

Научное мнение. 2025. № 10. С. 117–122.

Nauchnoe mnenie. 2025. № 10. P. 117–122.

Научная статья

УДК 37.015.3

DOI: [https://doi.org/10.25807/22224378\\_2025\\_10\\_117](https://doi.org/10.25807/22224378_2025_10_117)

## ОСОБЕННОСТИ ПРОЯВЛЕНИЯ ТРЕВОЖНОСТИ В МЛАДШЕМ И СРЕДНЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ В УСЛОВИЯХ СОВРЕМЕННОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОСТРАНСТВА

**Андрей Алексеевич фон Миллер<sup>1</sup>, Илья Михайлович Слободчиков<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Ассоциация судебных экспертов, Москва, Россия

<sup>2</sup> Московский гуманитарно-технологический университет — Московский архитектурно-строительный институт, Москва, Россия

<sup>1</sup> 070141@mail.ru

<sup>2</sup> il\_grant@mail.ru

**Аннотация.** В данной статье рассматривается феномен тревожности, ее виды. Описываются точки зрения разных авторов на этот феномен. Даётся описание причин тревожности, участия родителей в формировании этой черты. Рассматриваются формы ее проявления в образовательном процессе.

**Ключевые слова:** тревожность, школа, образование, дети, подростки, особенности проявления

Original article

## ANXIETY CHARACTERISTICS IN PRIMARY AND MIDDLE SCHOOL CHILDREN IN THE CONTEMPORARY EDUCATIONAL ENVIRONMENT

**Andrey A. von Miller<sup>1</sup>, Ilya M. Slobodchikov<sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Association of Forensic Experts, Moscow, Russia

<sup>2</sup> Moscow University of Humanities and Technology — Moscow Institute of Architecture and Construction, Moscow, Russia

<sup>1</sup> 070141@mail.ru

<sup>2</sup> il\_grant@mail.ru

**Abstract.** This article examines the phenomenon of anxiety, its types. The points of view of different authors on this phenomenon are described. A description of the causes of anxiety, the participation of parents in the formation of this trait is given. The forms of its manifestation in the educational process are considered.

**Keywords:** anxiety, school, education, children, adolescents, manifestation features

Сегодня тема тревожности у детей младшего и среднего школьного возраста выступает традиционной для обсуждения среди педагогической общественности. Педагоги-

психологи, специалистами психолого-педагогического сопровождения и учителя все чаще отмечают, что в этот период времени в образовательном процессе у обучающих-

ся потенциально могут проявляться и реально отмечаются признаки эмоционального неблагополучия, напряженности в межличностных контактах, страхи, поведенческие отклонения. Они считают, что в современных условиях растет количество тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью.

Как известно, в периоды возрастных кризисов тревожность может принимать не- конструктивные формы, которые вызывают состояние паники и уныния у ребенка. Он начинает сомневаться в своих способностях и силах и вследствие этого тревога становится дезорганизующим основанием для учебной деятельности. Кроме того, она оказывает влияние на личностные структуры, формируя в дальнейшем особенности самооценки и Я-концепции.

Изучение процессов возникновения повышенной тревожности сегодня весьма актуально, поскольку предполагает разработку и дальнейшую реализацию коррекционно- развивающей работы с тревожным ребенком.

Исследования в области тревожности у детей занимались многие известные отечественные психологи и педагоги.

В психолого-педагогической литературе можно выделить несколько подходов в понимании тревожности:

- Исследователи рассматривают тревожность в рамках возникновения определенных стрессовых ситуаций, и, таким образом, она понимается как временное эмоциональное состояние, возникающее как реакция на угрожающие или необычные условия.

- Тревожность определяется в качестве свойства темперамента.

- Тревожность рассматривается как социально-обусловленное свойство личности, на формирование которого большое влияние оказывает социализация и условия социальной среды.

Соответственно, в отечественной литературе можно встретить и различные определения понятия «тревожность».

Так, С. Л. Рубинштейн под тревожностью понимает склонность человека переживать тревогу, т. е. — это особое эмоциональное состояние, которое возникает в ситуациях опасности, которые воспринимаются индивидом в качестве опасных и угрожающих, и проявляющееся в ожидании неблагополучного развития событий [1].

По мнению В. К. Вилюнаса, тревожность — это склонность индивида к переживанию тревоги, характеризующаяся низким порогом возникновения реакции тревоги: один из основных параметров индивидуальных различий [2].

А. М. Прихожан считает, что тревожность — это переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагополучия, с предчувствием грозящей опасности [3].

У С. С. Степанова тревожность — это переживание эмоционального неблагополучия, связанное с предчувствием опасности или неудачи [4].

По определению Р. С. Немова, тревожность — постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях [5].

Анализ научной литературы сегодня позволяет рассматривать тревожность с разных точек зрения.

Выделяют два основных вида тревожности:

- 1) ситуативная;
- 2) личностная.

Первая возникает как реакция на внешние обстоятельства: например, в преддверии возможных неприятностей, в процессе осознания грядущих жизненных испытаний и пр. Исследователи убеждены, что это состояние не только является вполне нормальным, но и играет свою положительную роль. Ведь оно выступает своеобразным мобилизирующим механизмом, позволяющим человеку серьезно и ответственно подойти к решению возникающих проблем. Определенный уровень тревожности — естественная и обязательная

особенность активной деятельности личности. У каждого человека существует свой оптимальный или желательный уровень тревожности — это так называемая полезная тревожность. Оценка человеком своего состояния в этом отношении является для него существенным компонентом самоконтроля и самовоспитания.

Личностная тревожность в научной литературе рассматривается, прежде всего, как личностная черта, проявляющаяся в постоянной склонности к переживаниям тревоги в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и таких, которые объективно к этому не располагают. Изучением этого феномена в зарубежной психологической научной традиции занимались А. Адлер, К. Хорни, С. Салливен.

Они подчеркивали, что эта черта предполагает склонность к переживанию состояния безотчетного страха, неопределенным ощущением угрозы, готовностью воспринять любое событие как неблагоприятное и опасное. Ребенок, подверженный этому, постоянно находится в настороженном и подавленном настроении, у него затруднены контакты с окружающим миром, который воспринимается им как пугающий и враждебный. Она активизируется при восприятии определенных стимулов, расцениваемых человеком как опасные, связанные со специфическими ситуациями угрозы его престижу, самооценке, самоуважению [6].

В работах отечественных психологов (Р. С. Немова, А. М. Прихожан, А. В. Петровского, М. С. Неймарка, И. В. Имададзе) исследовательское поле также формируется вокруг изучения причин формирования личностной тревожности, а также особенностей ее проявления в разные возрастные периоды.

Таким образом, личности, имеющие высокую тревожность, склонны воспринимать угрозу своей жизнедеятельности в обширном диапазоне ситуаций и реагировать весьма напряженно, т. е. — выраженным состоянием тревожности. Эмоциональная острота переживаний в ситуации неудачи и ее боязнь,

снижение работоспособности в условиях дефицита времени, усиленная потребность в поддержке и признании как основной мотивационный ориентир при организации деятельности — все это характерные особенности личностей с высокой тревогой.

Большинство авторов сегодня убеждены в том, что истоки феномена тревожности следует искать в периоде детства. Тревожные дети как особая категория обучающихся достаточно полно и подробно описаны в научной литературе [7].

В большинстве, это неуверенные в себе дети, отличающиеся неустойчивой самооценкой. Зачастую они испытывают чувство страха перед новым и неизвестным, что приводит к низкому уровню их инициативности. Они послушны, робки, скромны, застенчивы, предпочитают не обращать на себя внимание окружающих. Их дисциплинированность объясняется защитным характером подобных действий — ребенок делает все, чтобы избежать неудачи.

Тревожные дети отличаются частыми проявлениями беспокойства и тревоги, а также большим количеством страхов, причем страхи и тревога возникают в тех ситуациях, в которых ребенку, казалось бы, ничего не грозит. Они отличаются особой чувствительностью. Для них характерна низкая самооценка и ожидание личного провала. При этом они очень чувствительны к своим неудачам, остро реагируют на них, склонны отказываться от той деятельности, в которой испытывают реальные или ожидаемые затруднения.

Педагоги могут фиксировать у таких детей заметную разницу в поведении на учебных занятиях и в неформальной остановке. Вне занятий это могут быть живые, общительные и непосредственные дети, а на занятиях они становятся зажатыми и напряженными. Среди причин, вызывающих детскую тревожность, по мнению Е. А. Савиной, на первом месте — особенности воспитания в семье и неблагоприятные отношения ребенка с родителями, особенно с матерью [8].

Высока вероятность воспитания тревожного ребенка, по мнению практикующих психологов, родителями, осуществляющими воспитание по типу гиперопеки (чрезмерная забота и контроль, большое количество ограничений и запретов). В этом случае в общении взрослого с ребенком доминирует авторитарная позиция, в результате — ребенок теряет уверенность в себе и в своих собственных силах, боится отрицательной оценки, испытывает чувство тревоги, которое может закрепиться и перерости в стабильное личностное образование.

Воспитание по типу гиперопеки может сочетаться с симбиотическим, т. е. крайне близкими отношениями ребенка с одним из родителей, обычно с матерью. В этом случае общение взрослого с ребенком может быть как авторитарным, так и демократичным (взрослый не диктует ребенку свои требования, а советуется с ним, интересуется его мнением). К установлению подобных отношений с ребенком склонны родители с определенными характерологическими особенностями — тревожные, мнительные, неуверенные в себе. Установив тесный эмоциональный контакт с ребенком, такой родитель невольно заражает его своими страхами [9].

Явление зависимости между количеством страхов у детей и их родителей, особенно матерей, хорошо знакомо психологической науке. В большинстве случаев страхи, испытываемые детьми, были присущи их материам в детстве. Мать, находящаяся в состоянии тревоги, непроизвольно старается оберегать психику ребенка от событий, так или иначе напоминающих ей о ее страхах. Различные концепции, созданные в рамках психодинамической парадигмы, содержат исследования на этот счет (З. Фрейд, А. Адлер, Э. Фромм и др.)

Механизмом трансляции беспокойства также может служить излишняя забота матери о ребенке, в которой преобладают переживания всевозможных предчувствий, опасений и тревоги [10].

В ситуации гиперопеки усилиению в ребенке тревожности могут способствовать такие

факторы, как завышенные требования со стороны родителей и педагогов, поскольку они вызывают ситуацию хронической неуспешности. Сталкиваясь с постоянными расхождениями между своими реальными возможностями и высоким уровнем достижений, которого ждут от него взрослые, ребенок испытывает беспокойство, которое перерастает в тревожность.

Описывая неэффективные воспитательные приемы, следует отметить также склонность родителей вызывать у ребенка чувство вины, их излишнюю строгость в отношениях с ребенком, стремление формировать и закреплять систему угроз через практикуемые приемы наказания.

Таким образом, неуверенный в себе, склонный к сомнениям и колебаниям, робкий, тревожный школьник нерешителен, несамостоятелен, нередко инфантилен, высоко внушиаем. Неуверенный, тревожный подросток мнителен и недоверчив. Он опасается насмешек, ждет нападения, боится обиды. Сегодня психологи, придерживающиеся поведенческих концепций и гештальт-теории, подчеркивают, что это негативно влияет на его эффективность в учебной и внеучебной деятельности, способствует образованию реакций психологической защиты [11].

Прежде всего речь идет об агрессии и агрессивных поведенческих проявлениях. Агрессия маскирует состояние тревоги, скрывает растерянность и неуверенность в себе от окружающих [12]. Так как для образовательного пространства именно этот вариант является социально опасным и нежелательным, ему сегодня уделяется особое внимание.

Отказ от общения и избегание лиц, от которых исходит «угроза» (реальная или воображаемая), — один из вариантов развития системы психологических защит. Ребенок, в результате реализации такой социальной позиции, быстро становится одиноким и замкнутым. Педагогам хорошо известен феномен «отверженных», если воспользоваться терминологией социометрической традиции, широко распространенной сегодня для изуче-

ния процессов формирования межличностной структуры детского коллектива.

Еще один вариант психологических защит — уход в мир фантазий. В фантазиях ребенок разрешает свои внутренние конфликты, находит решения волнующих вопросов, примеряет нетипичные для своей практики маски и реализует соответствующие им роли.

Итак, тревожность представляет собой определенный эмоциональный настрой с преобладанием чувства беспокойства и несоответствия. Как показывают эмпирические исследования дошкольного и раннего школьного детства, она чаще всего развивается в периоде 7–8 лет. Главным источником тревог в это время оказывается семья. А в дальнейшем для подростков роль в этом процессе семьи будет значительно уменьшаться и возрастет влияние школы [13]. Анализ основных причин возникновения тревоги показывает непременное наличие внутреннего конфлик-

та у ребенка, его рассогласование между целями и потребностями, противоречивость его стремлений [14; 15]. Детерминируют такого рода внутренний конфликт сложности, сформировавшиеся в межличностных отношениях внутри семейных систем; несовместимость воспитательных стратегий и противоречивость в требованиях, предъявляемых ребенку; несоответствия между завышенными притязаниями родителей и реальными возможностями ребенка [16].

Необходимо подчеркнуть, что большинство авторов объединяет тезис, заключающий вывод о том, что у детей младшего и среднего школьного возраста тревожность не выступает в этот период устойчивой чертой характера, а значит, — этот феномен формирует поле коррекционной и развивающей работы для специалистов психолого-педагогического сопровождения, педагогической общественности и института семьи.

### Список источников

1. Рубинштейн С. Л. Экспериментальные методики патопсихологии. М., 1970. С. 109.
2. Вилюнас В. К. Психология эмоциональных явлений. М., 1976. С. 68.
3. Приходжан А. М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. 1998. № 2. С. 12–18.
4. Степанов С. С. Попытка создания словаря трудностей // Семья и школа. 1994. № 1. С. 26–35.
5. Немов Р. С. Психология: в 3 кн. М., 1995. Кн. 3. С. 601
6. Адлер А. Наука жить. Киев: Port-Royal, 1997. 315 с.
7. Изард К. Е. Эмоции человека: пер. с англ. М.: Изд. МГУ, 1980. 439 с.
8. Савина Е., Шанина Н. Тревожные дети // Дошкольное воспитание. 1996. № 4. С. 14.
9. Психолог в детском дошкольном учреждении: Методические рекомендации к практической деятельности / Под ред. Т. В. Лаврентьевой. М., 1996. С. 111.
10. Захаров А. И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка. СПб., 1997. С. 82.
11. Овчарова Р. В. Практическая психология в начальной школе. М., 1996.
12. Кочубей Б., Новикова Е. Снимем маску с тревоги // Семья и школа. 1988. № 11. С. 34.
13. Захаров А. И. Предупреждение отклонений в поведении ребенка. СПб., 1997. С. 87.
14. Трусова Д. С. Детско-родительские отношения как фактор тревожности детей младшего и среднего школьного возраста / Д. С. Трусова, Е. М. Савицкая // Поволжский педагогический вестник. 2024. Т. 12, № 1(42). С. 47–51. EDN DFVEJJ.
15. Быкова Е. А. Взаимосвязь мотивации учения и тревожности у детей младшего школьного возраста // Психология образования: сопровождение развития способностей и одаренности обучающихся: материалы XVII Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Шадринск, 26 ноября 2022 года / Шадринск: Шадринский государственный педагогический университет, 2023. С. 103–110. EDN ZUVXPA.

16. Цугаева Р. Р. Особенности проявления тревожности на разных этапах школьного образования // Социально-педагогические вопросы образования и воспитания: Материалы III Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, Чебоксары, 24 декабря 2024 года. Чебоксары: ООО «Издательский дом “Среда”», 2024. С. 295–297. DOI 10.31483/r-115503. EDN DJZTWL.

Статья поступила в редакцию 20.09.2025; одобрена после рецензирования 20.10.2025; принята к публикации 22.10.2025.

The article was submitted 20.09.2025; approved after reviewing 20.10.2025; accepted for publication 22.10.2025.

**Информация об авторах:**

А. А. фон Миллер — руководитель ассоциации судебных экспертов;

И. М. Слободчиков — доктор психологических наук, профессор.

**Information about the Authors:**

A. A. von Miller — head of the association of forensic experts;

I. M. Slobodchikov — Doctor of Sciences (Psychology), Professor.