

# Анкета



## в рамках проекта «Серебряный возраст»

1.	Дата заполнения					
2.	Фамилия, имя, отчество					
3.	Дата рождения					
4.	Образование (Нужное поставить галочку)	Начальное		Среднее		Высшее
5.	Трудовая занятость	Работающий			Неработающий	
6.	Социальное окружение	Одинокий			Семейный	

7. Как часто Вы посещаете мероприятия Проекта «Серебряный возраст»

1 раз в неделю	2 раза в неделю	1 раз в месяц	2 раза в месяц	Редко

8. Что изменилось в Вашей жизни за период посещения проекта «Серебряный возраст»

1	2	3	4	5	6
Получение новых знаний	Повышение жизненного тонуса	Улучшение физического самочувствия	Улучшение психоэмоционального состояния	Появление интереса к жизни	Без изменений

### Шкалы социально-психологического благополучия

Определите по шкале от 1 до 10, где 1 - критерий полностью не удовлетворяет вашим потребностям, а 10- полностью удовлетворяет, максимально высокая оценка:

1. Хватает ли вам сложившегося круга общения во всех сферах Вашей жизни (семья, друзья, единомышленники, знакомые и т.д.)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

1 – совершенно не хватает (малый круг общения или отсутствует);

10 – полностью удовлетворяет по количеству и качеству общения во всех сферах жизни.

2. Насколько Вам эмоционально комфортно, в общении с окружающими вас людьми, насколько положительно вы оцениваете ваши взаимоотношения в семье и в социуме.

Семья	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Социум	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10

1 – некомфортно в общении, отношения совершенно не устраивают;

10 – теплые, понимающие, эмоционально-поддерживающие, комфортные отношения.

3. Насколько Вы можете справляться с решением всех Ваших жизненных ситуаций, знаете куда и к кому обратиться за помощью, найти способы решения возникающих вопросов, получаете помощь со стороны родных, близких, окружения (здоровье, правовые вопросы, хозяйственно-бытовая жизнь, досуг и т.д.).

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

1 – не справляюсь, не чувствую поддержки, не знаю куда обращаться за помощью;

10 – полностью справляюсь, знаю к кому обратиться за помощью и поддержкой, всегда получаю их.

4. Как вы оцениваете поддержку Геронтологического центра в улучшении качества Вашей жизни:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

1 – отсутствует, не ощущаю поддержки;

10 – высокий уровень поддержки.

5. Как Вы оцениваете вашу включенность в общественную, социальную жизнь (социальные проекты, досуговые мероприятия, профессиональная, творческая реализация). Насколько вы считаете себя активным в жизни.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

1 – не имею возможности участвовать в активной жизни общества;

10 – максимальная активность участия в мероприятиях разнообразных направлений.

6. Ваша самооценка самочувствия:

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

1 – совсем не удовлетворяет общение во всех сферах жизни;

10 – полностью удовлетворяет по количеству и качеству общения во всех сферах жизни.

