

Тревожность как показатель эмоционального неблагополучия дошкольника

Далибоева К. Г.

Педагог Thompson
kindergarten, г. Ташкент,
Узбекистан,

Котова С. А.

РГПУ им. А. И. Герцена,
доцент кафедры общей
и социальной психологии
Санкт-Петербург, Россия,
sa-kotova@yandex.ru

DOI 10.25991/e4325-9720-2458-c

УДК: 159.922.7

Аннотация

В статье рассматривается проблема поддержания психологического здоровья и эмоционального благополучия детей дошкольного возраста. Показано влияние тревожности на возможность раскрытия личностного потенциала в этом возрасте. Прописаны виды проявлений тревожности у дошкольников. Представлено исследование, проведенное в дошкольных образовательных организациях г. Ташкента (Узбекистан). У детей обнаружены выраженные признаки тревожности, проявляющиеся в избегании контакта, отказе от участия в играх и страхе совершения ошибки в ответ на обращение взрослого. Авторы делают вывод о необходимости целенаправленной психолого-педагогической поддержки, обеспечивающей снижение тревожности, развитие уверенности и формирование положительного опыта самовыражения у дошкольников в ситуациях нравственного выбора в рамках образовательного процесса дошкольного учреждения.

Ключевые слова: дошкольный возраст, тревожность, эмоциональная напряженность, совладание, психологическая поддержка

Karina G. Daliboeva,

Teacher at Thompson kindergarten,
Tashkent, Uzbekistan,

Svetlana A. Kotova,

Russian State Pedagogical University
named after A. I. Herzen, Associate
Professor of the Department of General
and Social Psychology, Saint Petersburg,
Russia, sa-kotova@yandex.ru

Anxiety as an indicator of emotional disease of preschool children

Для цитирования:

Далибоева, К. Г. & Котова, С. А.
(2026). Тревожность как показатель
эмоционального неблагополучия
дошкольника. Психология человека
и социальной среды, (1), 121–133.
doi:10.25991/e4325-9720-2458-c

Abstract

The article raises the problem of maintaining psychological health and emotional well-being of preschool children. The influence of anxiety on the possibility of revealing personal potential at this age is shown. The types of manifestations of anxiety in preschool children are given. A study conducted in preschool educational institutions in Tashkent (Uzbekistan) is presented. 36% of children showed pronounced signs of anxiety: avoidance of contact, refusal to participate in games, and fear of making mistakes. The authors conclude that it is necessary to provide targeted psychological and pedagogical support to reduce anxiety, develop confidence, and create a positive experience of self-expression in situations of moral choice within the educational process of a preschool institution.

Keywords: preschool age, anxiety, emotional tension, coping, psychological support

В современных условиях всё более остро обозначаются проблемы сохранения психического здоровья и эмоционального благополучия детей. Именно в дошкольном возрасте закладываются основы будущего интеллектуального, социального и эмоционального потенциала личности. Эмоциональное развитие дошкольника оценивается как ключевой фактор формирования его дальнейших адаптивных и коммуникативных способностей (Бреслав, 1990).

Данные современных психологических исследований свидетельствуют о росте эмоциональных нарушений у детей 5–7 лет, связанных с повышенной тревожностью, страхом оценки и трудностями самовыражения (Карелина, 2004; Касаткина, 2016; Котова, 2018; Левитов, 1969; Соколова, 2022). Всё чаще педагоги и психологи дошкольных образовательных учреждений сталкиваются с детьми, которым сложно свободно говорить, выражать эмоции и принимать участие в публичных мероприятиях. Эти дети испытывают психологическое напряжение, сниженный уровень уверенности, что мешает их гармоничному развитию (Вострецова, 2017). В этом возрасте тревожность становится важнейшим показателем эмоционального благополучия ребёнка, определяя уровень его уверенности, коммуникативной активности и готовности к взаимодействию с социумом (Пожиткина, Савенок & Папушина, 2012; Прихожан, 2000; Смирнова, 2014; Соколова, 2022).

Недостаточность условий для психологической безопасности, неумение взрослых вовремя оказать эмоциональную поддержку приводят к формированию у детей тревожных ожиданий и неуверенности в себе. Обозначенная ситуация требует от педагогов и психологов поиска новых психолого-педагогических подходов, направленных на сохранение и укрепление психологического здоровья дошкольников, формирование у них навыков саморегуляции и уверенности. Совершенно очевидно, что воспитатели и педагоги дошкольных учреждений должны владеть знаниями о возрастных закономерностях эмоционального развития ребёнка, уметь распознавать признаки тревожности и оказывать своевременную поддержку в процессе общения и самовыражения. Необходима продуманная система помощи ребёнку в совладании с тревожностью и преодолением адаптационных трудностей.

В Узбекистане данная задача отражена в нормативно-правовых актах: например, в Законе Республики Узбекистан «О дошкольном образовании и воспитании» указано: «Государство обеспечивает социальную защиту и поддержку детей дошкольного возраста, а также содействие их психическому развитию и воспитанию» (статья 3). Среди узбекских исследователей, изучающих проблемы эмоционального развития дошкольников, можно отметить Х. Хужаматову (2021), К. К. Мансурову и Ф. Н. Икрамову (Mansurovna & Ilkhamovna, 2020).

Понятие тревожности было впервые введено в научный оборот в рамках психоаналитического направления З. Фрейдом. Он рассматривал тревожность как

реакцию «Я» на внутренний конфликт между влечениями «Оно» и ограничениями «Сверх-Я». В работе «Торможение, симптом и страх» З. Фрейд (1991, с. 248) отмечал: *«Тревожность возникает как сигнал опасности, предупреждающий Я о надвигающемся внутреннем конфликте»*. Таким образом, в его понимании тревожность выполняет защитную функцию, помогая личности адаптироваться к требованиям реальности.

В дальнейшем понятие тревожности получило развитие в когнитивно-поведенческом направлении. Р. Лазарус (Lazarus & Folkman, 1984) отмечал, что тревога возникает тогда, когда человек оценивает ситуацию как угрожающую, а свои ресурсы — как недостаточные для её преодоления. Эта трактовка имеет важное значение для понимания детской тревожности: ребёнок воспринимает новую или социально значимую ситуацию (например, дошкольники активно выступают публично на праздниках) как потенциально стрессовую, если не обладает достаточным опытом саморегуляции и поддержки со стороны взрослых.

С современных позиций тревожность представляет собой многомерное психологическое явление, проявляющееся в различных формах и на разных уровнях эмоциональной регуляции и включающее эмоциональный, когнитивный и поведенческий компоненты. Для дошкольного возраста тревожность приобретает особое значение, поскольку именно в этот период формируется чувство базового доверия, уверенности и эмоциональной устойчивости (Смирнова, 2014). В исследованиях Н. Д. Левитова (1969) и А. М. Прихожан (1998) выделяются два базовых типа тревожности — ситуативная (реактивная) и личностная (устойчивая). Ситуативная тревожность возникает в ответ на конкретную стрессовую ситуацию — например, новое задание, выступление перед аудиторией), общение с незнакомыми взрослыми. Личностная же тревожность становится устойчивым свойством, когда ребёнок постоянно ожидает неудачи, осуждения или наказания. По словам Н. Д. Левитова (1969, с. 46), *«личностная тревожность — это свойство личности реагировать тревогой на широкий круг жизненных ситуаций, даже не связанных с реальной опасностью»*. Н. Д. Левитов подчеркивал, что в детском возрасте тревожность чаще носит ситуативный характер, переходя в личностную лишь при отсутствии поддержки и положительного эмоционального фона. В контексте дошкольного детства ситуативная тревожность является нормальной реакцией адаптации. Однако при отсутствии эмоциональной поддержки она может закрепиться в виде устойчивой личностной тревожности (Лаптева и Чертенкова, 2023).

Исследования А. М. Прихожан (2000, с. 43) показывают, что дети с личностной тревожностью склонны избегать трудных заданий, чаще демонстрируют неуверенность, эмоциональную зажатость и повышенную чувствительность к оценке

взрослых, с трудом в последующем адаптируются к школьным условиям жизнедеятельности. Автор отмечает: *«Тревожный ребёнок не столько боится самой ситуации, сколько возможной неудачи в ней»*.

Е. В. Касаткина подчёркивает, что тревожность у дошкольников особенно ярко проявляется в ситуациях, где ребёнок сталкивается с необходимостью самопрезентации перед взрослыми и сверстниками. По мнению автора, *«высокий уровень тревожности блокирует речевую активность, снижает выразительность и мешает формированию уверенности в себе»* (Касаткина, 2016, с. 59).

Роль семьи как источника эмоциональной устойчивости подчёркивалась многими исследователями. А. М. Прихожан указывала, что тревожность у детей часто возникает в результате несоответствия между ожиданиями родителей и возможностями ребёнка: *«Ребёнок тревожится тогда, когда постоянно чувствует, что не оправдывает ожиданий значимых взрослых»* (Прихожан, 2000, с. 95). Наиболее неблагоприятным фактором становится авторитарный стиль воспитания, при котором ребёнок боится наказания и осуждения. Гиперопека формирует зависимость и неуверенность в собственных силах, а тревожный стиль родителей передаёт ребёнку установки опасения и избегания (Казначеева, 2021; Мазурова & Трофимова, 2013). Исследования Е. О. Смирновой и Л. А. Венгера (Смирнова, 2014) показывают, что эмоциональный фон семьи оказывает прямое влияние на характер общения ребёнка с окружающими. В семьях, где преобладают напряжённые отношения и частые конфликты, дети чаще демонстрируют повышенную возбудимость и неуверенность в новых ситуациях.

Помимо семьи, значительное влияние оказывает образовательная среда дошкольного учреждения. Период поступления в детский сад нередко становится для ребёнка стрессовым, поскольку он впервые сталкивается с коллективными нормами, необходимостью самоорганизации и взаимодействия с педагогом. Если адаптация проходит без должной психологической поддержки, формируется тревожная зависимость от взрослого, неуверенность и страх ошибок. По наблюдениям Е. В. Касаткиной (2016, с. 44), *«качество эмоциональной атмосферы в группе детского сада определяет степень открытости и уверенности ребёнка в собственных действиях»*. Эмоциональный климат в группе, создаваемый воспитателем, становится важнейшим условием профилактики тревожности.

Таким образом, тревожность в дошкольном возрасте имеет комплексную природу и зависит от сочетания внешних и внутренних факторов: стиля воспитания, эмоциональной поддержки, индивидуальных особенностей нервной системы и коммуникативного опыта ребёнка.

Современная психология рассматривает совладание (англ. coping) как систему стратегий, которые человек использует для преодоления стрессовых

ситуаций и восстановления внутреннего равновесия. По определению Р. Лазаруса, «совладание — это постоянно меняющиеся когнитивные и поведенческие усилия, направленные на управление специфическими внешними и внутренними требованиями, оцениваемыми как превышающие ресурсы личности» (Lazarus & Folkman, 1984, p. 125).

В контексте детского развития совладание рассматривается как способность ребёнка справляться с эмоциональными трудностями при поддержке взрослых и целесообразно организованной среды. Особенности детского совладающего поведения связаны с ограниченным жизненным опытом и зависимостью от взрослых (Бреслав, 1990; Казначеева, 2021; Лаптева & Чертенкова, 2023; Мазурова и Трофимова, 2013; Павлова & Холмогорова, 2010). В отличие от взрослых, ребёнок не всегда способен осознать источник тревоги и подобрать адекватную стратегию. Поэтому ключевая роль принадлежит взрослому, который помогает ребёнку назвать чувства, объяснить их и показать конструктивный способ реагирования. Успешное формирование совладающего поведения зависит от эмоциональной поддержки окружающих, предсказуемости событий, положительного психологического климата существования. Ребёнок, которому доверяют взрослые, чувствует контроль над ситуацией и успешнее с ней справляется.

Нарушения механизмов совладания проявляются при хронической тревожности. У ребёнка наблюдается избегающее поведение, повышенная раздражительность, соматические симптомы (потливость, тики, головная боль). Он теряет способность к адаптации, стремится избегать новых ситуаций. А. М. Прихожан (2000, с. 98). отмечает, что «устойчивая тревожность формирует замкнутый круг — страх перед страхом, когда тревога становится самостоятельным источником напряжения». Опишем проявления тревожности в обобщенной форме (табл. 1).

Аспект	Содержание / Проявления	Психолого-педагогический комментарий
1. Поведенческие индикаторы тревожности	— Избегание общения с детьми и взрослыми — Снижение игровой активности — Заторможенность или гиперактивность — Частые капризы, уход в «тень»	Отражают внутреннее напряжение, трудности адаптации, стремление к психологической защите

2. Эмоциональные проявления	— Плаксивость, раздражительность — Чувство вины, неуверенность — Частые страхи, эмоциональные срывы — Зависимость от взрослого	Эмоции нестабильны, преобладают негативные переживания; ребёнок нуждается в поддержке и признании
3. Влияние тревожности на адаптацию	— Задержка установления контактов с детьми — Проблемы в совместной деятельности — Низкая включённость в учебно-игровой процесс — Чувство изоляции, «одиочество в группе»	Нарушается процесс социализации, формируется отверженность и трудности в интеграции в коллектив
4. Связь застенчивости и тревожности	— Замкнутость, страх инициативы — Отсутствие речи при контакте с незнакомыми людьми (мутизм) — Отказ от публичных заданий, праздников — Постоянная потребность в одобрении	Застенчивость может быть как формой проявления тревожности, так и её следствием; требует индивидуального подхода
5. Скрытые (латентные) формы	— Соматические жалобы без причины (живот, голова) — Нарушения сна, аппетита — Регрессия в поведении (детская речь, отказ от навыков)	Указывают на внутренние переживания, которые ребёнок не может выразить словами

Табл. 1. Формы и проявления тревожности у дошкольников в условиях детского сада

Представленные в **таблице 1** данные свидетельствуют о том, что тревожность у дошкольников проявляется на нескольких взаимосвязанных уровнях — поведенческом, эмоциональном, социально-адаптационном и соматическом. Каждый из этих уровней отражает скрытые переживания ребёнка, его чувствительность к оценке и потребность в психологической защите. Особое значение приобретает связь тревожности с застенчивостью, которая нередко выступает её внешней формой и приводит к снижению инициативности и коммуникативной активности. Выявленные характеристики подчёркивают необходимость системной психологической поддержки, направленной на развитие эмоциональной регуляции, укрепление самосознания и создание условий психологической безопасности в дошкольной образовательной среде (Карелина, 2004; Касаткина, 2016; Лаптева & Чертенкова, 2023; Пожиткина, и др., 2012).

Исследование было организовано на базе двух муниципальных дошкольных образовательных учреждений города Ташкента: № 486 и № 436, которые функционируют в режиме полного дня и ориентированы на гармоничное развитие личности ребёнка. В исследовании участвовали дети старшей и подготовительной групп, чей возраст варьировался от 5 до 7 лет. Всего в пилотном исследовании приняло участие 25 детей: 13 девочек и 12 мальчиков.

В качестве основных инструментов измерения ситуативной и личностной тревожности применялась методика Ч. Спилбергера — Ю. Л. Ханина, адаптированная для детей старшего дошкольного возраста, что позволило определить степень эмоционального напряжения в условиях ожидания выступления. Для выявления страхов ошибки, негативной оценки и неуверенности использовалась методика А. М. Прихожан, модифицированная под возрастные особенности детей 5–7 лет. Так же использовалась проективная рисуночная методика «Несуществующее животное» М. З. Дукаревич. Полученные результаты по всем методикам представлены в обобщенном виде в **таблице 2**.

Уровень тревожности	Методика Ч. Спилбергера — Ю. Л. Ханина		Методика А. М. Прихожан	Проективный тест М. З. Дукаревич
	Ситуативная тревожность	Личностная тревожность		
Высокий	40%	32%	36%	28%
Средний	44%	48%	48%	52%
Низкий	16%	20%	16%	20%

Табл. 2. Результаты исследования по трем методикам

Представленные в **таблице 2** результаты показывают отсутствие значимых статистических различий в результатах методик, что свидетельствует о достаточной их достоверности.

Анализ данных методики Ч. Спилбергера — Ю. Л. Ханина показал, что ситуативная тревожность выше личностной, что указывает на влияние факторов публичности, внимания взрослых и социальной оценки. Дети с высоким уровнем СТ часто демонстрировали:

- снижение речевой активности;
- затруднения установления зрительного контакта;
- скованность движений;
- отказ от участия в мини-выступлениях.

Методика А. М. Прихожан позволила выявить выраженность эмоциональной неустойчивости, застенчивости, страха ошибки и избегания социальных ситуаций. У 36% детей обнаружены выраженные признаки тревожности: избегание контакта, отказ от участия в играх и страх совершения ошибки. Большинство детей со средним уровнем демонстрировали нестойкие эмоциональные реакции и зависимость от оценки взрослого. Проективный рисуночный тест выявил повышенные показатели внутреннего напряжения и самооценки ребёнка. У детей с высоким уровнем внутреннего напряжения наблюдались:

- мелкая штриховка,
- колющие линии,
- маленький размер рисунка,
- отсутствие мимических деталей.

Анализ рисунков в рамках проективной методики «Несуществующее животное» выявил важный механизм тревожного поведения — недостаточную способность детей к самопринятию и выражению уверенности в символической форме. Признаки мелкой штриховки, колющие линии, уменьшенный размер изображения свидетельствуют о внутреннем напряжении, ощущении небезопасности и стремлении минимизировать свои проявления. Этот вывод находит подтверждение и в данных опроса воспитателей: большинство педагогов отмечают у тревожных детей избегание зрительного контакта, речевую скованность, выраженный страх совершить ошибку, а также склонность отказываться от участия в репетициях и групповых видах активности.

Проведённый анализ результатов по трём диагностическим методикам позволяет сделать вывод о том, что тревожность дошкольников носит комплексный, многокомпонентный характер и проявляется одновременно в эмоциональной, когнитивной и поведенческой сферах.

По данным методик Спилбергера–Ханина и А. М. Прихожан установлено,

что значительная часть детей демонстрирует повышенный уровень ситуативной и личностной тревожности, особенно в условиях ожидания оценки со стороны взрослых.

Результаты проективного теста «Несуществующее животное» подтвердили наличие скрытых форм тревожности, связанных с внутренним напряжением, сомнениями в себе и недостаточной эмоциональной устойчивостью.

Таким образом, полученные эмпирические данные подтверждают необходимость целенаправленной психологической поддержки, обеспечивающей снижение тревожности, развитие уверенности и формирование положительного опыта самовыражения в ситуациях нравственного выбора.

Важным компонентом такой работы может стать разработка профилактической программы, направленной на гармонизацию эмоционального состояния, укрепление уверенности и целенаправленное формирование у детей позитивного опыта взаимодействия со взрослыми и сверстниками в условиях игровой деятельности и режимных моментах.

Литература

Бреслав, Г. М., 1990. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. М.: Педагогика.

Вострецова, Н. С., 2017. «Факторы эмоционального неблагополучия как особенности развития личности дошкольника в условиях ДОУ.» Мир педагогики и психологии, № 4(9). <https://scipress.ru/pedagogy/releases/49-aprel-2017.html>.

Казначеева, В. А., 2021. «Связь стилей семейного воспитания с самооценкой и уровнем тревожности детей старшего дошкольного возраста.» Научные труды Московского гуманитарного университета, № 5. <https://cyberleninka.ru/article/n/svyaz-stiley-semeynogo-vospitaniya-s-samootsenkoy-i-urovнем-trevozhnosti-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta>.

Карелина, И. О., 2004. «Эмоциональные нарушения в дошкольном возрасте и их коррекция.» Ярославский педагогический вестник, № 1-2 (38). <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnye-narusheniya-v-doshkolnom-vozraste-i-ih-korreksiya-1>.

Касаткина, Е. В., 2016. Психологическая поддержка тревожных детей дошкольного возраста. М.: Академия.

Котова, С. А., Белоусова, М. В., 2018. «Проявление социальной тревожности и страхов у первоклассников.» В материалах X Российского форума с междун. уч. «Педиатрия Санкт-Петербурга: опыт, инновации, достижения», СПб., 86–91.

Лаптева, Ю. А., Чертенкова, Г. И., 2023. «Проявление тревожности у детей 4–7 лет.» Проблемы современного педагогического образования, № 79-3. <https://cyberleninka.ru/article/n/proyavlenie-trevozhnosti-u-detey-4-7-let>.

Левитов, Н. Д., 1969. Психическое состояние и деятельность человека. М.: Просвещение.

Мазурова, Н. В., Трофимова, Ю. А., 2013. «Взаимосвязь тревожности детей дошкольного возраста и стилей семейного воспитания.» Вопросы современной педиатрии, 12(3), 82–88.

Малкова, Е. Е., 2014. Тревожность и развитие личности в норме и при патологии: автореф. дис. докт. психол. наук: 19.00.04. Санкт-Петербург.

Павлова, Т. С., Холмогорова, А. Б., 2010. «Семейные факторы социальной тревожности у детей дошкольного возраста.» Дефектология, № 6, 30–38.

Пожиткина, Н. В., Савенок, Д. А., Папушина, А. В., 2012. «Анализ эмоционального благополучия дошкольника в контексте его психического здоровья.» Психология, социология и педагогика, № 6. <https://psychology.snauka.ru/2012/06/856>.

Прихожан, А. М., 2000. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. М.: НПО «Модек».

Смирнова, Е. О., 2014. Психология дошкольника. М.: Академия.

Соколова, Е. В., 2022. «Тревога как нарушение целостности: взгляд на феномен тревожности через призму гештальт-подхода.» Исследования молодых ученых: материалы XXX Междунар. науч. конф. (г. Казань, январь 2022 г.), 46–51.

Фрейд, З., 1991. «Торможение, симптом и страх.» Собрание сочинений, т. 6, 247–250.

Хужаматова, К., 2021. «Совершенствование социальных эмоциональных навыков дошкольников.» Общество и инновации, № 2(2/S), 583–590.

Lazarus, R. S., Folkman, S., 1984. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer.

Mansurovna, K. K., Ilkhamovna, F. N., 2020. «Theoretical Bases of Formation of Social Consciousness in Preschool Older Children.» European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences 8, no. 6. <https://www.idpublications.org/wp-content/uploads/2020/06/>.

References

Breslav, G. M. 1990. *Emotsionalnye osobennosti formirovaniya lichnosti v detstve* [Emotional Features of Personality Development in Childhood]. Moscow: Pedagogika. (In Russ.)

Freud, S. 1991. *Tormozhenie, simptom i strakh* [Inhibition, Symptom, and Fear]. *Sobranie sochineniy*, t. 6: 247–250. (In Russ.)

Karelina, I. O. 2004. *Emotsionalnye narusheniya v doshkolnom vozraste i ikh korrektsiya* [Emotional Disorders in Preschool Age and Their Correction]. *Yaroslavskiy pedagogicheskiy vestnik*, no. 1-2 (38). <https://cyberleninka.ru/article/n/emotsionalnye-narusheniya-v-doshkolnom-vozraste-i-ih-korreksiya-1>. (In Russ.)

Kasatkina, E. V. 2016. *Psikhologicheskaya podderzhka trevoznykh detey doshkolnogo vozrasta* [Psychological Support of Anxious Preschool Children]. Moscow: Akademiya. (In Russ.)

Kaznacheeva, V. A. 2021. *Svyaz stiley semeynogo vospitaniya s samootsenkoy i urovнем trevozhnosti detey starshego doshkolnogo vozrasta* [Relationship between Family Styles, Self-Esteem, and Anxiety Levels of Older Preschool Children]. *Nauchnye trudy Moskovskogo gumanitarnogo universiteta*, no. 5. <https://cyberleninka.ru/article/n/svyaz-stiley-semeynogo-vospitaniya-s-samootsenkoy-i-urovнем-trevozhnosti-detey-starshego-doshkolnogo-vozrasta>. (In Russ.)

Khuzhamatova, K. 2021. *Sovershenstvovanie sotsialnykh emotsionalnykh navykov doshkolnikov* [Improving Social-Emotional Skills in Preschoolers]. *Obshchestvo i innovatsii*, no. 2(2/S): 583–590. (In Russ.)

Kotova, S. A., and M. V. Belousova. 2018. *Proyavlenie sotsialnoy trevozhnosti i strakhov u pervoklassnikov* [Manifestation of Social Anxiety and Fears in First-Graders]. In *Materialy X Rossiyskogo foruma s mezhdun. uch. "Pediatriya Sankt-Peterburga: opyt, innovatsii, dostizheniya," 10–11 sentyabrya 2018 g.*, SPb, 86–91. (In Russ.)

Laпteva, Y. A., and G. I. Chertenko. 2023. *Proyavlenie trevozhnosti u detey 4–7 let* [Manifestation of Anxiety in Children Ages 4–7]. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya*, no. 79-3. <https://cyberleninka.ru/article/n/proyavlenie-trevozhnosti-u-detey-4-7-let>. (In Russ.)

Lazarus, R. S., and S. Folkman. 1984. Stress, Appraisal, and Coping. New York: Springer.

Levitov, N. D. 1969. *Psikhicheskoe sostoyanie i deyatelnost cheloveka* [Mental State and Human Activity]. Moscow: Prosveshchenie. (In Russ.)

Malkova, E. E. 2014. *Trevozhnost i razvitie lichnosti v norme i pri patologii* [Anxiety and Personality Development in Norm and Pathology]. Saint Petersburg. (In Russ.)

Mansurovna, K. K., and F. N. Ilkhamovna. 2020. Theoretical Bases of Formation of Social Consciousness in Preschool Older Children. *European Journal of Research and Reflection in Educational Sciences* 8, no. 6. <https://www.idpublications.org/wp-content/uploads/2020/06/>.

Mazurova, N. V., and Y. A. Trofimova. 2013. *Vzaimosvyaz trevozhnosti detey doshkolnogo vozrasta i stiley semeynogo vospitaniya* [Relationship of Anxiety in Preschool Children and Family Styles]. *Voprosy sovremennoi pediatrii* 12, no. 3: 82–88. (In Russ.)

Pavlova, T. S., and A. B. Kholmogorova. 2010. *Semeynnye faktory sotsialnoy trevozhnosti u detey doshkolnogo vozrasta* [Family Factors of Social Anxiety in Preschool Children]. *Defektologiya*, no. 6: 30–38. (In Russ.)

Pozhitkina, N. V., D. A. Savenok, and A. V. Papushina. 2012. *Analiz emotsionalnogo blagopoluchiya doshkolnika v kontekste ego psikhicheskogo zdorovya* [Analysis of Emotional Well-Being of Preschool Children in Context of Mental Health]. *Psikhologiya, sotsiologiya i pedagogika*, no. 6. <https://psychology.snauka.ru/2012/06/856>. (In Russ.)

Prikhojan, A. M. 2000. *Trevozhnost u detey i podrostkov: psikhologicheskaya priroda i vozrastnaya dinamika* [Anxiety in Children and Adolescents: Psychological Nature and Age Dynamics]. Moscow: NPO "Modek." (In Russ.)

Smirnova, E. O. 2014. *Psikhologiya doshkolnika* [Preschooler Psychology]. Moscow: Akademiya. (In Russ.)

Sokolova, E. V. 2022. *Trevoga kak narushenie tselostnosti: vzglyad na fenomen trevozhnosti cherez prizmu geshtalt-podhoda* [Anxiety as Integrity Disorder: View through the Gestalt Approach]. *Issledovaniya molodykh uchyonikh: materialy XXX Mezhdunar. nauch. konf.* (Kazan, January 2022): 46–51. (In Russ.)

Vostretsova, N. S. 2017. *Faktory emotsionalnogo neblagopoluchiya kak osobennosti razvitiya lichnosti doshkolnika v usloviyakh DOU* [Factors of Emotional Maladjustment as Features of Personality Development of Preschool Children in Early Education]. *Mir pedagogiki i psikhologii*, no. 4(9). <https://scipress.ru/pedagogy/releases/49-aprel-2017.html>. (In Russ.)