

**Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни»
(для подростка 12 лет)**

Фамилия _____

Имя _____

Отчество _____

Пол: _____

Для заполнения данной анкеты, необходимо внимательно прочитать пункт про элемент своего знания или поведения и поставить любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего вас описывает.

№ п/п	Пункт про элемент знания или поведения	Категории ответа			
		«Не про меня»	«Немного про меня»	«В основном про меня»	«Полностью про меня»
1	2	3	4	5	6
Блок 1.					
1.1.	Я поддерживаю порядок в своей комнате самостоятельно без напоминания взрослых: – осуществляю сухую уборку (подметаю/пылесосу); – осуществляю влажную уборку (мою пол, протираю пыль); – прибираю вещи (в шкафу, в комод, в столе); – меняю постельное белье				
1.2.	Я убираюсь в некоторых общих помещениях квартиры (дома): – прибираю стол после приема пищи; – мою посуду после еды или загружаю посуду в посудомоечную машину; – выношу мусор; – убираюсь во дворе, если это требуется (чищу двор от листвы, убираю снег и т.д.)				
1.3.	Я умею пользоваться различными бытовыми приборами безопасно (чайник, электрическая или газовая плита, стиральная машина, пылесос и т.д.)				
1.4.	Я понимаю, когда необходимо стирать вещи (с какой периодичностью) и это зависит: – от загрязнения; – от времени года; – от категории вещей (нижнее белье, футболки, брюки, спортивная одежда, верхняя одежда, полотенца и т.д.)				
1.5.	Я самостоятельно сортирую белье по цветам и по категориям для стирки				
1.6.	Я знаю почти все обозначения на ярлычках одежды и использую их, когда ухаживаю за своими вещами: – загружаю вещи в стиральную машину и выставляю необходимый режим, могу справиться с простыми пятнами с помощью ручной стирки; – развешиваю белье после стирки;				

	<ul style="list-style-type: none"> – глажу разные типы вещей на нужных режимах, если это необходимо; – складываю и развешиваю вещи в шкаф/комод 				
1.7.	Я сам(а) себе готовлю бутерброды, каши, простые салаты, блюда из яиц или могу это сделать, если понадобится				
1.8.	Я могу приготовить продукт согласно способу приготовления, указанному на упаковке или найти новый несложный рецепт и приготовить его самостоятельно (например, приготовить макароны с сыром)				
1.9.	Я знаю все столовые приборы и посуду в доме и умею ей пользоваться				
1.10.	Когда я хожу в магазин за продуктами я не обращаю внимание на условия хранения продукта в магазине, на внешний вид продукта (целостность и герметичность вакуумной упаковки, мятые банки, налет и т. д.)				
Блок 2.					
2.1.	Я самостоятельно соблюдаю личную гигиену без напоминания взрослых: <ul style="list-style-type: none"> – каждый день утром и вечером чищу зубы, умываюсь; – регулярно в течение дня мою руки; – каждый день соблюдаю личную гигиену за отдельными частями тела (гигиена подмышек, ног, интимная гигиена); – по мере загрязнения и необходимости мою голову, принимаю душ 				
2.2.	Я знаю, где у нас находится аптечка				
2.3.	Я могу распознать симптомы начинающейся у себя болезни (заложен нос, горло начинает першить и т.д.)				
2.4.	Я знаю почти все медикаменты и препараты, которые находятся в нашей аптечке (безрецептурные) и знаю в каких случаях их нужно применять, читаю инструкции по применению, просматриваю сроки годности				
2.5.	Я знаю о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании и, что изменится (изменилось) в моей личной гигиене (например, поллюция, менструация, рост волос в области гениталий, груди и т.д.)				
2.6.	Я считаю, что недостаточно владею информацией о сексе, сексуальных отношениях, венерологических заболеваниях и другой информацией из этой области				
2.7.	Думаю, что вред пагубного воздействия сигарет, алкоголя, наркотиков слишком преувеличен (быстрое привыкание и				

	зависимость, нарушение здоровья, изменение сознания, влияние на здоровье будущих детей)				
2.8.	Я хожу в спортивную секцию несколько раз в неделю и регулярно активно провожу время (катание на велосипеде, лыжах, пробежки, танцы и т.д.)				
2.9.	Я самостоятельно не делаю/не умею делать мелкий ремонт одежды (пришить пуговицу, зашить дырку и т.д.)				
2.10.	Я самостоятельно выбираю себе одежду (умею различать размерные ряды, выбирать цветовые решения)				
Блок 3.					
3.1.	Я вежлив(а) в разговоре и часто использую такие слова как «пожалуйста», «будьте добры» и т.д.				
3.2.	Я умею благодарить и говорить «спасибо», сверстникам и взрослым часто это практикую (в том числе и незнакомым людям, например, в магазине, в кино и т.д.)				
3.3.	Чаще всего я не признаю свою ошибку и не извиняюсь перед сверстниками и взрослыми (в том числе и перед незнакомыми людьми, например, на улице, в магазине и т.д.)				
3.4.	У меня хорошие отношения в классе/в группе/в коллективе				
3.5.	Умею попросить помощи, в том числе и у взрослых, даже незнакомых, если что-то не могу или не знаю				
3.6.	Я умею договариваться и следовать договоренностям со сверстниками				
3.7.	Я часто конфликтую с окружающими и не могу самостоятельно выйти из конфликта				
3.8.	Я умею слушать собеседника, не перебивая его				
3.9.	У меня друзей больше в интернете, чем в реальной жизни				
3.10.	Я могу отстаивать свою позицию и понимаю, что необходимо соблюдать личные границы				
Блок 4.					
4.1.	Я умею планировать свой ежедневный бюджет и умею его придерживаться				
4.2.	Я веду личные финансовые записи дохода и расхода денег каждый день. Записываю количество денег, которые мне дают: на транспорт, личные расходы, дарят на день рождения и т.д., записываю количество денег, которые я потратил(а) в течение дня				
4.3.	Я пишу список продуктов (товаров), когда иду в магазин (в том числе чтобы не покупать лишнее или ненужное для меня, когда у меня есть на это деньги)				
4.4.	Я знаю, где можно купить продукты по				

	наиболее выгодной цене, могу сравнивать их и покупать по выгодной цене				
4.5.	Я пользуюсь скидками, купонами				
4.6.	Я экономлю электроэнергию и воду				
4.7.	Я откладываю деньги (я умею откладывать деньги, чтобы что-либо купить)				
4.8.	Я умею пользоваться банкоматом				
4.9.	Я умею пользоваться банковской картой, в том числе через технологию NFC				
4.10.	Мне рассказывали (я смотрел(а) ролики в интернете и т.д.) про распространённые мошеннические схемы, в том числе и с банковскими картами				
Блок 5.					
5.1.	Я планирую свои дела на день и составляю расписание				
5.2.	Чаще всего у меня, получается, выполнить запланированные дела и соблюдать расписание в течение дня				
5.3.	Постоянно использую ежедневники органайзеры, специальные приложения для планирования и расписания дня				
5.4.	Я постоянно присутствую на занятиях/тренировках (исключения уважительная причина, например, болезнь)				
5.5.	Я самостоятельно и регулярно выполняю домашние задания				
5.6.	Я часто забываю взять что-то на занятие/тренировку (учебник, тетрадь, форму и т.д.)				
5.7.	Я умею демонстрировать нужное поведение в классе/группе, я дисциплинированный(ая)				
5.8.	Я не участвую в различных мероприятиях в школе (конкурсы, соревнования, мероприятия и т.д.)				
5.9.	Умею собирать необходимую информацию связанную с обучением в интернете/в библиотеке и т.д.				
5.10.	Я расставляю задачи по приоритетам, важности, срочности (особенно когда их много я не впадаю в панику, не переживаю, не проявляю агрессию и т.д.)				
Блок 6.					
6.1.	Я знаю, как вызвать с мобильного и со стационарного телефона основные экстренные службы (единый номер экстренных служб, МЧС, пожарная служба, полиция, скорая медицинская помощь) и знаю точно, какую информацию необходимо им сообщать				
6.2.	Я часто запускаю стиральную машину (посудомоечную машину), а сам(а) ухожу из дома (в магазин, гулять и т.д.)				

6.3.	Я часто пренебрегаю правилами дорожного движения (перехожу дорогу в не установленном месте, катаюсь на велосипеде не по правилам и т.д.)				
6.4.	Я самостоятельно могу безопасно передвигаться по маршрутам: дом-школа, дом-магазин, дом-аптека				
6.5.	Я знаю ближайшую остановку общественного транспорта от моей квартиры (дома), смогу ее распознать				
6.6.	При общении с незнакомыми людьми я не разглашаю личной информации (номер телефона, адрес и т.д.) и понимаю, что некоторые люди могут действовать со злым умыслом, в том числе и в социальных сетях				
6.7.	Я могу сказать «нет» в том числе и взрослым, если я не хочу что-то делать, при этом я понимаю, что могу не объяснять причину и не должен(а) испытывать чувство вины за это				
6.8.	Я не забываю поливать домашние растения, ухаживать за домашними питомцами (кормить их, убирать за ними, гулять с ними и т.д.)				
6.9.	Я понимаю, что иногда у меня есть неудачи и поражения, и я несильно и недолго по этому поводу переживаю, а пытаюсь делать выводы				
6.10.	Я часто самостоятельно принимаю решения и несу ответственность за свои слова, решения, поступки (понимаю, что некоторое положение дел в моей жизни сейчас - это результат моих поступков)				

Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни» (для подростка 12 лет)

Инструкция

Продолжительность проведения анкетирования составляет одну встречу (1 час — 1 час 20 минут). Анкета «Готовность подростка к самостоятельной жизни» содержит 6 блоков вопросов, в каждом блоке 10 вопросов (всего 60 вопросов):

- Блок 1. Быт;
- Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид;
- Блок 3. Коммуникативная компетентность;
- Блок 4. Финансы;
- Блок 5. Образование и профессиональная ориентация;
- Блок 6. Безопасность. Различные ситуации.

Для каждого вопроса существует четыре категории ответа:

- «Не про меня»;
- «Немного про меня»;
- «В основном про меня»;
- «Полностью про меня».

Подросток самостоятельно отвечает на пункты про элементы своего знания или поведения и проставляет любой знак в соответствующую колонку с категорией ответа, которая лучше всего его описывает.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни в определенном блоке складываем баллы по пунктам в блоке вопросов согласно таблице 1 в зависимости от ответа и делим на 10 (количество вопросов), находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Для определения готовности подростков к самостоятельной жизни по всем блокам складываем баллы по всем пунктам согласно таблице 1 в зависимости от ответа и делим 60 (количество вопросов) находим средний балл и округляем его. Результаты интерпретируем следующим образом:

- 2,5 – 3 – высокий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 1,5 – 2,4 – средний уровень готовности подростка к самостоятельной жизни;
- 0 – 1,4 – низкий уровень готовности подростка к самостоятельной жизни.

Блоки с пунктами про элемент знания или поведения для родителей (законных представителей) по подготовке подопечных (подростков) к самостоятельной жизни соответствуют блокам анкеты для подростка «Готовность подростка к самостоятельной жизни», специалист, проверяющий данные, сравнивает результаты по блокам между собой.

Пункты про элемент знания или поведения, выделенные в таблице 1 серым цветом, требуют быть внимательным при подсчёте баллов (баллы расположены в обратном порядке).

Пункты про элемент знания или поведения, выделенные в таблице 1 желтым цветом, указывают, что подобные вопросы будут в следующих анкетах – для 14, 15, 16, 17 лет. Необходимо обратить внимание на ответ подростка:

- прослеживается ли положительная динамика (если ее не будет, значит необходимо обратить внимание родителей (законных представителей) на данный факт);
- нет ли стагнации, регрессии (если подросток в этой анкете указал умение делать что-либо или знание чего-либо, а в последующей анкете отметил отсутствие данного знания, умения, значит, либо он невнимательно заполнял, либо умышленно вводит в заблуждение).

Таблица 1

№ п/п	Пункт про элемент знания или поведения	Категории ответа				Результат
		«Не про меня»	«Немного про меня»	«В основном про меня»	«Полностью про меня»	
Блок 1. Быт						
1.1.	Я поддерживаю порядок в своей комнате самостоятельно без напоминания взрослых: – осуществляю сухую уборку (подметаю/пылесосу); – осуществляю влажную уборку (мою пол, протираю пыль); – прибираю вещи (в шкафу, в комод, в столе); – меняю постельное белье	0	1	2	3	
1.2.	Я убираюсь в некоторых общих помещениях квартиры (дома): – прибираю стол после приема пищи; – мою посуду после еды или загружаю посуду в посудомоечную машину; – выношу мусор; – убираюсь во дворе, если это требуется (чищу двор от листьев, убираю снег и т.д.)	0	1	2	3	
1.3.	Я умею пользоваться различными бытовыми приборами безопасно (чайник, электрическая или газовая плита, стиральная машина, пылесос и т.д.)	0	1	2	3	
1.4.	Я понимаю, когда необходимо стирать вещи (с какой периодичностью) и это зависит: – от загрязнения; – от времени года; – от категории вещей (нижнее белье, футболки, брюки, спортивная одежда, верхняя одежда, полотенца и т.д.)	0	1	2	3	
1.5.	Я самостоятельно сортирую белье по цветам и по категориям для стирки	0	1	2	3	
1.6.	Я знаю почти все обозначения на ярлычках одежды и использую их, когда ухаживаю за своими вещами: – загружаю вещи в стиральную машину и выставляю необходимый режим, могу справиться с простыми пятнами с помощью ручной стирки; – развешиваю белье после стирки; – глажу разные типы вещей на нужных режимах, если это необходимо; – складываю и развешиваю вещи в шкаф/комод	0	1	2	3	
1.7.	Я сам(а) себе готовлю бутерброды, каши, простые салаты, блюда из яиц или могу это сделать, если понадобится	0	1	2	3	
1.8.	Я могу приготовить продукт согласно способу приготовления, указанному на упаковке или найти новый несложный рецепт и приготовить его самостоятельно (например, приготовить макароны с сыром)	0	1	2	3	
1.9.	Я знаю все столовые приборы и посуду в доме и умею ей пользоваться	0	1	2	3	
1.10.	Когда я хожу в магазин за продуктами я не обращаю внимание на условия хранения продукта в магазине, на внешний вид продукта (целостность и герметичность вакуумной упаковки, мятые банки, налет и т. д.)	3	2	1	0	
Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид						
2.1.	Я самостоятельно соблюдаю личную гигиену без напоминания взрослых: – каждый день утром и вечером чищу зубы, умываюсь; – регулярно в течение дня мою руки; – каждый день соблюдаю личную гигиену за	0	1	2	3	

	отдельными частями тела (гигиена подмышек, ног, интимная гигиена); – по мере загрязнения и необходимости мою голову, принимаю душ.				
2.2.	Я знаю, где у нас находится аптечка	0	1	2	3
2.3.	Я могу распознать симптомы начинающейся у себя болезни (заложен нос, горло начинает першить и т.д.)	0	1	2	3
2.4.	Я знаю почти все медикаменты и препараты, которые находятся в нашей аптечке (безрецептурные) и знаю в каких случаях их нужно применять, читаю инструкции по применению, просматриваю сроки годности	0	1	2	3
2.5.	Я знаю о физиологических изменениях, происходящих в организме при половом созревании и, что изменится (изменилось) в моей личной гигиене (например, поллюция, менструация, рост волос в области гениталий, груди и т.д.)	0	1	2	3
2.6.	Я считаю, что недостаточно владею информацией о сексе, сексуальных отношениях, венерологических заболеваниях и другой информацией из этой области	3	2	1	0
2.7.	Думаю, что вред пагубного воздействия сигарет, алкоголя, наркотиков слишком преувеличен (быстрое привыкание и зависимость, нарушение здоровья, изменение сознания, влияние на здоровье будущих детей)	0	1	2	3
2.8.	Я хожу в спортивную секцию несколько раз в неделю и регулярно активно провожу время (катание на велосипеде, лыжах, пробежки, танцы и т.д.)	0	1	2	3
2.9.	Я самостоятельно не делаю/не умею делать мелкий ремонт одежды (пришить пуговицу, зашить дырку и т.д.)	3	2	1	0
2.10.	Я самостоятельно выбираю себе одежду (умею различать размерные ряды, выбирать цветовые решения)	0	1	2	3

Блок 3. Коммуникативная компетентность

3.1.	Я вежлив(а) в разговоре и часто использую такие слова как «пожалуйста», «будьте добры» и т.д.	0	1	2	3
3.2.	Я умею благодарить и говорить «спасибо», сверстникам и взрослым часто это практикую (в том числе и незнакомым людям, например, в магазине, в кино и т.д.)	0	1	2	3
3.3.	Чаще всего я не признаю свою ошибку и не извиняюсь перед сверстниками и взрослыми (в том числе и перед незнакомыми людьми, например, на улице, в магазине и т.д.)	3	2	1	0
3.4.	У меня хорошие отношения в классе/в группе/в коллективе	0	1	2	3
3.5.	Умею попросить помощи, в том числе и у взрослых, даже незнакомых, если что-то не могу или не знаю	0	1	2	3
3.6.	Я умею договариваться и следовать договоренностям со сверстниками	0	1	2	3
3.7.	Я часто конфликтую с окружающими и не могу самостоятельно выйти из конфликта	3	2	1	0
3.8.	Я умею слушать собеседника, не перебивая его	0	1	2	3
3.9.	У меня друзей больше в интернете, чем в реальной жизни	3	2	1	0
3.10.	Я могу отстоять свою позицию и понимаю, что необходимо соблюдать личные границы	0	1	2	3

Блок 4. Финансы

4.1.	Я умею планировать свой ежедневный бюджет и умею его придерживаться	0	1	2	3
4.2.	Я веду личные финансовые записи дохода и	0	1	2	3

	расхода денег каждый день. Записываю количество денег, которые мне дают: на транспорт, личные расходы, дарят на день рождения и т.д., записываю количество денег, которые я потратил(а) в течение дня				
4.3.	Я пишу список продуктов (товаров), когда иду в магазин (в том числе чтобы не покупать лишнее или ненужное для меня, когда у меня есть на это деньги)	0	1	2	3
4.4.	Я знаю, где можно купить продукты по наиболее выгодной цене, могу сравнивать их и покупать по выгодной цене	0	1	2	3
4.5.	Я пользуюсь скидками, купонами	0	1	2	3
4.6.	Я экономлю электроэнергию и воду	0	1	2	3
4.7.	Я откладываю деньги (я умею откладывать деньги, чтобы что-либо купить)	0	1	2	3
4.8.	Я умею пользоваться банкоматом	0	1	2	3
4.9.	Я умею пользоваться банковской картой, в том числе через технологию NFC	0	1	2	3
4.10.	Мне рассказывали (я смотрел(а) ролики в интернете и т.д.) про распространённые мошеннические схемы, в том числе и с банковскими картами	0	1	2	3

Блок 5. Образование и профессиональная ориентация

5.1.	Я планирую свои дела на день и составляю расписание	0	1	2	3
5.2.	Чаще всего у меня, получается, выполнить запланированные дела и соблюдать расписание в течение дня	0	1	2	3
5.3.	Постоянно использую ежедневники органайзеры, специальные приложения для планирования и расписания дня	0	1	2	3
5.4.	Я постоянно присутствую на занятиях/тренировках (исключения уважительная причина, например, болезнь)	0	1	2	3
5.5.	Я самостоятельно и регулярно выполняю домашние задания	0	1	2	3
5.6.	Я часто забываю взять что-то на занятия/тренировку (учебник, тетрадь, форму и т.д.)	3	2	1	0
5.7.	Я умею демонстрировать нужное поведение в классе/группе, я дисциплинированный(ая)	0	1	2	3
5.8.	Я не участвую в различных мероприятиях в школе (конкурсы, соревнования, мероприятия и т.д.)	3	2	1	0
5.9.	Умею собирать необходимую информацию связанную с обучением в интернете/в библиотеке и т.д.	0	1	2	3
5.10.	Я расставляю задачи по приоритетам, важности, срочности (особенно когда их много я не впадаю в панику, не переживаю, не проявляю агрессию и т.д.)	0	1	2	3

Блок 6. Безопасность. Различные ситуации

6.1.	Я знаю, как вызвать с мобильного и со стационарного телефона основные экстренные службы (единый номер экстренных служб, МЧС, пожарная служба, полиция, скорая медицинская помощь) и знаю точно, какую информацию необходимо им сообщать	0	1	2	3
6.2.	Я часто запускаю стиральную машину (посудомоечную машину), а сам(а) ухожу из дома (в магазин, гулять и т.д.)	3	2	1	0
6.3.	Я часто пренебрегаю правилами дорожного движения (перехожу дорогу в не положенном месте, катаюсь на велосипеде не по правилам и т.д.)	3	2	1	0
6.4.	Я самостоятельно могу безопасно передвигаться по маршрутам: дом-школа, дом-магазин, дом-аптека	0	1	2	3

6.5.	Я знаю ближайшую остановку общественного транспорта от моей квартиры (дома), смогу ее распознать	0	1	2	3
6.6.	При общении с незнакомыми людьми я не разглашаю личной информации (номер телефона, адрес и т.д.) и понимаю, что некоторые люди могут действовать со злым умыслом, в том числе и в социальных сетях	0	1	2	3
6.7.	Я могу сказать «нет» в том числе и взрослым, если я не хочу что-то делать, при этом я понимаю, что могу не объяснять причину и не должен(а) испытывать чувство вины за это	0	1	2	3
6.8.	Я не забываю поливать домашние растения, ухаживать за домашними питомцами (кормить их, убирать за ними, гулять с ними и т.д.)	0	1	2	3
6.9.	Я понимаю, что иногда у меня есть неудачи и поражения, и я несильно и недолго по этому поводу переживаю, а пытаюсь делать выводы	0	1	2	3
6.10.	Я часто самостоятельно принимаю решения и несу ответственность за свои слова, решения, поступки (понимаю, что некоторое положение дел в моей жизни сейчас - это результат моих поступков)	0	1	2	3