

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГІЇ

КВАЛІФІКАЦІЙНА РОБОТА МАГІСТРА

**на тему: ПСИХОЛОГІЧНІ ЗМІНИ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ В УМОВАХ
РЕЖИМУ САМОІЗОЛЯЦІЇ**

Виконала: студента ІІ курсу,
групи 8.0530
спеціальності: 053 Психологія
Любимова Валерія Олегівна
Керівник: д.психол.н., доцент, завдувач
кафедри психології Горбань Г.О.
Рецензент: к.психол. наук,
доцент Поплавська А.П.

Запоріжжя

2021

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

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

к.психол.н., доцент. Н.О. Губа

«_____» _____ 2021 р.

З А В Д А Н Н Я

НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

_____ Любимовій Валерії Олегівні _____

(прізвище, ім'я, по батькові)

1. Тема роботи (проекту) «Психологічні зміни станів особистості в умовах режиму самоізоляції»
керівник роботи Горбань Г.О. к.психол.наук, доцент кафедри психології
затверджені наказом ЗНУ від «30» липня 2021 року № 1136-з
2. Строк подання студентом роботи _____
3. Вихідні дані до роботи аналіз психолого-педагогічної літератури.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки встановлення динаміки страхів під впливом умов режиму самоізоляції, як кризових ситуацій в юнацькому віці.
5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень)
30 рисунків
6. Консультанти розділів кваліфікаційної роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		завдання видав	завдання прийняв
Вступ	Горбань Г.О., доцент		
Розділ 1	Горбань Г.О., доцент		
Розділ 2	Горбань Г.О., доцент		
Розділ 3	Горбань Г.О., доцент		
Висновки	Горбань Г.О., доцент		

7. Дата видачі завдання 15.09.2019

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів виконання кваліфікаційної роботи магістра	Термін виконання етапів роботи	Примітка
1.	Збір та систематизація матеріалу	січень-березень 2021 р.	виконано
2.	Добір фактичного матеріалу	березень 2021 р.	виконано
3.	Написання вступу	квітень-травень 2021 р.	виконано
4.	Написання теоретичного розділу	червень-липень 2021 р.	виконано
5.	Написання практичного розділу	вересень 2021 р.	виконано
6.	Формулювання висновків	жовтень 2021 р.	виконано
7.	Проходження нормоконтролю	листопад 2021р.	виконано
8.	Одержання відгуку та рецензії	листопад 2021р.	виконано
9.	Захист	грудень 2021 р.	виконано

Студент _____ В. О. Любимова

Керівник роботи _____ Г.О. Горбань

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ О.М. Грединарова

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота магістра: 80 сторінок, 30 рисунків, 66 джерел, 1 додаток.

Об'єкт дослідження – страх, як прояв емоційного стану в період самоізоляції.

Предмет дослідження – динаміка страхів під впливом умов режиму самоізоляції, як кризових ситуацій в юнацькому віці.

Мета роботи – встановлення динаміки страхів під впливом умов режиму самоізоляції, як кризових ситуацій в юнацькому віці.

Гіпотеза дослідження: самоізоляція, як прояв кризової ситуації, зокрема, в період Covid-19, має безпосередній вплив на підвищення рівня страху в юнацькому віці, а саме домінує страх смерті.

Методи дослідження: теоретичні:

теоретико-методологічний аналіз, класифікація та систематизація наукових джерел, порівняння й узагальнення даних дослідження;

емпіричні: спостереження, тестування.

Наукова новизна роботи полягає у дослідженні динамікв страхів під впливом умов режиму самоізоляції, як кризових ситуацій в юнацькому віці.

Галузь використання: навчально-виховні заклади, загальноосвітні школи, університети.

СТАНИ ОСОБИСТОСТІ, СТРАХ, КРИЗОВА СИТУАЦІЯ, COVID-19, ЮНАЦЬКИЙ ВІК, СТРАХ СМЕРТІ.

SUMMARY

Lyubimova V.O. Psychological changes of states of personality in the conditions of self-isolation regime.

The qualification thesis consists of Introduction, 3 Chapters, Conclusion, References (66 items, 13 of foreign origin), 1 appendix on 5 pages. The qualification thesis is 80 pages long, 71 of them are the main text. The thesis contains 30 illustrations.

The object of research is fear, as a manifestation of emotional state in the period of self-isolation.

The subject of research - the dynamics of fears under the influence of the conditions of self-isolation, as crisis situations in adolescence.

The purpose of the work is to establish the dynamics of fears under the influence of the conditions of the regime of self-isolation, as crisis situations in adolescence.

Research hypothesis: self-isolation, as a manifestation of the crisis situation, in particular during the Covid-19 crisis, has a direct impact on increasing the level of fear of death in adolescence, namely the fear of death dominates.

Research methods: theoretical:

theoretical and methodological analysis, classification and systematization of scientific sources, comparison and generalization of research data;

empirical: observation, testing.

The scientific novelty of the work is the study of the dynamics of fears under the influence of the conditions of self-isolation, as crisis situations in adolescence.

Field of use: educational institutions, secondary schools, universities.

PERSONALITY STATUS, FEAR, CRISIS SITUATION, COVID-19, YOUTH, FEAR OF DEATH.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	6
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СТРАХУ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ, ЯК ПРОЯВ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ В ПЕРІОД САМОІЗОЛЯЦІЇ.....	10
1.1. Визначення страху.....	10
1.2. Види страхів та їх причини.....	16
1.3. Самоізоляція, як форма кризової ситуації.....	25
1.4. Психологічні особливості юнацького віку.....	31
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ДИНАМІКИ СТРАХІВ В ПЕРІОД САМОІЗОЛЯЦІЇ.....	37
2.1. Обґрунтування проведеного емпіричного дослідження.....	37
2.2. Аналіз отриманих результатів дослідження.....	40
ВИСНОВКИ.....	70
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	73
ДОДАТКИ.....	79

ВСТУП

Актуальність дослідження. Логічність та доцільність людського існування ставала основною проблемою, яку намагалися розв'язати вчені, протягом багатьох століть. Історичний, культурний та соціальний досвід відігравав у цьому процесі визначну роль, оскільки саме на них спиралися дослідники протягом визначення основних домінант буття.

Емоції представляються людству як досить складне та різнорівневе явище, яке ще не є до кінця вивченим. Цей феномен розвивався разом із людством та сягає своїм корінням найглибших основ буття людини.

Оскільки саме людина є основною рушійною силою розвитку культури та оточуючого середовища, то саме її ставлення до навколишнього світу, а відтак і до самої себе, до питань буття, життя та смерті виявляється ґрунтовним у процесі формування тих чи тих навичок, умінь та особливостей існування.

Проблема співвідношення життя та смерті, ставлення людини до них є універсальною проблемою, яка має архаїчні корені, не має певних географічних або культурних обмежень та спостерігається у всіх соціумів та народів. Зацікавленість людей цим питанням, змушувала їх поглиблювати та розширювати свої знання, вигадуючи нові та нові витлумачення причинам смерті, та створюючи різноманітні наслідки та пояснення смерті люди.

Однак, відповідно до різних культурних домінант тих чи тих націй, поняття по життя та смерть відрізнялося та змінювалося протягом історичного розвитку, що й спричинило різні їх потрактування. Для деяких смерть виявлялася закінченням земного життя, земних страждань, та переходом до нового етапу життя. Прихильники кельтського вірування про народження та смерть, наприклад, ставилися до останньої як до *Anam-Cara* (душа-друг), яка дає привід для довгого відпочинку. Для інших, смерть була покаранням за земні гріхи, за скоєні злочини та нерозумну поведінку.

Намагання вдосконалювати своє «Я» завжди включає в себе долю занепокоєння, тривоги та побоювань. Споконвічно склалося так, що людське буття пронизане не лише позитивними, а й негативними емоціями. Будь яка діяльність людини пов'язана із чимось новим, незвіданим та незрозумілим, що викликає тривожність та страх.

Невідоме та ірраціональне у нашому житті породжує страхи, які завжди мають відтінок суб'єктивності та залежать від сприйняття реальності тією чи тією людиною. Оскільки, різні ситуації викликають різноманітні почуття, що пояснюється індивідуальним розвитком кожної окремої людини, її кругозором, знаннями та внутрішнім світом.

Розвиток людини є процесом обмеженим, оскільки може розвертатися лише протягом життя. Його можна уявити у вигляді прямої лінії, початком якої буде факт народження, а кінцем – факт смерті.

Проблемою ставлення до факту смерті займалися багато вчених (Бердяєв М. [4], Боулбі Дж. [55], Іль'їн Є. [19], Новикова Т. [29], Просєкова О. [36], Томкінс С. [64;65], Фройд З. [45], Щербатих Ю. [50]), усі вони розглядають смерть, як важливу детермінанту, яка відіграє величезну роль у розвитку людини, у її ставлення до життя в цілому, та до можливості успішного існування зокрема.

М. Хайдеггер, засновник німецького екзистенціалізму ХХ сторіччя, вважав, що страх є основною формою людського буття, «буття до смерті і є по-суті страх» [47, 153].

Страх, в цілому, переслідує людину протягом усього життя, він пронизує усі рівні існування та впливає на вчинки та поведінку людей. Що ж стосується страху смерті, то в залежності від етапу життя, він може змінюватися, перетворюватися та отримувати нові втілення.

Одним з основних виокремлюють філософський аспект смерті, який стосується людського ставлення до страху смерті, до смерті близьких людей, власної смертності і завжди турбував людство.

Страх смерті має великий вплив на людину, її поведінку та звички, змушує її робити вчинки, іноді, навіть такі, які були б неможливими за нормальних обставин. В залежності від віку, знань, соціального статусу та інших факторів, ставлення до страху смерті змінюється, але він є невід'ємною частиною нашого існування та життя.

Весь час свого існування, людство вигадувало різноманітні пояснення смерті, які беруть свій початок у давніх віруваннях та легендах, коли людина ще не могла осягти всього, що відбувається навколо неї, та шукала певні закономірності у природі. Смерть розглядалася як рок, судьба, якої не вдасться позбутися або уникнути. Саме тому її сприймали як щось невідворотне, визначене богами. Людина, на думку стародавніх людей, не несла жодної відповідальності за своє життя та смерть, а мала лише скоритися долі та прийняти неминуче.

З плином часу, ставало зрозумілим, що смерть залежить від людини, яка несе відповідальність за своє життя, створює обставини, що призводять до смерті. Однак, існують ситуації, в яких людина не може зробити нічого, щоб уникнути смерті. До таких ситуацій можна віднести природні катаклізми, несподівані вчинки з боку інших людей та хвороби, які забирають життя людей.

Дуже велику увагу дослідників приділено проблемі кризових ситуацій. Найчастіше вони є «результатом негативного розвитку подій при переживанні скрутних життєвих ситуацій, коли проблематика особистості не вирішується, а, навпаки, загострюється, поглиблюється, обставини стають усе нестерпнішими, тоді як адаптаційні та інші ресурси людини вичерпуються, і вона стає неспроможною конструктивно реагувати на негаразди та важкі події її життя» [24, 215-219].

На думку Г.Олпорта, криза є «ситуацією емоційного та розумового стресу, що вимагає значної зміни уявлень про світ за короткий проміжок часу» [31, 134].

Об'єкт дослідження – страх, як прояв емоційного стану в період самоізоляції.

Предмет дослідження – динаміка страхів під впливом умов режиму самоізоляції, як кризових ситуацій в юнацькому віці.

Мета роботи – встановлення динаміки страхів під впливом умов режиму самоізоляції, як кризових ситуацій в юнацькому віці.

Поставлена мета передбачає вирішення наступних завдань:

- дослідження еволюції проблеми страху;
- визначити причини страхів
- вивчити особливості страхів в юнацькому віці
- встановити можливість впливу кризової ситуації, зокрема в період кризи Covid-19, на рівень страху смерті в юнацькому віці.

Гіпотеза дослідження: : самоізоляція, як прояв кризової ситуації, зокрема, в період Covid-19, має безпосередній вплив на підвищення рівня страху в юнацькому віці, а саме домінує страх смерті.

Гіпотеза дослідження: : самоізоляція, як прояв кризової ситуації, зокрема, в період Covid-19, має безпосередній вплив на підвищення рівня страху в юнацькому віці, а саме домінує страх смерті.

Методи дослідження: теоретичні: теоретико-методологічний аналіз, класифікація та систематизація наукових джерел, порівняння й узагальнення даних дослідження; емпіричні: спостереження, тестування.

Наукова новизна роботи полягає у дослідженні динамік страхів під впливом умов режиму самоізоляції, як кризових ситуацій в юнацькому віці.

Практичне значення нашої роботи полягає в тому, що було розроблене опитування, за допомогою якого можна виявити можливість впливу кризової ситуації (у нашому випадку коронавірусної інфекції) на рівень розвитку страху в юнацькому віці. Таке опитування уможливило знизити ризик панічних атак та інших наслідків страху в юнацькому віці.

Надійність та вірогідність результатів дослідження забезпечувалась використанням методів, адекватних меті та завданням дослідження, кількісним та якісним аналізом отриманих даних.

Структура роботи: робота складається зі вступу, трьох розділів, висновків, списку використаних джерел та додатків.

РОЗДІЛ 1.

ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ СТРАХУ В ЮНАЦЬКОМУ ВІЩІ, ЯК ПРОЯВ ЕМОЦІЙНОГО СТАНУ В ПЕРІОД САМОІЗОЛЯЦІЇ

1.1. Визначення страху

«Страх є найдавнішим та найсильнішим з людських відчуттів, а найсильнішим його різновидом є страх перед незвіданим» [26, 191].

Первинні інстинкти та емоції формують ставлення людини до того оточення, в якому вона перебуває. Явища, причини та наслідки, які ставали зрозумілими для людини викликали насолоду, у той час як явища, що були незрозумілими, набували містичних та лякливих почуттів, виходячи з того культурного досвіду, яким володіло людство на той момент [26, 192].

Невідоме ставало джерелом усіх бід та нещасть, які ставалися з людиною, оскільки вони були причиною подиву та незнання, їх було неможливо пояснити та впоратися з ними. Саме тому усе непізнане, незрозуміле та містичне автоматично ставало причиною зла та бід для людини.

На думку російського філософа М.О. Бердяєва «страх лежить в основі життя цього світу». Окрім того, на думку вченого «страх керує світом» [3, 287-288]. Він розмірковує над тим, що страх керує людством, оскільки є об'єднуючою ланкою між різними сутнісними та специфічними процесами, які відбуваються в просторі [39, 61]. Страх породжує жорстокість та недовіру, проникає у всі сфери життя людини, змінює її саму та її ставлення як до життя, так і до смерті.

У різних мовах існували різні слова для опису цього поняття, зокрема «terror», «antiquus», «der Angst», «angoisse», «ужас». Усі ці слова демонструють найвищий рівень почуття та жаху, який може переживати людина протягом свого життя. Вчений [4] розрізняє тваринний страх, пов'язаний із найнижчим станом життя, страх духовний, пов'язаний із вищими станами.

Є. Ільїн визначає страх як «емоційний стан, який відтворює захисну біологічну реакцію людини або тварини під час переживання ними реальної або уявної небезпеки для їх здоров'я та добробуту» [19, 126]. До афективних страхів вчений відносить несміливість, жах, панічний стан, переляк.

З. Фрейд протиставляє реальний та невротичний страх, описуючи перший як «щось доволі раціональне та зрозуміле», як те «що являє собою реакцію на сприйняття зовнішньої небезпеки, тобто очікуваного, передбачуваного ушкодження <...> яку можна розглядати як вираження інстинкту самозбереження» [45, 396].

Страх та тривожність завжди впливали на життя людини. Згадки про це містяться ще у Старому Заповіті, грецькій та римській літературі [17, 121]. Не даремно у давньогрецькій міфології зустрічаємо історії про богиню кохання Афродиту та її коханця Ареса, в яких народилося двоє дітей – Деймос (страх) та Фобос (жах).

Спроби пояснити та систематизувати уявлення людини про страх робили давньогрецькі та давньоримські філософи, зокрема Діоген, Епікур, Лукрецій, Платон, Аристотель. Усі вони намагалися пояснити причини виникнення страху та його прояви.

Так Платон виокремлював два види страхів – «страх зла, який ми очікуємо, та страх сторонньої думки» [2, 136-146] На його думку страх є соціальним станом тих людей, які потребують уваги з боку суспільства.

Аристотель у своїх роботах досліджував причини та основи страху. Він виділив афекти, здібності та набуті властивості. Все те, що пов'язане із задоволенням і стражданням, він називає афектами, до яких відносить і страх. На його думку страх – це «результат порушень відповідної соціальної якості, якою є сім'я, дружба, любов, образ життя, світогляд» [2, 137].

Живанова В. А., спираючись на роботу Аристотеля, робить висновок, що страх є позитивним, якщо його розглядати як «попередження про можливу втрату цінностей» і як «засіб стимулюючий діяльність людини на відтворення їх цілісності у разі руйнування» [17, 121].

Давньогрецький філософ Демокрит розглядав смерть як фізіологічний процес, який включає в себе вмирання головного мозку і, як наслідок, неможливість дихати [18, 402].

Сократ, в одному із своїх трудів, описує смерть як таємницю, яка може бути переходом до небуття, а може бути не злом, а благом (у тому випадку, якщо душа є безсмертною) [18, 402].

Основна причина страхів, на думку Епікура, виявлялася у неправильному трактуванні взаємовідносин з богами та трактуванні потойбічного життя. Найбільше це властиве людям натовпу (тим, хто не думає), оскільки людина, яка мислить (мудрець) виключає всі ці страхи. А саме тому, для того, щоб уникнути страхів, потрібно оволодіти знанням [49, 24].

У період Середньовіччя філософи розглядали страх з теологічної позиції, пов'язуючи його з корисністю душі. Вони виділяли дві основні форми страху – страх, що виникає внаслідок гріху (усе, що забиравало в людини надію – невір'я, падіння духом, легкодухість), та страх, який розглядався як спасіння душі, «страх Божий», який позбавляє людину від гріховних думок та робить усе, для зустрічі з Творцем [19].

В епоху Відродження страх розглядався з соціально-політичної точки зору, оцінювався як інструмент впливу на підлеглих. Також, цей час розглядається як період розвитку філософії страху, однак, здебільшого, досліджується вплив страху на діяльність людини, його наслідки.

У Новий час проблематика страху отримала подвійне дослідження. З одного боку, вчені продовжили розвиток думок античних філософів, з іншого – багато уваги приділили співвідношенню страху та знання. Так, Ф. Бекон визнавав, що «почуття страху виконує важливу функцію збереження життя», однак, він також відмічав, що «існують страхи пусті та безпідставні» [8, 252]. Філософ радив знаходити розраду перед смертю у подоланні забобонів та у розумінні того, що смерть людини є частиною природнього процесу.

Поль Анрі Гольбах джерелом страху визначав не лише незнання, а й різноманітні лиха, внаслідок яких людина починає відчувати страх, який лише

посилюється через її неосвіченість. На його думку, страх зменшується по мірі того, як людина починає розуміти причини різних явищ навколо себе і навчається через уникання їх впливу [14, 90].

Страх, як універсальну характеристику тварин і людей, розглядав Ч. Дарвін. На його думку, страх розвивався в ході еволюції разом із людиною, як реакція «пристосування до небезпечних ситуацій», до проявів страху він відносив прискорене серцебиття, тремтіння, збільшення потовиділення та інші фізіологічні реакції, які є результатом активізації нервової системи [63, 3-4].

Бажання, що ототожнюється із сутністю людини, вступає вихідною категорією для пояснення поняття страху у Б. Спінози; Д. Юм розглядає страх та надію (як протилежність страху) як результат постійної боротьби протилежних афектів, що сприяє переходу духу від одного стану до іншого; Американський психолог О. Мауер розглядав страх, як передчуття болю, як умовно-рефлекторне явище, зумовлене відношенням до больових реакцій [17, 122]; В. Макдугалл вважав емоцію страху складовою інстинкту [1, 27].

Суб'єктивний та об'єктивний страхи розмежовував Серен Кьєркегор, датський філософ і теолог, він розглядав страх як «внутрішній стан людини» [25]. Він розглядав страх як духовне явище, яке відображало процес віднайдення людиною християнської віри. Звільнення від страху, на його думку, можливо не за допомогою раціонального пізнання, а його подоланням у вірі, переборюючи закони своєї алогічності.

З іншого боку, 17-18 сторіччя, стало переламним у розумінні феномену смерті. Люди починають переосмислювати страх смерті, його таїнство та зароджується велика кількість культів та вірувань, пов'язаних зі смертю, які знаходять своє відображення у багатьох сферах людської діяльності (література, мистецтво, архітектура, релігія). З'являються готичні собори, які мали культове значення не лише за призначенням, а й за релігійною тематикою: вони співвідносилися з вічністю, з ірраціональними силами. Посилення епідемії чуми в Європі сприяло поширенню жахів, що відображалося у гротескних прикрасах, які є в більшості готичних архітектурних пам'яток.

Проблема тривоги і страху вперше була висунута та досліджена у роботах З. Фрейда, який одним із перших розглядав спільно страх і тривогу, і поєднав їх під спільною назвою “anxiety”. На його думку, страх є станом афекту, виникає з лібідо, служить самозбереженню і є сигналом нової, звичайно зовнішньої небезпеки. Походження страху, на його думку, має дві причини: він може бути наслідком травматичного фактору або сигналом загрози повторення цього фактору [45, 397-400].

М. Хайдеггер розводить поняття страху та жаху. Він вважає, що страх або побоювання – це характеристика існуючого, а жах – це стан, який дозволяє людині вийти за рамки існуючого, саме жах є інструментом у подоланні людиною своєї обмеженості [47, 24].

Карл Ясперс розглядав феномен страху як причину його роздумів про майбутнє, про свою долю, допомагає зберегти свою ідентичність, «страх потрібно прийняти, він – основа надії» [53, 164].

Сучасний німецький психолог Ф. Риман [37] виділив чотири основні форми страху, які існують у постійній взаємодії з людськими імпульсами:

- 1) пов'язані із прагненням особистості до самостійності та неповторності;
- 2) намагання особистості активно брати участь у житті суспільства;
- 3) прагнення людини до певної незмінності і тривалості, стійкості існування «Я» і навколишнього світу;
- 4) вічне прагнення людини до змін, розвитку і подолання старого, вкоріненого.

Виокремивши ці форми страху, Ф. Риман стверджує, що усі людські прагнення не існують по одинці, а зустрічаються лише парами, що є взаємодоповнюючими та суперечливими «імпульси прагнення до самозбереження і само відокремлення із протилежним прагненням до змін і ризику» [37, 8-9].

Феномен страху є тим, що супроводжує людство протягом усього його існування, він змінюється та побутує у суспільстві, відображаючи основні

побоювання та нерозуміння того чи того періоду розвитку. Страх є невід'ємною складовою будь-якої культури, і певною мірою, є рушієм розвитку традицій та індивідуального досвіду.

К.Г. Юнг виділив певні архетипи культури, які передаються генетично і містяться в людському несвідомому, а поєднання його із свідомістю, як правило, викликає панічний страх, стикаючи індивіда із давніми релігійно-культурними символами, які є результатом вже пережитого колись страху [51].

Узагальнивши всі наявні знання та уявлення про страх, можна зробити висновок, що вчені та філософи доби Античності спиралися на принцип синкретизму та єдності людини й природи. Розвиток ідей Середньовіччя свідчить про той факт, що людина і природа вже не усвідомлюються як одне ціле. У добу Відродження відбувається протиставлення “земного” та “небесного” буття, а їх роз'єднання призвело до розуміння того факту, що, незважаючи на симбіоз душі й тіла, душа продовжує існувати й після загибелі тіла. XVII століття, стало часом оспівування смерті, висувалася думка про те, що життя та смерть можуть слугувати продовженням та заміщенням одне одного. Новий час характеризує відносини природи й людини крізь призму набутого інтелекту та теоретико-практичного досвіду, як процес створення світу, який саморегулюється [35, 45].

Здобутки філософської думки минулого слугували основою для глибинного усвідомлення питання життя й смерті, та призвели до визнання людини смертною, а її природи (душі) – безсмертною. Це доводилося фактом вічної пам'яті померлої людини рідними та культурно значимими здобутками окремих особистостей.

Класична філософія розглядає смерть як кінець життя та повертається до того, що душа є безсмертною й може існувати після смерті тіла. Сучасна філософія також розглядає душу й тіло як симбіоз і приділяє феномену “смерті” більше уваги, ніж феномену “життя”, оскільки, на думку філософів, саме

зустріч зі смертю дозволяє людині зрозуміти весь сенс буття та досягти ідеалу існування, тобто позбутися усього зайвого [35, 46].

Отже, страх виявляється дуже давнім поняттям, яке відіграло важливу роль в процесі еволюції людини, її розвитку та культурного становлення. Наявність великої кількості підходів до вивчення цього поняття ще раз підкреслюють важливість цього феномену в житті людини, його вплив на етапи соціокультурного зростання та зміни.

1.2. Види страхів та їх причини

В середині 20 сторіччя Дж. Вольпе дослідив велику кількість різноманітних соціальних страхів. Найчастотнішими виявилися страх критики, страх бути знехтуваним, страх виявитися неповноцінним, страх начальства, страх нових ситуацій, страх пред'являти претензії, страх відмовити у вимогах, страх сказати «ні» [11, 255-272].

Спроба диференціювати різні види страху робив російський психолог та психіатр Н.Е. Осипов, який виділив «*страх*, який виникає у людини при сприйнятті реальної небезпеки; *моторошність* – при сприйнятті таємничого, фантастичного; *острах* – при сприйнятті поєднання першого і другого. *Жах* людина відчуває, коли наявні різноманітні фактори небезпеки одночасно» [32, 221-237].

Людський мозок тримає в собі велику кількість давніх програм, які зберігають побоювання та страхи наших попередників. Згідно з сучасними дослідженнями, однією з умов виживання давніх людей – наших попередників – була наявність у них гарної реакції на оточуючий світ та вроджене почуття небезпеки, які допомагали їх вчасно побачити та обійти тривожні та страшні місця, розпізнавати речі, тварин та явища, які несуть певну загрозу для їх життя або добробуту та, оцінивши всі фактори, прийняти рішення: тікати чи боротися [16, 177-184].

Джон Уотсон називає стимулами для виникнення страху несподівані звуки, втрату опори, поштовхи і навіть удари в момент засинання [66]. Дж. Боулби [55] відмічає, що основною причиною страху може бути як присутність чогось загрозового, так і відсутність того, що забезпечує безпеку.

Наявність великої кількості різновидів страхів призвела до необхідності їх класифікування.

Однією з сучасних класифікацій страхів є класифікація Ю. В. Щербатих [50]:

- 1) «Природні» страхи: атмосферні явища, астрономічні явища, вулкани, землетруси, тварини;
- 2) «Соціальні» страхи: страх відповідальності, страх перед іспитами і т. д.;
- 3) Страхи, які ми створюємо самі: страх неіснуючих явищ, страх темряви, «внутрішні» страхи (власних думок і вчинків), страх майбутнього;
- 4) Класифікація страхів за ступенем сили: від легкої тривоги до жаху;
- 5) Страхи зрозумілі та несвідомі;
- 6) Страх смерті;
- 7) Дитячі страхи.

Дослідниця А.В. Топіліна виокремлює соціальний страх, який пов'язаний із співіснуванням людей. На її думку, це «образи соціально-негативної поведінки або потенційно загрозових об'єктів та суб'єктів, що вважається такими більшістю населення у даному суспільстві» [42, 138-141].

Біологічний страх також є невід'ємною складовою нашого життя. Його проявами можуть стати прискорене серцебиття, проблеми зі шлунком, оніміння кінцівок, проблеми з голосом, пам'яттю та увагою. Такий страх може викликати ситуація, яка загрожує безпосередньо життю людини.

Цей страх є наслідком порушення внутрішньої рівноваги в організмі людини і може ставати причиною для інших видів страху. Ще однією з причин виникнення такого страху є порушення метаболічного обміну організму з оточуючим середовищем [21, 244-248].

Дослідниками [61, 12-21] були також виділені соціокультурні передумови для виникнення страхів:

– причини, пов'язані із специфікою структури сучасного суспільства, яке породжувало страх перед свободою, самотністю та невизначеністю. Саме цей страх є основою метафізичного страху – страху перед «ніщо», оскільки він не має явної причини, окрім боязні ненадійності та без основності свого існування;

– причини пов'язані із певними життєвими ситуаціями – релігійні, національні, соціальні страхи, а також страхи пов'язані із приступністю, терором, екологією. Особливістю таких страхів є той факт, що вони мають, начебто цілком реальну причину, але, якщо розібратися, то вони представляють собою лише замаскований більш значущий страх.

З точки зору філософсько-атропологічного підходу, актуальною є думка Г.І. Фаїзової, яка виділяє екзистенційний страх. На думку авторки, він є наслідком будь-якої загрозливої ситуації, і який є «активатором захисного механізму людини, який сприяє розвитку людини, розширенню його потенційних можливостей та властивостей» [43, 628-630]. Саме цей страх змушує людину дізнаватися про щось нове, розширювати рамки свого пізнання, розвиватися та вкорінювати соціальні зв'язки з іншими людьми.

У зв'язку із специфікою буття людини, виокремлюють страх смерті «це є побоювання втратити короткий строк, відведений для людини у якості життя» [43, 630].

«Страх звужує наше сприйняття, змушуючи бачити лише об'єкт, який нас лякає, або, можливо, лише шлях, яким можна від нього врятуватися» [62]. Згідно з дослідником, страх складається з «певних та цілком специфічних фізіологічних змін, експресивної поведінки та специфічного переживання, яке є наслідком очікування загрози чи небезпеки» [62, 65-77]. Дуже часто страшною для людини виявляється не фізична загроза, а той факт, що буде порушено нашу гордість, сприйняття самого себе.

Дослідник С. Томкінс причинами страху вважає драйви, емоції та когнітивні процеси [65]. На його думку драйви та процеси, що забезпечують гомеостаз організму є найменш значущими з активаторів страху. «Драйв отримує психологічне значення лише тоді, коли його інтенсивність досягає критичного рівня і сигналізує про гострий фізичний дефіцит. В такому випадку драйв активує емоцію, якою може бути лише страх» [64, 46].

У той же час, на думку С. Томкінса, реакції переляку та збудження часто виступають активаторами страху, через схожість нейрофізіологічних механізмів, які лежать в його основі. Тим самим обумовлена і схожість між емоціями цікавості, подиву та страху. «Несподіване та повне звільнення від довготривалого та інтенсивного страху активує радість, у той час, як часткове вивільнення від страху викликає збудження» [64, 290].

Когнітивно-сконструйована причина страху – результат когнітивної оцінки ситуації, як потенційно загрозової. Так, страх може бути викликаним спогадами про певний об'єкт, мисленневими образами або переживанням певної ситуації. За допомогою таких когнітивних процесів, дуже часто, відображається вигадана загроза, що призводить до страху людини перед ситуаціями, які не несуть реальної загрози.

Також активатором страху, можуть виступати спогади про пережитий страх або його очікування (так, може виявлятися страх перед певною людиною або об'єктом, навіть думаючи про них). Отже, «людина, предмет або ситуація можуть стати джерелом страху в результаті: 1) формування гіпотез (вигаданих причин небезпеки); 2) очікування небезпеки; 3) зустріч із вигаданим об'єктом страху [65, 66].

Дж. Боулбі [55] виділив дві групи причин страху: «природні стимули» та «їх похідні». Він вважає, що вроджені причини страху пов'язані з ситуаціями, які насправді мають високий рівень небезпеки.

Вчений вважає самотність однією з найважливіших причин страху, пов'язавши це з тим фактом, що як і в дитинстві, у старості вірогідність небезпеки під час хвороби або самотності значно вища.

Природними стимулами страху він вважав висоту, біль, самотність, невідоме, несподіване наближення, а похідними стимулами страху вважав незнайомі предмети, темряву, страх перед тваринами, незнайомих людей.

Узагальнивши відомі йому активатори страхів, К. Ізард [62, 65-77], називає наступні:

- біль – страх, викликаний очікуванням болі, прискорює процес навчання, викликаючи умовні стимули, нагадуючи про пережитий біль. Насправді, для того, щоб почати боятися чогось, не обов'язково пережити біль. Причиною страху можуть стати не лише реальні переживання болі, а чиїсь фантазії або думки;
- самотність – дуже часто людина відчуває страх, коли залишається на самоті, натомість страх відступає, коли людина знаходиться серед інших людей;
- різка зміна стимуляції. За словами К. Ізарда, цей активатор є недостатньо вивченим, а наявні дослідження є суперечливими, однак, різка зміна звичної ситуації може призвести до формування страху;
- висота як активатор страху може розглядатися як природний сигнал небезпеки;
- також були виділені несподіване наближення певного об'єкту [54, 30-38; 58; 59; 60] та незвичність [56; 57], але їх роль як активаторів страху не була повністю доведена.

Ще однією з причин страху виділяють безпосередній досвід людини, або соціального запозичення [62, 243]. Пережитий досвід, який викликав страх, запам'ятовується надовго та може, навіть, викликати схожі почуття у оточуючих. Різні дослідження підтверджують той факт, що вираження страху, що демонструється одним членом суспільства, є запрограмованим стимулом страху для інших [59; 60].

Дослідники [43; 39] розрізняють два типи причин страхів:

- 1) причини, пов'язані зі специфікою структури суспільства, результатом чого є страх перед свободою, незвідністю та самотністю. Цей страх

не має об'єктивної причини, окрім суспільної позиції, яка змушує людину відчувати себе непотрібною та замислюватися про ненадійність свого існування;

2) причини, пов'язані з певними життєвими обставинами, зокрема кримінальна ситуація в країні або світі, екологічні проблеми, генно-модифіковані продукти, тощо. особливістю цих страхів є той факт, що вони мають дуже раціональну, реальну причину, однак, якщо придивитися, то стає зрозумілим, що вони маскують більш глибокі, приховані та важливіші страхи.

Отже, можна зробити висновок, що види страхів, так само як і їх причини, залежать від багатьох факторів. Досвід з дитинства, приклад оточуючих, чийсь розповіді або власний життєвий досвід можуть спровокувати усвідомлене або неусвідомлене відчуття страху.

Дуалізм небесного та підземного, світлого й темного, добрих богів і злих демонів уможливив розуміння того, яким мусить бути життя людини, розуміння добра й зла, правильності існування та нагороду за нього.

Протягом усього періоду існування людства змінювалося джерело страху, що пояснювалося появою знання, за допомогою якого з'ясовувалися багато питань. Спочатку люди боялися грому та блискавок, з часом цей страх змінився боязню перед певними хворобами, але і він став зменшуватися з появою лікарських засобів.

Страх перед містичним та незрозумілим (чорти, привиди, тіні) змінився боязню незрозумілих створінь з космосу та зомбі. Однак, саме страх перед ірраціональними та потойбічними силами залишався одним із найбільш нав'язливих протягом усього періоду розвитку людства. Наряду з ним, незмінним залишається страх людини перед темрявою, бідністю та смертю.

“Він проникає як в індивідуальне, так і в соціокультурне життя людини і стосується як життя, так і смерті” [3, 288].

Згідно з Т. Гоббсом [13, 167–168] страх є невід'ємною частиною природнього буття, в якому присутня «постійна небезпека насильницької смерті».

Смерть усвідомлюється як фундаментальний фактор людського буття, а людське буття є “буттям до смерті” [47, 260–263]. Сучасні дослідники, розглядаючи тему смерті людини, вони прагнуть до простору вільного від усього людського, адже саме у такому просторі, на їхню думку, філософія знову почне мислити [44, 132].

Підтвердженням цього є ідея М. Фуко про те, що “смерть розглядається як множинна й розтягнута в часі; вона не є тим абсолютним і особливим моментом, відносно якого час зупиняється, щоб повернути назад, вона, як хвороба, характеризується певною присутністю, яке аналітик може розподілити у просторі й часі” [46, 114]

У сучасному світі розуміння смерті змінилося завдяки великій кількості ігор, фільмів, книжок, в яких герої постійно помирають та відроджуються, різноманітним джерелам про символіку та привабливість смерті, про неї, як джерело переродження або джерело постійного спокою. З іншого боку, на сьогодні, частішими стали акти справжньої загрози та жорстокості – терористичні акти, природні катаклізми, рівень злочинності та світові пандемії.

Юнацький вік – етап формування самосвідомості й власного світогляду, прийняття відповідальних рішень, людської близькості, коли цінності дружби, любові можуть бути першорядними [27, 105-108]. Саме в цей період відбувається формування самосвідомості, уявлень про себе, свою зовнішність, недоліки та переваги, утворюється бажання продемонструвати себе, складається уявлення про доросле життя, очікування від нього, виробляється система власних поглядів, переконань та життєвих позицій.

З іншого боку, саме в цьому віці відбувається криза сподівань – руйнування планів, сумніви у правильності обраної професії, розбіжності в уявленнях про доросле життя та реальності. Іншим важливим фактором цього віку є завершення фізичних змін в організмі, які так само вносять певні зміни у життя молодих людей.

Нове середовище також відіграє важливу роль у формуванні людей юнацького віку. Вони опиняються в нових умовах життя (нові знайомі, новий вид діяльності), які лякають, як і все незвідане, та викликають страх.

Аналіз психологічної літератури, проведений М.Б. Богатирьовою та С. С. Бесподеновим [6, 27-37], вказує на те, що в середині 20 сторіччя, підлітковий вік не вважався чуттєвим до страху смерті.

У дослідженні, що було проведене А.М. Прихожан, були отримані результати, пов'язані з динамікою страху у школярів. На останньому етапі дослідження (з 1996 по 1997 роки) у юнаків превалювали страхи армії, зовнішності, виявитися смішним, складні ситуації, а у дівчат це були страхи зовнішності, особистого та професійного майбутнього, відторгнення, потойбічних сил, судьби [36].

Згідно з дослідженням Просекової О.М. [36], яке було проведено серед юнаків та дівчат віком від 14 до 18 років, за модифікованою методикою «Страхи» О.І. Захарова, було встановлено по вісім груп об'єктів страху для обох груп.

За даними цієї розвідки, у юнаків, до першої групи відносяться страхи, пов'язані зі школою – іспитів, поганих оцінок або не вступити до ВУЗу (46,7%); до другої групи належить страх тварин (36,7%); до третьої – соціальні страхи – низький соціальний статус, публічні виступи, невідомого, майбутнього і т. д. (33,3%); до четвертої групи відносить страх смерті родичів або своєї власної (16,7%); п'ята група представлена медичними страхами – страх лікарів, стоматологів, різноманітних хвороб (13,3%); шоста група – просторові страхи (глибини, висоти, тиші) (10%); сьома група – страх темряви та кошмарів (6,7%); восьма група – страх кінця світу (3,3%).

Для дівчат найбільш популярними виявилися соціальні страхи, а саме боязнь конфліктів, протилежної статі та невідомості (100%); друга група – шкільні страхи (46,7%); третя група – страх смерті (36,7%); четверта група – медичні страхи – боязнь крові, вагітності, хвороб (33,3%); п'ята група – страх тварин (миші, змії) (30%); шоста група – просторові страхи (30%); сьома група

– страх темряви (23,3%); восьма група – страх кінця світу та стихійних лих (10%).

Відповідно до цього дослідження, можна зробити висновок про те, що молоді люди, як юнаки, так і дівчата, бояться смерті (своїх родичів чи власної), і, як наслідок, вони бояться заразитися хворобами, які призводять до летального кінця. У дівчат цей показник майже в два рази вищий (страх смерті – 36,7% проти 16,7% у юнаків; страх хвороб – 33,3% у дівчат, проти 13,3% у юнаків).

На нашу думку, такі показники можна пояснити тим фактом, що у юнацькому віці люди звертають багато уваги на суспільство. А, як відомо, у суспільстві чоловіків вважають більш хоробрими, сильними та витривалими, а отже, вони не повинні нічого боятися, в той час як жінки є ніжними, тендітними та боязкими.

Зіткнення сучасних підлітків за смертю, у різних її варіантах, з одного боку, робить її більш привабливою, цікавою, а з іншого – розвиває страх перед власною смертю, викривляючи їх уявлення про смерть в цілому.

У роботах Т.А. Гаврилової, яка наводить у приклад дослідження Д. Еклінда, який зробив припущення про те, що наслідком дитячого егоцентризму є утворення віри у власну безсмертність, унікальність та специфічність [12, 63-72].

У дослідженнях Т.О. Новікової та Д.М. Ісаєва зазначено, що розуміння смерті підлітками відрізняється від погляду на це питання їх батьків. Останні вважають, що смерть сприймається підлітками лише як трагічне явище. У той час, як самі підлітки вважають, що смерть є спасінням від страждань та мук, які відчуває людина, якій набридло життя. Отже, можна сказати, що батьки розуміють смерть як негативне явище, а підлітки, навпаки, ставляться до неї, як до чогось позитивного. Саме тому, на думку дослідників, заборона та таємниці, пов'язані із темою смерті, пов'язані, здебільшого із побоюваннями дорослих, відтворенням їх тривог та страхів, аніж свідчать про реальні уявлення підлітків про смерть [29, 91-95; 30, 110-117].

Серед причин, які викликають страх смерті, у дослідженнях Т.О. Новікової та Д.М. Ісаєва відзначаються наступні: страх через незвіданість того, що буде після смерті; боязнь втратити своїх близьких та залишитися самотнім; смерть є страшною, оскільки підлітки хочуть жити [30].

Отже, страх смерті є одним із найдавніших та найсильніших за всю історію розвитку людства. Діти є тими, на кого легше за все впливати, вони запам'ятовують, нехай і несвідомо, кожен досвід, який мав місце протягом їхнього життя; його вплив на їх стан взагалі та емоційний стан, зокрема; наслідки, які спричинив цей досвід. Все це призводить до більш глибоких та значних страхів у підлітковому віці, кожен з яких може перетворитися на страх невідомого, незвіданого та таємничого, що, в свою чергу, перетворюється на страх смерті, яку асоціюють із чужим, незвіданим та дивним.

1.3. Самоізоляція, як форма кризової ситуації

Життя кожної людини пов'язане з переживаннями, проблемами, ризиками та ситуаціями, які потребують негайного вирішення. Здебільшого усі життєві проблеми вирішуються тим чи тим способом, але виникають і ті, які тягнуть за собою негативні наслідки. В наслідок чого «проблематика не вирішується, а лише загострюється, поглиблюється, обставини стають все нестерпнішими, тоді як адаптаційні та інші ресурси людини вичерпуються, і стає неможливим прийняття конструктивного рішення або відповідне реагування на негаразди та важкі події життя» [24, 215-219].

Вирішення певних соціалізаційних завдань, пов'язаних із віковими змінами людини, також можуть призвести до кризової ситуації, оскільки саме до таких перемін людина може виявитися фізично та морально не готовою.

Іншу категорію кризових ситуацій представляють собою наслідки від стихійного лиха, катастрофи, аварії, екстремальних обставин, наслідки яких не просто змінюють буденний порядок життя, а змушують людину призвичаїтись

до геть нового способу існування, інколи, навіть, унеможливаючи задоволення елементарних потреб.

Виникнення кризових ситуацій є тригером, який поглиблює психологічні негаразди, що спричиняє, в свою чергу, загострення конфліктів, труднощі соціального характеру, викликає деструктивну поведінку.

Одним із найбільш повних визначень кризи, на нашу думку, є визначення Г. Олпорта: «Криза – це ситуація емоційного та розумового стресу, що призводить до суттєвих змін в уявленні про себе та світ навколо за дуже коротких проміжків часу. Дуже часто це призводить до позитивних або негативних змін в структурі особистості. Цікавим є той факт, що особистість, яка перебуває в стані кризи, не може залишатися такою, як раніше» [31].

Основною ознакою кризи є «наявність екзистенційного завдання, проблеми, смислу, що вимагає від особистості перегляду всієї системи свого духовного та матеріального світу і пояснює, причину настільки болісного переживання етапу життя, пов'язаного із кризою. Головною складністю кризи є той факт, що її треба не просто перетерпіти, а витратити певні зусилля на її подолання, змінити власні уявлення про світ, у якому опинилася людина, переосмислити життєві принципи, установки та цінності, навчитися думати по-іншому, приймати інші рішення [24, 216]

Психолог Титаренко Т. М. визначає життєву кризу, як «тривалий внутрішній конфлікт з приводу життя в цілому, головних цілей та шляхів їх досягнення» [41, 10]. Відтак, життєва криза впливає на розвиток особистості в цілому, на життєву позицію, життєвий шлях.

Дослідниця поділяє кризи на дві підгрупи – нормальні (прогресивні) та анормальні (регресивні) кризи. Нормальна криза пов'язана із переходом від одного вікового етапу до іншого, вона характерна для усіх людей, оскільки всі люди дорослішають, зростають, старіють та наближаються до завершення життя [41, 11]. Анормальна криза виникає під час складних умов життя, під час переживання людиною подій, які різко змінюють її життя.

Кривоконь Н.І. визначає кризову ситуацію як «життєву ситуацію із найвищим (критичним) рівнем розвитку проблематики особистості, тобто проблемна ситуація, яку особистість переживає, перебуваючи у кризовому психічному стані» [24, 216].

Кризові ситуації можуть дати поштовх до переосмислення ставлення людини до самої себе, до свого життя, свого минулого, майбутнього та теперішнього.

Кризова ситуація включає в себе також наступні компоненти:

- уявлення про безвихідність ситуації;
- неможливість розв'язання конфлікту;
- відсутність інформації, яка є необхідною для подолання конфлікту;
- подія (чи події), яка викликає кризу – це може бути будь - яка дезадаптуюча зміна в суспільстві, що викликає переверот у взаємодії людини з оточуючим світом, та його очікуваннях від нього.

До кризових періодів розвитку особистості відносять [24, 216]:

- власне вікові кризи – вони виникають під час розвитку особистості, коли відбуваються істотні зміни в психологічному статусі людини, що є наслідком змін біологічного, фізіологічного та психофізіологічного характеру;
- вікові кризи, що пов'язані із значними змінами у соціальному статусі особистості – це стосується дорослих людей, які самі визначають свою соціальну ситуацію та способи взаємодії з оточуючим середовищем;
- кризи, що зумовлені змінами соціальних статусів в суспільстві – це трансформації в суспільстві, які призводять до необхідності засвоєння нових соціальних норм, цінностей та ін.

Існують і інші критерії, за якими визначають кризові ситуації [9, 122]:

- за віковим критерієм – криза підліткового віку, криза тридцяти років, криза «середини» життя, тощо;
- за критерієм тривалості:
 - мікрокриза (декілька хвилин);

- короткочасна (до чотирьох – шести тижнів);
- довготривала (до одного року);
- за критерієм результативності: конструктивні, деструктивні;
- за діяльнісним критерієм:
- криза операціональної сторони життєдіяльності (коли людина не знає що робити в обставинах, які склалися);
- криза мотиваційно-цільової сторони життєдіяльності (коли людина не має мети для подальшого життя);
- криза смислової сторони життєдіяльності (коли людина не знає навіщо їй жити далі);
- за критерієм детермінованості – кризи, викликані інтра-психічними факторами та кризи, викликані ситуативними факторами;
- за критерієм складності:
- прості кризи (викликані однією подією);
- багатовимірні кризи (торкаються практично всіх аспектів індивідуального життя особистості);
- за критерієм передбачуваності – передбачувані (нормативні) та «ситуаційні» (імовірнісні).

У межах ролівої теорії П.П. Горностай розробив класифікацію кризових ситуацій, основним критерієм для якої виступили життєві проблеми та дисгармонія зміни життєвих ролей особистості [15]. Відповідно до цього, науковець виділяє сім груп.

1. Кризи становлення особистості – вікові кризи, які є нормативними для традиційного розвитку людини;
2. Кризи здоров'я – пов'язані із втратою здоров'я, і, як наслідок, докорінної зміни життя;
3. Кризи пов'язані із неминучим близьким кінцем життя;
4. Кризи значущих стосунків – причиною може виступати смерть близької людини, вимушена розлука, зрада, розлучення.

5. Кризи особистісної автономії – зменшення або втрата власної свободи (попадання у залежність від людей чи обставин, позбавлення волі);

6. Кризи самореалізації – пов’язані із неможливістю самореалізації людини на тому рівні, на якому планувалося (втрата роботи, втрати певної соціальної ролі, вихід на пенсію, визнання помилковості життєвого шляху);

7. Кризи життєвих помилок – виявляються внаслідок скоєння фатальних вчинків (зрада, злочин), втрата коштовної речі (навіть внаслідок стихійного лиха), кризи гріха [24, 217].

Визначене місце серед кризових ситуацій займають так звані «надзвичайні» ситуації. Відповідно до нормативних актів, які регламентують діяльність системи запобігання та реагування на такі ситуації, надзвичайна ситуація передбачає «порушення нормальних умов життя і діяльності людей на об’єкті або території, спричинене аварією, катастрофою, стихійним лихом або іншими чинниками, що призвело (може призвести) до загибелі людей та/або значних матеріальних втрат» [34].

До основних видів надзвичайних ситуацій, відповідно до їх причин, відносяться:

- надзвичайні ситуації техногенного характеру (транспортні аварії, (катастрофи), пожежі, неспровоковані вибухи чи їх загроза, аварії з викидом (загрозою викиду) небезпечних хімічних, радіоактивних, біологічних речовин, раптове руйнування споруд та будівель, аварії на інженерних мережах і спорудах життєзабезпечення, гідродинамічні аварії на греблях, дамбах тощо;
- надзвичайні ситуації природного характеру - небезпечні геологічні, метеорологічні, гідрологічні морські та прісноводні явища, деградація ґрунтів чи надр, природні пожежі, зміна стану повітряного басейну, інфекційна захворюваність людей, сільськогосподарських тварин, масове ураження сільськогосподарських рослин хворобами чи шкідниками, зміна стану водних ресурсів та біосфери тощо;

- надзвичайні ситуації соціально-політичного характеру, пов'язані з протиправними діями терористичного і антиконституційного спрямування: здійснення або реальна загроза терористичного акту (збройний напад, захоплення і затримання важливих об'єктів, ядерних установок і матеріалів, систем зв'язку та теле-комунікацій, напад чи замах на екіпаж повітряного або морського судна), викрадення (спроба викрадення) чи знищення суден, захоплення заручників, встановлення вибухових пристроїв у громадських місцях, викрадення або захоплення зброї, виявлення застарілих боєприпасів тощо;
- надзвичайні ситуації воєнного характеру, пов'язані з наслідками застосування зброї масового ураження або звичайних засобів ураження, під час яких виникають вторинні фактори ураження населення внаслідок зруйнування атомних і гідроелектричних станцій, складів і сховищ радіоактивних і токсичних речовин та відходів, нафтопродуктів, вибухівки, транспортних та інженерних комунікацій тощо [33].

Бачимо, що від повно до наведеної вище класифікації, пандемія коронавірусу відноситься до надзвичайних ситуацій природнього характеру.

Дослідники виділяють певні фази, якими характеризується реакція людей на кризову ситуацію [52]:

- шок, що проявляється у зниженні активності та дезорієнтації в оточенні або запереченні реальності подій; ця фаза є швидкоплинною;
- реагування у різних за інтенсивністю та якістю формі тривоги, страху, які поступово зникають, викликаючи почуття провини, депресії;
- адаптації, прийняття реальності, або формування посттравматичного синдрому.

Отже, можемо зробити висновок, що критична ситуація, не залежно від її типу, має руйнівний вплив на людину, її розуміння себе в соціуму, своєї ролі та свого значення для оточуючого середовища. Пандемія, як кризова ситуація природнього характеру, не залежить від людини напряму, а розвивається самостійно, чим спричиняє велику загрозу її здоров'ю та благополуччю. Така,

невидима, загроза змушує людину змінювати свій звичний графік та ритм життя, приймати несподівані рішення, вносити корективи у своє повсякденне життя. Все це спонукає людину замислитися про сенс життя, про його довготривалість та кінцевість, оскільки хвороба є прямою загрозою здоров'ю, а від так і життю людини.

1.4. Психологічні особливості юнацького віку

Традиційно, юнацький вік вважається періодом інтенсивного розвитку особистості, її самосвідомості. Викликаний цей процес як внутрішніми закономірностями розвитку, так і певними зовнішніми чинниками.

З плином часу відрізнялося розуміння юності у різних культурах. Так, зокрема для періоду античності та середньовіччя, юність характеризувалася як період розквіту фізичної сили та воїнської доблесті, до яких додавалася інтелектуальна незрілість. Це пояснювалося багатьма факторами, одним із головних, однак, визначається відсутність доступу до нової інформації, недостатньо можливостей для саморозвитку та самоідентифікації.

Розвиток темпу змін суспільства, переосмислення сімейних та соціальних цінностей, ставлення соціуму та свого місця в ньому, поява можливості широко вибору (починаючи від професій та місця навчання, стилю життя і закінчуючи можливістю обирати друзів за межами шкільного кола) призводять до появи нового, сучасного розуміння образу юності, характерною рисою якого стає свідоме самовизначення.

Характерними ознаками для юнацького віку визначаються амбівалентність (суперечливість) та парадоксальність [38, 46]. Наслідком наявності таких рис є несподівана зміна настрою (наприклад, веселощі – зневіра, впевненість в собі – сором'язливість, допитливість – розумова байдужість тощо.). Однак, головним завданням цього періоду є саме формування самосвідомості та ідентичності [22, 3].

Питання щодо класифікаційних характеристик та особливостей юнацького віку (його початок та закінчення, психологічний зміст провідної діяльності, перелік новоутворень) є дуже дискусійним та трактується по-різному вітчизняними та зарубіжними вченими [20, 200; 23, 213]. Єдиним серед усіх науковців є то факт, що цей період пов'язаний із найбільш інтенсивним особистісним розвитком.

У радянській психології дослідження юнацького віку, здебільшого, стосувалося зовнішніх впливів та аспектів: соціальної ситуації (Л. Виготський, Л. Божович) та теорії «провідної» діяльності (Д. Ельконін, О. Леонтьєв). У той же час роботи західних дослідників (Е. Еріксон, Р. Бернс) надають розлогу характеристику специфічних механізмів та закономірностей внутрішніх процесів та специфічних механізмів, характерних для самосвідомості особистості [40, 198-201]. Було встановлено, що для раннього юнацького віку характерною зовнішньою ситуацією є зміна соціального статусу, нові соціальні умови та обставини, початок засвоєння нових видів діяльності, розширення соціальних контактів і нові вимоги, які висуває соціум. Саме ці фактори та необхідність встановлення нових орієнтирів у житті, визначення свого місця та майбутнього вектору розвитку виступають як причина формування нової «духовної потреби» - потреби у життєвому самовизначенні [7].

Однак, слід зазначити, що духовна сфера життя людини не є повністю підпорядкованою соціальної та нормативній діяльності. Відтак суспільні та соціальні відносини є лише умовами для утворення особистості.

Р. Бернс, який досліджував закономірності розвитку особистості в ранньому юнацькому віці, зазначав, що типові для цього віку внутрішні конфлікти й стреси, пов'язані, перш за все, із необхідністю зміни та руйнування емоційних зав'язків, які склалися у дитинстві та необхідністю утворення нових відносин [5]. Разом із тим, саме в цей час відбувається розширення діапазону рольових виборів, яке пов'язане із появою великої кількості нових відношень. Саме в цей період відбувається найбільш активний процес соціалізації молоді людини, що призводить до появи великої кількості нових соціальних контактів.

Вони, в свою чергу, можуть нести в собі нові стандарти і цінності, які іноді відрізняються від очікувань та розумінь молодого людини. Такі суперечності можуть призводити до рольових конфліктів. Саме тому, на перший план виходить проблема формування «глобальної Я-концепції» та «пошуку ідентичності» [40, 199]. З огляду на вищезазначене, стає очевидним, що формування в молодого людини образу «Я» є невідривним від соціальної ролі, позиції у світі, взаємовідносин із ним та визнанням власної моралі та цінностей.

А. Мудрик [28, 44] визначав процес «пізнання світу й себе в ньому» як основний та найважливіший момент у становленні особистості [28, 45]. Характерною проблемою для цього періоду є потреба у відокремленні від дорослих, встановленні власних орієнтирів, власної позиції, цінностей, світогляду та стилю життя.

Отже, характерними психологічними надбаннями раннього юнацького віку є активізація та актуалізація процесів становлення соціальної позиції та основ світогляду. Інтенсивний процес розвитку, самовизначення та становлення себе як особистості відбувається у двох площинах – зовнішній та внутрішній, поєднуючи бажання виділитися серед однолітків, проявити свою індивідуальність та прагнення розкривати свої здібності та можливості у спілкуванні із зовнішнім світом.

Одним із головних відкриттів для цього періоду стає пошук підлітком свого місця у світі, зміна його світогляду. В. Худик, визначив світогляд як «систему переконань, що виявляється у ставленнях особистості для середовища» [48, 5].

Іншим важливим аспектом цього періоду є професійне становлення, яке займає чи не найважливіше місце у житті підлітка, оскільки саме від цього вибору залежить його майбутнє життя. Професійне самовизначення пов'язане не лише із зовнішнім світом, а і є невіддільним від самовизначення людини у сфері моральної позиції, життєвого сенсу та світогляду. Саме на цей період припадає зростання інтелектуальних можливостей, яке уможливорює аналіз та переоцінку моральних принципів, життєвих цілей, перспектив і, разом з тим,

означає перехід до дорослого життя, з його змінами у настановах, очікуваннях, ідеалах та цілях.

В сучасному світі професійне самовизначення розуміють не лише як вибір професії, але і як постійний процес пошуку смислу в обраній професії.

Не менш важливим для стану психічного здоров'я юнаків є зростаюча кількість зовнішніх чинників, які впливають на рівень стресу: бажання отримати більшу самостійність, намагання відповідати очікуванням своїх однолітків, пошук сексуальної ідентичності та зростаючу доступність та використання технічних засобів.

Важливу роль у житті юнацтва відіграє сім'я, стосунки всередині сім'ї та за її межами. Не дивлячись на певний ступінь самостійності та незалежності, все ще присутня певна залежність від батьків (їх настанов, матеріальної допомоги, керівництва).

Вплив ЗМІ та гендерних норм має дуже великий вплив на юнаків, вони поглиблюють невідповідності між дійсністю, в якій він живе та його уявленням про майбутнє. Здатність керувати своїми емоціями є дуже важливою у цей період, оскільки, відповідно до дослідження Л.Н. Вахрушевої [10] було встановлено, що вміння керувати та слідкувати за своїми емоціями повністю пов'язано із популярністю в соціумі та успішністю серед своїх однолітків та у професійному житті.

Саме в період юності утворюються найсприятливіші умови для створення інтегративного психічного утворення – сенсу життя. Емоційна сфера в цей період стає значно багатшою за змістом, але водночас характеризується більш тонкими відтінками переживань. Цей час відзначається підвищеною емоційною сприятливістю та здатністю до співпереживання. Однак, ця сприятливість пов'язана з категоричністю та прямолінійністю юнацьких оцінок, запереченням аксіом, які є віддзеркаленням власного інтелектуального пошуку, намаганням переосмислити та прийняти існуючі істини не як нав'язані, а як осмислені самостійно.

Юність характеризується розвитком емоційності та встановленням внутрішніх норм поведінки, порушення яких викликає актуалізацію почуття провини. Важливим стає емоційне переживання процесу мислення, внутрішнього життя.

«Я» - концепція цього віку характеризується підвищеною чутливістю до особливостей свого тіла і зовнішності. З віком усі ці фактори стають менш важливими, людина звикає до своїх особливостей, своєї зовнішності. Поступово головними для «Я» - концепції стають розумові здібності, вольові та моральні якості. Більш адекватною стає самооцінка (вона включає і деякі негативні оцінки своїх здібностей і можливостей, приймаючи їх як даність, як таку саму невід'ємну частину себе, як і оцінки позитивні) і продовжує виконувати функцію психологічного захисту.

Чим важливішою для особистості є якась властивість (інтелект, комунікабельність тощо), тим вірогідніше особистість готова виявити її в собі, тим частіше в процесі самооцінки включається механізм психологічного захисту. Особливістю юнацького віку в цьому плані є специфічний егоцентризм: юнакам часто здається, що оточуючі обов'язково звертають на них увагу, негативно думають про них, взагалі оцінюють їх. Саме тому часто їх перша реакція на інших - захист.

Важливим, також, є поняття про майбутнє та розуміння своєї самостійності, свого особистого життя та соціального простору. Головним фактором у цьому виявляється самоповага (юнаки та дівчата з низькою самоповагою менш самостійні, більше залежать від думки оточуючих, є більш схильними до того, щоб ними керували; і, навпаки, ті юнаки та дівчата, які мають більший рівень самоповаги, є, зазвичай, більш самостійними, активними, активно приймаються участь у соціальному та громадському житті).

Отже, юність – це саме той період розвитку людини, який є дуже важливим для формування задатків на майбутнє, оскільки саме в цей час закладаються основи зацікавленості у самостійності, самореалізації, актуалізації своїх бажань та цілей, становлення власних розумінь про навколишній світ. Саме в цей період формується зріла особистість, з повноцінними поглядами на життя, незалежністю та перспективами на майбутнє.

РОЗДІЛ 2

ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ ДИНАМІКИ СТРАХІВ В ПЕРІОД САМОІЗОЛЯЦІЇ

2.1 . Обґрунтування проведеного емпіричного дослідження

Об'єкт дослідження – страх, як прояв емоційного стану в період самоізоляції.

Предмет дослідження – динаміка страхів під впливом умов режиму самоізоляції, як кризових ситуацій в юнацькому віці.

Мета роботи – встановлення динаміки страхів під впливом умов режиму самоізоляції, як кризових ситуацій в юнацькому віці.

Гіпотеза дослідження: самоізоляція, як прояв кризової ситуації, зокрема, в період кризи Covid-19, має безпосередній вплив на підвищення рівня страху смерті в юнацькому віці, а саме домінує страх смерті.

Поставлена мета передбачає вирішення наступних завдань:

- дослідження еволюції проблеми страху;
- визначити причини страхів
- вивчити особливості страхів в юнацькому віці, встановити рівень

впливу кризової ситуації, зокрема в період кризи Covid-19, на рівень страху в юнацькому віці.

Виходячи з оставленої мети і завдань нашого дипломного дослідження, на основі проведеного теоретичного аналізу проблеми ми провели тестування, яке включало в себе дослідження основних емоційних та ціннісних орієнтирів, які характерні юнацтву у період коронавірусної хвороби. Дослідження складалося з двох етапів.

1) Перший етап було спрямовано на дослідження та встановлення основних цінностей, характерних для юнацького віку.

2) Другий етап включав в себе безпосереднє проведення тестування

3) Третій етап включав в себе аналіз результатів дослідження за допомогою методів математичної статистики.

З метою перевірки нашого гіпотетичного положення нами було розроблено тестування, за основу якого було взято методика М. Рокича «Ціннісні орієнтації».

Основа будь-якої особистості, незалежно від її віку, статі та особливостей розвитку, формує система її ціннісних орієнтацій, тих орієнтирів та основоположних принципів, яких людина дотримується протягом життя. Саме в період юнацтва багато з таких орієнтацій переосмислюються та змінюють своє місце в системі цінностей. Вони стають підґрунтям до розуміння людиною навколишнього світу, формування основи світогляду та створюють основу життєвої концепції та «філософії життя».

Методикою вивчення ціннісних орієнтацій М. Рокича заснована на прямому ранжуванні списку цінностей. Саме ці цінності були покладені в основу розробленого нами тесту, оскільки вони є основними для розуміння загальної життєвої позиції юнацтва та їх ставлення до самих себе та навколишнього світу.

М. Рокич поділяє усі цінності на термінальні (це переконання в тому, що існує певна кінцева мета індивідуального існування, яка варта того, щоб до неї прагнути) та інструментальні (переконання в тому, що певний образ дій або властивість особистості є кращим у будь-якій ситуації) цінності.

До термінальних цінностей відносяться активне діяльне життя, життєва мудрість, здоров'я, цікава робота, краса природи і мистецтва, любов, матеріально забезпечене життя, наявність хороших і вірних друзів, суспільне покликання, пізнання, продуктивне життя, розвиток, розваги, свобода, щасливе сімейне життя, щастя інших, творчість, впевненість в собі.

Інструментальними цінностями є акуратність, вихованість, високі запити, життєрадісність, старанність, незалежність, непримиренність до недоліків в собі та інших, освіченість, відповідальність, раціоналізм, самоконтроль, сміливість у відстоюванні своєї думки, поглядів, тверда воля, терпимість,

широта поглядів, чесність, ефективність у справах та чуйність.

Тим, хто приймав участь в тестуванні було запропоновано тест, який складався з:

- 6 питань, в яких потрібно було обрати правильну (для себе) відповідь, в залежності від своїх вподобань;

- з 33 питань, в яких користуючись 7-бальною шкалою, потрібно було оцінити ситуацію, яка склалася в Україні внаслідок поширення коронавірусної інфекції;

- з 7 питань, в яких користуючись 7-бальною шкалою, необхідно було оцінити, якою ситуація епідемічної небезпеки постає особисто для вас (1- відсутність загрози, 7 – дуже висока загроза);

- 8 питань, в яких, користуючись 7-бальною шкалою, необхідно було оцінити, якою мірою ситуація епідемічної безпеки створює особисто для вас відповідні ризики (1 – відсутність ризику, 7 – дуже високий ризик);

- 10 питань, де користуючись 7-бальною шкалою, треба було оцінити, якою мірою ситуація епідемічної небезпеки для Вас супроводжується наступними відчуттями (1 – не супроводжується, 7 супроводжується постійно).

Всього в дослідженні брали участь 52 особи, з них: 38 осіб віком від 16 до 21 року, 14 осіб віком від 22 років до 37 (що представлено на рисунку 2.1).



Рис. 2.1. Вік осіб, що приймали участь в дослідженні

Учасники тестування були умовно поділені на дві групи: перша – юнаки та дівчата віком від 16 до 21 років, друга – так звана ‘контрольна’ група, в яку ввійшли більш дорослі люди, віком від 22 до 37 років.

Нами було зроблено припущення, що друга група буде більш характеризуватися меншою схильністю до навіювання та швидкої зміни настроїв та ціннісних орієнтирів, оскільки є більш дорослими, з усталеним світорозумінням та набором цінностей в житті.

2.2. Аналіз отриманих результатів дослідження

Проведене дослідження дало змогу отримати уявлення про основні цінності, які є характерними для юнаків під час існування COVID -19 (яка виступає чинником, що викликає страх смерті).

З-поміж запитань, на які необхідно було відповісти респондентам, були ‘ключові’ запитання, які, на нашу думку, демонструють ставлення опитуваних до проблеми з коронавірусом в Україні, та виявляють COVID -19 як причину активізації страху смерті.

Так, зокрема, було встановлено, що відповіді на питання, які прямо пов’язані із панікою, загрозою життю, страхом та смертю вказують на високий рівень побоювання, переживання та занепокоєння з цього приводу у представників обох груп. Представники групи юнацтва (особи, віком від 16 до 21 року) на більшість запитань давали відповіді, які демонструють високий рівень тривоги, реальності загрози та панічності.

Можна сказати, що не зважаючи на той факт, що представникам юнацтва, зазвичай, не властиве переживання за власне здоров’я, у такій нестандартній ситуації вони стали більш обачними та обережними.

На запитання “Наскільки особисто Ви стурбовані ситуацією зі зростанням епідемічної загрози?” найбільша кількість відповідей була отримана у вигляді варіанту “ситуація викликає помірну стурбованість” – 57,7 % (30 осіб), що продемонстровано на рисунку 3.1, серед яких 20

представників юнацтва і 10 – представники контрольної групи.

Також на рисунку 3.2 можна побачити, що відсоток людей, які стурбовані ситуацією лише у незначному ступені (10 осіб – 19,2 %) в два рази більший ніж відсоток тих, в кого “ситуація викликає напружену тривогу” (5 осіб – 9,6%).

3. Наскільки особисто ви стурбовані ситуацією зі зростанням епідемічної загрози?

52 ответа



Рис. 3.2. Відповідь на запитання “Наскільки особисто Ви стурбовані ситуацією зі зростанням епідемічної загрози?”

Потрібно зазначити, що в обох випадках більшу кількість тих, хто відповів становлять представники групи юнацтва (це можна побачити на рисунку 3.3). Цей факт вказує на те, що юнацтво занепокоєне своїм здоров'ям, вони відчувають стурбованість навколишньою ситуацією, оскільки вона може призвести до певного стресового стану, через переживання за своє життя та життя близьких.

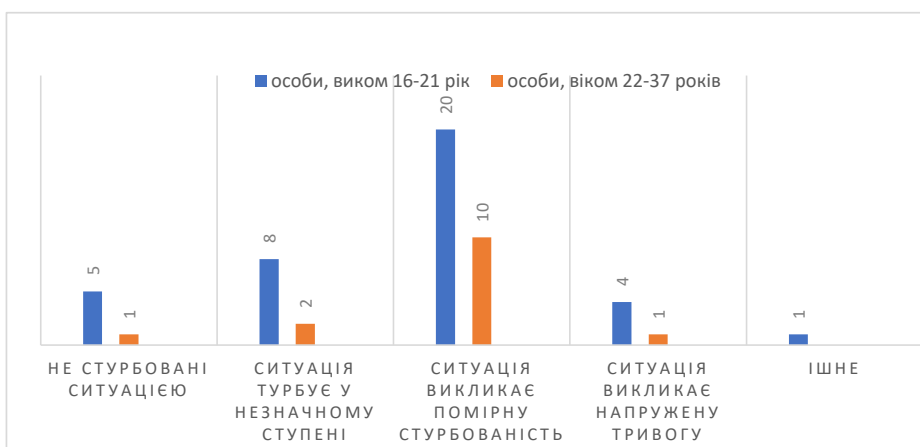


Рис. 3.3. Віковий показник відповіді на запитання “Наскільки особисто Ви стурбовані ситуацією зі зростанням епідемічної загрози?”

Відповіді на наступне запитання “Як інтенсивно Ви стежите за розвитком епідемічної ситуації?” вказують на той факт, що в людей існує певна зацікавленість даним питанням, оскільки варіант “час від часу переглядаю інформацію” був обраний більш ніж половиною респондентів (57,7 % - 30 осіб), що можна побачити на рисунку 3.4.

4. Як інтенсивно ви стежите за розвитком епідемічної ситуації?
52 ответа



Рис. 3.4 Відповідь на запитання “Як інтенсивно Ви стежите за розвитком епідемічної ситуації?”

Необхідно зазначити, що 21 відповідь серед 30 належить особам від 16 до 21 року (що становить 70 % від всіх відповідей), а ще 9 – відповіді респондентів віком від 22 до 37 років (30 %), що можна побачити на рисунку 3.5.

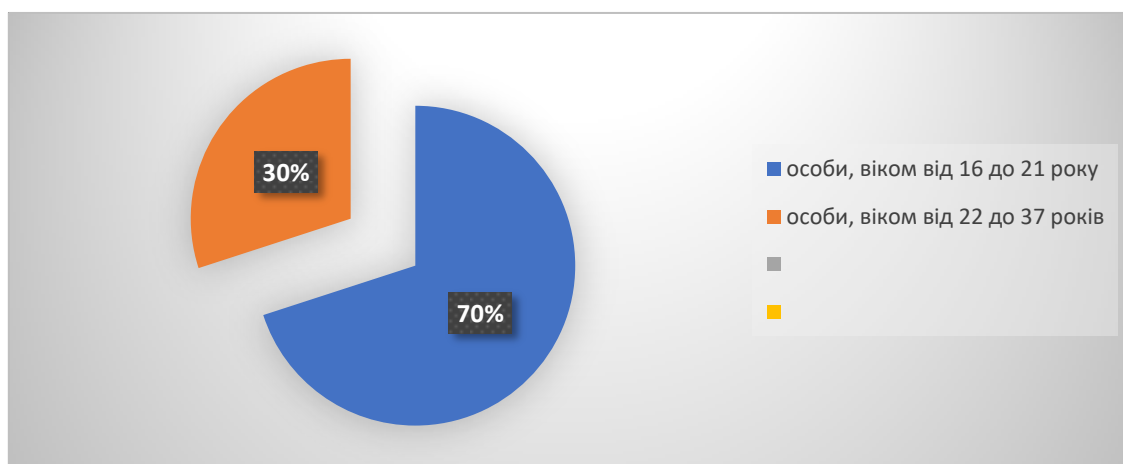


Рис. 3.5. Відсотковий показник віку респондентів при відповіді на запитання “Як інтенсивно Ви стежите за розвитком епідемічної ситуації?”.

Цей факт підтверджує думку про те, що молоді люди цікавляться ситуацією навколо себе, переймаються нею, оскільки від неї залежить їх самореалізація та місце в цьому світі, майбутнє працевлаштування. Також це вказує на їх переживання про своїх близьких та небажання наражати їх на небезпеку.

На запитання про дотримання режиму самоізоляції та обмеження Чи дотримуєтесь обмеження соціальної дистанції у зв'язку із впровадженням карантинних заходів в Україні, більшість відповідей (80,8%) була позитивною, що свідчить про боязнь юнацтва зіткнутися із певними проблемами із здоров'ям, які можуть призвести до важкого стану або смерті, тому вони перевіряють ситуацію навколо себе (це можна побачити на рисунку 3.6).

5. Чи дотримуєтесь Ви режиму самоізоляції та обмеження соціальної дистанції у зв'язку із впровадженням карантинних заходів в Україні?

52 ответа

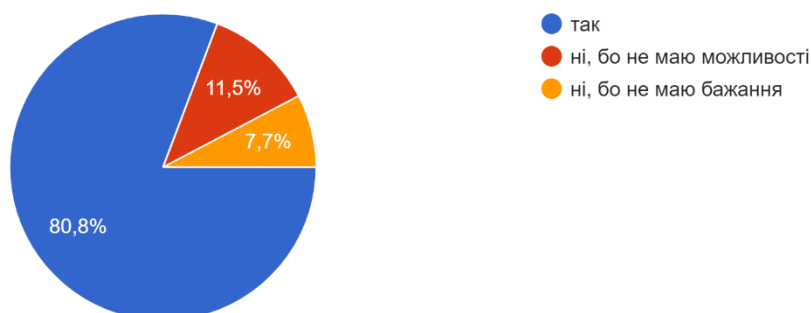


Рис. 3.6. Відсоткове співвідношення відповідей на запитання “Чи дотримуєтесь Ви режиму самоізоляції та обмеження соціальної дистанції”?

В цілому, карантин не змінив життя тих людей, які приймали участь в опитуванні, що видно з рисунку 3.7. Така ситуація викликана різними зовнішніми та внутрішніми факторами, які мають певний вплив на учасників нашого опитування.

7. Як вплинув карантин на Ваше ставлення до життя в цілому?

52&nbsp;ответа

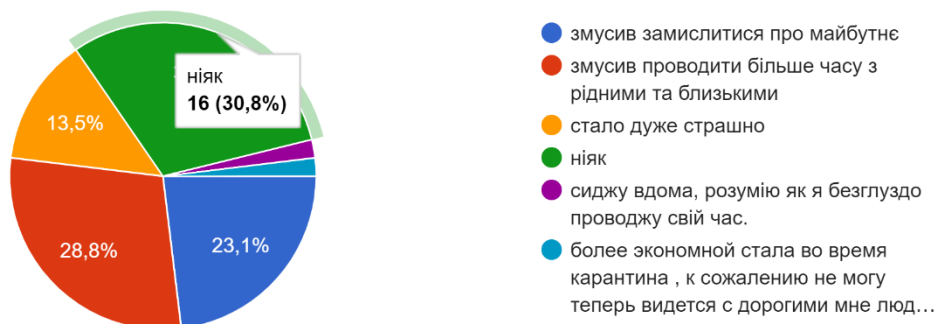


Рис. 3.7. Вплив карантину на життя в цілому

Деякі респонденти (28,8%) тепер вимушені проводити більше часу із своїми близькими та рідними. Серед респондентів були такі, хто зауважив, що карантин вплинув на їх стиль життя (стали більше часу проводити вдома, або карантин зробив неможливим відвідувати родичів). Потрібно зауважити, що 13,5% (7 осіб – 5 віком від 16 до 21, та 2 особи віком від 22 до 37) вказали, що їм стало дуже страшно.

Можна зробити припущення, що ці люди дуже переймаються своїм здоров'ям та здоров'ям своїх близьких, саме тому вони відчують страх за своє благополуччя та стан своєї сім'ї. Також можна припустити, що такий результат є наслідком пропаганди у ЗМІ, адже саме представники юнацтва, особливо сьогодні, є дуже активним користувачами соціальних мереж, в яких існує багато новин з різних куточків світу про жахіття, до яких призвела пандемія COVID-19.

Наступний блок питань, складався з 33 питань, в яких використовуючи 7-бальну шкалу, необхідно було оцінити ситуацію, яка склалася в Україні внаслідок поширення коронавірусної інфекції. З цього блоку було обрано 10 контрольних запитань, відповіді на які демонструють ставлення до страху смерті, який пов'язаний із коронавірусною хворобою та її розповсюдженням в Україні.

На запитання, яке стосувалося визначення рівня ‘небезпеки-безпеки’ більшість відповідей розділилася між цифрам ‘3’ та ‘4’, які позначають помірний рівень безпеки-небезпеки (ці дані можна побачити на рисунку 3.8).

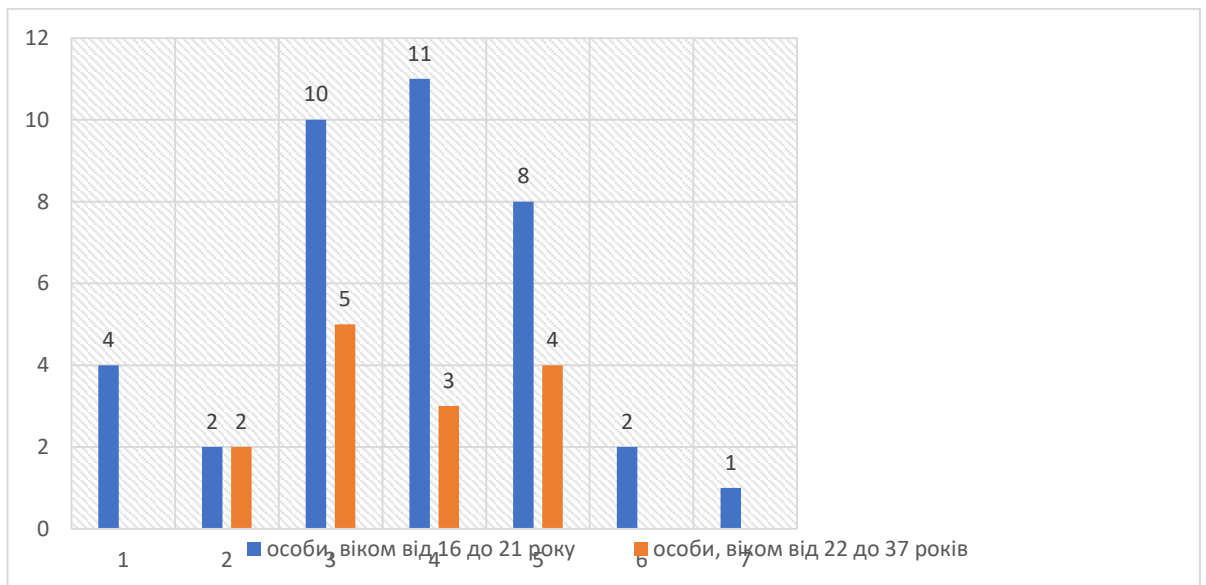


Рис. 3.8. Рівень відчуття ‘небезпеки - безпеки’

Такі дані вказують на той факт, що більшість населення (як юнацтво, так і дорослі люди), почуваються у відносній безпеці. Зокрема, представники групи юнацтва можуть керуватися тим, що вони повністю контролюють ситуацію навколо себе і лише вони є відповідальними за те, що з ними відбувається. Також такі відповіді на дане запитання можуть бути викликані тим фактом, що, зазвичай, молодь ставиться до свого здоров’я досить легковажно, дуже рідко переймається ним, саме тому ситуація з коронавірусом не викликає у них певного відчуття небезпеки.

Майже такими самими були результати, отримані на запитання про відчуття ‘хаосу – порядку’ (рисунок 3.9), оскільки ці запитання перекликаються та мають спільне підґрунтя.

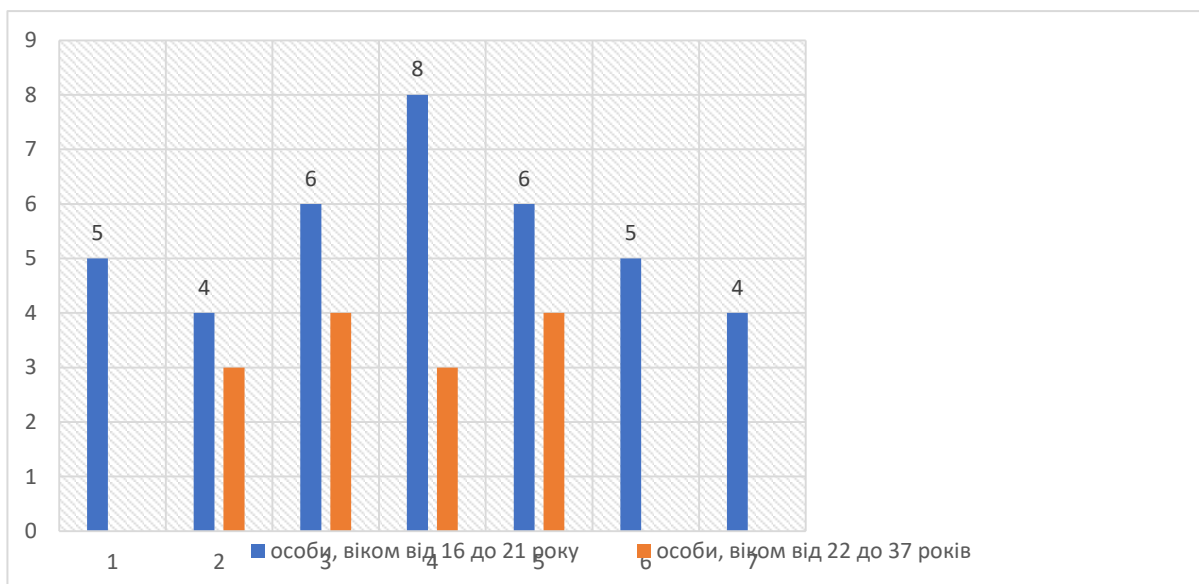


Рис. 3.9. Рівень відчуття ‘хаосу – порядку’

Інформація, яка була отримана протягом перших днів та тижнів епідемії в Україні, не могла призвести до іншого результату. З одного боку, кількість інформації була дуже великою, її було забагато, вона виявлялася, подекуди, суперечливою. З іншого боку, поступове пояснення цієї інформації, її щоденне оновлення, спричинило уявлення про керованість ситуацією.

Ця суперечливість яскраво продемонстровано на рисунку 3.10, на якому ми бачимо, що більшість респондентів (31), серед яких була майже рівна кількість опитуваних з обох груп, розділили свої голоси між 3, 4 та 5 позиціями, які характеризують щось середнє між хаосом та порядком. З одного боку, це вказує на їх здатність до аналізу ситуації в цілому, а з іншого – вказує на певний рівень довіри до оточуючого середовища. Однак, 5 особи (майже 10% від загальної кількості) обрали категорію ‘хаосу’ (усі вони віком від 16 до 21 року), що підтверджує думку про невизначеність юнацтва, їх невпевненість у своєму майбутньому. З іншого боку, 4 особи (майже 8 % усі віком від 16 до 21 року) обрали категорію ‘порядку’, що може бути свідченням як рівноваги та виваженості у прийнятті рішень, так і легковажності, яка виявляється у недбалому ставленні до ситуації, яка склалася.

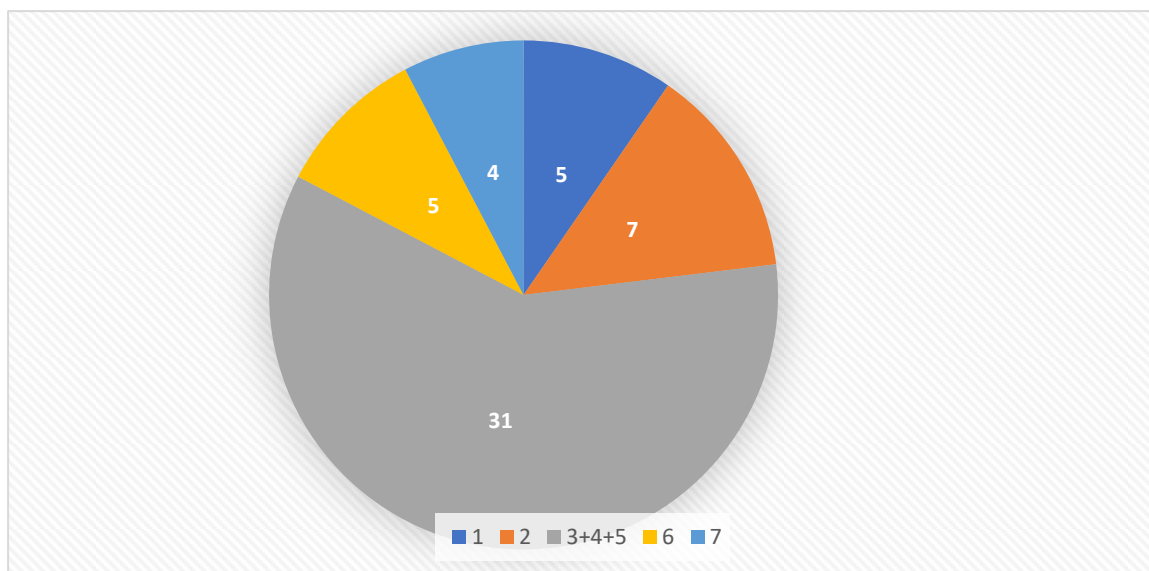


Рис. 3.10. Кількісний показник відчуття ‘хаосу – порядку’

Можна зробити висновок, що певна кількість респондентів, віком від 16 до 21 року є безпечними та не вважають за потрібне піклуватися про своє майбутнє або майбутнє своєї родини. В той час, як інша група їх однолітків переймається за ці речі дуже сильно.

Розглядаючи питання про відчуття ‘реальності – нереальності загрози’, можна зробити висновок, що загроза відчувається цілком реальною як серед представників юнацтва, так і серед представників ‘контрольної’ групи. Отримані результати можна побачити на рисунку 3.11.

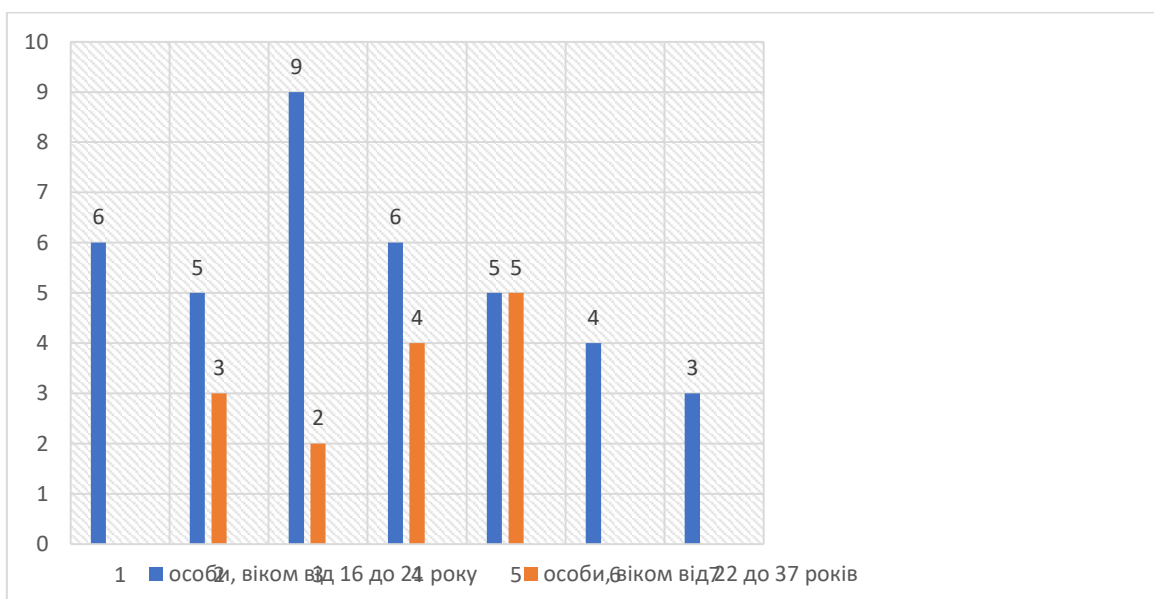


Рис. 3.11. Рівень відчуття ‘реальності – нереальності загрози’

Кількісні показники вказують на той факт, що більшість представників обох груп реально ставиться до загрози коронавірусної хвороби, розуміючи її існування та можливі наслідки.

Це вказує на адекватність суджень обох груп та усвідомлення світу навколо себе. З іншого боку, було отримано 6 відповідей (які становлять 11,5 %), усі від представників групи осіб, віком від 16 до 21 року, які вказують на те, що коронавірусна загроза для них є досить реальною. Такий результат вказує на наявність максималізму думок та схильності до перебільшення.

На запитання про відчуття ‘спокою - занепокоєння’ від ситуації, яка склалася, більшість відповідей (42) вказує на більш ніж середній рівень занепокоєння (див. рис. 3.12).

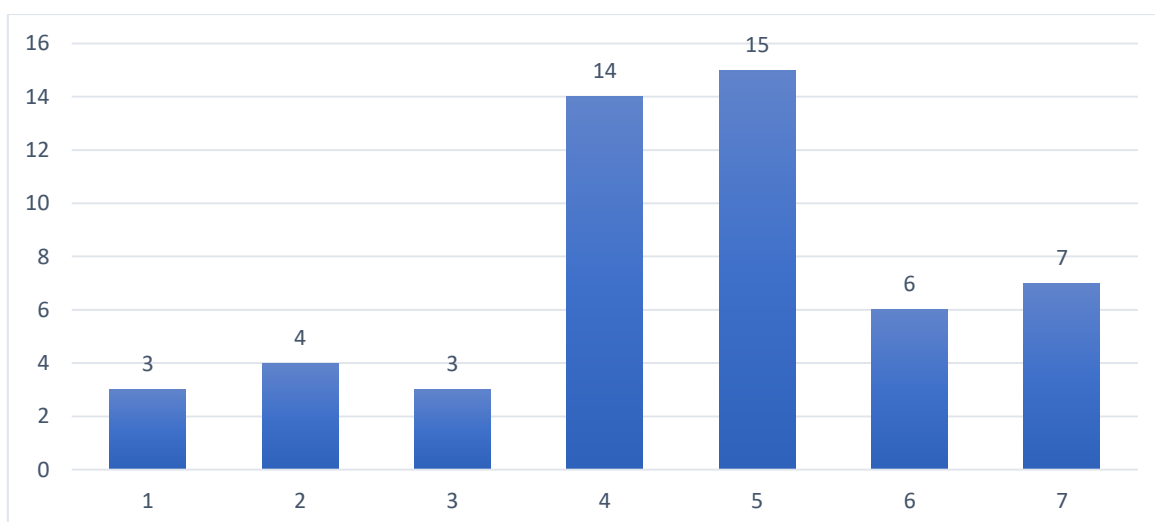


Рис. 3.12. Показник відчуття рівня ‘спокою - занепокоєння’

При відповіді на це запитання більш занепокоєними виявилися представники ‘контрольної’ групи, оскільки їх відповіді, в основному, варіювалися між відмітками 4 та 5. Однак, 12 представників групи юнацтва обрали відмітки 6 та 7, які вказували на найбільший рівень занепокоєння (це можна побачити на рисунку 3.13).

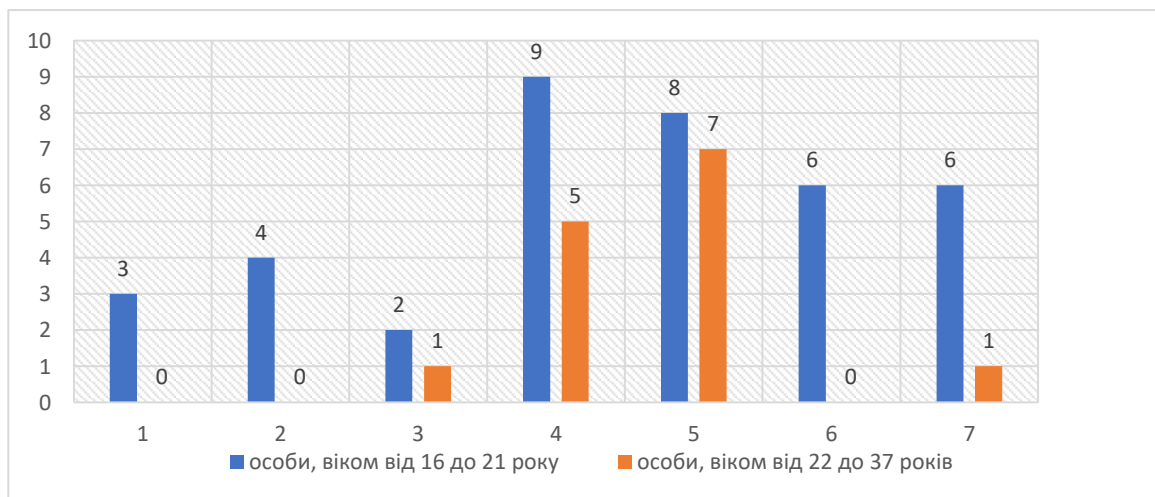


Рис. 3.13. Рівень відчуття 'спокою – занепокоєності'

Виходячи з цього, можна зробити висновок, що більш дорослі респонденти дивляться на ситуацію більш логічно, раціонально оцінюють ступінь загрози та небезпеки. У той час, як представники юнацтва є більш залежними від думки оточуючих, менш впевненими в собі та своєму майбутньому.

Одним із ключових питань опитування, на нашу думку, було запитання про рівень 'страху - спокою', який викликає ситуація із коронавірусною хворобою в Україні. Оскільки, саме вона демонструє емоції, пов'язані із цією ситуацією, ступінь занепокоєння нею та те, наскільки люди, які взяли участь в опитуванні стурбовані через неї. Кількісні показники відповідей на це запитання можна побачити на рисунку 3.14.

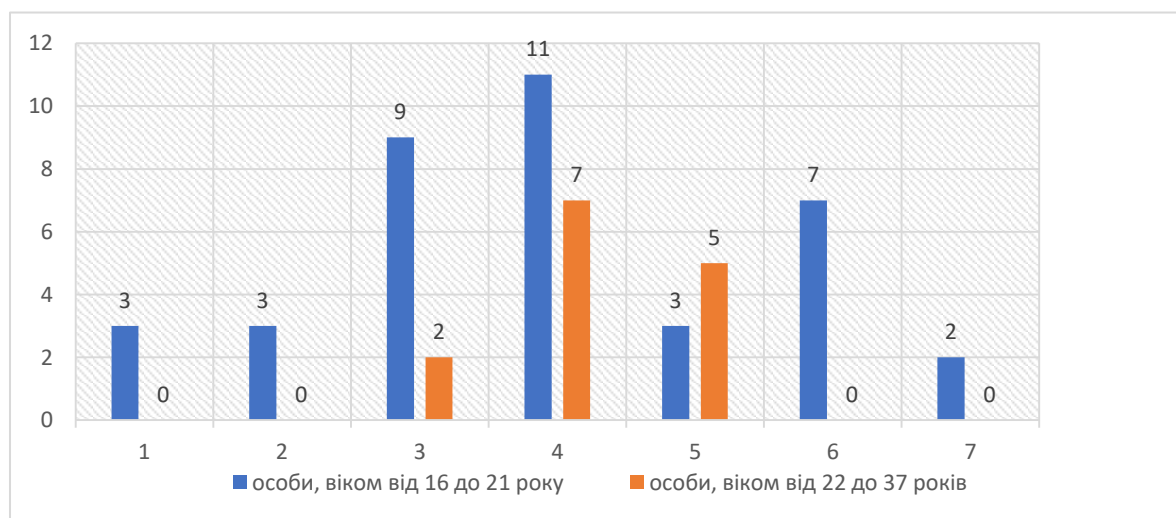


Рис. 3.14. Рівень відчуття 'страху – спокою'

Наведений рисунок демонструє досить спокійне ставлення опитуваних до проблеми з коронавірусною хворобою в Україні. Більшість респондентів з обох груп (11 осіб із групи юнацтва та 7 із ‘контрольної’ групи) позначили своє ставлення до цієї ситуації як посереднє, тобто, в них вона викликає певні побоювання, але, в цілому, не викликає якихось сильних емоцій. З одного боку, таке ставлення пояснюється чіткістю мислення, реальним ставленням до ситуації, яка склалася та розумінням того, що від них нічого не залежить. Але, з іншого боку, таке ставлення можна пояснити байдужістю, незацікавленістю або невірою у правдивість навколишньої ситуації.

Однак, слід зазначити, що були 6 опитуваних, які обрали перші дві категорії, якими позначалося відчуття страху. Усі, хто обрав цей варіант відповіді – особи віком від 16 до 21 року. Це вказує на високий рівень переживання, занепокоєння та навіть жаху від COVID-19, переймання за власне життя, за життя своїх близьких та рідних, за своє майбутнє та благополуччя.

Ще одним питанням, відповіді на яке здалися нам дуже важливими, було питання про рівень ‘відчаю – надії’, який пов'язаний із ситуацією з пандемією в Україні. Результати відповіді на це запитання проілюстровано на рисунку 3.15.

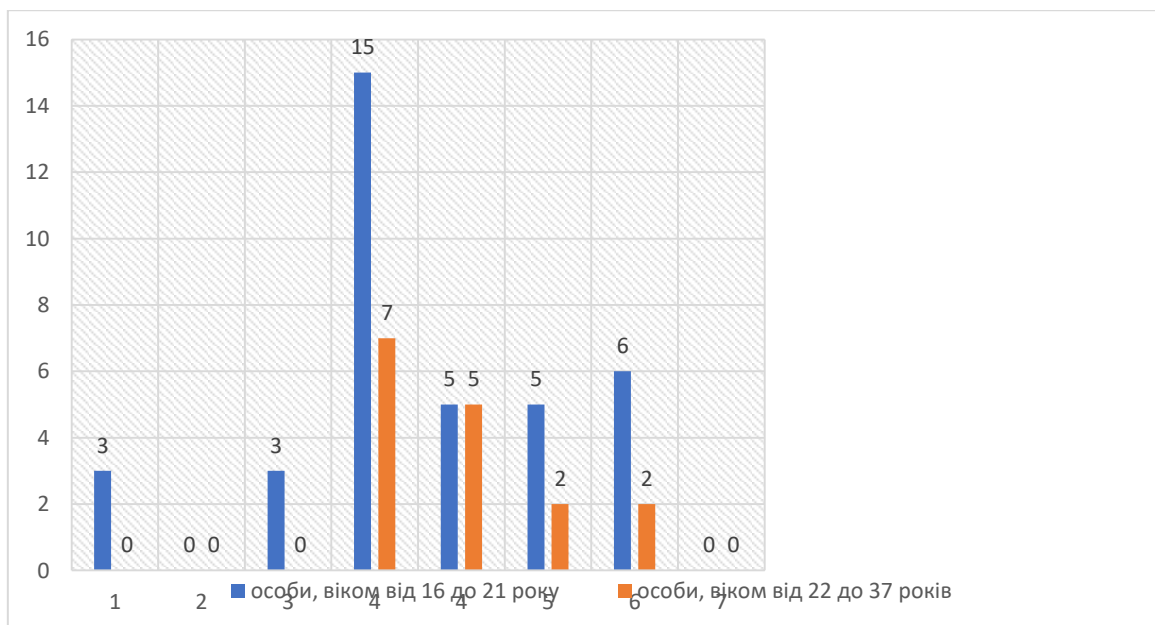


Рис. 3.15. Рівень відчуття ‘відчаю – надії’

Поданий рисунок вказує на той факт, що більшість опитуваних є оптимістично налаштованими, вони сподіваються на краще та не панікують. Це доводять і кількісні показники: більшість респондентів (31 людина з групи від 16 до 21 року, та 16 осіб з групи від 22 до 37 років) обрали для позначення свого стану показники, які відносяться до відчуття надії. Такий вибір є виразом їх оптимістичного настрою, реальності ставлення до ситуації.

Однак, можна припустити, що такий високий показник серед представників групи юнацтва викликаний іншими почуттями. Так, вірогідним є їх намагання заперечувати справжній стан речей, небажання бути відповідальними у ситуації, яка склалася та намагання перекласти відповідальність на інших (у даному випадку – на своїх батьків), адже не всі представники юнацтва є відповідальними та вміють відповідати за свої вчинки, не дивлячись на їх бажання бути дорослими та самостійно приймати важливі рішення.

Досить цікавим є і той факт, що 6 людей, які приймали участь в опитуванні (усі – особи, віком від 16 до 21 року), обрали перший та третій варіант відповіді (які вказують на високий рівень відчуття відчаю). Такі результати можуть бути обумовлені високим ступенем відповідальності за своє життя, свої вчинки та майбутнє, побоюваннями, які були викликані ситуацією взагалі, або певними її наслідками.

Продовженням опису відчуття ‘відчаю – надії’, на нашу думку, стали відповіді на наступне запитання, в якому визначається рівень ‘панічності - продуманості’ ситуації, яка склалася в Україні у зв’язку із пандемією COVID-19. Оскільки відчуття відчаю та панічності дуже тісно пов’язані між собою та можуть, навіть, перетікати один в одного. Так само як і відчуття надії може призвести до відчуття, продуманості ситуації. Кількісні показники можна побачити на рисунку 3.16.

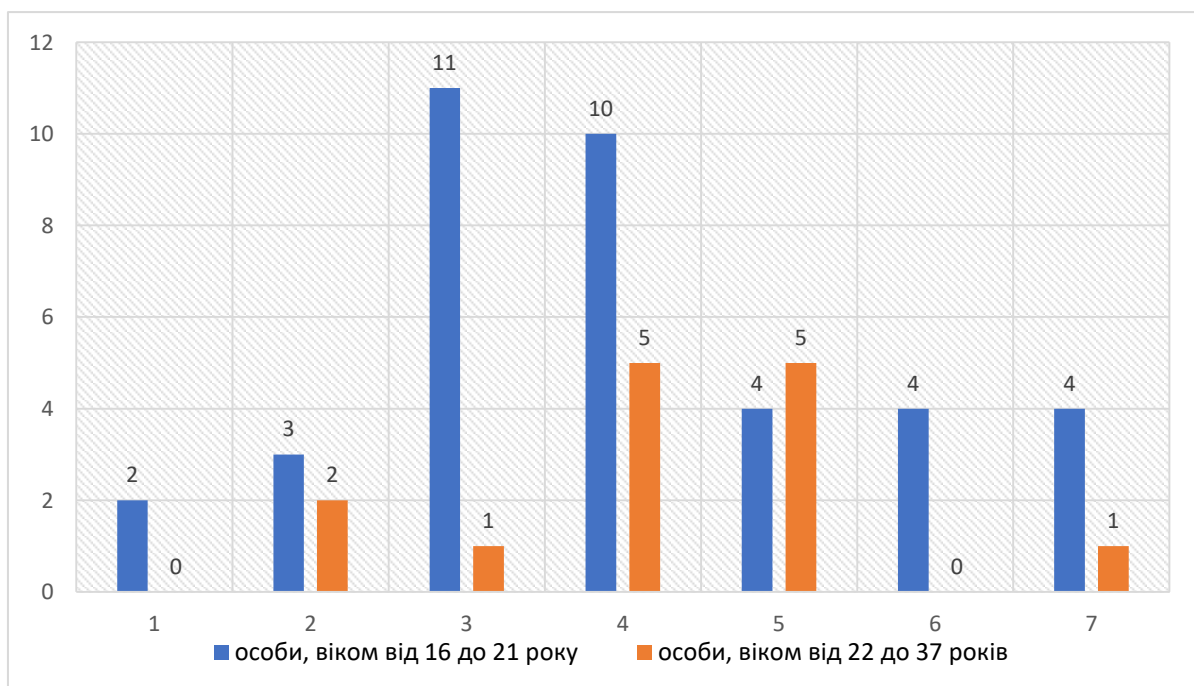


Рис. 3.16. Рівень відчуття 'панічності – продуманості'

Бачимо, що дані цього рисунку (рис. 3.16) відрізняються від попереднього. Більша кількість респондентів (14 осіб, віком від 16 до 21 та 3 особи, віком від 22 до 37 років) обрали показники 2 та 3, які вказують на високий рівень панічності. Такий результат можна пояснити (особливо серед представників юнацтва) тим, що вони ще дуже сильно залежать від думок та поглядів дорослих в цілому та своїх батьків зокрема. Не дивлячись на той факт, що вони хочуть самостійно приймати рішення батьків є для них дуже важливими та, у більшості, вони прислухаються до таких висновків.

Однак, не можна сказати, що всі представники групи від 16 до 21 року є залежними від своїх близьких, оскільки ми бачимо велику кількість відповідей (22), які вказують на високий рівень продуманості ситуації навколо них. Такий результат може вказувати на реальність ставлення до ситуації, розуміння усіх ризиків та намагання їх подолати.

В цілому, відповіді на це питання, як у представників групи юнацтва, так і у представників 'контрольної' групи розділилися з-поміж усіх варіантів, що є показником невизначеності ситуації взагалі, не залежно від віку осіб, які брали участь в опитуванні.

Дуже яскраво відображають стан респондентів відповіді на наступне запитання, в якому потрібно визначитися, якою є. особисто для них ситуація з пандемією в Україні – ‘заспокійливою’, чи ‘такою, що лякає’. Кількісні результати відповідей на це питання можна побачити на рисунку 3.17.

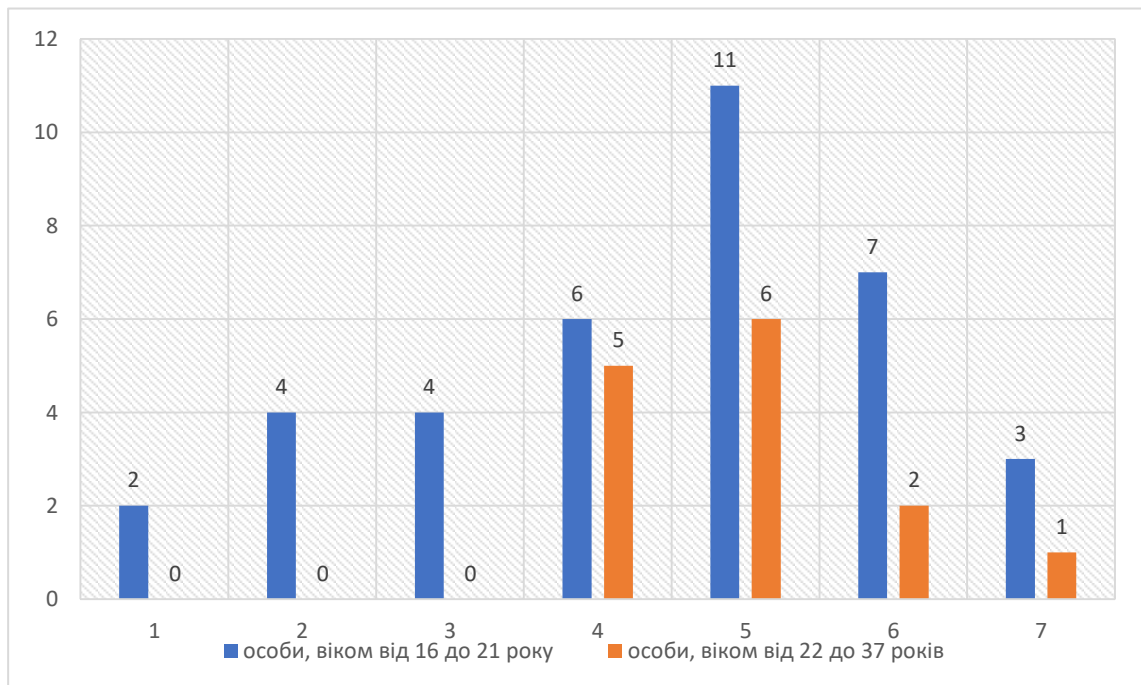


Рис. 3.17. Рівень відчуття ‘заспокійливості - лякливості’ ситуації

З поданого рисунку (рис. 3.17) яскраво видно, що для більшості респондентів (27 осіб, віком від 16 до 21 року та 14 осіб, віком від 22 до 37 років) ситуація виявляється більш такою, що лякає, ніж заспокійливою. Бачимо, що усі представники ‘контрольної’ групи обрали варіанти відповіді, які стосуються лякливого характеру ситуації, що демонструє їх реальне ставлення та розуміння навколишнього світу. У той же час представники групи юнацтва також обрали ці варіанти, що вказує на їх занепокоєння та реальну оцінку ситуації. Такий вибір демонструє свідомість, ‘дорослість’ та розуміння свого вибору та реальності оточуючої загрози.

Разом із тим 10 респондентів (усі – особи, віком від 16 до 21 року), які обрали перші три пункти при відповіді на це запитання. З одного боку, такі відповіді вказують на недовіру до оточуючого середовища, невпевненість в правдивості інформації, яку надають сучасні ЗМІ. Однак, з іншого боку, такі

відповіді можуть слугувати показником невміння робити правильні висновки із ситуації, яка склалася та невпевненості в собі та своїх умовиводах.

Згідно з відповідями на наступне запитання, в якому потрібно було охарактеризувати ситуацію за критеріями: ‘така, що викликає відчай – така, що породжує надію’, більшість респондентів переповнені надією на хороше вирішення такої ситуації (рисунок 3.18).

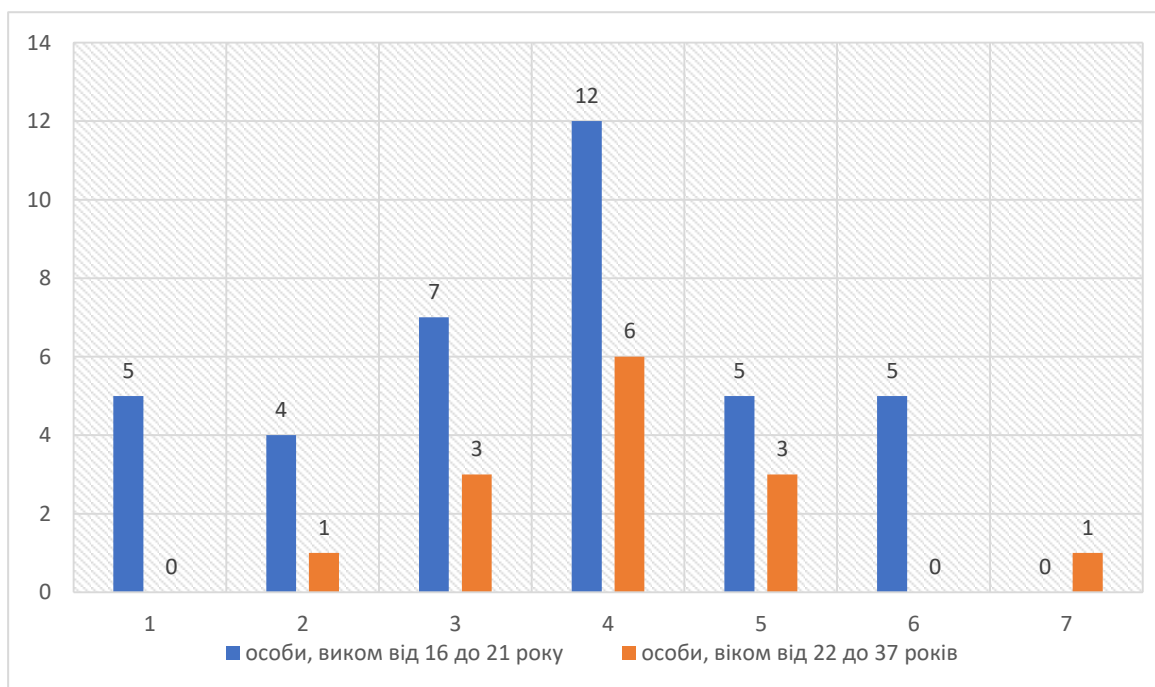


Рис. 3.18. Розуміння ситуації, як такої, що ‘викликає відчай – породжує надію’

З наведеного вище рисунку (рис. 3.17) бачимо, що відповіді респондентів розподілилися серед всіх категорій. Це означає, що, насправді, ситуація є дуже неоднозначною та незрозумілою. Кожна людина, не зважаючи на вік, ставиться до неї по-своєму, залежно від власного світобачення, позиції у житті та досвіду, набутого протягом життя.

Разом із тим, можемо зауважити, що більшість з тих, хто брали участь в опитуванні (28 осіб, віком від 16 до 21 року та 13 осіб, віком від 22 до 37 років) обрали показники від 2 до 5, які вказують на середнє положення між відчаєм та надією. Такі відповіді демонструють реальність ставлення до ситуації, її аналізування та розуміння. Для представників групи юнацтва, такі відповіді є

свідченням реального ставлення до ситуації, її обдумування та серйозного ставлення до неї, не дивлячись ні на які обставини.

Наступний розділ опитування включав в себе питання, відповідаючи на які, потрібно було охарактеризувати за 7-бальною шкалою, ступінь епідемічної небезпеки особисто для кожного респондента (1 – відсутність загрози, 7 – дуже високий рівень загрози).

Серед усіх питань нами було обрано шість, які безпосередньо репрезентують актуалізацію страху через епідемію COVID-19 в Україні.

Так, першим питань, на яке потрібно звернути увагу – чи несе ситуація з коронавірусом загрозу життю. Відповідаючи на це запитання відповіді усіх респондентів розділилися (це продемонстровано на рисунку 3.19).

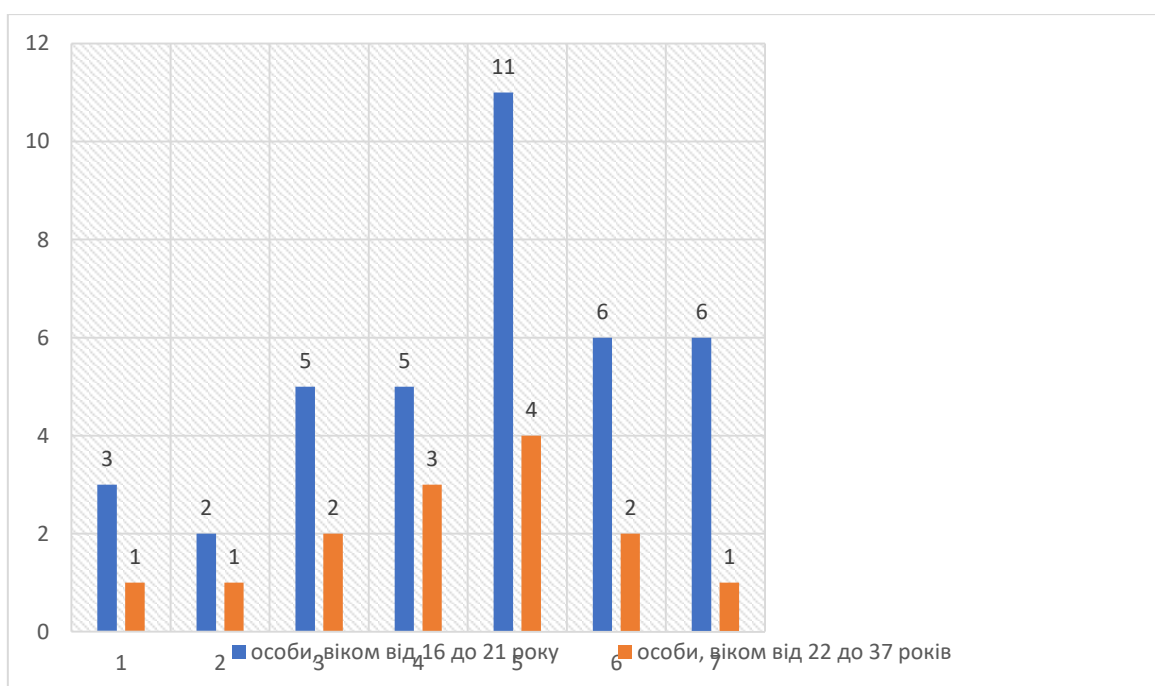


Рис. 3.19. Ступінь епідемічної небезпеки за параметром ‘загроза життю’

З наведеної діаграми бачимо, що від респондентів з ‘контрольної’ групи (особи, віком від 22 до 37 років) були отримані майже рівномірні результати на по всіх категоріях від першої до сьомої. Найбільшу кількість відповідей (4)

було отримано на категорію 5, яка позначає ‘більшу загрозу життю, ніж середня’. Такі результати можна пояснити тим фактом, що люди, які увійшли до цієї групи мають певний життєвий досвід, вони звикли аналізувати та ‘фільтрувати’ інформацію, яку отримують. У той самий час їх не так просто збити з глузду та змусити у щось повірити. Саме це і призвело до таких результатів у цій групі – дехто з людей вірить у серйозність проблеми, дехто допускає, що вона є не достатньо серйозною, а хтось, і взагалі, не вірить у її існування, вважаючи вигадкою або ‘фейком’.

Представники групи юнацтва (особи, віком від 16 до 21 року), загалом, також обрали різні категорії – від першої до сьомої, однак, таких, хто визначив для себе ситуацію з коронавірусною інфекцією як таку, що є загрозовою для життя (категорії 5, 6, 7) було значно більше (рисунк 3.20).

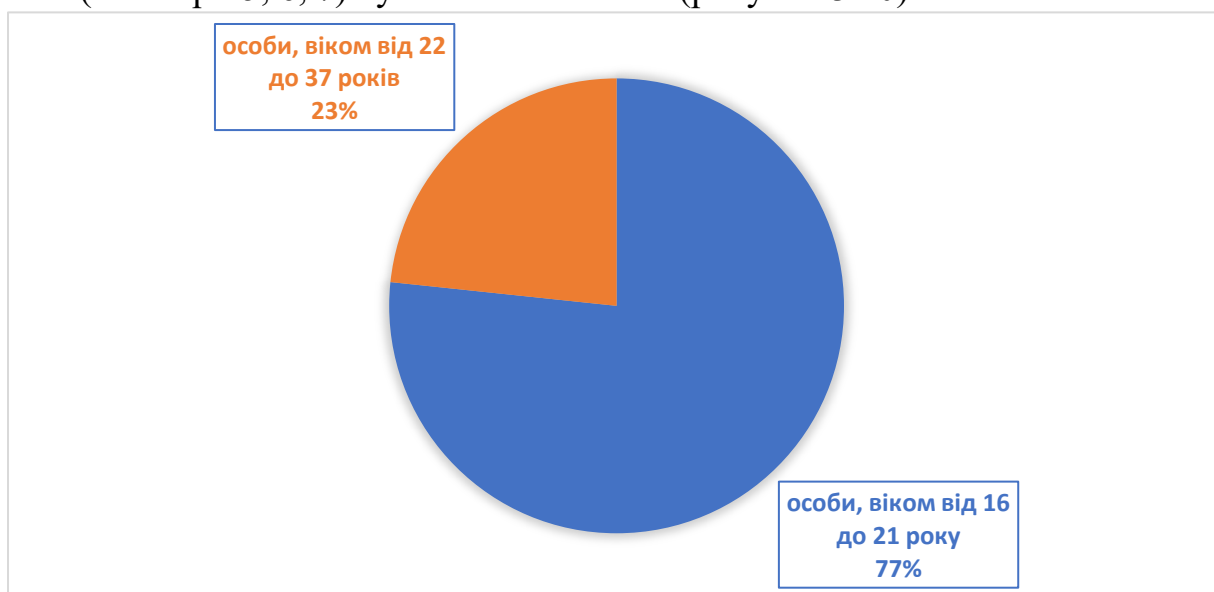


Рис. 3.20. Відсоткове співвідношення відповідей на запитання щодо параметру ‘загроза життю’ по категоріям 5, 6, 7

Можна припустити, що такі відповіді були викликані неясністю ситуації, яка склалася навколо, нерозумінням своїх наступних дій та зміна звичного образу життя. Не дивлячись на той факт, що з попередніх питань стало відомо, що життя представників цієї групи, в цілому, залишилося таким, як і було раніше, життя навколо них змінилося: у них стало менше можливостей бачитися зі

своїми друзями, рідними та знайомими; зменшилася кількість варіантів проведення вільного часу; декому з опитуваних прийшлося на певний час припинити займатися своїми улюбленими справами (походу у фітнес-центри, басейни, спорт-зали); є і такі, хто реально розуміє загрозу від захворювання, та не хоче наражати на небезпеку себе або своїх близьких; однак, деякі вимушені проводити набагато більше часу з тими людьми, від яких намагалися втекти, коли поїхали навчатися до університету та багато іншого. Все це разом призвело до того, що люди, які ще остаточно не визначилися із своїм подальшим життям, які постійно приймають багато різноманітних рішень, які не хочуть залежати від своїх батьків залишилися у невизначеному становищі. Саме тому, вони розцінили ситуацію із коронавірусною хворобою як загрозу життю.

Наступне питання, яке на нашу думку, напряду пов'язане із попереднім є питання про загрозу від ситуації з коронавірусом особистому майбутньому'. Результати відповідей на це питання були досить цікавими (рисунок 3.21).

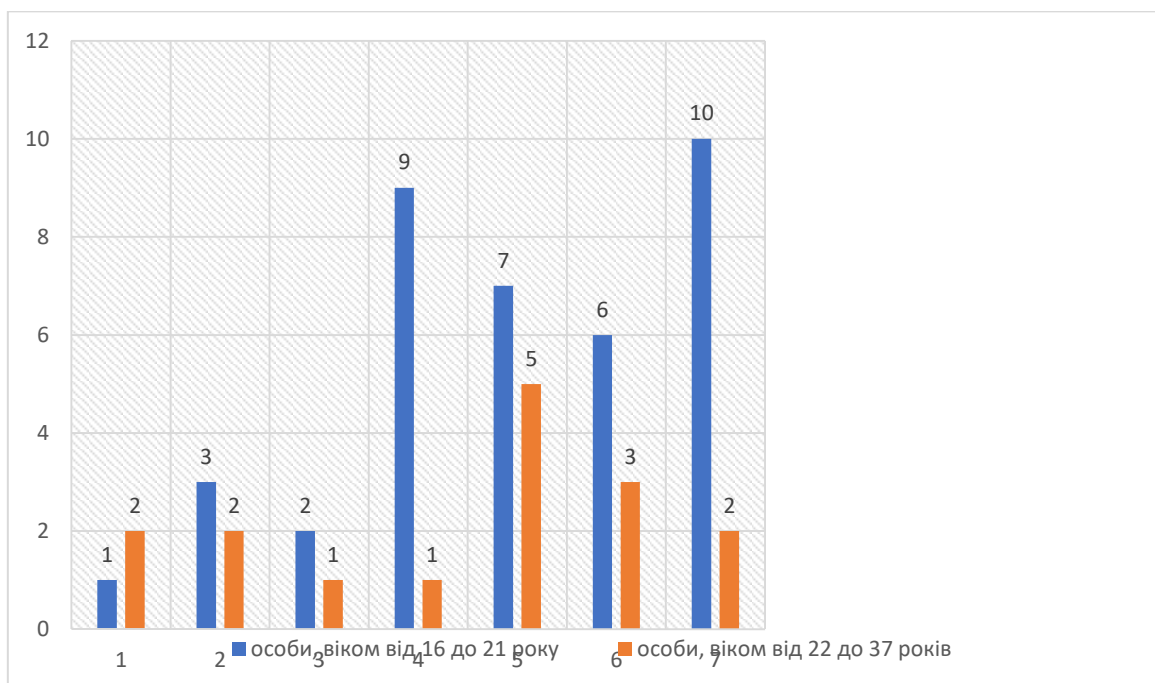


Рис. 3. 21. Ступінь епідемічної загрози особистому життю

Як видно з рисунку 3.21, представники 'контрольної' групи майже

рівномірно використали у своїх відповідях все категорії від першої до сьомої. Це вказує на їх раціональність, виваженість рішень та зрілість.

З іншого боку, представники групи юнацтва, здебільшого (32 відповіді) розцінили ситуацію з коронавірусної інфекцією як загрозову для свого особистого життя. Треба зауважити, що словосполучення ‘особисте майбутнє’ сприймається особами, віком від 16 до 21 року, здебільшого, як синонімічне до ‘особисте життя’, яке, в свою чергу, використовується як позначення їх стосунків з представниками протилежної статі.

Зважаючи на цей факт, можна припустити, що такий високий кількісний показник, зумовлений саме побоюваннями, втратити можливість спілкуватися зі своїми ‘другими половинками’, результатом чого може стати припинення стосунків. Адже, для молодих людей в цьому віці такі стосунки є дуже важливими, оскільки саме вони означають початок дорослого життя, самостійність, вміння приймати важливі, виважені та правильні рішення.

Також, очевидним є той факт, що молоді люди звикли проводити багато часу спілкуючись за своїми однолітками, друзями та знайомими, а обмеження, запроваджені під час карантину, позбавили їх такої можливості. Отже, у певному обсязі, вони були позбавлені можливості спілкування, хоча наявність сучасних технологій, соціальних мереж та телефонів знизила цю проблему майже до нульової позначки.

Іншим чинником, який є важливим для молодих людей, є потреба в навчанні та саморозвитку. Закриття на карантин навчальних закладів, з одного боку, порадувало студентів, оскільки їх не потрібно відвідувати заняття, однак, стало більше завдань і всі їх потрібно виконати у дуже стислі строки. Навантаження та кількість домашньої роботи змусила їх замислитися, що навчатися в університеті було краще. Однак, карантин став шаленою можливістю для саморозвитку, додаткових занять своїми улюбленими хобі, читання книжок та прослуховування музики.

Таким чином, високі показники у відповідях юнацтва на запитання про загрозу особистому майбутньому, скоріш за все, пов’язані не з побоюваннями

стосовно свого здоров'я чи проблемами, а саме з браком спілкування з друзями, коханими та прийняттям важливих для себе рішень.

Наступне питання стосувалося ступеня загрози здоров'ю близьких людей. Більшість респондентів обрали ті категорії, які вказують на високий ступінь переживання (див. рис. 3.22).

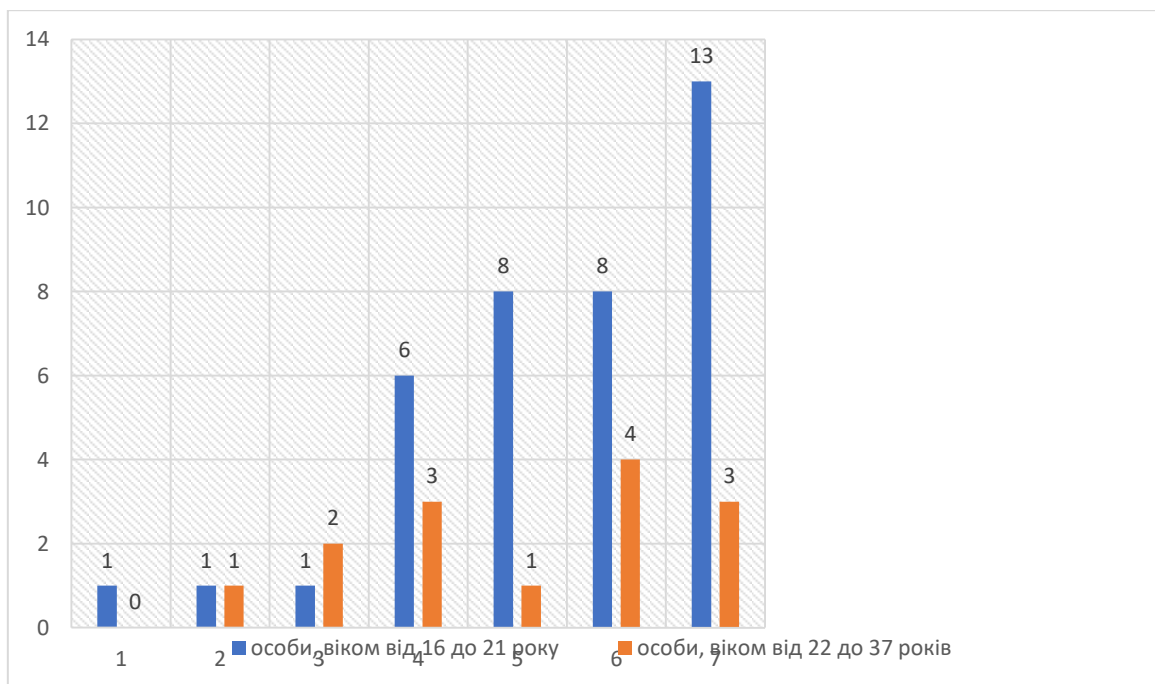


Рис. 3.22. Ступінь епідемічної загрози здоров'ю близьких

Наведений рисунок вказує на той факт, що не зважаючи на бажання приймати самостійні рішення, на бажання жити окремо від своєї сім'ї та не залежати від неї, особи, віком від 16 до 21 року все одно переймаються здоров'ям своїх рідних та близьких, вони переживають за них та намагаються робити все, що від них залежить, для їх благополуччя. Дуже велика кількість респондентів обрала категорії 5, 6 та 7, які свідчать про розуміння високого рівня загрози, який несе в собі коронавірусна пандемія, а, отже, і бажання запобігти її поширенню. Такі результати свідчать про свідомість та розважливість юнацтва у питаннях, які стосуються їх особисто або їх сімей, близьких та родичів.

Наступний блок питань мав на меті за допомогою 7-бальної шкали,

оцінити, якою мірою ситуація епідемічної безпеки створює особисто для вас відповідні ризики (1 – відсутність ризику, 7 – дуже високий ризик).

З цього блоку нами, для аналізу, було обрано п'ять питань, які найбільш яскраво демонструються ставлення юнацтва до проблеми з коронавірусною інфекцією в Україні та її, як причини страху смерті.

Першим запитанням було оцінити ризик втрати близьких (коханих, батьків, друзів). Результати можна побачити на рисунку 3.23.

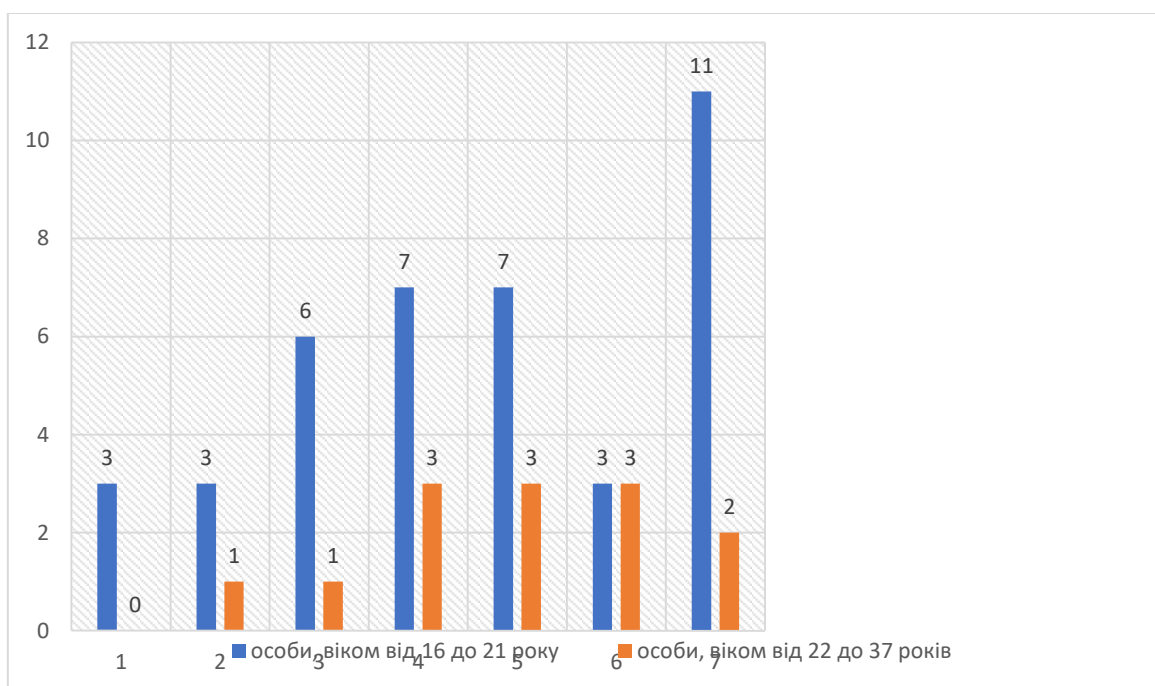


Рис. 3.23. Кількісні показники ризику втрати близьких

З наведеного рисунку яскраво видно, що ризик втрати рідних переслідує як тих респондентів, які відносяться до 'контрольної' групи, так і тих, хто відноситься до групи юнацтва. Відповіді представників 'контрольної' групи майже рівномірно розподілилися між усіма категоріями, окрім першої, що вказує на їх побоювання, щодо втрати близьких. Відповіді представників групи юнацтва розділилися, в основному, між категоріями 3, 4 та 5 (20 відповідей разом) та категорією 7 (11 відповідей).

Такі кількісні показники свідчать про той факт, що, з одного боку, респонденти не до кінця вірять у ситуацію з коронавірусом та не розуміють

всієї загрози від цієї хвороби. В силу свого віку та інтересів, вони можуть не звертати достатньої уваги на проблеми, що оточують їх, зокрема, на проблему пандемії.

З іншого боку, велика кількість відповідей, в яких обрали категорію 7, свідчить про високий рівень зацікавленості цією проблемою серед певної кількості осіб, віком від 16 до 21 року. Вони розуміють всі ризики від цієї ситуації та бояться втратити своїх близьких та рідних.

У наступному питанні необхідно було оцінити ризик втрати душевної рівноваги через пандемію COVID-19. Оскільки саме збереження душевної рівноваги та спокою уможлиблює раціональне та логічне прийняття рішень, робить нас більш спокійними та виваженими. На рисунку 3.24 можна побачити результати відповідей на це запитання.

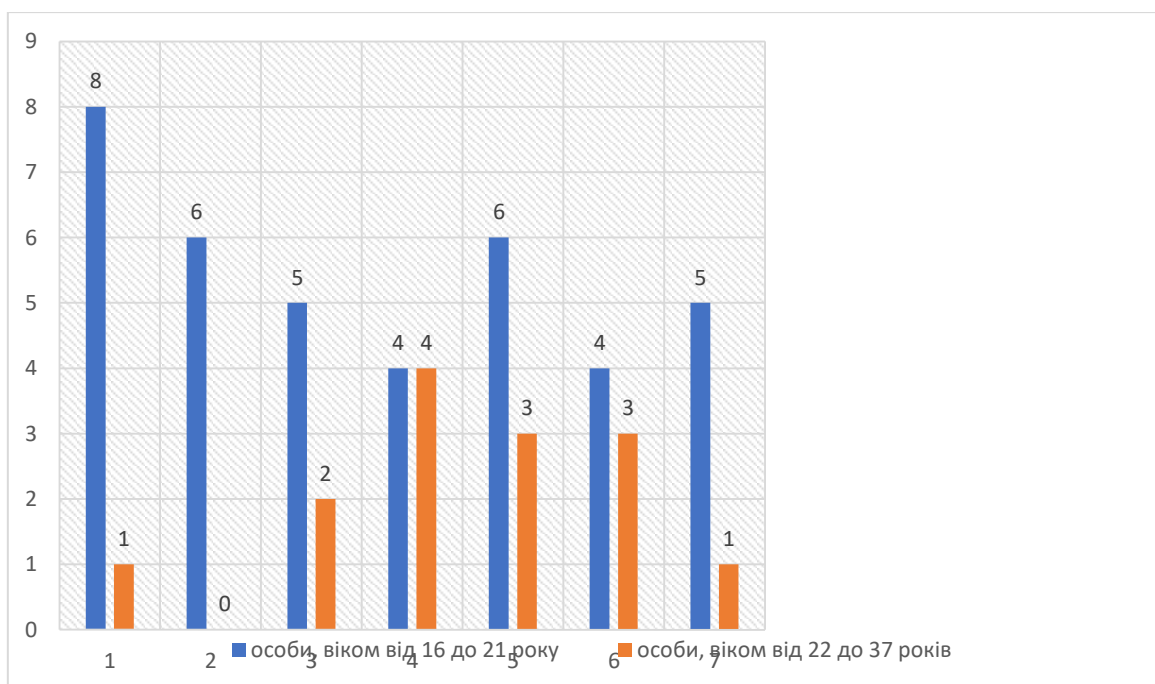


Рис. 3.24. Кількісні показники ризику втрати душевної рівноваги

З неведеної вище діаграми стає зрозумілим, що душевна рівновага є важливою складовою життя як дорослих людей, так і юнацтва. Представники ‘контрольної’ групи обрали категорії від 3 до 7, вказуючи на невід’ємність душевної рівноваги в їх житті, оскільки саме завдяки їй можливий спокій в

родині та прийняття виважених та важливих рішень.

З іншого боку, більша кількість осіб, віком від 16 до 21 року, обрали категорії 1, 2 та 3. Це може свідчити про той факт, що саме поняття ‘душевної рівноваги’ для них є трохи іншим. Оскільки вони знаходяться на етапі формуванні життєвих цінностей, переосмислення своїх позицій та розуміння, душевна рівновага для них характеризується дещо іншими категоріями, ніж для тих, хто вже визначився у житті, отримав певний досвід і розуміє свої подальші кроки. Приймаючи до уваги наявність сучасних технологій, можна припустити, що потреба в спілкуванні з близькими та рідними, потреба в саморозвитку та багато інших реалізовується молоддю за допомогою комп’ютерів, телефонів та планшетів та спілкування у соціальних мережах, у той час, як більш дорослі люди віддають перевагу реальному спілкуванню. Через це, представники юнацтва не дуже переймаються тим, що можуть втратити душевну рівновагу.

Завданням наступного запитання було оцінити ризик втрати почуття безпеки через епідемію коронавірусу в Україні (див. рис. 3.25).

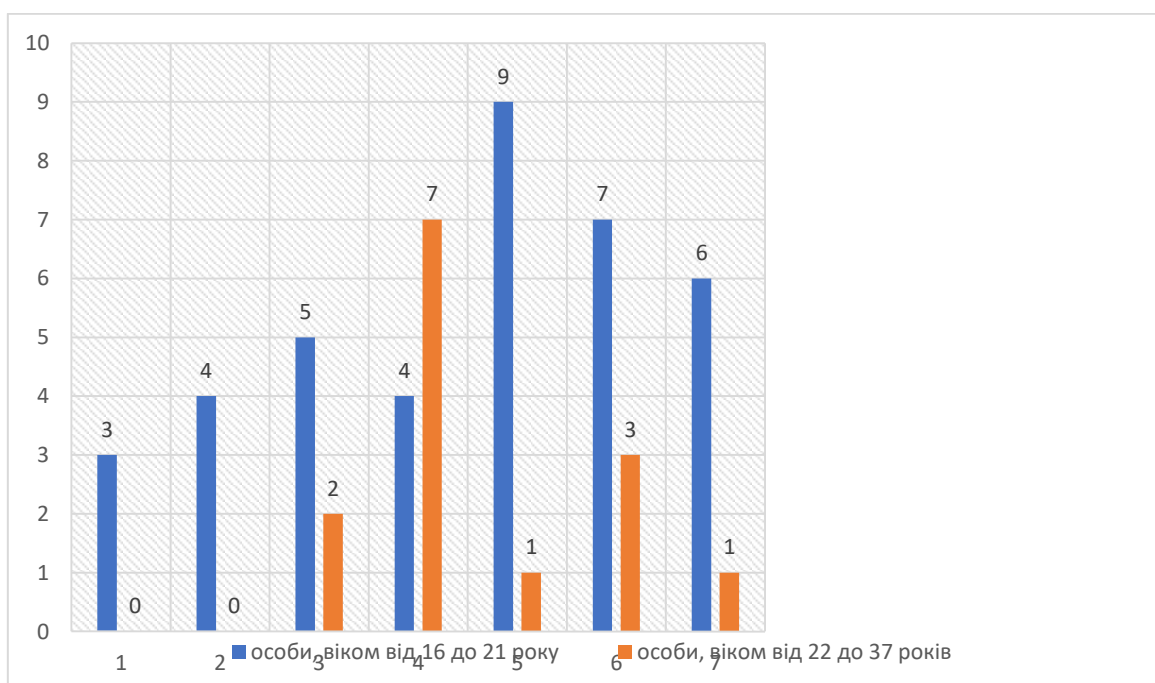


Рис. 3.25. Кількісні показники ризику втрати почуття безпеки

Почуття безпеки – це та невід’ємна складова, яка дозволяє людям спокійно жити, виконувати щоденні обов’язки, насолоджуватися життям, любити своїх рідних та близьких, заводити нові знайомства і просто почуватися впевненими у своїх діях та майбутньому. Відсутність почуття безпеки руйнує життя, стає причиною багатьох проблем, змушує людину захищатися. Саме тому збереження такого почуття є дуже важливою задачею для кожної людини.

Кількісні показники відповідей на це запитання демонструють той факт, що більшість осіб, віком від 22 до 37 років розуміють, що неможна втратити це відчуття, але в той самий час, можливо, вони не бачать зв’язку між пандемією та їх особистою безпекою. Про це свідчить висока кількість відповідей (7), в яких обрали четверту категорію.

З іншого боку, не дивлячись на те, що більшість опитуваних з групи юнацтва, обрали категорії 5, 6 та 7 (22 відповіді), були і ті (7 осіб), які обрали першу та другу категорії. Це означає, що вони не розуміють, що для них є почуття безпеки, адже не можливо втрати те, чого не розумієш. Також, можна припустити, що вони не пов’язують ризик втрати почуття безпеки з ситуацією з коронавірусом. Однак, більшість представників цієї групи обрали ті категорії, які демонструють їх розуміння серйозності ситуації та побоювання, що розвиток ситуації з пандемією в Україні, може призвести до проблем, які будуть напряму стосуватися їх безпеки, а від так і їх життя.

Наступне питання напряму пов’язане із попереднім, оскільки визначає ризик втрати почуття захищеності (див. рис. 3.26).

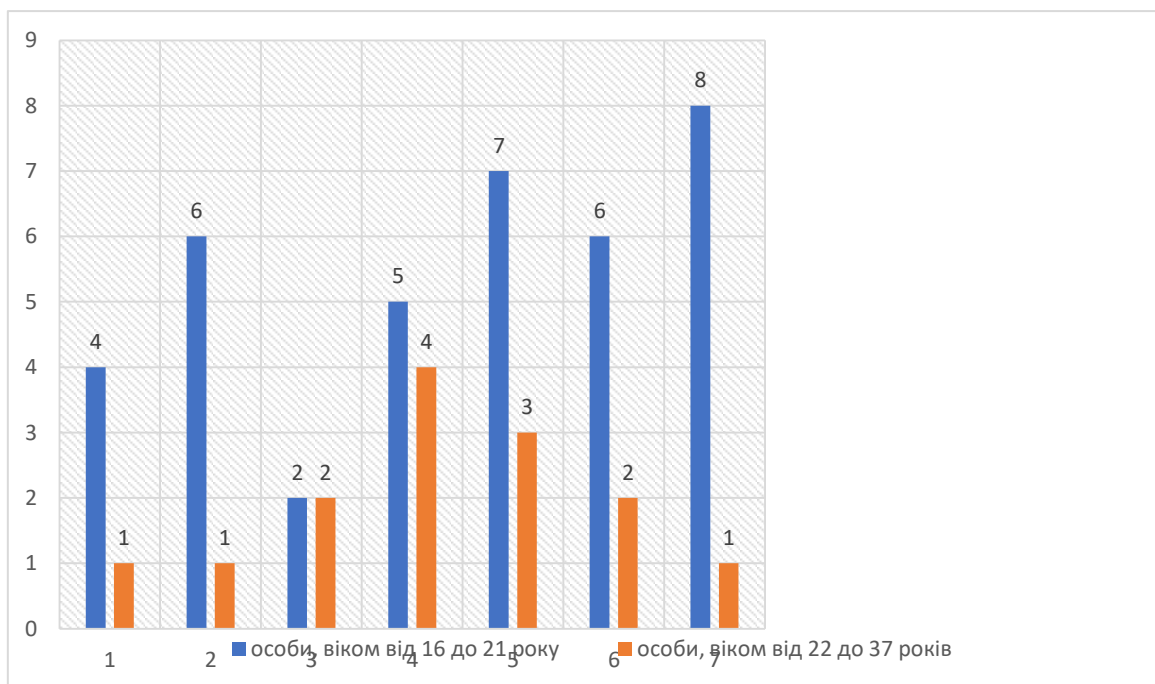


Рис. 3.26. Кількісні показники ризику втрати почуття захищеності

Наведена діаграма свідчить про те, що почуття захищеності також є невід’ємною складовою життя тих, хто приймав участь в опитуванні. Відповіді на це запитання були рівномірно розподілені з-поміж усіх категорій, як у представників ‘контрольної’ групи, так і у представників групи юнацтва. Це ще раз підтверджує той факт, що страх від втрати безпеки та захищеності є одним із найсильніших, оскільки може призвести руйнування не лише життя людини, а й винищення почуття впевненості в собі, внутрішніх цінностей та, насамкінець, особистості.

Останнє запитання у цьому блоці мало на меті визначити рівень ризику втрати потреби у спілкуванні, оскільки, на нашу думку, ця потреба є однією з визначальних для всіх людей, не залежно від їх віку, адже саме завдяки спілкуванню відбувається саморозвиток особистості. Результати відповідей представлені на рисунку 3.27.

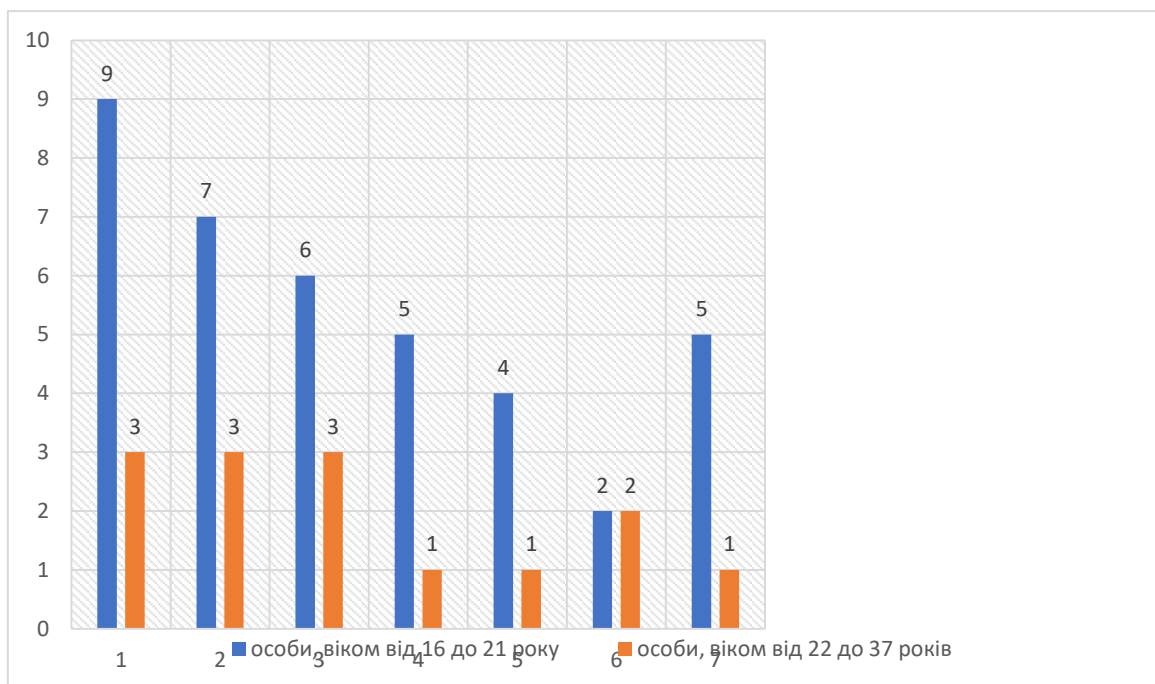


Рис. 3.27. Кількісні показники ризику втрати потреби в спілкуванні

З наведеної діаграми стає зрозумілим, що представники ‘контрольної’ групи розуміють важливість потреби в спілкуванні, саме тому їх відповіді рівномірно були розподілені між всіма категоріями. Потрібно зауважити, що представники цієї групи є дорослими людьми, які працюють та мають сім’ї, а, отже, їх буде набагато легше реалізувати свою необхідність в спілкуванні.

З іншого боку, представники групи юнацтва, здебільшого, спілкуються зі своїми однолітками в університеті, протягом свого вільного часу, а карантинні обмеження, пов’язані із пандемією коронавірусу в Україні, передбачають закриття університетів на карантин. Однак, як вже було зазначено вище, сучасна молодь не відчуває недостачу спілкування зі своїми друзями, однолітками та близькими, завдяки наявності сучасних технологій. Оскільки ці люди проводять більшість свого вільного часу з телефоном або планшетом в руках, для них, більш звичним, стало спілкування через екран або монітор, ніж живе спілкування. Саме цим обумовлені такий високий показник відповідей, в яких було обрано першу, другу та третю категорії (22 відповіді разом), які позначають відсутність ризику або невисоку вірогідність втрати потреби в

спілкуванні.

Наступний блок запитань ставив на меті, користуючись 7-бальною шкалою, оцінити, якою мірою ситуація епідемічної небезпеки для Вас супроводжується наступними відчуттями (1 – не супроводжується, 7 супроводжується постійно)

Першим питанням, з цього блоку, на яке потрібно звернути увагу – це питання про переживання тривоги або паніки (див. рис. 3.28).

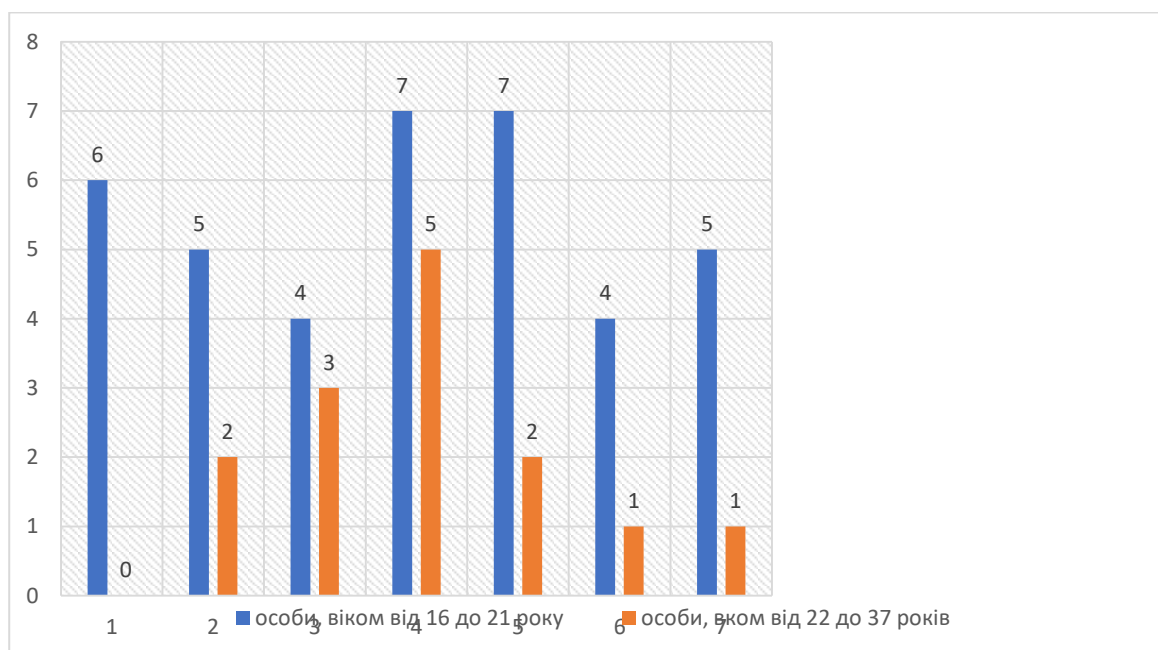


Рис. 3.28. Кількісні показники переживання тривоги або паніки

Бачимо, що відповіді представників обох груп розподілилися майже рівномірно з-поміж усіх категорій, оскільки сама ситуація є невизначеною та незрозумілою і, як наслідок, викликає тривогу та паніку. Більшість опитуваних обрали своєю відповіддю четверту категорію, що свідчить про їх реалістичне, логічне та виважене ставлення до ситуації, яка склалася в Україні.

Однак, високою є і кількість відповідей (6, усі від осіб, від 16 до 21 року), в яких було обрану першу категорію, яка означає відсутність переживання тривоги та паніки. З одного боку, це свідчить про легковажність на нерозуміння навколишньої ситуації, а з іншого – впевненості в собі та відсутності

навіювання та впливу з боку оточуючих.

Наступне питання стосувалося переживання невпевненості і майбутньому (див. рис. 3.29).

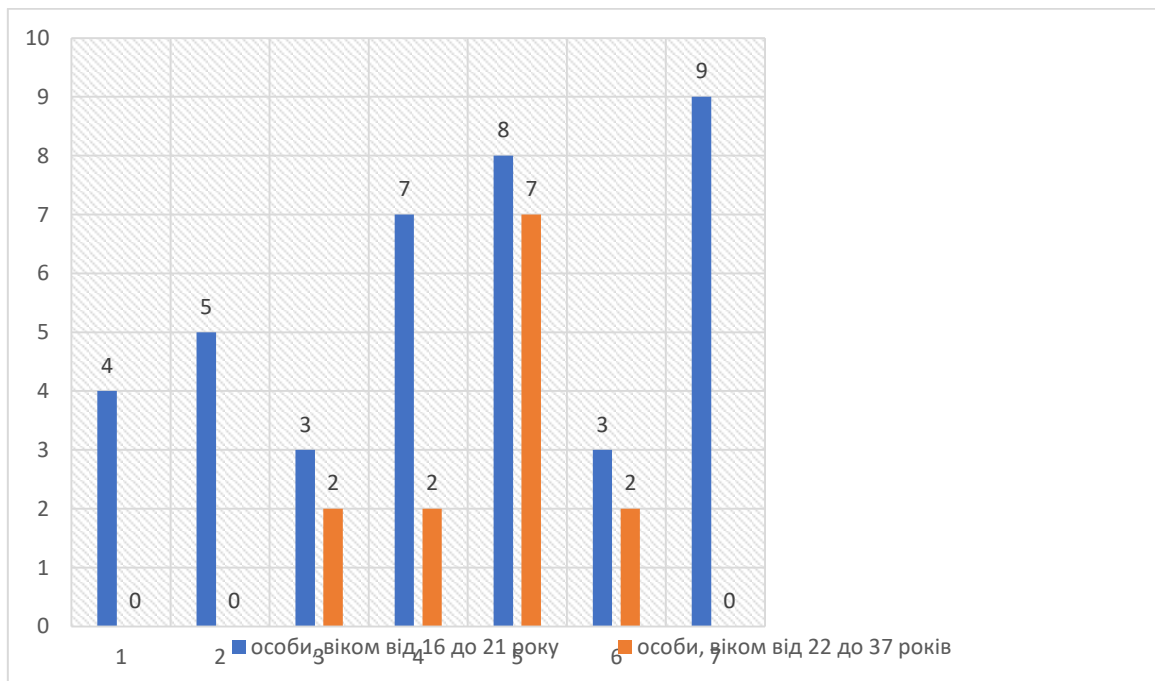


Рис. 3.29. Кількісні показники переживання невпевненості в майбутньому

Відповіді на це запитання, як бачимо із наведеної діаграми, здебільшого розподілилися між категоріями 4, 5, 6 та 7, які вказують на середній та високий рівень невпевненості у майбутньому. У представників 'контрольної' групи це, насамперед, пов'язано із тим, що через карантинні заходи в Україні дуже частою стала проблема безробіття. А представники групи юнацтва, більшість з яких (27 відповідей) обрали ті самі категорії, втратили розуміння того, що відбувається навколо них. Адже вони вже звикли до певного ритму життя, звикли приймати свої рішення, які не залежать ні від кого, і, раптом, були змушені повернутися додому, підлаштовуватися під своїх рідних, змінити свої звички. Все це змусило їх замислитися про своє майбутнє, про правильність своїх виборів та

прийнятих рішень.

І останнім, але найважливішим, запитанням, на нашу думку, було запитання про визначення ризиків погіршення власного здоров'я респондентів (див. рис. 3.30).

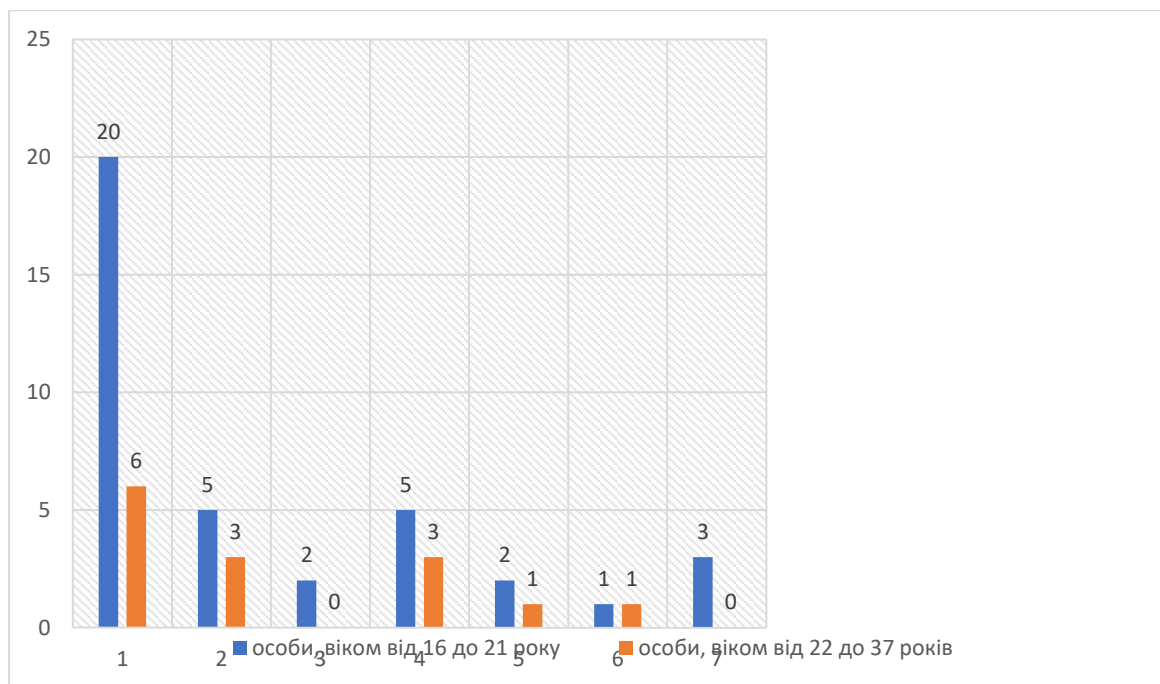


Рис. 3.30. Кількісні показники переживання за погіршення власного здоров'я

Нажаль, як бачимо з рисунку 3.30, переважна більшість опитуваних з обох груп не визначає ситуацію з коронавірусною інфекцією в Україні як таку, яка може викликати переживання щодо погіршення власного здоров'я.

Лише незначна кількість опитуваних (11 від групи юнацтва та 5 від 'контрольної' групи) обрала ті категорії, які відносяться до середнього та високого рівня переживання за погіршення стану власного здоров'я. З одного боку, це викликано недовірою до ЗМІ, до оточуючого середовища, а з іншого – незнанням та невмінням розібратися в ситуації.

Отже, виходячи з аналізу результатів опитування, можна зробити висновок, що представники групи юнацтва (особи, віком від 16 до 21 року) є не досить самостійними та залежать від думок оточуючих. Вони не завжди можуть правильно розцінювати інформацію, яка їм надається, аналізувати її та робити правильні висновки. Однак, є і ті молоді люди, які здатні оцінити ситуацію навколо них і прийняти такі рішення, які ставлять їх на один рівень із дорослими людьми.

ВИСНОВКИ

Кризова ситуація – це ситуація, яка через вплив внутрішніх та/або зовнішніх факторів створює потенційну загрозу діяльності та існуванню відповідних об'єктів, процесів, явищ.

Існують різні варіанти кризових ситуації, усі вони мають неоднозначний та неоднаковий вплив на людей, що залежить від особистих характеристик, емоційного стану та внутрішніх і зовнішніх факторів.

Ставлення до життя та смерті, впродовж всього розвитку людства, отримувало велику увагу та вважалося універсальною проблемою, вирішити яку здавалося неможливим. Виходячи з цього, кожна нація, релігія та окремо взята людина вирішувала сама для себе, як ставитися до смерті, боятися її чи звеличувати, прагнути до неї чи намагатися уникнути всіма можливими способами.

Не виключенням стало і наше покоління. Сучасні люди намагаються знайти будь-які способи, щоб відкласти момент вмирання: від простого лікування хвороби до намагання продовжити своє життя за допомогою різноманітних вакцин та коштовних таблеток.

Мабуть, одними з найбільш підвладними впливу страху смерті є представники юнацтва, оскільки саме цей період у них відбувається становлення самосвідомості й усталеного, власного світогляду, розуміння оточуючого світу та встановлення першочерговості різних активностей у своєму житті. Цей період характеризується утворенням уявлення про доросле життя, початком набуття незалежності від батьків, їх рішень та бажань.

Однак, саме цей період в житті характеризується крахом сподівань, зіткненням з реаліями справжнього дорослого світу, з усіма його вадами, спокусами та недоліками. У цей час представники юнацтва зіткаються із прийняттям важливого рішення – вибір майбутньої професії.

Згідно з дослідженнями, проведеними наприкінці ХХ – початку ХХІ

сторіччя, стає зрозумілим, що страх смерті не є першочерговим у представників юнацтва. Більш за все вони бояться, не виправдати сподівання батьків, не здати іспити або помилитися з вибором професії. Так само їх лякає невідоме та незвідане майбутнє.

Не зважаючи на такі результати досліджень, страх смерті, все ж, присутній у житті юнацтва. І різноманітні кризові ситуації, які спіткають їх протягом цього періоду життя, з тим чи тим рівнем вірогідності, підсилюють його, роблять більш яскравим та реальним.

Метою нашої розвідки було встановити можливість впливу кризової ситуації (коронавірусної інфекції) на рівень страху смерті в юнацькому віці.

Гіпотеза, висловлена у дослідженні, полягала у тому, що кризові ситуації, зокрема коронавірусна інфекція, має безпосередній вплив на підвищення рівня страху смерті в юнацькому віці.

Проведене дослідження показало, що, з одного боку, представники юнацтва не вміють реально оцінювати ситуацію навколо них, на них легко вплинути оточуючим. На це вказують велика кількість відповідей на запитання, які стосувалися ‘хаосу – порядку’, ‘реальності – нереальності загрози’ та ‘панічність – продуманість’, більшість з яких, визначали ситуації як ‘нехаотичну’, ‘нереальну’ та ‘продуману’. На нашу думку, такі відповіді вказують на те, що юнацтво не схильне до глибокого аналізу ситуації, в силу відсутності певного життєвого досвіду або знання про навколишній світ.

З іншого боку, відповіді, на питання, які стосувалися ‘небезпечності – безпечності’ ситуації, ‘спокою – занепокоєння’, ‘відчаю - надії’ від ситуації, ‘заспокійливого – лякливого’ характеру ситуації, ‘втрати відчуття безпеки’, ‘втрати почуття захищеності’, ‘втрати відчуття душевної рівноваги’, ‘переживання тривоги або паніки’ вказують на вдумливий та досить реалістичний підхід до ситуації. Більшість відповідей визначили її як такою, що ‘викликає занепокоєння’, ‘має лякливий характер’, середню між ‘небезпечною та безпечною’, ‘між відчаєм та надією’, середнього рівня ‘втрати душевної рівноваги’, ‘переживання тривоги та паніки’ та високого рівня втрати ‘відчуття

безпеки' і 'почуття захищеності'. Ці відповіді вказують на підвищення рівня страху перед незвіданим, невідомим, новим та тим, що загрожує безпеці та рівновазі, яка вже існує в житті юнацтва.

Відповіді на запитання, що стосувалися рівня 'страху – спокою', який викликає ситуація, 'втрати потреби в спілкуванні', 'переживання невпевненості в майбутньому' та 'загрози особистому майбутньому' вказують на середній рівень страху від ситуації, яка склалася, посередню боязнь втратити потребу в спілкуванні та досить високий рівень невпевненості та загрози особистому майбутньому. Такі відповіді уможливають припущення, про те, що рівень страху поступово підвищується із наближенням певної кризової ситуації безпосередньо до кожного окремо-взятого респондента.

Запитання, які стосувалися 'загрози життю', 'здоров'я близьких', 'втрати близьких' та 'погіршення власного здоров'я' були визнані як такі, що характеризуються високим рівнем, окрім останнього. Нажаль, на запитання про 'ризик погіршення власного здоров'я' був обраний варіант із найменшим ступенем ризику. Відповіді вказують на той факт, що представники юнацтва більше переймаються здоров'ям своїх близьких та рідних, переживаючи за вірогідність їх смерті, ніж своїм власним.

Отже, проаналізувавши результати опитування, можна зробити висновок, що існує дуже висока можливість того, самоізоляція, як прояв кризової ситуації, зокрема, в період кризи Covid-19, має має безпосередній вплив на підвищення рівня страху смерті в юнацькому віці, а саме домінує страх смерті. Гіпотеза дослідження повністю підтвердилася.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Андреева Г.М. Социальная психология : учебник для высших учебных заведений. Москва : Аспект Пресс, 2001. 290 с.
2. Андрусенко В.А. Социальный страх. Оренбург : Оренбургский университет, 1995. №3. С. 136-146.
3. Бердяев А.Н. Экзистенциальная диалектика божественного и человеческого / А.Н. Бердяев *О назначении человека* / Москва : Республика, 1993. С. 253-357.
4. Бердяев Н.А. О назначении человека. Москва : Республика, 1993. 383 с.
5. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание : пер. с англ. Москва : Прогресс, 1986. 420 с.
6. Богатирева М.В., Бесполденов С.С. Особенности представления о смерти в подростковом возрасте. *Вестник Московского государственного областного университета. Психологические науки*. Москва. 2017. № 2. С. 27–37.
7. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. Санкт-Петербург : Питер, 2009. 400 с.
8. Бэкон Ф. Сочинения : в 2 т. Москва : Мысль, 1978. Т. 2. 593 с.
9. Варбан Є. О. Життєва криза: поняття, концепції та прояви. *Проблеми сучасної психології* : Збірник наукових праць Кам'янець – Подільського національного університету ім. І. Огієнка та інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Вип. 8. Кам'янець - Подільський : Аксіома. 2010. С. 120–133.
10. Вахрушева Л.Н. Выраженность структурных и качественных характеристик эмоционального интеллекта на этапе юности и ранней взрослости : дис. канд. психол. наук : 19.00.03. Москва, 2011. 202 с
11. Вольпе Д. На пути к созданию научной психотерапии. *Эволюция психотерапии*. Москва : НФ «Класс», 1998. Т 2. С. 255–272.

12. Гаврилова Т.А. Страх смерти в подростковом и юношеском возрасте. *Вопросы психологии*. Москва : МГППУ, 2004. № 6. С. 63–72.
13. Гоббс Т. Избранные произведения: в 2 т. Москва : Мысль, 1964. Т. 2. 583 с.
14. Гольбах П. А. Избранные произведения: в 2 т. Москва : Мысль, 1963. Т. 2. 715 с.
15. Горностай П.П. Теория и практика психологического консультирования: Проблемный подход. Киев : Наукова думка. 1995. 128 с.
16. Дорофеева Г.А. Страхи: определение, виды, причины. *Известия Южного федерального университета. Технические науки*. Ростов-на-Дону, 2002. №5 (28). С. 177–184.
17. Живанова В.А. Дослідження страху як психологічного феномену в історичній ретроспективі. *Вісник НТУУ «КПІ». Філософія. Психологія. Педагогіка*. Київ, 2010. Випуск 3. С. 121–125.
18. Иванюшкин А.Я., Лях К.Ф. Тема смерти в истории философии. *Вестник МГТУ*. Москва, 2011. №2 (14). С. 402–409.
19. Ильин Е. Психология страха. Санкт-Петербург : Питер. 2017. 378 с.
20. Канаєва Н.А. Цінності та їх вплив на формування особистості. *Молодий вчений*. Херсон : Гельветика, 2010. №1. С. 200-202.
21. Квашнина Г.В. Особенности психологического состояния страха и паники, их классификационные алгоритмы. *Вестник Воронежского государственного технического университета*. Воронеж, 2009. № 5 (12). С. 244–248.
22. Кикилик І.В. Психологічні особливості актуалізації мовних здібностей у студентів вищих навчальних закладів у процесі навчання іноземних мов : автореф. дис. ... канд. псих. наук : 19.00.07. Хмельницький, 2015. 20 с.
23. Кириченко Н.А. Особливості формування цільових орієнтацій у життєвих проектах юнаків. *Психологія: реальність і перспективи. Збірник праць РДГУ*. Рівне, 2013. Випуск 2. С. 213–216.

24. Кривоконь Н. І., Бунас А.А. Кризові ситуації особистості: підходи до типологізації та значення в аспекті розвитку соціальних послуг. *Вісник Харківського національного університету. Серія «Психологія»*. Харків, 2013. №1065. С. 215–219.

25. Кьєркегор С. Страх и трепет. Москва: Республика, 1993. 382 с.

26. Лавкрафт Г.Ф. Загадочный дом на туманном утесе : повести, рассказы. Санкт-Петербург : Азбука, Азбука-Аттикус, 2016. 320 с.

27. Мичко М.В., Ямницький В.М. Вплив соціального страху на формування особистості в юнацькому віці. *Психологія: реальність і перспективи*. Рівне : РДГУ, 2014. Вип. 3. С. 105–108.

28. Мудрик А.В. Современный страшеклассник: проблемы самоопределения. Москва : Просвещение, 1977. 214с.

29. Новикова Т.О., Исаев Д.Н. Воспитание сознательного отношения к смерти. *Психолого-социальная работа в современном обществе: проблемы и решения: тезисы Ежегодной региональной научно-практической конференции (Санкт-Петербург, 2002 г.)*. Санкт-Петербург, 2002. С. 91–95.

30. Новикова Т.О., Исаев Д.Н. Нужна ли подросткам помощь в восприятии смерти? *Вопросы психологии*. 2003. № 3. С. 110–117.

31. Олпорт Г. Становление личности. Москва : Смысл. 2002. 426 с.

32. Осипов Н.Е. Страшное у Гоголя и Достоевского. *Мир психологии*. Москва, 1999. № 2. С. 221–237.

33. Постанова кабінету Міністрів України від 15 липня 1999. № 1099. URL: zakon.rada.gov.ua/laws/show/1099-98-п#Text (дата звернення: 05.03.2020).

34. Постанова Кабінету Міністрів України від 3 серпня 1998. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1198-98-п#Text> (дата звернення: 05.03.2020).

35. Приходченко О.О. Концептуальна опозиція ЖИТТЯ – СМЕРТЬ в готичній картині світу (на матеріалі англійськомовних романів про вампірів) : дис. ... канд. філол. наук : 10.02.04. Запоріжжя, 2017. 267 с.

36. Просекова Е.Н. Страхи в юношеском возрасте. URL: <http://shgpi.edu.ru/files/nauka/vestnik/2014/2014-2-17.pdf> (дата звертання: 20.06.2020).
37. Риман Ф. Основные формы страха. Москва : Алетейа, 1998. 336 с.
38. Романов І.І. Психологічні особливості юнацького віку та їх вплив на формування іншомовної комунікативної компетентності на заняттях з іноземної мови. *Science and Education a New Dimension. Pedagogy and Psychology*. Budapest, 2018. VI (68), Issue: 164. P. 46–50
39. Руденко А., Киреева Л. Генезис страха человека в современной культуре. *Вестник Армавирского Государственного педагогического университета*. Армавир, 2018. 2 (1). С. 60–70.
40. Спиця-Оріщенко Наталія Психологічні особливості розвитку особистості в ранньому юнацькому віці. *Науковий вісник МНУ імені В.О. Сухомлинського. Психологічні науки*. Миколаїв, 2016. № 1 (16). С. 198–201.
41. Титаренко Т. Життєві кризи: технології консультування. Київ : Главнік. 2007. 144 с.
42. Топилина А.В. Демографическая составляющая социальных страхов и их место в процессе социализации. *Успехи современной науки и образования*. Белгород, 2016. Т. 4. № 11. С. 138–141.
43. Фаизова Г.И. Страх как важнейшая характеристика человеческого бытия. *Вестник Башкирского университета*. Уфа, 2008. Т. 13. № 3. С. 628-630.
44. Флакман М. А. Диахроническое развитие звукоизобразительной лексики английского языка: дис. ... канд. филол. наук. : 10.02.04. Санкт-Петербург, 2015. 223 с.
45. Фрейд З. Введение в психоанализ : лекции / пер. с нем. Г.В. Барышниковой. Санкт-Петербург : Издательская группа «Азбука-классика», 2010. 480 с.
46. Фуко М. Слова и вещи. Археология гуманитарных наук. Санкт-Петербург : А-cad, 1994. 407 с.
47. Хайдеггер М. Путь к языку. Москва : Республика, 1993. 450 с.

48. Худик А.В. Изучение профессиональной направленности в подростковом и юношеском возрасте. Киев : Освіта, 1992. 32 с.
49. Шахнович М.М. Парадоксы теологии Эпикура. Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского философского общества, 2000. 152 с.
50. Щербатых Ю.В. Психология страха. Москва : Эксмо, 2007. 512 с.
51. Юнг К.Г. Архетип и символ. Москва : Ренессанс, 1991. 304 с.
52. Яковенко С.І., Лисенко В.І. Соціально-психологічна допомога при надзвичайних ситуаціях і критичних інцидентах : монографія. Київ : Центр соціальних експертиз і прогнозів Інституту соціології НАНУ, 1999. 226 с.
53. Ясперс К. Смысл и значение истории. Москва : Издательство политической литературы, 1991. 530 с.
54. Bower T. The object in the world of the infant. *Scientific American*. New York, 1971, 225(4), pp. 30–38.
55. Bowlby J. Separation: Anxiety and Anger. New-York : Basic Books, 1973. 480 p.
56. Bronson G. W. Infant's reactions to unfamiliar persons and novel objects. *Monographs of the Society for Research in Child Development*. New Jersey, 1972. 37(3). pp. 1–46.
57. Kagan, J., Kearsley R. B., Zelazo P. R.. Infancy: Its place in human development. Cambridge, MA, Harvard University Press, 1978;
58. Lewis M., Rosenblum L.A. The development of affect. New York, Plenum, 1978. 320 p.
59. Ohman A., Dimberg V. Facial expressions as conditioned stimuli for electrodermal responses: A case of <preparedness>? *Journal of Personality and Social Psychology*, Indiana, 1978. pp. 1251 -1258.
60. Orr S. P., Lanzetta T. Facial expressions of emotion as conditioned stimuli for human autonomic responses. *Journal of Personality and Social Psychology*, Indiana, 1980. 38(2), pp. 278–282.

61. Roudenko A. Philosophic and anthropological analysis of man's fear bases in modern culture. *Научный альманах стран Причерноморья*, Ростов-на-Дону, 2017. №4 (12). С. 12–21.

62. Schwartz G. E., Izard C. E., Ansul S. E. The 5-month-old's ability to discriminate facial expressions of emotion. *Infant Behavior and Development*. Harvard, 1985. pp. 65-77.

63. Spielberg C.D., Vagg P.R. Test Anxiety : A Transactional Process Model. *In Test Anxiety : Theori, Assessment*. Taylor and Francis, 1995. P. 3–4.

64. Tomkins S. S. Affect, imagery, consciousness. *The positive affects*, New York, Springer, 1962. Vol. 1. 588 p.

65. Tomkins S. S. Affect, imagery, consciousness. *The negative affects*, New York, Springer, 1963. Vol. II. 580 p.

66. Watson J. B. Behavior. *An Introduction to Comparative Psychology*. New York, 2008. 456 p.

ДОДАТОК А

Приклад опитування, яке було запропоноване респондентам)

Просимо Вас взяти участь в анонімному опитуванні. Воно займе 10-15 хвилин Вашого часу. Оберіть, будь ласка, ті варіанти відповідей, з якими Ви згодні.

1. Вкажіть Вашу стать:

- чоловіча
- жіноча
- інше

2. Вкажіть Ваш вік

- 16 – 17
- 18 – 19
- 20 – 21
- 22 – 23
- 24 – 25
- 26 – 27
- 28 – 29
- 29 – 30
- 31 – 32
- 32 – 33
- інше

3. Наскільки особисто ви стурбовані ситуацією зі зростанням епідемічної загрози?

- не стурбований (а) взагалі
- ситуація викликає помірну стурбованість
- ситуація викликає напружену тривогу
- інше

4. Як інтенсивно Ви стежите за розвитком епідемічної ситуації?

- довідаюсь випадково

- час від часу переглядаю інформацію
- постійно стежу за оновленнями
- інше

5. Чи дотримуєтесь Ви режиму самоізоляції та обмеження соціальної дистанції у зв'язку із впровадженням карантинних заходів в Україні?

- так
- ні, бо не маю можливості
- ні, бо не має бажання
- інше

6. Як вплинув карантин на Ваше особисте життя?

• карантин – це привід для саморозвитку та спілкування з друзями онлайн

- не можу спілкуватися з друзями
- карантин – це привід знайти нові шляхи для спілкування
- ніяк не вплинув
- інше

7. Як вплинув карантин на Ваше ставлення до життя в цілому,

- змусив замислитися про майбутнє
- змусив проводити більше часу з рідними а близькими
- стало дуже страшно
- ніяк
- інше

8. Як Ви проводите вільний час від час карантину?

• саморозвиток

• спілкування з друзями онлайн

• ігнорую карантин та використовую вільний час для прогулянок та спілкування з друзями вживу

- інше

9. Користуючись 7-бальною шкалою, оцініть ситуацію, яка склалася в Україні внаслідок поширення коронавірусної інфекції:

- небезпека – безпека
- визначеність – невизначеність
- хаос – порядок
- обізнаність – незнання
- звичність – новизна
- реальність загрози – нереальність загрози
- дискомфорт – невпевненість
- впевненість – невпевненість
- спокій – занепокоєння
- дезорієнтація – зорієнтованість
- раціональність – нераціональність
- страх – спокій
- відчай – надія
- сміливість – боягузтво
- слабкість – сила
- контрольованість – не контрольованість
- панічність – продуманість
- свобода – обмеження

10. Користуючись 7-бальною шкалою, оцініть ситуацію, яка склалася в Україні внаслідок поширення коронавірусної інфекції:

- заспокійлива – така, що лякає
- радує – засмучує
- нав'язлива – ненав'язлива
- аморальна – моральна
- пояснює – заплутує
- викликає відчай – породжує надію
- керована – некерована

- лавиноподібна – дозована
- корисна – непотрібна
- складна – проста
- непередбачувана – передбачувана
- незабутня – така, що легко забувається
- нудна – цікава
- розслаблює – напружує
- надлишкова – недостатня

11. Користуючись 7-бальною шкалою, оцініть, якою ситуація епідемічної небезпеки постає особисто для вас (1-відсутність загрози, 7 – дуже висока загроза):

- загроза життю
- загроза почуттю власної гідності
- загроза фінансовому благополуччю
- загроза особистому майбутньому
- загроза здоров'ю близьких
- загроза політичній та економічній стабільності в країні
- загроза стабільності у світі загалом

12. Користуючись 7-бальною шкалою, оцініть, якою мірою ситуація епідемічної безпеки створює особисто для вас відповідні ризики (1 – відсутність ризику, 7 – дуже високий ризик):

- втратити близьких (коханих, батьків, друзів)
- втрати душевної рівноваги
- втрати почуття безпеки
- втрати працездатності
- втрати довіри до оточуючих
- втрати почуття захищеності
- втрати потреби в спілкуванні
- втрати робочого місця

13. Користуючись 7-бальною шкалою, оцініть, якою мірою ситуація епідемічної небезпеки для Вас супроводжується наступними відчуттями (1 – не супроводжується, 7 супроводжується постійно):

- переживанням тривоги або паніки
- переживанням почуття безсилля
- переживанням невпевненості в майбутньому
- високою дратівливістю
- відчуттям ворожості з боку оточення
- нерозуміння іншими
- розчаруванням в людях
- розчаруванням в діях уряду
- погіршенням власного здоров'я
- сподіваннями на успішне подолання