

ВЛИЯНИЕ ТРЕВОЖНОСТИ НА УСПЕВАЕМОСТЬ ДЕТЕЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА

Н. М. Кувшинова¹✉, Н. В. Соколова¹, О. И. Губина², А. В. Карпучина³¹ Воронежский государственный педагогический университет, Воронеж, Россия² Воронежский государственный медицинский университет имени Н. Н. Бурденко, Воронеж, Россия³ Российский университет дружбы народов (РУДН), Москва, Россия

Тревожность необходимо рассматривать как факт нарушения адаптации к конкретной ситуации. Она может отрицательно влиять на различные аспекты психического здоровья, качества жизни, общее благополучие, а также препятствовать нормальному ходу обучения и воспитания школьников. Целью исследования было выполнить психодиагностическую оценку уровня тревожности и его влияния на академическую успеваемость современных подростков. С использованием теста школьной тревожности Б. Н. Филлипса и шкалы самооценки уровня тревожности Спилбергер-Ханина оценивали уровень общей школьной, ситуативной и личностной тревожности у девятиклассников одной из школ г. Воронежа; были проанализированы особенности проявления тревожности у мальчиков и девочек, рассмотрено влияние тревожности на успеваемость обучающихся. Полученные диагностические данные обрабатывали с применением методов математической статистики. Результаты исследования показали, что для большинства исследованных школьников характерен нормативный уровень тревожности. Установлено, что девочки имели более высокие показатели тревожности, чем мальчики. Между тревожностью и учебной успеваемостью подростков не была выявлена однозначная взаимосвязь, характер которой, в зависимости от влияния тех или иных факторов, может отклоняться как в позитивную, так и в негативную сторону, оказывая положительное или отрицательное воздействие на продуктивность учебной деятельности. Полученные в ходе исследования данные дополняют имеющиеся сведения об изучаемой проблеме.

Ключевые слова: тревожность, подростки, личностная и ситуативная тревожность, школьная тревожность, успеваемость

Вклад авторов: Н. М. Кувшинова — написание текста статьи, редактирование; Н. В. Соколова — концепция и дизайн исследования, редактирование; О. И. Губина, А. В. Карпучина — сбор и обработка данных, написание текста статьи, редактирование.

Соблюдение этических стандартов: исследование было проведено в соответствии с принципами биомедицинской этики и не подвергало опасности участников. Для каждого участника получено добровольное информированное согласие.

✉ **Для корреспонденции:** Наталья Михайловна Кувшинова
ул. Ленина, д. 86, г. Воронеж, 394043, Россия; natali_7.09@mail.ru

Статья получена: 02.10.2025 **Статья принята к печати:** 13.01.2026 **Опубликована онлайн:** 06.03.2026

DOI: 10.24075/rbh.2026.152

Авторские права: © 2025 принадлежат авторам. Лицензиат: РНИМУ им. Н. И. Пирогова. Статья размещена в открытом доступе и распространяется на условиях лицензии Creative Commons Attribution (CC BY) (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

THE IMPACT OF ANXIETY ON ACADEMIC PERFORMANCE IN ADOLESCENCE

Kuvshinova NM¹✉, Sokolova NV¹, Gubina OI², Karpukhina AV³¹ Voronezh State Pedagogical University, Voronezh, Russia² Burdenko Voronezh State Medical University, Voronezh, Russia³ Peoples' Friendship University of Russia (RUDN University), Moscow, Russia

Anxiety should be considered as impaired adaptation in a particular situation. It can negatively impact mental health, quality of life, overall well-being, and disrupt schoolchildren's education and development. The study aimed to assess how anxiety levels influence the academic achievement of today's adolescents using psychodiagnostic tools. The researchers assessed levels of school-related, situational, and personal anxiety among ninth graders in Voronezh using the School Anxiety Test by B.N. Phillips and the Spielberger-Hanin Anxiety Scale, analyzing gender differences and the subsequent impact of anxiety on academic performance. Statistical methods were applied to the test data. The study found that most participating schoolchildren showed a normal level of anxiety. However, girls had higher levels than boys. As for the link between anxiety and academic performance, we did not identify an interconnection that, influenced by certain factors, may have a positive or a negative effect on the education-related productivity of adolescents. The results of this study complement the existing body of knowledge on the issue.

Keywords: anxiety, teenagers, personal and situational anxiety, school anxiety, academic performance

Author contribution: Kuvshinova NM — article authoring, editing; Sokolova NV — study concept and design, article editing; Gubina OI, Karpukhina AV — data collection and processing, article authoring, editing.

Compliance with ethical standards: the study was conducted in accordance with the principles of biomedical ethics and did not endanger the participants. Voluntary informed consent form was filled for each participant.

✉ **Correspondence should be addressed:** Natalia M. Kuvshinova
Lenina, 86, Voronezh, 394043, Russia; natali_7.09@mail.ru

Received: 02.10.2025 **Accepted:** 13.01.2026 **Published online:** 06.03.2026

DOI: 10.24075/rbh.2026.152

Copyright: © 2025 by the authors. Licensee: Pirogov University. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

В настоящее время проблема тревожности не теряет своей актуальности, затрагивая различные жизненные сферы, включая образовательную [1]. Учебно-воспитательная деятельность в школе, факторы внутришкольной среды зачастую способствуют появлению у учащихся повышенного беспокойства, напряженности, волнения, неуверенности

в собственных силах, негативных ожиданий, эмоциональной неустойчивости.

А. М. Прихожан трактует тревожность как характеризующееся эмоциональным дискомфортом состояние, связанное с предчувствием надвигающейся опасности, ожиданием неблагоприятия [2].

Р. С. Немов определяет тревожность как постоянно или ситуативно проявляемое свойство человека приходиться в состоянии повышенного беспокойства, испытывать страх и тревогу в специфических социальных ситуациях [3].

Одной из распространённых классификаций тревожности является классификация Ч. Д. Спилбергера и Ю. Л. Ханина, согласно которой выделяют личностную и ситуативную тревожность. Личностная тревожность — индивидуальная характеристика человека, которая отражает его склонность к тревожным состояниям. Ситуативная тревожность возникает в ответ на влияние конкретных обстоятельств, событий [4, 5].

Проблема тревожности характерна для всех возрастных периодов без исключения, но наиболее уязвимым возрастным периодом по праву считается подростковый. Он характеризуется особенностями гормональных процессов, проявлением эмоциональной нестабильности, интенсивным социальным и физическим развитием [2].

К факторам появления неблагоприятного эмоционального состояния можно отнести как индивидуально-типические характеристики школьников, такие как пол, личностные особенности, возраст, так и особенности внешних обстоятельств — травмирующие события, ближайшее окружение учащихся [6].

Поскольку подростки значительную часть времени проводят в образовательных учреждениях, к причинам повышения степени тревожности относятся школьное обучение и сопутствующие ему факторы [7–9]. К таким факторам можно отнести повышение требований к учебной деятельности, появление образовательных инноваций, сдачу экзаменов, выполнение контрольных работ, переживание за полученные оценки, большой объем домашней работы и учебной нагрузки, конфликты с одноклассниками, учителями и т. д. [10, 11].

Симптомами тревожности могут быть нервозность, беспокойство, повышенная возбудимость, неуверенность, сонливость, напряжение, неуравновешенность, рассеянность, утомляемость, двигательное беспокойство, эмоциональная нестабильность и неустойчивость [5, 12]. Они зависят от индивидуальных особенностей организма, факторов окружающей среды, уровня выраженности тревожности.

Последствия тревожности способны затрагивать все сферы человеческой жизни, влияя на психологическое благополучие, состояние здоровья, поведение, отношения в социуме. Тревожность может отрицательно влиять как на состояние когнитивных функций, так и на результаты образовательного процесса. От степени проявления тревожности могут зависеть продуктивность деятельности, ход обучения и воспитания школьников, их контакт со сверстниками, эффективность адаптации к новым условиям, а также жизнедеятельность организма [13–17].

Целью исследования было выполнить психодиагностическую оценку уровня тревожности и его влияния на академическую успеваемость современных подростков.

ПАЦИЕНТЫ И МЕТОДЫ

В исследовании, которое проводили на базе МБОУ Гимназия имени А. Платонова в г. Воронеже, приняла участие 84 обучающихся 9-х классов (45 девочек и 39 мальчиков). Для определения уровня тревожности проводили анкетирование школьников с применением теста школьной тревожности Б. Н. Филлипса и шкалы самооценки уровня тревожности Спилбергера–Ханина.

Психодиагностическая методика Спилбергера–Ханина дифференцированно направлена на выявление уровня личностной и ситуативной тревожности, она позволяет дать оценку тревожности и как свойства личности, и как связанного с текущей ситуацией состояния.

Помимо оценки степени общей школьной тревожности психодиагностическая методика Филлипса дает возможность дополнительно проанализировать ряд факторов тревожности, связанных с учебным процессом, образовательной деятельностью обучающихся. К этим факторам относятся фрустрация потребности достижения успеха, переживание социального стресса, страх самовыражения, страх ситуации проверки знаний, страх не соответствовать ожиданиям окружающих, низкая физиологическая сопротивляемость стрессу, проблемы и страхи в отношениях с учителями.

На следующем этапе исследования рассчитан средний балл успеваемости девятиклассников по всем изучаемым предметам, выполнена оценка взаимосвязи показателей академической успеваемости и тревожности школьников.

Статистическую обработку полученных в ходе исследования данных осуществляли с использованием методов параметрического и непараметрического анализа. Рассчитывали относительные величины (P), ошибки относительных величин (mp). Для сравнительной оценки полученных показателей применяли U -критерий Манна–Уитни, а для анализа связи между двумя переменными — коэффициент ранговой корреляции Спирмена (rs). Статистическую значимость различий определяли при уровне $p \leq 0,05$. Для статистической обработки результатов использовали программу Statistica 6.0 (StatSoft; США).

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

В результате применения методики Спилбергера–Ханина у большинства исследованных школьников выявлен умеренный уровень ситуативной тревожности, при этом высокий уровень выявлен у $22,62 \pm 4,52\%$ обучающихся, а низкий — у $15,48 \pm 3,95\%$ подростков. Показатели ситуативной тревожности отличались по гендерному признаку: высокий уровень воздействия стрессовой ситуации отмечен у $33,3 \pm 7,03\%$ девочек и $12,82 \pm 5,35\%$ мальчиков, низкий — у $15,56 \pm 5,40\%$ и $15,38 \pm 5,78\%$ соответственно.

По сравнению с ситуативной тревожностью уровень личностной тревожности оказался выше. Высокая личностная тревожность встречалась у $33,33 \pm 5,14\%$ школьников, умеренная — у $57,14 \pm 5,40\%$ респондентов, низкая — у $9,52 \pm 3,20\%$ подростков. При этом высокий уровень личностной тревожности выявлен у $23,08 \pm 6,75\%$ мальчиков и $40\% \pm 7,3\%$ девочек.

Интенсивность тревожных эмоций различалась в зависимости от пола. Так, у девочек отмечены более высокие показатели тревожности по сравнению с мальчиками. Математико-статистическая обработка результатов с использованием U -критерия Манна–Уитни ($p \leq 0,05$) подтвердила значимость полученных различий в показателях ситуативной ($U_{Эмп} = 600$) и личностной тревожности ($U_{Эмп} = 593$) по гендерному признаку. Полученные эмпирические значения находились в зоне значимости.

Оценка уровня школьной тревожности по методике Филлипса показала наличие высокого уровня общей тревожности у $7,14 \pm 2,81\%$ респондентов, повышенного уровня — у $15,48 \pm 3,95\%$ подростков. Для преобладающего большинства опрошенных

Таблица 1. Выраженность уровня школьной тревожности по методике Филлипса (%)

Факторы	Нормальный уровень	Повышенный уровень	Высокий уровень
Фрустрация потребности достижения успеха	95,24 ± 2,32%	4,76 ± 2,32%	–
Переживание социального стресса	80,95 ± 4,28%	16,67 ± 4,07%	2,38 ± 1,66%
Страх самовыражения	50 ± 5,46%	36,90 ± 5,26%	13,10 ± 3,68%
Страх ситуации проверки знаний	39,29 ± 5,33%	46,43 ± 5,44%	14,28 ± 3,82%
Страх не соответствовать ожиданиям окружающих	48,81 ± 5,45%	41,67 ± 5,38%	9,52 ± 3,2%
Низкая физиологическая сопротивляемость стрессу	85,71 ± 3,82%	10,71 ± 3,37%	3,57 ± 2,02%
Проблемы и страхи в отношениях с учителями	66,67 ± 5,14%	23,81 ± 4,65%	9,52 ± 3,2%

школьные факторы не были травмирующими, и состояние тревожности было либо слабо выраженным, либо находилось в пределах нормы. Для них были характерны достаточно ровный эмоциональный фон и адекватная оценка сложившейся на текущий момент ситуации. Стоит констатировать, что высокую степень тревожности с использованием данной методики определили только у лиц женского пола. Тенденция к тому, что мальчики более эмоционально стабильны, чем девочки, подтверждается данными проведенного исследования, которые являются значимыми ($U_{эмпл} = 611, p \leq 0,05$).

Факторы выраженности школьной тревожности по методике Филлипса различались по своей интенсивности (табл. 1).

Наиболее часто встречался страх, связанный с ситуацией проверки знаний. Он определен у 60,67 ± 5,33% школьников (у 14,28 ± 3,82% — на высоком уровне, у 46,43 ± 5,44% — на повышенном). Состояние тревоги, вызванное несоответствием ожиданиям окружающих, присутствовало у 51,19 ± 5,45% девятиклассников (у 9,52 ± 3,2% в высокой степени, у 41,67 ± 5,38% — в повышенной). Эти школьники переживают по поводу получаемых оценок, испытывают зависимость от мнения других людей, сфокусированы на значимости окружающих в оценке своих поступков, результатов деятельности. Страх самовыражения встречался у половины респондентов (у 13,10 ± 3,68% на высоком уровне, у 36,90 ± 5,26% — на повышенном). Он показывает отрицательное отношение школьников к публичным выступлениям, необходимой демонстрации своих знаний, умений, навыков в присутствии лично значимой аудитории слушателей. Страх выступлений на публике в дальнейшем может провоцировать обеспокоенность, неуверенность в себе, своих силах и возможностях. Проблемы в отношениях с учителями были тревожным фактором, проявлявшимся

на высоком уровне у 9,52 ± 3,2% подростков, на повышенном — у 23,81 ± 4,65% школьников. Остальные рассмотренные стрессовые факторы (фрустрация потребности достижения успеха, переживание социального стресса, низкая физиологическая сопротивляемость стрессу) в высокой и повышенной степени проявления встречались у меньшего числа обучающихся и были менее значимыми с точки зрения выраженности общего уровня школьной тревожности.

Состояние тревожности подростков достаточно ярко отражается в учебной деятельности. Оно выражается субъективно переживаемыми эмоциями беспокойства, напряжения, озабоченности, появляющимися в различных стрессовых ситуациях, к которым можно отнести экзамены, контрольные и проверочные работы, тестирования, опросы, направленные на определение уровня знаний.

Вследствие этого на следующем этапе исследовательской работы был рассчитан средний балл успеваемости девятиклассников по всем учебным предметам, а затем методом ранговой корреляции Спирмена выполнен анализ взаимосвязи показателей академической успеваемости и тревожности школьников.

Показатели общей школьной, ситуативной и личностной тревожности в группах с разным уровнем успеваемости отличались (табл. 2). Высокая степень ситуативной тревожности в большинстве случаев наблюдалась у подростков, обучающихся на «хорошо» и «удовлетворительно». Высокий уровень личностной и общей школьной тревожности чаще встречался среди хорошистов.

Однако статистический анализ полученных данных не показал значимую связь между исследованными показателями академической успеваемости и тревожности. Очень слабая отрицательная взаимосвязь отмечена между исследованными показателями ситуативной тревожности и успеваемости ($r_s = -0,078$), личностной тревожности

Таблица 2. Влияние уровня тревожности на академическую успеваемость (%)

Уровень тревожности		Академическая успеваемость		
		«Отлично»	«Хорошо»	«Удовлетворительно»
Уровень ситуативной тревожности	Высокий уровень	23,53 ± 10,29%	42,59 ± 6,73%	46,15 ± 13,83%
	Умеренный уровень	29,41 ± 11,05%	38,89 ± 6,63%	30,77 ± 12,8%
	Низкий уровень	47,06 ± 12,11%	18,52 ± 5,29%	23,08 ± 11,69%
Уровень личностной тревожности	Высокий уровень	23,53 ± 10,29%	38,89 ± 6,63%	23,08 ± 11,69%
	Умеренный уровень	29,41 ± 11,05%	44,44 ± 6,76%	30,77 ± 12,80%
	Низкий уровень	47,06 ± 12,11%	16,67 ± 5,07%	46,15 ± 13,83%
Уровень общей школьной тревожности	Высокий уровень	11,76 ± 7,81%	22,22 ± 5,66%	7,69 ± 7,39%
	Умеренный уровень	35,29 ± 11,59%	18,52 ± 5,29%	38,46 ± 13,49%
	Низкий уровень	52,94 ± 12,11%	59,26 ± 6,69%	53,85 ± 13,83%

и успеваемости ($r_s = -0,008$); наблюдалась слабая отрицательная взаимосвязь между значениями общей школьной тревожности и успеваемости ($r_s = -0,241$). На наш взгляд, это связано с тем, что тревожность более тесно связана с успеваемостью, чем представлялось изначально. Сложные причинно-следственные связи между высоким уровнем тревожности обучающихся и их успеваемостью можно рассматривать с разных сторон. Так, с одной стороны, высокая тревожность может приводить к снижению уровня успеваемости. С другой стороны, низкая успеваемость является причиной повышения уровня тревожности школьников.

ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Критерием учебной деятельности является успеваемость. Состояние тревожности может по-разному влиять на продуктивность обучения [18, 19]. Оно может оказывать на учебную деятельность как положительное, так и отрицательное воздействие.

Так, в ходе ряда исследований [20, 21] установлено, что высокая успеваемость чаще наблюдается у обучающихся с высокой степенью ситуативной и личностной тревожности.

В исследовательских работах, проводимых [10, 22–25], напротив, показано, что рост тревожности у обучающихся приводит к снижению их академической успеваемости. Тревожность оказывает всестороннее отрицательное влияние на познавательные процессы, мотивационную сферу и успешность обучения подростков.

Отмечено, что тревожность умеренной степени не мешает учебному процессу и не оказывает отрицательного влияния на успеваемость [26]. При этом определенный уровень тревожности мотивирует обучающихся к успешной учебной деятельности.

В ходе исследований [18, 27–29], как и выполненной нами работы, не выявлена однозначная взаимосвязь между состоянием тревожности и академической успеваемостью обучающихся.

Полученные нами данные отражают сложность и неоднозначность взаимосвязи показателей тревожности

и школьной успеваемости. Можно предположить, что характер этой взаимосвязи может меняться как в положительную, так и в отрицательную сторону в зависимости от влияния тех или иных факторов.

Необходимым условием сохранения эмоционального здоровья обучающихся является профилактика тревожных состояний. Профилактическая и психокоррекционная работа должна носить комплексный характер [30], объединяя усилия всех участников образовательного процесса — детей, родителей, учителя, классного руководителя, психолога, социального педагога и т. д.

ВЫВОДЫ

Результаты исследования позволяют констатировать, что для большинства девятиклассников характерен нормативный уровень тревожности. Выявлены $22,62 \pm 4,52\%$ детей с повышенным и высоким уровнем общей школьной тревожности, $33,33 \pm 5,14\%$ подростков с высоким уровнем личностной тревожности, а также $22,62 \pm 4,52\%$ школьников с высоким уровнем ситуативной тревожности. Наиболее стрессовыми для обучающихся оказались ситуация проверки знаний, боязнь не соответствовать ожиданиям окружающих и самовыражения, а также страхи и проблемы в отношениях с учителями. Тревожные эмоции были различными по своей интенсивности в зависимости от половой принадлежности. Более высокие показатели тревожности у девочек встречались чаще, чем у мальчиков. Статистический анализ не выявил однозначного влияния личностной, ситуативной и общей школьной тревожности на успешность в учебной деятельности девятиклассников. По всей вероятности, влияние тревожности на учебную деятельность школьников может быть как отрицательным, так и положительным, в зависимости от действия различных факторов. При этом мы предполагаем, что между тревожностью и успеваемостью нет прямой причинно-следственной зависимости. Эта связь зависит от множества факторов, среди которых можно назвать взаимоотношения с родителями и сверстниками, уровень самооценки и отношение к успеваемости в целом, а также условия проведения исследования.

Литература

1. Попов В. И., Бережнова Т. А., Кулинцова Я. В. Уровень тревожности у детей в возрасте 8–12 лет Воронежской области. Вестник психотерапии. 2015; 54 (59): 151–8.
2. Прихожан А. М. Психология тревожности: дошкольный и школьный возраст. СПб.: Питер, 2007; 282 с.
3. Немов Р. С. Психология: учебник для студентов высших педагогических учебных заведений. М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001; 640 с.
4. Воронова Р. М., Гунько В. В., Казбекова К. А. Тревожность как фактор, влияющий на психоэмоциональное состояние и функциональность подростков. Наука и реальность. 2024; 1 (17): 53–63.
5. Костюшина Е. В., Щукин А. Ю. Влияние тревожности на успешность обучения в подростковом возрасте. Наука и образование. 2021; 4 (1): 8 с.
6. Соболева Л. Г., Новак Н. Г., Шаршакова Т. М. Оценка уровня тревожности детей школьного возраста г. Гомеля. Проблемы здоровья и экологии. 2013; 4 (38): 123–8.
7. Царева Е. В., Микулец Ю. Д., Чапанова Е. С. Исследование уровня тревожности подростков. Проблемы современного педагогического образования. 2023; (81-3): 370–3.
8. Попов М. В. Электронная среда как фактор риска здоровью обучающихся. Молодежный инновационный вестник. 2020; 9 (52): 63–4.
9. Астащенко А. П., Губина О. И., Попов М. В., Яценко И. Н., Сазонова О. В., Гаврюшин М. Ю. Анализ феномена «смещения внимания» как маркера психоэмоционального напряжения. Гигиена труда и промышленная экология. 2022; 62 (4): 247–53.
10. Юшкова Н. Б. Школьная тревожность как фактор, влияющий на успешность обучения школьников среднего звена. Социальное управление. 2023; 5 (3): 84–9.
11. Панова В. Ю., Картышева С. И., Кувшинова Н. М. Анализ образа жизни современных школьников. В сборнике: Новой школе — здоровые дети. Материалы VIII Всероссийской научно-практической конференции с международным

- участием; 25 октября 2024 г.; г. Воронеж. Воронеж: Издательство ВГПУ, 2024; 208–10.
12. Мантурова Н. М. Проявление тревожности и эмоциональной направленности в подростковом возрасте и их влияние на школьную успеваемость. *СМАЛЬТА*. 2025; (1): 77–90.
 13. Косых Ю. Ф., Соколова Н. В. Гендерные особенности проявления тревожности у подростков и пути ее коррекции в условиях школьного образования. *Молодежный инновационный вестник*. 2018; 7 (S3): 53–4.
 14. Попов В. И. Гигиеническая характеристика подходов, характеризующих возрастные особенности детей, подростков и молодежи. *Здравоохранение Российской Федерации*. 2019; 63 (4): 199–204.
 15. Попов В. И., Настаушева Т. Л., Жданова О. А. Состояние здоровья и физическая активность детей в период обучения в школе. *Здравоохранение Российской Федерации*. 2021; 65 (3): 238–44.
 16. Никитюк Д. Б., Попов В. И., Милушкина О. Ю., Скоблина Н. А., Сазонова О. В., Левушкин С. П. и др. Нормативы для оценки физического развития детей и подростков Российской Федерации. Часть 2. М.: Научная книга, 2023; 446 с.
 17. Евдокимов В. И., Попов В. И., Рут А. Н. Проблемы инновационных исследований в гигиене. *Гигиена и санитария*. 2015; 94 (9): 5–8.
 18. Иваникова А. А. Влияние тревожности на успеваемость младших школьников. *Modern Science*. 2020; (5-1): 429–33.
 19. Дмитриева С. Н., Евдокарова Т. В., Попова И. И. Влияние тревожности на успеваемость подростков. *Современное педагогическое образование*. 2019; (12): 104–6.
 20. Зозук А. А., Мельникова А. А., Сибекина А. С., Устинова А. О. Влияние тревожности на академическую успеваемость студентов-психологов. В сборнике: *Весенние психолого-педагогические чтения*. Материалы IV Межрегиональной научно-практической конференции, посвященной памяти почетного профессора АГУ А. В. Буровой; 19 апреля 2020 г.; г. Астрахань. Астрахань: Издательский дом «Астраханский университет», 2020; 100–3.
 21. Гасанова П. Г., Даудова Д. М., Кимпаева Э. А. Влияние тревожности на учебную деятельность студентов. *Евразийский союз ученых*. 2015; 7–6 (16): 56–8.
 22. Пасынкова Н. Б. Связь уровня тревожности подростков с эффективностью их интеллектуальной деятельности. *Психологический журнал*. 1996; (1): 169–74.
 23. Куртышева О. Р. Взаимосвязь тревожности и учебной деятельности подростков. *Студенческая наука и XXI век*. 2024; 21 (1 (24)): 156–8.
 24. Ткаченко В. А., Ткаченко Л. М. Структура учебной мотивации старшеклассников. *Вестник Челябинского педагогического университета*. 2013; (12-2): 170–83.
 25. Пашукова А. Д., Савина Т. В. Взаимосвязь уровня тревожности и успеваемости в условиях образовательного пространства. *Всероссийский научно-практический журнал социальных и гуманитарных исследований*. 2024; 4 (15): 67–75.
 26. Давлетбаева З. К., Бикчентаева К. Ф. Взаимосвязь школьной успеваемости и тревожности обучающихся. *Казанская наука*. 2024; (12): 50–2.
 27. Антипкина Н. П., Рудь Н. А., Баранова М. Б. Школьная тревожность как один из факторов риска для здоровья обучающихся. В сборнике: *Новый школе — здоровые дети*. Материалы V Всероссийской научно-практической конференции; 26–27 октября 2018 г.; г. Воронеж. Воронеж: Издательство ВГПУ, 2018; 5–7.
 28. Позднякова А. Ю. Взаимосвязь тревожности с успеваемостью среди учащихся старших и средних классов. *Центральный научный вестник*. 2017; 2 (4 (21)): 31–2.
 29. Федорова Ю. А., Набиева А. Р. Педагогическое исследование взаимосвязи школьной успеваемости и тревожности у подростков. *Вестник Башкирского государственного педагогического университета им. М. Акмуллы*. 2021; 1 (58): 107–9.
 30. Сухарева Н. Ф., Желтенкова И. Д. Психопрофилактика школьной тревожности в подростковом возрасте. *Актуальные проблемы и перспективы развития современной психологии*. 2019; (1): 217–24.

References

1. Popov VI, Berezhnova TA, Kulincova JaV. Uroven' trevozhnosti u detej v vozraste 8–12 let Voronezhskoj oblasti. *Vestnik psihoterapii*. 2015; 54 (59): 151–8 (in Rus.).
2. Prihozhan AM. Psihologija trevozhnosti: doshkol'nyj i shkol'nyj vozrast. SPb.: Piter, 2007; 282 p. (in Rus.).
3. Nемов RS. Psihologija: uchebnik dlja studentov vysshih pedagogicheskikh uchebnyh zavedenij. M.: Gumanit. izd. centr VLADOS, 2001; 640 p. (in Rus.).
4. Voronova RM, Gunko VV, Kazbekova KA. Trevozhnost' kak faktor, vlijajushhij na psihojemocional'noe sostojanie i funkcional'nost' podrostkov. *Nauka i real'nost'*. 2024; 1 (17): 53–63 (in Rus.).
5. Kostjushina EV, Shhukin AJu. Vlijanie trevozhnosti na uspešnost' obuchenija v podrostkovom vozraste. *Nauka i obrazovanie*. 2021; 4 (1): 8 p. (in Rus.).
6. Soboleva LG, Novak NG, Sharshakova TM. Ocenka urovnja trevozhnosti detej shkol'nogo vozrasta g. Gomelja. *Problemy zdorov'ja i jekologii*. 2013; 4 (38): 123–8 (in Rus.).
7. Careva EV, Mikulec JuD, Chapanova ES. Issledovanie urovnja trevozhnosti podrostkov. *Problemy sovremennoho pedagogicheskogo obrazovanija*. 2023; (81-3): 370–3 (in Rus.).
8. Popov MV. Jelektronnaja sreda kak faktor riska zdorov'ju obuchajushhihsja. *Molodezhnyj innovacionnyj vestnik*. 2020; 9 (52): 63–4 (in Rus.).
9. Astashhenko AP, Gubina OI, Popov MV, Jashhenko IN, Sazonova OV, Gavrijushin MJu. Analiz fenomena "smeshhenija vnimanija" kak markera psihojemocional'nogo naprjazhenija. *Gigiena truda i promyshlennaja jekologija*. 2022; 62 (4): 247–53 (in Rus.).
10. Jushkova NB. Shkol'naja trevozhnost' kak faktor, vlijajushhij na uspešnost' obuchenija shkol'nikov srednego zvena. *Social'noe upravlenie*. 2023; 5 (3): 84–9 (in Rus.).
11. Panova VJu, Kartysheva SI, Kuvshinova NM. Analiz obraza zhizni sovremennyh shkol'nikov. V sbornike: *Novoj shkole — zdorovyje deti*. Materialy VIII Vserossijskoj nauchno-praktičeskoj konferencii s mezhdunarodnym uchastiem; 25 oktjabrja 2024 g.; g. Voronezh. Voronezh: Izdatel'stvo VGPU, 2024; 208–10 (in Rus.).
12. Manturova NM. Projavlenie trevozhnosti i jemocional'noj napravlenosti v podrostkovom vozraste i ih vlijanie na shkol'nuju uspevaemost'. *SMALTA*. 2025; (1): 77–90 (in Rus.).
13. Kosyh JuF, Sokolova NV. Gendernye osobennosti projavlenija trevozhnosti u podrostkov i puti ee korekcii v uslovijah shkol'nogo obrazovanija. *Molodezhnyj innovacionnyj vestnik*. 2018; 7 (S3): 53–4 (in Rus.).
14. Popov VI. Gigeničeskaja harakteristika podhodov, harakterizujushhij vozrastnye osobennosti detej, podrostkov i molodezhi. *Zdravoohranenie Rossijskoj Federacii*. 2019; 63 (4): 199–204 (in Rus.).
15. Popov VI, Nastausheva TL, Zhdanova OA. Sostojanie zdorov'ja i fizičeskaja aktivnost' detej v period obuchenija v shkole. *Zdravoohranenie Rossijskoj Federacii*. 2021; 65 (3): 238–44 (in Rus.).
16. Nikitjuk DB, Popov VI, Milushkina OJu, Skoblina NA, Sazonova OV, Levushkin SP, et al. Normativy dlja ocenki fizičeskogo razvitija detej i podrostkov Rossijskoj Federacii. *Chast' 2*. M.: Nauchnaja kniga, 2023; 446 p. (in Rus.).
17. Evdokimov VI, Popov VI, Rut AN. Problemy innovacionnyh issledovanij v gigenie. *Gigiena i sanitarija*. 2015; 94 (9): 5–8 (in Rus.).
18. Ivannikova AA. Vlijanie trevozhnosti na uspevaemost' mladshih shkol'nikov. *Modern Science*. 2020; (5-1): 429–33 (in Rus.).
19. Dmitrieva SN, Evdokarova TV, Popova II. Vlijanie trevozhnosti na uspevaemost' podrostkov. *Sovremennoe pedagogičeskoe obrazovanie*. 2019; (12): 104–6 (in Rus.).
20. Zozuk AA, Melnikova AA, Sibekina AS, Ustinova AO. Vlijanie trevozhnosti na akademicheskiju uspevaemost' studentov-psihologov. V sbornike: *Vesennije psihologo-pedagogičeskie čtenija*. Materialy IV Mezhregional'noj nauchno-praktičeskoj

- konferencii, posvjashhennoj pamjati pochetnogo professora AGU A. V. Burovoj; 19 aprilja 2020 g.; g. Astrahan'. Astrahan': Izdatel'skij dom "Astrahanskij universitet", 2020; 100–3 (in Rus.).
21. Gasanova PG, Daudova D. M., Kimpaeva Je. A. Vlijanie trevozhnosti na uchebnuju dejatel'nost' studentov. Evrazijskij sojuz uchenyh. 2015; 7–6 (16): 56–8 (in Rus.).
 22. Pasyukova NB. Svjaz' urovnja trevozhnosti podrostkov s jeffektivnost'ju ih intellektual'noj dejatel'nosti. Psihologicheskij zhurnal. 1996; (1):169–74 (in Rus.).
 23. Kurtysheva OR. Vzaimosvjaz' trevozhnosti i uchebnoj dejatel'nosti podrostkov. Studencheskaja nauka i XXI vek. 2024; 21 (1 (24)): 156–8 (in Rus.).
 24. Tkachenko VA, Tkachenko LM. Struktura uchebnoj motivacii starsheklassnikov. Vestnik Cheljabinskogo pedagogicheskogo universiteta. 2013; (12-2): 170–83 (in Rus.).
 25. Pashukova AD, Savina TV. Vzaimosvjaz' urovnja trevozhnosti i uspevaemosti v uslovijah obrazovatel'nogo prostranstva. Vserossijskij nauchno-prakticheskij zhurnal social'nyh i gumanitarnyh issledovanij. 2024; 4 (15): 67–75 (in Rus.).
 26. Davletbaeva ZK, Bikchentaeva KF. Vzaimosvjaz' shkol'noj uspevaemosti i trevozhnosti obuchajushhihsja. Kazanskaja nauka. 2024; (12): 50–2 (in Rus.).
 27. Antipkina NP, Rud NA, Baranova MB. Shkol'naja trevozhnost' kak odin iz faktorov riska dlja zdorov'ja obuchajushhihsja. V sbornike: Novoj shkole — zdorovyje deti. Materialy V Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferencii; 26–27 oktjabrja 2018 g.; g. Voronezh. Voronezh: Izdatel'stvo VGPU, 2018; 5–7 (in Rus.).
 28. Pozdnjakova AJu. Vzaimosvjaz' trevozhnosti s uspevaemost'ju sredi uchashhihsja starshih i srednih klassov. Central'nyj nauchnyj vestnik. 2017; 2 (4 (21)): 31–2 (in Rus.).
 29. Fedorova JuA, Nabieva AR. Pedagogicheskoe issledovanie vzaimosvjazi shkol'noj uspevaemosti i trevozhnosti u podrostkov. Vestnik Bashkirskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. M. Akmully. 2021; 1 (58): 107–9 (in Rus.).
 30. Suhareva NF, Zheltenkova ID. Psihoprofilaktika shkol'noj trevozhnosti v podrostkovom vozraste. Aktual'nye problemy i perspektivy razvitija sovremennoj psihologii. 2019; (1): 217–24 (in Rus.).