

УДК 159.9

## **Страх как сдерживающий механизм при вовлечении школьников в ситуации, опасные для жизни, здоровья и психологического комфорта**

**Долгих Светлана Александровна**

Аспирант,  
Волгоградский государственный университет,  
400062, Российская Федерация, Волгоград, пр. Университетский, 100;  
e-mail: dolgikh@mail.ru

### **Аннотация**

В статье представлены результаты эксперимента, направленного на изучение формирования психологически безопасного поведения школьников через воздействие на базовую эмоцию страха. В ходе исследования было установлено, что визуальная информация, вызывающая негативные эмоции, в частности страх, способствует более эффективному запоминанию представляемой информации. Это открытие имеет важное значение для образовательного процесса, так как позволяет использовать эмоциональные реакции для усиления усвоения материала. Эксперимент показал, что школьники, у которых были вызваны негативные эмоции, проявляли меньшую склонность к вовлечению в опасные для жизни, здоровья и психологического комфорта ситуации. Это свидетельствует о том, что страх может служить не только негативным фактором, но и инструментом для формирования более безопасного поведения. Таким образом, результаты исследования подчеркивают важность учета эмоционального контекста в образовательной среде и могут быть использованы для разработки программ по профилактике рискованного поведения среди молодежи. В дальнейшем необходимо исследовать различные способы воздействия на эмоции, чтобы оптимизировать процесс обучения и повысить уровень безопасности школьников.

### **Для цитирования в научных исследованиях**

Долгих С.А. Страх как сдерживающий механизм при вовлечении школьников в ситуации, опасные для жизни, здоровья и психологического комфорта // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2025. Т. 14. № 3А. С. 59-65.

### **Ключевые слова**

Психологически безопасное поведение, навыки безопасного поведения, безопасная среда, взаимосвязь памяти и эмоций, страх как защитный механизм.

## Введение

Актуальность проблемы заключается в том, что во все времена на разных этапах развития общества, при разных условиях жизнедеятельности школьников, разной степени информированности, учащиеся все равно продолжают попадать в различные опасные для жизни, здоровья ситуации и психологического комфорта ситуации.

Проблему всегда легче предупредить, чем исправлять последствия. Современные учащиеся достаточно информированы о существующих опасностях и о том, как с этими ситуациями справляться или вовсе не попадать в них. В школьную программу включены темы безопасного поведения на таких предметах, как ОБЖ, обществознание. В школах проводятся регулярные профилактические беседы, родители обсуждают вопросы безопасности дома с детьми. Но при всем при этом, учащиеся все равно оказываются вовлеченными в опасные для жизни, здоровья и психологического комфорта ситуации.

Гипотеза: для того, чтобы снизить риск вовлечения школьников в опасные для жизни, здоровья и психологического комфорта ситуации необходимо воздействовать на базовые эмоции учащихся, а именно страх перед последствиями. Воздействие должно происходить посредством представления визуального материала: фотографии, видео и онлайн встречи с людьми, которые стали жертвами той или иной негативной ситуации. Воздействуя на одну из самых сильных эмоций, мы получаем возможность запечатлеть в памяти негативное последствие определенных действий, что впоследствии поможет учащемуся отказаться от ситуаций вовлечения в опасности при условии сознательного выбора.

## Материал и методы исследования

С. Кьеркегор в своей работе пишет о том, что страх сопровождает человека на протяжении всей жизни и выступает основной энергетической силой, определяющей поведение человека и его жизненный путь. [Кьеркегор, 1993].

Действительно, от того, насколько пугающе выглядит ситуация в будущем, зависит поведение человека в настоящем. Поступая определенным образом в любой из сфер жизни, человек оценивает риски, перспективы и работает со страхами. Чем выше угроза негативных последствий, тем меньше шансов начать данный вид деятельности.

По мнению Лизуновой Е. В. Страх является субъективным понятием, зависящим не от обстановки, а от личной интерпретации человека на основе его опыта, личностных характеристик, подготовленности и организованности. Степень опасности той или иной ситуации человек устанавливает сам. [Лизунова, 2016, С. 3]. Следовательно, при условии того, что в запасе личности есть положительно сформированные навыки и качества, такие как стрессоустойчивость, критическое мышление, эмоциональный интеллект, организованность, подготовленность, страх будет выступать как механизм сдерживания, предостережения. В случае, если личность не обладает устойчивостью к стрессовым ситуациям, обладает повышенной тревожностью, то страх может стать эмоцией, негативно влияющей на личность и разрушающей ее.

Известно, что не существует нужных и ненужных эмоций. Все эмоции призваны для того, чтобы сохранить целостность организма. Страх является той эмоцией, которая направлена на сохранение организма. Страх выполняет позитивную функцию, делая человека более осторожным и осмотрительным.

К. Э. Изард провел исследование посредством опроса представителей разных стран, в ходе которого выяснилось, что страх является той эмоцией, которую люди хотели бы испытывать меньше всего. [Изард, 1999]. Данное исследование позволяет понять, что включение в занятия по безопасности информации «пугающего характера», ситуаций и событий, которые воздействуют на эмоцию страха у школьников, можно предположить, что при осознанном выборе в пользу правильного или неправильного поведения, учащиеся, не желая в будущем испытывать негативные эмоции, испытывая страх за будущее при вовлечении в опасные ситуации, будут выбирать правильное поведение, адекватное заданной ситуации.

Страх – это эмоция, которую чаще всего выбирают для воздействия на личность, с целью получения от нее желаемого. [Рюмшина, 1997, С. 45]. И если манипуляции чаще всего имеют негативный оттенок, то манипуляции в форме воздействия на учащегося с целью сохранения его жизни и здоровья могут иметь положительный эффект.

Обратимся к опыту устного народного творчества. «Сказка – ложь, да в ней намек! Добрым молодцам урок» - известно, что сказки обладают не только развлекательной функцией, но и обучающей, а также предостерегающей. Именно из сказок дети узнают, что разговаривать с незнакомцами опасно, открывать двери посторонним нельзя и многое другое. Босикова Т. И. рассматривает народные сказки как условие формирования культуры безопасного поведения у дошкольников. [Босикова, 2019, С. 65]. Переживание за главного героя, беспокойство и страх – то, на что направлена мораль сказок. Устное народное творчество – это кладезь полезной информации, проверенной годами. Создавая эти сказки, народ понимал, что легче беду предотвратить, воздействуя на эмоцию страха у ребёнка. Одновременно подкрепляя это красочными образами для более легкого восприятия и запоминания.

Захарова В.А. определяет страх как первую и наиболее сильную эмоцию, используемую манипуляторами. Источником страха является предвидение страданий, против которого имеющаяся защита неэффективна. [Захрова, 2009, С. 2].

М.Е. Афанасьева рассматривает значимость эмоций и памяти в жизни человека, анализирует влияние эмоций на процесс запоминания. По итогам проведенного исследования автор приходит к выводу о том, что негативные эмоции запоминаются лучше. [Афанасьева, 2015, С. 5]. Соответственно, если во время прослушивания, просмотра информации учащийся получает негативные эмоции – вероятность их запоминания возрастает.

Обратимся к опыту зарубежных исследователей. Ученые из Рурского и Пекинского университетов провели эксперимент с участием 64 добровольцев, в результате которого выяснили, что группа людей, которая проходила собеседование в стрессовой обстановке и испытывала негативные эмоции, запомнили предлагаемую им информацию лучше, чем те, что проходили собеседование в спокойной атмосфере [Бирбрауэр, 2021].

Нагнетание страха и ужаса во все времена считалось безотказным и наиболее эффективным способом управления людскими массами.

При формировании психологически безопасного поведения мы не просто воздействуем на эмоцию страха у учащегося, а даем средство защиты от этого страха в форме действия или бездействия, поэтому механизм тревожности снижается. Школьник знает, что данная ситуация приведет к страшным последствиям, перспективы которого пугают – воздействовали на эмоцию, вызвали тревогу; и здесь же снижаем тревогу – этого не произойдет, при выполнении определенных условий.

Для подтверждения или опровержения гипотезы был проведен эксперимент в форме наблюдения.

В эксперименте участвовали две группы по 15 детей: контрольную и экспериментальную. Родители дали письменное разрешение на проведение эксперимента и следили за его ходом. Фиксация наблюдения велась на камеру, расположенную около общеобразовательного учреждения.

Педагоги ОБЖ за неделю до проведения эксперимента обсудили с учащимися контрольной группы тему «Правила дорожного поведения» в каждом классе. Теоретическое занятие было посвящено изучению правильного и безопасного поведения на дороге, на обсуждение выносились такие тезисы, как:

- почему важно соблюдать ПДД
- как правильно вести себя на дороге, во дворах, в транспортном средстве и др.

Акцент на таких уроках сделан на понимание и соблюдение правил дорожного движения, а также на развитие культуры безопасного поведения.

В то же самое время с учащимися экспериментальной группы было проведено тренинговое занятие по формированию психологически безопасного поведения совместно с приглашенным специалистом Госавтоинспекции. Занятие, помимо теории, включало практические задания, направленные в первую очередь на развитие личностных качеств, таких как гибкость мышления, эмоциональный интеллект, критическое мышление, стрессоустойчивость и др. Акцент на занятиях сделан на понимание последствий спонтанных решений. Инспектор продемонстрировал фото людей, ставших инвалидами после нарушений ПДД, зачитал выдержки из дневников таких людей, продемонстрировал интервью, на котором пострадавшие рассказывали о своей легкомысленности, данный материал демонстрировался с разрешения законных представителей.

Через неделю после проведения уроков ОБЖ и занятий по формированию психологически безопасного поведения было установлено наблюдение за участниками контрольной и экспериментальной группы. Школа расположена рядом с дорогой, которая имеет два нерегулируемых пешеходных перехода и один регулируемый. Чтобы попасть к жилым комплексам, магазинам или остановкам, необходимо пересечь два или три пешеходных перехода.

## Результаты и обсуждение

Результаты эксперимента представлены в диаграмме.

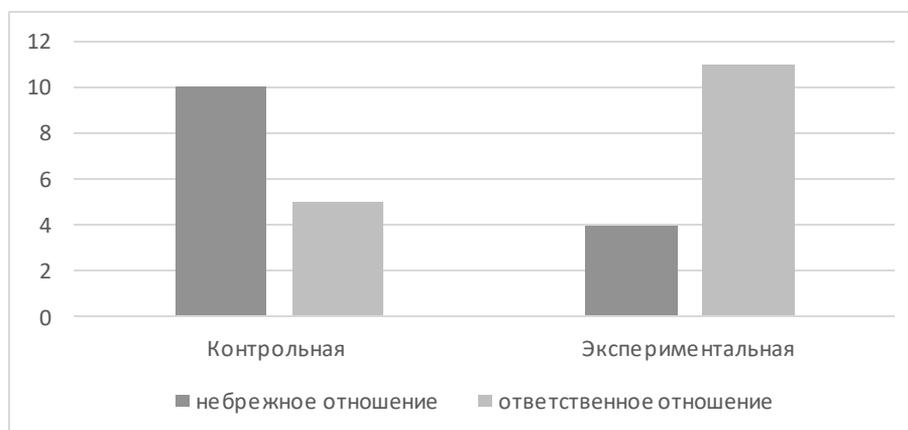


Рисунок 1 – Результаты эксперимента

Из диаграммы видно, что степень безопасного и ответственного поведения на дороге выросла в экспериментальной группе. Участники контрольной группы проявили небрежное отношение к правилам безопасности, двое участников играли непосредственно на пешеходном переходе, толкали друг друга, не обращая внимания на движение вокруг. Один участник перелез через ограду для того, чтобы перейти в удобном для участника месте. Не обращая внимания на красный сигнал светофора, пересекли дорогу два участника. Осуществляли переход дороги на нерегулируемом пешеходном переходе, не обращая внимание на движение, а сосредоточившись на экранах телефона или общении с другими учащимися пять участников. Пять участников из пятнадцати проявили сознательность, соблюдали правила дорожного движения.

Участники экспериментальной группы в составе одиннадцати из пятнадцати человек проявили сознательность в соблюдении ПДД. Один участник пересек дорогу на красный сигнал светофора, три участника концентрировали внимание на телефоне или общении с другими учащимися.

После наблюдения с участниками экспериментальной группы провели беседу, в ходе которой участники отметили, что на них произвело сильное впечатление демонстрация фото и видео жертв нарушения ПДД. Именно этот факт чаще всего отмечали участники как сдерживающий механизм при желании нарушить ПДД.

Особое значение для данного исследования имеет факт предоставления визуального материала.

Долженкова В.И. в своей работе обращает внимание на эффективность усвоения образовательных программ при воздействии на визуальный тип восприятия. Автор обращает внимание на то, что при одновременной подаче аудиально и визуально воспринимаемой информации, человек может воспринять до 65 % ее содержания, что обосновывает эффективность применения аудиовизуальных методов обучения. [Долженкова, 2015, С. 4].

Одновременно с этим стоит отметить эмоциональность информации. На уроках ОБЖ в контрольной группе (по предварительной договоренности) педагог старался эмоционально не выделять никакую информацию. Урок проходил в спокойной дружеской атмосфере, но без эмоционального вовлечения педагога.

Представленная визуальная информация, а именно видео интервью, была эмоционально насыщена. Герой видеоролика глубоко переживал последствия ПДД. Госавтоинспектор, педагог – психолог при проведении занятия старались эмоционально выделять определенные моменты, воздействовать на учащихся с помощью положительных и отрицательных эмоций. Эмоциональная речь лучше запоминается в процессе общения.

В своем труде «Память и мышление» П.П. Блонский пишет об особом эффекте от переживания сильной эмоции. Такая эмоция способна запоминаться и храниться в памяти, а затем возбуждаться даже слабыми стимулами, схожими по природе с первоначальными. Автор выделяет три вида таких эмоций: страдание, удивление и страх, определяя их наибольшую вероятность фиксации в памяти, считая, что отрицательные эмоции запоминаются организмом лучше, чем положительные. [Блонский, 1935].

## Выводы

На основе анализа отечественных и зарубежных источников по данной теме, можно говорить о том, что воздействие на личность при помощи возбуждения эмоции страха повышает вероятность успешного запоминания информации о правилах безопасного поведения не только

на дорогах, но и вообще в целом в опасных ситуациях.

Исходя их результатов проведенного эксперимента, можно говорить о том, что демонстрационные материалы последствий ДТП или иных других ситуаций, вовлечение в которые является опасным для жизни, здоровья и психологического комфорта, имеют важное значение для понимания степени ответственности учащихся за свою жизнь, здоровье и психологическое состояние.

Наличие демонстрационных визуальных материалов важны для успешного запоминания информации при формировании психологически безопасного поведения у школьников.

Следует отметить, что вероятность формирования навыков психологически безопасного поведения при воздействии на эмоции страха у учащихся повышается.

## Библиография

1. Афанасьева М. Е. Влияние эмоций на память человека//V Международная научно-практическая конференция «Педагогика и психология: актуальные вопросы теории и практики. – 2015. – 5 с.
2. Бирбрауэр Э. След памяти о стрессовом эпизоде//Наука Эльзевира. – 2021.
3. Блонский П.П. Память и мышление/Избранные психологические произведения/ Под редакцией Колбановского Н.В. – том 3. – Государственное социально – экономическое издательство: Москва – 1935 – Ленинград.
4. Босикова Т.И. Сказки как средства формирования культуры безопасного поведения у детей дошкольного возраста//Проблемы современного педагогического образования. – 2019. – 65 с.
5. Долженкова В. И. Теоретические основы визуального обучения//Проблемы педагогики. – 2015. – 4 с.
6. Захова В.А. Средства актуализации мишени манипуляции «страх» в политическом дискурсе//Система ценностей современного общества. – 2009. – 2 с.
7. Изард К. Э. Психология эмоций. СПб.: Питер, 1999
8. Кьеркегор С. Страх и трепет. М.: Республика, 1993.
9. Лизунова Е.В. Страх как фактор, влияющий на поведенческие реакции человека в чрезвычайных ситуациях//Инновационная наука. – 2016. – 3 с.
10. Рюмшина Л.И. Игры и манипуляции в личностном общении / Л.И. Рюмшина. – Ростов-н/Д., 1997. – 210 с.

## Fear as a Restraining Mechanism in Preventing Schoolchildren's Involvement in Life-Threatening and Psychologically Dangerous Situations

**Svetlana A. Dolgikh**

PhD Student,  
Volgograd State University,  
400062, 100, Universitetsky ave., Volgograd, Russian Federation;  
e-mail: dolgikh@mail.ru

### Abstract

The article presents the results of an experiment aimed at studying the formation of psychologically safe behavior in schoolchildren by influencing the basic emotion of fear. The study found that visual information evoking negative emotions, particularly fear, enhances the memorization of presented information. This discovery holds significant implications for the educational process, as it suggests that emotional responses can be utilized to improve knowledge retention. The experiment demonstrated that schoolchildren who experienced negative emotions showed a reduced tendency to engage in situations that threaten their life, health, and psychological

well-being. This indicates that fear can serve not only as a negative factor but also as a tool for fostering safer behavioral patterns. Thus, the findings highlight the importance of considering emotional context in educational settings and can be applied to the development of risk behavior prevention programs for youth. Further research should explore various methods of emotional influence to optimize learning processes and enhance the safety of schoolchildren.

### For citation

Dolgikh S.A. (2025) Strakh kak sderzhivayushchiy mekhanizm pri vovlechenii shkol'nikov v situatsii, opasnye dlya zhizni, zdorov'ya i psikhologicheskogo komforta [Fear as a Restraining Mechanism in Preventing Schoolchildren's Involvement in Life-Threatening and Psychologically Dangerous Situations]. *Psikhologiya. Istoriko-kriticheskie obzory i sovremennyye issledovaniya* [Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches], 14 (3A), pp. 59-65.

### Keywords

Psychologically safe behavior, safety skills, safe environment, memory-emotion interaction, fear as a protective mechanism.

## References

1. Afanasyeva M. E. The influence of emotions on human memory//V International Scientific and Practical Conference "Pedagogy and Psychology: current issues of theory and practice. - 2015. - 5 p.
2. Birbauer E. Memory trace of a stressful episode//The science of Elzevir. - 2021. 3. Blonsky P.P. Memory and thinking/Selected psychological works/ Edited by Kolbanovsky N.V. - volume 3. - State Socio-Economic Publishing House: Moscow - 1935 - Leningrad.
4. Bosikova T.I. Fairy tales as a means of forming a culture of safe behavior in preschool children//Problems of modern teacher education. - 2019. - 65 p.
5. Dolzhenkova V. I. Theoretical foundations of visual education//Problems of pedagogy. - 2015. - 4 p.
6. Zakhrova V.A. Means of actualizing the target of manipulation "fear" in political discourse//The value system of modern society. - 2009. - 2 p.
7. Izard K. E. Psychology of emotions. St. Petersburg: Peter, 1999
8. Kierkegaard S. Fear and trepidation. Moscow: Republika Publ., 1993.
9. Lizunova E.V. Fear as a factor influencing human behavioral reactions in emergency situations//Innovative science. - 2016. - 3 p.
10. Ryumshina L.I. Games and manipulations in personal communication / L.I. Ryumshina. Rostov -n/A, 1997. 210 p.