

2. Becker H. Outsiders: studies in the sociology of deviance. New York: The Free Press of Glencoe. 1963. 179 p.
3. Shiraev E., Keohane J., Icks M., Samoilenko S. Character Assassination and Reputation Management: Theory and Applications. Routledge, 2021. 434p.
4. Samoilenko S. The Applied Social Theory Of Character Assassination. *Journal of Applied Social Theory*. 2021. Vol 1. No 3.
5. Samoilenko S. Character Assassination: The Sociocultural Perspective. *Journal of Applied Social Theory*. 2021. Vol 1. No 3. P.186-205.

Кодикова П. В.,

здобувачка першого рівня вищої освіти,
під науковим керівництвом канд. соціол. наук, доцентки Шанідзе Н. О.,
Національний технічний університет
«Харківський політехнічний інститут»,
м. Харків, Україна

РІВЕНЬ ТРИВОГИ ЛЮДЕЙ ПІД ЧАС ВОЄННОГО СТАНУ

LEVEL OF ANXIETY OF PEOPLE DURING MARITAL STATE

З початку повномасштабного військового вторгнення Росії в Україну близько семи мільйонів людей були змушені покинути свої домівки в пошуках безпечного притулку для себе та своїх близьких. Для більшості людей війна стала раптовою подією, до якої вони не були готові, а ключові рішення про міграцію заради виживання приймалися поспіхом, під звуки вибухів снарядів. Уся ця ситуація не могла не позначитися на психологічному та емоційному станах всього населення країни – військових, цивільних і дітей. Через ці обставини була сформована невизначеність у різноманітних аспектах життя: фінансовому, політичному, соціальному, безпековому, яка значно підвищила рівень тривоги.

«Тривога як емоційний стан є нормальною і важливою реакцією організму на небезпечну ситуацію, але її затягування є серйозною проблемою,

оскільки зростає ймовірність її трансформації в тривожність як особистісну рису» [1, с.123]

Отже, саме тому питання діагностики рівня тривоги у людей та способи збереження психічного здоров'я, нормалізації психоемоційного стану посідає важливе місце в контексті актуальних проблем соціально-психологічної адаптації та особистої безпеки. У зв'язку з цим основною проблемою, з якою зіткнулися фахівці у сфері психічного здоров'я, стала соціально-психологічна підтримка та психоосвіта щодо науково обґрунтованих протоколів самопомоги особам, які перебувають у гострій кризовій ситуації, з метою відновлення психоемоційного благополуччя населення.[2]

Як визначають науковці, тривога – негативний стан, що виникає в ситуаціях невизначеної небезпеки, а також в очікуванні несприятливого розвитку подій. На відміну від страху як реакції на конкурентну загрозу, тривога являє собою генералізований, дифузний або безпредметний страх. [3, с.177] Тривожність – індивідуальна властивість особи, риса характеру, що проявляється схильністю до надмірного хвилювання, стану тривоги в ситуаціях, які загрожують, на думку цієї особи, неприємностями, невдачами, фрустрацією.

Про наявність у людини тривожного розладу може свідчити сукупність мінімум 4 представлених нижче ознак:

- 1) постійне відчуття напруженості і важкі передчуття;
- 2) переконаність у власній соціальній нездатності, непривабливості й малоцінності в порівнянні з іншими;
- 3) висока стурбованість критикою на власну адресу або неприйняттям з боку інших осіб;
- 4) небажання вступати у між особисті відносини без гарантії сподобатися;
- 5) обмеження життєвого укладу через потребу у фізичній безпеці;
- 6) ухилення від професійної і соціальної діяльності, пов'язаної з частими міжособистісними контактами, внаслідок побоювання критики, осуду або ігнорування.

Існує кілька теорій у вивченні тривоги та тривожності. Найбільш поширеними та розробленими у психології з дослідження тривоги є:

– теорія З. Фрейда. (На його думку, біологічні потяги при зіткненні із соціальними заборонами ведуть до виникнення неврозів та тривожності. Це, на думку З. Фрейда, відбувається протягом усього життя індивіда.)

– теорія А. Адлера. (Відповідно до його теорії в основі неврозів лежить почуття тривоги, яке виникає внаслідок невдалого соціального досвіду, або індивід через свої індивідуальні особливості не зміг домогтися бажаного.)

– теорія К. Хорні. (Головними джерелами тривоги є неправильні людські відносини, а не конфлікт між біологічними потягами та соціальними заборонами. На його думку, у людини існує низка невротичних потреб, завдяки яким вона прагне позбутися тривоги.)

– теорія Е. Фромма. (На його думку, тривожність пов'язана з історичним розвитком людства, а саме з переходом від класової структури та способом виробництва до капіталізму, тобто Фромм у межах цієї теорії вводить поняття «природні соціальні зв'язки», під якими він має на увазі зв'язок індивіда зі світом первинними зв'язками, що були у первісному суспільстві.)

Відчуття тривоги, виражене в показниках рівня тривожності, неминуче впливає на всі види діяльності людини, у тому числі й працездатність. Високий рівень тривожності ускладнює пізнавальну діяльність, звужуючи зону уваги та гнучкість стратегій дій, знижує інтелектуальну працездатність, дезорганізує діяльність включно до відмови від неї, викликає надмірну емоційну напругу, а в довгостроковій перспективі – сприяє формуванню низької самооцінки.

Причини, що викликають тривогу і що впливають на зміну її рівня – різноманітні. Умовно причини можна поділити на суб'єктивні та об'єктивні. До суб'єктивних відносяться причини з очікуванням невдачі та розчарування від майбутніх подій. Суб'єктивні причини тривожності також часто можна охарактеризувати як уявні, тобто ті, які людина вигадує і які не мають відношення до об'єктивної реальності.

Чинники розвитку певного рівня тривожності також можна розділити на дві основні групи: внутрішні (біологічні) та зовнішні (соціальні). Внутрішні чинники пов'язані, по-перше, з особливостями нервової системи людини. Також внутрішніми чинниками можуть бути певні особливості фізичного здоров'я людини. Зовнішні чинники розвитку рівня тривожності можна розділити ще на дві підгрупи: ті, що безпосередньо формували рівень тривожності в дитинстві та в підлітковому віці (сім'я, виховання, навчання, спілкування, відносини з близькими, культура, хобі, місце знаходження), та ті, що впливають на тривожність в теперішньому часі.

Нами було проведено емпіричне дослідження 10 осіб, які були поділені на дві групи: 4 чоловіка у віці 30-65 років і 6 жінок у віці 30-53 років. У такий не легкий час всі люди по різному переживають війну. Тому дослідити рівень тривоги у людей – це необхідно. Для наукового обґрунтування результатів дослідження рівня тривоги людей під час воєнного стану були використані такі методики: тест дослідження тривожності за Спілбергером та особистісна шкала проявів тривоги за Дж. Тейлором. Також був використаний статистичний метод, а саме непараметричний критерій Манна-Уїтні.

Результати за методикою Спілбергера чоловіків і жінок показали нам, що серед обох груп низького рівня тривожності зовсім не виявлено, переважає більш всього помірний рівень тривожності і менш всього – високий. Результати за методикою Тейлора чоловіків і жінок показали нам, що серед обох груп низького рівня, середнього з тенденцією до низького рівня, дуже високого рівня тривожності зовсім не виявлено, переважає більш всього середній рівень з тенденцією до високого рівня та високий рівень тривожності. Статистичний аналіз за двома методиками дозволив визначити, що достовірних відмінностей між групами піддослідних немає.

Отже, виявлено, що тривога – негативний стан, що виникає в ситуаціях невизначеної небезпеки, а тривожність – це індивідуальна властивість особи, риса характеру, що проявляється схильністю до надмірного хвилювання, стану тривоги в ситуаціях, які загрожують, на думку цієї особи, неприємностями,

невдачами, фрустрацією. Емпіричне дослідження показало, що і чоловіки, як і жінки на у приблизно рівній мірі схильні більше до високого рівня тривоги. Але у наш час – це не дивно, по іншому і не може бути. Головне – це потрібно усвідомлювати і працювати над зниженням рівня тривоги.

Список використаних джерел

1. Петухова І. О., Заушнікова М. Ю., Клевець Л. М. Способи зниження тривоги населення в умовах війни. *Вісник національного університету оборони України: Питання психології*. Київ, 2022. № 68(4). С. 123-129.
2. Zaushnikova M., Petukhova I. Psychological Help for a Person in a State of Acute Crisis. *European Journal of Life Safety and Stability*. 2022. № 2660-9630. С. 20-23.
3. Аханова А. В. Загальна та вікова психологія. Навчальний посібник. Луцьк, 2021. 192 с.

Косачов М. Е.,

здобувач другого рівня вищої освіти,
під науковим керівництвом д-рки соціол. наук, професорки Бірюкової М. В.,
Національний технічний університет
«Харківський політехнічний інститут»,
м. Харків, Україна

ОСОБЛИВОСТІ СУЧАСНОЇ УПРАВЛІНСЬКОЇ КУЛЬТУРИ КЕРІВНИКА ФІТНЕС ЗАКЛАДУ: СОЦІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ

FEATURES OF THE MODERN MANAGEMENT CULTURE OF THE HEAD OF A FITNESS INSTITUTION: SOCIOLOGICAL ASPECTS

Спорт – це ефективний засіб фізичного виховання, його цінність визначається стимулюючим впливом на поширення фізичної культури серед різних верств населення, і в цьому плані спорт має міжнародне значення. За даними літературних джерел в сучасному світі у міжнародний спортивний рух залучено близько 4,5 млрд. осіб [2]. Не виключенням є і Україна, 13% громадян