

Развитие человека в современном мире. 2025. № 1
Human Development in the Modern World. 2025, no. 1

Научная статья

УДК 159.922.7

Особенности взаимосвязи тревожности и эмпатии у мальчиков и девочек подросткового возраста

Татьяна Викторовна Гудкова¹

¹*Новосибирский государственный педагогический университет,
Новосибирск, Россия*

Аннотация. В статье излагаются результаты многоаспектных исследований на основе авторитетных источников, посвященные изучению тревожности как функционального образования на разных возрастных этапах: от младшего школьного до раннего юношеского возраста. Исходя из научных исследований, указывается на непростой характер взаимозависимостей тревожности с другими характеристиками. В работе раскрывается сущность понятия «тревожность». Приводятся возможные источники, факторы, способствующие ее формированию как психологической особенности человека. Учитывая огромную роль индивидуального опыта индивида в неблагоприятных для него ситуациях, подчеркивается аспект физиологических и социальных факторов в формировании тревожного состояния. Представлены физиологические и средовые факторы, обуславливающие тревожность детей. Описываются возможные механизмы проявления тревожного состояния. Рассматриваются возрастные и индивидуальные формы проявления тревожности. В работе обращается внимание на понимание природы тревожности, подчеркивается, что источник переживаний происходит путем накопления отрицательного эмоционального опыта у человека. Указывается на формирование устойчивой тревожности и ее негативного влияния на деятельность и развитие личности детей и подростков. Рассматриваются взаимосвязи между характеристиками тревожности и особенностями психических состояний.

В статье представлены данные в рамках исследования, направленного на выявление взаимосвязи тревожности и эмпатии у школьников подросткового возраста. Выявлены статистически значимые различия между мальчиками и девочками по уровню школьной тревожности и эмпатии. Отмечается, что у мальчиков-подростков чаще встречается низкий уровень общей школьной тревожности, чем у девочек-подростков. Повышенный уровень общей школьной тревожности чаще наблюдается у девочек-подростков, чем у мальчиков. Напротив, очень низкий и низкий уровень эмпатии характерен больше для мальчиков, а высокий больше присущ девочкам-подросткам. Выявлены статистически значимые взаимосвязи между школьной тревожностью и эмпатией у данной группы испытуемых. Наиболее выражена в группе девочек-подростков взаимосвязь между параметрами «Общий уровень эмпатии» и «Общая тревожность на уроке».

Ключевые слова: тревожность; эмпатия; дети; подростки; тревога; механизмы тревожности; эмоциональное состояние; школьная тревожность; конфликт; стресс.

Для цитирования: Гудкова Т. В. Особенности взаимосвязи тревожности и эмпатии у мальчиков и девочек подросткового возраста // Развитие человека в современном мире. – 2025. – № 1. – С. 31–47.

Original article

Features of the relationship between anxiety and empathy in adolescent boys and girls

Tatiana V. Gudkova¹

¹*Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia*

Abstract. The article presents the results of multidimensional research based on authoritative sources devoted to the study of anxiety as a functional education at different age stages: from primary school to early adolescence. Based on scientific research, it is indicated that the complex nature of the interdependencies of anxiety with other characteristics. The paper reveals the essence of the concept of “anxiety”. Possible sources and factors contributing to its formation as a psychological feature of a person are given. Considering the huge role of an individual's individual experience in unfavorable situations for him, the aspect of physiological and social factors in the formation of an anxious state is emphasized. The physiological and environmental factors that cause anxiety in children are presented. The possible mechanisms of the manifestation of the anxiety state are described. Age-related and individual forms of anxiety are considered. Attention is drawn to the understanding of the nature of anxiety in the work, it is emphasized that the source of experiences occurs through the accumulation of negative emotional experience in a person. The formation of persistent anxiety and its negative impact on the activity and personal development of children and adolescents is indicated. The interrelationships between the characteristics of anxiety and the characteristics of mental states are considered.

The article presents data within the framework of a study aimed at identifying the relationship between anxiety and empathy in adolescent schoolchildren. Statistically significant differences between boys and girls in terms of school anxiety and empathy were revealed. It is noted that adolescent boys are more likely to have a low level of general school anxiety than adolescent girls. Increased levels of general school anxiety are more common in adolescent girls than in boys. On the contrary, very low and low levels of empathy are more typical for boys, and high is more typical for teenage girls. Statistically significant correlations between school anxiety and empathy were revealed in this group of subjects. The relationship between the parameters “General level of empathy” and “General anxiety in the classroom” is most pronounced in the group of adolescent girls.

Keywords: anxiety; empathy; children; adolescents; anxiety; mechanisms of anxiety; emotional state; school anxiety; conflict; stress.

For citation: Gudkova T. V. Features of the relationship between anxiety and empathy in adolescent boys and girls. *Human Development in the Modern World*, 2025, no. 1, pp. 31–47. (In Russ.)

Введение. Проблема тревожности занимает особое место в психологических исследованиях. Аналитический обзор источников по проблеме проявления тревоги и тревожности показал, что данный вопрос систематически освещается в трудах различных ученых [18; 22; 27; 29 и др.]. Наиболее актуальными являются иссле-

дования связи тревожности с такими конструктами, как мотивация достижения, успеваемость, эмпатия, конфликтность, коммуникативная компетентность, личностные черты человека, агрессивность и влияние тревожности на характеристики деятельности [1; 10; 21; 23 и др.]. Так, А. М. Прихожан отмечает «определенную двойственность, сочетание общепринятых положений и их недостаточную экспериментальную и клиническую доказанность; расхождение между теоретическими положениями и их экспериментальным обоснованием» [22, с. 25].

Л. А. Жердева указывает на факт роста количества детей с высокими показателями тревожности. В связи с этим значимыми становятся задачи, направленные на повышение их социальной адаптивности, интеллектуальной и социальной компетентности [9].

А. М. Прихожан указывает на то, что во многих исследованиях акцентируется внимание на ведущей роли тревожности, лежащей «в основе целого ряда психологических трудностей детства» [22, с. 6]. Строго говоря, понимание тревожности как «относительно устойчивой личностной характеристики заставляет обратить особое внимание на роль личностных и социальных факторов в ее возникновении и закреплении, прежде всего в ходе общения» [22, с. 13]. При этом «факторы общения выделяются в качестве центральных» при исследовании всех сторон развития [22, с. 15], отмечает А. М. Прихожан. Сложным является вопрос относительно возрастной специфики тревожности.

Теоретическая часть. Обратимся к пониманию терминов «тревога», «тревожность» и их соотношению. Раскрывая сущность данных понятий С. Степанов замечает, что еще Цицерон утверждал, что «тревожность как черта характера (*anxietas*) отличается от состояния тревоги (*angor*) в том смысле, что тот, кто иногда испытывает страх, не обязательно всегда встревожен, а тот, кто тревожен, не обязательно во всех случаях испытывает страх» [26].

Понятию «тревоги» в психологии, как правило, соответствует представление о психическом состоянии человека, возникающем в определенное время и имеющим связь с конкретной угрожающей ситуацией (непосредственная тревога). Роль тревоги, проявляющаяся как черта личности (тревожность) человека, т. е. ее свойство, предполагающее повышенную склонность к переживанию своего тревожного состояния, была подчеркнута К. Э. Изардом [9] и Ч. Д. Спилбергером [27]. Иными словами, тревожность представляет собой индивидуальную психологическую характеристику – склонность индивида испытывать сильное беспокойство – тревогу по поводу даже относительно незначительных причин. Термин «тревожность» также используют при описании более широкого спектра переживаний, возникающих независимо от конкретной ситуации. Как правило, тревожного человека характеризует склонность к чувству тревоги и незащищенность его от тревожных реакций в различных неблагоприятных для него ситуациях.

Р. Плутчик рассматривает тревожность как сочетание страха и ожидания определенного события [37]. Согласно его представлению, понять динамику тревоги можно исходя из анализа ситуаций, вызывающих у человека страх и выявление им ожиданий по отношению к подобным ситуациям.

В понимании Н. В. Имедадзе тревожность – это «эмоциональное состояние, возникшее перед возможностью фрустрации социальных потребностей» [10, с. 50]. Рассматривая тревогу как состояние и тревожность как черту личности, Ч. Д. Спилбергер [27] выделил понятия личностной и ситуативной тревожности. Под личностной

тревожностью понимается устойчивая индивидуальная характеристика, отражающая предрасположенность человека к тревоге и предполагающая наличие у него тенденции воспринимать достаточно широкий спектр ситуаций как угрожающие, отвечая на каждую из них определенной реакцией, т. е. находиться в готовности к ожиданию опасности, что и определяет его состояние тревожности. Ситуативная или реактивная тревожность как состояние характеризуется субъективно переживаемыми эмоциями: напряжением, беспокойством, озабоченностью, нервозностью, возникает как эмоциональная реакция на стрессовую ситуацию.

По мнению Ю. Л. Ханина, ситуативная тревожность проявляется в качестве реакции на различные социально-психологические стрессоры. К таким относятся: негативная оценка, складывающаяся на основе отношения со стороны окружающих, или негативное восприятие себя; ожидание агрессивных реакций от окружающих; угрозы самооценке и репутации и т. п. Личностная – отражает индивидуальные различия в сопротивляемости и неустойчивости личности к даже незначительным угрозам по отношению к себе [31].

З. Фрейд считал, что понимание природы тревоги имеет колоссальное значение для объяснения психической жизни человека и определял ее как неприятное переживание, которое выступает сигналом предвосхищаемой опасности [29]. В рамках своей концепции он классифицировал тревогу, подразделяя ее на три вида: нормальную (объективную), возникающую в ситуациях, когда возникает реальная опасность; невротическую, вызванную опасностью неизвестной и неопределенной, когда объект заключается во внутренней, а не во внешней опасности. Первая сознательно не признается. З. Фрейд [28; 30] определяет это как «тревогу совести» – моральную, появляющуюся при восприятии Эго опасности, идущей от Супер-Эго. В свою очередь, невротическая может проявляться в трех основных формах: свободно плавающая, свободно витающая или готовность в виде тревоги, которую, как образно замечает Фрейд [29], тревожный человек носит повсюду с собой, и она всегда готова прикрепиться к любому более или менее подходящему объекту (внешнему или внутреннему), например, может воплотиться в страх ожидания. Таким образом, индивид может испытывать тревожность в случае реальной или предполагаемой опасности и в случае морального не спокойствия или тревожной совести.

Нельзя не согласиться с К. Хорни, которая, разграничивая феномены страха и тревоги, являющиеся сообразными реакциями на опасность, отмечала, что интенсивность тревоги пропорциональна тому смыслу, который для данного человека имеет данная ситуация. Причины тревоги для него, как правило, неизвестны. Автор, используя понятие «базальной тревожности», определяет ее в качестве чувства собственной незначительности, беспомощности, покинутости, а также уязвимости в опасности, нахождения в мире, в котором бытуют такие негативные состояния, как обиды, обман, нападки, зависть и др. Хорни выделяет различные по характеру способы, которые человеком могут использоваться при избегании тревоги: рационализация; отрицание; бегство от мыслей, чувств и ситуаций; наркомания [32].

В. Н. Мясищев в ряде своих работ, обозначив проблему внутреннего или психологического конфликта, определил его как особое сочетание в диаде объективных и субъективных факторов, нарушающих значимые отношения личности и способствующих в свою очередь устойчивому переживанию эмоционального напряжения, интенсивность которого определяется субъективной значимостью для личности нарушенных отношений. Хотелось бы особо подчеркнуть следующую мысль

В. Н. Мясищева относительно ключевого аспекта [18], выступающего основой для возникновения тревожности, а именно: возникающее противоречие между имеющимися у личности возможностями и предъявляемыми к ней требованиями действительности, с которыми человек не может справиться по разным причинам.

В работах К. Роджерса тревожность рассматривается как некоторая эмоциональная реакция на внутриличностное противоречие. В своих исследованиях автор раскрыл взаимозависимости, которые характеризуются спектром таких состояний, как переживаемая человеком скованность, напряженность, причину чего он не может осмыслить и понять. Как некий знак, символ угрозы, возникающий на уровне сознания вследствие неконгруэнтности Я-концепции индивида и актуального опыта в качестве реакции со стороны организма на подпороговое восприятие того, что такой характер противоречия может достигать осознания, тем самым вызывая изменения в Я-концепции, писал К. Роджерс [30].

В исследованиях D. C. McClelland указывается на связь тревожности (тревоги) и внутреннего конфликта самооценочного типа (во взаимосвязи с гармоничным или дисгармоничным представлением о себе). Показано, насколько непростыми являются эти взаимозависимости. Особо важным является вопрос относительно Я образа. Согласно позиции автора, дисгармоничное представление о себе, наличие внутренних противоречий в образе Я ведет к снижению силы Я и повышает подверженность фрустрации, что способствует переживанию тревоги [36]. При этом тревожность рассматривается не как самостоятельное образование, а как следствие повышенной подверженности фрустрациям.

В частности, Г. С. Салливан отмечал, что если у ребенка с самого начала будет сформировано чувство межличностной надежности, то оно не даст развиваться тревожности, он считал, что дети существенно отличаются друг от друга по уровню ее проявления [25]. Основным источником тревожности является неодобрение со стороны значимых людей, отмечал он. В детском возрасте может возникнуть стресс неадекватных требований, который появляется на фоне предъявления ребенку завышенных требований, и приводит к так называемому токсическому – небольшому, но постоянно действующему стрессу. Раскрывая сущность стрессовых ситуаций для ребенка, М. М. Безруких указывает на такие аспекты, когда у ребенка нет поддержки со стороны взрослых и требования возрастают, то в этой ситуации поддержка может нивелировать реакцию на стресс [2]. Если поддержки нет в системе неадекватных требований, то возникает токсический стресс, например, стресс из-за ограничения времени является очень сильным для ребенка.

Раскрывая сущность понятия тревожности, А. М. Прихожан определяет его как «устойчивое личностное образование, сохраняющееся на протяжении достаточно длительного периода времени, имеет собственную побудительную силу и константные формы реализации в поведении с преобладанием в последних компенсаторных и защитных проявлений» [22, с. 126]. Тревога, по мнению А. М. Прихожан, – это эмоциональное переживание, а тревожность – психологическая особенность, устойчивое свойство человека, характерная для него черта [21; 22]. Исходя из этого положения можно заключить, что если человек достаточно часто испытывает состояние тревоги, то его считают тревожным. Склонность человека к переживанию тревоги является одним из основных параметров индивидуальных различий.

В исследовании В. Р. Кисловской тревожность определяется как склонность человека прибывать в повышенном (ситуативном или постоянном) состоянии беспокой-

ства. Отмечается, что характерной особенностью человека является переживание страха и тревоги в условиях определенных социальных ситуаций, обусловленных либо неблагоприятными обстоятельствами, либо повышенным эмоциональным и физическим напряжением, или иными причинами. Некоторые ситуации, которые человек переживает в своей жизни, становятся порой неодолимым препятствием на пути к взаимодействию с другими людьми [12]. Так, в рамках проведенного исследования, Кисловской отмечается, что социальная тревожность ожиданий выступает результатом неудовлетворенности и эмоционального неблагополучия в коллективе, или опосредована порождением тревоги, возникающей в неблагополучном опыте общения.

О необходимости разграничения тревожности на открытую и скрытую отмечает Н. Н. Мехтиханова [17]. Открытая – переживается сознательно и проявляется в виде беспокойства в поведении и действиях человека. Скрытая тревожность не осознается и может проявляться (косвенно) в чрезмерном спокойствии, отсутствии осознания реальности или отрицании неприятностей, а также в определенных формах поведения.

Таким образом, отметим, несмотря на тесную связь между тревогой и тревожностью, оба эти понятия не идентичны и не могут подменять друг друга.

Существенным для психологии является вопрос относительно взаимосвязи между тревожностью и другими личностными и индивидуальными особенностями человека. Исследования выявляют наличие определенных корреляционных связей и возможности их дальнейшей интерпретации, на что указывает в своих работах А. М. Прихожан, отмечая непростой характер этих взаимосвязей [21; 22; 23]. Прихожан указывает, что они «нередко носят достаточно противоречивый характер и обнаруживают связь с культурными и социальными условиями, что служит для исследователей дополнительным аргументом в пользу представлений о преимущественно личностной, социальной природе тревожности» [22, с. 9–10]. Так, приведенные данные на основе работ И. П. Шкуратовой и В. В. Ермак указывают на наличие прямой связи между тревожностью и крайними значениями когнитивного стиля «импульсивность-рефлексивность» и полезависимостью [34; 35]. Связь тревожности и нарушений общения подтверждают корреляционные зависимости между тревожностью и личностными особенностями, характеризующими отношение ребенка к окружающим. Указывается на наличие связи между тревожностью и зависимостью. Отметим, что наиболее выражена эта взаимосвязь у мальчиков.

В исследованиях S. B. Sarason отмечается сложный характер взаимосвязи тревожности и агрессивности, свидетельствующий об отрицательной связи с прямым выражением агрессии и положительной – с косвенной, скрытой агрессивностью, а также с выраженностью агрессии, направленной на себя. Более отчетливо такая связь обнаруживается у мальчиков, отмечается S. B. Sarason [38].

Ряд исследователей Б. И. Кочубей, Е. В. Новикова [14], К. Бютнер [4] рассматривают такие особенности проявления агрессивности в качестве способа ослабления тревожности или ее маски, т. е. такой формы поведения, посредством которой она скрывается от других, а нередко и от самого себя.

А. М. Прихожан также указывает на то, что «устойчивая тревожность оказывает негативное влияние на деятельность и развитие личности детей и подростков вне зависимости от того, в какой форме она проявляется. ... Во многом это происходит за счет того, что тревожность придает деятельности выраженный приспособительный характер» [22, с. 81].

О возможном понимании тревожности посредством внутреннего конфликта свидетельствуют данные, полученные в работах Л. В. Бороздиной и Е. А. Залученовой [3; 6]. Так, при исследовании взрослых испытуемых установлено, что особенности самооценки и уровня притязаний в отдельности не связаны с повышением тревожности. Подчеркивается следующая особенность обусловленности тревожности: конфликтами, рассогласованием уровней самооценки и притязаний. Механизм действия данного состояния объясняется следующим образом: дивергентность самооценки и уровня притязаний препятствуют выбору целей поведения, деятельности, соответствующих оценке человеком своих возможностей, что приводит к переживанию, нарастанию напряженности и внутреннего дискомфорта, выражением которых и является повышение личностной тревожности. При этом высота уровня тревожности имеет прямую связь с глубиной дискордантности высотных характеристик самооценки и уровня притязаний.

В исследованиях А. М. Прихожан достаточно подробно обосновывается возникновение тревожности на основе накопления отрицательного эмоционального опыта, который, в свою очередь, порождает соответствующие прогностические оценки и во многом определяет модальность непосредственных переживаний [22; 23]. Так, в работе автора при исследовании межличностной тревожности подростков установлено, что достаточно гармоничное представление о себе, характеризующееся оптимальным соотношением характеристик самооценки и уровня притязаний, не имеет связи с тревожностью. Прихожан обнаружена связь тревожности «с неблагоприятными типами самооценки, а также с неблагоприятными вариантами соотношения самооценки и уровня притязаний (величиной расхождения, парадоксальности характера соотношения, когда уровень самооценки оказывается выше уровня притязаний и т. п.)» [22, с. 25]. Была выявлена обусловленность «тревожности особенностями осознания каждой из этих тенденций: чем сильнее и отчетливее осознавалась каждая из тенденций, тем выше был уровень тревожности детей», при этом переживание тревожности «оказалось под влиянием защитных механизмов», отмечает А. М. Прихожан. При ярко выраженном реальном неблагополучии подобный конфликт вел к «неадекватному спокойствию», нечувствительности к реальному неблагополучию и т. п. Исследования Прихожан позволили установить следующий механизм возникновения тревожности: «конфликт между самооценкой и уровнем притязаний, вызывая одновременно и повышенное стремление к успеху, и затрудненность в оценке этого успеха», приводит к «колебаниям, сомнениям, двойственности в оценке и осознании подростком своей успешности в сфере межличностных отношений, что препятствует переживанию удовлетворения потребности в общении» [22, с. 25]. Неудовлетворенность этой потребности и проявляется в виде межличностной тревожности, отмечает автор.

Источником подростковой тревожности, как правило, выступает внутренний конфликт вследствие перехода из мира детства в юношество, который проявляется противоречием между собственной индивидуальностью и стремлением соответствовать определенным требованиям, между объективными потребностями и эмоциональными неосознаваемыми состояниями и прочим, на что указывают Ю. А. Зайцев и А. А. Хван [7].

В исследовании Т. А. Красилов выявлена положительная взаимосвязь между повышенной тревожностью и конфликтностью личности [15]. Это проявляется в преобладании высокого уровня тревожности. Так, доминирующей стратегией поведе-

ния в конфликтной ситуации конфликтных студентов выступает соперничество. Компромисс и сотрудничество для них являются наименее предпочитаемыми стратегиями.

С тревожностью обнаруживают связь также такие переживания, как «боязнь неудачи, чувство одиночества, неполноценности, незащищенности», отмечается в исследованиях Прихожан [22, с. 51]. Переживания тревожности, начиная с подросткового возраста, нередко дополняются чувствами стыда и вины.

В рамках проведенного исследования А. М. Прихожан был выделен ряд следующих факторов, оказывающих влияние на получение эмоционального опыта у тревожных детей, включающих [22]:

- 1) неумение учитывать условия ситуации;
- 2) отсутствие собственных внутренних критериев успеха и неуспеха;
- 3) запоминание преимущественно неблагоприятных событий.

Системное исследование Прихожан показало, что во всех возрастных группах (3, 6 и 10-х классов) для тревожных детей и подростков «характерно неумение оценить свои действия, осмыслить оптимальную для себя зону трудности задания и определить вероятность желательного исхода события» [22, с. 94]. Отмечается, что такие дети и подростки значительно чаще, чем их эмоционально благополучные сверстники, объективно оказывались неуспешными в ситуациях, в которых отсутствуют заданные внешние критерии. Заслуживают внимания следующие предположения о возможной обусловленности влиянием родителей и педагогов, т. к. и в детском саду, и в школе основное внимание уделяется ситуациям с внешне заданными критериями, что позволяет тревожным детям добиться определенного успеха. «Подобная привязанность к внешним критериям и практическое отсутствие внутренних, затрудненность в выборе и оценке собственных действий», по мнению А. М. Прихожан, обуславливает «повышенную чувствительность к социальному сравнению, создает тем самым условия для субъективного переживания неуспеха даже в тех случаях, где реальных оснований для этого нет» [22, с. 94].

В младшем школьном возрасте отмечается особенность тревожных детей к запоминанию преимущественно неблагоприятных событий, в отличие от благополучных, чаще запоминаемых эмоционально благополучными детьми. В подростковом и юношеском возрасте тревожные ученики при достаточно точном запоминании и тех и других событий испытывают постоянные сомнения, неуверенность в правильности своего восприятия успеха и неуспеха и значительную неудовлетворенность им. Последнее может способствовать формированию и накоплению отрицательного эмоционального опыта.

Выявлены следующие особенности запоминания преимущественно неблагоприятных, неуспешных событий. В дошкольном и младшем школьном возрасте характерно накопление неблагоприятного эмоционального опыта. В подростковом и раннем юношеском возрасте при точном запоминании события появляются сомнения, переживания относительно того, является ли успех действительным, что способствует умножению отрицательного эмоционального опыта, и в свою очередь определяет модальность непосредственных переживаний школьников. С точки зрения Прихожан, подобно механизму «заколдованного психологического круга», многие факторы могут выступать как предпосылкой, так и результатом тревожности и способствуют накоплению отрицательного эмоционального опыта [22, с. 95]. Автор полагает, что именно указанные особенности эмоционального опыта оказывают

влияние на характер переживания тревоги как диффузного, беспредметного состояния. Более того, они «создают своеобразное “силовое поле”, которое приписывает отрицательную модальность всему непосредственно воспринимаемому окружению и экстраполирует его в будущее, направляя действие такого поля за пределы объективируемого окружения и сосредоточивая его на неопределенных, плохо предсказуемых и в дальнейшем принципиально непроверяемых областях» [22, с. 95].

Феноменология тревожности требует не только психологического обоснования, но и физиологического и социального понимания. Так, в психофизиологических исследованиях О. Н. Адамовской, С. Б. Догадкиной, И. В. Ермаковой и др. [1] выявлено, что у младших школьников характер и выраженность реакции сердечно-сосудистой, вегетативной, нервной и эндокринной систем различны, эти отличия находятся в зависимости от их личностных особенностей (уровня тревожности и нейротизма). Установлено, что наиболее благоприятная реакция организма на когнитивную нагрузку обнаруживается у детей со средним уровнем тревожности и низким уровнем нейротизма. Наиболее выраженная и генерализованная реакция организма наблюдается при повышенном уровне тревожности и среднем уровне нейротизма. Более того, у детей с повышенным и высоким уровнем тревожности и нейротизма реакция со стороны данных систем на когнитивную нагрузку носит напряженный характер.

В работе Е. И. Николаевой отмечается, что физиологической основой в стрессовых ситуациях выступает деятельность полушарий мозга. Исследования свидетельствуют о том, что в условиях стрессовых ситуаций происходит снижение уровня активности левого полушария, тогда как активность правого, напротив, возрастает. Имеются данные о взаимосвязи тревожности с функционированием определенных физиологических систем мозга [19].

Укажем на следующий аспект относительно социальных ситуаций, которые внутренне определяют характер действия человека, его переживания и во многом отражают личный опыт. В рамках исследования Е. А. Климович проводилась оценка уровня тревожности в ее взаимосвязи с алкогольной зависимостью у лиц подросткового и молодого возраста [13]. Выявлено, что среди подростков те, кто имел проблемы с алкоголем, обладали более высокими показателями личностной тревожности, чем те, кто не имел таковых. Данный факт может быть интерпретирован с позиции проявления тревоги как пускового психологического механизма в формировании зависимого поведения. Либо, наоборот, повышенная тревожность у подростков является следствием злоупотребления алкоголем и провоцирует аддиктивное поведение. Более того, тревожность может быть обусловлена неумением конструктивного разрешения стрессовых ситуаций в повседневной жизни подростка и возникающих перед ним проблем. Семейные отношения, в которых воспитывается подросток, тоже могут обуславливать формирование у него тревожности как личностной черты.

В исследовании Л. А. Жердевой особенностей проявления когнитивного стиля у тревожных школьников указывается на следующий их характер [5]. В младшем школьном возрасте тревожность связана с параметром когнитивного стиля «импульсивность-рефлексивность» – эффективностью, что соответствует, как отмечает автор, факту снижения результативности деятельности под влиянием тревожности. В подростковом возрасте обнаружена устойчивая связь тревожности как с целостной характеристикой когнитивного стиля «импульсивность-рефлексивность», так

и с его отдельными параметрами. Важным моментом исследования является указание на отличия тревожных подростков от эмоционально благополучных. Для первых характерны непродуктивные параметры стиля (импульсивно-неэффективные и рефлексивно-неэффективные), в меньшей мере способность к развитию рефлексивности. Автор делает вывод о тормозящем влиянии тревожности на прогресс в развитии когнитивного стиля «импульсивность-рефлексивность» от младшего школьного возраста к подростковому.

Исследования Н. Б. Пасынковой позволили выявить чаще преобладающий средний или низкий уровень личностной тревожности, чем высокий среди школьников 12–13 лет [20]. Взаимосвязи между тревожностью, интеллектуальным развитием и успеваемостью свидетельствуют о тенденции: с нарастанием тревожности ухудшаются успеваемость и показатели интеллектуального уровня школьников. Эти данные согласуются с данными исследования Э. В. Зиновьевой, установившей взаимосвязь между показателями школьной тревожности и интеллектуального развития учащихся и их успеваемостью [8]. Так, менее тревожные учащиеся имеют более высокие показатели успеваемости и интеллектуального развития, чем более тревожные.

В работе Е. Е. Малковой, посвященной исследованию возрастной динамики тревожности у детей и подростков школьного возраста (7–10 лет и 15–17 лет), показано, что имеются различия в ее проявлениях у мальчиков и девочек: значения тревожности у девочек значимо выше, чем у мальчиков [16].

Представленный обзор исследований тревожности свидетельствует о необходимости дальнейшего изучения ее феноменологии в разных возрастных группах.

Представим некоторые эмпирические данные, полученные в рамках эмпирического исследования В. А. Черноморец, выполненного под руководством автора статьи [33]. В исследовании, проведенном на базе одного из образовательных учреждений г. Новосибирска, приняло участие 80 респондентов (учащиеся 10–11-х классов в возрасте 15–17 лет). Оно включало комплекс методик, направленных на диагностику уровня школьной тревожности (Р. С. Кондаш), тревожности у старших подростков и юношей (Ч. Д. Спилберг), в том числе непосредственно на уроке; уровня эмпатии (В. В. Бойко). Результаты исследования школьной тревожности и эмпатии выявили следующую тенденцию: у подростков женского пола наблюдается более высокий уровень общей школьной тревожности, чем у подростков мужского пола. Так, низкий уровень общей школьной тревожности среди подростков мальчиков проявляется в 2 раза чаще, чем среди подростков девочек. Повышенный уровень почти в 2 раза чаще встречается у подростков девочек, чем у подростков мальчиков. Нормальный уровень общей школьной тревожности наблюдается в равной мере у мальчиков и девочек.

В то же время низкий уровень общей школьной тревожности, измеряемой непосредственно на уроке, наблюдается в 2 раза чаще у мальчиков-подростков, чем у девочек. Средний уровень встречается в равной мере и у мальчиков, и у девочек; высокий уровень выявлен у трети испытуемых из группы девочек-подростков и у пятой части группы мальчиков (методика Ч. Д. Спилберга).

Диагностика уровня эмпатии (методика В. В. Бойко) выявила, что очень низкий и низкий уровни эмпатии встречаются в 2 раза чаще у мальчиков-подростков, чем у девочек, средний и высокий уровни несколько чаще у девочек-подростков, чем у мальчиков.

U-критерий Манна-Уитни выявил статистически значимые различия между мальчиками и девочками-подростками. Значимые различия (при $p = 0,000$) выявлены в проявлении самооценочной ($U = 295,000$), межличностной ($U = 353,000$) и общей тревожности ($U = 384,500$), а также в проявлениях тревожности в обычной жизни ($U = 567,500$ при $p = 0,025$), в личностной ($U = 595,500$ при $p = 0,046$), и тревожности на уроке ($U = 539,500$ при $p = 0,012$), имеются также значимые различия в проявлении общей школьной (ситуативной) тревожности ($U = 595,000$ при $p = 0,048$).

Значимые различия между мальчиками и девочками выявлены также в проявлении эмпатии, что выражается в характеристиках эмоционального ($U = 574,000$ при $p = 0,041$), интуитивного ($U = 591,500$ при $p = 0,036$) каналов эмпатии и ее общего уровня ($U = 596,500$ при $p = 0,049$).

Таким образом, параметры тревожности и эмпатии в большей мере выражены у девочек.

У мальчиков-подростков выявлены статистически значимые взаимосвязи (коэффициент корреляции r_s -Спирмена) между школьной тревожностью и эмпатией. Так, шкала «Интуитивный канал эмпатии» имеет взаимосвязь с показателем школьной ($r = 0,313$ при $p = 0,049$), самооценочной ($r = 0,320$ при $p = 0,044$), межличностной ($r = 0,355$ при $p = 0,025$) и общей тревожностью ($r = 0,355$ при $p = 0,025$). Шкала «Идентификация в эмпатии» коррелирует с общей тревожностью ($r = 0,378$ при $p = 0,016$) и показателем познавательной активности ($r = 0,324$ при $p = 0,046$). Шкала «Негативные эмоциональные переживания» имеет корреляцию обратного характера со шкалой «Проникающая способность в эмпатии» ($r = -0,344$ при $p = 0,033$).

Таким образом, можно предположить, что тревожность у мальчиков-подростков сочетается со способностью интуитивно понимать эмоциональные состояния других, а также уметь ставить себя на место другого человека, сопоставляя, например, свои состояния, поступки, мысли с их проявлениями у других.

В группе подростков женского пола также выявлены взаимосвязи, выражающиеся в понимании состояний, проблем других на основе интенсивной переработки информации, поступающей извне. Так, шкала «Рациональный канал эмпатии» коррелирует с показателями общей тревожности ($r = 0,326$ при $p = 0,040$), общей тревожности на уроке ($r = 0,345$ при $p = 0,029$) и выраженностью негативных эмоциональных переживаний ($r = 0,315$ при $p = 0,048$). Познавательная активность как показатель тревожности (методика Ч. Д. Спилберга) сопряжена с параметрами «идентификация в эмпатии» ($r = 0,317$ при $p = 0,046$) и «общий уровень эмпатии» ($r = 0,348$ при $p = 0,028$). Выявлены также взаимосвязи шкалы «Негативные эмоциональные переживания» с показателями «установки, способствующие эмпатии» ($r = 0,368$ при $p = 0,020$) и «проникающая способность в эмпатии» ($r = -0,361$ при $p = 0,021$). Шкала «Общая тревожность на уроке (ситуативная)» имеет взаимосвязь у девочек-подростков с параметрами «общий уровень эмпатии» ($r = 0,442$ при $p = 0,004$), «установки, способствующие эмпатии» ($r = 0,326$ при $p = 0,040$). Параметр «общий уровень эмпатии» взаимосвязан с показателем тревожности ($r = 0,353$ при $p = 0,025$).

Можно предположить, что у подростков высокий уровень эмпатии в стрессовых ситуациях может способствовать проявлению тревожности. Она может возникать на уроках в различных ситуациях, например, может быть связана со стремлением к успешности в учебной деятельности, с предъявляемыми подросткам

завышенными требованиями, повышенной ответственностью, сензитивностью. Проблема тревожности не устраняет вопрос о необходимости развития способности подростков к саморегуляции своего состояния.

Выводы. Обобщая результаты исследования, отметим, что человеку свойственно проявлять повышенную ситуативную тревожность в различных жизненных ситуациях. В первую очередь это зависит от его прошлого опыта, от того, насколько часто индивид испытывал тревожность и повторяющиеся негативные ситуации, вызывающие тревогу. В свою очередь ожидание новых негативных ситуаций на основе негативного прошлого опыта во многом обуславливает тревожное состояние. Отсутствие источника может не приводить к тревожности.

В исследованиях Н. В. Имедадзе отмечается, что степень эмоциональной устойчивости и уровень личностной тревожности, представляющие в структуре эмоциональности динамический аспект, вызывают особый интерес со стороны исследователей вследствие того, что их проявление в поведении человека связывается со степенью эффективности совершаемой им деятельности [10; 11]. Можно заключить, что тревога как состояние и тревожность как свойство человека находятся в противоречии с потребностью в эмоциональном благополучии, чувстве уверенности и безопасности. На основе результатов исследования можно также сделать общий вывод, что у мальчиков-подростков преобладает интуитивный канал эмпатии, а у девочек – рациональный канал, и взаимосвязанные с различными шкалами тревожности.

Список источников

1. Адамовская О. Н., Догадкина С. Б., Ермакова И. В., Кмит Г. В., Рублева Л. В., Шарапов А. Н. Особенности реакции вегетативной нервной, сердечно-сосудистой и эндокринной систем на когнитивную нагрузку у младших школьников с разным уровнем тревожности и невротизма // Наука для образования сегодня. – 2021. – Т. 11, № 1. – С. 151–173.
2. Безруких М. М. Школьные и семейные факторы риска, их влияние на физическое и психическое здоровье детей [Электронный ресурс] // Вестник практической психологии образования. – 2011. – Т. 8, № 1. – С. 16–21. – URL: https://psyjournals.ru/journals/bppe/archive/2011_n1/47602 (дата обращения: 03.12.2024).
3. Бороздина Л. В., Залученова Е. А. Увеличение индекса тревожности при расхождении самооценки и притязаний // Вопросы психологии. – 1993. – № 1. – С. 104–113.
4. Бютнер К. Жить с агрессивными детьми. – М.: Педагогика, 1991. – 144 с.
5. Горман Э. Д., Берк Х. Х., Рубино Л. Д., Варгас А., Хэффел Г. Д. Специфика влияния симптомов депрессии и тревоги на академические результаты [Электронный ресурс] // Клиническая и специальная психология. – 2020. – Т. 9, № 3. – С. 91–104. DOI: 0.17759/cpse.2020090307. – URL: https://psyjournals.ru/journals/cpse/archive/2020_n3/Gorman_et_al (дата обращения: 10.02.2025).
6. Дегтярёв А. В., Ефимочкина К. М. Развитие психологических ресурсов совладающего поведения как фактора профилактики ситуативной тревожности в старшем подростковом возрасте [Электронный ресурс] // Психология и право. – 2020. – Т. 10, № 2. – С. 25–34. DOI: 10.17759/psylaw.2020100203. – URL: https://psyjournals.ru/journals/psylaw/archive/2020_n2/Degtyarev_Efimochkina (дата обращения: 10.02.2025).
7. Донскова Е. С. Особенности фрустрационного поведения леворуких детей младшего школьного возраста // Психологическая наука и образование. – 2022. – Т. 27, № 4. – С. 5–14. DOI: 10.17759/pse.2022270401
8. Ержанова А. Х. Большая пятёрка личностных черт как модератор взаимосвязи между языковой тревожностью и креативной личностью // Психологическая наука и образование. – 2024. – Т. 29, № 3. – С. 31–53. DOI: 10.17759/pse.2024290303

9. Жердева Л. А. Особенности проявлений когнитивного стиля «импульсивность-рефлексивность» у тревожных школьников (младший школьный и подростковый возраст): дисс. на соиск. уч. степ. канд. психол. наук. – М., 2005. – 24 с.
10. Залученова Е. А. Соотношение самооценки и уровня притязаний и его влияние на личностные особенности: дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.01. – М., 1995. – 187 с.
11. Зайцев Ю. А., Хван А. А. Тревожность в подростковом и раннем юношеском возрасте (диагностика, профилактика, коррекция). – Кемерово, 2006. – 112 с.
12. Зиновьева Э. В. Школьная тревожность и ее связь с когнитивными и личностными особенностями младших школьников: дисс. ... канд. психол. наук: 19.00.01. – М., 2005. – 260 с.
13. Изард К. Э. Психология эмоций. – СПб.: Питер, 2011. – 461 с.
14. Имедадзе Н. В. Тревожность как фактор учения в дошкольном возрасте // Психологические исследования. – Тбилиси, 1966. – С. 49–57.
15. Имедадзе Н. В. К методу исследования уровня тревожности // Материалы IV всесоюзного съезда общества психологов СССР (21–24 июня 1971 г.). – Тбилиси: Мещниереба, 1971. – С. 61–68.
16. Кисловская В. Р. Зависимость между социометрическим статусом и симптомом тревожности ожиданий в социальном общении: в возрастном плане: дисс. ... канд. психол. наук. – М., 1971. – 198 с.
17. Климович Е. А., Копытов А. В., Глебоко О. П., Быченко И. В. Проявление тревоги и личностной тревожности у лиц с алкогольной зависимостью подросткового и молодого возраста // Медицинский журнал. – 2018. – № 4. – С. 61–66.
18. Кочубей Б. И., Новикова Е. В. Эмоциональная устойчивость школьника. – М.: Знание, 1988. – 80 с.
19. Красило Т. А. Взаимосвязь между уровнем тревожности и уровнем конфликтности личности // Современные тенденции развития науки и технологий. – 2015. – № 2–4. – С. 107–109.
20. Малкова Е. Е. Возрастная динамика проявлений тревожности у школьников // Вопросы психологии. – 2009. – № 4. – С. 24–32.
21. Мехтиханова Н. Н. Психология зависимого поведения. – Ярославль: Ярославский государственный университет, 2005. – 122 с.
22. Мухина С. Е., Хамидулина Л. Р. Удовлетворенность образом тела у подростков и ее связь с тревожностью // Развитие человека в современном мире. – 2023. – № 4. – С. 33–48.
23. Мясницев В. Н. Личность и неврозы. – СПб., 2013. – 426 с.
24. Николаева Е. И. Психофизиология. Психологическая физиология с основами физиологической психологии: учебник. – Новосибирск: Лада; Наука; Сибирская издательская фирма РАН, 2001. – 442 с.
25. Осман Н., Линд К. В., Бровин А. Н., Васильева Л. Е., Дятлова М. А. Биологические механизмы тревожности: генетические ассоциации генов BDNF и AMPD1 с ситуативной и личностной тревожностью [Электронный ресурс] // Современная зарубежная психология. – 2024. – Т. 13, № 1. – С. 33–46. DOI: 10.17759/jmfp.2024130103. – URL: https://psyjournals.ru/journals/jmfp/archive/2024_n1/Osman_et_al (дата обращения: 10.02.2025).
26. Пасынкова Н. Б. Связь уровня тревожности подростков с эффективностью их интеллектуальной деятельности // Психологический журнал. – 1996. – Т. 17, № 1. – С. 169–174.
27. Прихожан А. М. Причины, профилактика и преодоление тревожности // Психологическая наука и образование. – 1998. – № 2. – С. 11–18.
28. Прихожан А. М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. – СПб.: Питер, 2009. – 143 с.

29. Прихожан А. М. Тревожность у детей и подростков: психологическая природа и возрастная динамика. – М.: Московский психолого-социальный институт; Воронеж: Модэк, 2000. – 304 с.
30. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. – М.: Прогресс; Универс, 1994. – 479 с.
31. Салливан Г. С. Интерперсональная теория в психиатрии. – СПб., 1999. – 347 с.
32. Силкин Р. А., Юшкова Л. А. Тревожность и склонность к экстремально рискованному поведению у подростков // Развитие человека в современном мире. – 2022. – № 2. – С. 54–62.
33. Слонова А. И. Особенности самосознания лиц с высоким уровнем тревожности // Экспериментальная психология. – 2023. – Т. 16, № 1. – С. 101–118.
34. Степанов С. Беспокойство – его причины и следствия [Электронный ресурс] // Школьный психолог. – 2004. – № 8. – URL: <https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200400802> (дата обращения: 14.05.2023).
35. Спилбергер Ч. Д. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги // Тревога и тревожность: хрестоматия / сост. и общ. ред. В. М. Астапова. – М.: Пер Сэ, 2008. – С. 85–99.
36. Фрейд З. Психология бессознательного. – М.: АСТ; Хранитель, 2007. – 605 с.
37. Фрейд З. Страх / пер. М. В. Вульфа. – М., 1927. – 104 с.
38. Фрейд З. Психоанализ детских неврозов. – М.: АСТ, 2009. – 288 с.
39. Ханин Ю. Стресс и тревога в спорте: международный сборник научных статей. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 287 с.
40. Холмогорова А. Б., Авакян Т. В., Клименкова Е. Н., Малюкова Д. А. Общение в интернете и социальная тревожность у подростков из разных социальных групп // Консультативная психология и психотерапия. – 2015. – Т. 23, № 4. – С. 102–129.
41. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. – 2-е изд. – М.: Питер; Смысл, 2003. – 859 с.
42. Хорни К. Самоанализ / пер. с англ. В. В. Старовойтова. – М.: Канон «1», 2013. – 288 с.
43. Черноморец В. А. Взаимосвязь тревожности и эмпатии у школьников подросткового возраста [Электронный ресурс] // Студенческий вестник: электронный научный журнал. – 2024. – № 21(307). – URL: <https://studvestnik.ru/journal/stud/herald/307> (дата обращения: 29.06.2024).
44. Шкуратова И. П., Ермак В. В. Страхи подростков и их обусловленность тревожностью, нейротизмом и агрессивностью // Прикладная психология: достижения и перспективы. – Ростов н/Д: Фолиант, 2004. – С. 283–299.
45. Шкуратова И. П. Когнитивный стиль и общение. – Ростов н/Д, 1994. – 154 с.
46. McClelland D. C. The Achievement Motive. – New York: Appleton-Century-Crofts, 1953.
47. Plutchik R. The emotions: Facts, theories and a new model. – New York, Random House, 1962.
48. Sarason S. B. et al. Anxiety in Elementary School Children. – New York: John Wiley, 1960.

References

1. Adamovskaya O. N., Dogadkina S. B., Ermakova I. V., Kmit G. V., Rubleva L. V., Sharapov A. N. Features of the reaction of the autonomic nervous, cardiovascular and endocrine systems to cognitive load in junior schoolchildren with different levels of anxiety and neuroticism. *Science for Education Today*, 2021, vol. 11, no. 1, pp. 151–173. (In Russian)
2. Bezrukikh M. M. School and family risk factors, their influence on the physical and mental health of children [Electronic resource]. *Bulletin of Practical Educational*

Psychology, 2011, vol. 8, no. 1, pp. 16–21. URL: https://psyjournals.ru/journals/bppe/archive/2011_n1/47602 (date of access: 03.12.2024). (In Russian)

3. Borozdina L. V., Zaluchenova E. A. Increase in the anxiety index at discrepancy of self-esteem and pretensions. *Psychology questions*, 1993, no. 1, pp. 104–113. (In Russian)

4. Bütner K. Living with aggressive children. Moscow: Pedagogy, 1991, 144 p. (In Russian)

5. Gorman E. D., Burke Kh. Kh., Rubino L. D., Vargas A., Heffel G. D. Specificity of the impact of symptoms of depression and anxiety on academic performance [Electronic resource]. *Clinical and Special Psychology*, 2020, vol. 9, no. 3, pp. 91–104. DOI: 0.17759/cpse.2020090307. URL: https://psyjournals.ru/journals/cpse/archive/2020_n3/Gorman_et_al (date of access: 10.02.2025). (In Russian)

6. Degtyaryov A. V., Efimochkina K. M. Development of psychological resources of coping behavior as a factor in the prevention of situational anxiety in the senior adolescence [Electronic resource]. *Psychology and Law*, 2020, vol. 10, no. 2, pp. 25–34. DOI: 10.17759/psylaw.2020100203. URL: https://psyjournals.ru/journals/psylaw/archive/2020_n2/Degtyarev_Efimochkina (date of access: 10.02.2025). (In Russian)

7. Donskova E. S. Features of frustration behavior of left-handed children of primary school age. *Psychological Science and Education*, 2022, vol. 27, no. 4, pp. 5–14. DOI: 10.17759/pse.2022270401 (In Russian)

8. Erzhanova A. Kh. Big five personality traits as a moderator of the relationship between language anxiety and creative personality. *Psychological Science and Education*, 2024, vol. 29, no. 3, pp. 31–53. DOI: 10.17759/pse.2024290303 (In Russian)

9. Zherdeva L. A. Peculiarities of manifestations of cognitive style “impulsiveness-reflexivity” in anxious schoolchildren (junior school and adolescent age): diss. for a PhD in Psychology. Moscow, 2005, 24 p. (In Russian)

10. Zaluchenova E. A. Correlation of self-esteem and level of pretensions and its influence on personal features: diss. ... cand. of psychol. sciences: 19.00.01. Moscow, 1995, 187 p. (In Russian)

11. Zaitsev Yu. A., Khvan A. A. Anxiety in adolescence and early adolescence (diagnostics, prevention, correction). Kemerovo, 2006, 112 p. (In Russian)

12. Zinovieva E. V. School anxiety and its connection with cognitive and personal characteristics of junior schoolchildren: diss. ... cand. psychol. sciences: 19.00.01. Moscow, 2005, 260 p. (In Russian)

13. Izard K. E. Psychology of Emotions. Saint Petersburg: Peter, 2011, 461 p. (In Russian)

14. Imedadze N. V. Anxiety as a factor of learning in preschool age. Psychological Studies. Tbilisi, 1966, pp. 49–57. (In Russian)

15. Imedadze N. V. To the method of studying the level of anxiety. Proceedings of the IV All-Union Congress of the Society of Psychologists of the USSR (June 21–24, 1971). Tbilisi: Metsnireba, 1971, pp. 61–68. (In Russian)

16. Kislovskaya V. R. Dependence between sociometric status and anxiety symptom of expectations in social communication: in age: diss ... cand. psychol. sciences. Moscow, 1971, 198 p. (In Russian)

17. Klimovich E. A., Kopytov A. V., Glebko O. P., Bychenko I. V. Manifestation of anxiety and personality anxiety in persons with alcohol dependence of adolescence and young age. *Medical Journal*, 2018, no. 4, pp. 61–66. (In Russian)

18. Kochubey B. I., Novikova E. V. Emotional stability of the schoolchild. Moscow: Znanie, 1988, 80 p. (In Russian)

19. Krasilo T. A. The relationship between the level of anxiety and the level of conflict personality. *Modern trends in the development of science and technology*, 2015, no. 2-4, pp. 107–109. (In Russian)

20. Malkova E. E. Age dynamics of manifestations of anxiety in schoolchildren. *Psychology questions*, 2009, no. 4, pp. 24–32. (In Russian)
21. Mehtikhanova N. N. Psychology of addictive behavior. Yaroslavl: Yaroslavl State University, 2005, 122 p. (In Russian)
22. Mukhina S. E., Khamidulina L. R. Satisfaction with body image in adolescents and its relationship with anxiety. *Human Development in the Modern World*, 2023, no. 4, pp. 33–48. (In Russian)
23. Myasishchev V. N. Personality and neuroses. Saint Petersburg, 2013, 426 p. (In Russian)
24. Nikolaeva E. I. Psychophysiology. Psychological physiology with the basics of physiological psychology: textbook. Novosibirsk: Lada; Nauka; Siberian Publishing Company of the Russian Academy of Sciences, 2001, 442 p. (In Russian)
25. Osman N., Lind K. V., Brovin A. N., Vasilieva L. E., Dyatlova M. A. Biological mechanisms of anxiety: genetic associations of genes BDNF and AMPD1 with situational and personality anxiety [Electronic resource]. *Modern Foreign Psychology*. 2024, vol. 13, no. 1, pp. 33–46 DOI: 10.17759/jmfp.2024130103. URL: https://psyjournals.ru/journals/jmfp/archive/2024_n1/Osman_et_al (date of access: 10.02.2025). (In Russian)
26. Pasyukova N. B. Relation of the anxiety level of adolescents with the effectiveness of their intellectual activity. *Psychological Journal*, 1996, vol. 17, no. 1, pp. 169–174. (In Russian)
27. Prikhozhan A. M. Causes, prevention and overcoming of anxiety. *Psychological Science and Education*, 1998, no. 2, pp. 11–18. (In Russian)
28. Prikhozhan A. M. Psychology of anxiety: preschool and school age. Saint Petersburg: Peter, 2009, 143 p. (In Russian)
29. Prikhozhan A. M. Anxiety in children and adolescents: psychological nature and age dynamics. Moscow: Moscow Psychological and Social Institute; Voronezh: Modek, 2000, 304 p. (In Russian)
30. Rogers K. A look at psychotherapy. Becoming a human being. Moscow: Progress; Univers, 1994, 479 p. (In Russian)
31. Sullivan G. S. Interpersonal theory in psychiatry. Saint Petersburg, 1999, 347 p. (In Russian)
32. Silkin R. A., Yushkova L. A. Anxiety and propensity to extreme risky behavior in adolescents. *Human Development in the Modern World*, 2022, no. 2, pp. 54–62. (In Russian)
33. Slonova A. I. Features of self-consciousness of persons with a high level of anxiety. *Experimental psychology*, 2023, vol. 16, no. 1, pp. 101–118. (In Russian)
34. Stepanov S. Restlessness – its causes and consequences [Electronic resource]. *School psychologist*, 2004, no. 8. URL: <https://psy.1sept.ru/article.php?ID=200400802> (date of access: 14.05.2023). (In Russian)
35. Spielberger Ch. D. Conceptual and methodological problems of anxiety research. Anxiety and Anxiety: a textbook. Comp. and general ed. by V. M. Astapov. Moscow: Per Se, 2008, pp. 85–99. (In Russian)
36. Freud Z. Psychology of the Unconscious. Moscow: AST; Guardian, 2007, 605 p. (In Russian)
37. Freud Z. Fear. Transl. M. V. Wolf. Moscow, 1927, 104 p. (In Russian)
38. Freud Z. Psychoanalysis of child neuroses. Moscow: AST, 2009, 288 p. (In Russian)
39. Khanin Yu. Stress and anxiety in sport: International collection of scientific articles. Moscow: Physical Education and Sports, 1983, 287 p. (In Russian)
40. Kholmogorova A. B., Avakyan T. V., Klimentkova E. N., Malyukova D. A. Communication on the Internet and social anxiety in adolescents from different social groups. *Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2015, vol. 23, no. 4, pp. 102–129. (In Russian)

41. Heckhausen Kh. *Motivation and Activity*. 2nd ed. Moscow: Peter, Sense, 2003, 859 p. (In Russian)
42. Horney K. *Self-analysis*. Transl. from English V. V. Starovoitov. Moscow: Kanon "1", 2013, 288 p. (In Russian)
43. Chernomorets V. A. Interrelation of anxiety and empathy in schoolchildren of adolescence [Electronic resource]. *Student Bulletin: electronic scientific journal*, 2024, no. 21(307). URL: <https://studvestnik.ru/journal/stud/herald/307> (date of access: 29.06.2024). (In Russian)
44. Shkuratova I. P., Ermak V. V. Fears of adolescents and their conditioning by anxiety, neuroticism and aggressiveness. *Applied psychology: achievements and prospects*. Rostov-on-Don: Foliant, 2004, pp. 283–299. (In Russian)
45. Shkuratova I. P. *Cognitive style and communication*. Rostov-on-Don, 1994, 154 p. (In Russian)
46. McClelland D. C. *The Achievement Motive*. New York: Appleton-Century-Crofts, 1953.
47. Plutchik R. *The emotions: Facts, theories and a new model*. New York, Random House, 1962.
48. Sarason S. B. et al. *Anxiety in Elementary School Children*. New York: John Wiley, 1960.

Информация об авторе

Т. В. Гудкова – кандидат психологических наук, доцент кафедры педагогики и психологии, Новосибирский государственный педагогический университет, г. Новосибирск, Россия, gudkovatv@mail.ru

Information about the author

T. V. Gudkova – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor of the Department of Pedagogy and Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, gudkovatv@mail.ru

Статья поступила в редакцию 26.09.2024; одобрена после рецензирования 28.10.2024; принята к публикации 27.11.2024.

The article was submitted 26.09.2024; approved after reviewing 28.10.2024; accepted for publication 27.11.2024.

