

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ М.П. ДРАГОМАНОВА**

ПЕТРОВА АЛЛА СЕРГІЇВНА

УДК 159.942.3:364.27-057.87

**ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОКОРЕКЦІЇ
СОЦІАЛЬНИХ СТРАХІВ У СТУДЕНТІВ**

19.00.07 – педагогічна та вікова психологія

АВТОРЕФЕРАТ

дисертації на здобуття наукового ступеня

кандидата психологічних наук

Київ – 2015

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано на кафедрі психології Інституту філософської освіти і науки в Національному педагогічному університеті імені М.П. Драгоманова, Міністерство освіти і науки України

Науковий керівник: кандидат психологічних наук, професор
Долинська Любов Василівна,
Національний педагогічний університет
імені М.П. Драгоманова,
інститут філософської освіти і науки,
завідувач кафедри психології.

Офіційні опоненти: доктор психологічних наук, професор
Шевченко Наталія Федорівна,
Запорізький національний університет,
завідувач кафедри педагогіки та психології
освітньої діяльності;

кандидат психологічних наук, доцент
Томчук Сергій Михайлович,
Вінницький обласний інститут післядипломної
освіти педагогічних працівників МОН України,
доцент кафедри психолого-педагогічної
освіти та інновацій.

Захист відбудеться «27» квітня 2015 р. о 14.00 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.053.10 у Національному педагогічному університеті М.П. Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ, вул. Пирогова, 9.

З дисертацією можна ознайомитися у бібліотеці Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова за адресою: 01601, м. Київ, вул. Пирогова, 9.

Автореферат розісланий «26» березня 2015 р.

Вчений секретар
спеціалізованої вченої ради

В.У. Кузьменко

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. Сучасне суспільство суверенної України постійно політично, економічно, культурно-національно та соціально видозмінюється. В країні формуються нові системи духовних і культурних цінностей, переглядаються соціальні стандарти, відбуваються перетворення в усіх соціальних сферах життя особистості. В таких умовах для успішної самореалізації людині, особливо молоді, потрібна постійна готовність ризикувати, відмовлятися від звичних стереотипів, мати певні навички саморегуляції, нормалізації власного емоційного стану. Однак реалізація цих завдань ускладнюється тим, що зазначені соціальні фактори породжують цілу низку соціальних страхів, оскільки в сучасному трансформаційному суспільстві все більше осіб потерпають від емоційних розладів, не мають адекватних внутрішніх механізмів протидії стресам. Страхі, як один із чинників емоційних розладів, що в кожному віковому періоді мають свої патогенні особливості, суттєво знижують стресостійкість, гальмують особистісне зростання. Невміння молодої людини контролювати свій емоційний стан, пов'язаний з виникненням страху, призводить до нездатності адекватно реагувати в певних соціальних ситуаціях та уникати вірогідних психотравмуючих чинників, що негативно впливає на соціалізацію особистості. Через це особливої актуальності набуває проблема психокорекції страхів для досягнення адаптивного рівня цього феномену.

Загальнотеоретичні аспекти проблеми страху окреслено в роботах: В.О. Андрусенко, Ф.Б. Березіна, Дж. Боулбі, В.К. Вілюнас, Р.М. Грановської, К.Е. Ізарда, О.В. Крейніної, М.Д. Левітова, О.М. Леонтьєва, О.Ю. Осадько, О.О. Прохорова, Ф. Рімана, С.М. Томчука, О.С. Туренка, З. Фройда, К. Хорні, О.Ф. Чернавського, О.А. Черникової, К.Г. Юнга, Т.С. Яценко та інших.

Проблема соціального страху представлена в межах психологічного (А. Бандура, Дж. Вольпе, М.І. Вітківська, О.О. Дурманенко, В.А. Гузенко, Л.М. Грошева, Д.Ю. Кияшко, О. Кондаш, С.А. Кухарський, В.І. Лебедев, С.Я. Матвєєва, О.О. Прилутська, П.О. Сорокін, Т.М. Хатадян, Ю.В. Щербатих) та клінічного підходів (Д. Барлоу, О.М. Гнатишина, Б.Д. Карвасарський, Д. Кларк, В.П. Осіпов, В. О. Скребець, С. Турнер та інші).

Вікові особливості прояву соціальних страхів досліджували: В.М. Астапов, Г. Еберлейн, О.І. Захаров, Н.В.Карпенко, С.М. Ольховецький, О.М. Склярєнко, Н.І. Пов'якель, К. Хорні та інші. Зокрема, дослідженню страхів у дошкільному віці присвячені роботи О.І.Захарова, Н.В.Карпенко, О.В. Танилики та ін. Страхі осіб шкільного віку досліджували Л.С. Акопян, В.А. Петченко, О.М. Склярєнко, І.М. Тименцева, а підліткового віку – Н.Г. Кормушина, С.М. Ольховецький, Л.В. Уварова та ін.

Незначна кількість наукових праць присвячена дослідженню певних видів соціальних страхів: страх відокремлення (К.Л. Мілютіна), страх успіху (Г.В. Турецька), суспільні страхи (П.А. Амбарова, Л.М. Грошева, Ю.В. Щербатих). Соціальні страхи аналізувалися як соціологічний феномен (М.І. Вітківська, О.О. Прилутська, Т.М. Хатадян) і як патопсихологічне явище, соціофобія (М.Д. Лінде, С. А. Монтгомері, О.А. Сагалакова, Д.В. Труєвцев). Окремі наукові праці зосереджено на висвітленні страхів у юнацькому віці, що пов'язані з рівнем мотивації досягнень (

В.А. Гузенко), передекзаменаційним особистісним страхом (О. Кондаш, О.В. Крейніна), соціально-психологічним типом особистості (В.А. Мініярова), психологічними умовами подолання страхів (Д.Ю. Кияшко).

Незважаючи на наявність певної кількості досліджень проблеми страху, комплексне вивчення особливостей соціальних страхів студентської молоді та виявлення можливостей їх психокорекції не були предметом спеціального дослідження, тоді як ці знання сприятимуть особистісно-професійному зростанню студентів та реалізації потенціалу особистості в соціумі.

Таким чином, соціальна значущість проблеми та її недостатнє вивчення у психолого-педагогічній науці обумовили вибір теми дослідження: **«Особливості психокорекції соціальних страхів у студентів»**.

Зв'язок роботи із науковими програмами, планами, темами. Тема входить до плану науково-дослідних робіт кафедри психології Інституту філософської освіти і науки Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова й затверджена Вченою радою університету (протокол № 5 від 26 грудня 2011 року) та узгоджено на бюро Міжвідомчої ради з координації наукових досліджень з педагогічних і психологічних наук в Україні (протокол № 1 від 31 січня 2012 року).

Мета дослідження – виявити особливості усвідомлення, специфіку, психологічні чинники виникнення соціальних страхів студентів та обґрунтувати, розробити, апробувати і впровадити на цій основі програму їх психологічної корекції.

В основу дослідження було покладено *припущення* про те, що соціальні страхи студентів мають свою специфіку, обумовлену як віковими, адаптаційними та міжособистісними процесами, так і індивідуальними особливостями й суспільними ситуаціями, а їх зниження та подолання можливе шляхом поєднання трьох напрямків психокорекційної роботи: 1) безпосередньої роботи зі страхами; 2) нівелювання дії психологічних чинників соціальних страхів; 3) підвищення емоційної компетентності, навичок саморегуляції та вироблення конструктивних форм поведінки у стресогенних ситуаціях методами активного соціально-психологічного навчання.

Завдання дослідження:

1. На основі аналізу наукової літератури визначити теоретичні підходи до вивчення проблеми соціальних страхів у студентському віці.
2. Експериментально виявити особливості усвідомлення, специфіку, динаміку та психологічні особливості соціальних страхів студентів.
3. Визначити психологічні чинники виникнення соціальних страхів у студентів.
4. Створити модель та обґрунтувати, розробити й апробувати програму психокорекційної роботи щодо зниження соціальних страхів студентів, сформулювати практичні профілактично-корекційні рекомендації викладачам та психологам ВНЗ.

Об'єкт дослідження – соціальні страхи студентів.

Предмет дослідження – особливості психокорекції соціальних страхів студентів.

Теоретико-методологічну основу дослідження склали положення психологічної науки про розвиток особистості в онтогенезі (Л.С. Виготський, Г.С. Костюк, О.М. Леонтьєв, С.Д. Максименко та інші), характерологічні особливості юнацького віку (І.Д. Бех, Л.І. Божович, І.С. Булах, Л.В. Долинська, Е. Еріксон, Д. Ельконін, І.С. Кон, В.С. Мухіна, Д.І. Фельдштейн, Н.Ф. Шевченко та інші), уявлення про соціальний страх як результат соціалізації й соціальної адаптації особистості та як властивість особистості (В.О. Андрусенко, Дж. Боулбі, В.К. Вілюнас, О.І. Захаров, К.Е. Изард та інші), принцип єдності діагностики та корекції (М.Д. Лінде, Т.С. Яценко, К.Г. Юнг та інші), принцип системності розвитку психічної діяльності (Д.Б. Ельконін), діяльнісний принцип психокорекції (Ф. Зімбардо, В.Г. Ромек та інші).

Методи дослідження: *теоретичні* (теоретико-методологічний аналіз, класифікація та систематизація наукових джерел, порівняння й узагальнення даних теоретичних та експериментальних досліджень); *емпіричні* (цілеспрямоване спостереження, індивідуальні та групові бесіди, анкетування, психодіагностичне тестування; констатувальний та формувальний експеримент); *методи обробки даних* (узагальнення та систематизація якісних і кількісних даних емпіричного дослідження; методи математичної статистики (кореляційний аналіз за коефіцієнтом χ^2 (хі-квадрат) критерія К. Пірсона; оцінка достовірності та значущості експериментальних даних – критерій Стьюдента та z-критерій).

На різних етапах дослідження використовувався комплекс психодіагностичних методик: «Опитувальник на визначення суб'єктивного розуміння власних соціальних страхів» (модифікований Стенфордський опитувальник сором'язливості), «Соціальні страхи» (Л.М. Грошева), «Опитувальник ієрархічної структури актуальних страхів особистості» (Ю.В. Щербатих), проєктивна методика «Незакінчені речення», «Методика діагностики психічних станів» (Г. Айзенк), «Методика діагностики рівня суб'єктивного відчуття самотності» (Д. Рассел та М. Фергюсон), «Методика дослідження самооцінки за допомогою процедури рангування» (С.А. Будассі), методика «Тривожність студентів» (Ж. Тейлора, модифікована Е.П. Ільїним).

Експериментальна база дослідження. Дослідницько-експериментальна робота виконувалася на базі Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка, Бердянського державного педагогічного університету. У констатувальному експерименті взяли участь 300 студентів 1-го, 3-го та 5-го курсів денної форми навчання віком від 16 до 23 років та 60 студентів 5-го курсу заочної форми навчання віком від 22 до 50 років. У формуальному експерименті брали участь 60 осіб першого курсу.

Дослідження виконувалося у три етапи (пошуковий, дослідницько-експериментальний, узагальнюючий) впродовж 2010 – 2014 років.

Наукова новизна і теоретичне значення дисертаційного дослідження полягають у тому, що:

- *вперше* виявлено специфіку та особливості усвідомлення студентами власних соціальних страхів, досліджено динаміку прояву індивідуально-особистісних (страхи невдачі та поразки, неприйняття та пригнічення, втрати, самостійності, відповідальності, ризику, вибору власного оточення, спілкування) та вітальних (страх соціальної смерті – війни, бідності, стати жертвою нападу, невизначеного майбутнього) соціальних страхів сучасних юнаків, описано тенденції гендерних відмінностей соціальних страхів осіб студентського віку та особливості їх прояву в залежності від місця постійного проживання, експериментально досліджено психологічні чинники (особистісну тривожність, агресивні тенденції, схильність до фрустрації та ригідності, суб'єктивне відчуття самотності, емоційну нестійкість, занижену самооцінку), що обумовлюють виникнення соціальних страхів у студентів, створено модель та програму психокорекційної роботи з соціальними страхами студентів, спрямовану на зниження соціальних страхів і соціофобійних проявів, а також нівелювання дії їх внутрішніх психологічних чинників, описано особливості психокорекції соціальних страхів у студентів;
- *розширено, уточнено та доповнено* положення про роль соціальних страхів у розвитку особистості на різних вікових етапах, особливості дії чинників виникнення соціальних страхів, взаємозв'язок психологічних чинників соціальних страхів та шляхів їх подолання;
- *набули подальшого розвитку* знання про соціальний страх як соціально-психологічний феномен, специфіку соціальних страхів студентів.

Практичне значення одержаних результатів полягає у тому, що пакет психодіагностичних методик і авторська експериментальна програма психокорекції соціальних страхів можуть використовуватись студентами як засіб самодіагностики, самодопомоги та самопізнання з метою профілактики чи зниження фобійних проявів, нівелювання негативної дії на психічну структуру особистості соціальних страхів, гармонізації Я-концепції, встановлення конструктивних міжособистісних зв'язків у мікро- та макросоціумі та практичними психологами – для проведення психокорекційної роботи зі зниження соціальних страхів у студентів. Практичні рекомендації стануть у нагоді викладачам для оптимізації міжособистісних стосунків зі студентською молоддю та психологам-практикам для здійснення доцільної та своєчасної превентивної та психокорекційної діяльності. Теоретичні положення, що висвітлені в дисертаційному дослідженні, можуть бути використані

викладачами вищих навчальних закладів у підготовці вчителів та психологів при викладанні навчальних курсів «Вікова психологія», «Соціальна психологія», «Психологія розвитку», «Психологія особистості», «Психологічна служба в системі освіти», «Основи психоконсультування та психокорекції».

Апробація та впровадження результатів дисертації. Основні положення та результати дослідження доповідалися та отримали схвалення на Міжнародних науково-практичних конференціях: «Професійна культура фахівця: сутність, реалії, перспективи» (Суми, 2012), «Соціалізація і ресоціалізація особистості в умовах сучасного суспільства» (Київ, 2014), «Психологічна просвіта у сучасному суспільстві: методологія, досвід, перспективи» (Суми, 2014), на всеукраїнських науково-практичних конференціях: «Творчий потенціал як умова та засіб реалізації особистості в трансформаційному суспільстві» (Суми, 2010), «Молодь, освіта, наука, культура і національна самосвідомість в умовах європейської інтеграції» (Київ, 2012), «Актуальні проблеми практичної психології» (Київ, 2012), на звітних науково-практичних конференціях НПУ імені М.П. Драгоманова (2011-2014) та засіданнях кафедри психології Інституту філософської освіти і науки НПУ імені М.П. Драгоманова (2011 – 2015 рр.).

Результати дисертаційної роботи *впроваджено* у навчальний процес Черкаського національного університету імені Богдана Хмельницького (довідка № 164/03-а від 25.04.2014 р.), у роботу психологічної служби Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка (довідка № 1474 від 01.09.2014 р.), у роботу психологічної служби Машинобудівного коледжу Сумського державного університету (довідка № 895 від 02.09.2014 р.), у практику діяльності психологічної служби системи освіти Сумської області (довідка № 06-14/5735 від 05.09.2014 р.), у навчальний процес вечірнього факультету Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова (довідка № 39 від 15.12.2014 р.).

Публікації. Основні положення дисертаційного дослідження відображено у 13 одноосібних публікаціях, з яких 4 статей у вітчизняних фахових виданнях, 1 – у зарубіжному фаховому виданні, 8 – матеріали конференцій.

Структура та обсяг дисертації. Дисертація складається зі вступу, трьох розділів, висновків до розділів, висновків, 12 додатків та списку використаних джерел, що налічує 332 найменування (24 з яких іноземною мовою). Основний зміст дисертації викладений на 201 сторінці та містить 21 таблицю та 14 рисунків на 20 сторінках. Загальний обсяг дисертації – 308 сторінок.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ ДИСЕРТАЦІЇ

У **вступі** обґрунтовано вибір наукової теми та її актуальність, визначено мету, завдання, об'єкт та предмет дослідження, сформульовано гіпотезу, розкрито методи, визначено наукову новизну, теоретичне та практичне значення роботи, наведено відомості про апробацію та впровадження отриманих результатів, надано інформацію про структуру й обсяг дисертаційної роботи.

У першому розділі «**Теоретичні підходи до вивчення проблеми страхів у студентському віці**» представлено аналіз основних наукових концепцій зарубіжних та вітчизняних представників різних психологічних шкіл до проблеми страху, та, зокрема, соціального страху, визначено характерні риси феноменів «страх» та «соціальний страх», вікові особливості прояву та корекції соціальних страхів.

У процесі наукового аналізу страху як психологічного феномену встановлено його всепроникаючий та глибинний характер в сучасному суспільстві. Так, науковці різних галузей займалися проблематикою страху (психологи – Дж. Боулбі, К.Е. Ізард, О. Кондаш, Ф. Ріман, З. Фройд; фізіологи – І.П. Павлов, П.В. Сімонов, В.М. Смірнов; філософи – М.М. Мовчан, О.С. Туренко, О.С. Фролова, Е. Фромм; соціологи – В.А. Мініярова, Г. Спенсер та інші), але через диференціацію наукових напрямків ускладнюється цілісне сприйняття даного явища.

Теоретичний аналіз науково-психологічних джерел дозволив систематизувати дані з проблеми дослідження страхів у психології. Надбання сучасної психологічної науки зосереджені в межах різних підходів до вивчення страху, серед яких – психофізіологічний (У. Кеннон, І.П. Павлов, П.В. Сімонов та ін.), психоаналітичний (О. Ранк, З. Фройд, К. Хорні та інші), соціально-психологічний (Ф. Ріман, С. Московічі та ін.), соціально-когнітивний (А. Бандура, Дж. Міллер, Д. Хебб та ін.), діяльнісний (Л.С. Виготський, О.М. Леонтьєв, С.Л. Рубінштейн та ін.) тощо. Всебічне дослідження страху зарубіжними та вітчизняними науковцями розкриває теоретичне наповнення феномену: чинники (біологічні, соціальні, індивідуальні), сфери існування (універсальна – специфічна; індивідуальна – масова; ситуаційна – обумовлена тощо), види (об'єктивний, невротичний, моральний, ситуаційно обумовлений, особистісно обумовлений), функції (сигнальна, захисна, мотиваційна, мобілізуюча, оцінна тощо), рівні за силою вираженості (неспокій, боязнь, острах, паніка, жаж), етапи прояву (переддія, перебіг, післядія).

Соціальний страх, зберігаючи характеристики поняття «страх» як емоційного психічного стану, що базується на інстинкті самозбереження і супроводжується певними психофізіологічними особистісними проявами, має власну специфіку, дослідженню якої в останнє двадцятиліття присвячені роботи психологів В.А. Гузенко, Д.Ю. Кияшко, О.О. Прилутської, Т.Н. Хатадян, Ю.В. Щербатих та ін., соціологів М.І. Вітківської, О.О. Дурманенко, С.Я. Матвєєвої і т.д., філософів В.О. Андрусенко, Л.М. Грошевої, С.А. Кухарського та ін.

Соціальний страх розглядається з двох фундаментальних позицій: як психічне явище, що має соціокультурне відображення; як патопсихологічний феномен, що проявляє себе в фобійних реакціях (соціофобія і її різновиди) чи невротичних розладах. Змістове наповнення категоріально-понятійного апарату феномену соціального страху відбувається в межах наступних психологічних течій: психоаналітичної (З. Фройд, Е. Фромм, К. Хорні, К. Юнг та інші), гуманістичної (А. Маслоу), еволюційної (А.В. Кукаркин, С.А. Кухарський, Л. та Дж. Палмер),

соціально-психологічної (В.О. Андрусенко, Дж. Вольпе, В.А. Гузенко, О. Кондаш, П.О. Сорокін, Ю.В. Щербатих).

Ми схильні розглядати соціальний страх як комплексне соціально-психологічне явище, погоджуючись з позиціями таких науковців як Л. Палмер, Дж. Палмер, О.О. Прилутська, П.О. Сорокін та ін. *Соціальний страх – еволюційно сформована поведінкова схильність адаптивного характеру, що є результатом соціалізації особистості, детермінується об'єктивними та суб'єктивними чинниками і носить ситуативний та/чи особистісний характер.*

Як патопсихологічний феномен соціальний страх представлений у вигляді соціальної фобії, що характеризується поведінковими девіаціями та неадекватними переживаннями страхів конкретного змісту, які охоплюють суб'єкта у певній (фобійній) ситуації і супроводжуються вегетативними дисфункціями (Д. Барлоу, Д. Кларк, С. Турнер, М. Штейн).

Соціальний страх, як складний психологічний процес, супроводжує людину впродовж життя, трансформуючись в залежності від особливостей віку та соціальної ситуації розвитку. Даний феномен дає можливість індивіду орієнтуватися в предметному та соціальному світі і є необхідною складовою самозбереження особистості. Прояв соціального страху можна спостерігати на всіх вікових етапах розвитку особистості. Зокрема, дослідженню дошкільних та шкільних соціальних страхів присвячені наукові доробки Л. С. Акоюн, О.І. Богучарової, К. Бютнера, Н.В. Карпенко, О.В. Новікової, О.М. Скляренко, Н. Пезешкіана, С.М. Томчука, Г. Еберлейна та інших. Подальшою ланкою соціалізації особистості виступає вищий навчальний заклад, де специфіка навчання і особливості юнацького періоду, на якому знаходяться більшість студентів, й зумовлюють у них певні прояви соціальних страхів.

На всіх етапах формування особистості студента, при неадекватній реакції на соціальні стимули, зростає ймовірність виникнення соціальних страхів. Аналіз праць щодо проблеми соціального страху в студентському середовищі дозволяє виокремити основні групи чинників, що їх провокують: зовнішні – нестабільна політична, економічна та соціальна ситуація (К.Е. Ізард, О.О. Прилутська); негативне ставлення референтної групи, осіб, членів сім'ї (К. Хорні, А. Романовський); дані про ситуації соціальної загрози (П. Александров); ситуації, що виявляють низьку компетентність (Ю.В. Щербатих); адаптаційні – небажання втратити соціальний статус (А. Адлер, В.О. Андрусенко, Н.В. Сопілко, Е. Фромм); невміння маніпулювати людьми (В.А. Гузенко); нерозуміння навчального матеріалу предметів ВНЗ (Н.В. Сопілко); мотиваційні – мотив уникнення невдачі (В.А. Гузенко); мотиви афіліації (К. Лоренц, Г.В. Турецька); особистісні (внутрішні) – особистісна тривожність (І.А. Ясточкіна), схильність до фрустрації (О.В. Крейнина), агресивність (О.В. Крейнина, С.Г. Шебанова), ригідність (Л.В. Стукан), відчуття самотності (В.І. Лебедев), емоційна нестійкість (І.Ф. Аршава), занижена самооцінка (Н.В. Сопілко, Н. Хазратова). Зовнішні, адаптаційні та мотиваційні категорії ґрунтовно описані науковцями, в той час як особистісні (внутрішні) чинники соціальних страхів студентів досліджувалися мало, лише у взаємозв'язку з іншими психічними проявами.

Ряд досліджень висвітлюють особливості психологічної корекції страхів: у дітей дошкільного віку шляхом застосування арт-терапевтичних (О.І. Захаров, Г.М. Ферс), ігрових (Л.В. Орлова, О.В. Тапиліна) та казкотерапевтичних методів (Н.В. Карпенко); у дітей молодшого шкільного віку через використання метафори (В.А. Петченко), прийомів регуляції емоційних станів та саморегуляції (Л.С. Акопян, О.І. Богучарова, О.М. Скляренко, Н.І. Пов'якель), методів когнітивно-поведінкової терапії (С.М. Томчук), психотехнік та корекційних вправ (Н.В. Самоукіна, Л.В. Тарабакіна); у підлітків психокорекційними методами актуалізації творчого потенціалу власної активності (С.М. Ольховецький) та активними методами соціально-психологічного навчання (І.А. Ясточкіна); у студентів та дорослих психотерапевтичними засобами (Ф. Зімбардо, О.В. Крейніна, В.Л. Леві, В.А. Мініярова та інші). Деякі наукові дослідження стосуються безпосередньо корекції соціальних страхів у молодих людей: методом активного соціально-психологічного навчання (О.Г. Біла, Т.С. Яценко); за допомогою психотехнік та групового тренінгу (О.Ф. Бондаренко, І.В. Вачков, Т.В. Ексакусто, Л.А. Петровська, Ю.В. Сасенко); засобами консультаційного впливу (Л.В. Долинська, О.Ю. Осадько, Н.В. Сопілко, Н.Ф. Шевченко); шляхом самонавіювання (Л.М. Грошева), регулювання мотиваційної сфери (В.А. Гузенко), саморегуляції (Д.Ю. Кияшко) та формування впевненості (А.М. Прихожан, Н.В. Стишенок). Корекція соціальних фобій була предметом дослідження та психологічної роботи Дж.У. Бііка, М.Д. Лінде, А.А. Монгомері, О.А. Сагалакової, Д. Силова та Л.В. Стукан.

Деякі наукові праці присвячено психокорекції психологічних станів, котрі ми виокремлюємо як чинники соціальних страхів студентів: програми зі зниження особистісної тривожності розроблені Я.М. Омельченко, А.М. Прихожан та І.А. Ясточкіною; формування емоційної стійкості – О.М. Ревою та Е.Г. Щукіною; робота з самотністю відображена у працях Т.С. Яценко; корекцією агресії займалася С.Г. Шабанова; корекція кризових станів у результаті фрустрації була предметом наукового пошуку Б.А. Бараш; ригідність виділяється М.А. Алієвою; занижена самооцінка коригується в межах формування впевненості у собі В.Г. Ромеком.

Водночас теоретичний аналіз засвідчив відсутність ґрунтового емпіричного дослідження соціальних страхів студентів, особливостей їх психологічної корекції, що й стало предметом нашого експериментального вивчення, в основу якого було покладено зазначені теоретичні положення.

У другому розділі «**Експериментальне дослідження соціальних страхів студентів**» висвітлено організаційно-методичні основи емпіричного дослідження, викладено результати вивчення суб'єктивних та об'єктивних особливостей, гендерних тенденцій, динаміки та чинників прояву соціальних страхів студентів.

Завданнями констатувального експерименту були: 1) діагностика соціальних страхів студентів (вивчення усвідомлення студентами власних соціальних страхів, п'яти категорій соціальних страхів за методикою Л.М. Грошевої, ієрархічної структури соціальних страхів за методикою Ю.В. Щербатих); 2) виявлення психологічних (особистісних) чинників соціальних страхів.

На всіх етапах констатувального експерименту в дослідженні взяло участь 360 студентів різних курсів НПУ імені М.П. Драгоманова (м. Київ), БДПУ (м. Бердянськ), СДПУ ім. А.С. Макаренка (м. Суми).

Результати аналізу отриманих даних показали, що психологічні особливості соціальних страхів студентів проявляються в змісті їх усвідомлення на різних етапах навчання, питомій вазі різних груп страхів, віковій специфіці, розумінні впливу на особистісне зростання, володінні засобами зниження деструктивного впливу, гендерних, вікових та соціальних тенденціях тощо. На рівні усвідомлення власних соціальних страхів виявлено, що страх є проблемою для кожної другої особи (58,4%). Суб'єктивно констатували у себе фобійні прояви як сильний страх 30% респондентів, панічні реакції мають місце в житті 11% опитаних, а жах – у 1,9%, водночас, повністю підконтрольним власний соціальний страх вважають лише 17,2% студентів.

Факторами, що активізують соціальні страхи студентів, є недостатня впевненість у собі (61,7%), побоювання негативного оцінювання іншими людьми власної особистості (38,9%) та відторгнення у процесі міжособистісної взаємодії (22%). Соціальні страхи першокурсників менш диференційовані в порівнянні зі страхами студентів старших курсів. З віком страхи деталізуються та розповсюджуються не лише на навчальну ситуацію, а й на соціальну взаємодію.

У кризовій ситуації страх стає нормою соціального самопочуття для великої кількості людей, певною адаптаційною реакцією до стресогенного зовнішнього середовища. Спираючись на результати моніторингового опитування констатуємо, що суспільні страхи повністю усвідомлюються, осмислюються, раціоналізуються, формують певні патерни свідомості, поширюються у суспільстві та впливають на його функціонування. З видозміненням системи цінностей та в залежності від вікової категорії трансформуються й суб'єктивні соціальні страхи. Соціальні страхи населення є відображенням певної суспільної ситуації, тому закономірно, якщо підвищується загальний рівень особистісної загрози та рівень тривожності людей, страхи також поширюються у масовій свідомості.

Соціальні страхи студентів представлені такими категоріями як: індивідуально-особистісні (страхи невдачі та поразки, неприйняття та пригнічення, втрати, самотійності, комунікації), вітальні (реагування на зовнішні соціальні подразники, що можуть спричинити соціальну смерть – страхи війни та її наслідків, бідності, невизначеного майбутнього, побоювання стати жертвою нападу тощо). Виявлена наступна ієрархія середніх показників соціальних страхів у студентському віці (на основі динаміки їх прояву впродовж навчання у ВНЗ з першого по п'ятий курс): страх невдачі та поразки (кожна друга особа); страх втрати (49,4%); страх неприйняття і пригнічення (48,1%); страх комунікації (38,6%); страх самотійності (35,8%). Страх неприйняття інтегрує в себе інші види соціальних страхів, але найбільш масовою категорією залишаються страхи невдачі (45% осіб потерпають від страху перед викладачами через можливість отримання негативної оцінки).

Індивідуально-особистісні соціальні страхи, підсилюючись соціальною дезадаптацією, набувають форм соціофобій, що виявляється через страхи з фобійними проявами, сором'язливість і т.д. Найвищий показник соціальних страхів з фобійними проявами на 1 курсі, індивідуально-особистісних, зокрема, страхів невдачі, неприйняття та комунікації – на 3-му курсі, а вітальних соціальних страхів та груп страхів втрати і самотійності – на 5-му курсі (табл.1).

**Кількісні показники соціальних страхів без фобійних проявів у студентів
(n=300)**

Види соціальних страхів	1 курс		3 курс		5 курс	
	%	Ранг	%	Ранг	%	Ранг
Індивідуально-особистісні: Страхи невдачі та поразки	54	2	57	1	54	2
Страхи втрати	45	3	53	2	55	1
Страхи неприйняття та пригнічення	40	3	57	1	51	2
Страхи самостійності	27	3	37	2	42	1
Страхи комунікації	38	2	47	1	36	3
Вітальні	54	2	49	3	61	1

Така динаміка вказує на особливості формування та становлення студента в процесі навчання у ВНЗ. Так, на 1-му курсі під час адаптації молода людина може потерпати від стану фрустрації, а в особливо несприятливих випадках – від фобійних проявів; на 3-му курсі провідний канал взаємодії з оточуючим світом – міжособистісний, а страхи виступають відображенням проблемного поля суб'єкта; на 5-му курсі студенти перебувають на етапі професійного становлення і суспільні процеси набувають першочергового значення, вітальні соціальні страхи – результат вікового та індивідуального процесу розвитку молодої людини.

На другому етапі констатувального експерименту визначалося, чи є особистісні властивості виділені на основі теоретичного аналізу наукової літератури (особистісна тривожність, фрустрованість, агресія, ригідність, відчуття самотності, емоційна нестійкість, занижена самооцінка) чинниками соціальних страхів (наявність кореляційних зв'язків між проявами соціальних страхів та вищезазначених характеристик студентів встановлювалася за допомогою критерію χ^2 (хі-квадрат) К. Пірсона).

Проведений аналіз дає підстави для наступних узагальнень (за χ^2 -критерієм на 0,01 рівні значущості): високий рівень особистісної тривожності, схильності до фрустрації, ригідності та знижена самооцінка є чинниками виникнення соціальних страхів студентів. Прояв агресивних тенденцій не є чинником соціальних страхів у першокурсників, але детермінує певні групи страхів (страх невдачі/ поразки, втрати, самостійності, комунікації) на третьому та п'ятому курсі (страх невдачі/ поразки, неприйняття, втрати). Суб'єктивне відчуття власної самотності позитивно корелюється з фобійними проявами страхів невдачі, втрати та самостійності у першокурсників, з соціальними страхами без фобійних проявів у третьокурсників (страх втрати, самостійності) та зі страхом самостійності на п'ятому курсі денної форми навчання (у заочників соціальних страхів, пов'язаних з високим рівнем прояву даного стану, не виявлено). Емоційна нестійкість виступає чинником всіх груп соціальних страхів лише у студентів третього курсу, тоді як у першокурсників позитивно корелюється зі страхами невдачі, втрати та комунікації, а у п'ятикурсників – зі страхами невдачі та неприйняття.

Результати констатувального експерименту засвідчують наявність широкого спектру соціальних страхів у студентів впродовж всього періоду професійної підготовки, які детермінуються різноманітними об'єктивними та суб'єктивними чинниками, здійснюють значний негативний вплив на їх особистісно-професійне зростання, зумовлюють необхідність цілеспрямованого профілактичного та психокорекційного впливу у процесі організації навчально-виховної роботи.

У третьому розділі «**Особливості психокорекційної роботи щодо зниження соціальних страхів у студентської молоді**» обґрунтовано модель корекційно-профілактичної роботи по зниженню рівня соціальних страхів студентів; представлено змістові та процесуальні аспекти авторської програми психокорекційного впливу на особистість студента з метою усунення фобійних проявів та зниження соціальних страхів; висвітлено результати формульованого експерименту; сформульовано практичні рекомендації викладачам ВНЗ та практичним психологам щодо роботи з соціальними страхами у студентів.

Теоретичним підґрунтям побудови психокорекційного впливу на соціальні страхи студентів виступили: положення про необхідність поєднання впливу на свідому та несвідому сферу суб'єкта (О.Ф. Бондаренко, М.Д. Лінде, Т.С. Яценко); можливість зниження/ подолання страхів за відносно короткий проміжок часу шляхом застосування методів активного соціально-психологічних навчання (Т.С. Яценко); ефективність використання методів арт-терапії (У. Баєр, О.І. Копитін), емоційно-образної терапії (М.Д. Лінде), символдрами (Я.Л. Обухов), когнітивно-поведінкової психотерапії (Дж. Вольпе, В.Г. Ромек, Ю.В. Щербатих), позитивної сімейної психотерапії (Н. Пезешкіан, М. Селігман), глибинної психології (Ф. Ріман), психоаналізу (В.М. Лейбін) в роботі зі страхами; положення когнітивно-поведінкового підходу до розвитку саморегуляції (Дж. Вольпе, Д. Бернс, В.Г. Ромек); специфіку роботи з соціальними фобійними проявами (Дж.У. Бік, С.А. Монтгомері, Д. Сілов).

Враховуючи виокремлені положення, методи та засоби, нами була розроблена модель психокорекційної роботи з соціальними страхами студентів (рис. 1).

Відповідно до заявленої моделі кінцевою метою є зниження рівня соціальних страхів, тобто, подолання патогенних проявів стану шляхом активізації внутрішніх психологічних ресурсів особистості та нівелювання дії деструктивних чинників, а також формування резистентності до впливу психологічних чинників, що можуть підсилити соціальні страхи.

Програма психокорекційної роботи «Соціальний страх: можливості приборкання, взаємодія, співдружність» розрахована на 72 академічні години і реалізується трьома блоками (початковий, основний, доповнюючий). Початковий блок – емоційного самопізнання (4 години), основний – корекційно-профілактичний (24 години) та когнітивно-поведінковий (24 год.) (поступова та цілеспрямована робота з несвідомою та свідомою сферами особистості), доповнюючий – блок самостійної роботи (20 годин) у формі завдання після кожного заняття психологічної програми. Кожен блок передбачає комплексну реалізацію всіх компонентів психокорекції: роботу з когнітивними процесами, афективними реакціями та корекції поведінки в ситуації переживання соціального страху.

Розроблена нами програма була апробована в рамках діяльності психологічної служби Сумського державного педагогічного університету імені А.С. Макаренка у 2013-2014 н.р. на добровільних засадах. З метою виявлення ефективності авторської програми зі студентів першого курсу були сформовані експериментальна та контрольна групи (по 30 осіб).

Мета програми психологічного впливу полягала у глибинній психокорекції соціальних страхів і соціофобійних реакцій та їх чинників, а також зниженні соціальних страхів до адаптивного рівня, коли студенти набудуть здатності контролювати власні особистісні прояви в ситуації соціального страху. Нами реалізовувалися наступні завдання психокорекційної роботи: усунення фобійної симптоматики соціальних страхів шляхом комплексного впливу на свідому та несвідому сферу суб'єкта; формування вміння регулювати власні емоційні стани (соціальний страх, особистісну тривожність, агресивні тенденції); сприяння зниженню рівня ригідності, суб'єктивного рівня самотності, підвищення емоційної толерантності, емоційної стійкості та самооцінки; переведення внутрішньоособистісного конфлікту з деструктивної у конструктивну площину, допомога особистості у його вирішенні; формування самодовіри через всебічний аналіз переваг та недоліків особистості; набуття альтернативних поведінкових стратегій; закріплення навичок впевненої поведінки; підвищення особистісної компетентності через зняття нервово-психічного напруження, нормалізацію емоційного стану.



Страх самостійності	сер	18	60	20	67	2	7	14	47	3	10	11	8
	низ	12	40	10	33	2	7	16	53	27	90	11	37
Страх комунікації	вис	-	-	2	7	2	7	-	-	-	-	-	-
	сер	20	67	18	60	2	7	16	53	2	7	14	46
	низ	10	33	10	33	-	-	14	47	28	93	14	46

Для статистичної перевірки значущості відмінностей у контрольній та експериментальній групах по закінченню формульованого експерименту обчислення було здійснено за допомогою t-критерію Стьюдента. Так, відмінність показників страхів невдачі та поразки ($t=5,4$, $p\leq 0,01$), неприйняття та пригнічення ($t=4,8$, $p\leq 0,01$), втрати ($t=2,7$, $p\leq 0,01$), самостійності ($t=6,4$, $p\leq 0,01$) та комунікації ($t=5,6$, $p\leq 0,01$) є статистично значущою.

Досягнення суттєвих позитивних зрушень стало можливим не лише завдяки цілеспрямованій роботі з соціальними страхами студентів, а й через нівелювання дії психологічних чинників. Так, впродовж психокорекційної роботи зі студентами експериментальної групи вдалося подолати високий рівень прояву особистісної тривожності, а середній знизити з 70% до 30%; фрустраційну толерантність вдалося підвищити на 17%; суттєво знизити рівень прояву агресивних тенденцій, ригідності (через зміну вектору внутрішніх установок), емоційної нестійкості (з 77% до 47%) та підвищити рівень самооцінки (адекватна самооцінка зросла з 17% до 63%).

Статистична значущість отриманих результатів визначалася за t-критерієм Стьюдента і наявна за обчисленими показниками $p\leq 0,01$ у всіх досліджених психічних станів, окрім схильності до фрустрації. Дана категорія не має статистично значущих відмінностей між експериментальною та контрольною групою по завершенню формульованого експерименту, але на рівні експериментальної групи така значущість зафіксована ($t=2,8$, $p\leq 0,01$).

Ефективність формульованого експерименту фіксується у зменшенні рівня прояву внутрішніх чинників соціальних страхів студентів, зниженні їх впливу на стан соціального страху, підвищенні власної самооцінки до адекватного рівня, позитивних зрушеннях у самоставленні, сприйнятті власного Я-образу, гармонізації власної Я-концепції, прийнятті особистих емоційних проявів, видозмінненні власних деструктивних когнітивних установок, трансформуванні поведінкових стереотипів та патернів, більш адекватній взаємодії з оточуючими, суттєвому зниженні особистісної тривожності, агресивних тенденцій, ригідності, відчутті самотності та підвищенні самооцінки, емоційної стійкості і фрустраційної толерантності.

Впродовж психокорекційної роботи студенти змогли опанувати техніки самонавіювання, системної десенсибілізації, самопрезентації, активної візуалізації, сформувані вміння цілісного ставлення до проблемної ситуації, позитивного стилю мислення, розгляду проблеми з різних точок зору, ефективного спілкування та адекватного реагування в різних соціальних ситуаціях.

На основі отриманих даних після проведення психокорекційної психологічної роботи зі студентами-першокурсниками нами було розроблено ряд рекомендацій для викладацького складу та психологічної служби навчальних закладів III-IV акредитаційного рівня з метою профілактики та зниження соціальних страхів та їх

чинників у студентів.

Узагальнення результатів дисертаційного дослідження дало змогу сформулювати загальні висновки.

ВИСНОВКИ

У дисертації наведено теоретичне узагальнення та експериментальне дослідження проблеми соціальних страхів студентів, що виявляється у визначенні теоретичних підходів до проблеми, вивченні специфіки соціальних страхів у студентів (особливостей суб'єктивного усвідомлення студентами цього феномену, вікової динаміки прояву даного стану впродовж всього навчального періоду), дослідженні внутрішніх психологічних чинників соціальних страхів, з'ясуванні особливостей їх прояву та взаємозв'язку з соціальними страхами, створенні моделі та обґрунтуванні, розробці й апробації програми психокорекційної роботи зі зниження соціальних страхів та їх чинників, виробленні практичних рекомендацій для викладачів та психологів щодо профілактики та роботи з деструктивними проявами соціальних страхів.

1. Соціальний страх виникає в результаті взаємодії індивіда з соціумом, в процесі соціалізації. Страх як біопсихосоціальне явище проявляється на соматичному, когнітивному та поведінковому рівнях психічної організації індивіда. В контексті сучасної суспільної формації соціальний страх заміщує біологічний, вбираючи в себе інстинктивний механізм реагування на життєву загрозу. Особистість в соціумі сприймає соціальні стресогенні фактори на несвідомому рівні як безпосередню реальну загрозу, що ймовірно може призвести до соціальної смерті. Страх смерті залишається базовим страхом індивіда, але переходить у площину соціуму. Цей феномен вбирає в себе ряд психологічних явищ, акумулюючи їх, і виступаючи при цьому самостійним психологічним станом. Соціальний страх здатний маскувати витіснені комплекси та бажання індивіда, стримуючи особистісне зростання суб'єкта та виявляючи власний негативний вектор, але, при цьому, психічна структура використовує його як захисний механізм особистісної цілісності. Описаний феномен може розповсюджуватися на сумісні асоціативно пов'язані соціальні ситуації та наслідуватися. Під час соціалізації в свідомості людини синтезуються всі страхи культури, в межах якої цей процес відбувається.

Соціальний страх – еволюційно сформована поведінкова схильність адаптивного характеру, що є результатом соціалізації особистості, детермінується об'єктивними та суб'єктивними чинниками і носить ситуативний та особистісний характер. Соціальний страх тісно пов'язаний з невпевненістю, заниженою самооцінкою, породжує такі психологічні феномени як сором та альтруїзм, а в патологічному вигляді представлений соціофобією, що найбільш розповсюджена серед осіб підліткового та юнацького віку. Соціальний страх характерний для всіх вікових періодів, але не відпрацьовані на попередніх етапах розвитку страхи яскраво проявляються в юнацькому віці (особливо у студентів) і є індикатором внутрішнього конфлікту, неузгодженості Я-образу з актуальною соціальною ситуацією.

2. Психологічні особливості соціальних страхів студентів проявляються в змісті їх усвідомлення на різних етапах навчання, питомій вазі різних груп страхів, віковій та професійній специфіці, розумінні впливу на особистісне зростання, володінні засобами зниження деструктивного впливу, гендерних, вікових та соціальних тенденціях тощо. На рівні усвідомлення власних соціальних страхів виявлено, що страх є проблемою для кожної другої особи. Соціальні страхи першокурсників менш диференційовані в порівнянні зі страхами студентів старших курсів. З віком страхи деталізуються та розповсюджуються не лише на навчальну ситуацію, а й на соціальну взаємодію. Типовим є легке виділення у феномені соціального страху негативного вектору та складність при аналізі позитивних наслідків. Найпоширеніший негативний наслідок стану соціального страху – детонація інших ускладнених негативних емоційних станів – депресії, самотності, відчуття ізоляції. Для першокурсників негативним результатом переживання страху виявляється надмірне самозаглиблення та складність у реалізації власних цілей, у третьокурсників – стресогенні, спровоковані страхом, труднощі у взаємопорозумінні з оточуючими та соціальні проблеми, а у п'ятикурсників – перешкоди у самореалізації та взаємопорозумінні.

Соціальні страхи студентів представлені такими категоріями як: індивідуально-особистісні (страхи невдачі та поразки, неприйняття та пригнічення, втрати, самотійності, спілкування), вітальні (реагування на зовнішні соціальні подразники, що можуть спричинити соціальну смерть – страхи війни та її наслідків, бідності, невизначеного майбутнього, побоювання стати жертвою нападу тощо). Зафіксовані фобійні прояви індивідуально-особистісних соціальних страхів на всіх курсах, але найвищий відсоток патогенного рівня у першокурсників. Характерні фобійні реакції лише для дівчат, що пояснюється їх більшою емоційністю та сенситивністю до переживання страху. В процесі дорослішання фобій стає менше, а кількість соціальних страхів зростає.

Найбільш поширена, специфічна та стійка категорія соціальних страхів – страхи невдачі та поразки. В межах цієї категорії поширення набув страх викладачів та процесу оцінювання на всіх курсах, але найвищий рівень характерний для першокурсників. Страхи втрати займають друге місце за поширеністю та перше місце за проявом фобійної симптоматики. Страхи неприйняття, осуду, критики, пригнічення, негативної оцінки з боку авторитетних осіб набувають свого піку у третьокурсників, під час переживання кризи професійного вибору, але не втрачають своєї актуальності впродовж всього навчального періоду. Страх самотійності підвищується з віком у студентів денної форми навчання, набуваючи найвищих проявів на п'ятому курсі, що пов'язано з закінченням процесу навчання, початком самотійного професійного шляху. Страхи комунікації характерні для майже кожного третього студента. Вітальні соціальні страхи характерні для кожної другої особи студентів та сягають піку на п'ятому курсі навчання. В той же час, на першому курсі зафіксовано, характерний лише для цієї категорії осіб, страх натовпу.

3. Виникнення соціальних страхів зумовлюється різноманітними як зовнішніми, так і внутрішніми чинниками. Внутрішніми (особистісними) психологічними чинниками соціальних страхів студентів є високий рівень

особистісної тривожності, схильності до фрустрації, ригідності, емоційної нестійкості (у студентів третього курсу та частково у представників інших курсів), агресивності (частково на третьому та п'ятому курсі), суб'єктивного відчуття власної самотності (частково на всіх курсах) та зниженої самооцінки, які, в різні періоди навчання, взаємодіючи з зовнішніми чинниками, зумовлюють підвищення рівня соціальних страхів. Особистісна тривожність, ригідність та агресія зростають впродовж навчання, схильність до фрустрації та емоційна нестійкість зберігають стабільність, стан самотності характерного поширення не має. Базовим чинником виникнення соціальних страхів у студентів є занижена самооцінка.

4. Модель психокорекційної роботи з соціальними страхами студентської молоді базується на положеннях про можливість роботи з соціальними страхами безпосередньо та впливу на них через нівелювання деструктивної дії чинників й принципах індивідуальної та групової психокорекційної роботи (єдності свідомості, самосвідомості й діяльності, єдності діагностики та корекції, системності розвитку психічної діяльності, діяльнісний принцип психокорекції тощо). Психокорекція соціальних страхів відбувається через нівелювання дії деструктивних чинників, активізацію внутрішніх психологічних ресурсів та формування резистентності до впливу психологічних чинників, що можуть підсилити соціальні страхи. Ефективною є робота за трьома напрямками: емоційне самопізнання, когнітивно-поведінковий етап, самостійна робота, кожен з яких реалізується через компоненти психокорекції – роботу з когнітивними, поведінковими та афективними процесами.

Результати апробації авторської психокорекційної програми «Соціальний страх: можливості приборкання, взаємодія, співдружність» засвідчують зниження у студентів власних соціальних страхів та їх чинників, розширення уявлень про особистий «Я-образ» та «Я-концепцію», набуття навичок вираження емоційних переживань, формування адекватного рівня власної самооцінки, вміння регулювати власні емоційні стани, набуття альтернативних поведінкових стратегій, закріплення навичок впевненої поведінки тощо, що доводить ефективність та доцільність впровадження цієї програми у практику психологічних служб вищих навчальних закладів.

Особливостями психокорекції соціальних страхів у студентів є варіювання часу психокорекційного впливу залежно від рівня вираженості соціального страху, врахування свідомого та несвідомого компонентів психічної організації особистості, використання методів активного соціально-психологічного навчання та психотерапевтичного впливу, врахування внутрішніх (особистісних) чинників з метою комплексного зниження негативних емоційних станів тощо.

Запропоновані методичні рекомендації для викладацького складу та психологічної служби вищих навчальних закладів з метою профілактики та зниження соціальних страхів та їх чинників у студентів допоможуть в оптимізації ефективності навчального процесу та сприятимуть гармонізації міжособистісних відносин.

Наше дослідження не вичерпує всіх аспектів даної проблеми. Перспективи подальшого пошуку полягають у поглибленому вивченні гендерних і кроскультурних відмінностей соціальних страхів студентів, молодих фахівців різних

спеціальностей, соціальних страхів сфери професійної ідентичності та взаємозв'язку зазначеного феномену з акцентуаціями характеру тощо.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНИХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Фахові вітчизняні видання:

1. Могила А.С. Соціальний страх: психологічне дослідження феномену / А.С. Могила // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. - № 38 (62). – С. 52 – 59.
2. Могила А.С. Усвідомлення студентами-першокурсниками соціальних страхів у контексті формування їх професійної культури / А.С. Могила // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки: Зб. наукових праць. – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. - № 39 (63). – С. 110 – 116.
3. Петрова А.С. Специфіка соціальних страхів студентів та динаміка їх прояву / А.С. Петрова // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки: Збірник наукових праць. – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2014. - № 44 (68). – С. 239 – 246.
4. Петрова А.С. Комплекс чинників соціальних страхів студентів / А.С. Петрова // Актуальні проблеми психології : Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. – К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агентство», 2014. – Том X. – Психологія навчання. Генетична психологія. Медична психологія. – Вип. 26. – С. 611 – 621.

Зарубіжне фахове видання:

5. Петрова А.С. Психокорекційна робота із соціальними страхами осіб студентського віку / А.С. Петрова // Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України / За ред. С.Д. Максименка, Л.А. Онуфрієвої. – Вип. 25. – Кам'янець-Подільський: Аксіома, 2014. – С. 367-379.

Матеріали конференцій:

6. Могила А.С. Соціальний страх як перепона на шляху особистісного зростання / А.С. Могила // Творчий потенціал як умова та засіб реалізації особистості в трансформаційному суспільстві: матеріали всеукр. наук.-практ. конф., 21-22 жовт. 2010 р.: стаття. – Суми: Нота Бене, 2010. – С. 33 – 36.
7. Могила А.С. Прояви страху як біопсихосоціального явища / А.С. Могила // Єдність навчання і наукових досліджень – головний принцип університету: Збірник наукових праць звітної-наукової конференції викладачів університету за 2011 рік, 9-10 лютого 2012 року. Частина 2./ Укл. Г.І. Волинка, О.В. Уваркіна, О.П. Симоненко, О.П. Ємельянова. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. – С. 45 – 47.
8. Могила А.С. Страх як феномен дослідження в практичній психології / А.С. Могила // Актуальні проблеми практичної психології: матеріали всеукр. наук.-практ. конф., 29 березня 2012 р.: стаття. – К. : НПУ імені М.П. Драгоманова, 2012. –

С. 106 – 115.

9. Могила А.С. Соціальні страхи особистості в умовах трансформаційного суспільства / А.С. Могила // Молодь, освіта, наука, культура і національна самосвідомість в умовах європейської інтеграції: Зб. матеріалів XV Всеукр. наук.-практ. конф., Київ, 25-26 квітня 2012 р.; у 3-х т. / Редкол.: І.І. Тимошенко та ін. – К. : Вид-во Європейського університету, 2012. – Т 2. – С. 92 – 95.

10. Могила А.С. Особливості детермінант соціальних страхів студентів у контексті формування їх професійної культури / А.С. Могила // Професійна культура фахівця: сутність, реалії, перспективи : матеріали Міжнародної наук.-практ. конф., Суми, 22-23 листопада 2012 р. – Суми : Університетська книга, 2012. – С. 104 – 105.

11. Могила А.С. Динаміка суб'єктивного розуміння студентами соціальних страхів / А.С. Могила // Єдність навчання і наукових досліджень – головний принцип університету: Збірник наукових праць звітної-наукової конференції викладачів університету за 2012 рік, 9-10 лютого 2013 року. / Укл. Г.І. Волинка, О.В. Уваркіна, О.П. Симоненко, О.П. Ємельянова. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2013. – С. 316 – 318.

12. Петрова А.С. Психомалюнок як метод корекції соціальних страхів студентів у процесі соціалізації / А.С. Петрова // Соціалізація і ресоціалізація особистості в умовах сучасного суспільства: Зб. матеріалів IV Міжнародної науково-практичної конференції, Київ, 7-9 листопада 2014 р. / Редкол.: Л.В. Губерський та ін. – К.: Вид-во КНУ імені Т. Шевченка, 2014. – С. 261-264.

13. Петрова А.С. Психологічна просвіта як чинник зниження соціальних страхів у студентів / А.С. Петрова // Психологічна просвіта у сучасному суспільстві: методологія, досвід, перспективи : матеріали Міжнародної наук.-практ. конф., Суми, 20-21 листопада 2014 р. – Суми: СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2014. – С. 66-68.

АНОТАЦІЇ

Петрова А.С. Особливості психокорекції соціальних страхів у студентів. – Рукопис.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук за спеціальністю 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. – Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2015.

Дисертація присвячена проблемі особливостей психологічної корекції соціальних страхів студентів. Досліджено сутність феномену та особливості прояву соціальних страхів у студентів. Виявлено провідні категорії соціальних страхів студентів (індивідуально-особистісні (страхи невдачі та поразки, неприйняття та пригнічення, втрати, самостійності, комунікації), вітальні (реагування на зовнішні соціальні подразники, що можуть спричинити соціальну смерть – страхи війни та її наслідків, бідності, невизначеного майбутнього, побоювання стати жертвою нападу тощо), особливості усвідомлення їх змісту, питому вагу виявлених страхів на різних етапах навчання, гендерні відмінності, залежність від місця проживання. Встановлено взаємозв'язки між соціальними страхами та тривожністю, схильністю до фрустрації, агресивністю, ригідністю, самотністю, емоційною нестійкістю та

заниженою самооцінкою.

Створено модель психокорекційної роботи з соціальними страхами студентів. Обґрунтовано, розроблено, апробовано та доведено ефективність програми психологічної корекції соціальних страхів та нівелювання їх чинників, спрямовану на зниження рівня негативних емоційних проявів у студентської молоді.

Запропоновано методичні рекомендації для викладачів та практичних психологів вищих навчальних закладів з метою профілактики та зниження соціальних страхів у студентів.

Ключові слова: страх, соціальний страх, студентський вік, психологічна корекція, особистісна тривожність, фрустрація, агресивність, ригідність, самотність, емоційна нестійкість, самооцінка.

Петрова А.С. Особенности психокоррекции социальных страхов у студентов. – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата психологических наук по специальности 19.00.07 – педагогическая и возрастная психология. – Национальный педагогический университет имени М.П. Драгоманова, Киев, 2015.

Диссертация содержит результаты исследования проблемы психологической коррекции социальных страхов у студентов. Отражена сущность феномена, психологические особенности и факторы возникновения социальных страхов студентов. В работе представлен анализ научно-теоретических концепций по проблеме социального страха в зарубежной и отечественной психологии, раскрыты особенности их проявления и факторы возникновения у студенческой молодежи. Освещены теоретико-методологические основы исследования проблемы снижения социальных страхов личности студенческого возраста.

В ходе эмпирического исследования изучены проявления социальных страхов студентов, осознание их особенностей на разных этапах обучения, возрастной специфики и т.д. Социальные страхи студентов представлены такими категориями как: индивидуально-личностные (страхи неудачи и поражения, неприятия и угнетения, потери, самостоятельности, общения), витальные (реагирование на внешние социальные раздражители, которые могут вызвать социальную смерть - страхи войны и ее последствий, бедности, неопределенного будущего, опасения стать жертвой нападения и т.п.). Установлены взаимосвязи между социальными страхами и тревожностью, фрустрацией, агрессивностью, ригидностью, одиночеством, эмоциональной неустойчивостью и заниженной самооценкой.

Разработана модель психокоррекционной работы с социальными страхами студентов. Обоснована, разработана, апробирована и доказана эффективность программы психологической коррекции социальных страхов и их факторов, направленная на снижение уровня негативных эмоциональных проявлений у студенческой молодежи. Психокоррекция социальных страхов происходит через нивелирование действий деструктивных факторов, которые могут усилить социальные страхи и активизацию внутренних психологических ресурсов. Эффективно воздействие в три этапа, каждый из которых реализуется через компоненты психокоррекции – работа с когнитивными, поведенческими и аффективными процессами.

Предложены методические рекомендации для преподавателей и практических психологов высших учебных заведений с целью профилактики и снижения социальных страхов и их факторов у студентов.

Ключевые слова: страх, социальный страх, студенты, психологическая коррекция, личностная тревожность, фрустрация, агрессивность, ригидность, одиночество, эмоциональная неустойчивость, самооценка.

Petrova A.S. Features of psychological correction work with social fears among students. – Manuscript.

The dissertation aims at getting the scientific degree of candidate of psychological sciences in speciality 19.00.07 – pedagogical and age psychology. The National pedagogical university named after M.P. Drahomanov, Kyiv, 2015.

This work's purpose is highlighting the problem of student's social fears psychological correction. Studied is the essence of the phenomenon, explored are psychological features and students' social fears origins. Revealed are major categories of students social fears (including individual ones (fear of failure and defeat, rejection and depression, loss, independence and communication), greeting ones (response to external social irritants that could cause social death - fears of war and its consequences, poverty, uncertain future, fear of being attacked, etc.), peculiarities of their content awareness, a share of fears detected at different stages of education, gender differences, depending on the residence. Intercommunication between social fears and anxiety, tendency to frustration, stiffness, loneliness, emotional instability and low self-esteem is also studied within this dissertation.

Also created in this work is the model of students' social fears psychological correction. Grounded, elaborated, approved and proved is the effectiveness of social fears psychological correction and factors aimed at decline the negative emotional expressions in students.

Methodical recommendations for teachers and psychologists University to work with students to prevent and decline social fears are also developed within this dissertation.

Key words: fear, social fear, student age, psychological correction, anxiety, tendency to frustration, stiffness, loneliness, emotional instability, self-esteem.