



Check for updates

Личность в процессах обучения и воспитания

УДК 316. 6

EDN DLBYIJ

<https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2025-7-3-294-314>

**Научная статья**

## Психологические детерминанты структуры школьной тревожности у младших подростков

М. В. Загашева<sup>✉1</sup>, А. Ф. Бондарук<sup>1</sup>, В. М. Голянич<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Санкт-Петербургский государственный институт культуры,  
191186, Россия, г. Санкт-Петербург, Дворцовая наб., д. 2

<sup>2</sup>Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет  
им. академика И. П. Павлова, 197022, Россия, г. Санкт-Петербург, ул. Льва Толстого, д. 6–8

**Для цитирования:** Загашева, М. В., Бондарук, А. Ф., Голянич, В. М. (2025) Психологические детерминанты структуры школьной тревожности у младших подростков. *Психология человека в образовании*, т. 7, № 3, с. 294–314.  
<https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2025-7-3-294-314> EDN DLBYIJ

**Получена** 28 января 2025; прошла рецензирование 19 марта 2025; принята 23 апреля 2025.

**Финансирование:** Исследование не имело финансовой поддержки.

**Права:** © М. В. Загашева, А. Ф. Бондарук, В. М. Голянич (2025). Опубликовано Российским государственным педагогическим университетом им. А. И. Герцена. Открытый доступ на условиях [лицензии CC BY 4.0](#).

### Аннотация

**Введение.** Изучение детерминант школьной тревожности актуально в связи с ростом в последние десятилетия числа тревожных расстройств среди детей и подростков. Цель настоящего исследования — проанализировать влияние параметров социально-психологической адаптированности на элементы структуры школьной тревожности у девочек и мальчиков младшего подросткового возраста.

**Материалы и методы.** Эмпирическую базу исследования составили 236 учащихся общеобразовательных школ города Санкт-Петербурга (118 мальчиков и 118 девочек в возрасте от 13 до 15 лет). Все подростки приняли участие в исследовании добровольно и дали на это письменное согласие. Для подростков до 15 лет было также получено согласие их родителей. Для оценки уровня социально-психологической адаптированности применялась модифицированная А. К. Осницким форма опросника К. Роджерса — Р. Даймонда. Для изучения структуры школьной тревожности использовали тест Филлипса.

**Результаты.** Установлено, что детерминация структуры школьной тревожности параметрами социально-психологической адаптированности у девочек и мальчиков отличается количественно и качественно: у девочек количество психологических детерминант, их разнообразие и сила влияния больше. Показано, что наиболее выраженная составляющая структуры школьной тревожности — проблемы и страхи в отношениях с учителями — у мальчиков детерминируется психологическим механизмом обесценивания своего лидерского потенциала и ослабления мотивации к успеху, а у девочек — механизмом возрастания самостоятельности и способности к принятию решений. Установлено также, что возрастание общей тревожности у мальчиков детерминируется психологическим механизмом ухудшения эмоциональной регуляции, а у девочек — механизмом снижения самооценки.

**Ключевые слова:** школьная тревожность, детерминанты структуры школьной тревожности, социально-психологическая адаптация, подростковый возраст

Research article

## Psychological determinants of school anxiety structure in early adolescence

M. V. Zagashova<sup>✉1</sup>, A. F. Bondaruk<sup>1</sup>, V. M. Golyanich<sup>2</sup>

<sup>1</sup> Saint Petersburg State Institute of Culture, 2 Dvortsovaya Emb., Saint Petersburg 191186, Russia

<sup>2</sup> Pavlov First Saint Petersburg State Medical University, 6–8 L'va Tolstogo Str., Saint Petersburg 197022, Russia

**For citation:** Zagashova, M. V., Bondaruk, A. F., Golyanich, V. M. (2025) Psychological determinants of school anxiety structure in early adolescence. *Psychology in Education*, vol. 7, no. 3, pp. 294–314. <https://www.doi.org/10.33910/2686-9527-2025-7-3-294-314> EDN DLBYIJ

Received 28 January 2025; reviewed 19 March 2025; accepted 23 April 2025.

**Funding:** The study did not receive any external funding.

**Copyright:** © M. V. Zagashova, A. F. Bondaruk, V. M. Golyanich (2025). Published by Herzen State Pedagogical University of Russia. Open access under CC BY License 4.0.

### Abstract

**Introduction.** The increasing prevalence of anxiety disorders among children and adolescents in recent decades highlights the importance of investigating school anxiety determinants. This study explores how parameters of socio-psychological adaptation (SPA) influence the components of school anxiety structure in male and female early adolescents.

**Materials and Methods.** The empirical sample consisted of 236 secondary school students in Saint Petersburg (118 males and 118 females) aged 13–15. Participation was voluntary, with written consent obtained from all participants and their parents for those under 15. SPA was assessed using the questionnaire by C. Rogers and R. Diamond (adapted by A. K. Osnitsky), and school anxiety structure was evaluated using the Phillips test.

**Results.** The influence of SPA parameters on school anxiety structure differs both quantitatively and qualitatively between male and female adolescents. Females exhibited a greater number of psychological determinants, which also have stronger influence and greater semantic diversity. The most pronounced component of school anxiety — problems and fears in relationships with teachers — was influenced by different psychological mechanisms: in males, by devaluation of leadership potential and reduced motivation for success; in females — by increasing independence and decision-making ability. Additionally, increases in general anxiety were determined by deterioration of emotional regulation in males, and deterioration of self-esteem in females.

**Keywords:** school anxiety, determinants of school anxiety structure, socio-psychological adaptation, adolescence

### Введение

В современном обществе рост числа тревожных расстройств среди детей и подростков рассматривается специалистами как одна из актуальнейших проблем. По данным Всемирной организации здравоохранения (Тревожные расстройства... 2025), тревожные расстройства — самый распространенный в мире вид психических расстройств, которыми страдает более 359 млн человек. При этом тревожные расстройства наиболее часто встречаются у лиц женского пола (Карымова, Колодина 2021; Marquez 2023; Çelikkaleli, Demir 2022), а их симптомы нередко проявляются уже в детском или подростковом возрасте (Джафарова и др. 2020; Меркин и др. 2021; Alonso et al. 2018; Anderson et al. 2025; Javaid et al. 2023). Тревожные расстройства среди детей и подростков в настоящее время являются наиболее частыми психическими

ми нарушениями, распространенность которых составляет от 10 до 30% (Карпова 2024; Корецкая, Денисов 2021; Тарасова 2023; Anderson et al. 2025; Javaid et al. 2023; Wagner et al. 2017).

Особого внимания заслуживают проявления тревожных расстройств в младшем подростковом возрасте, когда формируется характер, самооценка и нормы поведения, чувство взрослоти и стремление к самостоятельности (Алмазов 2023; Бартош, Семенюк 2024; Изотова 2022; Корабельникова 2018; Сулимова и др. 2023; Царева и др. 2023; Atkinson 2024). Этот период характеризуется «внешними и внутренними потрясениями и часто является источником дальнейших заболеваний и расстройств организма» (Выготский 2005, 247). Тревожность «рассматривается как следствие субъективного восприятия неразрешенных противоречий во взаимодействии личности с окружающей средой» (Грибанов и др. 2019, 51). При этом

«оптимальный уровень тревожности служит адаптационным механизмом, позволяющим быстро реагировать на изменения внешних факторов» (Барсукова, Гусейнова 2016, 77). Крайние проявления тревожности (избыточная и недостаточная) влияют на снижение адаптивных функций личности (Григорьева 2024; Ибахаджиева 2021). Школьная тревожность — это «специфический вид тревожности, характерный для определенного класса ситуаций взаимодействия ребенка с различными компонентами школьной образовательной среды и закрепляющийся в этом взаимодействии» (Микляева, Румянцева 2004, 26). Считают также, что «школьная тревожность — постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходить в состояние повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях» (Немов 1995, 395). В ряде исследований обсуждается концепция «замкнутого психологического круга», описывающая механизм закрепления тревожности: изначальная ситуативная тревога в виде эмоционального дискомфорта и предчувствия грозящей опасности снижает адаптивные возможности человека и создает условия для совершения ошибок в деятельности; систематическое повторение последних определяет снижение самооценки и накопление негативного эмоционального опыта, что, в свою очередь, приводит к социальной изоляции, депривации ведущих возрастных потребностей и закреплению тревожности (Находкин, Кривошапкина 2020; Прихожан 2009).

К факторам, предопределяющим школьную тревожность, относят: *школьные* (страх оценки, учебная нагрузка, несоответствие требованиям школы); *социальные* (неблагоприятный социально-психологический климат в классе, отсутствие поддержки, травля); *семейные* (дисфункция семейных отношений, аномальные типы семейного воспитания); *личностные* (недекватный уровень самооценки, перфекционизм). Взаимодействие этих факторов может проявляться аддитивными эффектами (Ильин 2005; Сидоров, Крохина 2013; Сукристик 2024).

Показанная в многочисленных работах (Кохоева 2014; Корчагин, Лобanova 2021; Кулешова 2024; Лупенко 2019; Матюшичева 2018; Распопова и др. 2021; Савина, Бура 2017; Сукристик 2024; Fayzieva 2025 и др.) взаимосвязь социально-психологической адаптации школьников и проявлений их тревожности не исключает необходимость более детализированного анализа зависимости элементов структуры последней от влияния параметров первой. Исследований, направленных на прояснение

этого вопроса, мы не встречали. В указанных выше работах имеются сведения о межполовых различиях, однако сопоставление у мальчиков и девочек элементов структуры школьной тревожности, а также анализ влияния на них психологических детерминант адаптации не осуществлялись. Между тем эффективность психолого-педагогических практик в учреждениях образования предопределяется пониманием конкретных личностных и средовых детерминант школьной тревожности. «Управление» такой эффективностью, безусловно, является важным, если не основным, условием успешности освоения школьной программы.

Объектом настоящего исследования выступила структура школьной тревожности у мальчиков и девочек младшего подросткового возраста.

Предметом эмпирического исследования стало влияние психологических детерминант (проявлений социально-психологической адаптированности) на структуру школьной тревожности у мальчиков и девочек младшего подросткового возраста, а его целью — определить роль психологических детерминант (проявлений социально-психологической адаптированности) в структуре школьной тревожности у девочек и мальчиков младшего подросткового возраста.

Гипотезами исследования выдвинуты предположения о детерминирующем влиянии параметров адаптированности на различные элементы структуры школьной тревожности младших подростков, а также о межполовых различиях в указанных влияниях.

## **Материалы и методы**

Эмпирическую базу исследования составили 236 учащихся общеобразовательных школ Санкт-Петербурга (118 мальчиков и 118 девочек в возрасте от 13 до 15 лет). Все подростки приняли участие в исследовании добровольно и дали на это письменное согласие. Для подростков до 15 лет было также получено согласие их родителей.

В ходе исследования были использованы стандартизованные методики диагностики социально-психологической адаптированности (далее — СПА) и уровня школьной тревожности. Уровень социально-психологической адаптированности оценивался с применением модифицированной А. К. Осницким формы опросника К. Роджерса — Р. Даймонд (Осницкий 1998). По 7-балльной шкале ответов определяли следующие показатели СПА: «адаптивность», «приятие себя», «приятие других», «эмоциональный комфорт», «внутренний контроль», «внешний контроль», «доминирование», «эскапизм» (уход

от проблем). Интерпретация осуществлялась в соответствии с рассчитанными для подростков нормативными данными. Результаты «до» зоны неопределенности интерпретировались как низкие, а «после» самого высокого показателя в зоне неопределенности — как высокие. Оценивали также следующие интегральные показатели СПА: «адаптация», «самопринятие», «принятие других», «интернальность», «эмоциональная комфортность», «стремление к доминированию». Уровни интегральных показателей оценивались по следующим критериям: высокий уровень — значения показателя выше 60 %, средний уровень — от 40 % до 60 %, низкий уровень — ниже 40 %. Для изучения структуры школьной тревожности использовали тест Филлипса (Костица 2005), который позволяет

определить восемь элементов этой структуры: общую тревожность в школе; переживание социального стресса; фruстрацию потребности в достижении успеха; страх самовыражения; страх ситуации проверки знаний; страх не соответствовать ожиданиям окружающих; низкую физиологическую сопротивляемость стрессу; проблемы и страхи в отношениях с учителями.

## Результаты исследования

Анализ соотношения подростков с различной выраженностью общей тревожности показал, что в изучаемой выборке повышенный ее уровень отмечается у 31 % мальчиков и 27 % девочек, а высокий — у 3 % мальчиков и 10 % девочек (табл. 1).

Табл. 1. Доля подростков с различной выраженностью школьной тревожности (%)

Показатель	Мальчики (n = 118)			Девочки (n = 118)		
	Высокий уровень тревожности	Повышенный уровень тревожности	Низкий уровень тревожности	Высокий уровень тревожности	Повышенный уровень тревожности	Низкий уровень тревожности
Общая тревожность в школе	3,4	30,5	66,1	10,2	27,1	62,7
Переживание социального стресса	2,5	39,8	57,6	2,5	43,2	54,2
Фрустрация потребности в достижении успеха	4,2	33,9	61,9	2,5	28,0	69,5
Страх самовыражения	11,0	28,0	61,0	13,6	40,7	45,8
Страх ситуации проверки знаний	7,6	25,4	66,9	19,5	28,0	52,5
Страх несоответствия ожиданиям окружающих	18,6	14,4	66,9	20,3	27,1	52,5
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	7,6	15,3	77,1	14,4	15,3	70,3
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	1,7	61,0	37,3	0,8	72,0	27,1

Table 1. Percentage of adolescents with different levels of school anxiety (%)

School anxiety components	Males (n = 118)			Females (n = 118)		
	High level of anxiety	Elevated level of anxiety	Low level of anxiety	High level of anxiety	Elevated level of anxiety	Low level of anxiety
General anxiety at school	3.4	30.5	66.1	10.2	27.1	62.7
Experience of social stress	2.5	39.8	57.6	2.5	43.2	54.2
Frustration of the need to achieve success	4.2	33.9	61.9	2.5	28.0	69.5
Fear of self-expression	11.0	28.0	61.0	13.6	40.7	45.8
Fear of a knowledge test situation	7.6	25.4	66.9	19.5	28.0	52.5
Fear of not meeting the expectations of others	18.6	14.4	66.9	20.3	27.1	52.5
Low physiological resistance to stress	7.6	15.3	77.1	14.4	15.3	70.3
Problems and fears in relationships with teachers	1.7	61.0	37.3	0.8	72.0	27.1

Показано, что у девочек по сравнению с мальчиками отмечаются более высокие значения показателей «общая тревожность в школе», «страх самовыражения», «страх ситуации проверки знаний» и «страх не соответствовать ожиданиям окружающих» (табл. 2).

Усредненные значения первичных показателей социально-психологической адаптирован-

ности у мальчиков и девочек находятся в рамках нормы (зоны неопределенности). При этом у мальчиков более выражены значения шкал «непринятие себя», «непринятие других» и «доминирование» (табл. 3), а доли подростков с высокой, средней и низкой выраженностью первичных параметров СПА в выборках мальчиков и девочек сопоставимы (табл. 4).

Табл. 2. Средние значения показателей в структуре школьной тревожности

Показатель	Мальчики (n = 118)		Девочки (n = 118)	
	M	± ̄	M	± ̄
Общая тревожность в школе*	32,32	±24,78	38,75	±27,85
Переживание социального стресса	45,69	±15,52	45,38	±17,20
Фruстрация потребности в достижении успеха	46,54	±14,36	43,48	±15,33
Страх самовыражения*	33,90	±30,11	43,36	±28,67
Страх ситуации проверки знаний*	31,78	±27,04	40,82	±32,22
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих*	38,31	±29,07	47,29	±26,37
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	27,80	±28,29	33,56	±30,70
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	48,83	±15,84	50,64	±14,33

Примечание: Здесь и в таблицах 3 и 6 достоверность различий между показателями мальчиков и девочек: \* — p ≤ 0,05.

Table 2. Mean scores for the components of school anxiety

School anxiety components	Males (n = 118)		Females (n = 118)	
	M	± ̄	M	± ̄
General anxiety at school*	32.32	±24.78	38.75	±27.85
Experience of social stress	45.69	±15.52	45.38	±17.20
Frustration of the need to achieve success	46.54	±14.36	43.48	±15.33
Fear of self-expression*	33.90	±30.11	43.36	±28.67
Fear of a knowledge test situation*	31.78	±27.04	40.82	±32.22
Fear of not meeting the expectations of others*	38.31	±29.07	47.29	±26.37
Low physiological resistance to stress	27.80	±28.29	33.56	±30.70
Problems and fears in relationships with teachers	48.83	±15.84	50.64	±14.33

Note: in Tables 2, 3, and 6, \* indicates p ≤ 0.05, representing statistically significant differences compared with the comparison group.

Табл. 3. Средние значения показателей первичных шкал методики диагностики социально-психологической адаптации

Показатели	Мальчики (n = 118)		Девочки (n = 118)		Нормы
	M	± ̄	M	± ̄	
Адаптивность	122,40	±22,97	121,72	±23,73	68–170
Дезадаптивность	100,05	±30,43	93,47	±29,85	68–170
Принятие себя	40,61	±10,09	40,37	±10,23	22–52
Непринятие себя*	19,81	±7,54	17,73	±7,62	14–35

Табл. 3. Продолжение

Показатели	Мальчики (n = 118)		Девочки (n = 118)		Нормы
	M	± $\bar{o}$	M	± $\bar{o}$	
Принятие других	22,36	±4,96	22,03	±5,96	12–30
Непринятие других*	19,77	±6,37	17,71	±6,87	14–35
Эмоциональный комфорт	23,12	±5,07	22,63	±5,55	14–35
Эмоциональный дискомфорт	19,88	±8,44	18,81	±8,75	14–35
Внутренний контроль	46,03	±9,42	45,82	±9,75	26–65
Внешний контроль	26,84	±9,73	25,70	±10,27	18–54
Доминирование*	9,42	±3,61	8,48	±3,66	6–16
Ведомость	19,43	±5,20	18,64	±5,63	12–30
Эскапизм	21,92	±4,71	21,55	±4,94	10–25

Table 3. Mean scores for the primary scales of the SPA questionnaire

Scales	Males (n = 118)		Females (n = 118)		Norms
	M	± $\bar{o}$	M	± $\bar{o}$	
Adaptability	122,40	±22,97	121,72	±23,73	68–170
Maladaptability	100,05	±30,43	93,47	±29,85	68–170
Self-acceptance	40,61	±10,09	40,37	±10,23	22–52
Self-rejection*	19,81	±7,54	17,73	±7,62	14–35
Acceptance of others	22,36	±4,96	22,03	±5,96	12–30
Rejection of others*	19,77	±6,37	17,71	±6,87	14–35
Emotional comfort	23,12	±5,07	22,63	±5,55	14–35
Emotional discomfort	19,88	±8,44	18,81	±8,75	14–35
Internal control	46,03	±9,42	45,82	±9,75	26–65
External control	26,84	±9,73	25,70	±10,27	18–54
Dominance*	9,42	±3,61	8,48	±3,66	6–16
Subordination	19,43	±5,20	18,64	±5,63	12–30
Escapism	21,92	±4,71	21,55	±4,94	10–25

Табл. 4. Доля подростков с различной выраженностью значений первичных шкал методики диагностики социально-психологической адаптации (%)

Показатели	Мальчики (n = 118)			Девочки (n = 118)		
	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Адаптивность	2,5	97,5	–	0,8	96,6	2,5
Дезадаптивность	–	84,7	15,3	–	80,5	19,5
Принятие себя	11,9	87,3	0,8	9,3	88,1	2,5
Непринятие себя	0,8	79,7	19,5	–	73,7	26,3
Принятие других	5,1	94,9	0,0	6,8	89,0	4,2
Непринятие других	0,8	82,2	16,9	–	68,6	31,4

Табл. 4. Продолжение

Показатели	Мальчики (n = 118)			Девочки (n = 118)		
	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Эмоциональный комфорт	0,8	95,8	3,4	0,8	93,2	5,9
Эмоциональный дискомфорт	1,7	74,6	23,7	1,7	72,0	26,3
Внутренний контроль	—	98,3	1,7	3,4	94,1	2,5
Внешний контроль	4,2	78,0	17,8	4,2	75,4	20,3
Доминирование	5,9	85,6	8,5	2,5	78,0	19,5
Ведомость	0,8	94,1	5,1	0,8	89,8	9,3
Эскапизм	28,8	70,3	0,8	21,2	78,8	0,0

Table 4. Distribution of adolescents by score level on the primary scales of the SPA questionnaire (%)

Scales	Males (n = 118)			Females (n = 118)		
	High level	Medium level	Low level	High level	Medium level	Low level
Adaptability	2.5	97.5	—	0.8	96.6	2.5
Maladaptability	—	84.7	15.3	—	80.5	19.5
Self-acceptance	11.9	87.3	0.8	9.3	88.1	2.5
Self-rejection	0.8	79.7	19.5	—	73.7	26.3
Acceptance of others	5.1	94.9	0.0	6.8	89.0	4.2
Rejection of others	0.8	82.2	16.9	—	68.6	31.4
Emotional comfort	0.8	95.8	3.4	0.8	93.2	5.9
Emotional discomfort	1.7	74.6	23.7	1.7	72.0	26.3
Internal control	—	98.3	1.7	3.4	94.1	2.5
External control	4.2	78.0	17.8	4.2	75.4	20.3
Dominance	5.9	85.6	8.5	2.5	78.0	19.5
Subordination	0.8	94.1	5.1	0.8	89.8	9.3
Escapism	28.8	70.3	0.8	21.2	78.8	0.0

У обследованных обоих полов определяется высокий уровень интегральной шкалы СПА «самопринятие», а по остальным интегральным шкалам — средний. Отмечается также различие в распределении интегральных параметров СПА: у девочек доля лиц с низкими и высокими уровнями всех интегральных показателей больше аналогичного распределения у мальчиков, а у мальчиков чаще отмечается средняя выраженность всех интегральных параметров СПА (табл. 5). При сравнении усредненных значений интегральных показателей СПА установлено, что у девочек на 8–10 % выше уровень параметра «самопринятие» (табл. 6).

При проведении линейного множественного регрессионного анализа (методом шагового

отбора) в качестве зависимых переменных рассматривались элементы школьной тревожности, а предикторами выступали значения первичных и интегральных показателей социально-психологической адаптированности (табл. 7).

При сопоставлении рейтингов элементов школьной тревожности установлено, что у представителей обоих полов лидирующие позиции в иерархии занимают проблемы и страхи в отношениях с учителями, а также страх самовыражения. Вместе с тем у девочек большую значимость имеют страхи в ситуациях проверки знаний и несоответствия ожиданиям окружающих, в то время как у мальчиков — переживания социального стресса и фрустрации потребности в достижении успеха (табл. 8).

Табл. 5. Доля подростков с различной выраженностью значений интегральных шкал методики диагностики социально-психологической адаптации (%)

Показатели	Мальчики (n = 118)			Девочки (n = 118)		
	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень	Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Адаптация	28,8	70,3	0,8	36,4	60,2	3,4
Самопринятие	78,0	22,0	–	83,9	15,3	0,8
Принятие других	37,3	61,9	0,8	48,3	49,2	2,5
Эмоциональная комфортность	29,7	63,6	6,8	34,7	52,5	12,7
Интернальность	24,6	74,6	0,8	28,0	68,6	3,4
Стремление к доминированию	8,5	77,1	14,4	12,7	60,2	27,1

Table 5. Distribution of adolescents by score level on the composite scales of the SPA questionnaire (%)

Scales	Males (n = 118)			Females (n = 118)		
	High level	Medium level	Low level	High level	Medium level	Low level
Adaptation	28.8	70.3	0.8	36.4	60.2	3.4
Self-acceptance	78.0	22.0	–	83.9	15.3	0.8
Acceptance of others	37.3	61.9	0.8	48.3	49.2	2.5
Emotional comfort	29.7	63.6	6.8	34.7	52.5	12.7
Internality	24.6	74.6	0.8	28.0	68.6	3.4
Striving for dominance	8.5	77.1	14.4	12.7	60.2	27.1

Табл. 6. Средние значения интегральных шкал методики диагностики социально-психологической адаптации

Интегральные показатели	Мальчики (n = 118)		Девочки (n = 118)	
	M	± $\bar{o}$	M	± $\bar{o}$
Адаптация	55,56	±8,67	57,11	±10,27
Самопринятие*	63,33	±10,47	69,45	±12,28
Принятие других	57,97	±9,68	59,97	±12,91
Эмоциональная комфортность	55,34	±13,53	56,35	±16,08
Интернальность	55,94	±10,18	57,20	±11,79
Стремление к доминированию	48,02	±13,30	46,46	±14,24

Table 6. Mean scores on the composite scales of the SPA questionnaire

Composite scales	Males (n = 118)		Females (n = 118)	
	M	± $\bar{o}$	M	± $\bar{o}$
Adaptation	55.56	±8.67	57.11	±10.27
Self-acceptance*	63.33	±10.47	69.45	±12.28
Acceptance of others	57.97	±9.68	59.97	±12.91
Emotional comfort	55.34	±13.53	56.35	±16.08
Internality	55.94	±10.18	57.20	±11.79
Striving for dominance	48.02	±13.30	46.46	±14.24

Табл. 7. Математические модели структурных компонентов школьной тревожности у подростков

Показатели структуры школьной тревожности	Пол	Уравнения регрессии	КД R <sup>2</sup>	Нумерация уравнений
Общая тревожность в школе	м	$Y = 60,075 - 0,502^*X_E$	0,075	уравнение 1
	д	$Y = 73,153 - 0,495^*X_S$	0,048	уравнение 2
Переживание социального стресса	м	$Y = 74,976 - 0,435^*X_L$	0,086	уравнение 3
	д	$Y = 84,434 - 0,651^*X_L$	0,239	уравнение 4
Фruстрация потребности в достижении успеха	д	$Y = 78,679 - 0,616^*X_A$	0,171	уравнение 5
Страх самовыражения	м	$Y = 75,034 - 0,740^*X_A$	0,045	уравнение 6
	д	$Y = 19,168 + 0,259^*X_{b2}$	0,073	уравнение 7
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	м	$Y = 75,034 - 0,727^*X_A$	0,047	уравнение 8
	д	$Y = 88,551 - 0,594^*X_S$	0,077	уравнение 9
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	м	$Y = 97,493 - 1,254^*X_A$	0,190	уравнение 10
	д	$Y = 56,223 - 1,002^*X_{a5}$	0,033	уравнение 11
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	м	$Y = 39,900 - 0,948^*X_{a7}$	0,047	уравнение 12
	д	$Y = 42,026 - 0,335^*X_{b6}$	0,058	уравнение 13

Примечание:

1. Пол (м — мальчики, д — девочки);

2. Уравнения множественной линейной регрессии:

$X_E$  — значения интегрального показателя СПА «Эмоциональная комфортность»;

$X_S$  — значения интегрального показателя СПА «Самопринятие»;

$X_L$  — значения интегрального показателя СПА «Принятие других»;

$X_A$  — значения интегрального показателя СПА «Адаптация»;

$X_{b2}$  — значения показателя первичной шкалы «Дезадаптивность»;

$X_{a5}$  — значения показателя первичной шкалы «Эмоциональный комфорт»;

$X_{b6}$  — значения показателя первичной шкалы «Внешний контроль»;

$X_{a7}$  — значения показателя первичной шкалы «Доминирование».

КД — коэффициент детерминации R<sup>2</sup>.

Table 7. Mathematical models of school anxiety components in adolescents

School anxiety component	Gender	Regression equations	R <sup>2</sup>	Equation number
General anxiety at school	м	$Y = 60.075 - 0.502^*X_E$	0.075	Equation 1
	ф	$Y = 73.153 - 0.495^*X_S$	0.048	Equation 2
Experience of social stress	м	$Y = 74.976 - 0.435^*X_S$	0.086	Equation 3
	ф	$Y = 84.434 - 0.651^*X_L$	0.239	Equation 4
Frustration of the need to achieve success	ф	$Y = 78.679 - 0.616^*X_A$	0.171	Equation 5
Fear of self-expression	м	$Y = 75.034 - 0.740^*X_S$	0.045	Equation 6
	ф	$Y = 19.168 + 0.259^*X_{b2}$	0.073	Equation 7
Fear of not meeting the expectations of others	м	$Y = 75.034 - 0.727^*X_A$	0.047	Equation 8
	ф	$Y = 88.551 - 0.594^*X_S$	0.077	Equation 9
Low physiological resistance to stress	м	$Y = 97.493 - 1.254^*X_A$	0.190	Equation 10
	ф	$Y = 56.223 - 1.002^*X_{a5}$	0.033	Equation 11
Problems and fears in relationships with teachers	м	$Y = 39.900 - 0.948^*X_{a7}$	0.047	Equation 12
	ф	$Y = 42.026 - 0.335^*X_{b6}$	0.058	Equation 13

Note:

1. Gender (м — males, ф — females).

2. Linear multiple regression equations:

$X_E$  — scores of the composite scale 'Emotional comfort' of the SPA questionnaire;

$X_S$  — scores of the composite scale 'Self-acceptance' of the SPA questionnaire;

$X_L$  — scores of the composite scale 'Acceptance of others' of the SPA questionnaire;

$X_A$  — scores of the composite scale 'Adaptation' of the SPA questionnaire;

$X_{b2}$  — scores of the primary scale 'Maladaptability' of the SPA questionnaire;

$X_{a5}$  — scores of the primary scale 'Emotional comfort' of the SPA questionnaire;

$X_{b6}$  — scores of the primary scale 'External control' of the SPA questionnaire;

$X_{a7}$  — scores of the primary scale 'Dominance' of the SPA questionnaire.

$R^2$  — coefficient of determination.

Табл. 8. Рейтинг показателей в структуре школьной тревожности у подростков с высоким ее уровнем

Элементы структуры школьной тревожности	Мальчики		Девочки	
	Доля с высоким и повышенным уровнями (%)	Рейтинг	Доля с высоким и повышенным уровнями (%)	Рейтинг
Переживание социального стресса	42	2	46	5
Фruстрация потребности в достижении успеха	38	4	31	6
Страх самовыражения*	40	3	54	2
Страх ситуации проверки знаний*	33	5,5	48	3
Страх несоответствия ожиданиям окружающих*	33	5,5	47	4
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	23	7	30	7
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	63	1	73	1

Примечание: значимые различия между мальчиками и девочками по ф Фишера \* —  $p \leq 0,1$ .

Table 8. Ranking of components in the structure of general school anxiety in adolescents with high and elevated general school anxiety

School anxiety components	Males		Females	
	The proportion with high and elevated levels (%)	Rank	The proportion with high and elevated levels (%)	Rank
Experience of social stress	42	2	46	5
Frustration of the need to achieve success	38	4	31	6
Fear of self-expression	40	3	54*	2
Fear of a knowledge test situation	33	5.5	48*	3
Fear of not meeting the expectations of others	33	5.5	47*	4
Low physiological resistance to stress	23	7	30	7
Problems and fears in relationships with teachers	63	1	73	1

Note: \* —  $p \leq 0,1$ , indicating differences according to Fisher's  $\phi$ .

Для наглядности в отдельной таблице представлена направленность и выраженность влияния детерминант социально-психологической адаптированности на элементы структуры школьной тревожности (табл. 9).

## Обсуждение

Анализ параметров школьной тревожности позволяет сделать вывод о ее значительной выраженности. Доля лиц с высоким и повышенным

уровнями большинства параметров школьной тревожности в обеих группах составляет 35–40%. Обращает внимание показатель «проблемы и страхи в отношениях с учителями». У более чем 60% мальчиков и более чем 70% девочек этот показатель находится на повышенном и высоком уровне (табл. 1). При этом уровень общей тревожности у девочек в среднем на 20% выше, чем у мальчиков (табл. 2). Такое различие возникает за счет большей выраженности у девочек страха самовыражения (на 28–32%),

Табл. 9. Направленность влияния детерминант социально-психологической адаптированности на элементы структуры школьной тревожности (знак в скобках указывает на прямое или обратное влияние)

Элементы структуры школьной тревожности	Детерминанты социально-психологической адаптации, влияющие на элементы структуры школьной тревожности	
	Мальчики	Девочки
Общая тревожность	(-) Эмоциональная комфортность (интегр.)	(-) Самопринятие (интегр.)
Переживание социального стресса	(-) Самопринятие (интегр.)	(-) Принятие других (интегр.)
Фruстрация потребности в достижении успеха	-	(-) Адаптация (интегр.)
Страх самовыражения	(-) Адаптация (интегр.)	(+) Дезадаптивность (перв.)
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	(-) Адаптация (интегр.)	(-) Самопринятие (интегр.)
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	(-) Адаптация (интегр.)	(-) Эмоциональный комфорт (перв.)
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	(-) Доминирование (перв.)	(-) Внешний контроль (перв.)

Table 9. Direction of influence of socio-psychological adaptation determinants on school anxiety components (the sign in parenthesis indicates a direct or inverse effect)

School anxiety components	Determinants of socio-psychological adaptation affecting school anxiety components	
	Males	Females
General anxiety	(-) Emotional comfort (composite)	(-) Self-acceptance (composite)
Experience of social stress	(-) Self-acceptance (composite)	(-) Acceptance of others (composite)
Frustration of the need to achieve success		(-) Adaptation (composite)
Fear of self-expression	(-) Adaptation (composite)	(+) Maladaptability (primary)
Fear of not meeting the expectations of others	(-) Adaptation (composite)	(-) Self-acceptance (composite)
Low physiological resistance to stress	(-) Adaptation (composite)	(-) Emotional comfort (primary)
Problems and fears in relationships with teachers	(-) Dominance (primary)	(-) External control (primary)

страха ситуации проверки знаний (на 27–31 %) и страха не соответствовать ожиданиям окружающих (на 22–26 %).

Подобные различия отмечены и в других работах. Так, показано, что «у каждого третьего подростка 13–14 лет наблюдаются повышенный и высокий уровни общей тревожности в школе, свыше 30 % учащихся независимо от пола испытывают переживание социального стресса... У девочек сильнее, чем у мальчиков, проявляются нарушения вегетативной нервной системы, обсессивно-фобические и астенические расстройства» (Параничева и др. 2018, 88). У девочек наблюдается более высокий уровень тревожности по сравнению с мальчиками в ситуациях, связанных с социальной оценкой и демонстра-

цией себя. Это объясняется комплексом психологических и психофизиологических причин. Девочки склонны сильнее переживать тревогу в тех случаях, когда они находятся в центре внимания и их личность или способности подвергаются оценке. Повышенная уязвимость девочек увеличивает вероятность того, что в ответ на стрессовую ситуацию последует неадекватная или сильная реакция (например, паника, слезы, агрессия, уход в себя) вместо контролируемого и эффективного поведения. (Егоренко и др. 2023). Сообщается также, что «до 20 % подростков, независимо от возраста, но гораздо чаще у девочек, имеют высокую тревожность вследствие низкой физиологической сопротивляемости стрессу» (Параничева

и др. 2018, 92). У девочек негативное эмоциональное переживание по поводу внешних оценок со стороны социума более выражено на завершающих этапах полового созревания (Криволапчук, Макарова 2018; Малкова 2009).

Определение рейтинга элементов в иерархии составляющих системы представляется нам важным этапом анализа детерминант тревожности (табл. 8). У представителей обоих полов лидирующие позиции в рейтинге занимают проблемы и страхи в отношениях с учителями, а также страх самовыражения. Эти элементы школьной тревожности репрезентируются восприятием педагога как потенциальной угрозы самооценке, а любой факт проверки с его стороны расценивается с позиции деструктивной критики и предвзятого отношения. При этом осознание несправедливости оценки знаний, умений и личностных особенностей может провоцировать ощущение катастрофизации в ситуации ошибки и активацию вегетативных коррелятов этих переживаний. Осознание своей социальной неуспешности и страх ее проявить приводят к нежеланию подростка идти в школу, общаться со сверстниками и учителями. Следовательно, страх совершить ошибку в ситуации взаимодействия с учителями и восприятие педагогов как потенциальной угрозы самооценке являются наиболее частыми проявлениями школьной тревожности у подростков обоих полов.

Наряду с общими для высокотревожных респондентов обоих полов детерминантами формирования школьной тревожности имеются и различия. У девочек выявляется большая выраженность страхов в ситуациях проверки знаний и несоответствия ожиданиям окружающих, в то время как у мальчиков отмечается большая проявленность переживаний социального стресса и фрустрации потребности в достижении успеха. Девочки более ориентированы на оценку со стороны социума, для них предъявление себя, самопрезентация через демонстрацию своих знаний и умений особенно значима. Страх в ситуациях проверки знаний проявляется в волнении при ответе или письменной работе, переживании по поводу правильности выполнения задания до объявления результатов. Страхи несоответствия ожиданиям окружающих проявляются опасениями по поводу неспособности выполнить требования, предъявляемые учителями, родителями или одноклассниками. В результате ограничивается активность в учебной деятельности. Доминирующие в структуре школьной тревожности

мальчиков переживания социального стресса представляют собой состояния эмоционального дискомфорта, страха, опасения и беспокойства в отношении социальной ситуации и оценки другими людьми. Фрустрация потребности в достижении успеха возникает в ситуации внутреннего конфликта между желанием получить одобрение у значимых взрослых (педагогов и родителей) и стремлением демонстрировать независимую от взрослых позицию в глазах одноклассников. Таким образом, отличительная особенность тревог у девочек обусловлена их предвосхищением негативной оценки со стороны внешних экспертов, в то время как отличительная особенность тревог у мальчиков — их сопряженностью с проявлениями фрустрации потребности в успехе и эмоциональным дискомфортом. Выявленные отличия позволяют предполагать, что у мальчиков, по сравнению с девочками, влияние внутренних детерминант школьной тревожности существенней.

Результаты анализа первичных параметров социально-психологической адаптированности (табл. 3, 4) показывают, что их значения у всех респондентов соответствуют среднему уровню (не выходят за границы нормативов). При этом у мальчиков более выражены потенциально дезадаптивные показатели «непринятия себя», «непринятия других» и «доминирования». Шкала «непринятие себя» выявляет степень неудовлетворенности индивида своими способностями, личностными качествами и поведением. В подростковом возрасте, как известно, продолжается формирование самооценки путем интериоризации оценок со стороны социума (Выготский 2005). Вероятно, антагонизм мальчиков в силу более выраженного стремления к социальному доминированию и независимости провоцирует критику в семье и школе, что, в свою очередь, вызывает у них враждебность к окружающим и самокритику. Очевидность взаимосвязей процессов принятия себя, принятия индивидом других и принятия другими индивида отмечал еще К. Роджерс, который указывал на ведущую роль самопринятия в успешности личностного развития и формирования коммуникативных компетенций. Принятие же человека другими, в свою очередь, способствует процессу принятия им самого себя (Малкова 2009). Если подросток испытывает негативные переживания относительно себя, то в отношении других он не склонен проявлять принятие, что предполагает высокую вероятность межличностных конфликтов. Д. Выявленная дезадаптивная роль механизмов непринятия себя и других

подтверждает предположение о преобладании внутренних детерминант школьной тревожности у мальчиков над внешними.

При оценке интегральных показателей адаптации (табл. 5, 6) было установлено, что у девочек выявляется большая выраженность параметра «самопринятие», характеризующего степень дружественности и доверия по отношению к собственному «Я», положительной оценки своих личностных качеств, удовлетворенности собой, уверенности в том, что можно нравиться окружающим, быть интересной и привлекательной для других как личность. Удовлетворенные собой подростки более адаптивны, в то время как непринятие себя в условиях школьного коллектива может вызвать трудности адаптации вплоть до проявления негативных реакций (например, буллинга) со стороны сверстников. Следует сказать, что в обеих выборках доля лиц как с низким уровнем самопринятия, так и с низким уровнем остальных интегральных показателей теста Роджерса — Даймонд ничтожна, что в целом свидетельствует о хорошей адаптированности обследованных к условиям школьного социума.

Обращает внимание значительная доля подростков с высоким уровнем эскапизма (21,2 % девочек и 28,8 % мальчиков). Эскапизм представляет собой уход человека от реальной жизни в мир иллюзий и обычно возникает в виде реакции на непрекращающийся стресс, который вызывается кризисными ситуациями, тяжелой работой, психологическими травмами. Эскапизм определяют «как форму активности личности, возникающую вследствие рассогласования реальных и желаемых ценностных структур разного уровня, которая реализуется путем погружения в субъективную альтернативную реальность» (Головина, Савченко 2022, 107). В настоящее время эскапизм признается нормативным явлением и выведен за рамки асоциального или патологического поведения. В соответствии с системно-деятельностным подходом его можно охарактеризовать как явление компенсаторного характера, уравновешивающего негативные эмоции путем погружения в свой внутренний мир. Вместе с тем это социально-психологическое явление отражает современные тенденции адаптации к условиям информационной среды, в которой виртуальная реальность становится более интересной и значимой. Эскапизм, следовательно, можно рассматривать как вариант адаптированности подростков к специфическим условиям внешней среды.

О причинах изменений в структуре школьной тревожности можно обоснованно рассуждать только по результатам лонгитюдных исследований. Очевидно также, что феномен тревожности вообще и школьной тревожности в частности полидетерминирован. Вместе с тем соотнесение проявлений тревожности с детерминирующими влияниями параметров социально-психологической адаптированности уже позволяет выдвигать предположения о причинах формирования первой.

Все модели регрессии достоверны, и доля объясняемой предикторами в разных моделях дисперсии колеблется от 3 до 24 %. Основные межполовые различия в детерминации школьной тревожности проявляются следующим образом (табл. 7, 9).

Во-первых, результаты регрессионного анализа свидетельствуют о большей дифференцированности детерминирующих структуру школьной тревожности факторов у девочек. Количество и разнообразие адаптационных детерминант у них больше: у девочек их шесть, а у мальчиков четыре; у девочек в числе детерминант три первичных показателя СПА, а у мальчиков только один; сумма влияний параметров адаптированности, объясняющих дисперсию всех элементов структуры школьной тревожности, у мальчиков составляет 49 %, а у девочек — 70 %. Большинство элементов структуры школьной тревожности у мальчиков детерминируется наименее дифференцированным интегральным показателем СПА «адаптация». Помимо него предикторами также являются интегральные параметры «эмоциональная комфортность» и «самопринятие», а также первичный показатель «доминирование». У девочек же детерминанты отражают как отношения самопринятия, так и механизмы взаимодействия с другими (принятие других и внешний контроль). Выявленные различия позволяют сформулировать гипотезу о большей дифференциации детерминант школьной тревожности у девочек и о большем влиянии на нее ценностно-смыслового сознания. Последнее предположение основывается на полученных нами ранее на репрезентативной выборке данных, в соответствии с которыми разброс параметров ценностных ориентаций (19 ценностей методики Ш. Шварца) в «поле» ценностного сознания существенно больше у девочек, чем у мальчиков (Голянич и др. 2024). Таким образом, у девочек по сравнению с мальчиками отмечается большая количественная и содержательная детерминированность элементов школьной тревожности параметрами

социально-психологической адаптированности, что, вероятно, свидетельствует о большем влиянии ценностно-смыслового сознания на механизмы аффективной регуляции.

Во-вторых, доминирующий в иерархии и у мальчиков, и у девочек элемент тревожности — проблемы и страхи в отношениях с учителями — детерминируется феноменологически разными параметрами адаптированности. У мальчиков восприятие учителей как критикующих и пугающих детерминируется установками доминирования, а у девочек — установками на внешний контроль. Чем менее выражены у мальчиков (уравнение 12, табл. 7) проявления превосходства над другими, честолюбия, стремления к успеху, похвале и лидерству, тем в большей степени их тревожит отношение к ним учителей и, напротив, тенденции к доминированию в виде здорового честолюбия, стремления к успеху и лидерского потенциала способствуют формированию оптимальных отношений с педагогами. У девочек (уравнение 13, табл. 7) активизация установок на внешний контроль в виде переживаний беспомощности, рассеянности, несобранности, неспособности принимать решения и адекватно оценивать происходящее способствует ослаблению тревог в отношениях с учителями, и, напротив, склонность к собранности и принятию самостоятельных решений детерминирует тревожное восприятие отношений с педагогами. Следовательно, у мальчиков усиление страхов в отношениях с учителями в большей степени сопряжено с обесцениванием своего лидерского потенциала и ослаблением стремления к успеху, в то время как у девочек — с ростом самостоятельности и способности к принятию решений.

В-третьих, уменьшению общей тревожности у мальчиков (уравнение 1, табл. 7) способствует хорошая регуляция настроения (интегральный показатель СПА «эмоциональная комфортность»), в то время как у девочек (уравнение 2, табл. 7) — позитивное принятие себя (интегральный показатель СПА «самопринятие»). Хорошее настроение проявляется состоянием уверенности, ощущения благополучия, спокойствия и оптимизма, а его дисгармония — разочарованием, неуверенностью, пессимизмом, отчаянием, унынием, безвыходностью и отчужденностью. В интегральном показателе «самопринятие» репрезентируются признаки принятия и непринятия себя личностью. К первым относят восприятие себя как привлекательного и интересного, приятного и располагающего к себе, смышленного, зрелого и хорошо пони-

мающего себя. Все это обеспечивает высокую адекватную самооценку человека и ощущение того, что его ценят и любят, хорошо к нему относятся, выделяют его среди других. Ко вторым относят проявления обесценивания своих способностей, внешности, волевых качеств, коммуникативных навыков. Можно заключить, что возрастание общей тревожности у мальчиков сопряжено с эмоциональной дезрегуляцией, а у девочек — с низкой самооценкой.

В-четвертых, у мальчиков основную роль в детерминации трех элементов структуры школьной тревожности играет интегральный показатель «адаптация» (уравнения 6, 8, 10, табл. 7), а у девочек он влияет лишь на один ее элемент (уравнения 5, табл. 7). Данный показатель характеризует наименее дифференцированный обобщенный уровень адаптированности личности. Эти данные также трактуются нами как аргумент в пользу гипотезы о большей дифференциированности детерминирующих школьную тревожность факторов адаптированности у девочек, и, следовательно, о более выраженном влиянии ценностно-смысловой сферы на структуру школьной тревожности.

## Выводы

- Доля лиц с высоким и повышенным уровнями большинства параметров структуры школьной тревожности у подростков обоих полов составляет 35–40 %. При этом уровень школьной тревожности у девочек в среднем на 20 % выше, чем у мальчиков. Такое различие возникает за счет большей выраженности у девочек страха самовыражения (на 28–32 %), страха ситуации проверки знаний (на 27–31 %) и страха не соответствовать ожиданиям окружающих (на 22–26 %).

- В иерархии элементов структуры школьной тревожности у представителей обеих групп доминирующую позицию занимает показатель «проблемы и страхи в отношениях с учителями». У более чем 60 % мальчиков и более чем 70 % девочек страх совершил ошибку в ситуации взаимодействия с учителями и восприятие педагогов как потенциальной угрозы самооценке являются наиболее частыми проявлениями школьной тревожности.

- Структура школьной тревожности у девочек отличается большей выраженностью страхов в ситуациях проверки знаний и несоответствия ожиданиям окружающих, в то время как у мальчиков — большей выраженностью

фрустрации потребности в достижении успеха и переживаний социального стресса.

4. Значения параметров социально-психологической адаптированности свидетельствуют об их нормативном уровне у представителей обоих полов. При этом у мальчиков по сравнению с девочками более выражены потенциально дезадаптивные показатели непринятия себя, непринятия других и доминирования.

5. Значительная доля обследованных имеют высокий уровень эскапизма (более 21 % девочек и более 28 % мальчиков), что расценивается нами как результат адаптации к условиям современной информационной среды, в которой виртуальная реальность по сравнению с объективной действительностью становится более интересной и значимой.

6. Влияние параметров социально-психологической адаптированности на структуру школьной тревожности у девочек и мальчиков отличается количественно и качественно: у девочек количество психологических детерминант, их разнообразие и сила влияния больше.

7. Усиление страхов в отношениях с учителями у мальчиков и девочек детерминируется различными предикторами адаптированности: у первых — психологическими детерминантами обесценивания своего лидерского потенциала и ослабления мотивации к успеху, а у вторых — детерминантами возрастания самостоятельности и способности к принятию решений.

8. Возрастание общей тревожности у мальчиков детерминируется психологическими детерминантами ухудшения эмоциональной регуляции в виде разочарования, неуверенности, пессимизма, отчаяния, безвыходности и отчужденности, а у девочек — детерминантами ухудшения самооценки в виде обесценивания своих способностей, внешности, волевых качеств, коммуникативных навыков.

Перспективным представляется разработка и апробация программ психолого-педагогического сопровождения, направленных на оптимизацию отношений в диаде «учитель — ученик» с учетом гендерных особенностей восприятия этих отношений. Требуется разработка дифференцированных коррекционных программ для мальчиков и девочек, направленных не на общее снижение тревожности, а на работу с этими глубинными механизмами (например, развитие здоровых стратегий доминирования и сотрудничества у мальчиков и формирование адаптивной независимости у девочек).

## Конфликт интересов

Авторы заявляют об отсутствии потенциального или явного конфликта интересов.

## Conflict of Interest

The authors declare that there is no conflict of interest, either existing or potential.

## Соответствие принципам этики

Авторы сообщают, что при проведении исследования соблюдены этические принципы, предусмотренные для исследований с участием людей.

## Ethics Approval

The authors declare that the study complied with the ethical principles for research involving human.

## Вклад авторов

Загашева Мария Викторовна — осуществление педагогического эксперимента, формирование базы данных, обеспечение ресурсами, подготовка текста.

Бондарук Александр Феодосьевич — статистическая обработка материалов, подготовка текста, обеспечение ресурсами.

Голянич Валерий Михайлович — научное руководство, критический анализ статистических материалов, подготовка текста.

## Author Contributions

M. V. Zagashewa — conducted the pedagogical experiment, created the database, provided resources, and prepared the text of the manuscript;

A. F. Bondaruk — performed statistical processing, prepared the text of the manuscript, and provided resources;

V. M. Golyanich — supervised the research, critically analyzed the statistical data, and prepared the text of the manuscript.

## Заявление о доступности данных

Данные доступны по запросу, адресованному автору-корреспонденту.

## Data Availability Statement

The data is available upon request addressed to the corresponding author.

## Литература

- Алмазов, Б. Н. (2023) *Психическая средовая дезадаптация несовершеннолетних*. М.: Юрайт, 180 с.
- Бартош, О. П., Семенюк, Т. И. (2024) Особенности тревожности у подростков, проживающих на Крайнем Севере и юге России. *Вестник психофизиологии*, № 1, с. 81–85. <https://www.doi.org/10.34985/i3956-5901-0521-y>
- Барсукова, Е. В., Гусейнова, Э. Г. (2016) Реактивная тревожность — естественное или приобретенное состояние. *Современная педагогика*, № 10 (47), с. 73–78.
- Выготский, Л. С. (2005) *Педагогическая психология*. М.: АСТ, 670 с.
- Головина, Г. М., Савченко, Т. Н. (2022) Различия в проявлениях эскапизма разных динамических типов удовлетворенности жизнью. *Прикладная юридическая психология*, т. 61, № 4, с. 104–116. [https://www.doi.org/10.33463/2072-8336.2022.4\(61\).104-116](https://www.doi.org/10.33463/2072-8336.2022.4(61).104-116)
- Голянич, В. М., Бондарук, А. Ф., Загашева, М. В. (2024) Аксиологические критерии успешности социально-психологической адаптации школьников младшего подросткового возраста. *Вестник Мининского университета*, т. 12, № 2, с. 14. <https://www.doi.org/10.26795/2307-1281-2024-12-2-14>
- Грибанов, А. В., Депутат, И. С., Нехорошкова, А. Н. и др. (2019) Психофизиологическая характеристика тревожности и интеллектуальной деятельности в детском возрасте (обзор). *Экология человека*, т. 26, № 9, с. 50–58. <https://www.doi.org/10.33396/1728-0869-2019-9-50-58>
- Григорьева, С. И. (2024) Школьная тревожность как фактор, провоцирующий низкий уровень мотивации учебной деятельности детей младшего школьного возраста. *Известия Российской академии образования*, № 2 (66), с. 135–142.
- Джафарова, Л. А., Иванова, Т. А., Шабанова, А. Е. (2020) Тревожные расстройства: как с ними бороться. В кн.: Н. В. Емельянов (ред.). *Научные междисциплинарные исследования: сборник статей Международной научно-практической конференции: в 2 частях. Ч. 2*. Саратов: Цифровая наука, с. 158–162. EDN: IFFPIO
- Егоренко, Т. А., Лобанова, А. В., Чумаченко, Д. В. (2023) Опросник «Школьная тревожность» Б. Филлипса: результаты стандартизации русскоязычной версии «Тест школьной тревожности Филлипса». *Вестник практической психологии образования*, т. 20, № 3, с. 39–54. <https://www.doi.org/10.17759/bpre.2023200303>
- Живодуева, А. А. (2021) Анализ результатов эмпирического исследования динамики тревожности младших школьников в учебной деятельности. *Молодой ученый*, № 42 (384), с. 153–159.
- Ибахаджиева, А. А. (2021) «Тревожность» как психологическое явление: интерпретация термина, особенности проявления. *Международный научно-исследовательский журнал*, № 11-4 (113), с. 45–49. <https://doi.org/10.23670/IRJ.2021.113.11.128>
- Изотова, Е. П. (2022) Особенности тревожности младших школьников при переходе от начального к основному общему образованию. *Проблемы современного педагогического образования*, № 74–4, с. 278–281. EDN: XOVVWP
- Ильин, Е. П. (2005) *Психофизиология состояний человека*. СПб.: Питер, 412 с.
- Карпова, Н. В. (2024) Опыт изучения интернализированных расстройств у детей и подростков в зарубежных исследованиях. *Современная зарубежная психология*, т. 13, № 2, с. 92–101. <https://doi.org/10.17759/jmp.2024130209>
- Карымова, О. С., Колодина, И. И. (2021) Особенности проявления тревожности и стресса у мужчин и женщин с разным уровнем самооценки. *Азимут научных исследований: педагогика и психология*, т. 10, № 2 (35), с. 358–361. <https://doi.org/10.26140/anip-2021-1002-0090>
- Кокоева, Р. Т. (2014) Тревожность как фактор, влияющий на социальную адаптацию подростков 15–16 лет. *Современные исследования социальных проблем*, № 4–1 (20), с. 97–106. EDN: TIPTXP
- Корабельникова, Е. А. (2018) Тревожные расстройства у подростков. *Медицинский Совет*, № 18, с. 34–43. <https://doi.org/10.21518/2079-701X-2018-18-34-43>
- Корецкая, И. А., Денисов, И. В. (2021) Анализ динамики тревожных и депрессивных состояний участников образовательного процесса в странах с разными ограничительными мерами в период пандемии COVID-19. *Казанский педагогический журнал*, № 4 (147), с. 234–241. EDN: HHZXNI
- Корчагин, Е. Н., Лобанова, А. В. (2021) Исследование социально-психологической адаптации и тревожности у студентов-бакалавров. *Педагогика и психология образования*, № 2, с. 208–221. <https://doi.org/10.31862/2500-297X-2021-2-208-221>
- Костина, Л. М. (2005) *Методы диагностики тревожности*. СПб.: Речь, 198 с.
- Криволапчук, И. И., Макарова, А. В. (2018) Школьная тревожность у девочек 11–12 лет с разными стадиями полового созревания. *Наука без границ*, № 9 (26), с. 44–49. EDN: YIUKGL
- Кулешова, Ю. А. (2024) Гендерные особенности тревожности младших подростков с разным уровнем социально-психологической адаптации. *Студенческий вестник*, № 10–1 (296), с. 65–68. EDN: OQJFRT.
- Лупенко, Н. Н. (2019) Гендерные различия тревожности личности и социально-психологической адаптированности у подростков. *Общество: социология, психология, педагогика*, № 9 (65), с. 55–58. <https://doi.org/10.24158/spp.2019.9.8>

- Малкова, Е. Е. (2009) Возрастная динамика проявлений тревожности у школьников. *Вопросы психологии*, № 4, с. 24–32. EDN: NAVCYJ
- Матюшичева, М. И. (2018) Социально-психологическая адаптация младших школьников в различных условиях обучения. *Проблемы современного педагогического образования*, № 60–3, с. 449–452. EDN YMBQOD
- Меркин, А. Г., Акинфиева, С. С., Мартюшев-Поклад, А. В. и др. (2021) Тревожность: феноменология, эпидемиология и факторы риска на фоне пандемии, вызванной новым коронавирусом SARS-CoV-2 (COVID-19). *Неврология, нейropsихиатрия, психосоматика*, т. 13, № 1, с. 107–112. <https://doi.org/10.14412/2074-2711-2021-1-107-112>
- Микляева, А. В., Румянцева, П. В. (2004) *Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция*. СПб.: Речь, 248 с.
- Находкин, В. В., Кривошапкина, Ю. Г. (2020) Исследование уровня школьной тревожности и способы ее коррекции. *Азимут научных исследований: педагогика и психология*, т. 9, № 3 (32), с. 350–352. <https://doi.org/10.26140/anip-2020-0903-0082>
- Немов, Р. С. (1995) *Психология: в 3 книгах. Кн. 3. Экспериментальная педагогическая психология и психодиагностика*. М.: Просвещение; ВЛАДОС, 508 с.
- Осницкий, А. К. (2004) Определение характеристик социальной адаптации. *Психология и школа*, № 1, с. 43–56.
- Параничева, Т. М., Макарова, Л. В., Тюрина, Е. В. и др. (2018) Особенности проявления тревожности у подростков 13–14 лет. *Новые исследования*, № 2 (55), с. 88–101. EDN: VMIFSU
- Прихожан, А. М. (2009) *Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст*. 2-е изд. СПб.: Питер, 192 с.
- Распопова, А. С., Берилова, Е. И., Босенко, Ю. М. (2021) Факторы тревожности и социально-психологической адаптации современных подростков в условиях образовательной среды. *Научное обозрение. Серия 2: Гуманитарные науки*, № 2, с. 85–95. <https://doi.org/10.26653/2076-4685-2021-2-07>
- Савина, Е. Г., Бура, Л. В. (2017) Школьная тревожность как фактор дезадаптации младших школьников. *Синергия наук*, № 12, с. 632–635. EDN: YTFAZ
- Сидоров, К. Р., Крохина, И. Г. (2013) Исследование причин тревожности учащихся. *Новое образование*, № 1, с. 3–5.
- Сукристик, А. В. (2024) Факторы, влияющие на развитие школьной тревожности у современных подростков. В кн.: С. А. Богомаз (ред.). *Психологическая студия*. Витебск: Изд-во Витебского государственного университета им. П. М. Машерова, с. 204–206.
- Сулимова, А. М., Сулимова, А. В., Лобanova, Н. А. (2023) Изучение школьной тревожности у учащихся 4 класса при переходе в среднее звено. *Тенденции развития науки и образования*, № 102–1, с. 161–163. <https://doi.org/10.18411/trnio-10-2023-47>
- Тарасова, С. Ю. (2023) Психологические риски подростков, обучающихся в условиях повышенной учебной нагрузки. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, т. 46, № 1, с. 280–302. <https://doi.org/10.11621/vsp.2023.01.12>
- Тревожные расстройства. (2025) *Всемирная организация здравоохранения*. [Электронный ресурс]. URL: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders> (дата обращения 13.08.2025).
- Царева, Е. В., Микулец, Ю. Д., Чапанова, Е. С. (2023) Исследование уровня тревожности подростков. *Проблемы современного педагогического образования*, № 81–3, с. 376–379. EDN: YUCYBB
- Alonso, J., Liu, Z., Evans-Lacko, S. et al. (2018) Treatment gap for anxiety disorders is global: results of the world mental health surveys in 21 countries. *Depression and Anxiety*, vol. 35, no. 3, pp. 195–208. <https://doi.org/10.1002/da.22711>
- Anderson, T. L., Valiauga, R., Tallo, C. et al. (2025) Contributing Factors to the rise in adolescent anxiety and associated mental health disorders: A narrative review of current literature. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, vol. 38, no. 1, article e70009. <https://doi.org/10.1111/jcap.70009>
- Atkinson, S. (2024) Cultural contexts of adolescent anxiety: Paradox, ambivalence, and disjunction. *Social Sciences and Humanities Open*, vol. 10, article 101081. <https://doi.org/10.1016/j.ssho.2024.101081>
- Çelikkaleli, Ö., Demir, S. (2022) Anxiety in high school adolescents by gender: Friend attachment, ineffective coping with stress, and gender in predicting anxiety. *Educational Process International Journal*, vol. 11, no. 3, pp. 32–47. <https://doi.org/10.22521/edupij.2022.113.2>
- Fayzieva, S. (2025) The role of emotional intelligence in adolescent social adaptation. *Journal of Applied Science and Social Science*, vol. 15, no. 2, pp. 389–398.
- Javaid, S. F., Hashim, I. J., Hashim, M. J. et al. (2023) Epidemiology of anxiety disorders: Global burden and sociodemographic associations. *Middle East Current Psychiatry*, vol. 30, no. 1, article 44. <https://doi.org/10.1186/s43045-023-00315-3>
- Marquez, J. (2023) Gender differences in school effects on adolescent life satisfaction: exploring cross-national variation. *Child and Youth Care Forum*, vol. 53, pp. 389–409. <https://doi.org/10.1007/s10566-023-09756-7>
- Wagner, G., Zeiler, M., Waldherr, K. et al. (2017) Mental health problems in Austrian adolescents: A nationwide, two-stage epidemiological study applying DSM-5 criteria. *European Child & Adolescent Psychiatry*, vol. 26, pp. 1483–1499. <https://doi.org/10.1007/s00787-017-0999-6>

## References

- Almazov, B. N. (2023) *Psihicheskaya sredovaya dezadaptatsiya nesovershennoletnikh* [Mental environmental maladjustment of minors]. Moscow: Yurajt Publ., 180 p. (In Russian)
- Alonso, J., Liu, Z., Evans-Lacko, S. et al. (2018) Treatment gap for anxiety disorders is global: Results of the world mental health surveys in 21 countries. *Depression and Anxiety*, vol. 35, no. 3, pp. 195–208. <https://doi.org/10.1002/da.22711> (In English)
- Anderson, T. L., Valiauga, R., Tallo, C. et al. (2025) Contributing factors to the rise in adolescent anxiety and associated mental health disorders: A narrative review of current literature. *Journal of Child and Adolescent Psychiatric Nursing*, vol. 38, no. 1, article e70009. <https://doi.org/10.1111/jcap.70009> (In English)
- Atkinson, S. (2024) Cultural contexts of adolescent anxiety: Paradox, ambivalence, and disjunction. *Social Sciences and Humanities Open*, vol. 10, article 101081. <https://doi.org/10.1016/j.ssaho.2024.101081> (In English)
- Barsukova, E. V., Gusejnova, E. G. (2016) Reaktivnaya trevozhnost' — estestvennoe ili priobretennoe sostoyanie [Reactive anxiety is a natural or acquired condition of the body]. *Sovremennaya pedagogika — Modern pedagogy*, no. 10 (47), pp. 73–78. (In Russian)
- Bartosh, O. P., Semenyuk, T. I. (2024) Osobennosti trevozhnosti u podrostkov, prozhivayushchikh na Krajinem Severe i yuge Rossii [Features of anxiety in adolescents living in the Far North and South of Russia]. *Vestnik psikhofiziologii — Psychophysiology News*, no. 1, pp. 81–85. <https://www.doi.org/10.34985/i3956-5901-0521-y> (In Russian)
- Celikkaleli, Ö., Demir, S. (2022) Anxiety in high school adolescents by gender: Friend attachment, ineffective coping with stress, and gender in predicting anxiety. *Educational Process International Journal*, vol. 11, no. 3, pp. 32–47. <https://doi.org/10.22521/edupij.2022.113.2> (In English)
- Dzhafarova, L. A., Ivanova, T. A., Shabanova, A. E. (2020) Trevozhnye rasstrojstva: kak s nimi borot'sya [Anxiety disorders: How to deal with them]. In.: N. V. Emel'yanov (ed.). *Nauchnye mezhdisciplinarnye issledovaniya: sbornik statej Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferentsii: v 2 chastyakh. Ch. 2* [Scientific interdisciplinary research: Collection of articles from the International scientific and practical conference. In 2 parts. Pt. 2]. Saratov: Tsifrovaya nauka Publ., pp. 158–162. (In Russian)
- Egorenko, T. A., Lobanova, A. V., Chumachenko, D. V. (2023) Oprosnik "Shkol'naya trevozhnost'" B. Fillipsa: rezul'taty standartizatsii russkoyazychnoj versii "Test shkol'noj trevozhnosti Fillipsa" ["School anxiety" questionnaire by B. Phillips: Results of standardization of the Russian-language version of the "Phillips school anxiety test"]. *Vestnik prakticheskoy psikhologii obrazovaniya — Bulletin of Practical Psychology of Education*, vol. 20, no 3, pp. 39–54. <https://www.doi.org/10.17759/bppe.2023200303> (In Russian)
- Fayzieva, S. (2025) The role of emotional intelligence in adolescent social adaptation. *Journal of Applied Science and Social Science*, vol. 15, no. 2, pp. 389–398. (In English)
- Freud, Z. (2001) Zapreshchenie, simptom i strakh [Prohibition, symptom and fear]. In.: *Trevoga i trevozhnost'* [Anxiety and restlessness]. Saint Petersburg: Piter Publ., pp. 18–22. (In Russian)
- Fromm, E. (2006) *Begstvo ot svobody. Chelovek dlya sebya* [Escape from freedom. A man for himself]. Moscow: AST Publ., 571 p. (In Russian)
- Golovina, G. M., Savchenko, T. N. (2022) Razlichiya v proyavleniyakh eskapizma raznykh dinamicheskikh tipov udovletvorennosti zhizn'yu [Differences in the manifestations of escapism of different dynamic types of life satisfaction] *Prikladnaya yuridicheskaya psikhologiya — Applied Legal Psychology*, vol. 61, iss. 4, pp. 104–116. [https://www.doi.org/10.33463/2072-8336.2022.4\(61\).104-116](https://www.doi.org/10.33463/2072-8336.2022.4(61).104-116) (In Russian)
- Golyanich, V. M., Bondaruk, A. F., Zagashova, M. V. (2024) Aksiologicheskie kriterii uspeshnosti sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii shkol'nikov mladshego podrostkovogo vozrasta [Axiological criteria for predicting the success of socio-psychological adaptation of schoolchildren of younger adolescence]. *Vestnik Mininskogo universiteta — Vestnik of Minin University*, vol. 12, no. 2, pp. 14. <https://www.doi.org/10.26795/2307-1281-2024-12-2-14> (In Russian)
- Gribanov, A. V., Deputat, I. S., Nekhoroshkova, A. N. et al. (2019) Psikhofiziologicheskaya kharakteristika trevozhnosti i intellektual'noj deyatel'nosti v detskom vozraste (obzor) [Psychophysiological characteristics of anxiety and intellectual activity in childhood (review)]. *Ekologiya cheloveka — Human Ecology*, vol. 26, no. 9, pp. 50–58. <https://www.doi.org/10.33396/1728-0869-2019-9-50-58> (In Russian)
- Grigor'eva, S. I. (2024) Shkol'naya trevozhnost' kak faktor, provotsiruyushchij nizkij uroven' motivatsii uchebnoj deyatel'nosti detej mladshego shkol'nogo vozrasta [School anxiety as a provoking factor a poor motivation for learning among senior schoolchildren]. *Izvestiya Rossijskoj akademii obrazovaniya — IZVESTIA of the Russian Academy of Education*, no. 2 (66), pp. 135–142. (In Russian)
- Horney, K. (2004) *Nevroticheskaya lichnost' nashego vremeni. Samoanaliz* [The neurotic personality of our time. Self-Analysis]. Moscow: Ajris-press Publ., 464 p. (In Russian)
- Ibakhadzhieva, L. A. (2021) "Trevozhnost'" kak psikhologicheskoe yavlenie: interpretatsiya termina, osobennosti proyavleniya [Anxiety as a psychological phenomenon: interpretation of the term, features of manifestation]. *Mezhdunarodnyj nauchno-issledovatel'skij zhurnal — International Research Journal*, no. 11-4 (113), pp. 45–49. <https://doi.org/10.23670/IRJ.2021.113.11.128> (In Russian)

- Il'in, E. P. (2005) *Psikhofiziologiya sostoyaniij cheloveka [Psychophysiology of human conditions]*. Saint Petersburg: Piter Publ., 412 p. (In Russian)
- Izotova, E. P. (2022) Osobennosti trevozhnosti mladshikh shkol'nikov pri perekhode ot nachal'nogo k osnovnomu obshchemu obrazovaniyu [Features of anxiety of younger schoolchildren during the transition from primary to basic general education]. *Problemy sovremennoj pedagogicheskogo obrazovaniya — Problems of Modern Pedagogical Education*, no. 74–4, pp. 278–281. (In Russian)
- Javaid, S. F., Hashim, I. J., Hashim, M. J. et al. (2023) Epidemiology of anxiety disorders: Global burden and sociodemographic associations. *Middle East Current Psychiatry*, vol. 30, no. 1, article 44. <https://doi.org/10.1186/s43045-023-00315-3> (In English)
- Karpova, N. V. (2024) Opyt izuchenija internalizirovannykh rasstrojstv u detej i podrostkov v zarubezhnykh issledovaniyakh [The international perspectives on internalizing disorders in children and adolescents]. *Sovremennaya zarubezhnaya psichologiya — Journal of Modern Foreign Psychology*, vol. 13, no. 2, pp. 92–101. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2024130209> (In Russian)
- Karyanova, O. S., Kolodina, I. I. (2021) Osobennosti proyavleniya trevozhnosti i stressa u muzhchin i zhenshchin s raznym urovнем samootsenki [Features of anxiety and stress in men and women with different levels of self-esteem]. *Azimut nauchnykh issledovanij: pedagogika i psichologiya — Azimuth of Scientific Research: Pedagogy and Psychology*, vol. 10, no. 2 (35), pp. 358–361. <https://doi.org/10.26140/anip-2021-1002-0090> (In Russian)
- Kokoeva, R. T. (2014) Trevozhnost' kak faktor, vliyayushchij na sotsial'nuyu adaptatsiyu podrostkov 15–16 let [Anxiety as a factor influencing the social adaptation of teenagers (15–16 years)]. *Sovremennye issledovaniya sotsial'nykh problem — Modern Studies of Social Issues*, no. 4–1 (20), pp. 97–106. (In Russian)
- Korabel'nikova, E. A. (2018) Trevozhnye rasstrojstva u podrostkov [Anxiety disorders in adolescents]. *Meditinskij Sovet — Medical Council*, no. 18, pp. 34–43. <https://doi.org/10.21518/2079-701X-2018-18-34-43> (In Russian)
- Koretskaya, I. A., Denisov, I. V. (2021) Analiz dinamiki trevozhnykh i depressivnykh sostoyaniy uchastnikov obrazovatel'nogo protsessa v stranakh s raznymi ogranicitel'nymi merami v period pandemii COVID-19 [Analysis of the dynamics of anxious and depressive states of participants in the educational process in countries with different restrictive measures during the COVID-19 pandemic]. *Kazanskij pedagogicheskiy zhurnal — Kazan Pedagogical Journal*, no. 4 (147), pp. 234–241. (In Russian)
- Korchagin, E. N., Lobanova, A. V. (2021) Issledovanie sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii i trevozhnosti u studentov-bakalavrov [Socio-psychological adaptation of students at university]. *Pedagogika i psichologiya obrazovaniya — Pedagogy and Psychology of Education*, no. 2, pp. 208–221. <https://doi.org/10.31862/2500-297X-2021-2-208-221> (In Russian)
- Kostina, L. M. (2005) *Metody diagnostiki trevozhnosti [Methods for diagnosing anxiety]*. Saint Petersburg: Rech' Publ., 198 p. (In Russian)
- Krivotapchuk, I. I., Makarova, L. V. (2018) Shkol'naya trevozhnost' u devochek 11–12 let s raznymi stadiyami polovogo sozrevaniya [School anxiety in girls 11–12 years with different stages of sexual maturity]. *Nauka bez granits*, no. 9 (26), pp. 44–49. (In Russian)
- Kuleshova, Yu. A. (2024) Gendernye osobennosti trevozhnosti mladshikh podrostkov s raznym urovнем sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii [Gender characteristics of anxiety in younger adolescents with different levels of socio-psychological adaptation]. *Studencheskij vestnik*, no. 10–1 (296), pp. 65–68. (In Russian)
- Lupenko, N. N. (2019) Gendernye razlichiya trevozhnosti lichnosti i sotsial'no-psikhologicheskoy adaptirovannosti u podrostkov [Gender differences in personality anxiety and socio-psychological adaptation in adolescents]. *Obshchestvo: sotsiologiya, psichologiya, pedagogika — Society: Sociology, Psychology, Pedagogics*, no. 9 (65), pp. 55–58. <https://doi.org/10.24158/spp.2019.9.8> (In Russian)
- Malkova, E. E. (2009) Vozrastnaya dinamika proyavlenij trevozhnosti u shkol'nikov [Age dynamics of anxiety manifestations in schoolchildren]. *Voprosy psichologii*, no. 4, pp. 24–32. (In Russian)
- Marquez, J. (2023) Gender differences in school effects on adolescent life satisfaction: Exploring cross-national variation. *Child and Youth Care Forum*, vol. 53, pp. 389–409. <https://doi.org/10.1007/s10566-023-09756-7> (In English)
- Matyushicheva, M. I. (2018) Sotsial'no-psikhologicheskaya adaptatsiya mladshikh shkol'nikov v razlichnykh usloviyakh obucheniya [Socio-psychological adaptation of younger schoolchildren in various learning environments]. *Problemy sovremennoj pedagogicheskogo obrazovaniya — Problems of Modern Pedagogical Education*, no. 60–3, pp. 449–452. (In Russian)
- Merkin, A. G., Akinfieva, S. S., Martyushev-Poklad, A. V. et al. (2021) Trevozhnost': fenomenologiya, epidemiologiya i faktory risika na fone pandemii, vyzvannoj novym koronavirusom SARS-COV-2 (COVID-19) [Anxiety: Phenomenology, epidemiology and risk factors during the novel coronavirus SARS-COV-2 (COVID-19) pandemic]. *Nevrologiya, nejropsikhiatriya, psichosomatika — Neurology, Neuropsychiatry, Psychosomatics*, vol. 13, no. 1, pp. 107–112. <https://doi.org/10.14412/2074-2711-2021-1-107-112> (In Russian)
- Miklyaeva, A. V., Rumyantseva, P. V. (2004) *Shkol'naya trevozhnost': diagnostika, profilaktika, korreksiya [School anxiety: Diagnosis, prevention, correction]*. Saint Petersburg: Rech' Publ., 248 p. (In Russian)
- Nakhodkin, V. V., Krivoshepkina, Yu. G. (2020) Issledovanie urovnya shkol'noj trevozhnosti i sposoby ee korreksii [The study of the level of school anxiety and methods for its correction]. *Azimut nauchnykh issledovanij*:

- pedagogika i psichologiya — Azimuth of Scientific Research: Pedagogy and Psychology*, vol. 9, no. 3 (32), pp. 350–352. <https://doi.org/10.26140/anip-2020-0903-0082> (In Russian)
- Nemov, R. S. (1995) *Psichologiya: v 3 knigakh. Kn. 3. Eksperimental'naya pedagogicheskaya psichologiya i psikhodiagnostika [Psychology: In 3 books. Book 3: Experimental educational psychology and psychodiagnostics]*. Moscow: Prosveshchenie Publ.; VLADOS Publ., 508 p. (In Russian)
- Osnitskij, A. K. (2004) Opredelenie kharakteristik sotsial'noj adaptatsii [Determination of characteristics of social adaptation]. *Psichologiya i shkola*, no. 1, pp. 43–56. (In Russian)
- Paranicheva, T. M., Makarova, L. V., Tyurina, E. V. et al. (2018) Osobennosti proyavleniya trevozhnosti u podrostkov 13–14 let [Features of manifestation of uneasiness at teenagers of 13–14 years]. *Novye issledovaniya — New Research*, no. 2 (55), pp. 88–101. (In Russian)
- Prikhozhan, A. M. (2009) *Psichologiya trevozhnosti: doshkol'nyj i shkol'nyj vozrast [Psychology of anxiety: Preschool and school age]*. 2<sup>nd</sup> ed. Saint Petersburg: Piter Publ., 192 p. (In Russian)
- Raspopova, A. S., Berilova, E. I., Bosenko, Yu. M. (2021) Faktory trevozhnosti i sotsial'no-psikhologicheskoy adaptatsii sovremennoykh podrostkov v usloviyah obrazovatel'noy sredy [Factors of anxiety and socio-psychological adaptation of modern adolescents in an educational environment]. *Nauchnoe obozrenie. Seriya 2: Gumanitarnye nauki — Scientific Review. Series 2. Human Sciences*, no. 2, pp. 85–95. <https://doi.org/10.26653/2076-4685-2021-2-07> (In Russian)
- Savina, E. G., Bura, L. V. (2017) Shkol'naya trevozhnost' kak faktor dezadaptatsii mladshikh shkol'nikov [School anxiety as a factor of disadaptation of younger students]. *Sinergiya Nauk*, no. 12, pp. 632–635. (In Russian)
- Sidorov, K. R., Krokhina, I. G. (2013) Issledovanie prichin trevozhnosti uchashchikhsya [Study of the causes of anxiety of students]. *Novoe obrazovanie*, no. 1, pp. 3–5. (In Russian)
- Sukristik, A. V. (2024) Faktory, vliyayushchie na razvitiye shkol'noj trevozhnosti u sovremennoykh podrostkov [Factors influencing the development of school anxiety in modern adolescents]. In: S. L. Bogomaz (ed.). *Psichologicheskaya studiya [Psychological studio]*. Vitebsk: Vitebsk State University named after P. M. Masherov Publ., pp. 204–206. (In Russian)
- Sulimova, A. M., Sulimova, A. V., Lobanova, N. A. (2023) Izuchenie shkol'noj trevozhnosti u uchashchikhsya 4 klassa pri perekhode v srednee zveno [Study of school anxiety in 4<sup>th</sup> grade students during transition to middle school]. *Tendentsii razvitiya nauki i obrazovaniya*, no. 102–1, pp. 161–163. <https://doi.org/10.18411/trnio-10-2023-47> (In Russian)
- Tarasova, S. Yu. (2023) Psichologicheskie riski podrostkov, obuchayushchikhsya v usloviyah povyshennoy uchebnoy nagruzki [Psychological risks of adolescents studying under conditions of increased academic load]. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psichologiya — Lomonosov Psychology Journal*, vol. 46, no. 1, pp. 280–302. <https://doi.org/10.11621/vsp.2023.01.12> (In Russian)
- Tsareva, E. V., Mikulets, Yu. D., Chapanova, E. S. (2023) Issledovanie urovnya trevozhnosti podrostkov [Study of the level of anxiety in adolescents]. *Problemy sovremennoy pedagogicheskogo obrazovaniya — Problems of Modern Pedagogical Education*, no. 81–3, pp. 376–379 (In Russian)
- Uvarova, L. V. (2000) *Mekhanizm psikhicheskoy determinatsii strakhov v mladshem podrostkovom vozraste [The mechanism of mental determination of fears in early adolescence]*. PhD dissertation (Psychology). Moscow, Moscow Pedagogical State University, 138 p. (In Russian)
- Vygotskij, L. S. (2005) *Pedagogicheskaya psichologiya [Educational Psychology]*. Moscow: AST Publ., 670 p. (In Russian)
- Wagner, G., Zeiler, M., Waldherr, K. et al. (2017) Mental health problems in Austrian adolescents: A nationwide, two-stage epidemiological study applying DSM-5 criteria. *European Child & Adolescent Psychiatry*, vol. 26, pp. 1483–1499. <https://doi.org/10.1007/s00787-017-0999-6> (In English)
- Trevozhnye rasstroystva [Anxiety disorders]. (2025) *Vsemirnaya organizatsiya zdravotva [World Health Organization]*. [Online]. Available at: <https://www.who.int/ru/news-room/fact-sheets/detail/anxiety-disorders> (accessed 13.08.2025). (In Russian)

#### Сведения об авторах

Мария Викторовна Загашева, старший преподаватель кафедры психологии и педагогики, Санкт-Петербургский государственный институт культуры

SPIN-код: 4430-8195, ResearcherID: JZD-9474-2024, ORCID: 0009-0007-4690-1911, e-mail: mz1975@mail.ru

Александр Феодосьевич Бондарук, кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии и педагогики, Санкт-Петербургский государственный институт культуры

SPIN-код: 3871-7936, ResearcherID: KAM-1783-2024, ORCID: 0000-0002-6549-6399, e-mail: bondaruk59@bk.ru

Валерий Михайлович Голянич, доктор медицинских наук, профессор, профессор кафедры общей и клинической психиатрии, Первый Санкт-Петербургский государственный медицинский университет имени академика И. П. Павлова

SPIN-код: 8292-3763, ResearcherID: ABG-1954-2020, ORCID: 0000-0001-8118-761X, e-mail: golyanich58@mail.ru

**Authors**

Maria V. Zagasheva, Senior Lecturer, Department of Psychology and Pedagogy, Saint Petersburg State Institute of Culture  
SPIN: [4430-8195](#), ResearcherID: [JZD-9474-2024](#), ORCID: [0009-0007-4690-1911](#), e-mail: [mz1975@mail.ru](mailto:mz1975@mail.ru)

Alexander F. Bondaruk, Candidate of Sciences (Psychology), Associate Professor, Department of Psychology and Pedagogy,  
Saint Petersburg State Institute of Culture  
SPIN: [3871-7936](#), ResearcherID: [KAM-1783-2024](#), ORCID: [0000-0002-6549-6399](#), e-mail: [bondaruk59@bk.ru](mailto:bondaruk59@bk.ru)

Valery M. Golyanich, Doctor of Sciences (Medicine), Professor, Department of General and Clinical Psychology,  
Pavlov First Saint Petersburg State Medical University  
SPIN: [8292-3763](#), ResearcherID: [ABG-1954-2020](#), ORCID: [0000-0001-8118-761X](#), e-mail: [golyanich58@mail.ru](mailto:golyanich58@mail.ru)