

ТРЕВОЖЕН ЛИ ВАШ РЕБЕНОК?

(тест для родителей первоклассников)

Проблема детской тревожности встает остро на момент поступления ребенка в школу. Порой страх преследуют малыша и дальше при обучении. Если Вы хотите узнать, как может проявляться тревожность и насколько она сильна у Вашего ребенка, ответьте на вопросы анкеты.

Суммировав все утвердительные ответы, Вы получите общий балл тревожности.

1. Ваш ребенок ест всегда с аппетитом?
2. Он страдает от чрезмерной застенчивости?
3. Страшные сны не редкость для Вашего ребенка?
4. Обычно ему трудно сдержаться, чтобы не заплакать?
5. Вашего ребенка нельзя назвать уверенным в собственных силах?
6. Он боится браться за какое-либо новое задание?

7. Ему трудно заснуть?
8. Ваш малыш часто волнуется?
9. Вы заметили, что у него проблемы со стулом?
10. Вас беспокоит его чрезмерная напряженность и скованность?
11. Сильное волнение Вашего малыша, как правило, сопровождается рвотой, потливостью рук, ознобом или жаром?
12. Любое ожидание вызывает в нем сильное беспокойство?
13. Не слишком продолжительная работа утомляет Вашего ребенка?
14. Ваш ребенок часто жалуется на всевозможные неприятности во взаимоотношениях со сверстниками?

15. Ему трудно дружить?
16. Любые трудности пугают его?
17. Ребенок часто невнимателен и рассеян?
18. Он не может оставаться один дома?
19. Ваш малыш боится темноты?
20. Его рисунки отличаются мрачными тонами и страшными сюжетами?

Ключ к тесту

15-20 баллов

Это показатель высокой тревожности. Вам следует обратиться за помощью к детскому психологу, чтобы избежать серьезных проблем в школе и возникновения новых страхов.

4-7 баллов

Говорит о среднем уровне детской тревожности. Не следует игнорировать ее.

Постарайтесь помочь Вашему ребенку приобрести уверенность в себе. Не скупитесь на заслуженную похвалу.

1-6 баллов

Свидетельствуют о низком уровне тревожности. Ваш ребенок достаточно устойчив к стрессам, что поможет ему физически и психологически здоровым.