



Научно-исследовательский журнал «International Journal of Medicine and Psychology / Международный журнал медицины и психологии»

<https://ijmp.ru>

2025, Том 8, № 1 / 2025, Vol. 8, Iss. 1 <https://ijmp.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

УДК 159.9

<sup>1</sup> **Кречетов И.А.,**

<sup>1</sup> **Козьяков Р.В.,**

<sup>1</sup> *Московский инновационный университет*

## **Социальная среда семьи как фактор профилактики тревожности и страхов ребенка**

**Аннотация:** целью проведенного исследования является выявление взаимосвязи между особенностями семейной среды и уровнем тревожности у детей, а также определение факторов, способствующих возникновению страхов. В процессе исследования были поставлены задачи: анализ содержания семейного взаимодействия, изучение роли родительских типов воспитания, а также оценка влияния социальных и культурных аспектов на эмоциональное состояние детей.

В результате исследования было установлено, что социальная среда семьи, отношение к ребенку, имеют значительное влияние на психологическое благополучие ребенка.

Практическое применение результатов работы возможно в рамках разработки рекомендаций для родителей и специалистов в области психологии, направленных на создание благоприятной семейной среды, способствующей снижению уровня тревожности и страхов у детей. Также результаты могут быть использованы в образовательных учреждениях для подготовки тренингов и психологических программ, направленных на поддержку детей и их семей.

**Ключевые слова:** семейные отношения, социальная среда, семья, тревожность, гиперопека, потребности ребенка, младшие школьники

**Для цитирования:** Кречетов И.А., Козьяков Р.В. Социальная среда семьи как фактор профилактики тревожности и страхов ребенка // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Том 8. № 1. С. 167 – 173.

Поступила в редакцию: 2 ноября 2024 г.; Одобрена после рецензирования: 4 января 2025 г.; Принята к публикации: 10 февраля 2025 г.

<sup>1</sup> **Krechetov I.A.,**

<sup>1</sup> **Kozyakov R.V.,**

<sup>1</sup> *Moscow Innovation University*

## **The social environment of the family as a factor in the prevention of anxiety and fears of the child**

**Abstract:** the purpose of the study is to identify the relationship between the characteristics of the family environment and the level of anxiety in children, as well as to identify factors contributing to the emergence of fears. In the course of the research, the following tasks were set: analyzing the content of family interaction, studying the role of parental types of education, as well as assessing the impact of social and cultural aspects on the emotional state of children.

As a result of the study, it was found that the social environment of the family and the attitude towards the child have a significant impact on the psychological well-being of the child.

Practical application of the results of the work is possible within the framework of the development of recommendations for parents and specialists in the field of psychology aimed at creating a favorable family environment that helps reduce the level of anxiety and fears in children. The results can also be used in educational institutions to prepare trainings and psychological programs aimed at supporting children and their families.

**Keywords:** family relations, social environment, family, anxiety, overprotection, child's needs, primary school students

**For citation:** Krechetov I.A., Kozyakov R.V. The social environment of the family as a factor in the prevention of anxiety and fears of the child. International Journal of Medicine and Psychology. 2025. 8 (1). P. 167 – 173.

The article was submitted: November 2, 2024; Approved after reviewing: January 4, 2024; Accepted for publication: February 10, 2025

### Введение

В развитии личности большое значение имеет микросреда, социальный институт, в котором находится человек – ее специфика порождает определенные правила и закономерности, следуя которым личность развивается под определенным углом.

Таким образом, исследование влияния семейной среды на эмоциональное благополучие детей приобретает ключевое значение в свете роли семьи как первостепенного образовательного института. Через взаимодействие в семейном кругу ребенок приобретает первые социальные навыки. Уют и понимание в доме, как правило, благоприятно влияют на детский внутренний мир. Напротив, напряженность и конфликты могут вызывать у ребенка беспокойство и неуверенность.

Особая активность в развитии тревожности наблюдается в период начальной школы. В это время у детей формируется осознание социальной роли учащегося, что сопровождается ростом ответственности и новыми требованиями. Стабильная поддержка семьи в этот критический период чрезвычайно важна; ее отсутствие может стать фактором, закрепляющим тревожность в личностной структуре ребенка на фоне стресса.

Психологическое здоровье младшего поколения формируется под влиянием комплекса факторов, включая социально-экономические условия, экологическую обстановку, культурные традиции и психологический климат. Авторитетные психологи, в числе которых Л.И. Божович, А.А. Бодалев, В.С. Мухина и Т.А. Репина, подчеркивают, что дети как наиболее подверженная риску группа общества, особенно чувствительны к отрицательным воздействиям. Семья, создающая оптимальные условия для роста и развития положительных эмоций, может служить эффективным барьером против развития тревожных расстройств у детей.

### Материалы и методы исследований

Для исследования взаимосвязи между уровнем тревожности и семейных отношений было проведено исследование, охватывающее 37 учеников 2-3-х классов г. Москвы. Изучение отношений внутри семьи и определение степени тревожности у детей проводилось с помощью специализирован-

ных психологических инструментов. Ключевым инструментом для оценки семейных взаимоотношений послужил опросник, созданный Э.Г. Эйдемиллером и В.В. Юстицкисом, известный как «Анализ семейных взаимоотношений» (АСВ). Этот опросник охватывает различные аспекты динамики и прочности связи между родителями и детьми, а также между самими родителями.

Для измерения уровня тревожности у детей использовалась шкала тревожности, которую адаптировала А.М. Прихожан. Эта шкала позволяет оценить проявление тревожности на видимом уровне, что дает возможность выявить те ситуации и условия, которые могут провоцировать или усиливать тревогу у ребенка. Инструменты были применены для получения количественных данных, которые могут быть использованы в качестве основы для анализа текущего состояния и разработки коррекционных мер.

Опросник АСВ состоит из различных вопросов, которые позволяют получить сведения о способах воспитания ребенка.

Участники (в данном случае, родители) отвечают на вопросы, используя заданную шкалу (например, от «совершенно не согласен» до «совершенно согласен»). Результаты обрабатываются с целью выявления паттернов взаимодействия в семье и анализа воздействия семейных отношений на уровень тревожности и общее психоэмоциональное состояние детей.

Шкала явной тревожности, адаптированная А.М. Прихожан, включает в себя серию утверждений, где дети оценивают, как часто они испытывают те или иные чувства тревоги. Обычно шкала состоит из простых вопросов, которые легко воспринимаются детьми, и могут охватывать такие аспекты, как: общая тревожность в различных ситуациях (например, в школе, дома); физические проявления тревожности (например, учащенное сердцебиение, потливость); эмоциональные реакции на стрессовые ситуации.

Дети выбирают из предложенных вариантов (например, от «никогда» до «всегда»), что позволяет получить количественные данные о уровне их тревожности. Результаты могут быть проанализированы с использованием статисти-

ческих методов, что позволяет установить корреляции между тревожностью и другими факторами, например, семейными отношениями.

Теоретико-методологическую основу организации исследования составили работы следующих ученых: Н.В. Бойко [1]; Е.В. Гавриловой [2]; О.А. Евстафьевой, Р.В. Козьякова, Н.Р. Коро, С.В. Павлова, В.А. Шиманской [3]; И.А. Зимней [4]; А.П. Иванова [5]; Р. В. Козьякова [6; 7; 8; 9; 10]; Д.Ю. Михайловой [12]; С.К. Романова [12]; Л.А. Сидоровой [12].

### Результаты и обсуждения

В процессе проведения опросов среди родителей, основанных на применении методики «Анализ семейных взаимоотношений», обнаружено,

что 44% родителей склонны к гиперпротективному поведению. Такой стиль взаимодействия включает чрезмерную опеку и внимание к потребностям детей, выражающиеся в затрате значительных временных и эмоциональных ресурсов. Особенности этого подхода заключаются в ограничении самостоятельности детей, установлении избыточных ограничений и запретов. Результаты представлены на рис. 1.

Такой тип воспитания приводит к повышению уровня стремления ребенка к независимости, что в дальнейшем может вызывать резкие эмоциональные всплески и конфликты в подростковом возрасте.

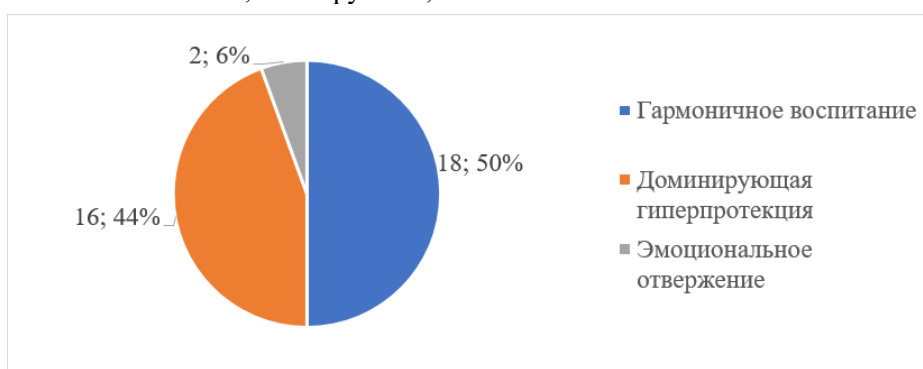


Рис. 1. Выявленные типы семейного воспитания по методике АСВ.

Fig. 1. Identified types of family education according to the ASV method.

Исследование показало, что у 6% родителей присутствует тенденция к эмоциональному отвержению, когда негативные аспекты жизни проецируются на ребенка, что он может и не осознавать. В таких случаях ребенок может чувствовать себя обузой для родителей, которые создают повышенный эмоциональный барьер между ними и собой. Одновременно, большинство родителей (50%) не продемонстрировали явных признаков неблагоприятных подходов в воспитании своих детей.

Тем не менее, исследование выявило опреде-

ленные нарушения в образе воспитания, которые стоит отметить. Эти нарушения касаются как тех родителей, которые проявляли гиперпротекцию, так и тех, у кого наблюдалась эмоциональная отчужденность, и даже тех, у кого неблагоприятные методы воспитания не были выражены явно. Эти результаты подчеркивают необходимость дальнейшего анализа и возможности корректировки подходов к воспитательному процессу. Данные представлены на рис. 2.

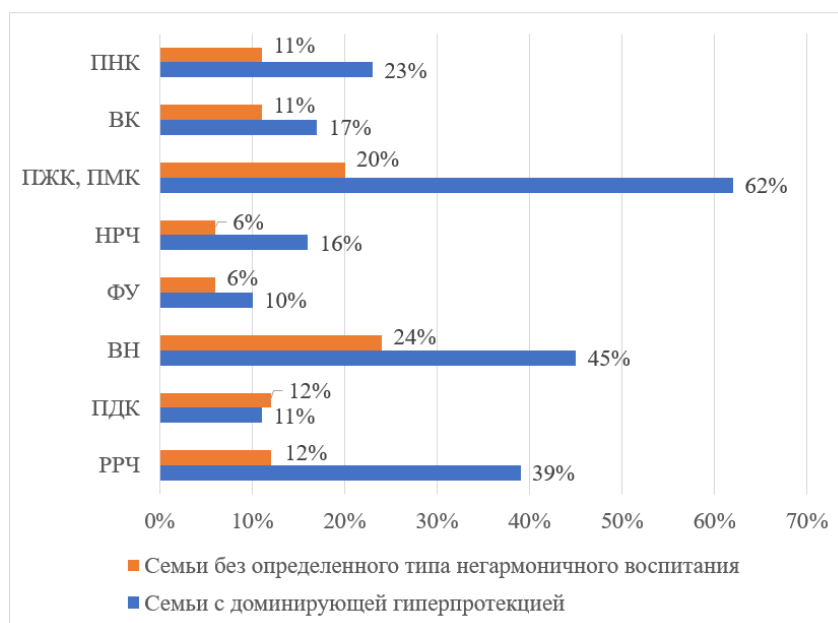


Рис. 2. Нарушения семейного воспитания, определенные по методике АСВ.

Fig. 2. Violations of family education, determined by the ASV method.

Результаты, отраженные на рис. 2, выявили значительную разницу между семьями, практикующими гиперпротекцию, и теми, где специфические нарушения в методах воспитания не были обнаружены, особенно это проявляется в показателях шкал для родительского поведения (РРЧ), предъявления жизненных требований (ПЖК) и контроль за межличностными взаимодействиями (ПМК), а также внимания к потребностям (ВН). Показания этих шкал значительно выше в гиперпротективных семьях, чем в тех, где отсутствуют нарушения в воспитании. В традиционных семьях также наблюдается умеренность показателей по шкалам семейного уклада (ФУ), неоправданной родительской строгости (НРЧ) и вмешательства в личный круг (ВК). Отметим, что семьи с эмоциональным отвержением выражали особенности по шкалам НРЧ, ВК и пренебрежения потребностями ребенка (ПНК), но эти данные не представлены визуально из-за меньшего их числа.

Исследование подчеркивало важность выявления характеристик воспитания, которые проявля-

лись в следующих показателях: гиперпротекция – 54%; дефицита требований и запретов 54%; избыточных требований и запретов 51%; низкий уровень применения санкций 41%. Наименьшая распространенность наблюдалась по шкалам игнорирования потребностей ребенка 8% и гипопротекции 3%.

Таким образом, наибольшее различие в данных наблюдается по шкалам гиперпротекции и чрезмерности требований, что является типичным для семей с преобладающей гиперпротекцией. Это усиливает проявления по данным шкалам. Менее заметно различие в показателях игнорирования потребностей на 16%, а недостаточности требований-запретов на 35%, а в семьях имеющих семьи, не отличающихся нарушением стиля воспитания, проявлялась недостаточность требований-запретов на 26%, а минимальное использование санкций на 23%.

В ходе проведенного нами теста по методике А.М. Прихожан, мы получили результаты, которые можно наблюдать на рис. 3.

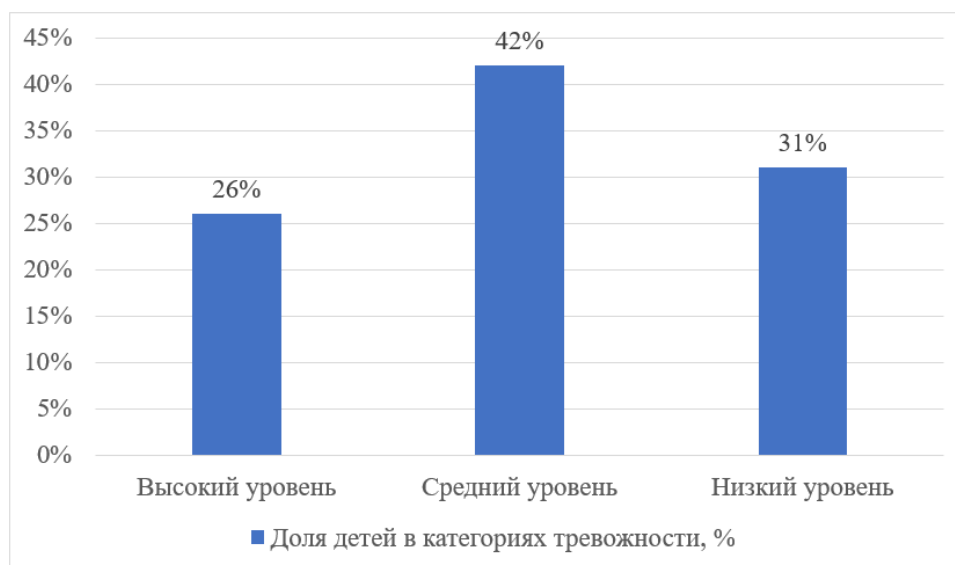


Рис. 3. Результаты исследования общего уровня тревожности по методике А.М. Прихожан.  
Fig. 3. Results of the study of the general level of anxiety using the method of A.M. Prikhodzhan.

Из нашего исследования следует, что тревожность среди детей распределена неоднородно: высокий уровень общей тревожности отмечен у 26% участников (10 детей), средний – у 42% (16 детей), и низкий – у 31% (11 детей). Важно отметить, что даже в случаях, когда общий показатель тревожности находится в пределах нормы, это не исключает возможности высоких значений по отдельным ее видам. Фактически, у шести детей наблюдались заниженные специфические тревожности, в частности, связанные с учебной деятельностью,

самооценкой, межличностными отношениями и магическими переживаниями, несмотря на нахождение общего уровня в нормативном диапазоне.

При интерпретации полученных данных учитывалась возрастная норма, так как у мальчиков и девочек разного возраста могут быть различные средние уровни тревожности. Каждый ребенок оценивался с учетом его уникальных личностных особенностей, что позволяло провести анализ более точно и в соответствии с индивидуальными характеристиками каждой личности (рис. 4).

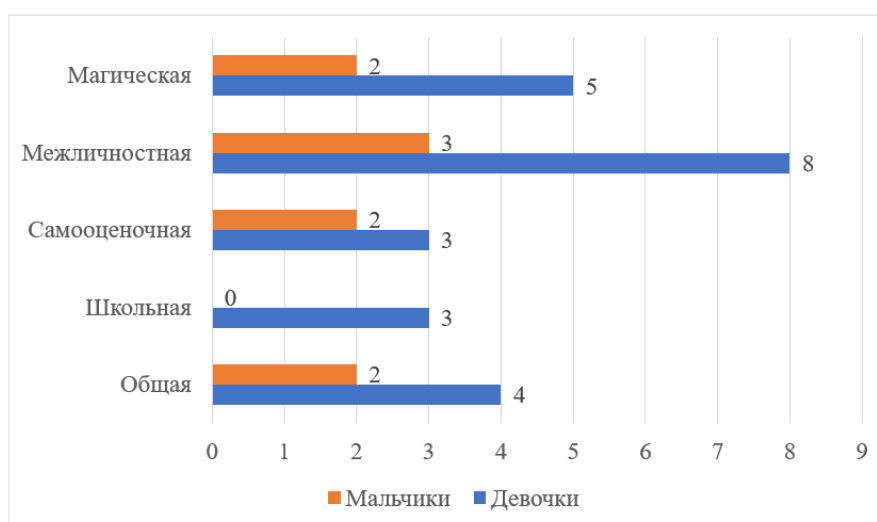


Рис. 4. Количество детей, имеющих высокий уровень тревожности.  
Fig. 4. Number of children with high levels of anxiety.

Анализ результатов проведенного исследования позволяет нам заключить, что уровень тревожности у девочек оказался выше, чем у мальчиков. Это может быть связано с большей эмоциональной открытостью и восприимчивостью дево-

чек, что проявляется себя, в частности, в их тревогах, связанных с межличностными отношениями. С другой стороны, мальчики склонны испытывать тревожность, связанную с физическими рисками, что отражается в более высоких показателях маги-

ческой тревожности. Возможно, это связано с детской верой в существование незримых угроз, например, мифических существ, которые, по их мнению, могут причинить вред или даже осуществить физическое насилие. Эти результаты подчеркивают различия в восприятии и переживаниях тревожности между полами и могут служить отправной точкой для разработки более тонких и целевых подходов к помощи детям в преодолении травмирующих переживаний.

### Выводы

Таким образом, говоря о роли социальной среды семьи в профилактике тревожности у детей, стоит заметить, что полученные данные свидетельствуют о значительной роли взаимоотношений в семье на тревожность детей младшего школьного возраста. Как показал анализ, 50% родителей адекватно относятся к своим детям, не проявляя гиперопеки и не отдаляясь эмоционально. Однако, несмотря на количество семей без каких-либо нарушений воспитательного процесса, низкий уровень тревожности все же отмечается даже не у половины детей, а всего у 31%, тогда как средний уровень тревожности выявлен у 42% детей.

Это может свидетельствовать о том, что, во-первых, ответы родителей не совпадают с ответами детей (родитель выдает в большей степени социально ориентированные ответы), либо в семьях присутствуют невыраженные нарушения, приближенные к норме, или же в целом младший школьник испытывает стресс по другим причинам, не связанным с атмосферой в семье (причинами могут быть аспекты школьной жизни, друзья и т.д.). Это также требует более глубокого исследования, индивидуально по каждой семье или по группам семей, выявляя уровень тревожности детей в каждой категории.

Если интерпретировать результаты более обобщенно, то количество семей без видимых нарушений в целом коррелирует с количеством детей со средним и низким уровнями тревожности, что свидетельствует о значительном влиянии социальной среды, сложившейся в семье, на психическое состояние ребенка младшего школьного возраста. Следовательно, работа по профилактике тревожности должна строиться комплексно, с обязательным участием семьи в этом процессе.

### Список источников

1. Бойко Н.В. Социальная среда и её влияние на формирование страхов у детей // Психология и образование. 2020. № 3. С. 45 – 51.
2. Гаврилова Е.В. Роль семьи в формировании эмоционального здоровья ребенка // Социальная работа в России. 2021. Т. 15. № 2. С. 22 – 29.
3. Евстафьева О.А., Козьяков Р.В., Коро Н.Р., Павлов С.В., Шиманская В.А. Психофизиология профессиональной деятельности. М, 2023. 420 с.
4. Зимняя И.А. Психология детской тревожности. Екатеринбург: Урал.ун-т, 2020. 208 с.
5. Иванов А.П. Семья как фактор формирования тревожности у детей // Вопросы психологии. 2023. № 4. С. 78 – 85.
6. Козьяков Р.В. Исторические аспекты продуктивности профессионального креативного мышления // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования. 2024. Т. 13. № 4-1. С. 59 – 70.
7. Козьяков Р.В. Исторический анализ смыслового компонента профессионального креативного мышления // International Journal of Medicine and Psychology. 2024. Т. 7. № 4. С. 234 – 240.
8. Козьяков Р.В. Концепции креативного мышления и основные подходы к его изучению // Современная зарубежная психология. 2022. Т. 11. № 4. С. 117 – 126.
9. Козьяков Р.В. Профессиональное креативное мышление личности на современном этапе развития общества // Человеческий капитал. 2022. № 12-1 (168). С. 144 – 155.
10. Козьяков Р.В. Теоретические основы развития профессионального креативного мышления в современном обществе // International Journal of Medicine and Psychology. 2024. Т. 7. № 4. С. 167 – 173.
11. Михайлова Д.Ю. Влияние семейной атмосферы на уровень тревожности у подростков // Журнал практической психологии. 2022. № 1. С. 33 – 40.
12. Романов С.К. Психосоциальные аспекты тревожности у детей в условиях семейного воспитания // Психологические исследования. 2019. Т. 12. № 5. С. 19 – 27.
13. Сидорова Л.А. Особенности формирования страхов у детей в зависимости от типа семьи // Научный вестник. 2023. Т. 18. № 3. С. 58 – 66.

### References

1. Boyko N.V. Social environment and its influence on the formation of fears in children. *Psychology and education*. 2020. No. 3. P. 45 – 51.
2. Gavrilova E.V. The role of the family in the formation of the child's emotional health. *Social work in Russia*. 2021. Vol. 15. No. 2. P. 22 – 29.
3. Evstafieva O.A., Kozyakov R.V., Koro N.R., Pavlov S.V., Shimanskaya V.A. *Psychophysiology of professional activity*. M., 2023. 420 p.
4. Zimnyaya I.A. *Psychology of childhood anxiety*. Ekaterinburg: Ural University, 2020. 208 p.
5. Ivanov A.P. Family as a factor in the formation of anxiety in children. *Questions of Psychology*. 2023. No. 4. P. 78 – 85.
6. Kozyakov R.V. Historical aspects of the productivity of professional creative thinking. *Psychology. Historical and critical reviews and modern research*. 2024. Vol. 13. No. 4-1. P. 59 – 70.
7. Kozyakov R.V. Historical analysis of the semantic component of professional creative thinking. *International Journal of Medicine and Psychology*. 2024. Vol. 7. No. 4. P. 234 – 240.
8. Kozyakov R.V. Concepts of creative thinking and the main approaches to its study. *Modern foreign psychology*. 2022. Vol. 11. No. 4. P. 117 – 126.
9. Kozyakov R.V. Professional creative thinking of an individual at the current stage of social development. *Human capital*. 2022. No. 12-1 (168). P. 144 – 155.
10. Kozyakov R.V. Theoretical foundations for the development of professional creative thinking in modern society. *International Journal of Medicine and Psychology*. 2024. Vol. 7. No. 4. P. 167 – 173.
11. Mikhailova D.Yu. The influence of family atmosphere on the level of anxiety in adolescents. *Journal of Practical Psychology*. 2022. No. 1. P. 33 – 40.
12. Romanov S.K. Psychosocial aspects of anxiety in children in the context of family education. *Psychological research*. 2019. Vol. 12. No. 5. P. 19 – 27.
13. Sidorova L.A. Features of the formation of fears in children depending on the type of family. *Scientific Bulletin*. 2023. Vol. 18. No. 3. P. 58 – 66.

### Информация об авторах

**Кречетов И.А.**, аспирант, Московский инновационный университет

**Козьяков Р.В.**, кандидат психологических наук, доцент, Московский инновационный университет, [kozyakovroman@yandex.ru](mailto:kozyakovroman@yandex.ru)

© Кречетов И.А., Козьяков Р.В., 2025