

Соболева Л.Г., Шаршакова Т.М.

Гомельский государственный медицинский университет, Гомель, Беларусь

Soboleva, L.G., Sharshakova T.M.

Gomel State Medical University, Gomel, Belarus

Сравнительная характеристика уровня тревожности школьников г. Гомеля

Comparative characteristics of the anxiety level in schoolchildren of Gomel

Резюме

В статье представлена оценка уровня тревожности детей школьного возраста. Для изучения уровня и характера тревожности школьников были использованы тест тревожности Р. Тэммпла, М. Дорки и В. Амена, шкала личностной тревожности А.М. Прихожан, методика Филлипса. Для измерения степени субъективной неприятности различных конкретных ситуаций была использована шкала личностной тревожности (А.М. Прихожан). Всего в исследовании приняло участие 549 школьников. Согласно полученным данным, высокий уровень тревожности был выявлен у 20% детей младшего школьного возраста. 34% учащихся восьмых классов имеют данный уровень школьной тревожности. В девярых классах данный показатель составляет 54,5%, в десятых классах – 60,5%.

При оценке уровня тревожности учащихся 5–11 классов по методике Филлипса было выявлено, что 32% учащихся испытывают общую тревожность в школе. 33% школьников испытывают фрустрацию потребности в достижении успеха. 38% учащихся испытывают страх самовыражения. 40% школьников испытывают страх в ситуации проверки знаний. Страх не соответствовать ожиданиям окружающих испытывают 44% учащихся. 34% учащихся имеют проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Ключевые слова: тревожность школьников, шкала социально-ситуационной тревоги, уровень тревожности.

Resume

This article provides an assessment of anxiety level in schoolchildren. To study the level and nature of anxiety in schoolchildren we used the anxiety test of R. Tammp, M. Dorki, B. Aman, the scale of personal anxiety of Prichogan, the method of Phillips. To measure the subjective unpleasantness in various cases we used the scale of personal anxiety A. M. Prichogan. Totally 549 schoolchildren participated. According to the data received, a high level of anxiety was revealed in 20% of primary school children. 34% of eighth-form schoolchildren have this level of school anxiety. In the ninth forms, the value was 54.5%, in the tenth forms – 60.5%.

Assessing the level of anxiety in schoolchildren by Phillip's method we found out that 32% of schoolchildren have a general anxiety at school. 33% of schoolchildren experience frustration of needs to succeed. 38% of schoolchildren experience the fear of self-expression. 40% of schoolchildren

experience the fear of testing their knowledge. 44% of the schoolchildren experience the fear of not meeting other people's expectations. 34% of schoolchildren have problems and fears in their relations with teachers.

Keywords: anxiety of schoolchildren, the scale of social and situational anxiety, level of anxiety.

Общеизвестным является тот факт, что подавляющее большинство психосоматических недугов человека смыкается в своей первопричине с тревожностью, и, к сожалению, особенно уязвимы в этом плане – дети. Проблема тревожности является одной из наиболее актуальных проблем в современной психологии, что обусловлено увеличением числа тревожных детей, отличающихся повышенным беспокойством, неуверенностью, эмоциональной неустойчивостью. Тревожность имеет ярко выраженную возрастную специфику, обнаруживающуюся в ее источниках, содержании, формах проявления компенсации и защиты (А.М. Прихожан, А.И. Захаров, А.О. Прохоров, Ж.М. Глозман и В.В. Зоткина, В.В. Суворова, Л.И. Божович и др.). Повышенная тревожность негативно влияет не только на соматическое, но и на психологическое здоровье учащихся: она провоцирует развитие нейротичности и депрессивных состояний. Из-за повышенного стремления к безопасности ребенок утрачивает решительность, инициативность, подавляет собственную креативность и способность рисковать. Мотивом его деятельности становятся не стремление к успеху, а избегание неудач: в ситуации выбора или в процессе деятельности школьник выбирает заведомо заниженные цели и задачи, не стремится к самореализации и успешности (успеваемость в таком случае снижается). Падает энергетический потенциал ребенка. Результатом, как правило, становится отсутствие полной реализации личности в обучении, равно как и других областях жизни [1, 2, 3, 4]. В связи с этим одним из важнейших факторов повышения эффективности учебной деятельности школьников является создание психологически благоприятного климата и соответствующих условий обучения.

■ МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

В исследовании приняли участие 549 школьников – учащиеся младших, средних и старших классов.

Для оценки уровня тревожности младших школьников был использован тест тревожности Р. Тэмпл, М. Дорки и В. Амен [5, с. 41]. Методика предназначена для детей 5–11 лет. Методика позволяет проводить количественный и качественный анализ данных. Валидизация методики показала высокий уровень ее валидности. Уровень тревожности, определяемый на основании методики, высоко коррелирует с уровнем тревожности, полученным на основании отзывов воспитателей и учителей начальных классов ($r = 0,56$), надежность методики также весьма значительна ($r = 0,56$). Данная методика может быть использована для определения эмоционального состояния ребенка, эмоциональной приспособленности к тем или иным социальным ситуациям; раскрывает внутреннее отношение ребенка к определенным ситуациям. Данная методика может быть использована для получения информации (кос-

Таблица 1
Распределение респондентов по классам

Учащиеся	1–4-е классы	5–11-е классы	8–10-е классы	Всего
Мальчики	54 (48,2%)	148 (48,1%)	58 (45,0%)	260 (47,4%)
Девочки	58 (51,8%)	160 (51,9%)	71 (55,0%)	289 (52,6%)
Итого	112 (100%)	308 (100%)	129 (100%)	549 (100%)

венной) о характере взаимоотношений ребенка со сверстниками и взрослыми в семье, детском саду и школе.

Для измерения степени субъективной неприяности учащимися 8–10-х классов различных конкретных ситуаций была использована шкала личностной тревожности А.М. Прихожан [6]. Шкала тревожности была разработана и стандартизирована А.М. Прихожан в 1980–1983 гг. по принципу «Шкалы социально-ситуационного страха, тревоги» О. Кондаша. Особенность шкал такого типа в том, что в них тревожность определяется по оценке человеком тревоженности тех или иных ситуаций обыденной жизни. Достоинствами шкал такого типа является то, что, во-первых, они позволяют выделить области действительности, вызывающие тревогу, и, во-вторых, в меньшей степени зависят от умения школьников распознавать свои переживания, чувства, то есть от развитости интроспекции и наличия определенного словаря переживаний. Методика относится к числу бланковых, что позволяет проводить ее коллективно. Бланк содержит необходимые сведения об испытуемом, инструкцию и содержание методики. Методика разработана в двух формах. Форма А предназначена для школьников 10–12 лет, Форма Б – для учащихся 13–16 лет. Инструкция к обеим формам одинакова. Нами анализировались данные по трем основным шкалам: школьная тревожность, самооценочная тревожность, межличностная тревожность, вызванная общением со сверстниками.

В качестве дополнительного метода сбора информации была использована методика школьной тревожности Филлипса (Phillips B., 1978) [5, с. 133–139]. В отечественной литературе нет данных о ее апробации и стандартизации. Однако данная методика активно используется как у нас в стране, так и за рубежом. Акцент на диагностике тревожности, сопряженной со школьными проблемами, согласуется с представлениями авторов различных периодизаций развития в младшем школьном и подростковом возрасте. В связи с этим мы считаем, что данная методика может быть использована для сбора дополнительной информации при исследовании тревожности учащихся.

Количество детей, принявших участие в анкетировании (с учетом пола и года обучения), представлено в таблице 1.

■ РЕЗУЛЬТАТЫ И ОБСУЖДЕНИЕ

Результаты изучения уровня тревожности младших школьников свидетельствуют о том, что большинство учащихся (75%) имеют средний уровень тревожности, то есть показатели тревожности – в пределах нормы. Однако практически для 20% учащихся от общего количества младших школьников ($n = 112$) характерен высокий уровень тревожности (таблица 2).

Таблица 2

Уровень тревожности младших школьников (%)

Уровень	Всего по выборке (n = 112)
Низкий	6,25
Средний	75
Высокий	18,75

Чтобы проследить динамику изучаемого показателя, сравним количество школьников, имеющих разный уровень тревожности, с учетом года обучения. Графически полученные данные можно представить следующим образом (диаграмма 1).

Полученные данные позволяют говорить о том, что 5,5% первоклассников имеют высокий уровень тревожности, однако это составляет практически третью часть всех школьников, имеющих такой показатель (28,5%). Можно предположить, что выявленные особенности являются закономерными, так как связаны со сменой социальной ситуации развития – первоклассникам необходимо адаптироваться к обучению в школе. В течение второго года обучения тревожность снижается: второклассники составляют лишь 9,5% от общего количества младших школьников с высоким уровнем тревожности. В третьем классе изучаемый показатель растет до 24%, а в четвертом классе он равен 38% от общего количества школьников, тревожность которых выше нормы. Для объяснения выявленной тенденции можно высказать сразу несколько причин. Во-первых, по мере взросления не только растет объем знаний, расширяется сфера интересов, уровень способностей и навыков школьников, но также расширяется круг обязанностей, увеличивается ответственность учащихся. Данные изменения сопровождаются повышением требований со стороны взрослых (в первую очередь – родителей и учителей) и способствуют выработке дифференцированных критериев самооценки школьников. С другой стороны, повышение уровня тревожности школьников может быть обусловлено предстоящими изменениями школьной жизни (смена учителя, изменение состава класса). Важным фактором, способствующим повышению тревожности, являются не только индивидуальные, но и общевозрастные особенности – учащиеся 4-х классов находятся на границе младшего школьного и подросткового возрастов, следовательно, проявление тревожности

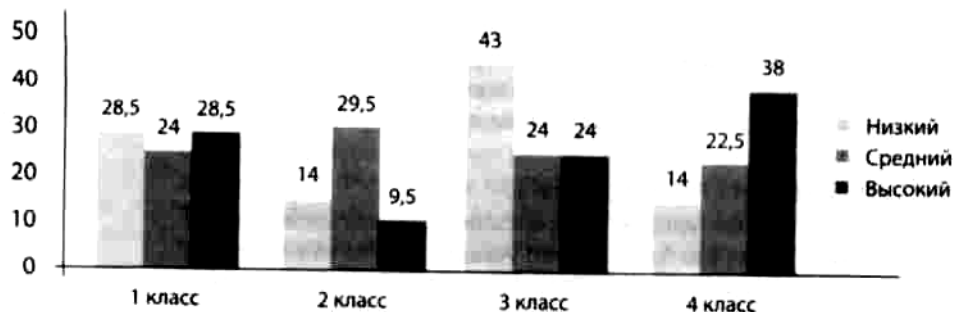


Диаграмма 1

Показатели тревожности учащихся 1–4-х классов

Таблица 3
Показатели тревожности младших школьников с учетом пола (%)

Уровень	Показатель по каждому классу (%)								Всего по выборке (n = 112)
	1-й класс (n = 28)		2-й класс (n = 28)		3-й класс (n = 28)		4-й класс (n = 28)		
	м	ж	м	ж	м	ж	м	ж	
Низкий	4	4	0	4	4	7	4	0	6,25
Средний	39	32	42	46	29	42	42	25	75
Высокий	4	18	4	4	11	7	11	18	18,8

может быть показателем начала возрастного кризиса в соответствии с периодизацией Л.С. Выготского и Д.Б. Эльконина.

Сравним уровень тревожности младших школьников в зависимости от их пола (таблица 3).

Как мы видим, значимых различий между уровнем тревожности девочек и мальчиков не было выявлено.

Далее перейдем к описанию показателей тревожности учащихся средних и старших классов.

Результаты, полученные при обследовании школьников 8–10-х классов, внесены в таблицы 4–13.

При сравнении показателей тревожности учащихся 8-го класса нами было выявлено, что больше половины школьников имеют уровень тревожности в пределах нормы. Однако был выявлен высокий уровень школьной тревожности у 34% школьников, а 25% опрошенных имеют высокий уровень общей тревожности и тревожности, связанной с межличностными отношениями. Часть учащихся 8-го класса (16%) имеют высокий уровень самооценочной тревожности.

Сравним полученные показатели с учетом пола школьников (таблицы 5, 6).

Как можно увидеть из выше представленных данных, уровень общей тревожности мальчиков выше, чем у девочек. Данная тенденция касается также уровня школьной тревожности. Следует отметить, что не выявлено мальчиков, для которых характерно «чрезмерное спокойствие». Однако относительно «самооценочного» и «межличностного» типов тревожности выявлена иная особенность: уровень тревожности у девушек выше, чем у мальчиков.

При сравнении показателей тревожности учащихся 9-го класса нами было выявлено, что больше половины школьников имеют уровень тревожности в пределах нормы. Однако был выявлен высокий уровень школьной тревожности у 54,5% школьников, а 33,5% опро-

Таблица 4
Результаты исследования тревожности учащихся 8-го класса (n = 44)

Уровень тревожности	Тип тревожности (кол-во чел-к в %)			
	общая	школьная	самооценочная	межличностная
Нормальный	57	52,5	52,5	63,5
Выше нормы	25	34	16	25
Чрезмерное спокойствие	18	13,5	32	13,5

Таблица 5

Результаты исследования тревожности мальчиков (n = 16)

Уровень тревожности	Тип тревожности (кол-во чел-к, %)			
	общая	школьная	самооценочная	межличностная
Нормальный	68,5	62,5	81,25	81,25
Выше нормы	31,25	37,5	18,75	18,75
Чрезмерное спокойствие	0	0	0	0

Таблица 6

Результаты исследования тревожности девочек (n = 28)

Уровень тревожности	Тип тревожности (кол-во чел-к, %)			
	общая	школьная	самооценочная	межличностная
Нормальный	50	46,5	35,5	54
Выше нормы	21,5	32	35,5	25
Чрезмерное спокойствие	28,5	21,5	50	21,5

Таблица 7

Результаты исследования тревожности учащихся 9 класса (n = 42)

Уровень тревожности	Тип тревожности (кол-во чел-к, %)			
	общая	школьная	самооценочная	межличностная
Нормальный	62	69	88	74
Выше нормы	33,5	54,5	7	26
Чрезмерное спокойствие	4,5	0	4,5	0

шенных имеют высокий уровень общей тревожности и 26% – высокий уровень тревожности, связанной с межличностными отношениями. Незначительная часть учащихся 9-го класса (7%) имеют высокий уровень самооценочной тревожности.

Сравним полученные показатели с учетом пола школьников (таблицы 8, 9).

При рассмотрении особенностей тревожности учащихся с учетом пола оказалось, что у девушек, по сравнению с мальчиками, более высокие показатели по всем типам тревожности.

При изучении показателей тревожности учащихся 10-го класса нами было выявлено, что только 39,5% опрошенных имеют уровень школьной тревожности в пределах нормы. По остальным типам тревожности больше половины школьников имеют уровень тревожности в пределах нормы, но при этом был выявлен высокий уровень школьной тревожности у 60,5% школьников. 32,5% опрошенных имеют высокий уровень

Таблица 8

Результаты исследования тревожности девочек (n = 19)

Уровень тревожности	Тип тревожности (кол-во чел-к, %)			
	общая	школьная	самооценочная	межличностная
Нормальный	37	26,5	73,5	52,5
Выше нормы	63	73,5	15,5	47,5
Чрезмерное спокойствие	0	0	10,5	0

Таблица 9

Результаты исследования тревожности мальчиков (n = 23)

Уровень тревожности	Тип тревожности (кол-во чел-к, %)			
	общая	школьная	самооценочная	межличностная
Нормальный	82,5	61	100	91,5
Выше нормы	8,5	39	0	8,5
Чрезмерное спокойствие	8,5	0	0	0

Таблица 10

Результаты исследования тревожности учащихся 10 класса (n = 43)

Уровень тревожности	Тип тревожности (кол-во чел-к, %)			
	общая	школьная	самооценочная	межличностная
Нормальный	60,5	39,5	69,5	62,5
Выше нормы	32,5	60,5	9,5	35
Чрезмерное спокойствие	7	2,5	16	2,5

общей тревожности, 35% – высокий уровень тревожности, связанной с межличностными отношениями, и незначительная часть учащихся 10-го класса (9,5%) имеют высокий уровень самооценочной тревожности.

Сравним полученные показатели с учетом пола школьников (таблицы 11, 12).

Как можно видеть из таблиц 11 и 12, показатели по всем типам тревожности у юношей выше, чем у девочек. При этом количество юношей, для которых характерно «чрезмерное спокойствие», тоже ниже, чем количество девушек с аналогичным показателем.

По мере перехода из средних в старшие классы увеличивается количество школьников, имеющих высокий уровень общей тревожности. Увеличению данного параметра способствует значительный рост уровня школьной тревожности. Что касается «самооценочной» тревожности, то ее показатели по выборке снижаются. В то же время следует отметить достаточно высокие показатели относительно «межличностной» тревожности. Это не случайно, так как в подростковом возрас-

Таблица 11

Результаты исследования тревожности девушек (n = 24)

Уровень тревожности	Тип тревожности (кол-во чел-к, %)			
	общая	школьная	самооценки	межличностная
Нормальный	62,5	41,5	71	71
Выше нормы	29	58,5	4	29
Чрезмерное спокойствие	8,5	0	25	0

Таблица 12

Результаты исследования тревожности юношей (n = 19)

Уровень тревожности	Тип тревожности (кол-во чел-к, %)			
	общая	школьная	самооценки	межличностная
Нормальный	58	37	68,5	52,5
Выше нормы	37	63	15,5	42
Чрезмерное спокойствие	5	0	15,5	5

те интимно-личностное общение со сверстниками является ведущим видом деятельности, то есть общение с друзьями является наиболее значимой сферой жизнедеятельности и определяет общий ход личностного развития. Также выявлено, что по мере взросления общение со сверстниками не теряет своей актуальности в старших классах (ранний юношеский возраст).

На следующем этапе в эмпирическом исследовании приняли участие учащиеся 5–7 классов. Цель данного этапа – выявление ситуаций, которые являются тревожащими для школьников, а также исследование доминирующих эмоционально-негативных состояний, сопряженных с повышенной тревожностью школьников. Для реализации поставленной цели была использована методика Филлипса. Эмпирические данные отражены в таблице 13.

Прежде чем перейти к описанию результатов, отметим, что под общей тревожностью в школе понимается общее эмоциональное состояние ребенка, связанное с различными формами его включения в жизнь школы. Выявлено, что в целом (по мере адаптации школьников к процессу обучения) показатель общей тревожности и степень переживания социального стресса (эмоциональное состояние ребенка, на фоне которого развиваются его социальные контакты, прежде всего – со сверстниками) постепенно снижаются.

Эмпирически подтверждено, что третья часть школьников испытывает фрустрацию потребности в достижении успеха (неблагоприятный психический фон, не позволяющий ребенку развивать свои потребности в успехе, достижении высокого результата и т.д.), переживание которой обостряется в 8-м классе (подростковый возраст). Что касается показателя «страх самовыражения», то замечена следующая закономерность: более трети учащихся испытывают негативные эмоциональные переживания ситуаций, сопряженных с необходимостью самораскрытия, предъявления себя другим, демонстрации своих возможностей.

Среди 5-классников 50% испытывают страх в ситуации проверки знаний и «страх не соответствовать ожиданиям окружающих».

Снижение выраженности показателя «низкая физиологическая сопротивляемость стрессу» в процессе перехода из класса в класс можно интерпретировать следующим образом. В 5-м классе происходит смена системы обучения, кардинальные изменения организации школьной жизни, то есть переход в среднюю школу носит стрессогенный характер. Все это влияет на особенности психофизиологической организа-

Таблица 13

Количество школьников (%), имеющих повышенные показатели по шкалам методики Филлипса

Класс	Показатели тревожности								кол-во чел-к
	1	2	3	4	5	6	7	8	
5	38	37	31	42	50	50	30	37	44
6	36	32	31	44	47	43	31	34	44
7	31	28	26	36	42	40	23	37	44

Примечание: 1 – общая тревожность в школе; 2 – переживание социального стресса, 3 – фрустрация потребности в достижении успеха; 4 – страх самовыражения; 5 – страх ситуации проверки знаний; 6 – страх несоответствовать ожиданиям окружающих; 7 – низкая физиологическая сопротивляемость стрессу; 8 – проблемы и страхи в отношениях с учителями.

ции, снижающие приспособляемость школьника. Постепенно умственные способности школьников развиваются, учащиеся адаптируются к условиям обучения и мыслительным нагрузкам.

■ ВЫВОДЫ

Результаты изучения уровня тревожности младших школьников показали, что для 20% младших школьников характерен высокий уровень тревожности. Значимых различий между уровнем тревожности девочек и мальчиков младшего школьного возраста не было выявлено.

При оценке тревожности учащихся 8–10-х классов были получены следующие результаты: 34% школьников 8-х классов имеют высокий уровень школьной тревожности; 25% опрошенных имеют высокий уровень общей тревожности и тревожности, связанной с межличностными отношениями. 16% учащихся 8-го класса имеют высокий уровень самооценочной тревожности.

У 54,5% школьников 9-х классов был выявлен высокий уровень школьной тревожности. 33,5% опрошенных имеют высокий уровень общей тревожности и 26% – высокий уровень тревожности, связанной с межличностными отношениями. 7% учащихся имеют высокий уровень самооценочной тревожности. Следует отметить, что у девушек, по сравнению с мальчиками, более высокие показатели по всем типам тревожности.

60,5% школьников 10-х классов имеют высокий уровень школьной тревожности. 32,5% опрошенных имеют высокий уровень общей тревожности, 35% – высокий уровень тревожности, связанной с межличностными отношениями, и 9,5% имеют высокий уровень самооценочной тревожности.

Подчеркнем, что по мере перехода из средних в старшие классы увеличивается количество школьников, имеющих высокий уровень общей тревожности.

При оценке уровня тревожности учащихся 5–7-х классов по методике Филлипса было выявлено, что 32% учащихся испытывают общую тревожность в школе. У учащихся 5-х классов она встречается чаще (38%). По мере обучения снижается переживание социального стресса. 33% школьников испытывают фрустрацию потребности в достижении успеха, переживание которой обостряется в 8-м классе (подростковый возраст). 38% учащихся испытывают страх самовыражения. 40% школьников испытывают страх в ситуации проверки знаний и страх не соответствовать ожиданиям окружающих, причем наибольший удельный вес составляют учащиеся 5-х классов (50%). 25% школьников имеют низкую физиологическую сопротивляемость стрессу. 34% учащихся имеют проблемы и страхи в отношениях с учителями.

Таким образом, результаты нашего исследования подтверждают тот факт, что проблема повышенной тревожности школьников остается по-прежнему актуальной. Причинами этого негативного эмоционального состояния становятся не только индивидуально-типические характеристики (пол, возраст, особенности личности и т.д.), но и особенности внешней ситуации, ближайшее окружение учащихся. В связи с этим дальнейшая деятельность специалистов со школьниками, имеющими повышенный уровень тревожности, должна носить дифференциро-

Как показали результаты исследования, больше трети школьников, независимо от года обучения, испытывают тревожность из-за проблем и страхов в отношениях с учителями, что сопровождается общим негативным эмоциональным фоном отношений со взрослыми в школе, снижающим успешность обучения учащихся.

ванный и в то же время комплексный характер. Дифференцированный подход обеспечивает эффективность психокоррекционной работы с учащимися (учет возраста, источников и содержания тревожности), а комплексный – раскрывает необходимость совместных усилий взрослых, имеющих отношение к ребенку (родителей, педагогов, психологов, администрации школы и др.) по созданию условий, способствующих эмоциональному развитию учащихся и сохранению их соматического и психологического здоровья.

Чтобы существенно снизить тревожность школьника, взрослые могут воспользоваться следующими рекомендациями.

1. Обеспечить реальный успех ребенка в какой-либо деятельности (рисование, игра, помощь по дому и др.). Ребенка нужно меньше ругать и больше хвалить, причем, не сравнивая его с другими, а только с ним самим, оценивая улучшение его собственных результатов (сегодня нарисовал лучше, чем вчера; быстрее убрал игрушки и т.д.).
2. Организовать щадящий оценочный режим в той области, в которой успехи ребенка невелики. Например, если он медленно одевается, не нужно постоянно фиксировать на этом его внимание. Однако если появился хотя бы малейший успех, обязательно нужно его отметить.
3. Поддерживать благоприятную эмоциональную обстановку и дома, и в школе. Теплые эмоциональные отношения, доверительный контакт со взрослыми тоже могут способствовать снижению общей тревожности ребенка.
4. Способствовать формированию в классе благоприятного микроклимата в школьном коллективе. Уделять внимание «непопулярным» школьникам, развивать их положительные качества и помочь в преодолении сложностей личностного и межличностного характера.

■ ЛИТЕРАТУРА

1. Андреева, И.Н. Ситуативная и личностная тревожность подростка [Электронный ресурс]. – 2012. – Режим доступа: <http://www.easyschool.ru>. – Дата доступа: 15.02.2013.
2. Дорошкевич, М.П. Неврозы и невротические состояния у детей и подростков: учеб. пособие / М.П. Дорошкевич, В.В. Калюжный. – Минск: Беларусь, 2004. – 223 с.
3. Дербенев, Д.П. Психическое здоровье городских подростков и факторы, вызывающие его нарушения / Д.П. Дербенев // Проблемы социальной гигиены, здравоохранения и истории медицины. – 1997. – № 3. – С. 15–17.
4. Цейтлина, Е.Г. Школьная тревожность [Электронный ресурс]. – Санкт-Петербург, 2012. – Режим доступа: <http://www.vsedeti.ru>. – Дата доступа: 15.02.2013.
5. Рогов, Е.И. Настольная книга практического психолога: учеб. пособие / Е.И. Рогов. – В 2 кн. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: ВЛАДОС, 1999. – Кн. 1: Система работы психолога с детьми разного возраста. – 384 с.
6. Шкала личностной тревожности (А.М. Прихожан) // Диагностика эмоционально-нравственного развития / ред.-сост. И.Б. Дерманова. – СПб., 2002. – С. 64–71.