

# МЕТОДИКА ДИАГНОСТИКИ ДЕТСКИХ СТРАХОВ

(Методика Захарова А.И., модификация Панфиловой М.А.)

Данная методика построена в соответствии с тестом «Красный дом – чёрный дом» А. И. Захарова. М. А. Панфилова модифицировала этот тест и назвала его «Страхи в домиках». Данное тестирование проводится с одним ребёнком или группой детей или подростков. Детям предлагается заселить страшные страхи в чёрный домик, а не страшные – в красный. Отметим, что страхи в чёрном доме подсчитываются с возрастными нормами, предложенными А. И. Захаровым.

Возраст	Число страхов	
	Мальчики	Девочки
3 года	9	7
4 года	7	9
5 лет	8	11
6 лет	9	11
7 лет дошкольники	9	12
7 лет школьники	6	9
8 лет	6	9
9 лет	7	10
10 лет	7	10
11 лет	8	11
12 лет	7	8
13 лет	8	9
14 лет	6	9
15 лет	6	7

**Инструкция для ребенка:** В красный и чёрный дома надо расселить 29 страхов. В каком доме (красном или чёрном) будут жить страшные страхи, а в каком – нестрашные? Я буду перечислять страхи, а ты записывай их под номерами внутри дома. Психолог выясняет, какие страхи преобладают, с чем это связано, интенсивность переживания.

## Страхи:

1. Когда остаёшься один дома
2. Нападение бандитов
3. Заболеть, заразиться
4. Умереть
5. Того, что умрут твои родители
6. Каких-то людей
7. Маму или папу
8. Того, что они тебя накажут.
9. Бабу Ягу, Кощея, Бармалея, Змея Горыныча, чудовищ (у школьников добавляются страхи невидимок, скелетов, Чёрной руки, Пиковой Дамы и т.п.)
10. Опоздать в школу.
11. Перед тем, как заснуть
12. Темноты
13. Волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных)
14. Машин, поездов, самолётов (страхи транспорта)
15. Бури, урагана, грозы, наводнения, землетрясения (страхи стихий)
16. Страшных снов
17. Когда очень высоко (страх высоты)
18. Когда очень глубоко (страх глубины)
19. В маленькой, тесной комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе (страх замкнутого пространства)
20. Воды
21. Огня
22. Пожара
23. Войны
24. Больших улиц, площадей
25. Врачей (кроме зубных)
26. Крови (когда идёт кровь)
27. Уколов
28. Боли (когда больно)
29. Неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадёт, стукнет.

## Обработка результатов:

*Страхи детей можно разделить на несколько групп:*

**«Медицинские» страхи** (3, 25, 26, 27, 28). Причины возникновения данного страха связаны с болью, которая сама по себе является источником сильных негативных эмоций.

Страхи, связанные с **причинением физического ущерба** (14, 15, 21, 22, 23, 29). Причины возникновения данного страха связаны с уменьшением безусловно-рефлекторных, инстинктивно обусловленных страхов, имеющих главным образом условно-рефлекторную природу.

**Страхи животных и сказочных персонажей** (9,13) связаны с непереносимостью эмоционального искажения образа близкого человека, отчуждения от него, потребностью в ласке и любви.

**Социально-опосредованные страхи** (1, 2, 6, 7, 8, 10) связаны с боязнью ребёнка опоздать. Основа данного страха лежит в неопределённом и тревожном ожидании какого-либо несчастья.

**Страхи смерти** (4, 5). Причины возникновения данного страха связаны с характером опасений, напоминающих о ней, подчёркнутым и определённым образом сфокусированы инстинктом самосохранения.

**«Пространственные» страхи** (17, 18, 19, 20, 24). Причины возникновения данного страха рассматриваются в качестве естественного сигнала опасности.

**Страхи кошмарных снов и сновидений** (11, 12, 16) связаны с возникновением чувства страха и ужаса, пережитого в прошлом; эмоциональный след, который сохраняется в памяти до настоящего времени. Ужас – это эмоциональное шоковое, острое переживание.

