

Анкета на визначення ступеня адаптації

«Анкета на визначення ступеня адаптації» А. В. Фурмана показує досить широко аспекти результати по ряду шкал: психофізіологічна, психологічна, соціальна та діяльнісна адаптація.

Питання анкети використовують для визначення ступеня адаптації п'ятикласників до навчання в базовій школі через півтори місяці після початку навчання.

Психофізіологічна адаптація

1. З переходом до 5 класу я хворію:
 - а) частіше, ніж у 4 класі;
 - б) стільки ж, як раніше;
 - в) рідше, ніж раніше.
2. На виконання домашніх завдань я витрачаю в середньому:
 - а) понад 3 години;
 - б) до 3 годин;
 - в) до 2 годин;
 - г) менше 1 години.
3. Мої сни останнім часом:
 - а) стали важкими, неприємними;
 - б) не змінилися;
 - в) стали приємними, цікавими;
 - г) власний варіант відповіді.
4. Мій апетит:
 - а) став гіршим;
 - б) не змінився;
 - в) став кращим.
5. Тепер мене турбують й інші порушення здоров'я:
 - а) так;
 - б) ні.
6. В цілому моє фізичне самопочуття:
 - а) незадовільне;
 - б) задовільне;
 - в) добре.

Обробка даних, інтерпретація результатів:

- а) 0 балів; б) 1 бал; в) 2 бали; г) 1 бал; пит. №5 «так» - 0 балів; «ні» - 2 бали.
Високий рівень адаптації – 9-12 балів;
Середній рівень – 5-8 балів;
Низький рівень – 0-4 бали.

Психологічна адаптація

7. Що в гімназії є для тебе найбільш цікавим:
 - а) уроки;
 - б) позаурочні заходи (г/с, екскурсії, свята, дискотеки тощо);
 - в) перерви.
8. Що в гімназії є для тебе найбільш неприємним:
 - а) зауваження вчителів, вихователя;
 - б) отримати негативну оцінку;
 - в) працювати на уроках (вкази, будь ласка, на яких саме);
 - г) свій варіант відповіді.
9. Якби ти міг вибирати, то у якому класі хотів би навчатися:

а) у 5 класі;

б) у 4 класі;

в) у 1 класі.

10. Як ти вчишся порівняно з минулим роком:

а) краще, ніж у 4 класі;

б) так само;

в) гірше, ніж у 4 класі.

11. Яким учнем щодо навчальної успішності ти хотів би бути:

а) відмінником;

б) хорошистом;

в) мене влаштовують і задовільні бали.

12. Запиши найулюбленіші свої уроки:

а) один урок _____;

б) ще один урок _____;

в) ще один _____.

13. Які навчальні предмети ти хотів би виключити з програми 5 класу, як дуже важкі для тебе:

а) тільки один урок _____;

б) ще один урок _____;

в) ще один _____.

14. Де цікавіше тобі на уроках:

а) у 5 класі;

б) у 4 класі;

в) у 1 класі.

Обробка даних, інтерпретація результатів:

а) 2 бали; б) 1 бал; в) 0 балів; г) 1 бал; пит. №12 а) 0 балів; б) 1 бал; в) 2 бали.

пит. №13 а) 2 бали; б) 1 бал; в) 0 балів.

Високий рівень адаптації – 11-16 балів;

Середній рівень – 6-10 балів;

Низький рівень – 0- 5 бали.

Соціальна адаптація

15. Взаєминами з однокласниками я:

а) дуже задоволений;

б) задоволений не зовсім;

в) не задоволений взагалі.

16. Мої взаємини з батьками останнім часом:

а) покращились;

б) не змінились;

в) погіршились.

17. Взаєминами з вчителями:

а) дуже задоволений;

б) не дуже задоволений;

в) вважаю їх поганими.

18. Свої взаємини з класним вихователем я вважаю:

а) дуже хорошими;

б) не дуже хорошими;

в) поганими.

Обробка даних, інтерпретація результатів:

а) 2 бали; б) 1 бал; в) 0 балів.

Високий рівень адаптації – 6- 8 балів;

Середній рівень – 3-5 балів;

Низький рівень – 0- 2 бали.