

**Исследование стратегий снижения тревожности среди современных родителей в период
перехода детей от дошкольного к школьному образованию**

Юэфэн Сунь

Ассистент кафедры

Чанчуньский университет Гуанхуа

Чанчунь, Китай

617010382@qq.com

ORCID 0000-0000-0000-0000

Поступила в редакцию 07.02.2025

Принята 29.03.2025

Опубликована 30.04.2025

УДК 37.145.2:155.36

DOI 10.25726/s3315-4563-1087-1

EDN QYBJTR

БАК 5.8.2. Теория и методика обучения и воспитания (по областям и уровням образования)
(педагогические науки)

OECD 05.03.HB. EDUCATION, SCIENTIFIC DISCIPLINES

Аннотация

Статья посвящена актуальной проблеме – преодолению тревожности среди родителей, которая возникает по поводу поступления ребенка в первый класс. Сравнены методы, принятые в западной и китайской литературе, которые характеризуют понимание данного явления. Автором проведено анкетирование, направленное на выявление взаимосвязи между полом, возрастом, местом жительства китайских родителей школьников 6-7 лет и принятыми ими методами преодоления тревожных мыслей. В нее вошли 12 вопросов, которые касались социально-демографических данных семьи, а также специфики родительского поведения в связи с переходом детей к школьному образованию. Опрос был реализован на базе китайской социальной сети – «WeChat». Было выяснено, что многие из них прибегают к применению проблемно-ориентированных стратегий копинга, например, тщательное планирование действий, подавление негативных переживаний, позитивное самовнушение. Меньше всего они стремятся винить себя в проблемах, так как на их плечи возложена большая ответственность.

Ключевые слова

стратегии снижения тревожности, стресс, негативные мысли, страх, поступление детей в школу, родительское воспитание.

Публикация подготовлена в рамках научного проекта «Исследование стратегий снижения тревожности родителей нового поколения на этапе перехода от детского сада к школе в контексте "Политики снижения внешкольной нагрузки на учащихся и доли дополнительного образования"». Проект общего фонда научных исследований Чанчуньского университета Гуанхуа, номер проекта: QNXS202515.

Введение

Тревожность является неотъемлемой частью повседневной жизни каждого человека. Особенно ярко она проявляется среди родителей. В частности, поступление ребенка в первый класс – это сложное событие, которое порой превосходит их адаптационные возможности. Негативные мысли проявляются на каждом этапе развития детей: от выбора продуктов в магазине (а вдруг аллергия?) до беспокойства о том, как ребенок проведет день в детском саду (успеет ли адаптироваться к новому учителю? не будет

ли плакать? не замкнется ли в себе?). Они также сопровождаются повышенной раздражительностью, бессонницей и головными болями (Камзина, 2016).

К тому же в последние годы в китайском обществе усилилась дискуссия по вопросу «готовности детей к школе» как важной междисциплинарной проблемы образовательной практики. В связи с введением обязательных подготовительных классов в дошкольное образование и необходимостью посещения школы с 6 лет педагоги пытаются выявить наилучшие методы подготовки ребенка к эффективному функционированию в школьной среде.

Теоретический анализ литературы показывает, что дети чувствуют переживания родителей, даже если те пытаются их подавить. В результате случается так, что они ругаются со сверстниками, и как следствие, получают плохие оценки. В новой обстановке они должны не только привыкнуть к систематическим занятиям физическими упражнениями, но и научиться соблюдать установленные правила поведения, и проявлять устойчивость к стрессам, возникающим в различных условиях школьной жизни (Янь, 2025).

Цель исследования – проанализировать существующие методы преодоления тревожных мыслей среди родителей, которые возникают по поводу поступления ребенка в первый класс.

Материалы и методы исследования

В качестве основных методов исследования были выбраны:

- анализ и синтез литературных источников в рамках изучения существующих подходов к понятию «тревожность»;
- сравнение точек зрения западных и восточных авторов;
- анкетирование в процессе изучения мнения респондентов на тему частоты возникновения тревожных мыслей среди родителей относительно образовательных вопросов;
- шкала-опросник CES-D для понимания психологических состояний китайских родителей;
- дисперсионный анализ для взаимосвязи ряда социально-демографических характеристик и тревожности.

Материалом исследования послужили данные, полученные в рамках проведенного анкетирования среди китайских родителей.

Результаты и обсуждение

Большинство китайских авторов, таких как Чэнь Айхуа, сходятся во мнении о том, что под термином «тревожность» подразумевается эмоциональное состояние, характеризующееся чувством дискомфорта, неуверенностью в себе, предчувствием возможной опасности, а также многими физиологическими изменениями (например, учащенное сердцебиение и повышенное артериальное давление) (Чэнь, 2025). Аналогичного мнения придерживаются Чанг Руо Мин и Ван Синьжу (Чанг, 2021).

Некоторые исследователи ассоциируют явление со страхом (Сухарева, 2018). Однако между ними можно выявить фундаментальные различия; например, это было реализовано в научных трудах К.Р. Сидорова (Сидоров, 2013), а также Е.Ф. Куземиной и Е.В. Косивченко (Куземина, 2023). Они пришли к мысли о том, что страх возникает, когда существует реальная угроза, которая может причинить потенциальный вред, тогда как тревога возникает, когда опасность невозможно точно определить, она связана с воображаемыми ситуациями, которые могут произойти в будущем.

В западном мире представлены аналогичные подходы к пониманию рассматриваемого понятия. По мнению З. Фрейда, тревога – это чувство опасности, которое призвано мобилизовать человеческий организм, чтобы действовать, то есть атаковать, защищаться или бежать (Freud, 1926). Как считает А.С. Заворуева, «человек ищет любой объект для того, чтобы преобразовать невротическую тревогу в нормальный страх, так как его побороть намного легче, чем необъяснимую тревогу» (Заворуева, 2007). К. Хорни считает, что тревога подразумевает под собой чувство беспомощности, основанное на ранних взаимоотношениях ребенка с родителем (Хорни, 1997).

Как считает В.В. Старовойтов, она обусловлена попытками найти компромиссное решение конфликта разнонаправленных тенденций (Старовойтов, 2015).

Для проверки вышеупомянутых тезисов было проведено анкетирование на базе китайской популярной социальной сети – «WeChat». В исследуемую группу вошли 102 человека, находящихся в противоречивых чувствах в связи с поступлением ребенка в первый класс: неуверенность в выборе школы, желание защитить от возможных проблем со сверстниками и др.

В результате было выявлено, что среди опрошенных преобладали женщины (69,6%); большинство респондентов имеют возраст 31-40 лет (42,16%; $n = 43$), меньше всего – старше 40 лет (18,63%; $n = 19$). Из числа участников опроса 53,92% проживали в городской местности, остальные (46,08%) – в деревнях и селах.

В процессе проведенного исследования использовалась самостоятельно разработанная анкета, содержащая 12 вопросов, которые касались социально-демографических данных семьи, а также специфики родительского поведения в связи с переходом детей к школьному образованию. Большую значимость также приобрела шкала-опросник CES-D, адаптированная к текущим реалиям функционирования китайского общества. Во время анализа применялся t -критерий Стьюдента; результаты считались статистически значимыми при $p \leq 0,05$.

В результате было выяснено, что степень проявления гнева среди респондентов можно охарактеризовать как среднюю ($x = 16,97$); стандартное отклонение равно 5,78, а медиана равняется 16. Аналогично, индекс контроля тревожно-депрессивных эмоций составляет в среднем 18,42 (стандартное отклонение – 5,68, медиана – 18). Максимальное количество баллов по отдельным подшкалам составило 28. В изучаемой группе респондентов уровень тревожности был оценен как достаточно высокий (об этом свидетельствуют $x = 19,93$; стандартное отклонение – 6,11; медиана – 19). Показатель контроля над отрицательными эмоциями можно представить как средний. Полученные результаты проведенного анализа представлены на рисунке 1.

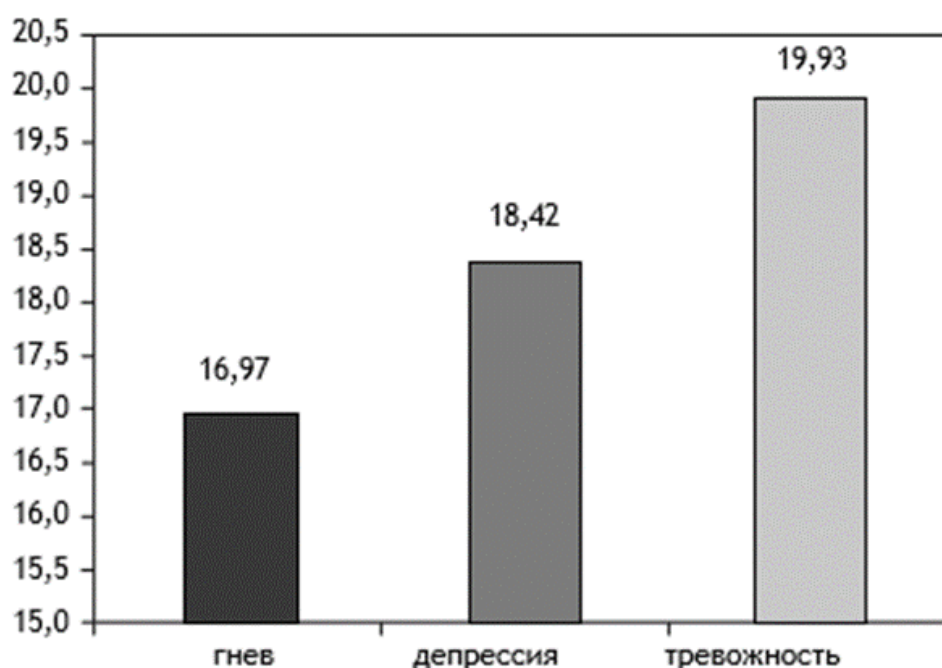


Рисунок 1. Средние баллы по подшкалам гнева, депрессии и тревожности в контексте проведенного опроса.

Источник: составлено автором самостоятельно на основании результатов анкетирования.

При изучении способов выражения гнева в исследуемой группе было выявлено, что 25,49% ($n=26$) респондентов практически никогда не подавляли это чувство. Остальные (29,41%) отмечали, что чувствовали подобное, но старались не проявлять его. Большая часть опрошенных, а именно 30,39% не испытывали его на постоянной основе.

Что касается ключевых способов выражения депрессивных эмоций, то многие родители практически всегда показывали окружающим то, что они чувствовали (а именно 40,21%, $n=41$), однако остальные скрывали свои истинные эмоциональные переживания ($n=31$). По способам проявления страха получены следующие результаты: 35,29% ($n=36$) практически всегда подавляли свой испуг. В противовес, 47,06% ($n = 48$) почти всегда показывали то, что они чувствовали; такое же количество респондентов делились всей информацией с другими людьми (семьей, близкими друзьями, собеседниками на интернет-форумах); 39,22% ($n = 40$) почти всегда честны с окружающими.

Положительная корреляция наблюдалась между возникновением тревожности и возрастом респондентов. Чем они старше и опытнее, тем больше склонны предвидеть потенциальные трудности; в то же время для них характерны большие переживания относительно образовательных вопросов, возможно, из-за накопленного негативного опыта (например, связанного с образованием старших детей) и более высоких ожиданий от системы образования, как представлено в таблице 1. Можно предположить, что они оценивают происходящее с точки зрения «уместного» и «неуместного».

Таблица 1. Взаимосвязь между тревожностью и возрастом респондентов

Шкала	Возраст	Количество баллов		Дисперсионный анализ
		Средний показатель	Стандартное отклонение	
Шкала-опросник CES-D	22-30 лет	18,1	7,37	$f = 3,413$ $p = 0,024$
	31-40 лет	21,8	6,51	
	старше 40 лет	22,3	5,4	

Источник: составлено автором самостоятельно на основании результатов анкетирования.

Возникновение различных страхов и их последующее утихание является частью правильного развития ребенка, поскольку помогает ему адаптироваться к новым ситуациям, которые ожидают его в дальнейшей жизни (Бирина, 2022). У детей дошкольного возраста источниками страха могут быть животные, некоторые люди, например, полицейские или почтальоны, а также разлука с родителями. Индивиды школьного возраста испытывают страхи, связанные с учебными ситуациями (дисциплина, например, страх опоздать в школу), а также с потребностью в принятии со стороны окружающих. Дети беспокоятся о том, справятся ли они с нагрузкой и оправдают ли ожидания своих родителей. С увеличением частоты просмотра различных программ по телевизору появляется страх перед плохими людьми: грабителями, похитителями, убийцами. К сожалению, иногда они не исчезают, а перерастают в тревожные расстройства (Бреслав, 1990).

Наблюдается тенденция взаимозависимости проявления тревожного поведения и половой принадлежности: матери часто больше беспокоятся о эмоциональном благополучии ребенка, его адаптации в новом коллективе, его комфорте. Сюда же относится успеваемость ребенка. Они склонны обсуждать собственные чувства с окружающими людьми, относясь к проблеме открыто. Отцы же страдают от негативных мыслей по поводу финансовых аспектов системы образования (например, стоимость обучения), а также тревожатся из-за потенциального будущего своего чада. Для них характерно скрытое выражение эмоций, что становится понятно из таблицы 2.

Таблица 2. Взаимосвязь между тревожностью и полом респондентов

Шкала	Пол	Количество баллов		Дисперсионный анализ
		Средний показатель	Стандартное отклонение	
Шкала-опросник CES-D	Женщины	22,7	5,8	$t = 2,009$ $p = 0,047$
	Мужчины	20,1	7,16	

Источник: составлено автором самостоятельно на основании результатов анкетирования.

Выявленные результаты также обусловлены различиями в гендерной идентификации и стилях преодоления трудностей. В частности, Янь Вэй указывает на другую причину такого поведения отцов: желание найти убежище в работе и стремление дистанцироваться от стресса (Янь, 2025).

Следует иметь в виду, что невыраженные, долго скрывааемые эмоции могут стать причиной невротических расстройств и психосоматических заболеваний. Поэтому был использован опросник, созданный В. Янке и Г. Эрдманн (Janke, 2002). Его создали для самонаблюдения, позволяющего фиксировать изменчивость способов, при помощи которых человек пытается справиться со стрессовыми ситуациями. По мнению авторов, подобные методы относительно стабильны с течением времени, независимы от происходящих событий, от типа реакции на стресс. Всего в нем содержится 78 вопросов, оценивающих поведение человека в различных стрессовых ситуациях. Все пункты формулируются в форме утверждения: «Когда я обижен, внутренне расстроен или огорчен чем-то, или кем-то...», которое затем дополняется конкретным способом реагирования, например: «...Я собираюсь навестить хороших друзей или знакомых». Задача испытуемого – выразить степень согласия с данными утверждениями по пятибалльной шкале. Они разделены на тринадцать подпунктов: недооценка, отрицание вины, отвлечение, замещающее удовлетворение, контроль ситуации, контроль реакции, положительное самовнушение, потребность в социальной поддержке, избегание, склонность к побегу, настойчивость, смирение и самообвинение. Их можно найти в таблице 3. Ранее опросник применялся лишь в случае исследования профессионального выгорания медсестер (Леонов, 2023).

Таблица 3. Описание подпунктов шкалы В. Янке и Г. Эрдманн

Аббревиатура	Название подпункта	Характеристика
Позитивные стратегии		
ПОЗ-1	недооценка	недостаточное осознание значимости стрессовой ситуации
	отрицание вины	снятие с себя ответственности за реализованные поступки
ПОЗ-2	отвлечение	переключение внимания на другой род деятельности
	замещающее удовлетворение	перенос внимания на другие стимулы удовольствия
ПОЗ-3	контроль ситуации	тщательное планирование мер
	контроль реакции	усиленное подавление негативных переживаний
	положительное самовнушение	поиск достоинств в происходящих событиях
ПОЗ-4	потребность в социальной поддержке	поиск поддержки со стороны других людей
Негативные стратегии		
НЕГ	избегание	стремление избегать повторения негативных ситуаций в будущем
	склонность к побегу	желание уйти в эскапизм
	настойчивость	излишнее заикливание на проблеме
	смирение	полное принятие происходящего
	самообвинение	излишний укор самого себя

Источник: составлено автором на основании научных трудов В. Янке и Г. Эрдманн (Janke, 2002).

Подобные характеристики были также применены по отношению к китайским респондентам. Полученные результаты представлены в таблице 4.

Таблица 4. Стратегии управления стрессом, принятые среди китайских родителей

Стратегия переживания	Средний показатель	Стандартное отклонение
тревожности		
недооценка	12,36	4
отрицание вины	12,31	3,29
отвлечение	12,43	2,8
замещающее удовлетворение	10,86	2,81
контроль ситуации	16,5	2,3
контроль реакции	15,4	2,04
положительное самовнушение	15,57	2,07
потребность в социальной поддержке	11,74	4,37
недооценка	12,36	2
избегание	8,86	3,2
склонность к побегу	8,39	3,29
настойчивость	7,26	4,91
смирение	8,09	2,97

Источник: составлено автором самостоятельно на основании результатов анкетирования.

Исходя из данных, представленных в таблице 4, многие респонденты чаще всего используют проблемно-ориентированные стратегии копинга (контроль ситуации, контроль реакций, позитивное самовнушение), чем стратегии избегания и капитуляции. Меньше всего они стремятся винить себя в проблемах, а также не уходят в эскапизм, так как на их плечи положена большая ответственность.

Поэтому, чтобы преодолеть тревожные мысли родителей, как в дошкольных, так и в школьных учреждениях, можно сформулировать ряд мер. В первую очередь, рекомендуется вести учет успеваемости детей с помощью диагностических карт и портфолио. По мнению В. Н. Фролова, туда стоит включить следующие данные: «личностные качества, увлечения, хобби, учебные достижения, факт участия во внеклассной деятельности, интерес к занятиям спортом» (Фролов, 2014). Иногда тревожность приводит к снижению концентрации внимания, а также к появлению стремления уйти в эскапизм. Наилучших результатов в беседах с такими родителями можно добиться, многократно повторяя информацию во время последующих встреч (записывая наиболее важную информацию, например, касающуюся проведения внеклассных мероприятий).

По мнению Цзян Чэньсао, Ван Сяочань и Ху Ляньфэн, большое внимание стоит уделять становлению здоровой самооценки собственного ребенка (Цзян, 2025). Этому будет способствовать, в том числе, целенаправленная подготовка по всем направлениям школьного обучения. Дети должны знать свои возможности, соответствующие их возрасту, стремиться к хорошим результатам, а не сравнивать себя с другими. Важно также оградить ребенка от негативного влияния сверстников, которые могут обесценивать его достижения. Соблюдение определенного времени отхода ко сну, отдыха после школы, выполнения домашнего задания позволяют сформировать долгосрочные привычки.

Фан Лэй и Чэнь Цзывэй напоминают о том, что большинство детей ждут первой школьной линейки с нетерпением (Фан, 2025). Ими же выделены следующие методы борьбы с тревогой:

- рационализация, когда человек бессознательно придумывает некие рациональные причины, которые в его глазах объясняют течение происходящих событий. В результате уменьшается чувство беспомощности, поскольку, когда внутренний страх трансформируется в страх перед чем-то внешним, человек может бороться с угрозой;

- отрицание существования страхов, то есть подавление. В результате тревога выражается через другие реакции организма, которые, казалось бы, не имеют ничего общего с данным состоянием, например, озноб, потливость, одышка, учащенное сердцебиение, рвота, диарея;
- употребление опьяняющих веществ, снижающих тревожное напряжение, например, алкоголь, а также избыточный сон;
- избегание мыслей, вызывающих тревожные реакции. Оно принимает две формы: во-первых, избегание выполнения деятельности, вызывающей негативные мысли; во-вторых, проявление реакции торможения – она заключается в неспособности думать или делать что-то, что может вызвать тревогу.

Наконец, большую пользу в преодолении родительской тревожности принесут инструменты проблемно-ориентированного копинг-преодоления. В случае родителей, переживающих за своих детей, можно порекомендовать посещать тренинги, презентующие вопросы детской психологии, что позволит повысить уверенность в собственных силах. Они также могут регулярно общаться с учителями, администрацией школы и другими родителями, чтобы быть в курсе происходящего и своевременно реагировать на возникающие события. Сюда же относится возможность общения с людьми, переживающими аналогичные состояния, но только в интернет-пространстве. Например, в социальных сетях. Г.С. Човдырова и О.А. Пяткина подчеркивают их ценность в своих научных трудах (Човдырова, 2021).

Заключение

Анализ результатов проведенного исследования показал, что для родителей характерны средние уровни тревожности, депрессии и агрессии, что связано с определенными особенностями периода перехода ребенка к школьному образованию, такими как изменение распорядка дня и увеличение финансовых затрат, а также беспокойством за процесс его адаптации к коллективу. Это согласуется с научными трудами китайских авторов, указывающих на тесную связь между поступлением детей в первый класс и возникновением негативных эмоций у родителей, например, аналогичную точку зрения имеет Сюй Чжуанминь (Сюй, 2024).

Было выяснено, что социально-демографические переменные, такие как возраст, пол и место жительства родителей, напрямую связаны с уровнем контроля над негативными эмоциями. Мужчины лучше контролируют тревожные мысли, чем женщины, – такая ситуация связана с устоявшимися стереотипами о представителях мужского пола как о сильных, смелых не испытывающих страха даже в сложных ситуациях.

В качестве перспектив дальнейшего исследования можно наметить поиск причин возникновения родительской тревожности, а также ее взаимосвязи с принятым стилем воспитания.

Список литературы

1. Бирина Е.Р., Гордеева В.В. Причины появления детских страхов, их виды и пути преодоления // Вестник Пензенского государственного университета. 2022. № 3. С. 9-12.
2. Бреслав Г. М. Эмоциональные особенности формирования личности в детстве. Норма и отклонения: уч. пос. М.: Педагогика, 1990. 144 с.
3. Заворуева А.С. Психологические и социально-философские аспекты феноменов тревоги и страха (от Фрейда до Мадди) // Вестник РГГУ. 2007. № 2. С. 101-111.
4. Камзина О.А. Взаимосвязь родительской тревожности и родительской компетентности, обусловленной социальными ожиданиями // Социальные явления. 2016. № 4. С. 55-60.
5. Куземина Е.Ф., Косивченко Е.В. Страх и тревога: философские проблемы существования человека // Общество: философия, история, культура. 2023. №10. С. 65-71.
6. Леонов И.И. Преодоление стрессовых ситуаций и профессиональное выгорание у медицинских сестер: анализ сети // Известия Саратовского университета. 2023. № 4. С. 336-347.
7. Сидоров К.Р. Тревожность как психологический феномен // Вестник Удмуртского университета. 2013. № 2. С. 42-52.

8. Старовойтов В.В. Тревога и способы ее преодоления // История философии. 2015. №20. С. 151-168.
9. Сухарева Н.В. Тревозность, тревога, страх: соотношение понятий // Теория и практика современной науки. 2018. № 5. С. 813-816.
10. Сюй Ч. Анализ стратегий преодоления образовательной тревожности у родителей в период перехода от дошкольного к начальному образованию // Исследования в области преподавания в начальной школе. 2024. № 32. С. 94-96.
11. Фан Л., Чэнь Ц. Теоретическая основа, дилемма и путь действия сообщества, осуществляющего переход от дошкольного образования к начальной школе // Журнал колледжа повышения квалификации учителей провинции Хэйлунцзян. 2025. № 4. С. 130-133.
12. Фролов В.Н. Диагностическая карта учащегося как средство непрерывного педагогического мониторинга // Вестник Казанского технологического университета. 2014. № 17. С. 338-340.
13. Хорни К. Наши внутренние конфликты. М.: Смысл, 1997. 235 с.
14. Цзян Ч., Ван С., Ху Л. Взаимосвязь между психологическим стрессом у детей и тревожностью родителей в период перехода от детского сада к начальной школе // Журнал Чэндуского педагогического университета. 2025. № 41. С. 49-62.
15. Чанг Р.М., Ван С. Текущее положение родителей, страдающих от негативных мыслей // Журнал Фуцзяньского педагогического университета. 2021. № 1. С. 10-19.
16. Човдырова Г.С., Пяткина О.А. Копинг-стратегии личности при адаптации к стрессу // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2021. № 26. С. 41-47.
17. Чэнь А. Построение многомерной модели готовности к школе и налаживание связи между детским садом и начальной школой // Педагог. 2025. № 7. С. 63-65.
18. Янь В. Формирование и разрешение тревожности родителей в период перехода от детского сада к начальной школе // Мама и малыш. 2025. № 1. С. 117-121.
19. Freud S. Inhibitions, symptoms and anxiety. L: Hogarth, 1926. 175 p.
20. Janke W., Erdmann G., Kallus K. W. Stress Management questionnaire with SVF120 and SVF 78. Göttingen: Hogrefe, 2002. 97 p.

A study of strategies for reducing anxiety about educational issues among modern parents during the transition of children from preschool to school education

Yuefeng Sun

Assistant of the Department
Changchun Guanghua University
Changchun, China
617010382@qq.com
ORCID 0000-0000-0000-0000

Received 27.03.2023

Accepted 01.04.2023

Published 15.05.2023

UDC 37.145.2:155.36

DOI 10.25726/s3315-4563-1087-I

EDN QYBJTR

VAK 5.8.2. Theory and methodology of teaching and upbringing (by fields and levels of education) (pedagogical sciences)

OECD 05.03.HB. EDUCATION, SCIENTIFIC DISCIPLINES

Abstract

The article is devoted to an urgent problem – overcoming anxiety among parents, which arises about the child's admission to the first grade. The methods adopted in Western and Chinese literature that characterize the understanding of this phenomenon are compared. The author conducted a survey aimed at identifying the relationship between the gender, age, place of residence of Chinese parents of schoolchildren aged 6-7 and the methods they adopted to overcome anxious thoughts. It included 12 questions that dealt with the socio-demographic data of the family, as well as the specifics of parental behavior in connection with the transition of children to school education. The survey was implemented on the basis of the Chinese social network WeChat. It was found out that many of them resort to the use of problem-oriented coping strategies, for example, careful planning of actions, suppression of negative experiences, positive self-suggestion. The last thing they want to do is blame themselves for problems, because they have a lot of responsibility on their shoulders.

Keywords

strategies for reducing anxiety, stress, negative thoughts, fear, children's admission to school, parenting.

Publication prepared as part of the research project "Investigation of strategies for reducing anxiety among new-generation parents during the transition from kindergarten to school in the context of the 'Policy for reducing extracurricular workload on students and the share of additional education'." This is a project of the General Research Fund of Guanghua Changchun University, project number: QNXS202515.

References

1. Birina E.R., Gordeeva V.V. The causes of childhood fears, their types and ways of overcoming // Penza State University bulletin. 2022. № 3. pp. 9-12.
2. Breslav G. M. Emotional features of personality formation in childhood. Norm and deviations: uch. pos. M.: Pedagogy, 1990. 144 p.
3. Zaborueva A.S. Psychological and socio-philosophical aspects of the phenomena of anxiety and fear (from Freud to Maddy) // Russian State University of Economics bulletin. 2007. № 2. pp. 101-111.
4. Kamzina O.A. The relationship between parental anxiety and parental competence caused by social expectations // Social phenomena. 2016. № 4. pp. 55-60.
5. Kuzemina E.F., Kosivchenko E.V. Fear and anxiety: philosophical problems of human existence // Society: philosophy, history, culture. 2023. № 10. pp. 65-71.
6. Leonov I.I. Overcoming stressful situations and professional burnout among nurses: network analysis // Proceedings of the Saratov University. 2023. № 4. pp. 336-347.
7. Sidorov K.R. Anxiety as a psychological phenomenon // Udmurt University bulletin. 2013. № 2. pp. 42-52.
8. Starovoitov V.V. Anxiety and ways to overcome it // The history of philosophy. 2015. № 20. pp. 151-168.
9. Sukhareva N.V. Anxiety, anxiety, fear: the relationship of concepts // Theory and practice of modern science. 2018. № 5. pp. 813-816.
10. Xu Zh. Analysis of strategies for overcoming educational anxiety among parents during the transition from preschool to primary education // Research in the field of teaching in primary schools. 2024. № 32. pp. 94-96.
11. Fan L., Chen C. Theoretical basis, dilemma and the way of action of the community making the transition from preschool education to primary school // Journal of the College of Advanced Training of teachers of Heilongjiang province. 2025. № 4. pp. 130-133.
12. Frolov V.N. Diagnostic card of a student as a means of continuous pedagogical monitoring // Kazan Technological University bulletin. 2014. № 17. pp. 338-340.
13. Horney K. Our internal conflicts. M.: Meaning, 1997. 235 p.

14. Jiang Ch., Xiaowan X., Hu L. The relationship between psychological stress in children and parental anxiety during the transition from kindergarten to elementary school // Journal of Chengdu Normal University. 2025. № 41. pp. 49-62.
15. Chang R.M., Wang S. The current situation of parents suffering from negative thoughts // Journal of the Fujian Normal University. 2021. № 1. pp. 10-19.
16. Chovdyrova G.S., Pyatkina O.A. Coping strategies of personality in adaptation to stress // Psychopedagogy in law enforcement organs. 2021. № 26. pp. 41-47.
17. Chen A. Building a multidimensional model of school readiness and establishing a link between kindergarten and elementary school // Pedagogue. 2025. № 7. pp. 63-65.
18. Yan V. Formation and resolution of parental anxiety during the transition from kindergarten to primary school // Mom and baby. 2025. № 1. pp. 117-121.
19. Freud S. Prohibitions, symptoms and anxiety. L.: Hogarth, 1926. 175 p.
20. Yanke V., Erdman G., Kallus K. V. Stress management questionnaire with SVF120 and SVF 78. Göttingen: Hogrefe, 2002. 97 p.