**Тест А. И. Захарова на оценку уровня тревожности ребенка**

**Инструкция.** Внимательно прочитайте эти утверждения и оцените, насколько они характерны для вашего ребенка.

Тест выполняют родители детей 4— 10 лет.

**Ваш ребенок**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Утверждение** | данный пункт **выражен и возрастает в последнее время** | данный пункт **проявляется периодически** | данный пункт **отсутствует** |
|  | Легко расстраивается, много переживает, все слишком близко принимает к сердцу. |  |  |  |
|  | Чуть что — в слезы, плачет навзрыд или ноет, ворчит, не может успокоиться. |  |  |  |
|  | Капризничает ни с того ни с чего, раздражается по пустякам, не может ждать, терпеть. |  |  |  |
|  | Более чем часто обижается, дуется, не переносит никаких замечаний. |  |  |  |
|  | Крайне неустойчив в настроении, вплоть до того, что может смеяться и плакать одновременно. |  |  |  |
|  | Все больше грустит и печалится без видимой причины. |  |  |  |
|  | Как и в первые годы, снова сосет соску, палец, все вертит в руках. |  |  |  |
|  | Долго не засыпает без света и присутствия рядом близких, беспокойно спит, просыпается, не может сразу прийти в себя утром. |  |  |  |
|  | Становится повышенно возбудимым, когда нужно сдерживать себя, или заторможенным и вялым при выполнении заданий. |  |  |  |
|  | Появляются выраженные страхи, опасения, боязливость в любых новых, неизвестных или ответственных ситуациях. |  |  |  |
|  | Нарастает неуверенность в себе, нерешительность в действиях и поступках. |  |  |  |
|  | Все быстрее устает, отвлекается, не может концентрировать внимание продолжительное время. |  |  |  |
|  | Все труднее найти с ним общий язык, договориться: становится сам не свой, без конца меняет решения или уходит в себя. |  |  |  |
|  | Начинает жаловаться на головные боли вечером или боли в области живота утром; нередко бледнеет, краснеет, потеет; беспокоит зуд без видимой причины, аллергия, раздражение кожи. |  |  |  |
|  | Снижается аппетит; часто и подолгу болеет; повышается без причин температура; часто пропускает детский сад или школу. |  |  |  |

**Возможные варианты ответов:**

данный пункт **выражен и возрастает** в последнее время— **2 балла;**

данный пункт **проявляется периодически — 1 балл;**

данный пункт отсутствует — **0 баллов.**

**от 20 до 30 баллов** — невроз;

**от 15 до 20 баллов** — невроз был или будет в ближайшее время;

**от 10 до 15 баллов** — нервное расстройство, но не обязательно достигающее стадии заболевания;

**от 5 до 9 баллов** — необходимо внимание к этому ребенку;

**менее 5 баллов** — отклонения несущественны и являются выражением проходящих возрастных особенностей ребенка.