

**Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни»
(для подростка 15 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 знаю и делаю генеральную уборку квартиры (дома), в том числе: – я мою окна; – я мою вентиляцию; – я протираю пыль в труднодоступных местах (за шкафами, на шкафах, за батареями и т.д.)				
1.2.	Я ухаживаю (чищу, стираю) за такими вещами как: – наматрасник; – подушка/одеяло/матрас; – покрывало/пледы; – обивка дивана/чехлы для кресел и дивана; – палас/коврик; – шторы; – костюмы; – верхняя одежда из особых/деликатных материалов (шерсть, пух и т.д.)				
1.3.	Я самостоятельно могу скомбинировать продукты при приготовлении блюда (могу готовить без рецепта или заменить ингредиент из рецепта на имеющийся ингредиент дома)				
1.4.	Я (мы - я и кто-либо из взрослых) используем в практике перед отправкой в магазин за продуктами: – осуществляю(ем) ревизию холодильника и полок; – составляю(ем) меню на неделю; – составляю(ем) список продуктов				
1.5.	Я умею сервировать стол для разных случаев				
1.6.	Я знаю, как делать небольшой ремонт по дому (например: покрасить стены, поклеить обои, установить плинтуса и т.д.)				
1.7.	Самостоятельно могу совершать покупки в интернет-магазинах и осведомлен(а) о правилах для совершения безопасных				

	покупок в сети интернет				
1.8.	Мне объясняли, я понимаю, что такое паспорт, СНИЛС, полис ОМС, в каких учреждениях могут они понадобиться, и какие данные чаще всего запрашивают сотрудники госучреждений				
1.9.	Я сам(а) не писал(а) заявления, не читаю (ла) договоры (например, записаться в спортивную секцию, кружок открытие банковского счета и т.д.)				
1.10.	Я умею пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами				
Блок 2.					
2.1.	Мне часто напоминают или делают замечание по внешнему виду и/или о личной гигиене взрослые				
2.2.	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.)				
2.3.	Я считаю, что достаточно владею информацией о сексе, сексуальных отношениях, способах контрацепции, венерологических заболеваниях и я в курсе о существовании насилия в сексуальных отношениях и другой информации из этой области				
2.4.	Я отрицательно отношусь к сигаретам, алкоголю, наркотикам				
2.5.	Как минимум три раза в неделю я имею высокую физическую активность (посещаю спортивные секции, хожу в спортивный зал, участвую в спортивных играх)				
2.6.	Питаюсь не по графику (не по режиму), часто перекусываю на ходу, хожу голодным(ой), а потом переедаю				
2.7.	Я знаком(а) с гигиеной сна и стараюсь придерживаться ее				
2.8.	Я много учусь и поэтому целыми днями сижу за компьютером, нет времени погулять или заняться хобби (кроме связанных с компьютером)				
2.9.	Я ответственно отношусь к употреблению лекарств и рекомендациям врачей				
2.10.	Я самостоятельно собираю чемодан в путешествие (поездки)				
Блок 3.					
3.1.	Я умею договариваться и следовать договоренностям				
3.2.	Я способен(а) предотвращать конфликты				
3.3.	Я могу аргументированно и без лишних эмоций (повышенный тон, крик, плач) отстаивать свою позицию, понимаю, что необходимо соблюдать личные границы (я				

	должен(а) соблюдать личные границы других людей и мои должны соблюдать личные границы)				
3.4.	Адекватно реагирую на обратную связь от взрослого человека без раздражения, в том числе и на замечания				
3.5.	Когда ко мне приходят гости то я: – стараюсь прибраться перед их приходом; – не демонстрирую им плохое расположение духа; – если гости намусорили, то не показываю свое расстройство по этому поводу; – обслуживаю сначала гостей, потом себя; – перед уходом гостей, провожаю их до двери и благодарю за визит				
3.6.	Я часто присутствовал(а) при оформлении различных документов, думаю, что самостоятельно смогу справиться с этой задачей (например: заполнить формуляр и отправить посылку на почте и т.д.)				
3.7.	Я понимаю и принимаю, что все люди разные, даже если у нас разное отношение к определенным вещам, событиям, разные точки зрения, я уважительно к ним отношусь				
3.8.	Я самостоятельно организовываю свое свободное время (гуляю с друзьями, хожу на различные мероприятия, занимаюсь хобби и др.) Не зацикливаюсь на одном виде деятельности (например, только играть в компьютерные игры)				
3.9.	Я считаю друзьями только тех, кого знаю лично в реальной жизни, а не в виртуальном мире				
3.10.	В моей реальной жизни есть взрослый человек, (не в онлайн жизни, не в виртуальной реальности) на которого я хотел(а) бы быть похожим(ей)				
Блок 4.					
4.1.	Я умею планировать свой ежемесячный бюджет и умею его придерживаться				
4.2.	Я веду личные финансовые записи дохода и расхода денег за каждый месяц. Записываю количество денег, которые мне дают: на транспорт, личные расходы, дарят на день рождения, свой заработок и т.д., записываю количество денег, которые я потратил(а) в течение недель и подвожу итог за месяц				
4.3.	Я использую финансовые инструменты (приложения) или таблицы для анализа денежных расходов и доходов по категориям				

4.4.	Я стараюсь не делать импульсивные покупки и не прошу о них взрослых (модно среди сверстников, ради развлечения, дублирующие предметы и т.д.)				
4.5.	Я экономлю электроэнергию и воду и делаю замечания людям, проживающим со мной по этому поводу (например, что не нужно держать кран открытым пока чистишь зубы, выключать свет в комнатах, в которых он на данный момент не нужен и т.д.)				
4.6.	Я знаю, что нужно всегда иметь финансовую подушку безопасности, я сейчас уже откладываю минимум 10% от имеющихся моих доходов (это неприкосновенные деньги)				
4.7.	Я знаю несколько вариантов откладывания денег				
4.8.	Я изучаю информацию о банковских счетах, вкладах, сравниваю различные предложения, разных банков, различные банковские продукты и их условия				
4.9.	Я знаком(а) с распространенными мошенническими схемами, в том числе и с банковскими картами, умею их распознавать: <ul style="list-style-type: none"> – онлайн-казино и игры; – «благотворительность»; – чудо-кошельки; – просьбы о помощи; – «интернет-магазины»; – блокировка браузера; – черные брокеры, трейдеры, бинарные опции; – паспортные данные; – мошенники на «Авито» и доставки; – реклама ставок на спорт; – финансовые пирамиды и хайпы; – телефонные жулики (банковские работники, полицейские и следователи и т.д.); – помощники в получении выплат 				
4.10.	Я знаю, какое количество денег примерно необходимо на 1 человека/на семью (на транспорт, питание, ЖКХ, гигиену, здоровье, досуг и т.д.) в месяц				
Блок 5.					
5.1.	Я планирую, свои дела на день, неделю, месяц и составляю расписание на день, неделю				
5.2.	Чаще всего у меня, получается, выполнить запланированные дела и соблюдать расписание в течение дня, недели				
5.3.	Самостоятельно без напоминания взрослых контролирую свое время, в том числе				

	встаю по утрам к нужному времени, вовремя прихожу на занятие/тренировку/работу				
5.4.	Я хорошо и без проблем могу расставлять задачи по приоритетам, важности, срочности (особенно когда их много я не впадаю в панику, не переживаю, не проявляю агрессию и т.д.)				
5.5.	Я самостоятельно (без давления взрослых) делаю выбор о дальнейших планах по обучению (выбор профессии, выбор учебного заведения)				
5.6.	Я плохо умею (мне трудно даётся) работать с текстами и информацией: конспектировать, выделять главное, делать заметки, группировать информацию и т.д.				
5.7.	Я владею информацией о различных профессиях, на которые можно будет поступить и об учебных заведениях, где можно получить данные специальности (имею несколько вариантов)				
5.8.	Я имею представления без преувеличения и приукрашивания о профессии, которую хотел(а) бы получить. Я общался(ась) со взрослыми, которые работают в этой профессии сейчас. Я осознаю, какие шансы у меня поступить на выбранную специальность				
5.9.	Я читаю литературу, смотрю видео, изучаю информацию, которая мне интересна для выбранной профессии				
5.10.	Я имею четкий план на ближайший этап жизни (после школы/после колледжа/после университета/после армии 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 осведомлен(а) о безопасной работе в сети интернет и придерживаюсь следующих правил: <ul style="list-style-type: none"> – не разглашаю имена пользователей и пароли, в том числе своим друзьям; – периодически меняю пароли; – не разглашаю личную информацию (полное настоящее имя, адрес, район проживания, номер телефона и прочие данные); – осознаю, что все, что один раз было опубликовано в интернете сразу становится общедоступным, и любой может увидеть это, навсегда; 				

	<ul style="list-style-type: none"> – придерживаюсь возрастных ограничений для создания учетных записей, просмотра и регистрации; – знаю об опасности передачи геоданных; – использую антивирусные программы (лицензионные); – знаю об фальшивых рекламных объявлениях (мошеннические схемы); – знаю об опасности личных встреч с незнакомцами; – придерживаюсь одинаковых правил при общении онлайн и лично (при общении в интернете и написании комментариев лучше оставаться добрым и вежливым, не следует писать ничего такого, что не смогли бы сказать в лицо); – знаю о неэтичном поведении в интернете, в том числе о буллинге (травле), распространении сплетен, угрозах, ненормативной лексике и прочих неприятностях; – знаю, что такое спам и что не следует раскрывать свой адрес электронной почты в интернете и отвечать на нежелательную почту; – знаю о законах об авторском праве и ответственном поведении в интернете; – понимаю что необходимо ставить в известность взрослых о неприемлемых материалах или нежелательных комментариях сексуального характера, которые я получил(а) в интернете 				
6.3.	Я имею опыт самостоятельных поездок (без сопровождения взрослых) между различными городами на различных видах транспорта (или я уверен(а), что смогу это безопасно сделать)				
6.4.	Когда я гуляю или в поездке, всегда есть люди, в том числе и взрослые, которые точно знают о моем местонахождении и у нас определено контрольное время выхода на связь				
6.5.	Я четко понимаю и разделяю, какие люди в поездках могут оказаться злоумышленниками, а какие являются «безопасными взрослыми», к кому можно обратиться				
6.6.	<p>Думаю, что я смогу самостоятельно прожить один месяц, в том числе:</p> <ul style="list-style-type: none"> – самостоятельно себе готовить; – самостоятельно поддерживать порядок во всем доме; – самостоятельно совершать покупки, в том числе продуктов питания, бытовой 				

	<p>химии и т.д.;</p> <ul style="list-style-type: none"> – самостоятельно делать мелкие работы по дому; – самостоятельно ухаживать за вещами; – самостоятельно следить за домашними растениями, животными, огородом; – самостоятельно ходить на занятия/тренировки; – самостоятельно решать непредвиденные трудности и т.д. 				
6.7.	Я знаю алгоритм действий, что необходимо делать, если я потеряю паспорт				
6.8.	Я знаю алгоритм действий, что необходимо делать, если я потеряю банковскую карту				
6.9.	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)				
6.10.	Я гуляю в различных укромных местах: на пустырях, заброшенных стройках, по пустынным дорогам и вдали от цивилизации				

Анкета «Готовность подростков к самостоятельной жизни» (для подростка 15 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 были в анкетах 12, 14 лет и будут в следующих анкетах 16, 17 лет. Необходимо обратить внимание на ответ подростка:

- прослеживается ли положительная динамика (если ее не будет, значит необходимо обратить внимание 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 ответил отсутствие данного знания, умения, значит либо он не внимательно заполнял, либо умышленно вводит 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 знаю и делаю генеральную уборку квартиры (дома), в том числе: – я мою окна; – я мою вентиляцию; – я протираю пыль в труднодоступных местах (за шкафами, на шкафах, за батареями и т.д.)	0	1	2	3	
1.2.	Я ухаживаю (чищу, стираю) за такими вещами как: – на матрасник; – подушка/одеяло/матрас; – покрывало/пледы; – обивка дивана/чехлы для кресел и дивана; – палас/коврик; – шторы; – костюмы; – верхняя одежда из особых/деликатных материалов (шерсть, пух и т.д.)	0	1	2	3	
1.3.	Я самостоятельно могу скомбинировать продукты при приготовлении блюда (могу готовить без рецепта или заменить ингредиент из рецепта на имеющийся ингредиент дома)	0	1	2	3	
1.4.	Я (мы - я и кто-либо из взрослых) используем в практике перед отправкой в магазин за продуктами: – осуществляю(ем) ревизию холодильника и полок; – составляю(ем) меню на неделю; – составляю(ем) список продуктов	0	1	2	3	
1.5.	Я умею сервировать стол для разных случаев	0	1	2	3	
1.6.	Я знаю, как делать небольшой ремонт по дому (например: покрасить стены, поклеить обои, установить плинтуса и т.д.)	0	1	2	3	
1.7.	Самостоятельно могу совершать покупки в интернет-магазинах и осведомлен(а) о правилах для совершения безопасных покупок в сети интернет	0	1	2	3	
1.8.	Мне объясняли, я понимаю, что такое паспорт, СНИЛС, полис ОМС, в каких учреждениях могут они понадобиться, и какие данные чаще всего запрашивают сотрудники госучреждений	0	1	2	3	
1.9.	Я сам(а) не писал(а) заявления, не читаю (ла) договоры (например, записаться в спортивную секцию, кружок открытие банковского счета и т.д.)	3	2	1	0	
1.10.	Я умею пользоваться «Госуслугами» и другими онлайн-сервисами	0	1	2	3	
Блок 2. Здоровье, гигиена, внешний вид						
2.1.	Мне часто напоминают или делают замечание по внешнему виду и/или о личной гигиене взрослые	3	2	1	0	
2.2.	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	
2.3.	Я считаю, что достаточно владею информацией о сексе, сексуальных отношениях, способах контрацепции, венерологических заболеваниях и я в курсе о существовании насилия в сексуальных отношениях и другой информации из этой области	0	1	2	3	
2.4.	Я отрицательно отношусь к сигаретам, алкоголю, наркотикам	0	1	2	3	

2.5.	Как минимум три раза в неделю я имею высокую физическую активность (посещаю спортивные секции, хожу в спортивный зал, участвую в спортивных играх)	0	1	2	3
2.6.	Питаюсь не по графику (не по режиму), часто перекусываю на ходу, хожу голодным(ой), а потом переедаю	3	2	1	0
2.7.	Я знаком(а) с гигиеной сна и стараюсь придерживаться ее	0	1	2	3
2.8.	Я много учусь и поэтому целыми днями сижу за компьютером, нет времени погулять или заняться хобби (кроме связанных с компьютером)	3	2	1	0
2.9.	Я ответственно отношусь к употреблению лекарств и рекомендациям врачей	0	1	2	3
2.10.	Я самостоятельно собираю чемодан в путешествие (поездки)	0	1	2	3

Блок 3. Коммуникативная компетентность

3.1.	Я умею договариваться и следовать договоренностям	0	1	2	3
3.2.	Я способен(а) предотвращать конфликты	0	1	2	3
3.3.	Я могу аргументированно и без лишних эмоций (повышенный тон, крик, плач) отстоять свою позицию, понимаю, что необходимо соблюдать личные границы (я должен(а) соблюдать личные границы других людей и мои должны соблюдать личные границы)	0	1	2	3
3.4.	Адекватно реагирую на обратную связь от взрослого человека без раздражения, в том числе и на замечания	0	1	2	3
3.5.	Когда ко мне приходят гости то я: – стараюсь прибраться перед их приходом; – не демонстрирую им плохое расположение духа; – если гости намусорили, то не показываю свое расстройство по этому поводу; – обслуживаю сначала гостей, потом себя; – перед уходом гостей, провожаю их до двери и благодарю за визит	0	1	2	3
3.6.	Я часто присутствовал(а) при оформлении различных документов, думаю, что самостоятельно смогу справиться с этой задачей (например: заполнить формуляр и отправить посылку на почте и т.д.)	0	1	2	3
3.7.	Я понимаю и принимаю, что все люди разные, даже если у нас разное отношение к определенным вещам, событиям, разные точки зрения, я уважительно к ним отношусь	0	1	2	3
3.8.	Я самостоятельно организовываю свое свободное время (гуляю с друзьями, хожу на различные мероприятия, занимаюсь хобби и др.) Не заикливаюсь на одном виде деятельности (например, только играть в компьютерные игры)	0	1	2	3
3.9.	Я считаю друзьями только тех, кого знаю лично в реальной жизни, а не в виртуальном мире	0	1	2	3
3.10.	В моей реальной жизни есть взрослый человек, (не в онлайн жизни, не в виртуальной реальности) на которого я хотел(а) бы быть похожим(ей)	0	1	2	3

Блок 4. Финансы

4.1.	Я умею планировать свой ежемесячный бюджет и умею его придерживаться	0	1	2	3
4.2.	Я веду личные финансовые записи дохода и расхода денег за каждый месяц. Записываю количество денег, которые мне дают: на транспорт, личные расходы, дарят на день рождения, свой заработок и т.д., записываю количество денег, которые я потратил(а) в течение недель и подвожу итог за месяц	0	1	2	3

4.3.	Я использую финансовые инструменты (приложения) или таблицы для анализа денежных расходов и доходов по категориям	0	1	2	3
4.4.	Я стараюсь не делать импульсивные покупки и не прошу о них взрослых (модно среди сверстников, ради развлечения, дублирующие предметы и т.д.)	0	1	2	3
4.5.	Я экономлю электроэнергию и воду и делаю замечания людям, проживающим со мной по этому поводу (например, что не нужно держать кран открытым пока чистишь зубы, выключать свет в комнатах, в которых он на данный момент не нужен и т.д.)	0	1	2	3
4.6.	Я знаю, что нужно всегда иметь финансовую подушку безопасности, я сейчас уже откладываю минимум 10% от имеющихся моих доходов (это неприкосновенные деньги)	0	1	2	3
4.7.	Я знаю несколько вариантов откладывания денег	0	1	2	3
4.8.	Я изучаю информацию о банковских счетах, вкладах, сравниваю различные предложения, разных банков, различные банковские продукты и их условия	0	1	2	3
4.9.	Я знаком(а) с распространенными мошенническими схемами, в том числе и с банковскими картами, умею их распознавать: <ul style="list-style-type: none"> – онлайн-казино и игры; – «благотворительность»; – чудо-кошельки; – просьбы о помощи; – «интернет-магазины»; – блокировка браузера; – черные брокеры, трейдеры, бинарные опции; – паспортные данные; – мошенники на «Авито» и доставки; – реклама ставок на спорт; – финансовые пирамиды и хайпы; – телефонные жулики (банковские работники, полицейские и следователи и т.д.); – помощники в получении выплат 	0	1	2	3
4.10.	Я знаю, какое количество денег примерно необходимо на 1 человека/на семью (на транспорт, питание, ЖКХ, гигиену, здоровье, досуг и т.д.) в месяц	0	1	2	3

Блок 5. Образование и профессиональная ориентация

5.1.	Я планирую, свои дела на день, неделю, месяц и составляю расписание на день, неделю	0	1	2	3
5.2.	Чаще всего у меня, получается, выполнить запланированные дела и соблюдать расписание в течение дня, недели	0	1	2	3
5.3.	Самостоятельно без напоминания взрослых контролирую свое время, в том числе встаю по утрам к нужному времени, вовремя прихожу на занятие/тренировку/работу	0	1	2	3
5.4.	Я хорошо и без проблем могу расставлять 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
5.5.	Я самостоятельно (без давления взрослых) делаю выбор о дальнейших планах по обучению (выбор профессии, выбор учебного заведения)	0	1	2	3
5.6.	Я плохо умею (мне трудно даётся) работать с текстами и информацией: конспектировать, выделять главное, делать заметки, группировать информацию и т.д.	3	2	1	0
5.7.	Я владею информацией о различных профессиях, на которые можно будет поступить и об учебных заведениях, где можно получить данные	0	1	2	3

	специальности (имею несколько вариантов)					
5.8.	Я имею представления без преувеличения и приукрашивания о профессии, которую хотел(а) бы получить. Я общался(ась) со взрослыми, которые работают в этой профессии сейчас. Я осознаю, какие шансы у меня поступить на выбранную специальность	0	1	2	3	
5.9.	Я читаю литературу, смотрю видео, изучаю информацию, которая мне интересна для выбранной профессии	0	1	2	3	
5.10.	Я имею четкий план на ближайший этап жизни (после школы/после колледжа/после университета/после армии 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 осведомлен(а) о безопасной работе в сети интернет и придерживаюсь следующих правил: <ul style="list-style-type: none"> – не разглашаю имена пользователей и пароли, в том числе своим друзьям; – периодически меняю пароли; – не разглашаю личную информацию (полное настоящее имя, адрес, район проживания, номер телефона и прочие данные); – осознаю, что все, что один раз было опубликованное в интернете сразу становится общедоступным, и любой может увидеть это, навсегда; – придерживаюсь возрастных ограничений для создания учетных записей, просмотра и регистрации; – знаю об опасности передачи геоданных; – использую антивирусные программы (лицензионные); – знаю об фальшивых рекламных объявлениях (мошеннические схемы); – знаю об опасности личных встреч с незнакомцами; – придерживаюсь одинаковых правил при общении онлайн и лично (при общении в интернете и написании комментариев лучше оставаться добрым и вежливым, не следует писать ничего такого, что не смогли бы сказать в лицо); – знаю о неэтичном поведении в интернете, в том числе о буллинге (травле), распространении сплетен, угрозах, ненормативной лексики и прочих неприятностях; – знаю, что такое спам и что не следует раскрывать свой адрес электронной почты в интернете и отвечать на нежелательную почту; – знаю о законах об авторском праве и ответственном поведении в интернете; – понимаю что необходимо ставить в известность взрослых о неприемлемых материалах или нежелательных комментариях сексуального характера, которые я получил(а) в интернете 	0	1	2	3	
6.3.	Я имею опыт самостоятельных поездок (без сопровождения взрослых) между различными городами на различных видах транспорта (или я уверен(а), что смогу это безопасно сделать)	0	1	2	3	
6.4.	Когда я гуляю или в поездке, всегда есть люди, в том числе и взрослые, которые точно знают о моем	0	1	2	3	

	местонахождении и у нас определено контрольное время выхода на связь				
6.5.	Я четко понимаю и разделяю, какие люди в поездках могут оказаться злоумышленниками, а какие являются «безопасными взрослыми», к кому можно обратиться	0	1	2	3
6.6.	<p>Думаю, что я смогу самостоятельно прожить один месяц, в том числе:</p> <ul style="list-style-type: none"> – самостоятельно себе готовить; – самостоятельно поддерживать порядок во всем доме; – самостоятельно совершать покупки, в том числе продуктов питания, бытовой химии и т.д.; – самостоятельно делать мелкие работы по дому; – самостоятельно ухаживать за вещами; – самостоятельно следить за домашними растениями, животными, огородом; – самостоятельно ходить на занятия/тренировки; – самостоятельно решать непредвиденные трудности и т.д. 	0	1	2	3
6.7.	Я знаю алгоритм действий, что необходимо делать, если я потеряю паспорт	0	1	2	3
6.8.	Я знаю алгоритм действий, что необходимо делать, если я потеряю банковскую карту	0	1	2	3
6.9.	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
6.10.	Я гуляю в различных укромных местах: на пустырях, заброшенных стройках, по пустынным дорогам и вдали от цивилизации	3	2	1	0