***Психологический тест***

**Знаете ли Вы своего ребенка**

Как определить, здоровы ли Ваши дети душевно? Адаптированы ли они? Вот ряд вопросов, которые сами по себе могут быть Вам полезны:

1. Легко ли рассмешить Вашего ребенка?
2. Как часто он капризничает: реже одного-двух раз в неделю?
3. Ложится спать спокойно, не выведя из терпения всех?
4. Все ли ест, достаточно ли, не капризничает ли при этом?
5. Имеются ли у него друзья, которые хорошо относятся к нему и с которыми он охотно проводит время?
6. Часто ли он выходит из себя?
7. Всегда ли нужно присматривать за ним, быть в курсе его дел?
8. Удается ли ему ночью спать спокойно?
9. Нет ли у него вредных привычек, действий или навязчивых фантазий?
10. Можете ли Вы оставить его с близкими на время, не опасаясь, что он расстроится, будто Вы покидаете его навсегда?
11. Хорошо ли он ведет себя со сверстниками, не нуждается ли при этом в особом присмотре или контроле с Вашей стороны?

**Обработка результатов**

Если Вы ответили положительно на вопросы 1 – 5; 8 – 11 и отрицательно на вопросы 6 – 7, то поставьте себе за каждый ответ по 1 баллу. Если вы набрали 11 баллов, можете быть спокойны: Ваш ребенок хорошо адаптирован к жизни, хотя полной адаптации, конечно, не бывает. Во всяком случае, больше восьми баллов – это все-таки хорошая адаптация.

Если у Вас оказалось 3 и меньше, то это указывает на наличие сложностей адаптации у ребенка. Вам стоит обратиться к детскому психологу или хотя бы самостоятельно понаблюдать за ребенком, поговорить с ним.

Если у Вас 5 – 8 баллов, то это означает, что у вашего ребенка есть какие-то конкретные проблемы, мешающие ему адаптироваться в некоторых жизненных ситуациях. Что это за проблемы – попробуйте узнать, поговорив со своим ребенком. Возможно, с вашей помощью он с ними сумеет справиться.