

ГОСУДАРСТВЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ  
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»

Институт психологии  
Кафедра психологии образования и развития личности

**ПРИЧИНЫ ВОЗНИКНОВЕНИЯ И ОСОБЕННОСТИ  
ПРОЯВЛЕНИЯ СТРАХОВ У ВЗРОСЛЫХ**

Дипломная работа  
студентки 620417 группы  
5 курса специальности  
«Педагогическая психология»  
заочной формы  
получения образования  
Асауляк  
Маргариты Владимировны

Допущена к защите  
Заведующий кафедрой Ж Музыченко А.В.  
(подпись) (фамилия, инициалы)  
Протокол № 10 от 24.03 2022 г.

Научный руководитель –  
канд. психол. наук, доцент  
Покровская  
Светлана Евгеньевна

Защищена 04.06 2022 г.  
с отметкой  
« 8 (восемь) »

Минск 2022

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»  
Институт психологии  
Кафедра психологии образования и развития личности

Утверждаю

Заведующий кафедрой И. Мухоморова А.А.  
(подпись) (фамилия, инициалы)

Дата 04.09.2021

**Задание на дипломную работу**

Студентке **Асауляк Маргарите Владимировне.**

1. Тема дипломной работы: «**Причины возникновения и особенности проявления страхов у взрослых**»

Утверждена приказом ректора от 30.09.2021 № 1039/1

2. Перечень подлежащих разработке вопросов:

- 1) Определение понятия страха и фобии в научной литературе
- 2) Описание страха смерти у взрослых
- 3) Описание страха секса у взрослых
- 4) Описание страха успеха у взрослых
- 5) Эмпирическое исследование страхов

Примерный календарный график выполнения дипломной работы

Ш	Название этапа	Срок выполнения этапа
1.	Анализ литературы по теме исследования, представление первой главы дипломной работы	Сентябрь-декабрь 2021
2.	Выбор и разработка методики исследования	Октябрь 2021
3.	Апробация методик исследования	Ноябрь 2021
4.	Сбор первичных эмпирических данных	Декабрь-январь 2022
5.	Статистическая обработка первичных эмпирических данных	Февраль-март 2022
6.	Подготовка первого варианта дипломной работы	Март-апрель 2022
7.	Оформление дипломной работы	Март-апрель 2022
8.	Срок завершения работы	Апрель 2022
9.	Предзащита дипломной работы	Март 2022
	Рецензирование дипломной работы	Май 2022
	Защита дипломной работы	Июнь 2022

4. Дата выдачи задания: 04.09.2021

5. Срок сдачи законченного дипломного проекта (дипломной работы) 05.05.2022

Руководитель С.Е. Покровская к. п.с.н., доцент Покровская Светлана Евгеньевна

Подпись студента Асауляк Маргарита Владимировна Дата 04.09.2021

**ОГЛАВЛЕНИЕ**

ВВЕДЕНИЕ .....	6
ГЛАВА 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА СТРАХА У ВЗРОСЛЫХ .....	8
1.1 Определение понятия страха и фобии в научной литературе .....	8
1.2 Описание страха смерти у взрослых .....	10
1.3 Описание страха секса у взрослых .....	12
1.4 Описание страха успеха у взрослых .....	14
Выводы к Главе 1.....	16
ГЛАВА 2. ЭМПИРИЧЕСКОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ СТРАХОВ ВЗРОСЛЫХ .....	17
2.1 Организация и методы исследования.....	17
2.2 Взаимосвязь проявлений страха и тревожности .....	18
Выводы к Главе 2.....	46
ГЛАВА 3. КОРРЕКЦИОННЫЕ МЕТОДЫ.....	47
3.1 Коррекционные методики страха смерти .....	48
3.2 Коррекционные методики страха секса .....	50
3.3 Коррекционные методики страха успеха.....	53
Выводы к Главе 3.....	53
ЗАКЛЮЧЕНИЕ .....	55
СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ .....	57
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	60
ПРИЛОЖЕНИЕ А.....	60
ПРИЛОЖЕНИЕ Б .....	63
ПРИЛОЖЕНИЕ В.....	64
ПРИЛОЖЕНИЕ Г .....	67

**РЕФЕРАТ**

**Дипломная работа:** 68 с., 3 ч., 2 табл., 4 прилож., 47 источников.

**Причины возникновения и особенности проявления страхов у взрослых.**

**Актуальность работы:** Изучение психологических особенностей страха во взрослом возрасте и его уникальных проявлений, причин и факторов, его вызывающих, становится все более важным в современном мире. В условиях социальной нестабильности возникает множество неблагоприятных факторов, которые могут вызывать дискомфорт у современных людей и значительно усложнять жизнь. По мере развития общества и цивилизации он принимает новые формы, и люди изобретают новые способы борьбы с ним. Страх неизбежен, но и важен. Мы знаем, что страх является положительной характеристикой, когда он мобилизует нас на какие-либо действия или останавливает нас. Кроме того, страх может иметь негативные качества, которые могут разрушительно влиять на действия людей. Одним из наиболее эффективных способов избавиться от страха является агрессивность.

**Цель исследования** – выявить виды взрослых страхов у взрослых, их причины и осуществить коррекцию.

**Объект исследования** – страхи у взрослых.

**Предмет исследования** – особенности страхов у взрослых.

**Гипотеза исследования** – существует взаимосвязь между страхами и тревожностью.

**Методы исследования:** теоретические (изучение и анализ научно-теоретической и учебно-методической литературы по проблеме исследования); эмпирические.


Для проведения исследования были проведены следующие методики:

1. Модифицированная методика выявления страхов у взрослых «Страхи в домике» (Захарова, Панфилова).

2. Опросник на тревожность Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко.

**Полученные результаты и их новизна:** Изучены отечественная и зарубежная литература по проблеме исследования и выявлены факторы возникновения страха у взрослых. Определен выбор психодиагностического инструментария. Проведено эмпирическое исследование и интерпретированы полученные результаты.

**Область применения:** Данные, полученные в результате исследования, могут быть использованы при разработке программы профилактики страха у взрослых.

  
\_\_\_\_\_  
(подпись студента)

## ESSAY

**Thesis work:** 68 p., 3 hours, 2 tables, 4 appendix, 47 sources.

The causes and features of the manifestation of fears in adults.

**Relevance of the study:** The study of the psychological characteristics of fear in adulthood and its unique manifestations, causes and factors that cause it, is becoming increasingly important in the modern world. In conditions of social instability, there are many unfavorable factors that can cause discomfort in modern people and significantly complicate life. As society and civilization develop, it takes on new forms, and people invent new ways to deal with it. Fear is inevitable, but also important. We know that fear is a positive characteristic when it mobilizes us to do something or stops us. In addition, fear can have negative qualities that can have a destructive effect on people's actions. One of the most effective ways to get rid of fear is aggressiveness.

**The purpose of research** identify the types of adult fears in adults, their causes and carry out correction.

**The object of research** fears in adults.

**The subject of research** features of fears in adults.

**Research hypothesis:** there is a relationship between fears and anxiety.

**Research methods:** theoretical (study and analysis of scientific-theoretical and educational-methodical literature on the problem of research); empirical. The following methods were used to conduct the study:

1. Modified method of detecting fears in adults "Fears in the house" (Zakharova, Panfilova).

2. Questionnaire on anxiety by G.P. Lavrentieva and T.M. Titarenko.

**Obtained results and their novelty:** The domestic and foreign literature on the problem of research has been studied and the factors of fear in adults have been identified. The choice of psychodiagnostic tools is determined. An empirical study was conducted and the results were interpreted.

**Scope of application:** The data obtained as a result of the study can be used in the development of a program for the prevention of fear in adults.

---

(student signature)

## ВВЕДЕНИЕ

Актуальность темы исследования. Изучение психологических особенностей страха во взрослом возрасте и его уникальных проявлений, причин и факторов, его вызывающих, становится все более важным в современном мире.

В условиях социальной нестабильности возникает множество неблагоприятных факторов, которые могут вызывать дискомфорт у современных людей и значительно усложнять жизнь. Поэтому особое внимание проблеме страха уделяется в работе отечественных и зарубежных психологов и психотерапевтов, которые отмечают увеличение числа людей с различными страхами и возбуждением.

Наличие страхов во взрослом возрасте ни в коем случае нельзя оставлять без внимания, так как это может стать фактором нарушения психического здоровья и психического состояния человека.

Невротический страх возникает на фоне длительного и нерешенного переживания или острых психических расстройств, часто сильного напряжения нервных процессов. Поэтому невротические страхи требуют особого внимания.

При страхе процессы восприятия приостанавливаются, и ориентация на объект становится более узкой. Мысли замедляются, больше сна. Нарушается память, снижается внимание, нарушается координация движений. Наблюдается общая жесткость. Все это говорит об ухудшении способности человека к самоконтролю, который практически не владеет собой. Иногда сильный страх сопровождается потерей сознания.

Методологической основой исследования стали теории зарубежной психологии, подходы психоанализа, бихевиористический и экзистенциальный.

Страх по-разному проявляется на протяжении жизни человека. Так можно выделить возрастные особенности страха. В данной работе акцент будет сделан на взрослых людях.

**Цель исследования:** выявить виды взрослых страхов у взрослых, их причины и осуществить коррекцию.

**Задачи:**

- 1) Проанализировать проблему страхов у взрослых в научной литературе.
- 2) Изучить виды страхов у взрослых.
- 3) Осуществить коррекцию страхов у взрослых.

**Объект исследования:** страхи у взрослых.

**Предмет исследования:** особенности страхов у взрослых.

**Методы проведенного исследования:** теоретический анализ литературы, анкетирование, беседа.

**Диагностические методики:**

1) Модифицированная методика выявления страхов у взрослых «Страхи-лике» (Захарова, Панфилова).

2) Анкетирование на тревожность. Опросник Г.П. Лаврентьевой и Т.М. ренко.

База исследования: ГУО «Средняя школа №1 г. Фаниполя».

Выборка исследования: педагоги и работники школы 23-63 лет в честве 52 человек.

Дипломная работа состоит: из введения, трёх глав, эмпирическое едование, заключения, списка использованной литературы.