**Выявление тревожности у дошкольников. Методика "Паровозик"**

Методика позволяет определить особенности эмоционального состояния ребёнка: нормальное или пониженное настроение, состояния тревоги, страха, удовлетворительную или низкую адаптацию в новой или привычной, социальной среде.

**Источник:** Диагностика психических состояний детей дошкольного возраста: Учебно-методическое пособие. Сост. Велиева С.В. СПб: Речь, 2005.

Направлена на определение степени позитивного (ППС) и негативного (НПС) психического состояния. Применяется индивидуально с детьми с 2,5 лет.

**Стимульный материал**: белый паровозик и 8 разноцветных вагончиков (красный, желтый, зеленый, синий, фиолетовый, серый, коричневый, черный).

Вагончики беспорядочно размещаются на белом фоне.

**Инструкция**: "Рассмотри все вагончики. Давай построим необычный поезд. Первым поставь вагончик, который тебе кажется самым красивым. Теперь выбери из оставшихся самый красивый, и т.д.".

Необходимо, чтобы ребенок удерживал все вагончики в поле зрения. Чем младше ребенок, тем чаще повторяется инструкция, одновременно обводятся рукой оставшиеся вагончики.

Фиксируются: позиция цвета вагончиков; высказывания ребенка.

**Обработка данных.**

**1- балл** присваивается, если ребенок поставил вагончик фиолетового цвета на вторую позицию; черный, серый, коричневый - на третью; красный, желтый, зеленый - на шестую.

**2 балла** присваивается, если ребенок поставил вагончик фиолетового цвета на первую позицию; черный, серый, коричневый - на вторую; красный, желтый, зеленый - на седьмую, синий - на восьмую.

**3 балла** присваивается, если черный, серый или коричневый вагончик поставлен на первую позицию; синий - на седьмую; красный, желтый, зеленый - на восьмую позицию.

Если в результате суммирования полученных данных, баллов оказывается менее трех, то психическое состояние оценивается как позитивное, при 4-6 баллах - как негативное психическое состояние низкой степени (НПС нс); при 7 - 9 баллах - как НПС средней степени; больше 9 баллов - НПС высокой степени.

**Оценка результатов**

4 балла - позитивное психическое состояние

3 балла - негативное психическое состояние низкой степени

2 балла - негативное психическое состояние средней степени

1 балл - негативное психическое состояние высокой степени

Наряду с полученным индивидуальным результатом можно определить и общий психологический климат в группе. Для этого определяется сумма всех ППС (а) и НПС (б), разница между ними делится на количество детей и умножается на 100 %.

Оценка результатов:

70 % и выше - высокая степень благоприятности психологического климата (сБПК);

42 - 69 % - средняя сБПК;

26 - 41,9 % - незначительная сБПК;

0 - 25 % - начальная степень неблагоприятного психологического климата (сНПК);

-1 до - 25% -средняя сНПК;

- 26 % и ниже - сильная сНПК.

**Методика диагностики детских страхов (Захаров)**

**Цель**: выявление количества и группы детских страхов

Процедура проведения: проводится в форме опроса, беседы, ребенку задается вопрос: “Скажи, пожалуйста, ты боишься или нет…”

**Инструкция для ребенка**: “Скажи, пожалуйста, ты боишься или нет…”

**Обработка результатов**: на основе ответов о количестве страхов у детей, наличие большого количества разнообразных страхов – это важный показатель преневротического показателя, таких детей следует относить к группе риска и проводить специальную работу, может быть показана консультация у детского психоневролога.

Эти страхи можно разделить на несколько групп:

1. Медицинские (боль, уколы, врачи, болезни, кровь)

2. Физические ущербы (транспорт, огонь, стихии, война, звуки)

3. Страх смерти (умереть)

4. Животных и сказочных персонажей

5. Кошмарных снов, темноты

6. Социальные страхи (люди, одиночество, опоздания, дети, наказания)

7. Пространственные (высота, вода, замкнутое пространство)

Какие страхи преобладают, с чем это связано, интенсивность переживания, методика позволяет провести следующую беседу (почему боишься – глубокое интервью).

**Протокол**

**Инструкция:** “Скажи, пожалуйста, ты боишься или нет…”

1. остаться один

2. заболеть

3. умереть

4. каких-то детей

5. воспитателей

6. того, что они тебя накажут

7. бабу-ягу, кощея, бармалея

8. страшных снов

9. темноты

10. волка, медведя, пауков, змей

11. машины, поездов, самолетов

12. бури, грозы, наводнения

13. высоты

14. в маленькой темной комнате, туалете

15. воды

16. огня, пожара

17. войны

18. врачей, кроме зубных

19. крови

20. уколов

21. боли

22. резких звуков (внезапно что-то упадет, стукнет).

**Бланк ответов**

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

Возраст\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Дата проведения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Содержание** | + | - |
| 1 | остаться один |  |  |
| 2 | заболеть |  |  |
| 3 | умереть |  |  |
| 4 | каких-то детей |  |  |
| 5 | воспитателей |  |  |
| 6 | того, что они тебя накажут |  |  |
| 7 | бабу-ягу, кощея, бармалея |  |  |
| 8 | страшных снов |  |  |
| 9 | темноты |  |  |
| 10 | волка, медведя, пауков, змей |  |  |
| 11 | машины, поездов, самолетов |  |  |
| 12 | бури, грозы, наводнения |  |  |
| 13 | высоты |  |  |
| 14 | в маленькой темной комнате, туалете |  |  |
| 15 | воды |  |  |
| 16 | огня, пожара |  |  |
| 17 | войны |  |  |
| 18 | врачей, кроме зубных |  |  |
| 19 | крови |  |  |
| 20 | уколов |  |  |
| 21 | боли |  |  |
| 22 | резких звуков (внезапно что-то упадет, стукнет). |  |  |

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

Автором произведен своеобразный синтез двух известных методик: модифицированной беседы А. И. Захарова и теста «Красный дом, черный дом» Модифицированная беседа о страхах А.И. Захарова предполагает выявление и уточнение преобладающих видов страхов (страх темноты, одиночества, смерти, медицинские страхи и т. д.). Прежде чем помочь детям в преодолении страхов, необходимо выяснить, каким конкретно страхам они подвержены. Выяснить весь спектр страхов, можно специальным опросом при условии эмоционального контакта с ребенком, доверительных отношений и отсутствия конфликта. О страхах следует расспрашивать кому-нибудь из знакомых взрослых или специалистов при совместной игре или дружеской беседе. В последующем самим родителям уточнить, чего именно, и на сколько боится ребенок.

Беседа представляется как условие для избавления от страхов посредством их проигрывания и рисования. Начать спрашивать о страхах по предлагаемому списку имеет смысл у детей не раньше 3 лет, вопросы должны быть доступными для понимания в этом возрасте. Беседу следует вести неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи и ожидая ответа «да» - «нет» или «боюсь» - «не боюсь». Повторять вопрос о том, боится или не боится ребенок, следует только время от времени. Тем самым избегается наводка страхов, их непроизвольное внушение. При стереотипном отрицании всех страхов просят давать развернутые ответы типа «не боюсь темноты», а не «нет» или «да». Взрослый, задающий вопросы, сидит рядом, а не напротив ребенка, не забывая его периодически подбадривать и хвалить за то, что он говорит все как есть. Лучше, чтобы взрослый перечислял страхи по памяти, только иногда заглядывая в список, а не зачитывая его.

Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов, которые были сформулированы А. И. Захаровым. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот вид страха диагностируется как имеющийся в наличии. Проведение этой методики является достаточно простым и не требующим специальной подготовки.

**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 1

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).

**Модификация теста детской тревожности (Тэммл, Дорки, Амэн) и методики "Кинотеатр"**

**Методика предназначена для изучения степени позитивного или негативного эмоционального состояния детей с 4-х до 8 лет.**

Методика представлена в 2-х вариантах (для мальчиков, для девочек). Экспериментальный материал - 16 рисунков размером 8,5 \* 11 см. Каждый рисунок представляет некоторую типичную для жизни воспитанника детского дома ситуацию; лицо ребенка не прорисовано, дан лишь контур головы. Каждый рисунок снабжен двумя дополнительными рисунками детской головы, по размерам точно соответствующими контуру лица на рисунке. На одном из дополнительных рисунков изображено улыбающееся лицо ребенка, на другом - печальное. Во избежание персеверативных выборов у ребенка в инструкции чередуется название лица. Дополнительных вопросов ребенку не задается.

В зависимости от возраста и особенностей ребенка, а также от целей исследования, может предъявляться меньшее количество карточек.

Оценка результатов:

Количественный анализ: Подсчитывается сумма отрицательных выборов, которая делится на количество карточек и умножается на 100 %.

Количество отрицательных выборов\* 100%

Количество карточек

Результат сравнивается с ключом методики:

4 балла - позитивное психическое состояние;(меньше 10 %)

3 балла - негативное психическое состояние низкой степени; (10 - 30 %)

2 балла - негативное психическое состояние средней степени;(31- 51 %)

1 балл - негативное психическое состояние высокой степени. ( больше 52 %)

**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.**

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.