

## Профілактика шкідливих звичок серед учнів: шість анкет для вхідної діагностики



### Мої соціальні настанови

1. Вік: \_\_\_\_\_
2. У тебе є мета в житті?
  - Так
  - Ні
  - Не знаю
3. Як ти найчастіше проводиш вільний час?
  - Майже весь час перебуваю вдома
  - У спортивній секції, у гуртку
  - Проводжу час із друзями
  - Переважно дивлюся телевізор
  - Захоплююсь своєю улюбленою справою, хобі
  - Гуляю по місту
  - Читаю книжки *(Якщо так, то яку читаєш зараз?)* \_\_\_\_\_
  - Граю в ігри на телефоні
  - Інше \_\_\_\_\_
4. Як ти ставишся до куріння?
  - Курю постійно
  - Курю іноді
  - Пробував(-ла) один або кілька разів
  - Ніколи не пробував(-ла)
5. Якщо ти куриш, то хто дає тобі гроші на цигарки? *(Якщо не куриш, то пропускай це запитання)*
  - Батьки
  - Економлю з особистих витрат
  - Бабуся (дідусь)
  - Друзі
6. Чи пропонували тобі колись наркотичний засіб?
  - Так
  - Ні
7. Якщо так, то коли й хто? *(Якщо не пропонували, то пропускай це запитання)*
  - Друзі
  - Сусіди
  - Незнайомі люди
8. Як ти вчинив(ла)? *(Якщо наркотичний засіб не пропонували, то пропускай це запитання)*
  - Відмовився
  - Прийняв пропозицію
  - Зацікавився
9. Де це відбувалося?
  - У соціальній мережі
  - У школі
  - У вуличній компанії
  - На вечірці у друзів
  - На дискотеці у клубі
  - Удома
10. Яку інформацію ти хотів(ла) б отримати у школі?
  - Як запобігти наркоманії серед підлітків
  - Загальні відомості про наркоманію і токсикоманію
  - Як вести здоровий спосіб життя
  - Інше \_\_\_\_\_



## Що я знаю про проблему наркоманії

1. Як ти ставишся до наркотиків?

- Маю досвід вживання
- Нейтрально
- Негативно

2. Як ти гадаєш, чи є в нашій школі учні, які вживають наркотики?

- Так
- Ні
- Не знаю

3. Які міркування людини можуть призвести до вживання наркотиків? *(Можна позначити кілька варіантів відповіді)*

- У житті все треба спробувати
- Один раз не страшно
- Я себе контролюватиму
- Я триматиму себе в руках
- Той, хто спробував наркотики, — слабкий і безвольний
- Мені байдуже, і ця тема взагалі не цікавить
- Друг сказав, що він пробував наркотики, і з ним все нормально
- Чим я гірший за інших
- Коли я відчую, що починається залежність, одразу кину
- Від цієї речовини залежності не буває

4. Які можуть бути причини вживати наркотики? *(Обери найважливішу)*

- Сімейні
- Шкільні
- Особисті
- Немає таких причин, через які я спробував би

5. Які люди легко піддаються наркотикам? *(Можна позначити кілька варіантів відповіді)*

- Ті, що не мають мети в житті
- Розпечені
- Самовпевнені
- Схильні до бродяжництва
- Ті, хто погано навчаються
- Музиканти та артисти

6. Які основні причини, чому ти ніколи б не вживав наркотики? *(Можна позначити кілька варіантів відповіді)*

- У мене одне життя, і я не хочу померти через кілька років у страшних муках
- Моє здоров'я не таке міцне, щоб витримати прийом таких речовин
- Мені шкода витратити свої гроші на це й відправляти їх у чужу кишеню
- Я в майбутньому хочу стати батьком/матір'ю
- Я не хочу опинитися у в'язниці за крадіжку або лікуватися в закритому медичному закладі
- Я людина самостійна, незалежна, яка вміє вибирати і може відмовлятися
- Я не хочу бути залежним ні від наркотику, ні від його постачальника
- Можливість захворіти на СНІД не викликає в мене оптимізму
- Я хочу мати роботу та заробляти гроші
- Я хочу довго жити



### Моє ставлення до шкідливих звичок

1. Як ти вважаєш, що є головним показником здоров'я?

- Відсутність хвороб і шкідливих звичок
- Хороша спадковість

2. Що таке здоровий спосіб життя? *(Можна позначити кілька варіантів відповіді)*

- Особиста гігієна
- Позитивні емоції
- Загартовування
- Раціональне харчування
- Відмова від шкідливих звичок

3. Які види залежності ти знаєш? *(Можна позначити кілька варіантів відповіді)*

- Комп'ютерна
- Алкогольна
- Наркотична
- Булімія
- Нікотинова

4. Як подолати стрес, щоб упоратися зі шкідливою залежністю? *(Можна позначити кілька варіантів відповіді)*

- Танцювати
- Сміятися
- Висиплятися
- Відпочивати на природі
- Займатися будь-яким видом спорту та улюбленою справою
- Подорожувати тощо

5. Про які шкідливі звички ти знаєш?

---

---

6. Як ти ставишся до шкідливих звичок?

- Позитивно
- Негативно
- Нейтрально



## Основи безпеки життєдіяльності

1. Познач цінності, які зараз для тебе важливі.
  - Сім'я
  - Навчання
  - Здоров'я близьких
  - Моє здоров'я
  - Кохання
  - Інше \_\_\_\_\_
2. Яке твоє гасло в житті?
  - Все буде добре
  - Не падати духом
  - Любити ближніх
  - Іти вперед до мети
  - Один за всіх і всі за одного
  - Інше \_\_\_\_\_
3. Як ти ставишся до шкідливих звичок?
  - Позитивно
  - Негативно
  - Нейтрально
  - Складно відповісти
4. Чи шкідливі поодинокі експерименти з наркотиками?
  - Не знаю
  - Ні
  - Так
5. Чи вважаєш ти тривожним сигналом вживання алкоголю?
  - Не знаю
  - Ні
  - Так
6. Чи призведе до формування алкогольної залежності вживання пива?
  - Не знаю
  - Ні
  - Так
7. Які заходи щодо боротьби з курінням слід вживати?
  - Проводити роз'яснювальну роботу в школі
  - Жодні
  - Заборонити рекламу тютюнової продукції
  - Інше \_\_\_\_\_
8. Чи достатньо ти дбаєш про своє здоров'я?
  - Так, достатньо
  - Недостатньо
  - Не цілком достатньо
9. Скільки часу ти буваєш на свіжому повітрі щодня?
  - Понад 30 хв
  - Менше 30 хв
  - Більше години
  - Понад 2 години
  - Понад 3 години
10. Ти знаєш, як викликати екстрені служби?
  - Так
  - Ні
11. Чи спілкуєшся ти з батьками про безпечну поведінку?
  - Ні
  - Ніколи
  - Часто
  - Іноді



### «Сімейна» анкета

1. Вкажи свою стать (*підкресли*):  
чол., жін.

2. Скільки часу ти проводиш разом  
зі своєю сім'єю на день?

\_\_\_\_\_

3. Твоя улюблена справа  
після занять у школі?

\_\_\_\_\_

4. Чи є в тебе хатні обов'язки? Якщо  
так, то які?

\_\_\_\_\_

5. Як ти проводиш свої канікули?

\_\_\_\_\_

6. Чим ти хотів би зайнятися під час  
наступних канікул? Коротко  
опиши.

\_\_\_\_\_

7. Чи хотів(-ла) ти мати оплачувану  
роботу?

\_\_\_\_\_

8. Як твоя сім'я проводить свята?  
Коротко опиши.

\_\_\_\_\_

9. Чи є у членів твоєї родини  
шкідливі звички? Які й у кого?

\_\_\_\_\_

10. Чи є в тебе шкідливі звички?  
Якщо куриш, то з якого віку?

\_\_\_\_\_

11. Чи знаєш ти однолітків, які вживають  
наркотики?

\_\_\_\_\_

12. Чи хочуть вони позбутися цього?

\_\_\_\_\_

13. Чи подобається тобі спілкуватися  
з людьми, які курять, вживають  
алкоголь?

\_\_\_\_\_

14. Твої батьки розповідають тобі  
про шкідливі звички?

\_\_\_\_\_

15. Чи є шкідливі звички у твоїх батьків?

\_\_\_\_\_

16. У чому ти бачиш причину наркоманії  
серед молоді?

Відсутність знань про шкоду  
наркотиків

Негативний приклад дорослих

Інше \_\_\_\_\_

17. Які заходи ти вважаєш  
дієвими для профілактики  
шкідливих звичок?

\_\_\_\_\_



## Як я почувуюся у сім'ї

1. Чого ти чекаєш від сім'ї, де живеш?
  - Хорошої організації побуту
  - Радості спілкування
  - Спокою та захищеності
2. Як ти вважаєш, що найбільше турбує батьків?
  - Твоє здоров'я
  - Хороше навчання
  - Трудова участь у житті сім'ї
3. Чи буває, що ти почувашся самотньо в сім'ї?
  - Так
  - Ні
  - Не знаю
4. Яка з наведених нижче життєвих установок є для тебе найбільш значущою?
  - Бути матеріально забезпеченим(ою)
  - Бути щасливим(ою)
  - Мати багато друзів
5. Що для тебе означає вечір удома?
  - Радість спілкування
  - Можливість бути самим собою
  - Сум і нудьга
6. Чи ти хочеш, щоб твоя майбутня родина була схожа на сім'ю батьків?
  - Так
  - Ні
  - Частково
7. Чи знають твої батьки, чим ти займаєшся у вільний від навчання час?
  - Так
  - Не завжди
  - Я думаю, що знають
8. Твої батьки обговорювали з тобою проблему шкідливих звичок у підлітків?
  - Ні, ніколи
  - Один раз
  - Кілька разів