Дата поступления рукописи в редакцию: 10.04.2026 г.
Дата принятия рукописи в печать: 27.05.2026 г.

DOI: 10.24412/2782-3849-2026-5-428-432

УКРОЖЕНКО Дарья Сергеевна,

преподаватель кафедры биотехнологии и пищевых продуктов, Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: darya.ukrozhenkozoo@mail.ru

НЕВЕРОВА Ольга Петровна,

кандидат биологических наук, доцент кафедры биотехнологии и пищевых продуктов, Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: opneverova@mail.ru

РАЖИНА Ева Валерьевна,

кандидат биологических наук, доцент кафедры биотехнологии и пищевых продуктов Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: eva.mats@mail.ru

СМИРНОВА Екатерина Сергеевна,

кандидат сельскохозяйственных наук, доцент кафедры биотехнологии и пищевых продуктов Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: ekaterina-kazantseva@list.ru

ГАЛУШИНА Полина Сергеевна,

старший преподаватель кафедры биотехнологии и пищевых продуктов, Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: sid-polina@yandex.ru

КАНЕВ Прокопий Николаевич,

преподаватель кафедры физического воспитания и спорта, Уральский государственный аграрный университет,

e-mail: kanevxok@mail.ru

ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА ДЕТЕЙ С ТРЕВОЖНОСТЬЮ

Аннотация. *В статье рассматривается проблема тревожности у детей как значимого психолого-педагогического феномена, оказывающего влияние на учебную деятельность, социализацию и общее психоэмоциональное состояние личности. Представлен теоретический анализ подходов к пониманию тревожности в отечественной и зарубежной науке, раскрыты различия между понятиями «тревога» и «тревожность», а также охарактеризованы основные виды данного явления. Особое внимание уделяется возрастным особенностям проявления тревожности, начиная с дошкольного возраста и заканчивая подростковым периодом, а также факторам ее формирования, среди которых ведущую роль играют социальные условия развития и особенности взаимодействия со значимыми взрослыми. Рассматривается влияние тревожности на учебную деятельность и межличностные отношения ребенка, а также роль образовательной среды как фактора риска и ресурса в ее развитии. Обосновывается значимость педагогической поддержки как эффективного средства снижения тревожности и раскрываются ее сущность, принципы, формы и методы реализации в образовательной практике.*

Ключевые слова: *детская тревожность, тревога, педагогическая поддержка, образовательная среда, социализация, учебная деятельность.*

UKROZHENKO Daria Sergeevna,

Lecturer, of the Department of Biotechnology and Food Products, Ural State Agrarian University

NEVEROVA Olga Petrovna,

Candidate of Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Biotechnology and Food Products Ural State Agrarian University

RAZHINA Eva Valerievna,

Candidate of Biological Sciences, Associate Professor of the Department of Biotechnology and Food Products Ural State Agrarian University

SMIRNOVA Ekaterina Sergeevna,

Candidate of Agricultural Sciences, Associate Professor of the Department of Biotechnology and Food Products Ural State Agrarian University

GALUSHINA Polina Sergeevna,

senior lecturer of the Department of Biotechnology and Food Products, Ural State Agrarian University

KANEV Prokopiy Nikolaevich,

Lecturer, Department of Physical Education and Sports, Ural State Agrarian University

PEDAGOGICAL SUPPORT FOR CHILDREN WITH ANXIETY

Annotation. *This article examines anxiety in children as a significant psychological and pedagogical phenomenon affecting academic performance, socialization, and the overall psychoemotional state of the individual. This article presents a theoretical analysis of approaches to understanding anxiety in Russian and international science, reveals the differences between the concepts of "anxiety" and "anxiety," and characterizes the main types of this phenomenon. Particular attention is paid to the age-related manifestations of anxiety, from preschool age to adolescence, as well as the factors that contribute to its development, among which the leading role is played by the social conditions of development and the characteristics of interactions with significant adults. The influence of anxiety on academic performance and interpersonal relationships in children is considered, as well as the role of the educational environment as a risk factor and resource in its development. The importance of pedagogical support as an effective means of reducing anxiety is substantiated, and its essence, principles, forms, and methods of implementation in educational practice are revealed.*

Key words: *childhood anxiety, anxiety, pedagogical support, educational environment, socialization, educational activities.*

Современные условия жизни, характеризующиеся высокой неопределенностью и ростом информационной нагрузки, способствуют увеличению уровня тревожности у детей, что негативно влияет на их учебную деятельность, социализацию и психоэмоциональное состояние. В образовательной среде данная проблема приобретает особую значимость, поскольку школа выступает ключевым пространством развития личности, а педагог — важным субъектом поддержки ребенка. Несмотря на значительное внимание исследователей к проблеме детской тревожности, вопросы педагогической поддержки таких детей остаются недостаточно систематизированными, что обуславливает необходимость теоретического анализа особенностей тревожности и обоснования эффективных подходов к ее сопровождению в образовательной практике.

В психолого-педагогической литературе тревожность в детском возрасте рассматривается как многомерное явление, которое имеет как ситуативный, так и устойчивый личностный характер. Одни исследователи связывают ее с эмоциональным состоянием неопределенного беспокойства и ожидания неблагоприятного развития событий, другие подчеркивают, что тревожность представляет собой относительно стойкую индивидуальную особенность, проявляющуюся в повышенной чувствительности ребенка к потенциальной угрозе. В рамках теоретических подходов особое значение имеет разграничение понятий «тревога» и «тревожность»: тревога понимается как

временная эмоциональная реакция на значимую ситуацию, тогда как тревожность трактуется как более длительное состояние, способное закрепляться в структуре личности и влиять на поведение, общение и учебную деятельность ребенка. В исследованиях также акцентируется внимание на том, что формирование детской тревожности обусловлено не только внутренними психологическими механизмами, но и особенностями социальной ситуации развития, прежде всего характером детско-родительских отношений, стилем педагогического взаимодействия и общим эмоциональным климатом среды, в которой развивается ребенок [1, 8].

В психологии понятие тревожности у детей рассматривается как устойчивое личностное образование, выражающееся в склонности ребенка к частым переживаниям внутреннего напряжения, беспокойства и ожидания неблагоприятных событий. Важно различать тревогу как ситуативное эмоциональное состояние, возникающее в ответ на неопределенную угрозу, и тревожность как более стабильную характеристику личности, определяющую особенности восприятия и реагирования на окружающую действительность. В отличие от страха, который связан с конкретным источником опасности, тревога носит размытый и неопределенный характер, однако может переходить в страх при конкретизации угрозы. Тревожность проявляется как на психологическом уровне — в виде неуверенности, ощущения беспомощности и трудностей в принятии решений, так и на физиологическом — через усиление сердцебиения, дыхания и общей возбудимости. В структуре данного явления выделяют различные виды тревожности, среди которых особое значение имеют частная (связанная с определенными ситуациями или сферами жизни ребенка) и генерализованная, характеризующаяся распространением тревожных переживаний на широкий круг ситуаций. При этом тревожность может выполнять как адаптивную функцию, мобилизуя ресурсы организма, так и дезадаптивную — приводя к нарушению деятельности и поведения при чрезмерном или, напротив, недостаточном уровне ее выраженности [10].

Возрастные особенности проявления тревожности у детей обусловлены этапами психического развития и спецификой социальной ситуации, в которой находится ребенок. В дошкольном возрасте тревожные реакции носят преимущественно ситуативный и нестабильный характер, что связано с незавершенностью формирования личности и зависимостью эмоциональных состояний от конкретных условий. С переходом к младшему школьному возрасту тревожность усиливается в связи с адаптацией к новой социальной роли ученика: возрастает значимость оценки, требований со стороны педагогов и ожиданий окружающих, что может приводить к появлению школьной тревожности, трудностям в обучении и межличностном взаимодействии. В подростковом возрасте тревожность приобретает более выраженный и устойчивый характер, что обусловлено интенсивными личностными изменениями, развитием самосознания и повышенной чувствительностью к социальной оценке. В этот период значимыми источниками тревожности становятся внешность, отношения со сверстниками и учебные достижения, а сама тревожность начинает затрагивать различные сферы психики — эмоциональную, коммуникативную, когнитивную и поведенческую. Таким образом, с возрастом тревожность усложняется по своей структуре, усиливается ее личностная обусловленность и расширяется спектр факторов, влияющих на ее проявление [6, 7].

Формирование тревожности у детей обусловлено сочетанием биологических и социальных причин, однако в дошкольном возрасте решающую роль чаще играют именно условия воспитания и характер отношений со значимыми взрослыми. На развитие тревожности особенно влияют неблагополучные детско-родительские отношения, противоречивые или завышенные требования к ребенку, дефицит чувства защищенности, избыточный контроль, а также напряженный эмоциональный фон в семье и образовательной среде. Существенное значение имеют и особенности самооценки ребенка: неуверенность в себе, чувствительность к неудачам и зависимость от оценки окружающих усиливают склонность к тревожным переживаниям. Тревожность формируется не под воздействием одного фактора, а как результат взаимодействия индивидуальных особенностей ребенка и той социальной среды, в которой происходит его развитие [11].

Тревожность оказывает сложное и неоднозначное влияние на учебную деятельность и процесс социализации ребенка. С одной стороны, повышенный уровень тревожности может снижать продуктивность интеллектуальной деятельности, ухудшать концентрацию внимания, замедлять обработку информации и приводить к снижению учебной мотивации. Особенно негативно тревожность проявляется в ситуациях оценки, контроля знаний и неопределенности, когда у ребенка возникает страх не соответствовать ожиданиям, что затрудняет выполнение даже знакомых заданий. С другой

стороны, умеренный уровень тревожности способен выполнять мобилизующую функцию, стимулируя более ответственное отношение к учебе и достижение высоких результатов. В социальном плане тревожность может вызывать трудности в общении, снижать уверенность в себе и усиливать зависимость от мнения окружающих, что осложняет процесс адаптации в коллективе и формирование устойчивых межличностных связей [3, 4].

Образовательная среда выступает значимым фактором, способным как усиливать, так и снижать уровень тревожности у детей, поскольку представляет собой систему взаимосвязанных условий, включающих организацию учебного процесса, особенности взаимодействия участников и материально-пространственные характеристики. Неблагоприятная среда, характеризующаяся авторитарным стилем общения, жесткой регламентацией, перегрузками и недостатком психологического комфорта, может способствовать формированию напряженности, пассивности и неуверенности у обучающихся. В то же время среда, ориентированная на поддержку, развитие самостоятельности, эмоциональную безопасность и творческую активность, создает условия для снижения тревожности, повышения мотивации и гармоничного личностного развития ребенка [9].

Сущность педагогической поддержки детей с повышенной тревожностью заключается в целенаправленной помощи со стороны педагога, направленной на преодоление эмоциональных трудностей, развитие уверенности в себе и создание условий для полноценного личностного и учебного развития. Такая поддержка строится на принципах принятия личности ребенка, уважения его права на выбор, сотрудничества и диалогового взаимодействия, а также ориентации на формирование позитивного опыта успеха. Важным является не только оказание помощи, но и стимулирование самостоятельности, развитие навыков саморегуляции, самоанализа и адекватной самооценки. Реализация педагогической поддержки предполагает системность и включает диагностический этап (выявление уровня тревожности), рефлексивный (совместный поиск решений) и деятельностный (практическая реализация и коррекция действий), что в совокупности способствует снижению тревожности и гармонизации эмоционального состояния обучающихся [2].

Формы и методы педагогической поддержки в образовательной практике реализуются через систему целенаправленного взаимодействия педагога и обучающегося, ориентированного на развитие самостоятельности и индивидуальности ребенка. К основным формам относятся индивидуальная работа, диалоговое общение, совместное обсуждение проблемных ситуаций, а также включение обучающихся в проектирование собственной образовательной траектории. Методы поддержки предполагают поэтапную организацию процесса: от диагностики и осмысления проблемы до совместного поиска решений, согласования действий, практической реализации и последующей рефлексии опыта. Существенное значение имеют такие педагогические приемы, как стимулирование самоанализа, помощь в осознании собственных интересов и возможностей, создание условий для самовыражения и поддержки инициативы ребенка. В совокупности данные формы и методы обеспечивают не только преодоление трудностей, но и способствуют формированию способности к саморазвитию и ответственному выбору в образовательной среде [5].

Заключение. Таким образом, тревожность у детей представляет собой сложное и многогранное явление, формирующееся под воздействием совокупности биологических, психологических и социальных факторов. Ее проявления изменяются в зависимости от возраста ребенка и оказывают существенное влияние на его учебную деятельность, поведение и взаимодействие с окружающими. В условиях образовательной среды тревожность может как усиливаться под воздействием неблагоприятных факторов, так и снижаться при создании поддерживающей и безопасной атмосферы. В этой связи особую значимость приобретает педагогическая поддержка, направленная на развитие уверенности, самостоятельности и способности к саморегуляции. Эффективная организация педагогической поддержки, основанная на принципах гуманистического взаимодействия и индивидуального подхода, способствует не только снижению уровня тревожности, но и обеспечивает условия для гармоничного личностного развития ребенка и успешной его социализации.

Список литературы:

[1] Белисова, А. А., Васерман, С. В., Кронштатова, Е. А. [и др.] Теоретические подходы к пониманию детской тревожности в психолого-педагогической литературе // Устойчивое развитие науки и образования. – 2018. – № 11. – С. 219–223. – EDN YPFUUH.

[2] Гризодуб, Н. В., Сотникова, И. В. Педагогическая поддержка старших школьников с повышенным уровнем тревожности в учебно-воспитательном процессе // Северный регион: наука, образование, культура. – 2022. – № 1 (49).

[3] Еремеева, А. А., Лазаренко, М.

В., Ромашко, Р. С. Влияние тревожности на академическую успеваемость подростков // Современный образовательный процесс: актуальные вопросы, инновации, качество : материалы Междунар. науч.-практ. конф. (Краснодар, 27 нояб. 2025 г.) / редкол.: В. М. Гребенникова [и др.]. – Чебоксары: ИД «Среда», 2025. – С. 162–164. – ISBN 978-5-908083-33-1. – DOI 10.31483/r-151924.

[4] Жердева, Л. А. Влияние тревожности на успеваемость школьников // Проблемы науки. – 2021. – № 5-1 (162). – С. 97–99.

[5] Иванова, И. В. Педагогическая поддержка как современная образовательная практика // Педагогическое образование в России. – 2015. – № 12. – С. 108–112.

[6] Ляшенко, Н. В., Шалагинова, К. С. Особенности проявления тревожности у детей младшего школьного возраста // Международный студенческий научный вестник. – 2019. – № 1. – URL: https://eduherald.ru/ru/article/view?id=19517 (дата обращения: 29.03.2026).

[7] Матвеева, О. А., Айсувакова, Т. П., Сорокопуд, Ю. В. Особенности проявления тревожности в подростковом возрасте // Проблемы современного педагогического образования. – 2021. – № 70-3. – С. 307–310.

[8] Петрушина, Т. В., Токарь, О. В. Изучение тревожности и страхов у детей дошкольного возраста // Вестник науки. – 2025. – № 7 (88). – С. 342–349.

[9] Сергиенко, А. С., Полунина, Е. Н., Жуков, В. М. Образовательная среда как фактор влияния на результаты обучения // Право и управление. – 2024. – С. 113–116.

[10] Смирнова, М. В. Уровень явной тревожности у детей младшего школьного возраста // Психологическая наука и образование. – 2012. – Т. 17, № 3. – С. 70–76. – URL: https://psyjournals.ru/journals/pse/archive/2012_n3/54369 (дата обращения: 29.03.2026).

[11] Тимофеева, О. А. Факторы возникновения и развития тревожности у старших дошкольников // Бюллетень науки и практики. – 2018. – № 1. – С. 357–361.

References:

[1] Belisova, A. A., Vaserman, S. V., Kronshtatova, E. A. [et al.] Theoretical approaches to understanding child anxiety in psychological and pedagogical literature//Sustainable development of science and education. – 2018. – № 11. - S. 219-223. – EDN YPFUUH.

[2] Grizodub, N.V., Sotnikova, I.V. Pedagogical support for senior schoolchildren with an increased level of anxiety in the educational process//Northern region: science, education, culture. – 2022. – № 1 (49).

[3] Eremeeva, A. A., Lazarenko, M. V., Romashko, R. S. The influence of anxiety on the academic performance of adolescents//Modern educational process: topical issues, innovations, quality: materials International. scientific-practical. conf. (Krasnodar, November 27 2025)/editorial: V. M. Grebennikova [et al.]. - Cheboksary: Publishing House “Sreda,” 2025. - S. 162-164. – ISBN 978-5-908083-33-1. – DOI 10.31483/r-151924.

[4] Zherdeva, L. A. The effect of anxiety on the performance of schoolchildren//Problems of science. – 2021. – № 5-1 (162). - S. 97-99.

[5] Ivanova, I.V. Pedagogical support as a modern educational practice//Pedagogical education in Russia. – 2015. – № 12. - S. 108-112.

[6] Lyashenko, N.V., Shalaginova, K.S. Features of anxiety manifestation in primary school children//International Student Scientific Bulletin. – 2019. – № 1. – URL: https://eduherald.ru/ru/article/view?id=19517 (accessed on: 29.03.2026).

[7] Matveeva, O. A., Aisuvakova, T. P., Sorokopud, Yu. V. Features of the manifestation of anxiety in adolescence//Problems of modern pedagogical education. – 2021. – № 70-3. - S. 307-310.

[8] Petrushina, T. V., Turner, O. V. The study of anxiety and fears in preschool children//Bulletin of Science. – 2025. – № 7 (88). - S. 342-349.

[9] Sergienko, A. S., Polunina, E. N., Zhukov, V. M. Educational environment as a factor in influencing educational results//Law and management. – 2024. - S. 113-116.

[10] Smirnova, M.V. The level of obvious anxiety in primary school children//Psychological science and education. – 2012. - T. 17, NO. 3. - S. 70-76. – URL: https://psyjournals.ru/journals/pse/archive/2012_n3/54369

(accessed on: 29.03.2026).

[11] Timofeeva, O. A. Factors of the occurrence and development of anxiety in older preschoolers//Bulletin of Science and Practice. – 2018. – № 1. - S. 357-361.