

## ВЗАИМОСВЯЗЬ САМООЦЕНКИ И ЛИЧНОСТНОЙ ТРЕВОЖНОСТИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ

Л.Ю. Комлик\*, И.В. Фаустова\*, Н.М. Копылова\*\*

\* Елецкий государственный университет им. И.А. Бунина  
(Елец, Россия)

\*\* Лицей № 5 г. Ельца  
(Елец, Россия)

***Резюме.** Статья посвящена изучению проблемы личностной тревожности в младшем школьном возрасте и ее взаимосвязи с самооценкой. Актуальность исследования связана с тем, что именно в младшем школьном возрасте максимально интенсивно идет развитие ребенка как активного субъекта, познающего окружающую действительность и самого себя, со своими собственными взглядами и самоотношением. В современном мире школьники, особенно дети младшего школьного возраста, достаточно часто испытывают различные виды тревожности, которые могут повлиять не только на их уровень самооценки, самоуважения, но и на процесс формирования личности в целом. Если в этом возрасте ребенок не приобретет, не впитает в себя восторга познания, не достигнет необходимых умений и навыков учиться, не приспособится дружить, не поверит в собственные силы и возможности, то дальнейший путь формирования личности будет затруднен. Личностная тревожность, как правило, порождается неблагоприятными социально-психологическими условиями. В некоторых случаях ребенок буквально вырастает в тревожно-подозрительной психологической атмосфере семьи и школы, в которой сами родители и педагоги подвержены постоянному страху, тревогам и опасениям. Ребенок заражен таким настроением и получает нездоровую форму реакции на внешний мир, в таком случае духовный рост, нравственное становление, моральный облик деформируются. С целью изучения взаимосвязи самооценки и личностной тревожности у младших школьников был использован комплекс диагностических методик: методика «Дембо-Рубинштейн» (в модификации А.М. Прихожан), «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности» (авторы Ч.Д. Спилбергер, Ю.Л. Ханин), «Личностная шкала проявлений тревоги» Дж. Тейлор (адаптация Т.А. Немчина). Результаты исследования показали, что дети с повышенным уровнем тревожности, а именно с личностной тревожностью, склонны остро переживать угрозу своей самооценки. Психологическое обследование четвероклассников показало, что обычно особенно тревожным детям свойственна заниженная самооценка, она диагностирована приблизительно у 30 % выборки.*

***Ключевые слова:** личностная тревожность, самооценка, младшие школьники, личность ребенка.*

## THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM AND PERSONAL ANXIETY IN YOUNGER SCHOOLCHILDREN

Lyubov Yu. Komlik\*, Irina V. Faustova\*, Natalia M. Kopylova\*\*

\* Bunin Yelets State University  
(Yelets, Russia)

\*\* Lyceum № 5 in Yelets  
(Yelets, Russia)

***Abstract.** The article studies the problem of personal anxiety at primary school age and its relationship with self-esteem. The relevance of the study is due to the fact that it is at primary school age*

---

*that the child develops most intensively as an active subject, perceiving the surrounding reality and themselves, with his own views and self-attitude. In the modern world, schoolchildren, especially children of primary school age, quite often experience various types of anxiety, which can affect not only their level of self-esteem and self-respect, but also the process of personality formation as a whole. If at this age the child does not acquire, does not absorb the delight of knowledge, does not achieve the necessary skills and abilities to learn, does not adapt to make friends, does not believe in their own strengths and capabilities, then the further path of the personality formation will be difficult. Personal anxiety, as a rule, is generated by unfavorable socio-psychological conditions. In some cases, a child literally grows up in an anxious and suspicious psychological atmosphere of family and school, in which parents and teachers themselves are subject to constant fear, anxiety and apprehension. The child is infected with such a mood and receives an unhealthy form of reaction to the outside world, in which case spiritual growth, moral development, and moral character are deformed. In order to study the relationship between self-esteem and personal anxiety in younger schoolchildren, a set of diagnostic methods was used: the Dembo-Rubinstein method (modified by A.M. Prikhozhan), the "Scale for assessing the level of reactive and personal anxiety" (authors C.D. Spielberger, Yu L. Khanin), "Personal scale of manifestations of anxiety" by J. Taylor (adapted by T.A. Nemchin). The results of the study showed that children with increased levels of anxiety, namely with personal anxiety, tend to acutely experience a threat to their self-esteem. A psychological examination of fourth-graders showed that especially anxious children are usually characterized by low self-esteem; it was diagnosed in approximately 30 % of the sample.*

**Keywords:** *personal anxiety, self-esteem, primary schoolchildren, child's personality.*

DOI: 10.24888/2073-8439-2023-64-4-16-23

Самооценка в отечественной психологии изучалась в связи с проблемой развития и формирования самосознания. Она предполагает осознание своих личных качеств, возможностей, поступков и действий, взаимоотношений с другими. Термин «самооценка» соотносится с такими понятиями, как самоуважение, самоотношение, самоэффективность, самопринятие, установка на себя и др., которые можно трактовать как несколько менее определенные синонимы.

Самооценка состоит из опыта и восприятия себя. Это связано с человеческим способом восприятия собственного существования, способностью осознавать свои сильные и слабые стороны, понимать и принимать их (Кон, 1987). Л.С. Выготский полагал, что самооценка ребенка начинает активно складываться в семилетнем возрасте. Самосознание и самооценка формируются в деятельности, под непосредственным воздействием определенных факторов, в первую очередь – общения ребенка с окружающими. Также следует отметить непосредственную связь самооценки с самонаблюдением и самоконтролем.

Самооценка – это сложное личностное свойство, некий личностный показатель человеческого интеллектуального развития, его мыслительной активности. Она, помимо всего прочего, выполняет регулятивную функцию (Бороздина, 1992). Плодотворность умственной учебной деятельности детей младшего школьного возраста во многом обусловлена не столько качеством и эффективностью полученных ребенком знаний, умений и навыков, знаний о методах интеллектуальной деятельности, но в первую очередь она подчинена уровню самоуважения и самооценки. Академический успех имеет непосредственное отношение к личностному развитию.

Самооценка в начальной школе складывается в основном под влиянием учителя. Для младших школьников имеют огромное значение их мыслительная деятельность и интеллектуальные умения, для каждого ребенка, несомненно, очень значимо то, каким его видят учитель, другие взрослые, одноклассники и прочие сверстники. Для них очень важно, чтобы положительная оценка была не субъективной, а общепризнанной.

---

---

Уверенность в себе и уровень притязаний являются одними из главных параметров личности, ее психической и умственной деятельности и позволяют оценить, как происходит процесс личностного развития младшего школьника под влиянием учебной деятельности.

Проблема уверенности-неуверенности в себе, самооценки неразрывно связана с проблемой повышенной тревожности среди младших школьников (Vatiola et al., 2022). Тревожность – это своего рода личностная специфика, представляющая собой некоторое, порой неосознанное, стремление человека смотреть на множество моментов как на нечто, угрожающее благополучию, и реагировать (интуитивно) на них соответствующим образом, то есть чувством тревоги, страха и беспокойства (Прихожан, 2007). И взрослые, и дети могут относиться к определенным ситуациям, как к чреватых для них чем-то плохим, вредоносным их потребностям, успеху, социальному статусу и самооценке (самоуважению). И дети, и взрослые бывают сильно обеспокоены, однако у детей тревожность встречается в разы чаще, поскольку в силу возраста у них меньше накопленных знаний и опыта, необходимых для решения возникающих проблем.

Г.Г. Аракелов, Н.Е. Лысенко и Е.К. Шотт (1997, с. 102) отмечают, что тревожность представляет собой многозначное понятие. Она может трактоваться и как определенное состояние индивида, и как устойчивое свойство личности. Общим местом этих интерпретаций является представление о повышенном уровне тревожности как комплексе когнитивных, поведенческих и эмоциональных реакций, спровоцированных действием стрессовых факторов.

А.В. Микляева и П.В. Румянцева (2004) предложили свое видение личностной тревожности в младшем школьном возрасте, суть которого в том, что учебная среда и школьные требования служат триггером для активных проявлений тревожных состояний личности: физические пространства школ; человеческий фактор, образующий подсистемы «ученики – учителя – дирекция – родитель»; программы обучения.

В детстве, в особенности в процессе обучения, младшие школьники испытывают огромное количество переживаний по любому поводу. Различные составляющие школьной среды вызывают повышенное беспокойство, не исключена негативная окраска эмоций ребенка из-за опасений в определенных ситуациях (Донскова, 2022). Тревожность ухудшает отношение к себе, другим людям и действительности. Младший школьник постепенно приобретает и развивает в себе устойчивое недоверие к взрослым из своего окружения. Может проявляться замкнутость, неуверенность, робость. Лидерские способности не достижимы для тревожного ребенка, он безынициативен, не верит в собственные силы и успех, вместе с тем нарушаются взаимоотношения со сверстниками. Другие дети, выступающие в роли лидеров, стремятся доминировать над робкими младшими школьниками. В итоге у особенно тревожного школьника понижается общий эмоциональный фон, «опускаются руки». Страх быть поверженным, униженным ведет к избеганию общения. Как следствие, усиливается сомнение в собственной неуязвимости, увеличивается число внутренних субъективных конфликтов.

В образовательном процессе ребенок постепенно учится держать под контролем, координировать свое поведение. Тяжелый путь работы над собой младший школьник проходит совместными усилиями с одноклассниками, друзьями во внеурочной жизни. Однако осознание наличия возможности обратиться за помощью в достижении одних и тех же целей и поддержкой в решении задач к сверстникам приходит к нему не сразу. Данное явление формируется по мере взросления, школьник все чаще обращается к коллективу. На протяжении учебы в детстве складывается моральный облик ребенка. Новые стандарты, оценка его друзьями, учителем, собственное мнение шаг за шагом выстраивают позиции, личные взгляды на вещи, потребности. На основании разви-

---

---

вающихся важных личных стандартов младший школьник производит самооценку. Его мнение о себе непосредственно связано с мнением и суждениями взрослых и сверстников о нем.

Ребенку младшего школьного возраста свойственно строить ошибочные суждения относительно собственного благополучия. Большое влияние на самооценку оказывает оценка со стороны учителя (подробное рассмотрение этого фактора можно найти в исследованиях А.И. Липкиной (1976)). Для педагога очень важно быть компетентным в отношении реальных мотивов ученика. Учитель обязан осведомлять школьника при оценивании, вносить ясность, подчеркивать основные моменты. Неопределенность оценки, как правило, нарушает исследовательский интерес у младшего школьника, перечеркивает его стремление быть лучшим учеником. Образовательный процесс устроен и эффективно работает таким образом, что ребенок со временем, приспособившись к требованиям учителя, способу оценивания его работы, начинает адекватно соотносить свою реальную личность, качество выполненных обязанностей и восприятие его окружающими людьми, оценку его личности посторонними. Со временем ребенок перестает идеализировать свои школьные успехи, учится видеть реальные достижения. Именно на этом пути достигается адекватность самооценки.

Следует отметить, что от класса к классу способность правильно себя оценивать возрастает, но в то же время тенденция к переоценке уменьшается. В будущем самооценка проникает во внутреннюю позицию личности, становится мотивом поведения и влияет на формирование личностных качеств.

«Условиями формирования адекватной самооценки и становления гармоничной личности являются психологическая свобода, доверие со стороны окружающих, отсутствие заикливания на оценках. Учителю в своей работе постоянно надо акцентировать внимание свое и родителей ребенка на формировании адекватной устойчивой самооценки у детей» (Комлик, 2017, с. 343). Адекватная самооценка позволяет активно формироваться рефлексии и осмыслению своего «Я». Безопасные отношения, складывающиеся между учителем и учеником, учеником и его одноклассниками, способствуют личностному развитию ребенка и вовлекают его в продуктивную деятельность, повышают психологическую активность, обеспечивают настойчивость в решении любой конкретной проблемы.

Строгие рамки, установленные авторитарным учителем, часто означают высокий темп активности, который длительное время удерживает ребенка в постоянном напряжении и вызывает страх, что у него нет времени или он поступает неправильно. Дисциплинарные меры, используемые таким учителем, часто ограничиваются критикой, криками, негативными оценками, наказаниями, но и это становится достаточным триггером для возникновения личностной тревожности у младшего школьника (Макшанцева, 1998).

Тревожные дети часто характеризуются низкой самооценкой. За пределами классной комнаты они живые, общительные и непосредственные дети, в классе же замкнутые и зачастую имеют напряженные отношения со сверстниками. Они отвечают на вопросы учителя тихим и скучным голосом и могут даже заикаться. Их речь может быть очень быстрой, поспешной или медленной, требовательной (Прихожан, 2007).

Поэтому поведение тревожных детей характеризуется частыми проявлениями беспокойства, страхов и необоснованной тревоги, эти дети постоянно живут в напряжении, чувствуют угрозу, чувствуют, что могут в любой момент столкнуться с неудачей, «опозориться», их пугает неизвестность (Костяк, 2008). Это не может не отражаться негативно на формировании личности в целом, отношений с окружающим социумом.

---

---

Если исходить из потребностной теории А. Маслоу, то духовные потребности (познание, самоактуализация, самовыражение, самоидентификация) базируются на самооценке, а самооценка базируется на потребности в любви и душевной близости, и наиболее активно самооценка формируется в младшем школьном возрасте. Личностная тревожность, как правило, является проявлением дисфункции человека. В некоторых случаях он буквально вырастает в тревожно-подозрительной психологической атмосфере семьи и школы, в которой сами родители и педагоги подвержены постоянному страху, тревогам и опасениям. Ребенок заражен таким настроением и усваивает нездоровую форму реакции на внешний мир, его моральный облик деформируется.

Для исследования взаимосвязи самооценки (уровня) и личностной тревожности у младших школьников мы воспользовались диагностическим комплексом, в который вошли следующие методики: экспертная оценка, методика исследования самооценки Дембо-Рубинштейн (модификация А.М. Прихожан), «Шкала оценки уровня реактивной и личностной тревожности» (Ч.Д. Спилбергер, Ю.Л. Ханин), «Личностная шкала проявлений тревоги» Дж. Тейлор (в адаптации Т.А. Немчина). В диагностике участвовали 132 ребенка, обучающихся в 4-х классах общеобразовательных учреждений г. Ельца.

В соответствии с целью исследования нами осуществлялось изучение взаимосвязи уровня личностной тревожности и самооценки детей младшего школьного возраста. Полученные данные подверглись качественной и количественной обработке. На первом этапе дети младшего школьного возраста были обследованы при помощи методики исследования самооценки Дембо-Рубинштейн. По результатам диагностики выяснилось, что завышенный уровень самооценки имеют 48 % (63 человека), средний уровень самооценки – 25 % (33 человека), заниженный уровень самооценки – 27 % (36 человек).

Завышенная самооценка (48 %) для младших школьников не редкость. Для данного возраста такая ситуация считается нормой. Однако завышенный уровень самооценки у четвероклассников может свидетельствовать о личностной незрелости, неспособности верно оценить результаты своей работы, сравнить себя с другими, об отсутствии способности к осознанию собственных ошибок (данные подтверждаются экспертной оценкой педагогов). Завышенная самооценка у младших школьников, как правило, обусловлена либо гиперопекой в семье, либо лидерской позицией в классе.

Заниженный уровень самооценки показали 27 % детей, экспертное мнение разделилось, одни дети демонстрировали подлинную неуверенность в себе, другие – защитную реакцию, нежелание выполнять действия. Также не исключено влияние психосоциальных обстоятельств в жизни детей, способных привести к такому показателю.

Для 25 % младших школьников выявлен средний уровень самооценки. Он является наиболее оптимальным результатом, который говорит об адекватном восприятии себя ребенком, понимании важности собственной личности.

Следующим этапом исследовательской работы стало проведение методики «Шкала самооценки уровня тревожности» (Ч.Д. Спилбергер, Ю.Л. Ханин). По результатам диагностики выяснено: низкий уровень личностной тревожности имеют 30 % младших школьников (39 человек). Было отмечено, что у этих детей низкий уровень развития ответственности и низкая заинтересованность в результативности собственной деятельности. Умеренный уровень личностной тревожности показали 59 % (78 детей), они демонстрируют способность к адекватному восприятию стимулов внешней среды, что приводит к эффективности жизнедеятельности и быстрой адаптации в меняющемся мире. Высокий уровень личностной тревожности диагностирован у 11 % (15 школьников); таких детей можно охарактеризовать как нервных, плаксивых, не сосредоточенных на выполнении задачи, большое число безобидных ситуаций воспри-

---

нимается ими как реальная угроза для жизни, они часто находятся в подавленном настроении, иногда демонстрируют внешнюю, а чаще внутреннюю агрессию.

На завершающем этапе (для уточнения данных) младшие школьники были продиагностированы с помощью опросника «Личностной шкалы проявлений тревоги Дж. Тейлор» (адаптирован Т.А. Немчиным). Очень высокий уровень тревоги выявлен у 6 младших школьников, что составляет 5 %. Высокий уровень тревоги – 11 % (15 школьников). Не исключено наличие явных ярких признаков проявления повышенной тревожности у этих детей, наличие страхов, мнимой опасности, различных ритуалов и т.д. У 48 % младших школьников (63 человека) выявлен средний уровень тревоги с тенденцией к высокому. Это своего рода несколько повышенная тревожность, но она не выходит за пределы нормы и едва ли приносит ощутимый вред владельцу. Средний уровень тревоги с тенденцией к низкой – 21 ребенок, что составляет 16 %. Этим детям свойственно чрезмерное спокойствие. У 20 % (27 младших школьников) выявлено наличие низкого уровня тревоги. Таким детям свойственна некоторая пассивность, зависимость от мнения окружающих.

Следующим нашим шагом было осуществление статистической обработки полученных данных в программе Microsoft Office Excel 2010 при помощи корреляционного анализа оценки связи г-Пирсона между признаками тревожности и уровнем самооценки у четвероклассников. Данный критерий позволяет определить, какова теснота линейной связи между этими показателями, измеренными в количественной шкале.

Гипотезы:

H0. Корреляция между переменными уровня личностной тревожности и самооценки не отличается от 0.

H1. Корреляция между переменными уровня личностной тревожности и самооценки значимо отличается от 0. По данному критерию число испытуемых варьируется от 5 до 1000, в нашем случае  $n = 132$ ;  $k = n - 2$ . Нами были получены следующие результаты (табл. 1).

Таблица 1

**Коэффициенты г-Пирсона между признаками тревожности и уровнем самооценки у четвероклассников**

Метод исследования	Уровень самооценки
Шкала оценки уровня личностной тревожности	0,66
Личностная шкала проявлений тревоги	0,42

В нашем исследовании связь между признаками тревожности и самооценки умеренная и заметная. Так, если  $|t_{набл}| > |t_{крит}|$  – нулевую гипотезу отвергают, если  $|t_{набл}| < |t_{крит}|$  – нулевую гипотезу принимают.  $T_{крит.} = 0,39$  при  $\alpha = 0,01$   $T_{крит.} = 0,3$  при  $\alpha = 0,05$ . Так как в наших расчетах вышло  $t_{набл.} > t_{крит.}$ , то в этом случае H0 отклоняем. Иными словами, коэффициент корреляции статистически значим. В целом в ходе статистической обработки полученных данных нами была выявлена статистически значимая взаимосвязь между показателями личностной тревожности и самооценки.

Исследование показало, что дети с повышенным уровнем личностной тревожности склонны остро переживать угрозу своей самооценки. Психологическое обследование младших школьников позволяет утверждать, что именно тревожным детям свойственна заниженная самооценка (она диагностирована приблизительно у 30 % выборки). Причины низкой самооценки могут быть совершенно различными: проблемы в семье, ограниченный круг общения ребенка, плохие отношения с ровесниками или нежелательные оценки от учителя и других значимых взрослых. Типичным поведением для

---

младших школьников с заниженной самооценкой является несобранность на уроке, отвлеченные мысли, неумение сосредоточиться на решении задачи, подавленное настроение, плаксивость, нервозность, иногда внешняя, а чаще внутренняя агрессия, беспокорство, присутствуют разные страхи, тревога наблюдается в ситуациях взаимодействия с социальным окружением. Такие дети испытывают постоянное психическое перенапряжение, которое выражается в раздражительности и эмоциональной неустойчивости.

Высокий уровень тревоги выявлен у 11 % младших школьников. Младший школьный возраст сопровождается тревогой из-за обучения, интеллектуальных способностей и отношений со сверстниками. Именно тревожные дети в таком возрасте в большей степени характеризуются способностью воспринимать объективно безопасные ситуации как угрозу для их благополучия.

Таким образом, самооценка играет важную роль в жизни младшего школьника, заниженная самооценка тесно связана с тревогой, депрессией и академическим стрессом, которые значительно влияют на качество жизни учащихся. Можно утверждать, что должна быть организована последовательная комплексная работа, направленная на активное повышение самооценки школьников с целью преодоления академического стресса и личностной тревожности.

## Литература

- Аракелов Г.Г., Лысенко Н.Е., Шотт Е.К. Психофизиологический метод оценки тревожности // Психологический журнал. 1997. Т. 18. № 2. С. 102–113.
- Бороздина Л.В. Что такое самооценка // Психологический журнал. 1992. Т. 13. № 4. С. 99–101.
- Донскова Е.С. Взаимосвязь самооценки и уровня тревожности у детей младшего школьного возраста // Психология человека в образовании. 2022. Т. 4. № 1. С. 41–52.
- Комлик Л.Ю., Копылова Н.М., Нестерова, А.С. Особенности самооценки у современных детей младшего школьного возраста // Международный журнал прикладных и фундаментальных исследований. 2017. № 10–2. С. 341–343. URL: <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=11917> (дата обращения: 24.11.2023).
- Кон И.С. Открытие «Я». М.: Политиздат, 1987. 367 с.
- Костяк Т.В. Тревожный ребенок: младший школьный возраст. М.: Издательский центр «Академия», 2008. 96 с.
- Липкина А.И. Самооценка школьника. М.: Знание, 1976. 64 с.
- Макшанцева Л.В. Тревожность и возможности ее снижения у детей // Психологическая наука и образование. 1998. № 2. С.11–58.
- Микляева А.В., Румянцева П.В. Школьная тревожность: диагностика, профилактика, коррекция. СПб.: Речь, 2004. 248 с.
- Прихожан А.М. Психология личностной тревожности в школьном возрасте. СПб.: Лань, 2007. 192 с.
- Batiola E.B., Boleche N., Falcis S.W, Tus J. The Relationship Between Anxiety and Self-Esteem Among Senior High School Students // *Psychology and Education: A Multidisciplinary Journal*. 2022. Vol. 2 (1). Pp. 66–72. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6534512>

## References

- Arakelov, G. G., Lysenko, N. E., & Schott, E. K. (1997). Psychophysiological method for assessing anxiety [Psikhofiziologicheskiy metod otsenki trevozhnosti]. *Psychological Journal*, 18(2), 102–113.
- Batiola, E. B., Boleche, N., Falcis, S. W, & Tus, J. (2022). The Relationship Between Anxiety and Self-Esteem Among Senior High School Students. *Psychology and Education: A Multidisciplinary Journal*, 2(1), 66–72. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6534512>

- 
- Borozdina, L. V. (1992). What is self-esteem [Chto takoe samootsenka]. *Psychological Journal*, 13(4), 99–101.
- Donskova, E. S. (2022). The relationship between self-esteem and the level of anxiety in children of primary school age [Vzaimosvyaz' samootsenki i urovnya trevozhnosti u detey mladshogo shkol'nogo vozrasta]. *Psikhologiya cheloveka v obrazovanii*, 4(1), 41–52.
- Komlik, L. Yu., Kopylova, N. M., & Nesterova, A. S. (2017). Features of self-esteem in modern children of primary school age [Osobennosti samootsenki u sovremennykh detey mladshogo shkol'nogo vozrasta]. *Mezhdunarodnyy zhurnal prikladnykh i fundamental'nykh issledovaniy*, (10–2), 341–343. Retrieved from <https://applied-research.ru/ru/article/view?id=11917>
- Kon, I. S. (1987). *Discovery of "I"* [Otkrytie "Ya"]. Moscow: Politizdat.
- Kostyak, T. V. (2008). *Anxious child: junior school age* [Trevozhnyy rebenok: mladshiy shkol'nyy vozrast]. Moscow: Publishing Center "Academy".
- Lipkina, A. I. (1976). *Self-esteem of a schoolchild* [Samootsenka shkol'nika]. Moscow: Knowledge.
- Makshantseva, L. V. (1998). Anxiety and the possibility of reducing it in children [Trevozhnost' i vozmozhnosti ee snizheniya u detey]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie*, (2), 11–58.
- Miklyaeva, A. V., & Rummyantseva, P. V. (2004). *School anxiety: diagnosis, prevention, correction* [Shkol'naya trevozhnost': diagnostika, profilaktika, korrektsiya]. St. Petersburg: Rech.
- Prikhozhan, A. M. (2007). *Psychology of personal anxiety at school age* [Psikhologiya lichnostnoy trevozhnosti v shkol'nom vozraste]. Saint Petersburg: Lan.