностей.

На сегодняшний день существует множество классификаций страхов. Данные классификации, помимо общих составляющих, имеют свои особенности. Так, в одном из наиболее ранних и весьма объемных исследований детских страхов¹ использован конкретно-объектный подход в классификации страхов. В этой работе все детально описанные страхи детей раннего, дошкольного и младшего школьного возраста сведены в 23 группы и 49 составляющих подгрупп. Другие классификации носят характер частичных обобщений (З.Фрейд, К.Юнг и др.). К более обобщенным классификациям можно отнести предложенные А.И.Захаровым, А.Кемпински, Ю.В.Щербатых и т.д. Из вышеперечисленных выделяется классификация, предложенная Ф.Риманом, в которой объединены противоположные страхи.

Проблема классификации страхов рассматривается не только в рамках психологии, но также и в психотерапии. Так, Б.Д.Карвасарский, в зависимости от того, чего именно боится человек, выделяет в своей классификации восемь основных фабул страха. К первой группе страхов автор относит боязнь пространства в различных ее формах. В частности, сюда входит клаустрофобия (боязнь замкнутого пространства), агорафобия (боязнь открытых пространств), а также

страх глубины и страх высоты. Ко второй группе относятся социофобии, связанные с общественной жизнью. Они включают в себя эреитофобию (страх покраснеть в присутствии людей), страх публичных выступлений и другие. К третьей группе, по классификации Б.Д.Карвасарского, относятся нозофобии – страхи заболеть, заразиться. Четвертая группа представлена танатофобией – страхом смерти. К пятой относятся различные сексуальные страхи. К шестой – страхи нанести вред себе или близким. К седьмой – «контрастные» фобии, например, страх громко произнести нецензурные слова в обществе у воспитанного человека. Последнюю – восьмую группу страхов в данной классификации, представляют фобифобии, то есть страхи бояться чего-либо².

Анализируя состояния страха, А.Кемпински выделяет четыре вида страха: биологический, социальный, моральный, дезинтеграционный. Данную классификацию он связывает с ситуациями, вызывающими установку страха. Ситуации, связанные с непосредственной угрозой жизни, вызывают биологический страх. Угроза, исходящая извне, ясно осознается субъектом, вызывая страх, и он тем сильнее, чем беспомощней чувствует себя человек в ситуации опасности. Страх появляется и в том случае, если угроза исходит изнутри, но «осознание угрозы неопределенное, туманное. Есть только страх, но причины его неизвестны». Так, состояние кислородного голодания (при сердечной недостаточности, бронхиальной астме, большой потере крови) вызывает острое чувство страха. Автор утверждает, что «недостаток в организме других элементов метаболического обмена» не вызывает столь сильного чувства страха, как недостаток кислорода. Социальный страх развивается в случае нарушения взаимодействия с ближайшим социумом (страх отвержения близкими, страх

⁰ Акопян Любовь Суреновна, кандидат психологических наук, доцент кафедры возрастной психологии.

E-mail: akolubov@mail.ru

¹ Arthur T. Jersild. Childrens Fears // The haddon craften,inc.camden,n.j. Copyright, 1935, by Teachers College, Columbia University

² Карвасарский Б.Д. Неврозы. – М.: 1980.

наказания, страх учителя, который часто бывает у младших школьников)³.

Известный своими работами в этой области ученый, психотерапевт А.И.Захаров считает, что условно все страхи можно разделить на две большие группы: природные и социальные. По мнению автора, «природные страхи основаны на инстинкте самосохранения, и помимо основополагающих страхов своей смерти и смерти родителей включают также страхи чудовищ, призраков, животных, темноты, движущегося транспорта, стихии, высоты, глубины, воды, замкнутого пространства, огня, пожара, крови, уколов, боли, врачей, неожиданных звуков и т.д.». К социальным страхам автор относит страх одиночества, каких-то людей, наказания, не успеть, опоздать, не справиться, не совладать с чувствами, быть не собой, осуждение со стороны сверстников и т.д.⁴. В структуре страхов автор выделяет семь основных подгрупп: 1) медицинские – страхи, связанные с боязнью уколов, крови, врачей, боли, болезней; 2) причинение физического ущерба – страхи неожиданных звуков, нападения, транспорта, огня, пожара, стихии, войны; 3) страх смерти – своей и родителей; 4) страхи животных и сказочных персонажей; 5) страхи перед сном, страхи кошмарных снов, темноты; 6) социально опосредованные страхи: страх людей, родителей, наказания с их стороны, опоздания, одиночества; 7) пространственные страхи: страх высоты, глубины, воды, замкнутого и открытого пространства⁵.

В классификации, представленной С.Ю.Мамонтовым, все возможные страхи подразделяются на следующие группы: 1) *Экзистенциальные страхи* (страх перед смертью и процессом умирания, страх свободы, страх одиночества и изоляции, бессмысленности жизни, страх нищеты). 2) *Опасения по поводу собственной бездарности, неспособности* (не соответствовать профессиональным требованиям, страх неудачи и поражения, боязнь выглядеть хуже других, быть обойденным другими и др.). 3) *Фобии и связанные с ними приступы паники*. 4) *Социальные страхи*. По мнению С.Ю.Мамонтова, социальные страхи основываются на неуверенности личности в собственных возможностях и способностях, они всегда подразумевают боязнь того, что посторонние могут изгнать, осудить, оскорбить. Автор выделяет следующие виды социальных страхов: 1) страх отвержения (страх получить

отказ, быть непризнанным, недооцененным, презируемым, страх осуждения, боязнь равнодушия); 2) боязнь потери (оказаться брошенным своим партнёром, страх развода, боязнь потерять работу, обеднеть, лишиться красоты); 3) страх принять самостоятельное решение (взять на себя ответственность, нежелание рисковать, выбрать себе партнера); 4) страх публично проявлять свои чувства, а также высказываться, обозначать свои потребности, предъявлять требования, сказать «нет», раскритиковать кого-то, страх конфликтов; 5) страх перед авторитарными личностями⁶.

В своей классификации страхов Ю.В.Щербатых делит все страхи на три группы: природные, социальные и внутренние. Природные страхи непосредственно связаны с угрозой жизни человека. К числу природных явлений, внушающих людям страх, относятся гроза, солнечные затмения, появление комет, извержение вулканов и сопровождающие их землетрясения, которые ассоциируются у человека со страхом конца мира. Особую группу природных страхов составляют страхи животных. К животным, вызывающим у людей особенно сильный страх, несомненно, относятся змеи.

Вторую группу в классификации Ю.В.Щербатых составляют социальные страхи – боязнь и опасение за изменение своего социального статуса. Социальные страхи могут вытекать из страхов биологических, но всегда имеют специфический социальный компонент, который выходит на первое место, оттесняя более примитивные факторы выживания.

Третью группу составляют внутренние страхи, рождённые лишь фантазией и воображением человека и не имеющие под собой реальной основы для беспокойства. К внутренним страхам исследователь относит не только страхи, рождённые фантазией человека, но и страхи собственных мыслей, если они идут вразрез с имеющимися моральными установками.

Таким образом, в классификации Ю.В.Щербатых к первой группе относятся страхи, непосредственно связанные с угрозой жизни человека, вторая – представляет боязнь, опасение за изменение своего социального статуса, третья группа страхов, в отличие от предыдущих двух, рождается сознанием человека и, как правило, не имеет под собой реальной основы для беспокойства. Исходя из этого принципа, страх пожара относится к первой категории, страх публичных выступлений – ко второй, а страх привидений – к третьей. Между тем, как отмечается, имеются и промежуточные формы страха, стоящие на грани двух разделов, и к ним автор от-

³ Кемпински А. Страх // Психические состояния // Сост. и общ. ред. Л.В.Куликова. – СПб.: 2000. – С.230 – 231.

⁴ Захаров А.И. Дневные и ночные страхи у детей. Серия «Психология ребенка». – СПб.: 2000. – С.90.

⁵ Захаров А.И. Неврозы у детей и подростков. – Л.: 1988. – С.40.

⁶ Мамонтов С.Ю. Страх. Практика преодоления. – СПб.: 2002.

носит страх пауков. «С одной стороны, существуют ядовитые пауки (каракурт, тарантул), укусы которых болезненны и даже смертельны, но шансы встретиться с ними в наших широтах минимальны, и люди боятся всех пауков, даже совершенно безобидных. В подавляющем числе случаев люди боятся не конкретного встреченного ими животного, а того страшного образа, который они сами же и создали в своём сознании ещё в детстве»⁷.

Немецкий психолог и психотерапевт Ф.Риман, считает страх «неизбежной принадлежностью нашей жизни», и наряду со страхами, обусловленными возрастными особенностями, выделяет индивидуальные страхи. Автор утверждает, что характер переживаемого страха зависит в большей степени от присущей человеку предрасположенности, его наследственности, окружающих условий после его рождения, и, конечно же, в каждой истории страхов большое значение имеет детство. Среди множества индивидуальных страхов Ф.Риман выделяет четыре основные формы страха: 1) Страх перед самоотвержением, переживаемый как утрата «Я» и зависимость. 2) Страх перед самостановлением (стагнацией «Я»), переживаемый как незащищенность и изоляция. 3) Страх перед изменением, переживаемый как изменчивость и неуверенность. 4) Страх перед необходимостью, переживаемый как окончательность и несвобода.

Различные варианты страха, по мнению автора, связаны с вышеописанными четырьмя основными формами и импульсами, причем они (импульсы) всегда «встречаются попарно, дополняя и противореча друг другу: как стремление к самосохранению и самообособленности с противоположным стремлением к самоотдаче и принадлежности к общему и, с другой стороны, как стремление к постоянству и безопасности с противоположным стремлением к изменениям и риску». Считается, что «каждому стремлению свойственен страх перед противоположным стремлением»⁸.

Еще одна классификация предложена В.Цыбульским и С.Торлецким и выстроена по предметному признаку: 1) *Социальные страхи* (страхи экзаменов, публичных выступлений, знакомств, власти, насилия и агрессии, секса, оценок, ответственности, провала и успеха, нелюбви окружающих, насмешек, ответственности). 2) *Природные страхи* (страх боли, уколов, зубных врачей; голода и холода; нехватки денег, безработицы; насекомых и животных; темноты; природных явлений; чужих; болезней; страх за де-

тей, родителей, близких; пространственные страхи: высоты, глубины, открытых и закрытых пространств, скорости; транспортные страхи). 3) *Мистические страхи* (страх смерти; будущего; привидений, духов, порчи, сглаза, космических пришельцев; страх перед судьбой; неизвестности и случайности; страх перед Высшей Силой; Страшного Суда и загробной жизни)⁹.

Мы согласны с утверждением авторов, что границы классификаций весьма условны, и что страхи с легкостью можно отнести как к одной, так и к другой группе страхов. Например, страх нехватки денег и безработицы, который некоторые авторы относят к группе природных страхов, скорее всего, является социальным страхом, а транспортные страхи, относимые к группе природных страхов, на наш взгляд, можно считать самостоятельной группой страхов.

Во всех анализируемых классификациях выделена социальная группа страхов, однако внутреннее содержание данной группы у разных авторов различно. Так, С.Ю.Мамонтов включает в социальную группу страхов страх обеднеть, в то же время страх перед нищетой, что, по сути, является тем же, уже относится к группе экзистенциальных страхов; страх перед одиночеством и изоляцией, отмеченный в группе экзистенциальных страхов, может быть также отнесен к группе социальных страхов. Легко предположить, что один и тот же страх может иметь различное происхождение.

Почти во всех классификациях отмечается биологическая (или природная) группа страхов. Так, страх смерти по Б.Д.Карвасарскому, включен в группу танатофобий; у С.Ю.Мамонтова «страх перед смертью и самим процессом умирания» представлен группой экзистенциальных страхов; у А.И.Захарова, А.Кемпински, Ю.В.Щербатых данный страх относится к природной группе страхов, а В.Цыбульский и С.Торлецкий включают данный страх в группу мистических страхов.

Можно провести параллель с описанным у А.Кемпински моральным страхом и представленным в классификации Ю.В.Щербатых (внутренние страхи) «страх собственных мыслей, если они идут вразрез с имеющимися моральными установками». Если иметь в виду, что мораль, установки вырабатываются обществом, социумом, то вполне допустимо данный страх также включить в группу социальных страхов.

Большое количество различных классификаций существенно усложняет как работу психологов-исследователей, так и работу практических психологов. Анализ вышеприведенных классификаций страхов позволил нам выстроить но-

⁷ Щербатых Ю.В. Психология страха: популярная энциклопедия. – М.: 2003. – С.20.

⁸ Риман Ф. Основные формы страха / Пер. с нем. Э.Л.Гушанского. – М.: 1999. – С.6.

⁹ Цыбульский В.Е., Торлецкий С.А. День страха. – М.: 2003. – С.17.

вую, интегрированную классификацию, объединяющую все вышеприведенные и, возможно, иные. Вся совокупность страхов мы подразделяем на обусловленные, индуцированные и внутренне генерированные страхи, а также их спецификацию по признакам этничности и ментальности.

I. К обусловленным страхам мы относим такие страхи, которые вызваны внешними по отношению к субъекту факторами, которые выступают в качестве условий возникновения соответствующих эмоциональных состояний. Это, в частности, биологически обусловленные страхи (те или иные животные, природа, иные явления и т.д.). В этой же группе аналогично выделяются социально обусловленные страхи и техногенно обусловленные страхи.

II. К индуцированным страхам относятся страхи, возникающие вследствие прямого или косвенного социального воздействия на эмоциональное состояние субъекта, вызывающее переживание страха (внушение, заражение и др.). В этой группе вся совокупность страхов может быть: 1) социально-биологически индуцированной (социальное воздействие по формированию страха тех или иных биологических объектов); 2) социально-социально индуцированной (социальное воздействие по формированию социаль-

ного страха); 3) социально-техногенно индуцированной (социальное воздействие по формированию страха реального или виртуального техногенного объекта).

III. Внутренне-генерированные страхи, существующие в информационно-имажинитивных формах, зависящие от индивидуально-личностных особенностей субъекта и реализуемые в 1) природно-биологическом, 2) техногенном, 3) социальном материале.

Все перечисленные виды и типы страхов в свою очередь могут иметь некоторую специфику, в зависимости от этнической принадлежности субъектов или их ментальности (территориальная, профессиональная или иная субкультурная принадлежность).

Данная классификация интегрирует все вышеприведенные классификации, а также позволяет определять новые подходы к выявлению и интерпретации различных видов страхов. В качестве иллюстрации можно привести рассказ А.П.Чехова «Смерть чиновника», где внутренне-генерированный страх основан на социальном материале (III – 3). Как мы видим, страх в данном случае внутренне генерирован, социально-социально индуцирован (строгая субординация чиновников) и ментально специфичен (психология чиновника в дореволюционной России).

THE NEW APPROACH TO CLASSIFICATION OF FEARS

© 2009 L.S.Akopyan^o

Samara State Academy of Social Sciences and Humanities

In the article various classifications of fears described in Russian and foreign scientific literature are considered and analyzed. A new integrated classification of fears (including earlier offered ones) is worked out.

Key words: caused, induced, internally-generated fears, mentally- and ethnospecific fears, the integrated classification.

^o Akopyan Lyubov Surenovna, Candidate of Psychology, Associate Professor of Age Psychology Department. E-mail: akolubov@mail.ru