

# Структурно-функциональная модель психологических условий преодоления страхов в юношеском возрасте

Кияшко Д.Ю.

Учреждение образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова»

Вопрос о преодолении страхов возникает в связи с пониманием амбивалентности этого явления и его роли в жизнедеятельности человека. С целью решения задачи определения внутриличностных условий возникновения ощущения опасности и предпосылок преодоления этого переживания было осуществлено изучение связей страха с разными свойствами и состояниями личности, связанными с системой относительно сознательной саморегуляции и самоуправления.

Цель статьи – изучение условий преодоления страхов личности в юношеском возрасте.

**Материал и методы.** Пакет психодиагностического инструментария составили следующие методики: опросник Л.М. Грошевой «Социальные страхи», «Морфологический тест жизненных ценностей» В.Ф. Сопова, Л.В. Карпушиной (МТЖЦ), методика «Способность к самоуправлению» Н.М. Пейсахова, опросник «Уровень субъективного контроля» Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной, Л.М. Эткинда. На основании результатов математической обработки полученных данных (с помощью методов факторного и регрессионного анализа) была построена структурно-функциональная модель преодоления страхов.

**Результаты и их обсуждение.** В результате проведенного исследования построена структурно-функциональная модель преодоления страхов. Построение первоначальной модели происходило в несколько этапов: 1) определение системообразующего страха и иерархии системообразующих страхов личности в юношеском возрасте; 2) установление коррелятов системообразующего страха; 3) расчет факторных нагрузок для построения иерархии системообразующих факторов среди коррелятов страха. Дальнейшее исследование заключалось в использовании дополнительных методов (множественной линейной регрессии) с целью подтвердить и расширить построенную модель ранее неучтенными факторами. На основании результатов построения уравнения регрессии, а также иерархии независимых переменных по их системообразующей функции дана характеристика лиц юношеского возраста, склонных к переживанию социальных страхов, и намечены пути их поддержки и сопровождения в процессе преодоления страхов.

**Заключение.** Понимание личностных предпосылок к переживанию страхов позволяет учесть факторы, актуализация которых наиболее эффективно повлияет на процесс снижения переживания страхов и позволит обеспечить организацию условий запуска самопроизвольного процесса саморегуляции юношей и девушек в достижении эмоциональной стабильности.

**Ключевые слова:** страх, социальный страх, жизненные ценности, этапы самоуправления, локус субъективного контроля, структурно-функциональная модель, факторный, регрессионный анализ.

## Structural and Functional Model of Psychological Conditions for Overcoming Adolescent Fears

Kiyashko D. Yu.

Educational Establishment "Vitebsk State P.M. Masherov University"

The issue of fear overcoming arises in connection with the understanding of the ambivalence of this phenomenon and its role in human life. To solve the task of identification of inner personality conditions for emergence of the feeling of fear and preconditions for overcoming this emotion we studied connections of fear with different personality features and states, which are linked with the system of relatively conscious self-control and self-regulation.

The aim of the article is analysis of the study of conditions for overcoming adolescent personality.

**Material and methods.** A set of psychodiagnostic tools was made up by the following methods: L.M. Grosheva's "Social fears" questionnaire, V.F. Sopov's, L.V. Karpushina's "Morphological life value test (MLVT)", N.M. Peisakhov's method "Self-control Ability", E.F. Bazhin's, E.A. Golyunkina's, L.M. Etkind's questionnaire "Subjective Control Level". On the basis of mathematical processing of the obtained data (the methods of factor and regressive analysis) the structural and functional model of overcoming fears was built up.

**Findings and their discussion.** In the course of the dissertation research the structural and functional model of overcoming fears was built up. The preliminary model was built up in several stages: 1) identification of a system building fear and the hierarchy of system building adolescent personality fears; 2) identification of the system building fear correlations; 3) calculation of factor loads for building up the hierarchy of system building factors among the fear correlations. Further research continued by using additional methods (multiple linear regression) aiming at confirmation and expansion of the built model with earlier non-considered factors. On the basis of the results of building the regression equation as well as the hierarchy of independent variables according to their system building functions, a characteristic of adolescents, who tend to have social fears, is given; and ways of their support and accompaniment in the process of overcoming fears are shaped.

**Conclusion.** Understanding personality preconditions to feeling fears makes it possible to consider factors, actualization of which most effectively influences the process of reduction of feeling fears and makes it possible to provide conditions for starting a self initiating process of adolescents' self-regulation in achieving emotional stability.

**Key words:** fear, social fear, life values, self-control stages, subjective control locus, structural and functional model, factorial, regressive analysis.

Учитывая значимость социального фактора в жизни человека, ученые говорят о разграничении биологического и социального страха, обращая внимание на инстинктивно-рефлекторный характер первого и социальную, а также индивидуально-психологическую опосредованность и обусловленность второго. Если биологический страх связан с сохранением жизни как биологического существования, то социальный страх защищает человека от «социальной смерти», стоя на страже целостности личности и индивидуальности.

Вопрос о преодолении страхов возникает в связи с пониманием амбивалентности этого явления и его роли в жизнедеятельности человека. Как проявление механизма самосохранения страх может выполнять важную жизнесохраняющую функцию, но может также приносить вред в той мере, в которой страх не соответствует действительности, искажает ее или препятствует процессам самореализации, парализуя механизмы саморегуляции и самоуправления.

Так же, как биологический страх может парализовать человека настолько, что спасти свою жизнь становится невозможным, и социальный страх, блокируя здоровую поисковую активность, лежащую в основе развития человека, может усложнить или даже сделать невозможной духовно-социальную жизнь человека.

Отсутствие способности преодолеть возникший страх, чтобы реализовать намеченную деятельность, приводит к неустойчивости поведения человека, возникновению деструктивных для личности процессов. Закрепление такого опыта (собственного или родового) выражается в развитии соответствующего свойства личности – тревожности, когда человек склонен переоценивать реальную опасность. А точнее сказать – когда даже незначительные воздействия окружающей среды начинают представлять вполне реальную опасность для устойчивости и целостности личности.

Для задачи определения внутриличностных условий возникновения ощущения опасности и предпосылок преодоления этого переживания в рамках исследования было осуществлено изучение связей страха с разными свойствами и

состояниями личности, связанными с системой саморегуляции и самоуправления [1]. В статье представлены результаты дальнейшего исследования этой проблемы.

Целью статьи является изучение условий преодоления страхов личности в юношеском возрасте.

**Материал и методы.** Эмпирическое исследование для защиты квалификационной работы проводилось в 2012 году на базе Киевского университета имени Бориса Гринченко при участии 134 респондентов в возрасте от 17 до 22 лет.

Пакет психодиагностического инструментария составили следующие методики: опросник Л.М. Грошевой «Социальные страхи», «Морфологический тест жизненных ценностей» В.Ф. Сопова, Л.В. Карпушиной (МТЖЦ), методика «Способность к самоуправлению» Н.М. Пейсахова, опросник «Уровень субъективного контроля» Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной, Л.М. Эткинда.

На основании результатов математической обработки полученных данных (с помощью методов факторного и регрессионного анализа) была построена структурно-функциональная модель преодоления страхов.

**Результаты и их обсуждение.** Построение первоначальной модели происходило в несколько этапов: 1) определение системообразующего страха и иерархии системообразующих страхов личности в юношеском возрасте; 2) установление коррелятов системообразующего страха; 3) расчет факторных нагрузок для построения иерархии системообразующих факторов среди коррелятов страха.

С помощью построения матрицы корреляций и расчета факторных нагрузок определен системообразующий фактор-страх в системе социальных страхов личности в юношеском возрасте. Этим фактором является страх неприятия и подавления ( $Q = 0,59$ ).

Нахождение системообразующего фактора играет важную роль в познании всей системы. Определение страха неприятия и подавления системообразующим среди других социальных страхов позволяет глубже понять особенности проявления всех социальных опасностей юношей и девушек. Согласно полученным результатам, все виды страха так или иначе будут связаны с главным

фактором. Так, боязнь неудачи, общения, как и страх взять на себя ответственность или потерять нечто ценное, связана с боязнью быть непринятым, осужденным или отторгнутым ближайшим окружением, как ячейки, ядра всех страхов личности в юношеском возрасте. Изучение каждого отдельного страха, эмоциональной нестабильности, неуверенности, связанной с тревожностью, с точки зрения этого страха, позволит наиболее эффективно достичь состояния эмоционального равновесия.

Среди функций системообразующего фактора можно выделить следующие: при выходе системы из равновесия, то есть в ситуации возможной или действительной социальной угрозы, опасности, первыми у юношей и девушек «включатся» страхи, связанные с неприятием и подавлением личности со стороны социального окружения; для достижения равновесия, эмоциональной стабильности личности, прежде всего, следует снижать показатели именно этого страха, поскольку уменьшение боязни критики, конфликтов, отказа автоматически снизит показатели всех других социальных страхов и система быстрее придет в равновесие.

Для того чтобы определить последовательность проявления наиболее значимых для личности страхов, построена иерархия системообразующих факторов среди социальных страхов. Такая иерархия показывает рейтинг социальных страхов личности по их значимости в юношеском возрасте: 1) страх неприятия и подавления ( $Q = 0,59$ ); 2) страх неудачи и поражения ( $Q = 0,55$ ); 3) страх самостоятельности (ответственности) ( $Q = 0,47$ ); 4) страх коммуникации; 5) страх потери.

Иерархия системообразующих факторов, в отличие от сравнения средних показателей проявления исследуемых параметров, дает информацию не о значимости этого параметра для личности в его изолированном проявлении, а о его значимости как системной единицы. Согласно полученным результатам, к примеру, видно, что страх потери, который имеет самый высокий среднегрупповой уровень проявления всех социальных страхов, в системе по своей значимости занимает самую низкую ступень, то есть может иметь наименьшую силу влияния на всю систему страхов. Другими словами, снижение показателей этого страха меньше всего повлияет на проявление других социальных страхов личности.

Полученные данные позволяют определить наиболее эффективные коррекционные воздействия на проявление социальных страхов личности в юношеском возрасте.

Согласно результатам корреляционного анализа были установлены связи со всеми параметрами, оцениваемые с помощью выбранных методик. Хотя обнаруженные связи по силе невысокие, удалось установить, что страх неприятия и

подавления имеет линейную взаимосвязь с ценностями собственного престижа ( $r = 0,32, p \leq 0,01$ ), активными социальными контактами ( $r = 0,24, p \leq 0,01$ ), способностью к саморегуляции ( $r = -0,20, p \leq 0,05$ ), этапами принятия решения ( $r = -0,23, p \leq 0,01$ ) и коррекции ( $r = -0,25, p \leq 0,01$ ) процесса саморегуляции, а также общей интернальностью ( $r = -0,23, p \leq 0,01$ ).

Если же эти структуры и свойства личности рассматривать в системе условий преодоления страхов в юношеском возрасте, то следующей задачей является определение системообразующего фактора этой системы, а также установление иерархии системообразующих факторов аналогично предыдущим расчетам.

Таким образом, для решения этой задачи были выбраны следующие шкалы: «Собственный престиж» (МТЖЦ), «Активные социальные контакты» (МТЖЦ), «Принятие решений» («Способность к самоуправлению»), «Коррекция» («Способность к самоуправлению»), «Общая интернальность» («Уровень субъективного контроля»).

Построив матрицу корреляций и рассчитав факторные нагрузки, было обнаружено, что системообразующим фактором является параметр «Общая интернальность» ( $Q = 0,47$ ), то есть сферой, которая имеет наибольшее значение в обеспечении исследуемых психологических условий преодоления страхов в юношеском возрасте, является сфера локуса субъективного контроля.

Согласно результатам расчетов системообразующие факторы расположились в таком порядке: второе место в иерархии системообразующих факторов занимает ценность собственного престижа ( $Q = 0,35$ ), третье – этап принятия решения процесса саморегуляции ( $Q = 0,32$ ), четвертое – этап коррекции процесса саморегуляции, пятое – ценность активных социальных контактов.

Полученные результаты позволили построить структурно-функциональную модель психологических условий преодоления страхов (рисунок 1).

Согласно полученной модели в обеспечении условий преодоления страхов наибольшую роль будет играть повышение интернальности локуса субъективного контроля у лиц юношеского возраста (учитывая, что связь обратная). Так, повышение уровня интернальности означает повышение собственных возможностей возлагать ответственность за события своей жизни, действительные и возможные успехи и неудачи на себя. Личность, таким образом, становится готовой «посмотреть страху в лицо», что, согласно механизмам регуляции эмоций, действительно будет снижать переживания страхов.

Так как построенная структурно-функциональная модель включает также иерархию системообразующих факторов, это позволяет



определить последовательность актуализации личностных подсистем в состоянии эмоциональной нестабильности при активации системообразующего фактора. Иными словами, развивающее или коррекционное действие, которое вызовет самые эффективные изменения в обеспечении психологических условий преодоления страхов в юношеском возрасте, будет заключаться в актуализации интернального типа возложения ответственности. Будучи системообразующим фактором, этот компонент системы саморегуляции осуществит запуск самопроизвольного цикла всех следующих факторов системы: ценности собственного престижа, способности к принятию решений, способности к коррекции поведения, ценности активных социальных контактов. Причем этот цикл автоматически повторится на каждом новом этапе саморегуляции при условии поддержания на должном уровне показателей системообразующего фактора.

Хотя корреляция прямо не указывает на причинную связь, она может служить подтверждением теоретических положений о причинности явлений, а также привлекать внимание к отдельным вопросам и дополнительным исследованиям. На ее основе можно формулировать гипотезы, проверяемые эмпирически или с использованием других методов.

Таким образом, результаты дальнейших исследований были связаны с подтверждением полученных данных и сделанных выводов, а также с расширением структурно-функциональной модели с помощью метода множественной линейной регрессии. Это позволило не только подтвердить сделанные прежде выводы, но и дополнить струк-

турно-функциональную модель важными факторами, которые не были учтены на предыдущем этапе.

Известно, что качество прогноза существенно зависит от правильного выбора прогностических признаков. Поэтому важно, чтобы в уравнение регрессии вошли только те прогностические признаки, которые оказывают существенное влияние на величину объясняемой дисперсии. Для реализации этой цели был использован алгоритм пошаговой регрессии, который объединял методы исключения и включения прогностических признаков. Вначале применялся метод исключения, т.е. строилось уравнение множественной регрессии, включающее все прогностические переменные, и подсчитывался его коэффициент детерминации. Из этого полного уравнения последовательно удалялись по одному прогностическому признаку, при этом каждый раз контролировалось качество прогноза в виде коэффициентов корреляции. В процессе вычислительной процедуры параллельно использовался и метод включения, который работает в противоположном направлении. То есть, в уравнение последовательно включались по одному из оставшихся прогностических признаков и на каждом шаге заново вычислялся коэффициент корреляции. Вычисления закончились, когда исключение незначимых и включение новых прогностических признаков не приводило к существенному улучшению качества прогноза.

Процедура пошагового регрессионного анализа была осуществлена с использованием программы SPSS Statistics версии 23 для персональных компьютеров. Полученное уравнение прогноза представлено в таблице 1.

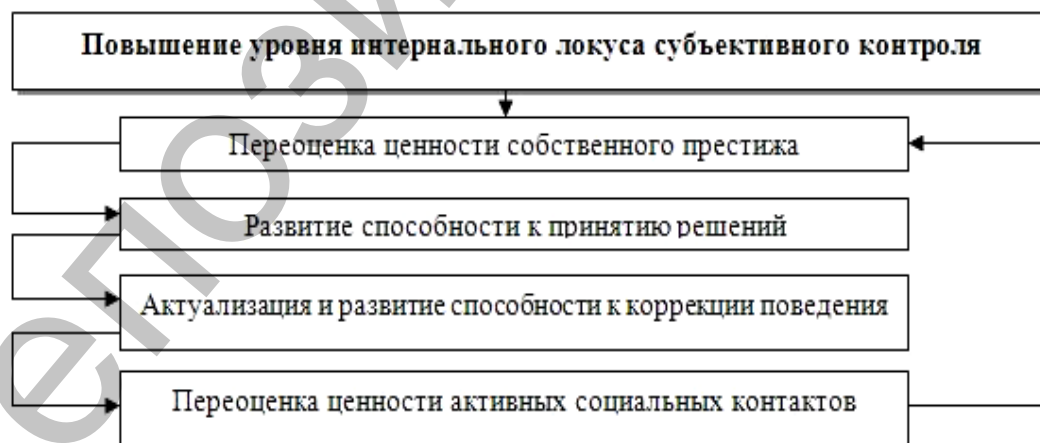


Рисунок 1 – Структурно-функциональная модель психологических условий преодоления страхов в юношеском возрасте.

Таблица 1 – Коэффициент множественной корреляции (R) и уравнение регрессии для прогноза склонности к переживанию страха неприятия и подавления в юношеском возрасте

R	Уравнение регрессии
0,57	$0,109Цск+0,262Цп+0,275Псс+0,202Пр-0,189Прр-0,141Кр-0,45Ио+0,183Ид+0,356Ин$

Эффективность уравнения прогноза оценивается по величине коэффициента множественной корреляции. Полезным принято считать уравнение, если  $R > 0,5$ . При этом важно учитывать, что данное уравнение регрессии объясняет только около 32% ( $R^2 = 0,322$ ) исходной дисперсии оценок. 71% дисперсии объясняется другими причинами, возможно психодинамическими свойствами, социокультурными условиями, другими личностными особенностями и т.п.

Уравнение регрессии включает в качестве независимых переменных 9 переменных, т.е. из всех исследуемых параметров значимое влияние на уровень страха непринятия и подавления оказывают следующие 9 показателей (названия приведены в соответствии с названиями шкал использованных методик): «Ценность социальных контактов» (Цп), «Ценность собственного престижа» (Цп), «Психосоциальный стресс» (Псс), «Способность к прогнозированию» (Пр), «Способность к принятию решений» (Прр), «Способность к коррекции поведения» (Кр), «Общая интернальность» (Ио), «Интернальность в области достижений» (Ид), «Интернальность в области неудач» (Ин). Причем влияние трех факторов – «Способность к принятию решений», «Способность к коррекции поведения», «Общая интернальность» – отрицательно. С ростом этих параметров уровень переживания страхов снижается.

Таким образом, по результатам расчетов видно, что в уравнение вошли пять факторов, которые составили предыдущую структурно-функциональную модель и четыре новых признака, что позволило решить одну из главных задач в построении уравнения прогноза – расширение модели факторами, которые по разным причинам были отсеяны на предыдущем этапе исследования, но тем не менее заметно влияют на переживание страхов в юношеском возрасте. Среди таких факторов оказались способность к прогнозированию, интернальность в сфере достижений и неудач, психосоциальный стресс.

Для расширенной структурно-функциональной модели произведены расчеты факторных нагрузок для 9 факторов, в результате которых подтверждено влияние интернальности как системообразующего условия снижения переживания страхов, что свидетельствует о достоверности результатов предыдущего этапа исследования. Системообразующие факторы расположились в следующем порядке: первое место – «Общая интернальность» ( $Q = 0,59$ ), второе место – «Интернальность в области неудач» ( $Q = 0,52$ ), третье место – «Способность к принятию решений» ( $Q = 0,46$ ), четвертое место – «Психосоциальный стресс» ( $Q = 0,42$ ), пятое место – «Способность

к прогнозированию» ( $Q = 0,37$ ), шестое место – «Ценность собственного престижа» ( $Q = 0,34$ ), седьмое место – «Интернальность в области достижений» ( $Q = 0,35$ ), восьмое место – «Способность к коррекции поведения» ( $Q = 0,26$ ), девятое место – «Ценность активных социальных контактов» ( $Q = 0,14$ ).

Результаты дополнительных исследований позволяют констатировать, что интернальный тип возложения ответственности является важнейшим психологическим условием преодоления страхов личности в юношеском возрасте. Причем, согласно полученным данным, это свойство личности приобретает особые характеристики. Так, при высоком отрицательном влиянии общей интернальности на переживание страхов (с ее повышением уровень переживания страхов снижается), ее составляющие, такие как интернальность в области достижений и неудач, оказывают положительное действие – с их повышением уровень страхов также повышается. (В процессе промежуточных расчетов при построении уравнения множественной регрессии было обнаружено, что положительное воздействие оказывают только эти 2 сферы интернального локуса контроля, остальные сферы влияют на страх отрицательно.) Другими словами, люди, которые считают, что они сами добились всего того хорошего, что было и есть в их жизни, и что они способны с успехом преследовать свои цели в будущем, а также сами виноваты во всех своих неудачах, будут более подвержены страхам, чем те, которые склонны более адекватно приписывать себе успехи и неудачи за эмоционально положительные и отрицательные события и ситуации.

Причем (согласно иерархии системообразующих факторов) повышение общей интернальности первым запускает снижение интернальности в области неудач. Т.е. при повышении интернальности в целом (а также во всех других сферах жизни), когда человек начинает больше ощущать себя субъектом своей жизни, чувство ответственности за собственные неудачи снижается. Такая же ситуация с интернальностью в области достижений (хоть она и занимает менее значимое место в иерархии факторов) – при повышении способности контролировать события своей жизни в разных сферах склонность приписывать только себе и своей активности достижения снижается.

Расширение сферы ответственности на все сферы жизни снижает склонность человека чрезмерно контролировать результаты своей деятельности, видеть себя единственной причиной как позитивных, так и негативных результатов, что и снижает степень тревоженности. Такая наполненность интернальности позволяет ввести рабо-

чье понятие адекватного типа возложении ответственности или «адекватной ответственности». Неадекватность в проявлении ответственности в данном случае может быть связана с большей ориентацией на результат, чем на процесс, а также склонностью главной причиной получения или неполучения этого результата считать себя, не учитывая множество других факторов. Такой взгляд может приводить к излишним переживаниям за неудачи, самообвинению, боязни действовать в будущем в похожих ситуациях. Если страх связан с отсутствием возможности справиться с надвигающимися событиями (другими словами – с неспособностью достойно *дать ответ* этим событиям – удержать ответственность), то излишняя интернальность в области достижений и неудач подразумевает возложение на себя ответственности большей, чем человек может удержать, что и является источником тревожного предвосхищения любых последствий этих событий. Выявленные закономерности позволяют сформулировать гипотезы для дальнейших исследований с целью наполнения понятия адекватной ответственности теоретическим и эмпирическим содержанием.

Следующей ступенью в иерархии системообразующих факторов является «Способность к принятию решений», его повышение способствует снижению страха. Этот этап процесса саморегуляции связан со многими различными опасениями личности, особенно в сфере социальных контактов. Для актуализации этой способности необходимо повышать решимость юношей и девушек, способность перейти от плана к действиям, что подразумевает сочетание смелости и осмотрительности в попытках найти оптимальное решение. В контексте страха неприятия и подавления отдельным вопросом является стремление к совершенству в процессе принятия решений, которое мешает личности вовремя реализовать конкретное дело, а также адекватно оценить будущие результаты деятельности и спокойно воспринять ее оценку другими. Это стремление приводит также к тому, что когда человек, наконец, решается на активные действия, то оказывается, что до этого момента все изменилось настолько сильно, что любое, даже очень хорошо подготовленное решение теряет всякий смысл.

Следующей ступенью является фактор «Психосоциальный стресс». Переживание социальных страхов характерно также для лиц, находящихся в психосоциальном стрессе или склонных к этому состоянию. Физическое и психическое истощение, излишние беспокойства и переживания, нервное напряжение связаны с уровнем переживания страха неприятия и подавления. На такой

характер взаимосвязи психосоциального стресса и страха указывает высокий положительный коэффициент регрессии при факторе (0,321).

Пятой ступенью в иерархии системообразующих факторов является «Способность к прогнозированию». В процессе промежуточных вычислений было обнаружено, что общая способность к самоуправлению (в которой способность к принятию решений, прогнозированию, коррекции поведения являются одними из шкал) оказывает положительное влияние на переживание страхов. Методом исключения определено, что такое влияние осуществляет только один из этапов самоуправления – прогнозирование. Другие этапы процесса (в частности, способность к принятию решений и коррекции) самоуправления оказывают отрицательное влияние. Это означает, что прогнозирование как попытка заглянуть в будущее, предсказать ход событий или желаемые действия связано с ростом страхов в юношеском возрасте. Необходимо подчеркнуть, что речь идет не столько о прогнозировании как свойстве мышления, сколько о способности и склонности формировать модель-прогноз на основе текущего анализа прошлого и настоящего в системе актуальных взглядов человека на данном жизненном этапе, в существующей системе саморегуляции. Соответственно, говоря о снижении уровня прогнозирования с целью снижения уровня переживания страхов, имеется в виду, в первую очередь, отказ от прогностических оценок ситуации именно в сложившихся взглядах на эту ситуацию, который подразумевает пересмотр своих представлений для составления другого (предположительно, более реалистичного) прогноза. Или же перенос процесса прогнозирования во времени до наличия более устойчивого и менее тревожного состояния.

Оценивание социального признания, уважения, одобрения со стороны других, что также является сутью системообразующего страха неприятия и подавления, важным фактором в снижении уровня страха в стрессовой ситуации. Ценность собственного престижа, которая занимает шестое место в иерархии системообразующих факторов, имеет очевидную связь с ее влиянием на повышение встревоженности личности, а по результатам предыдущего исследования связана не только с проявлением социальных страхов, но и со всеми жизненными сферами личности. Переоценка этих ценностей может вызвать системные изменения во всех сферах жизни.

Последние две ступени иерархии системообразующих факторов, которые занимают коррекция как один из этапов саморегуляции, а также ценность активных социальных контактов, могут



осуществлять наименьшее влияние по сравнению со всеми исследуемыми параметрами. Изменение реальных действий, поведения, общения, переживаний, своевременное внесение изменений в свою активность (если результаты не удовлетворяют или свидетельствуют о разрыве между желаемым и действительным) будет обеспечивать соответствующее влияние на переживания, связанные со страхами.

Ценность активных социальных контактов, которая завершает полученную модель, заключается в стремлении к установлению открытых, приятных взаимоотношений с другими. Лиц, проявляющих высокие показатели по этому параметру, отличает уверенность в том, что самое ценное в жизни – это возможность взаимодействовать с другими, строить хорошие отношения, всегда быть социально активными. Эта ценность также может превращаться в зависимость человека от социального окружения, что, по-видимому, и оказывается в ее связи со страхами. Важность налаживать и поддерживать отношения может вызывать страх быть отвергнутым, непринятым окружением. Если ценность престижа связана с потребностью в постоянном одобрении, то ценность активных социальных контактов связана с потребностью избежать одиночества, отверженности другими. Это две стороны одной ярко выраженной ориентации на социальное окружение и зависимости от его отношения, если речь идет о страхах.

Как уже было отмечено, на новом этапе преодоления страхов и запуска системы саморегуляции описанный цикл автоматически повторится. Это будет происходить до тех пор, пока в достаточной степени актуализирован системообразующий фактор, то есть интернальный тип возложения ответственности.

Таким образом, результаты построения уравнения регрессии, а также иерархии независимых переменных по их системообразующей функции позволяют представить расширенную структурно-функциональную модель (рисунок 2), а также дать характеристику лиц юношеского возраста, склонных к переживанию социальных страхов. Такие студенты отличаются склонностью ощущать себя больше объектом воздействий других людей и обстоятельств на своем жизненном пути, чем субъектом жизнедеятельности. При этом юноши и девушки чувствительно и даже болезненно оценивают свой вклад в достижения и неудачи, ориентируясь на результат больше, чем на процесс. Обращая внимание в первую очередь на то, что является социально одобряемым, достойным, престижным, имея общественно направленные интересы, юноши или девушки склонны ощущать зависимость самооценки и хороших

отношений с другими от конкретных социальных достижений и остро реагируют даже на мелкие неудачи, считая их результатом недостаточности приложенных усилий. При этом исправлять свое поведение, ошибки склонности не имеют, скорее всего, в силу наличия искаженных представлений об адекватной степени своей ответственности. Такой образ жизни связан с заметно повышенным нервно-психическим напряжением. Попытки прогнозирования событий в таком состоянии приводят к еще большему повышению страхов, затрудняют принятие решений, переход от планов к действиям становится проблематичным.

Необходимость преодоления страхов возникает тогда, когда для человека переживание страхов создает ощутимые трудности в продолжении намеченного, запланированного действия. При этом важно отметить, что человек всегда остается в первую очередь субъектом развития, а не является объектом каких-либо развивающих или коррекционных действий. Таким образом, развивающие действия могут быть направлены не на изменение человека, коррекцию его личностных свойств, а на создание необходимых условий для того, чтобы он мог самостоятельно совершать выборы в процессе своего самоопределения и самореализации. Лишь при таком подходе обнаруженные личностные предпосылки возникновения страхов можно рассматривать как психологические условия, причем в первую очередь для самого человека и только во вторую – для тех, кто оказывает ему поддержку и сопровождение. При таком подходе психологические условия преодоления страхов можно рассматривать как внутренние и внешние. Учитывая построенную структурно-функциональную модель, внешние условия, которые могут быть созданы для преодоления страха, прежде всего, связаны с предоставлением юношам и девушкам возможности самостоятельно совершать выборы и нести за них ответственность во всех сферах их жизнедеятельности.

**Заключение.** Структурно-функциональная модель является результатом изучения связи личностных свойств и состояний с уровнем переживания социальных страхов в юношеском возрасте. В результате исследования определена и подтверждена ведущая роль интернального типа возложения ответственности в процессе преодоления страхов, также выявлено 9 факторов, влияющих на уровень переживания страхов. Изучение характера влияния этих факторов позволило дать психологическую характеристику личности, склонной к переживанию страха непринятия и подавления как системообразующего страха в юношеском возрасте.

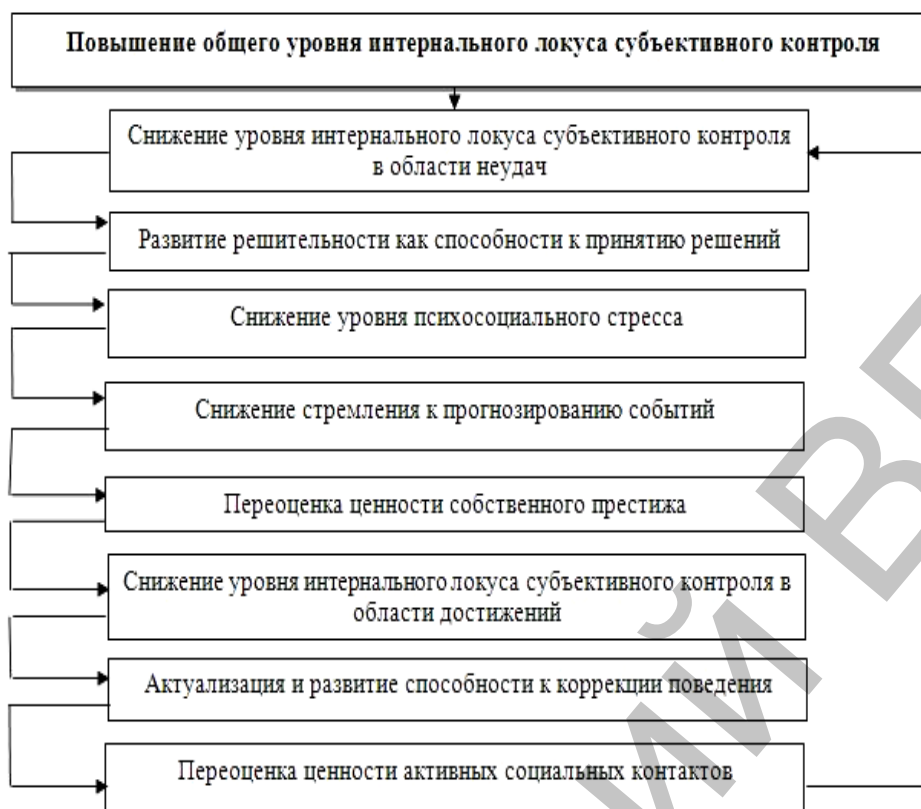


Рисунок 2 – Расширенная структурно-функциональная модель психологических условий преодоления страхов в юношеском возрасте.

Учитывая, что моделирование – это процесс последовательных приближений, то первоначальную модель можно назвать моделью в первом приближении, или основной схемой моделируемого объекта (внутриличностных предпосылок возникновения страхов как психологических условий их преодоления). Полученная схема является графически представленной моделью системы преодоления страхов, на которой в виде условных обозначений или изображений показаны составные части этой системы и связи между ними. Познавательная задача, которую позволила решить такая схема, заключалась в определении неких связанных параметров – элементов системы – и выяснении их скрытых системных функций. Благодаря последующим расчетам стало возможным получение модели «во втором приближении». Моделирование на этом этапе позволило определить процент теоретической полезности модели (опираясь на коэффициент детерминации уравнения регрессии, качество модели условно можно оценить в 32%), дополнить предыдущую схему 4 факторами, подтвердить высокую значимость фактора «Общая интернальность», а также уточнить его содержание (определение влияния интернальности в области достижений и неудач).

Практическая полезность полученных данных заключается в возможности разработки системы практических рекомендаций и экспериментальной программы психолого-педагогического сопровождения учебно-воспитательного процесса студентов при необходимости снижения у них уровня переживания страхов. Понимание личностных предпосылок к переживанию страхов позволяет учесть факторы, актуализация которых наиболее эффективно повлияет на процесс снижения переживания страхов и позволит обеспечить организацию условий запуска самопроизвольного процесса саморегуляции юношей и девушек в достижении эмоциональной стабильности.

Перспективы дальнейших исследований заключаются в усовершенствовании полученной модели путем определения ранее не учтенных факторов, выяснения природы и эмпирических проявлений адекватного типа возложения ответственности, представления практической полезности построенной модели в форме конкретных приемов создания внешних психологических условий развития «адекватной ответственности» у студентов в условиях обучения как ведущего условия преодоления страхов в этом возрасте.

Поступила в редакцию 15.06.2016 г.