Диагностика страхов и тревожности у детей.

**Методика «Страхи в домиках» М.А. Панфиловой**

Цель: выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.) у детей старше 3-х лет.

Ребенку предлагается нарисовать два дома — красный и черный (возмо­жен вариант предъявления ребенку листа с уже нарисованными домами). В эти дома либо самостоятельно (если это младшие школьники и более старшие дети), либо с помощью экспериментатора (если это дошкольники) детям предлагается рассе­лить страхи: в красный дом — «нестрашные», в черный — «страшные страхи». После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ — выбросить или потерять. Автор предпо­лагает, что данный акт успокаивает актуализированные страхи. Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчи­тывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. А.И. Захаров предлагает  возрастные нормы страхов и их распределение (по полу и возрасту). Из 29 страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

По инструкции в  красный и черный дом надо расселить 29 страхов. В черном будут жить страшные страхи, а в красном — нестрашные. Взрослый перечисляет страхи и записывает их номера внутри дома.

**Ты боишься:**

1) когда остаешься один;

2) нападения бандитов;

3) заболеть, заразиться;

4) умереть;

5) того, что умрут твои родители;

6) каких-то людей;

7) потерять маму или папу;

8) того, что они тебя накажут;

9) Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовищ 10) опоздать в детский сад, школу;

11) перед тем как заснуть;

12) страшных снов;

13) темноты;

14) волка, медведя, собак, пауков, змей (страх животных);

15) машин, поездов, самолетов (страх транспорта);

16) бури, урагана, грозы, наводнения, землетрясения (страх стихии);

17) когда очень высоко (страх высоты);

18) когда очень глубоко (страх глубины);

19) оставаться в маленькой, тесной комнате, помещении, в туалете (страх замкнутого пространства);

20) воды;

21) огня;

22) пожара;

23) войны;

24) больших площадей;

25) врачей (кроме зубных);

26) крови;

27) уколов;

28) боли;

29) неожиданных, резких звуков (когда внезапно что-то упадет, стукнет).

**Среднее число страхов у детей (по полу и возрасту)**

|  |  |
| --- | --- |
| Возраст | Число страхов |
|  | Мальчики     Девочки |
| 3 | 9                           7 |  |
| 4 | 7                           9 |  |
| 5 | 8                          11 |  |
| 6 | 9                          11 |  |
| 7 (дошкольники) | 9                          12 |  |
| 7 (школьники) | 6                            9 |  |

В заключении:

По результатам проведённого обследования у ребёнка выявлено \_\_\_\_\_ страхов, что (выбрать: соответствует возрастной норме развития, превышает возрастную норму развития).

**Опросник на тревожность детей Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко**

|  |
| --- |
| Опросник Г.П. Лаврентьевой и Т.М. Титаренко применяется с целью выявления тревожного ребенка в группе сверстников.  Вопросы:  1. Не может долго работать, не уставая.  2. Ему трудно сосредоточиться на чем-то.  3. Любое задание вызывает излишнее беспокойство.  4. Во время выполнения заданий очень напряжен, скован.  5. Смущается чаще других.  6. Часто говорит о напряженных ситуациях.  7. Как правило, краснеет в незнакомой обстановке.  8. Жалуется, что ему снятся страшные сны.  9. Руки у него обычно холодные и влажные.  10. У него нередко бывает расстройство стула.  11. Сильно потеет, когда волнуется.  12. Не обладает хорошим аппетитом.  13. Спит беспокойно, засыпает с трудом.  14. Пуглив, многое вызывает у него страх.  15. Обычно беспокоен, легко расстраивается.  16. Часто не может сдержать слезы.  17. Плохо переносит ожидание.  18. Не любит браться за новое дело.  19. Не уверен в себе, в своих силах.  20. Боится сталкиваться с трудностями.  Суммировать количество «плюсов», чтобы получить общий балл тревожности.  Высокая тревожность — 15 - 20 баллов;  средняя —7 - 14 баллов;  низкая — 1-6 баллов. |

**Бланк ответов опросника на тревожность детей**

Ф.И.О.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Возраст\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дата проведения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |
| --- | --- |
| **Вопросы** | **Результат** |
| 1. Не может долго работать, не уставая. |  |
| 2. Ему трудно сосредоточиться на чем-то. |  |
| 3. Любое задание вызывает излишнее беспокойство. |  |
| 4. Во время выполнения заданий очень напряжен, скован. |  |
| 5. Смущается чаще других. |  |
| 6. Часто говорит о напряженных ситуациях. |  |
| 7. Как правило, краснеет в незнакомой обстановке. |  |
| 8. Жалуется, что ему снятся страшные сны. |  |
| 9. Руки у него обычно холодные и влажные. |  |
| 10. У него нередко бывает расстройство стула. |  |
| 11. Сильно потеет, когда волнуется. |  |
| 12. Не обладает хорошим аппетитом. |  |
| 13. Спит беспокойно, засыпает с трудом. |  |
| 14. Пуглив, многое вызывает у него страх. |  |
| 15. Обычно беспокоен, легко расстраивается. |  |
| 16. Часто не может сдержать слезы. |  |
| 17. Плохо переносит ожидание. |  |
| 18. Не любит браться за новое дело. |  |
| 19. Не уверен в себе, в своих силах. |  |
| 20. Боится сталкиваться с трудностями. |  |
|  |  |
|  |  |

По результатам проведённого обследования выявлено (высокий, средний, низкий) уровень тревожности.

**Тест на тревожность детей 3,5 - 7 лет. (Р. Тэммл, М. Дорки, В. Амен)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Цель: определение тревожности у детей в возрасте 3,5 – 7 лет.  Стимульный материал: 14 рисунков размером 8,5 x 11 см. Каждый рисунок представляет собой некоторую типичную для жизни ребёнка ситуацию. Каждый рисунок выполнен в двух вариантах: для девочки (на рисунке изображена девочка) и для мальчика (на рисунке изображён мальчик). Лицо ребёнка на рисунке не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжён двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребёнка, на другом – печальное.  Процедура проведения:Рисунки показывают ребёнку в строго перечисленном порядке один за другим. Беседа проходит в отдельной комнате. Предъявив ребёнку рисунок, психолог даёт инструкцию.  Инструкция:  1. Игра с младшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) играет с малышами».  2. Ребёнок и мать с младенцем. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) гуляет с мамой и малышом».  3. Объект агрессии. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное?»  4. Одевание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка? Он (она) одевается».  5. Игра со старшими детьми. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми».  6. Укладывание спать в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) идёт спать».  7. Умывание. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) в ванной».  8. Выговор. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребёнка: весёлое или печальное?»  9. Игнорирование. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?»  10. Агрессивное нападение. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребёнка: весёлое или печальное?»  11. Собирание игрушек. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) убирает игрушки».  12. Изоляция. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое?»  13. Ребёнок с родителями. «Как ты думаешь, какое лицо будет у ребёнка: весёлое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой».  14. Еда в одиночестве. «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребёнка: печальное или весёлое? Он (она) ест».  Во избежание персеверативных выборов у ребёнка в инструкции чередуются определения лица. Дополнительные вопросы ребёнку не задаются.  Выбор ребёнком соответствующего лица и словесные высказывания ребёнка можно зафиксировать в специальном протоколе (бланки должны быть подготовлены заранее). Протоколы каждого ребёнка подвергаются количественному и качественному анализу.  Количественный анализ результатов:  На основании данных протокола вычисляется индекс тревожности (ИТ) ребёнка.  ИТ представляет процентное отношение эмоционально-негативных выборов (выбор печального лица) к общему количеству предъявленных рисунков (14):  ИТ = (количество эмоционально - негативных выборов/14) x 100%  Дети в возрасте 3,5 – 7 лет по ИТ разделяются на 3 группы:  ИТ от 0 до 20% – низкий уровень тревожности  ИТ от 20 до 50%– средний уровень тревожности  ИТ выше 50% – высокий уровень тревожности      Качественный анализ результатов:  1. Качественный анализ данных позволяет определить особенности эмоционального опыта ребёнка в различных ситуациях. Высокий уровень тревожности (ИТ) свидетельствует о недостаточной эмоциональной приспособленности ребёнка к тем или иным жизненным ситуациям. Эмоционально позитивный или эмоционально негативный опыт косвенно позволяет судить об особенностях взаимоотношений ребёнка со сверстниками и взрослыми. При интерпретации данных тревожность, испытываемая ребёнком в той или иной ситуации, рассматривается как проявление его отрицательного эмоционального опыта в этой или аналогичной ситуации. Высоким уровнем тревожности с большой долей вероятности могут обладать дети, делающие отрицательный эмоциональный выбор в ситуациях 4 (Одевание), 6 (Укладывание  спать в одиночестве) и 14 (Еда в одиночестве).  2. Для уточнения источника тревожности ситуации, моделируемые на рисунках, можно разделить по типу межличностных отношений. Так, ситуации на рисунках 1, 3, 5, 10 и 12 моделируют взаимоотношения между детьми (ребёнок - ребёнок). Ситуации на рисунках 2, 6, 8, 9, 11 и 13 моделируют взаимоотношения между ребёнком и взрослыми (ребёнок - взрослый). Ситуации на рисунках 4, 7 и 14 моделируют повседневную деятельность ребёнка, которую он совершает один. Ситуация на рисунке 6 (Укладывание спать в одиночестве) с большим основанием может быть отнесена к ситуациям типа «ребёнок - взрослый». Таким образом, помимо общего вывода об уровне тревожности испытуемого экспериментатор формулирует предположение о том, какие именно отношения являются для ребёнка источником тревожности – детско-родительские (негативный выбор в ситуациях №№ 2, 8, 13) или отношения с другими детьми (ситуации №№ 1, 3, 5, 10,12).  3. Следующий уровень анализа предполагает интерпретацию выборов ребёнка в зависимости от того, какая ситуация связана с негативным опытом. Так, тревогу могут вызывать ситуации, связанные со страхом агрессии, с ревностью к сиблингам, со страхом наказания или нарушенными отношениями с родителями и сверстниками. Необходимо учитывать также, что при выборе лица на дополнительном изображении ребёнок может идентифицировать себя с прорисованным героем (например, с агрессором). Для исключения ошибочной интерпретации экспериментатору следует уточнить у испытуемого, кем бы тот был на рисунке, если бы оказался там.  Анализ выборов ребёнка в различных ситуациях позволяет сформулировать предположение о конкретных источниках его тревоги.  Таким образом, качественный анализ результатов должен содержать информацию об общем уровне тревожности, предполагаемых источниках тревоги в межличностных отношениях ребёнка и указания на возможные причины травматизации.  Также при формулировке выводов необходимо учитывать эмоциональное состояние ребёнка на момент обследования, его комментарии и объяснения своего выбора. Эта информация необходима для прояснения причин тревожности и избежания необъективных выводов.    **Бланк ответов тест на тревожность детей**    Ф.И.О.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Возраст\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Дата проведения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_   |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | Рисунок | Высказывание | Выбор | | | Веселое лицо | Печальное лицо | | 1. Игра с младшими детьми |  |  |  | | 2. Ребенок и мать с младенцем |  |  |  | | 3. Объект агрессии |  |  |  | | 4. Одевание |  |  |  | | 5. Игра со старшими детьми |  |  |  | | 6. Укладывание спать в одиночестве |  |  |  | | 7. Умывание |  |  |  | | 8. Выговор |  |  |  | | 9. Игнорирование |  |  |  | | 10. Агрессивность |  |  |  | | 11. собирание игрушек |  |  |  | | 12. Изоляция |  |  |  | | 13. Ребенок с родителями |  |  |  | | 14. Еда в одиночестве |  |  |  | |

По результатам проведённого обследования выявлен (высокий/средний/низкий) показатель тревожности.

**Обработка.**

Рис.1. Игра с младшими детьми: «Как ты думаешь, какое у ребенка будет лицо, веселое или печальное? Он (она) играет с малышами».

Рис.2. Ребенок и мать с младенцем: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: печальное или веселое? Он (она) гуляет со своей мамой и малышом».

Рис.3. Объект агрессии: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Рис.4. Одевание: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) одевается».

Рис.5. Игра со старшими детьми: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) играет со старшими детьми».

Рис.6. Укладывание спать в одиночестве: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) идет спать».

Рис.7. Умывание: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) в ванной».

Рис.8. Выговор: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Рис.9. Игнорирование: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Рис.10. Агрессивное нападение: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Рис.11. Собирание игрушек: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) убирает игрушки».

Рис.12. Изоляция: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное?»

Рис.13. Ребенок с родителями: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) со своими мамой и папой».

Рис.14. Еда в одиночестве: «Как ты думаешь, какое лицо будет у этого ребенка: веселое или печальное? Он (она) ест».

Выбор ребенком соответствующего лица и его словесные высказывания фиксируются в специальном протоколе.

Сводная таблица результатов

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Ф.И. ребёнка | Результаты по проведённым методикам | | |
|  | «Страхи в домиках» | Опросник | «Тест тревожности» |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

<https://vk.com/club38161746>