

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОЯВУ СТРАХІВ У ЖІНОК СЕРЕДЬНОГО ВІКУ

У статті представлено результати теоретичного аналізу сучасних психологічних підходів до дослідження особливостей прояву страхів у жінок середнього віку. Розкрито поняття страху та наведено основні класифікації страхів. Показано, що емоція страху, будучи базовою, бере безпосередню участь у розвитку адаптаційних можливостей особистості на психофізіологічному, психо-соціальному і соціокультурному рівнях, особливості реалізації яких залежать від низки чинників та мають характерні властивості на різних етапах онтогенезу особистості. Акцентовано, що перспектива дослідження страхів у період середнього віку щільно пов'язана з проблемою періодизації, без вирішення якої неможливим є її ґрунтовне розв'язання. Проаналізовано психологічні особливості жінок середнього віку, а також визначено особливості прояву страхів, які є характерними саме для жінок цієї вікової категорії. Розглянуто передумови виникнення страхів у жінок середнього віку, які передусім зумовлені переживанням кризи середнього віку та особливостями ситуації соціального розвитку. Наголошено, що актуалізація страху, його навіязливий характер, призводить до деструктивних змін, проблем зі здоров'ям, результатом чого може бути зниження працездатності та особистісної ефективності внаслідок фізичної та психічної втомлюваності, дратівливості, емоційної нестабільності. Відзначено, що ключовими життєвими перспективами особистості жінки середнього дорослого віку є розкриття свого потенціалу в професійній діяльності та сімейних стосунках, основна проблема цього періоду полягає у виборі між продуктивністю (прогресивна лінія розвитку) та інертністю (регресивна лінія розвитку). Також відзначається важливість для осіб середнього дорослого віку розв'язання певних «життєвих дилем»: цінність мудрості – цінність фізичної сили; соціалізація – сексуальність; емоційна гнучкість – емоційне збіднення; інтелектуальна пластичність – інтелектуальна ригідність; диференціації Я проти надмірної захопленості своїми соціальними ролями; трансценденція тіла проти надмірного зосередження на своєму тілі; трансценденція Я проти надмірного зосередження на власному Я.

Визначено, що психологічну основу змісту конструктивного подолання страхів жінками середнього віку складають її індивідуально-типологічні характеристики, які відображають психофізіологічні та психосоціальні резерви самореалізації, визначають продуктивний вектор розвитку, зумовлюють динамічні і змістовні особливості переживання страху, сприяють зниженню тривалості наслідків страху. Зазначено, що перспективним напрямом досліджень є подальше всебічне дослідження природи походження страхів у жінок середнього віку, зокрема, виявлення індивідуально-психологічних чинників прояву страхів, а також розробка та впровадження психокорекційної програми, спрямованої на зниження інтенсивності переживання різного роду страхів, які притаманні жінкам зазначеної вікової групи.

**Ключові слова:** страх, жінки середнього віку, криза середнього віку, соціальна ситуація розвитку, індивідуально-психологічні особливості.

**Постановка проблеми.** Одним з показників, за яким може визначатися наявність чи відсутність кризового стану розвитку суспільства, є можливість реалізації потенціалу як кожної окремої особистості, так і суспільства загалом. Особливості соціальної ситуації сьогодення визначаються насамперед індикаторами нестабільного розвитку суспільства, про що свідчить збільшення кількості нереалізованих у житті осіб, схильних до прояву соціального інфантізму, переживання психологічного неблагополуччя, звуження «радіусу» соціальної довіри. Вочевидь, соціум демонструє неготовність до сприй-

няття викликів глобалізаційних процесів, які своєю чергою формують загальну ціннісну платформу сучасного світу, що складається з таких чинників, як толерантність, миролюбство, екологічна безпека, права людини, солідарність тощо. Враховуючи глобальні тенденції універсалізації демократичних цінностей та демократично-гуманістичного стилю мислення, особливої актуальності набувають питання, пов'язані з вивченням процесів реалізації потенційних можливостей та ефективності функціонування в умовах трансформаційних змін як окремої особистості, так суспільства загалом [2].

Так, зокрема, динамічний темп сучасного життя, а також виклики сьогодення, які постають перед людиною, зумовлюють появу різного роду нових страхів чи метаморфозу старих, що потребує відповідного наукового осмислення та обґрунтування. Будучи базовою емоцією, страх приймає участь у реалізації загальних адаптаційних можливостей особистості. При цьому, коли страх стає домінуючою емоцією, починає керувати думками та поведінкою людини, він призводить до деградації особистості та може виступати суттєвою перешкодою у досягненні нею успіху та подальшій самоактуалізації у житті [19, с. 174–179]. Відповідно, актуалізація страху, його нав'язливий характер призводять до деструктивних змін, проблем зі здоров'ям, результатом чого може бути зниження працездатності та особистісної ефективності внаслідок фізичної та психічної втомлюваності, дратівливості, емоційної нестабільності.

Особливо гостро це питання постає для жінок середнього віку, оскільки саме цей період характеризується найбільшою активністю в плані професійної, соціальної та творчої діяльності, піком розвитку особистісних (психічних і соціальних) якостей [9].

Отже, безперечною є актуальність та соціальна забарвленість окресленої проблеми, а теоретико-практичне значення дослідження соціально-психологічних проявів страху особистості середнього віку вимагають емпіричного вивчення цього явища на різних етапах дорослого життя.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Дослідження особливостей різного роду страхів, їх ролі та місця у становленні і функціонуванні особистості за різних обставин та на різних етапах онтогенезу останніми роками стають все більш актуальними і значущими. Аналіз наявних психологічних досліджень свідчить про достатньо широке розроблення окремих аспектів проблем страху. Зокрема, велика увага приділяється вивченню сутності, функціям, класифікаціям, характеристикам, психологічним детермінантам виникнення та подолання страхів, специфічним особливостям перебігу емоції страху у контексті вікових проявів, а саме у дошкільному та молодшому шкільному віці (О. Захаров [7]), у підлітковому віці (Т. Рябовол, К. Комарицька [18] та інші), в юнацькому віці (Н. Кодацька, П. Терпімова [12]; О. Кузнєцова [12] та інші). Проте бракує фундаментальних робіт, в яких було б науково обґрунтовано систему психологічних основ страху як феномену людської психіки, диференційованої та ідентифікованої відповідно до особливостей дорослої особистості. Так, окремі характеристики різного роду страхів у зрілому віці розглядаються у роботах низки дослідників (Т. Дзюба, О. Коваленко [5], Н. Карпенко [10; 11], О. Кузнєцова [13], О. Мурзина [14] та інші). При цьому науковці звертають увагу

як на соціальні чинники, пов'язані із зовнішніми джерелами виникнення страху, так і на внутрішні, які зумовлені особистісними властивостями індивіда.

Незважаючи на актуальність та практичну значущість окресленої проблеми, вивчення причин виникнення страхів та шляхів їх подолання з урахуванням психосоціальних та гендерних аспектів у середньому віці дорослості продовжує бути однією з найменш досліджених у цьому напрямку. З іншого боку, враховуючи, що у теперішній час за своїми змістовним характеристиками зазначений віковий період є періодом розквіту особистості, коли вона має можливість найпотужніше розкрити свій потенціал, реалізувати себе в усіх сферах життєдіяльності, що своєю чергою є підґрунтям для подальшого розвитку та гармонійного функціонування особистості на наступних етапах онтогенезу [5, с. 27]. Не викликає сумніву значення як соціальної ситуації розвитку, так і особистісних якостей у виникненні, розвитку, прояві і подоланні страхів у різні вікові періоди [15, с. 109–110]. Саме тому перспективним є всебічне теоретичне та емпіричне дослідження психологічних детермінант виникнення та подолання страху в означений період, а не тільки окремих його характеристик.

**Мета статті** – на підставі аналізу сучасних психологічних досліджень узагальнити уявлення про соціально-психологічні особливості прояву страхів у жінок середнього віку.

**Виклад основного матеріалу.** Загальновідомо, що емоція страху є базовою та бере безпосередню участь у розвитку адаптаційних можливостей особистості на психофізіологічному, психосоціальному і соціокультурному рівнях, особливості реалізації яких залежать від низки чинників та мають характерні властивості на різних етапах онтогенезу особистості. Крім того, страх є афективним віддзеркаленням у свідомості людини загрози власному життю чи благополуччю, що має особливе значення в особливих, кризових, періоди онтогенезу. Так, наприклад, у концепції розвитку особистості Е. Еріксона моменти переходу від однієї стадії розвитку до іншої розглядаються як кризи. В основу його періодизації покладено три процеси розвитку: соматичний, соціальний і розвиток свідомого «Я». Він розглядав два протилежних новоутворення, що надавала криза особистості в разі успішного або неуспішного її проходження, та визначав основні дихотомії (протилежності), притаманні для різних стадій психосоціального розвитку особистості. Здобуття цілісності особистості, на думку Е. Еріксона, відбувається в результаті синтезу всіх новоутворень попередньої стадії як формування внутрішньої ідентичності [17, с. 175].

Суперечливою дотепер є проблема класифікації страхів. Так, низку критеріїв для класифікації

страхів пропонує Т. Абакумова: а) об'єктивні джерела виникнення страху (біологічні, техногенні, планетарні та космічні страхи); б) відсутність уявлень про повноту і цілісність навколишньої дійсності (соціальні та дитячі страхи); в) онтологічні (релігійний, екзистенційний, страх смерті); г) гносеологічні (страхи від надлишку інформації) [1].

У своєму дослідженні О. Захаров розділяє наявні страхи за такими ознаками: за характером – природні, соціальні, ситуаційні, особові; за ступенем реальності – реальні та вигадані; за ступенем інтенсивності – гострі та хронічні [7, с. 98].

Цікавою є класифікація, представлена у монографії С. Томчука та М. Томчука, де виокремлюють такі види страхів: природні (біологічні) страхи, які безпосередньо пов'язані із загрозою життю людини; соціальні страхи – боязнь і побоювання за зміну свого соціального статусу; внутрішні страхи – народжені лише фантазією та уявою людини і не мають під собою реальної основи для занепокоєння [19, с. 79].

Перспектива дослідження страхів у період середнього віку стикається з проблемою періодизації, без вирішення якої неможливим є її ґрунтовне розв'язання. Так, середня дорослість визначається як вік: від 25 до 50 років (Д. Біррен); від 26 до 64 років (Е. Еріксон); від 25 до 40 років (Д. Бромлей); від 35 до 60 років (Д. Фельдштейн, 1999); від 40 до 60 років (Г. Крайг, 2000); від 40 до 65 років (В. Квінн, 2000); від 30 до 40 років (О. Солдатова); від 31 до 60 років (В. Моргун); від 32 до 61 року (І. Слободчиков) [17, с. 177].

Неможна не зазначити, що у будь-якому варіанті періодизації, саме на цей вік припадає так звана «криза середнього віку», яка супроводжується багатьма змінами, зокрема у емоційно-вольовій сфері особистості, та характерними ознаками якої є відчуття психологічного, емоційного дискомфорту, поява страхів, переважання негативного настрою, зниження саморегуляції емоційних станів та вольових дій [4]. Зазвичай вважають, що криза середнього віку полягає в остаточному переосмисленні планів життя, співвідношенні їх з реальністю і корегуванні відповідно до особистісних досягнень, усвідомленні кінцевості життя і неможливості почати його знову, часто втраті сенсу життя.

У психологічній літературі існує безліч спроб охарактеризувати цей період та знайти пояснення змінам, що відбуваються. Різні автори по-різному визначають основні події цього періоду, кожна з яких може супроводжуватися проблемами або конфліктами розвитку дорослої людини, які своєю чергою можуть бути як наслідком актуалізації наявних страхів, так і підґрунтям для розвитку нових.

Так, на думку М.С. Пека [16], до основних проблем розвитку дорослої людини, які можуть сут-

тєво проявлятися у кризі середини життя, належать такі: визнання цінності «мудрості» проти визнання цінності «фізичної хоробрості»; врівноваження на новому рівні соціального проти сексуального в людських взаєминах (послаблення соціальних ролей); катексисна (емоційна) гнучкість проти катексисного збіднення; розумова гнучкість проти розумової ригідності; необхідність диференціації Я (Я-професіонал, Я-потенційний пенсіонер, Я-сім'янин, Я-керівник, Я-зріла особистість та інше) проти надмірної захопленості своїми соціальними ролями; трансценденція тіла проти надмірного зосередження на своєму тілі; трансценденція Я (вихід за межі Я до вічного, космічного, божественного) проти надмірного зосередження на власному Я [4, с.79–80].

Згідно з концепцією психосоціального розвитку особистості Е. Еріксона середній вік охоплює сьому стадію життєдіяльності дорослої людини й визначається автором як етап особистісної зрілості. Водночас психологічне тлумачення поняття «зрілість» визначає свою неоднозначність та стикається із труднощами у визначенні норми розвитку у зв'язку як з дією соціокультурних, етнічних чинників, так і загальною інфантилізацією сучасного суспільства.

Основними сторонами життя людини середнього віку залишаються сімейні стосунки й професійна діяльність, а провідною соціальною ситуацією розвитку є ситуація реалізації дорослою людиною самої себе, повного розкриття свого потенціалу в професійній діяльності та сімейних стосунках. При цьому, за Е. Еріксоном, основна проблема цього періоду полягає у виборі між продуктивністю та інертністю [22], де продуктивність (генеративність) розглядається як прогресивна лінія розвитку, яка змістовно охоплює творчу й професійну продуктивність, а також внесок у виховання та ствердження в житті майбутнього покоління. Продуктивність виникає разом із стурбованістю дорослої людини не тільки благополуччям наступного покоління, а й станом суспільства загалом. Безперечно, важливого значення за таких умов набуває почуття самореалізованості дорослої людини, пов'язаного з досягненням її нащадків.

На відміну від продуктивності, на думку Е. Еріксона, інертність є регресивною лінією розвитку особистості, яка вказує на відсутність прогресивності й призводить до занурення людини в себе, у свої особисті потреби, що може призводити до егоцентризму. Слід наголосити, що на тлі надто несприятливої ситуації розвитку має місце регресія, аж до obsesивної потреби у псевдоблизькості, що супроводжується надмірною зосередженістю на собі [5, с. 27–29] та своєю чергою заважає забезпеченню безпеки психологічної компетентності і дієвої самореалізації в особи-

стісному зростанні, складає основу оформлення здорової особистості [3, с. 62].

В межах будь-якого варіанту періодизації середній вік – це період усвідомлення власного «Я» та прагнення до саморозвитку, що настає внаслідок кризи середини життя. Змістом Я-концепції зрілої особистості стає самоактуалізація, зумовлена духовно-моральними правилами та певними етичними зобов'язаннями перед родиною та колегами по роботі. Доросла людина, що досягла середнього віку, відчуває власну «вікову» відокремленість, що проявляється як автономність у процесі прийняття рішень. На тлі життєвих сил та послаблення здоров'я людини відбувається зниження фізичної активності шляхом переорієнтації на розумову діяльність, що передбачає розвиток дослідницьких умінь, навичок та здатностей до аналізу і синтезу. Зрілий досвід надає можливість розвивати здатність до критики і самокритики. Розвиток ключових компетентностей у цьому віці досягає апогею [17, с. 177].

Статистичні дані останнього десятиріччя у всьому світі свідчать, що досить часто жінки середнього віку активно продовжують, кардинально змінюють або навіть тільки активно розпочинають свою професійну кар'єру. З іншого боку, середній вік – це не тільки період професійних досягнень, але й час аналізу та оцінки якості реалізації особистісних цілей, що безперечно впливатиме на перебіг кризи середини життя, переживання якої, як відомо, має певні гендерні особливості.

Незважаючи на стійку тенденцію сьогодення до свідомого відкладання часу реалізації репродуктивного потенціалу у бік саме середнього віку, саме професійна діяльність у багатьох випадках стає провідним засобом самореалізації жінок у цей віковий період [21, с. 14].

Цікаво, але професійний успіх часто викликає у жінок тривогу, сумніви у власній жіночності і здатності реалізувати себе в ролі дружини та матері. Культурні традиції зазвичай підсилюють цю тривогу, формуючи взаємовиключний вибір жінки відносно роботи і сім'ї, при цьому особливо гострою стає проблема страху успіху внаслідок поглиблення різного роду конфліктів – рольових, міжособистісних, внутрішньо-особистісних. Задля привертання уваги до подібних суперечностей було запроваджено поняття «страх відокремлення», що визначається як специфічні переживання жінки, яка вирішила заявити про свою компетентність і кар'єрні амбіції, а тому змушена боротися не тільки із супротивом оточення і тиском традицій (страх успіху), а й із глибинною несвідомою тривогою втрати жіночності (страх відокремлення). Жінка значно частіше переживає страх внаслідок успіху, подолання меж середнього рівня досягнень через очікуване соціальне відторгнення її як успішного професіонала. Вочевидь

це ґрунтується на стереотипах, які на теперішній час мають тенденцію до стійкого руйнування, але тривалий час переважали у суспільстві, згідно з якими жіночність є несумісною з професійною кар'єрою, видатними здобутками тощо. Тому побоювання успіху, незважаючи на активні зміни, й досі можуть ставати на заваді досягненню вершин професійного зростання та самореалізації жінок [6, с. 97–99].

Так, у дослідженнях Н. Карпенко розглядається проблема професіоналізму та професійних страхів особистості зрілого віку, аналізуються витоки зародження професійних страхів та детермінанти їх виникнення, подано рекомендації щодо профілактики професійних страхів та їх подолання у процесі становлення професіоналізму особистості [10]. Також страхи жінок середнього віку автор розподіляє на два узагальнені та достатньо різнопланові види: страх перед придбанням (страх небажаної вагітності, страх ракових захворювань, страх забруднитися та захворіти інфекційними хворобами) і страх перед втратою (страх втратити коханого, страх втратити дитину, страх народити неповноцінну дитину, страх старості та втрати краси і привабливості тощо). Дуже часто зустрічається у жінок страх зґвалтування, він поєднує обидва види страхів і набуття, і втрати: «набуваються» стрес, депресія, побої або венеричні захворювання, «втрачаються» – віра в людяність, спокій, довіра до оточуючих, впевненість у собі, в своїй безпеці [11].

Всі ознаки страхів, які притаманні жінкам середнього віку, О. Кузнєцова класифікує на чотири блоки: загальнолюдські страхи («страх війни», «страх старіння», «страх власної смерті» тощо); внутрішні страхи («душевного болю», «власної поведінки під впливом імпульсів», «зради коханої людини» тощо); соціальні страхи («матеріально не забезпечити сім'ю», «втратити авторитет в очах інших», «зниження соціального статусу») і ірраціональні страхи («замкнутого простору», «висоти», «глибини»). Особливості прояву страхів у жінок середнього віку, на думку автора, знаходять відображення у формуванні семантичної структури свідомості в формі базисних конструктів – «моральність», «страх соціальної дезадаптації», «ірраціональні страхи», які розкривають основні причини страхів людей: смерть, ізоляція, самотність, безпорадність і небезпеки, створені силою власної уяви.

Автором також розглядаються особливості прояву страхів у представниць різних професій, які виражаються у специфіці розподілу значущості факторів за гендерними, віковими і професійними ознаками, а також характерними емоційними оцінками під час сприйняття особистісних образів. Проведений аналіз оцінок значущих рольових позицій серед жінок зрілого віку, який харак-

теризується систематизацією соціальних ролей, інтегральністю статусу та визначає положення в суспільстві, є професійно-посадовий і батьківський статус [13].

Дослідження вікових та гендерних особливостей суб'єктивного прояву страхів особистості та причини їх виникнення у різних вікових групах представлено у роботі О. Мурзиної. Автором побудовано ієрархічну структуру актуальних страхів особистості середнього віку (35–65 років), де домінуючими страхами є: страх хвороби і страх смерті близьких; страх появи сильного болю; страх змін в особистому житті; страх відповідальності; страх фізичного насильства. Серед найменш виражених страхів – страх самогубства; страх містики; страх замкнутих просторів; страх здатися смішним. Причини страхів у даній віковій групі найчастіше пов'язані з родиною та близькими людьми, пережитими важкими життєвими потрясіннями, а так само дитячими переживаннями [14, с. 10–13].

Загальноновизнано, що багато страхів дорослих зумовлені неприємними дитячими переживаннями. Так, наприклад, виявлено, що страх фізичних контактів у жінок часто пов'язаний з показником ступеня віддаленості батька і браку уваги з його боку; страх несправедливого ставлення з боку оточуючих корелює з несправедливим ставленням матері; страх критики – з високою критичністю з боку матері. Цікаво, що у багатьох випадках механізм появи страху у людини є умовно-рефлекторним [9]. Серед інших причин найчастіше виокремлюють: особливості культурної спадщини; інстинкти; природні катаклізми; трагічні ситуації, що відбуваються в світі; фізіологічні гендерні особливості.

Є думка, що наявність певних страхів є віковою нормою і невіддільною частиною людського життя, зумовленою необхідністю реакції на загрозливі реальні або передбачувані події і мобілізації організму на реалізацію відповідних копінг-стратегій у поведінці; при цьому крайньою формою прояву страху є фобія, або фобічні розлади, які представляють собою ірраціональний неконтрольований страх; страхи мають тенденцію до змін протягом життя людини, а особливості прояву страхів, специфічних для пройдених людиною вікових етапів, є відображенням недостатньої психологічної зрілості особистості [14, с. 10–13].

Страх як комплексний психологічний стан, який зумовлений статевою приналежністю, типологічними, психофізіологічними і соціально-психологічними особливостями індивіда, було розглянуто О. Чернавським. На основі особливостей цього стану дослідником були виділені дві основні групи страхів. Так, перша група – це несвідомі страхи (страх природний, побутовий і екстремальний); друга група – це страхи з переважанням елементів свідомості (страх моральний, страх діяльності та життєдіяльності). Також було виділено три рівні

протікання страху: переддія страху (фантазії, фізіологічні реакції, самооцінка); прояв страху; післядія страху (тривалість, соціальна та особистісна астеничність). При цьому зазначено, що стан страху, на кожному рівні його протікання детерміновано гендерною ознакою.

Автором показано, що у жінок товариськість, високий рівень інтелекту, емоційна стійкість, агресивність, відповідальність, боязкість, розважливність, почуття провини, сила волі, тривожність, дратівливість і екстравертованість пов'язані з різними параметрами страху, зумовлюючи динамічні і змістовні особливості його переживання. Так, самоповага сприяє зниженню тривалості наслідків страху та підвищенню неактуальності страхів, пов'язаних з суспільною оцінкою і професійною діяльністю. Позитивне самосприйняття жінок впливає на зменшення прояву як параметрів переддії страху (фізіологічних проявів, страхів самооцінки і фізичного болю), його прояву (страх природи, побуту, екстремальних ситуацій і життєдіяльності), так і післядії (тривалість і регуляторна екстернальність) [20].

**Висновки і пропозиції.** Таким чином, теоретичний аналіз показав, що в сучасній психології емоцій не існує єдиної концепції та універсальної класифікації страхів. Сьогодні виокремлюється багато критеріїв для класифікації різного роду страху.

Механізм появи страху у людини зазвичай є умовно-рефлекторним. Особливості прояву страхів у жінок середнього віку знаходять відображення у формуванні категоріальної структури свідомості в формі концептуальних семантичних категорій – «моральність», «страх соціальної дезадаптації», «ірраціональні страхи», які розкривають основні причини страхів: смерть, ізоляція, самотність, безпорадність і небезпеки, створені силою власної уяви. Найпоширенішими страхами жінок зрілого віку в сфері професійної діяльності є страх відокремлення та успіху; в життєдіяльності загалом – страх придбання та втрати. Слід наголосити, що страхи можуть бути як усвідомлюваними, так і не усвідомлюваними.

На наш погляд, передумовами виникнення страхів у жінок середнього віку можуть бути розглянуті ключові події ситуацій соціального розвитку. З іншого боку, на основі проведеного аналізу літературних джерел можна припустити, що психологічну основу змісту конструктивного подолання страхів жінками середнього віку складають її індивідуально-психологічні характеристики, які відображають психофізіологічні та психосоціальні резерви самореалізації, визначають продуктивний вектор розвитку, зумовлюють динамічні і змістовні особливості переживання страху, сприяють зниженню їх інтенсивності, тривалості та можливих наслідків.

Отже, перспектива подальших досліджень полягає у всебічному дослідженні природи походження страхів у жінок середнього віку, зокрема, виявленні індивідуально-психологічних чинників прояву страхів, а також у розробці та впровадженні психокорекційної програми, спрямованої на зниження інтенсивності переживання різного роду страхів, які притаманні жінкам зазначеної вікової групи.

#### Література:

1. Абакумова Т.В. Классификация основных видов страха современного общества. *Социальная психология: диалог Санкт-Петербург – Якутск*. Санкт-Петербург, 2002. С. 133–140.
2. Андрущенко В.А. Конституціоналізація освітнього простору Європи: аксіологічний вимір / В.П. Андрущенко, Т.В. Андрущенко, В.Л. Савельєв. Київ : «МП Леся», 2014. 460 с.
3. Віговська О.О. Якість життя як умова конструктивного самозбереження особистості : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2016. 201 с.
4. Гресь Л.О. Психологічний зміст кризи середини життя особистості. *Науковий огляд*. Том 6, № 5 (2014). URL: <https://naukajournal.org/index.php/naukajournal/issue/view/14>.
5. Дзюба Т.М., Коваленко О.Г. Психологія дорослості з основами геронтопсихології. Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / Т.М. Дзюба, О.Г. Коваленко ; за ред. проф. В.Ф. Моргуна. Полтава, 2013. 172 с.
6. Ділове спілкування [Текст] : навчальний посібник / М.Д. Прищак, О.Б. Залюбівська, О.М. Слободянюк. Вінниця : ВНТУ, 2015. 128 с.
7. Захаров А. И. Как помочь нашим детям избавиться от страха. Санкт-Петербург : Гиппократ, 1995. 128 с.
8. Зріла людини та її страхи URL: <https://osvita.ua/vnz/reports/psychology/29024/> (дата звернення: 21.11.2019).
9. Ильин Е.П. Психология страха. Санкт-Петербург : Питер, 2017. 352 с.
10. Карпенко Н.В. Професіоналізм та професійні страхи особистості. *Вісник Черкаського університету. Серія : Педагогічні науки*. 2014. Вип. 24. С. 42–47.
11. Карпенко Н.В. Особливості видів страху у жінок і чоловіків зрілого віку. URL: [http://www.rusnauka.com/14.NTP\\_2007/Psihologia/21555.doc.htm](http://www.rusnauka.com/14.NTP_2007/Psihologia/21555.doc.htm).
12. Кодацька Н.О., Терпімова П.Є. Гендерні аспекти прояву страхів і тривожності у студентів юнацького віку. *Молодий вчений*. 2016. № 7. С. 317–321.
13. Кузнецова Е. Н. Психологические особенности проявления страхов у педагогов и врачей на уровне структур обыденного сознания : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. / Ставрополь, 2003. 238 с.
14. Мурзина О.Р. Возрастные и гендерные особенности субъективной выраженности страхов личности. *Психологические науки: теория и практика: материалы Междунар. науч. конф.* (г. Москва, февраль 2012 г.). Москва. Буки-Веди, 2012. С. 10–13.
15. Остапук О.В. Теоретичні аспекти вивчення проблеми страху. *Вісник Дніпропетровського університету. Серія : Педагогіка і психологія*. 2013. Т. 21. Вип. 19. С. 109–117.
16. Пек М.С. Нехоженые тропы: Новая психология любви, традиционных ценностей и духовного роста. Москва : Авиценна, 1996. 301 с.
17. Помилуйко В.Ю. Развитие ключевых компетентностей личности у різних стадіях дорослості. *Психологія: реальність і перспективи*. 2016. Вип. 7. С. 174–179.
18. Рябовол Т.А., Комарицька К.Д. Дослідження особливостей актуальних страхів сучасних підлітків. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. 2016. Том. XI: Психологія особистості. Психологічна допомога особистості. Вип. 14. С. 140–151.
19. Томчук С.М., Томчук М.І. Психологія тривоги, страху та агресії особистості в освітньому процесі : [монографія]. Вінниця : КВНЗ «ВАНО», 2018. 200 с.
20. Чернавский А.Ф. Системное исследование страха : дис. ...канд. психол. наук : 19.00.01 / Екатеринбург, 2008. 207 с.
21. Шестопап І.А. Психологічні особливості професійної самореалізації жінок зрілого віку : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Острог : Нац. ун-т «Острозька акад.», 2017. 215 с.
22. Эриксон Е.Х. Восемь возрастов человека / Детство и Общество. Изд. 2-е, переработанное и дополненное / Пер. Алексеева А.А. Санкт-Петербург : «Речь». 2002. 235–259 с.

#### Reznichenko O. O. Socio-psychological features of fear manifestation of middle-aged women

The article presents results of theoretical analysis of modern psychological approaches to studying of features of fear manifestation of middle-aged women. In the article, the concept of fear is revealed and the main classifications of fear are given. We showed that the basic emotion of fear is directly involved in the development of the adaptive capacity of the individual at the psychophysiological, psychosocial and socio-cultural levels, the specific features of which depend on a number of factors and have some characteristic qualities at different stages of personality ontogeny. It is emphasized that the perspective of research of fears

*in the middle-age period is closely linked to the problem of periodization. Without solving of this problem, it is impossible to make thoroughly solution. Psychological characteristics of middle-aged women also are analyzed, as well as the peculiarities of fear manifestations, which are typical for women of this age category. We considered preconditions of the occurrence of fears of middle-aged women, which are primarily caused by the experience of the midlife crisis and the peculiarities of the social development situation. It is emphasized that the actualization of fear and its obsessive nature leads to destructive changes, to health problems. The result could be a decreased performance and personal efficiency due to physical and mental fatigue, irritability, emotional instability. We noted that the key life prospects of middle-aged women are to discover their potential in professional activity and family relationships. The main problem of this period is to choose between productivity (progressive direction of development) and inertia (regressive direction of development). We also noted the importance of resolving certain "life dilemmas" for middle-aged adults, for example: the value of wisdom – the value of physical strength; socialization – sexuality; emotional flexibility – emotional impoverishment; intellectual plasticity – intellectual rigidity; self-separation against the excessive passion for own social roles; transcendence of the body against excessive focus on the own body; self-transcendence against the excessive self-focus.*

*It is determined that the psychological basis of the content of constructive overcoming fears of middle-aged women is their individual-typological characteristics, which reflect the psychophysiological and psychosocial reserves of self-realization, determine the productive vector of development, determine the dynamic and meaningful features of experiencing fear, contribute to reducing the duration of fear effect. We noted that a perspective direction of research is a further comprehensive study of the nature of the origin of fears of middle-aged women, including the identification of individual-psychological factors of fear manifestation, as well as the development and implementation of a psycho-corrective program aimed at reducing the intensity of experiences of different types of fear of middle-aged women.*

**Key words:** *fear, middle-aged women, midlife crisis, social development situation, individual-psychological characteristics.*