Questionario Benessere e Clima Scolastico: "Esprimiti"

Questo questionario è totalmente anonimo. Non ci sono risposte giuste o sbagliate. Le tue risposte serviranno a progettare attività scolastiche più vicine ai tuoi bisogni e a migliorare la vita nel nostro liceo.

Sezione 1: Dati Anagrafici Generali

- **Anno di corso:** [ ] Biennio (1°- 2° anno) / [ ] Triennio (3°- 4°- 5° anno)
- **Genere:** [ ] Maschio / [ ] Femmina / [ ] Altro / Preferisco non risponderlo

Sezione 2: Clima Scolastico e Relazioni

Rispondi indicando un valore da 1 (Per nulla) a 5 (Moltissimo).

1. **Ti senti al sicuro all'interno della scuola?**
   - 1 2 3 4 5
2. **Quanto senti di poter essere te stesso/a all'interno della tua classe?**
   - 1 2 3 4 5
3. **Hai mai assistito o subito episodi di esclusione, offese o prese in giro (sia dal vivo che online) tra compagni del nostro liceo?**
   - No, mai
   - Raramente
   - Spesso
   - Preferisco non rispondere
4. **Se tu o un tuo compagno foste in difficoltà, ti rivolgeresti a un professore o allo psicologo della scuola?**
   - Sì, con fiducia
   - Probabilmente no, avrei timore del giudizio
   - No, preferisco parlarne solo con i miei amici fuori da scuola

Sezione 3: Benessere e Mondo Digitale

5. **Nelle ultime settimane, quante volte hai provato ansia eccessiva o stress legato alle verifiche, alle interrogazioni o alle aspettative scolastiche?**
   - 1 (Mai) 2 (Raramente) 3 (Qualche volta) 4 (Spesso) 5 (Sempre)
6. **Quante ore passi mediamente al giorno sullo smartphone (escludendo lo studio)?**
   - Meno di 2 ore
   - Tra le 2 e le 4 ore
   - Tra le 4 e le 6 ore
   - Più di 6 ore
7. **Ti capita di perdere ore di sonno di notte perché rimani connesso/a sui social, sulle chat o sui videogiochi?**
   - No, mai
   - Qualche volta
   - Quasi tutte le notti
8. **Ti è mai capitato di sentirti escluso/a o inadeguato/a guardando le vite degli altri sui social network?**
   - 1 (Mai) 2 3 4 5 (Moltissimo)

Sezione 4: Futuro e Ambiente (Eco-Ansia)

9. **Quando pensi al futuro del pianeta e al cambiamento climatico, quale emozione provi principalmente? (Puoi scegliere fino a 2 risposte)**
- Rabbia / Frustrazione
- Paura / Ansia
- Indifferenza / Non ci penso
- Speranza / Voglia di fare qualcosa
- Tristezza / Senso di impotenza

10. **Pensi che la scuola ti dia abbastanza spazio per agire concretamente e fare la tua parte per l'ambiente e la comunità?**
- Sì, ci sono già molte attività
- No, si fa solo teoria e poca pratica
- Non saprei

Sezione 5: Protagonismo Giovanile (Proposte)

11. **Se la scuola rimanesse aperta nel pomeriggio per attività progettate per e da voi studenti, a cosa parteciperesti volentieri? (Scelta multipla)**
- Gruppi di studio collaborativo (aiuto compiti tra studenti)
- Laboratori artistici (teatro, pittura di murales, musica)
- Tornei sportivi o giornate "offline" senza telefono
- Progetti pratici di ecologia e cura del verde scolastico
- Non parteciperei ad attività pomeridiane

12. **[Domanda Aperta Opzionale]** Se potessi cambiare una sola cosa per migliorare il benessere degli studenti nel nostro liceo, cosa cambieresti?