**Тест на оценку уровня тревожности ребёнка .**

Внимательно прочитайте эти утверждения и оцените, насколько они характерны для Вашего ребёнка. Если это проявление ярко выражено, поставьте 2 балла; если оно встречается периодически – 1 балл; если отсутствует – 0 баллов.

1. Легко расстраивается, много переживает.
2. Часто плачет, ноет, долго не может успокоиться.
3. Капризничает и раздражается по пустякам.
4. Часто обижается, дуется, не переносит никаких замечаний.
5. Бывают припадки злости.
6. Заикается.
7. Грызёт ногти.
8. Сосёт палец.
9. Имеет плохой аппетит.
10. Разборчив в еде.
11. Засыпает с трудом.
12. Спит беспокойно.
13. Неохотно встаёт.
14. Часто моргает.

15.Дёргает рукой, плечом, теребит одежду.

16.Не умеет сосредоточиться, быстро отвлекается.

17.Старается быть тихим.

18.Боится темноты.

19.Боится одиночества.

20.Боится неудачи, не уверен в себе, нерешителен.

21.Испытывает чувство неполноценности.

**Тест: «Какой Вы родитель?»**

Отметьте, пожалуйста, те фразы, которые Вы часто употреб­ляете в общении с детьми.

|  |  |
| --- | --- |
| **Вопросы** | Баллы |
| 1. Сколько раз тебе повторять? | 2 |
| 2. Посоветуй мне, пожалуйста. | 1 |
| 3. Не знаю, что бы я без тебя делала. | 1 |
| 4. И в кого ты только такой уродился?! | 2 |
| 5. Какие у тебя замечательные друзья! | 1 |
| 6. Ну на кого ты похож(а)? | 2 |
| 7. Я в твои годы... | 2 |
| 8. Ты моя опора и помощник(ца). | 1 |
| 9. Ну что за друзья у тебя? | 2 |
| 10. О чем ты только думаешь?! | 2 |
| 11. Какая (какой) ты у меня умница! | 1 |
| 12. А как ты считаешь, сынок (доченька)? | 1 |
| 13. У всех дети, как дети, а ты... | 2 |
| 14. Какой ты у меня сообразительный(ая)! | 1 |

***2.Ключ к тесту.*** Теперь подсчитайте общее количество баллов.

**От 5 до 7 баллов.** Вы живете с ребенком душа в душу. Вы уважаете ребенка, и он искренне любит и уважает Вас. Ваши от­ношения способствуют становлению его личности.

**От 8 до 10 баллов.** Намечаются некоторые сложности во взаи­моотношениях с ребенком, непонимание его проблем, попытки перенести вину за недостатки в его развитии на самого ребенка.

**11 баллов и выше.** Вы непоследовательны в общении с ре­бенком. Он уважает Вас, хотя и не всегда с Вами откровенен. Его развитие подвержено влиянию случайных обстоятельств.

Конечно, Вы понимаете, что это лишь намек на действительное положение дел, ведь то, какой Вы родитель, не знает никто лучше Вас самих.

**1.Обработка результатов**

*28-42 балла* – невроз, высокая степень психоэмоционального напряжения.

*20-27 баллов* – невроз был или будет в ближайшее время.

*14-19баллов* – нервное расстройство, средняя степень психоэмоционального напряжения.

*7-13 баллов* – высокая степень психоэмоционального напряжения, ребёнку необходимо внимание.

*Менее 7 баллов –* отклонения несущественны и являются выражением возрастных особенностей.