



---

**Тест на выявление детских страхов А.И. Захарова и  
М.Панфиловой «Страхи в домиках»**

Данная методика разработана и апробирована российскими специалистами-психологами Александром Ивановичем Захаровым и Мариной Александровной Панфиловой.

*Цель:* диагностика, выявление и уточнение преобладающих видов страхов у детей старше 3-х лет.

Применение методики обусловлено потребностью выяснения всего спектра страхов, которым подвержен ребенок, перед непосредственным проведением коррекции данного состояния психологом.

Обычно данный тест используется в том случае, если ребенок еще плохо рисует или не любит рисовать.

Инструкция по проведению: Психолог рисует контуры двух домов (на одном или на двух листах): черного и красного цвета.

Инструкция для ребенка: «В черном домике живут страшные страхи, а в красном - не страшны. Помоги мне расселить страхи из списка по домикам». (Список страхов можно скачать внизу материала) (психолог называет по очереди страхи). Записывать нужно те страхи, которые ребенок поселил в черный домик.

У старших детей необходимо спросить: «Скажи, ты боишься или не боишься ...».

Беседу с исследуемым специалист проводит неторопливо и обстоятельно, перечисляя страхи по порядку и ожидая только ответа «да» – «нет» или «боюсь» - «не боюсь».

Особенности проведения тестирования.

Избегая произвольного внушения страхов частым повторением вопроса о боязни страхов. При стереотипном отрицании всех страхов просят давать развернутые ответы типа «не боюсь темноты», а не «нет» или «да».

Психолог при проведении теста находится рядом с ребенком, а не напротив.

Необходимо периодически подбадривать испытуемого и хвалить за то, что он говорит все как есть, правду.

После выполнения задания ребенку предлагается закрыть черный дом на замок (нарисовать его), а ключ - выбросить. Данное действие необходимо для того, чтобы успокоить актуализированные детские страхи.

### *Интерпретация теста «детских страхов»*

Анализ полученных результатов заключается в том, что экспериментатор подсчитывает страхи в черном доме и сравнивает их с возрастными нормами. Совокупные ответы ребенка объединяются в несколько групп по видам страхов. Если ребенок в трех случаях из четырех-пяти дает утвердительный ответ, то этот

вид страха диагностируется как имеющийся в наличии. Из 31 вида страхов, выделенных автором, у детей наблюдаются от 6 до 15. У городских детей возможное количество страхов доходит до 15.

Инструкция для ребенка: "В черном домике живут страшные страхи, а в красном – не страшные. Помоги мне расселить страхи из списка по домикам"

Страхи

Ты боишься:

1. когда остаешься один;
2. нападения;
3. заболеть, заразиться;
4. умереть;
5. того, что умрут твои родители;
6. каких-то детей;
7. каких-то людей;
8. мамы или папы;
9. того, что они тебя накажут;
10. Бабы Яги, Кощея Бессмертного, Бармалея, Змея Горыныча, чудовища. (У школьников к этому списку добавляются страхи невидимок, скелетов, Черной руки, Пиковой Дамы - вся группа этих страхов обозначена как страхи сказочных персонажей);
11. перед тем как заснуть;
12. страшных снов (каких именно);
13. темноты;
14. волка, медведя, собак, пауков, змей (страхи животных);
15. машин, поездов, самолетов (страхи транспорта);
16. бури, урагана, наводнения, землетрясения (страхи стихии);
17. когда очень высоко (страх высоты);
18. когда очень глубоко (страх глубины);
19. в тесной маленькой комнате, помещении, туалете, переполненном автобусе, метро (страх замкнутого пространства);
20. воды;

21. огня;
22. пожара;
23. войны;
24. больших улиц, площадей;
25. врачей (кроме зубных);
26. крови (когда идет кровь);
27. уколов;
28. боли (когда больно);
29. неожиданных, резких звуков, когда что-то внезапно упадет, стукнет (боишься, вздрагиваешь при этом);
30. сделать что-либо не так, неправильно (плохо - у дошкольников);
31. опоздать в сад (школу);

Все перечисленные здесь страхи можно разделить на несколько групп:

- медицинские страхи- боль, уколы, врачи, болезни;
- страхи, связанные с причинением физического ущерба - транспорт, неожиданные звуки, пожар, война, стихии;
- страх смерти (своей);
- боязнь животных ;
- страхи сказочных персонажей;
- страх темноты и кошмарных снов;
- социально-опосредованные страхи - людей, детей, наказаний, опозданий, одиночества;
- пространственные страхи - высоты, глубины, замкнутых пространств;

Наличие большого количества разнообразных страхов у ребенка - это показатель преневротического состояния.

Так, присущие детям средней группы (4-5 лет), наиболее выраженные страхи:

выраженные страхи	у девочек	у мальчиков
страх одиночества	в 100% случаев	90%
страх смерти родителей	100%	70%

страх умереть	100%	30%
страх родителей	60%	90%
страх снов	100%	80%
страх войны	70%	90%
страх темноты	90%	60%
страх перед животными	90%	70%
страх чудовищ	40%	60%
страх высоты	70%	40%
страх глубины	30%	30%
страх замкнутого пространства	30%	40%
страх огня и пожара	100%	70%
страх перед врачами	20%	20%
страх крови	50%	30%
страх перед уколами	50%	30%
страх боли	40%	50%
страх резких звуков	30%	30%

Для детей подготовительной группы (5-7 лет ) характерны такие страхи:

выраженные страхи	у девочек	у мальчиков
страх перед нападением	70%	90%
страх умереть	100%	50%
страх смерти родителей	100%	60%
страх перед папой и мамой	90%	90%
страх наказания	70%	100%
страх чудовищ	50%	80%
страх глубины	90%	40%
страх перед стихией	80%	60%
страх высоты	90%	40%
страх пожара	100%	60%
боязнь врачей и боли	80%	50%
боязнь крови	100%	20%
боязнь уколов	90%	40%
страх перед неожиданными звуками	100%	60%
страх темноты	60%	40%

страх увидеть страшные сны	70%	40%
страх замкнутого пространства	70%	20%
страх войны	70%	60%
страх огня	60%	60%
страх больших улиц	20%	20%

### Возрастные особенности появления страхов

#### Младший дошкольный возраст

Боязнь сказочных персонажей, уколов, боли, крови, высоты, неожиданных звуков, одиночества, темноты, замкнутого пространства.

#### Старший дошкольный возраст

Страх смерти, смерти родителей, страх животных, сказочных персонажей, глубины, страшных снов, огня, пожара, нападения, страх войны.

#### Младший школьный возраст

Страх опоздания в школу, порицания, сделать что-нибудь не так, страх несчастья (магические представления).

#### Подростковый возраст

Страх смерти родителей, страх войны.

### Возрастные нормы

(по А. И. Захарову)

#### Среднее число страхов

В дошкольном возрасте: - у девочек = 10,3; - у мальчиков - 8,2;

В школьном возрасте: - у мальчиков = 6,9; - у девочек = 9,2.

#### Возраст Мальчики Девочки

3	9	7
4	7	9
5	8	11
6	9	11
7	9	12
7	6	9
8	6	9
9	7	10
10	7	10

11	8	11
12	7	8
13	8	9
14	6	9
15	6	7