**Признаки тревожности**

**по Лаврентьевой Г.П., Титаренко Т.М.**

**Положительный ответ на каждое предложенное утверждение оценивается в 1 балл.**

**№ПризнакиБаллы**

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 на страшные сны

9.Руки у него обычно холодные и влажные

10.У него нередко бывает расстройство стула или запоры

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

**15-20 баллов – высокая тревожность**

**7-14 баллов – средняя тревожность**

**1-6 баллов – низкая тревожность**

**Дети с высоким уровнем тревожности требуют помощи со стороны родителей и психолога.**