

## НОРМАТИВНИТЕ СТРАХОВЕ В ЮНОШЕСТВОТО И МЛАДОСТТА – ПСИХОЛОГИЧНА ПЕРСПЕКТИВА

Елиана Пенчева, Енчо Герганов, Георги Карастоянов,  
Ева Папазова

*The article presents a review of the normative fears in adolescence and youth literature. Theoretical treatments and empirical data are generalized concerning phenomenology, classification, age and gender differences as well as the assessment tools. Fear is considered as a normal experience, playing an integral role throughout the course of development and having an adaptive function. Its differences from anxiety as a construct with different cognitive composition are delineated. The different versions of the Fear Survey Schedules (FSS) for children and adults are mostly applied. The five-factor model proves its cross-national validity and is widely spread. It adequately reflects fear experiences that are characteristic for adolescence and youth. The necessity of studying normal fears in adolescence and youth profile and identifying their cultural specific developmental patterns is connected to the creation of supportive social environment that would facilitate young people socialization and psychic health promotion.*

Достъпът до високи медицински познания и технологии, непознати за предишните поколения, има парадоксалната последица да провокира по-голяма несигурност. Рисковият климат на модерността извежда на преден план необходимостта да се осмисли съвременната динамика, свързана с „онтологичната сигурност“ (Giddens, 1998; Walklate, 2001; Vauman, 2000; Newson, 2004), поради което нейното управление придобива статуса на централен проблем през XXI век. Страхът се разглежда като едно от проявленията на потребността от сигурност, която представлява сложен комплекс от когнитивни оценки, емоционални реакции и поведенчески програми за нейното удовлетворяване (Величков, 2000; Величков и сътр., 1998; Величков и Василева, 1997; 2000).

Страхът като емоция, която съпътства всяка фаза на жизнения цикъл, има своите специфични проявления в юношеството и в младо-

стта, когато себеопределянето е ключов аспект на личностното развитие. Младите хора са изправени пред необходимостта да направят жизнено важни избори и да решат множество проблеми. Особено важно в това отношение е мястото на страховете и справянето с тях. Съществуват доста нормативни ограничения при тяхното изразяване, което много често става причина те да се трансформират в редица дисфункционални форми на поведение. Това сериозно застрашава адаптацията на младите хора към новите реалности, свързани с интегрирането на България към европейските структури. Утвърждаването на здравословен начин на живот и ефективната социална реализация на младото поколение изискват опознаване и социализиране на неговите стракове, тъй като тяхното възприемане, оценяване и преживяване е свързано с когнитивното и психосоциалното развитие.

### **Феноменология на страха**

Причините за страховите преживявания са разнообразни. Те могат да бъдат хора, събития, условия и ситуации, които представляват сигнал за опасност. Боа (1998) посочва, че сред най-често срещаните са свръхизискванията, характерните особености и кризите на развитието.

Страхът се разглежда като емоционално-поведенско проявление на инстинкта за самосъхранение. Дефиниран като нормална реакция на действителна или въображаема заплаха, той представлява интегрален и адаптивен аспект на развитието, предназначен да предупреждава организма за опасности и да го мотивира да се предпазва от тях (Gullone, 2000; Gullone & Lane, 2002).

Сигналите, предизвикващи страх, активират амигдалата, която се приема за анатомичен субстрат на страха. Емпирично доказателство за това е, че тя се осветява при сканиране на мозъка, когато на изследваните лица се показват картини на изплашени хора. Познати са три компонента на страха: физиологична възбуда (араузъл), субективна реактивност, поведенско избягване. Те са доста слабо съчетани и могат да варират независимо един от друг (Величков, 2000, 2003, 2004; Szegedy-Maszczak, 2004; Rachman, 2004; Grimm, 2004).

Страхът се съпровожда от определени и напълно специфични физиологични изменения, експресивно поведение и специфични преживявания, произтичащи от очакване на заплаха или опасност. Известно е, че той събужда два вида реакции — бягство или борба. Прагът за възникване на страх се намира под влиянието на индивидуалните различия, които имат биологична основа, на индивидуалния опит и на общия социокултурен контекст на случващото се (събитието). В сравнение с другите емоции той оказва най-задържашо влияние върху човешкото поведение: а) възприятието се ограничава; б) мисленето се забавя, стеснява се по обем и става по-ригидно по форма; в) мускулите се напрягат; г) намалява се свободата на поведението (Burriss & Rempel, 2004; Breen, 2004).