

KWESTIONARIUSZ ANKIETY DLA UCZNIÓW
BADANIA OCENY JAKOŚCI RELACJI SZKOLNYCH

M1. Prosimy o wpisanie indywidualnego kodu, który został wygenerowany dla twojej szkoły. Koniecznie sprawdź jego poprawność _ _ _ _

<p>M2. Zaznacz swoją płeć Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <p>1 Kobieta 2 Mężczyzna</p>	<p>M3. Podaj rok urodzeniarok</p> <p>lista rozwijana ale tak, że na górze masz lata najbliższe. Rozpocznij od 2012 do 2000r</p>
<p>M4. Do jakiego typu szkoły chodzisz? Możesz zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <p>1 Szkoła podstawowa 2 Szkoła ponadpodstawowa, branżowa (zawodowa) 3 Szkoła ponadpodstawowa, technikum 4 Szkoła ponadpodstawowa, liceum</p>	<p>M5 DO JAKIEJ KLASY CHODZISZ? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <p>1 5 klasa szkoły podstawowej 2 6 klasa szkoły podstawowej 3 7 klasa szkoły podstawowej 4 8 klasa szkoły podstawowej 5 I klasa LO, TECH, SZKOŁA BRANŻOWA 6 II klasa LO, TECH, SZKOŁA BRANŻOWA 7 III klasa LO, TECH, SZKOŁA BRANŻOWA 8 IV klasa, TECH, SZKOŁA BRANŻOWA 9 V klasa, TECH, SZKOŁA BRANŻOWA</p>
<p>M6. Co sądzisz obecnie o swojej szkole? Możesz zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <p>1 Bardzo ją lubię 2 Trochę ją lubię 3 Niezbyt ją lubię 4 Nie lubię jej wcale</p>	<p>M7. W jakim stopniu odczuwasz stres związany ze szkołą i nauką? Możesz zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <p>1 W bardzo dużym stopniu 2 W dużym stopniu 3 W średnim stopniu 4 W małym stopniu 5 W bardzo małym stopniu 6 W ogóle</p>

M8. Przypomnij sobie ostatnie 30 dni i wskaż, jak często W CIĄGU OSTATNIEGO MIESIĄCA w swoim czasie wolnym wykonywałeś/aś poniższe czynności?	W ogóle w ostatnim miesiącu	rzadko	czasami	często
1. Granie w gry planszowe i towarzyskie, przygodowe, karciane i inne gry analogowe	1	2	3	4
2. Spotykanie się ze znajomymi	1	2	3	4
3. Spędzanie czasu z rodziną	1	2	3	4
4. Czytanie książek	1	2	3	4
5. Granie w gry cyfrowe, gry wideo	1	2	3	4
6. Uprawianie sport	1	2	3	4
7. Korzystanie z internetu	1	2	3	4
8. Pisanie wierszy, opowiadań	1	2	3	4
9. Odwiedzanie galerii handlowych	1	2	3	4
10. Chodzenie do kina, teatru opery, wystawy	1	2	3	4
M8. Przypomnij sobie ostatnie 30 dni i wskaż, jak często W CIĄGU OSTATNIEGO MIESIĄCA w swoim czasie wolnym wykonywałeś/aś poniższe czynności?	W ogóle w ostatnim miesiącu	rzadko	czasami	często
11. Słuchanie muzyki	1	2	3	4
12. Majsterkowanie	1	2	3	4
13. Oglądanie filmów lub seriali na Netflixie, HBO GO lub innych platformach streamingowych	1	2	3	4
14. Chodzenie na zajęcia plastyczne, muzyczne, teatralne	1	2	3	4
15. Chodzenie na imprezy, bawienie się	1	2	3	4
16. Oglądanie telewizji	1	2	3	4
17. Korzystanie z portali społecznościowych	1	2	3	4
18. Oglądanie materiałów wideo od youtuberów	1	2	3	4
19. Słuchanie podcastów	1	2	3	4
20. Czytanie e-booków	1	2	3	4

M9. Z poniższej listy zaznacz te formy spędzania czasu wolnego, które aktualnie podejmujesz **WYRAŹNIE RZADZIEJ** niż przed początkiem pandemii. **Można zaznaczyć dowolną liczbę odpowiedzi**

- | | |
|--|---|
| 1. Granie w gry planszowe i towarzyskie, przygodowe, karciane i inne gry analogowe | 12. Majsterkowanie |
| 2. Spotykanie się ze znajomymi | 13. Oglądanie filmów lub seriali na Netflixie, HBO GO lub innych platformach streamingowych |
| 3. Spędzanie czasu z rodziną | 14. Chodzenie na zajęcia plastyczne, muzyczne, teatralne |
| 4. Czytanie książek | 15. Chodzenie na imprezy, bawienie się |
| 5. Granie w gry cyfrowe, gry wideo | 16. Oglądanie telewizji |
| 6. Uprawianie sport | 17. Korzystanie z portali społecznościowych |
| 7. Korzystanie z internetu | 18. Oglądanie materiałów wideo od youtuberów |
| 8. Pisanie wierszy, opowiadań | 19. Słuchanie podcastów |
| 9. Odwiedzanie galerii handlowych | 20. Czytanie e-booków |
| 10. Chodzenie do kina, teatru opery, wystawy | 21. Żadne z powyższych |
| 11. Słuchanie muzyki | |

M9. Z poniższej listy zaznacz te formy spędzania czasu wolnego, które aktualnie podejmujesz **WYRAŹNIE CZĘŚCIEJ** niż przed rozpoczęciem pandemii. **Można zaznaczyć dowolną liczbę odpowiedzi**

- | | |
|--|---|
| 1. Granie w gry planszowe i towarzyskie, przygodowe, karciane i inne gry analogowe | 12. Majsterkowanie |
| 2. Spotykanie się ze znajomymi | 13. Oglądanie filmów lub seriali na Netflixie, HBO GO lub innych platformach streamingowych |
| 3. Spędzanie czasu z rodziną | 14. Chodzenie na zajęcia plastyczne, muzyczne, teatralne |
| 4. Czytanie książek | 15. Chodzenie na imprezy, bawienie się |
| 5. Granie w gry cyfrowe, gry wideo | 16. Oglądanie telewizji |
| 6. Uprawianie sport | 17. Korzystanie z portali społecznościowych |
| 7. Korzystanie z internetu | 18. Oglądanie materiałów wideo od youtuberów |
| 8. Pisanie wierszy, opowiadań | 19. Słuchanie podcastów |
| 9. Odwiedzanie galerii handlowych | 20. Czytanie e-booków |
| 10. Chodzenie do kina, teatru opery, wystawy | 21. Żadne z powyższych |
| 11. Słuchanie muzyki | |

M10. Jak często wykorzystujesz podczas zajęć szkolnych gry planszowe i towarzyskie, przygodowe, karciane i inne gry analogowe?

- 1 W ogóle
- 2 Bardzo rzadko
- 3 Rzadko
- 4 Czasami
- 5 Często
- 6 Bardzo często
- 7 Zawsze

R1. Jak ogólnie oceniasz relacje ze swoim tatą? **Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź**

- 1 Wspaniale
- 2 Bardzo dobre
- 3 Dobre
- 4 Przeciętne
- 5 Złe
- 6 Bardzo złe
- 7 Okropne
- 8 Trudno powiedzieć
- 9 Nie dotyczy

R2. Jak ogólnie oceniasz relacje ze swoją mamą? **Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź**

- 1 Wspaniale
- 2 Bardzo dobre
- 3 Dobre
- 4 Przeciętne
- 5 Złe
- 6 Bardzo złe
- 7 Okropne
- 8 Trudno powiedzieć
- 9 Nie dotyczy

R3. Czy Twoi rodzice mieszkają razem z Tobą pod jednym dachem? **Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź**

- 1 Tak, mieszkam z obojgiem rodziców
- 2 Mieszkam jedynie z mamą
- 3 Mieszkam jedynie z tatą
- 4 Nie mieszkam w ogóle z rodzicami
- 5 Mieszkam z jednym z rodziców i nowym partnerem/partnerką mamy/taty

R4. Jak często Ty i Twoja rodzina zazwyczaj jecie razem posiłki? **Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź**

- 1 Codziennie
- 2 W większość dni
- 3 Około 1 raz w tygodniu
- 4 Rzadko
- 5 Nigdy

R5. Jak rozmawia Ci się z niżej wymienionymi osobami o sprawach, które Cię naprawdę niepokoją?	Bardzo łatwo	łatwo	trudno	Bardzo trudno	Nie mam zdania	Nie dotyczy
1. Z mamą	1	2	3	4	5	6
2. Z tatą	1	2	3	4	5	6
R6. Jak często spędzasz czas z rodzicami w poniższy sposób? Zaznacz jedno pasujące Ci okienko przy każdej aktywności		nie spędzam tak czasu z rodzicami	rzadziej niż raz na pół roku	minimum raz na pół roku	minimum raz w miesiącu	minimum raz w tygodniu
1 praca domowa, pomaganie przy nauce		1	2	3	4	5
2 sprzątanie, zakupy i inne obowiązki domowe		1	2	3	4	5
3 wspólne posiłki		1	2	3	4	5
4 wspólna zabawa/rozrywka bez elektroniki		1	2	3	4	5
5 spacer i inna aktywność fizyczna wykonywana razem		1	2	3	4	5
6 wspólne granie na komputerze, konsoli (online), oglądanie filmów		1	2	3	4	5
7 wycieczki z rodzicami (muzea, wyprawy krajoznawcze, parki rozrywki)		1	2	3	4	5
R7. Czy chciałbyś/chciałabyś, aby rodzice poświęcali Ci więcej czasu? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź	R8. Czy w ciągu ostatniego roku grałaś/eś z rodzicami w gry planszowe lub karciane (wszystko jedno jakie)? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź					
1 Zdecydowanie tak	1 Tak, często					
2 Raczej tak	2 Tak, ale sporadycznie					
3 Raczej nie	3 Nie, nigdy					
4 Zdecydowanie nie						

STRONA 9

R9. Wskaż, ile czasu chciałbyś/chciałabyś spędzać z rodzicami na wskazanych aktywnościach. Przy każdej aktywności zaznacz jedno pasujące Ci okienko:	Rzadziej niż teraz	Tyle, co teraz	Częściej niż teraz
1 praca domowa, pomaganie przy nauce	1	2	3
2 sprzątanie, zakupy i inne obowiązki domowe	1	2	3
3 wspólne posiłki	1	2	3
4 wspólna zabawa / rozrywka bez elektroniki	1	2	3
5 spacer i inna aktywność fizyczna wykonywana razem	1	2	3
6 wspólne granie na komputerze, konsoli (online), oglądanie filmów	1	2	3
7 wycieczki z rodzicami (muzea, wyprawy krajoznawcze, parki rozrywki)	1	2	3
S1. Czy lubisz chodzić do swojej szkoły? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź	S2. Jak często czujesz się źle lub nieswojo w Twojej szkole? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź		
1 Zdecydowanie nie	1 Zawsze		
2 Raczej nie	2 Bardzo często		
3 Raczej tak	3 Często		
4 Zdecydowanie tak	4 Czasami		
5 Trudno powiedzieć	5 Rzadko		
	6 Bardzo rzadko		
	7 Nigdy		
	8 Trudno powiedzieć		
S3. Jak często w ciągu ostatniego roku zdarzały się sytuacje, w których nie chciałeś/aś wracać ze szkoły do domu , bo w domu panowała nieprzyjemna atmosfera, bo czegoś się obawiałeś/aś? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź	S4. Jak często w tym roku szkolnym nie chciałaś/eś iść do szkoły, bo się czegoś w niej obawiałaś/eś? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź		
1 W ogóle	1 W ogóle		
2 Raz na rok	2 1-2 razy		
3 Kilka razy w roku	3 3-5 razy		
4 Kilka razy w miesiącu	4 Więcej niż 5 razy		
5 Raz na miesiąc	5 Trudno powiedzieć		
6 Kilka razy w tygodniu			
7 Raz w tygodniu lub częściej			
8 Trudno powiedzieć			

S5. Jak często z powodu sytuacji, która spotkała Ciebie w szkole, do której aktualnie uczęszczasz:	Nigdy lub rzadko	czasami	często	Cały czas		
1 było ci smutno?	1	2	3	4		
2 czułeś/łaś się samotny/na?	1	2	3	4		
3 byłeś/łaś przygnębiony/na?	1	2	3	4		
4 chciało Ci się płakać?	1	2	3	4		
5 czułaś/aś ogromny stres i niepokój?	1	2	3	4		
S6. Jak często zdarzały się W CIĄGU OSTATNEGO ROKU takie sytuacje, w których nie chciałeś/aś chodzić do szkoły, do której aktualnie uczęszczasz, ponieważ:	Nie było takiej sytuacji	1-2 razy	3-5 razy	6-10 razy	T więcej niż 10 razy	Nie wiem, trudno powiedzieć
1 obawiałeś/aś się konfliktu ze strony kolegów, koleżanek?	1	2	3	4	5	6
2 obawiałeś/aś się czegoś niepokojącego ze strony nauczycieli?	1	2	3	4	5	6
3 bałeś/aś się klasówki lub sprawdzianu?	1	2	3	4	5	6
4 obawiałeś/aś się, że możesz zostać wyśmiany/a kiedy zapytasz o coś, czegoś nie wiesz?	1	2	3	4	5	6
5 obawiałeś/aś się niesprawiedliwej oceny swojej osoby ze strony innych (kolegów, koleżanek, nauczycieli)?	1	2	3	4	5	6
Z1. Gdybyś miał określić, jak dobrze bądź jak źle się dzisiaj czujesz to jakiej odpowiedzi byś udzielił/a? Czuję się dzisiaj: Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź	Z2. Biorąc wszystko razem pod uwagę, jak ocenił/a/byś dzisiaj swoje życie. Czy mógłbyś /mogłabyś powiedzieć, że jesteś: Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź					
1 Wspaniale	1	2	3	4	5	6
2 Bardzo dobrze	1	2	3	4	5	6
3 Dobrze	1	2	3	4	5	6
4 Przeciętnie	1	2	3	4	5	6
5 Źle	1	2	3	4	5	6
6 Bardzo źle	1	2	3	4	5	6
7 Okropnie	1	2	3	4	5	6
8 Trudno powiedzieć	1	2	3	4	5	6
Z3. Generalnie możesz powiedzieć, że stan Twój zdrowia jest: Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź	Z4. Jak oceniasz stan swojego zdrowia w porównaniu z analogicznym okresem ubiegłego roku? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź					
1 Doskonały	1	2	3	4	5	6
2 Dobry	1	2	3	4	5	6
3 Słaby	1	2	3	4	5	6
4 Kiepski	1	2	3	4	5	6
Z5. Gdy myślisz o sobie, to sądzisz, że jesteś: Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź						
1 Zdecydowanie za szczupłą/szczupły						
2 Trochę za szczupłą/szczupły						
3 W sam raz						
4 Trochę za gruba/gruby						
5 Zdecydowanie za gruba/gruby						
S7. Na ile WAŻNE JEST dla Ciebie abyś posiadał/a dobre relacje: (Prosimy o zaznaczenie właściwej odpowiedzi dla każdego stwierdzenia).	zdecydowanie nieważne	raczej nieważne	ani ważne ani nieważne	raczej ważne	zdecydowanie ważne	
1 z kolegami/koleżankami w klasie?	1	2	3	4	5	
2 z innymi kolegami/koleżankami ze szkoły (spoza klasy)?	1	2	3	4	5	
3 z wychowawcą/wychowawczynią w Twojej klasie?	1	2	3	4	5	
4 z innymi nauczycielami, którzy Ciebie uczą?	1	2	3	4	5	
5 z innymi nauczycielami w szkole (z którymi nie masz zajęć lekcyjnych)?	1	2	3	4	5	
6 z dyrektorem szkoły?	1	2	3	4	5	
7 z innymi pracownikami w szkole (woźna/woźny, obsługa sekretariatu, osoby pracujące w kuchni)?	1	2	3	4	5	

<p>S8. Czy w szkole, do której aktualnie uczęszczasz są tacy nauczyciele, których wyraźnie nie lubisz? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Nie ma ani jednego takiego nauczyciela – przejdź do pytania nr S10 2 Jest jeden taki nauczyciel - przejdź do pytania nr S9 3 Jest 2-3 takich nauczycieli - przejdź do pytania nr S9 4 Jest więcej niż 3 takich nauczycieli - przejdź do pytania nr S9 5 Trudno powiedzieć - przejdź do pytania nr S10 	<p>S9. Z jakiego powodu nie lubisz takiego nauczyciela / takich nauczycieli? Można zaznaczyć więcej niż 1 odpowiedź</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 “Uwziął” się na mnie 2 Robi dużo kartkówek/sprawdzianów 3 Jest niemiły 4 Za dużo wymaga 5 Krzyczy na lekcjach 6 Boję się uczestniczyć w jego zajęciach 7 Upokarza mnie przed innymi 8 Śmieje się z uczniów 9 Nie pozwala wychodzić do toalety 10Narusza moją prywatność, nie czuję się przy nim/ niej komfortowo 11Nie pomaga mi, gdy sobie nie radzę 12Nie potrafi przekazać wiedzy/wytłumaczyć 13Jest nudny 14Jest niesprawiedliwy 15Inny powód, jaki?
<p>S10. Jak myślisz, czy w Twojej szkole jest nauczyciel/są nauczyciele, do których mógłbyś/mogłabyś zwrócić się z prośbą o pomoc w rozwiązaniu prywatnych (pozaszkolnych) problemów gdybyś miał/a taką potrzebę? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Nie ma ani jednego takiego nauczyciela 2 Jest jeden taki nauczyciel 3 Jest 2-3 takich nauczycieli 4 Jest więcej niż 3 takich nauczycieli 5 Trudno powiedzieć 	<p>S11. Czy kiedykolwiek zwracałeś/aś się do swojego wychowawcy/swojej wychowawczynie lub innego nauczyciela z prośbą o pomoc w rozwiązaniu Twojego prywatnego (pozaszkolnego) problemu? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Nie, nigdy – przejdź do pytania S13 2 Tak, ale tylko raz – przejdź do pytania S12 3 Tak, 2-3 razy w życiu – przejdź do pytania S12 4 Tak, 4-5 razy w życiu – przejdź do pytania S12 5 Tak, więcej niż 5 razy w życiu – przejdź do pytania S12 6 Trudno powiedzieć – przejdź do pytania S13
<p>S12. Czy kiedykolwiek zdarzyło się, że po tym, jak poprosiłeś/aś nauczyciela o pomoc w rozwiązaniu Twojego pozaszkolnego problemu, nauczyciel odmówił Ci pomocy? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Zdecydowanie nie 2 Raczej nie 3 Raczej tak 4 Zdecydowanie tak 5 Trudno powiedzieć 	

S13. Czy są w Twojej szkole nauczyciele, których bardzo lubisz? **Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź**

- 1 Nie ma ani jednego takiego nauczyciela
- 2 Jest jeden taki nauczyciel
- 3 Jest 2-3 takich nauczycieli
- 4 Jest więcej niż 3 takich nauczycieli
- 5 Trudno powiedzieć

<p>S14. Czy – biorąc pod uwagę szkołę, do której aktualnie chodzisz - posiadasz dobre relacje: (Prosimy o zaznaczenie właściwej odpowiedzi dla każdego stwierdzenia).</p>	Zdecydowanie nie	Raczej nie	ani tak, ani nie	Raczej tak	Zdecydowanie tak
1 z kolegami/koleżankami w klasie?	1	2	3	4	5
2 z innymi kolegami/koleżankami ze szkoły (spoza klasy)?	1	2	3	4	5
3 z wychowawcą/wychowawczynią w Twojej klasie?	1	2	3	4	5
4 z innymi nauczycielami, którzy Ciebie uczą?	1	2	3	4	5
5 z innymi nauczycielami w szkole (z którymi nie masz zajęć lekcyjnych)?	1	2	3	4	5
6 z dyrektorem szkoły?	1	2	3	4	5
7 z innymi pracownikami w szkole (woźna/woźny, obsługa sekretariatu, osoby pracujące w kuchni)?	1	2	3	4	5

Z10. JAKIE MIAŁEŚ/MIAŁAŚ NAJCZĘŚCIEJ ODCZUCIA W ZESZŁYM TYGODNIU?	Prawie nigdy	Dość często	Przeważnie	Zawsze
1 Smutek, ponury nastrój, przygnębienie, depresję, ogólne zniechęcenie.	0	1	2	3
2 Brak wiary w siebie, złe samopoczucie, poczucie bezużyteczności i beznadziejności; wrażenie, że rozczarowujesz innych lub nie jesteś dobrym człowiekiem.	0	1	2	3
3 Wyczerpanie fizyczne, zmęczenie, brak energii, brak motywacji, poczucie, że nie radzisz sobie ze sprawami, które dotąd nie sprawiały Tobie kłopotów, chęć odpoczynku lub pozostania w łóżku.	0	1	2	3
4 Poczucie, że życie jest ciężkie, brak dobrego samopoczucia w sytuacjach, w których wcześniej zwykle czułeś/czułaś się dobrze, brak przyjemności w sytuacjach, w których dotąd odczuwałeś/odczuwałaś szczęście.	0	1	2	3
5 Uczucie zmartwienia, zdenerwowania, paniki, napięcia, poirytowania, niepokoju.	0	1	2	3
6 Czy myślałeś/myślałaś planowałeś/planowałaś lub robiłeś/robiłaś coś związanego z samobójstwem lub samookaleczeniem?	0	1	2	3

Poniżej zadamy Ci kilka pytań dotyczących wpływu pandemii koronawirusa COVID-19 na Twoje życie. Zastanów się uważnie i zaznacz jak najbardziej szczerze odpowiedzi

<p>C1. Oceń proszę, jak czujesz się OBECNIE psychicznie w porównaniu z czasem przed epidemią. Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Czuję się dużo gorzej 2 Czuję się trochę gorzej 3 Czuję się bardzo podobnie 4 Czuję się trochę lepiej 5 Czuję się dużo lepiej 6 Trudno mi to ocenić 	<p>C2. Oceń proszę, jak czujesz się OBECNIE fizycznie w porównaniu z czasem przed epidemią: Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Czuję się dużo gorzej 2 Czuję się trochę gorzej 3 Czuję się bardzo podobnie 4 Czuję się trochę lepiej 5 Czuję się dużo lepiej 6 Trudno mi to ocenić 				
<p>C3. Czy w porównaniu do czasu sprzed COVID-19 Twoje relacje z KOLEGAMI/KOLEŻANKAMI pogorszyły się, polepszyły się czy nie zmieniły się? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Zdecydowanie się pogorszyły 2 Raczej się pogorszyły 3 Zasadniczo nie zmieniły się 4 Raczej się polepszyły 5 Zdecydowanie się polepszyły 6 Trudno powiedzieć 	<p>C4. Czy w porównaniu do czasu sprzed COVID-19 Twoje relacje z NAUCZYCIELAMI pogorszyły się, polepszyły się czy nie zmieniły się? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Zdecydowanie się pogorszyły 2 Raczej się pogorszyły 3 Zasadniczo nie zmieniły się 4 Raczej się polepszyły 5 Zdecydowanie się polepszyły 6 Trudno powiedzieć 				
<p>C5. Czy w porównaniu do czasu sprzed COVID-19 Twoje relacje z RODZICAMI pogorszyły się, polepszyły się czy nie zmieniły się? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 Zdecydowanie się pogorszyły 2 Raczej się pogorszyły 3 Zasadniczo nie zmieniły się 4 Raczej się polepszyły 5 Zdecydowanie się polepszyły 6 Trudno powiedzieć 7 					
<p>Z11. Poniżej znajduje się lista problemów i sytuacji, których mogą doświadczać młode osoby. Proszę wskaż jak często w ciągu ostatnich 12 miesięcy:</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th>nigdy</th> <th>sporadycznie</th> <th>często</th> <th>zawsze</th> </tr> </thead> </table>	nigdy	sporadycznie	często	zawsze
nigdy	sporadycznie	często	zawsze		
1 odczuwałaś/eś samotność?	1 2 3 4				
2 czułaś/eś się gorzej psychicznie?	1 2 3 4				
3 czułaś/eś, że rodzice Ciebie zaniedbują?	1 2 3 4				
4 doświadczałaś/eś przemocy w rodzinie?	1 2 3 4				
5 doświadczałaś/eś przemocy ze strony kolegów i koleżanek	1 2 3 4				
6 doświadczałaś/eś cyberprzemocy?	1 2 3 4				
7 odczuwałaś/eś przemęczenie ekranowe?	1 2 3 4				
8 miałaś/eś myśli samobójcze?	1 2 3 4				
9 czułaś/eś się uzależniona od technologii?	1 2 3 4				

Z11. Poniżej znajduje się lista problemów i sytuacji, których mogą doświadczać młode osoby. Proszę wskaż jak często w ciągu ostatnich 12 miesięcy:	nigdy	sporadycznie	często	zawsze	
10 dochodziło w Twojej rodzinie do kłótni i nieporozumień?	1	2	3	4	
11 nie akceptowałeś/eś tego, kim jesteś lub jak wyglądasz?	1	2	3	4	
12 miałeś/eś kłopoty ze snem?	1	2	3	4	
13 nie miałeś/eś chęci do życia?	1	2	3	4	
14 nic ci się nie chciało robić?	1	2	3	4	
15 miałeś/eś kłopoty w nauce	1	2	3	4	
16 odczuwałeś/eś presję ze strony Twoich kolegów/koleżanek?	1	2	3	4	
17 nie potrafiłeś/eś się skoncentrować	1	2	3	4	
18 opuszczałeś/aś zajęcia szkolne?	1	2	3	4	
19 nic nie jadłeś/eś lub jadłeś/eś bez kontroli?	1	2	3	4	
Z12. Które z poniższych problemów nasiliły się u Ciebie w związku z doświadczeniem pandemii koronawirusa i połączonej z nią zdalnej edukacji? Można zaznaczyć dowolną liczbę odpowiedzi	10 kłótnie i nieporozumienia w rodzinie 11 brak akceptacji tego, kim jestem lub jak wyglądam, 12 kłopoty ze snem 13 brak chęci do życia 14 poczucie, że nic mi się nie chce robić 15 kłopoty w nauce 16 presja ze strony Twoich kolegów/koleżanek 17 problemy z koncentracją 18 spadek frekwencji na zajęciach 19 problemy z jedzeniem lub jedzenie bez kontroli 20 żadne z powyższych się nie nasiliły z powodu pandemii koronawirusa				
1 samotność					
2 obniżony nastrój					
3 zaniedbanie ze strony rodziców					
4 przemoc w rodzinie					
5 przemoc ze strony kolegów i koleżanek					
6 cyberprzemoc					
7 przemęczenie ekranowe					
8 myśli samobójcze					
9 uzależnienie od technologii					
S15. Na ile WAŻNE JEST dla Ciebie, aby nauczyciele w Twojej szkole: (Prosimy o zaznaczenie właściwej odpowiedzi dla każdego stwierdzenia).	zdecydowanie nieważne	raczej nieważne	ani ważne ani nieważne	raczej ważne	zdecydowanie ważne
1 uważnie słuchali, co masz do powiedzenia?	1	2	3	4	5
2 pozwalali Tobie wyrażać swoje zdanie na różne tematy?	1	2	3	4	5
3 szanowali Twój światopogląd i wyznawane wartości?	1	2	3	4	5
4 wspierali Ciebie w rozwijaniu Twoich pasji, hobby, zainteresowań?	1	2	3	4	5
5 pozwalali Tobie mieć wpływ na to, jak wygląda Twoja szkoła lub klasa?	1	2	3	4	5
6 pozwalali Tobie decydować o sprawach ważnych dla życia Twojej szkoły?	1	2	3	4	5
7 pozwolili Tobie nosić ubrania takie, jakie chcesz?	1	2	3	4	5
S16. Jak bardzo zgadzasz się lub nie zgadzasz się z poniższymi stwierdzeniami? (Prosimy o zaznaczenie właściwej odpowiedzi dla każdego stwierdzenia).	Zdecydowa nie się zgadzam	Zgadzam się	Nie zgadzam się	Zdecydowa nie się zgadzam	
1 Uczniowie w mojej szkole mają dobre relacje z większością nauczycieli.	1	2	3	4	
2 Większość nauczycieli interesuje się samopoczuciem uczniów	1	2	3	4	
3 Większość moich nauczycieli naprawdę słucha tego, co mam do powiedzenia.	1	2	3	4	
4 Jeśli potrzebuję dodatkowej pomocy, otrzymuję ją od moich nauczycieli.	1	2	3	4	
5 Większość nauczycieli traktuje mnie sprawiedliwie.	1	2	3	4	
S17. Jak bardzo zgadzasz się lub nie zgadzasz się z poniższymi stwierdzeniami? (Prosimy o zaznaczenie właściwej odpowiedzi dla każdego stwierdzenia).	Zdecydowa nie się zgadzam	Raczej się zgadzam	Raczej się nie zgadzam	Zdecydowa nie się zgadzam	
1 W mojej szkole panuje miła i swobodna atmosfera.	1	2	3	4	
2 Chętnie chodzę do mojej szkoły.	1	2	3	4	
3 Chętnie spędzam czas w mojej szkole nawet po lekcjach.	1	2	3	4	
4 Podczas lekcji w mojej szkole można otwarcie wyrażać swoje zdanie.	1	2	3	4	
5 W mojej szkole czuję się całkowicie bezpiecznie.	1	2	3	4	
6 W mojej szkole jest duża rywalizacja między uczniami, duża konkurencja.	1	2	3	4	
7 W mojej szkole nauczyciele tak naprawdę nie wiedzą, co się dzieje wśród uczniów.	1	2	3	4	

S18. Jak oceniasz nauczycieli w Twojej szkole, z którymi masz zajęcia. Czy Twoi nauczyciele: (Prosimy o zaznaczenie właściwej odpowiedzi dla każdego stwierdzenia).		Zdecydowanie nie	Raczej	ani tak, ani nie	Raczej tak	Zdecydowanie tak
1	uważnie słuchają, co masz do powiedzenia?	1	2	3	4	5
2	pozwalają Tobie wyrażać swoje zdanie na różne tematy?	1	2	3	4	5
3	szanują Twój światopogląd i wyznawane wartości?	1	2	3	4	5
4	wspierają Ciebie w rozwijaniu Twoich pasji, hobby, zainteresowań?	1	2	3	4	5
5	pozwalają Tobie mieć wpływ na to, jak wygląda Twoja szkoła lub klasa?	1	2	3	4	5
6	pozwalają mi decydować o sprawach ważnych dla życia Twojej szkoły?	1	2	3	4	5
7	pozwalają Tobie nosić ubrania jakie chcesz?	1	2	3	4	5
S19. Jak często Twoje zdanie jest brane pod uwagę w szkole? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź		S20. W decyzji o jakich sprawach Twoje zdanie jest brane pod uwagę w szkole? Można zaznaczyć więcej niż 1 odpowiedź				
1 Zawsze 2 Często 3 Rzadko 4 Nigdy – przejdź do pytania nr D1		1 Kto zostanie przewodniczącym/przewodniczącą klasy 2 Kto zostanie przewodniczącym/przewodniczącą w szkole 3 Jak wygląda moja klasa 4 Jak wygląda przestrzeń w mojej szkole (korytarze, stołówka, inne miejsca poza klasą) 5 Jak wygląda nasze podwórko szkolne 6 Jakie panują u nas w szkole zasady 7 Jakie jest menu na stołówce 8 W jakie miejsca jeździmy na wycieczki klasowe				
D1. Czy w szkole, w której się uczysz jest psycholog szkolny? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź		D2. Czy KIEDYKOLWIEK (w tej szkole lub w innej) korzystałaś/eś z pomocy psychologa szkolnego, bo miałaś/eś jakiś problem? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź				
1 Tak – przejdź do pytania nr D2 2 Nie – przejdź do pytania nr D6 3 Nie wiem – przejdź do pytania nr D6		1 Nie, nigdy nie korzystałam/em – przejdź do pytania nr D6 2 Tak, korzystałam/em, ale tylko 1 raz – przejdź do pytania nr D3 3 Tak, korzystałam/em 2-3 razy – przejdź do pytania nr D3 4 Tak, korzystałam/em wiele razy – przejdź do pytania nr D3 5 Nie wiem, trudno powiedzieć – przejdź do pytania nr D6				
D3. Czy W OSTATNIM ROKU korzystałaś/eś z pomocy psychologa szkolnego, bo miałaś/eś jakiś problem? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź		D4. Czy kiedykolwiek zdarzyła się taka sytuacja, że chciałaś/eś skorzystać ze wsparcia psychologa szkolnego, ale nie było miejsca lub był długi czas oczekiwania? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź				
1 Nie, nigdy nie korzystałam/em 2 Tak, korzystałam/em, ale tylko 1 raz 3 Tak, korzystałam/em 2-3 razy 4 Tak, korzystałam/em wiele razy 5 Nie wiem, trudno powiedzieć		1 Nie, nigdy nie było takiej sytuacji 2 Tak, taka sytuacja zdarzyła się, ale tylko 1 raz 3 Tak, taka sytuacja zdarzyła się 2-3 razy 4 Tak, taka sytuacja zdarzyła się wiele razy 5 Trudno powiedzieć				
D5. Pomyśl sobie o Twoim psychologu lub pedagogu szkolnym. Czy kiedykolwiek zdarzyła się taka sytuacja, w której musiałaś/eś odbyć z nim spotkanie za karę?		D6. Kiedy masz problem, kiedy jest ci ciężko i nie wiesz co robić, gdzie, w jakich miejscach, u kogo szukasz pomocy? Można zaznaczyć więcej niż 1 odpowiedź				
1. Nie, nigdy nie było takiej sytuacji 2. Taka sytuacja zdarzyła się 1-2 razy 3. Taka sytuacja zdarzyła się 3-5 razy 4. Taka sytuacja zdarzyła się więcej niż 5 razy		1 u kolegów/koleżanek 2 u rodziców 3 u babci lub dziadka 4 u przyjaciela/przyjaciółki 5 u swojego rodzeństwa 6 wśród innych członków rodziny 7 u psychologa lub pedagoga szkolnego 8 u psychologa lub pedagoga poza szkołą 9 w internecie wśród osób, które mają takie same problemy, jak ja 10 u księdza 11 w internecie na specjalistycznych stronach, 12 nigdzie nie szukam pomocy, staram się sam/a rozwiązywać moje problemy, 13 w innym miejscu, jakim?.....				

Kolejne pytania dotyczą dostępności pomocy psychologicznej poza szkołą. Proszę pamiętać, że nie ma odpowiedzi ani dobrych, ani złych, są odpowiedzi szczerze

<p>D7. Czy KIEDYKOLWIEK korzystałaś/eś z porad psychologa poza szkołą? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <p>1 Tak – przejdź do pytania nr D8 2 Nie – przejdź do pytania nr D11 3 Nie wiem – przejdź do pytania nr D11</p>	<p>D8. Czy W OSTATNIM ROKU korzystałaś/eś z porad psychologa poza szkołą? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <p>1 Tak – przejdź do pytania D9 2 Nie – przejdź do pytania D10 3 Nie wiem – przejdź do pytania S28</p>				
<p>D9. Jak często W OSTATNIM ROKU korzystałaś/eś z pomocy psychologa poza szkołą? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <p>1 Tylko 1 raz 2 2-3 razy 3 Więcej niż 3 razy 4 Nie wiem, trudno powiedzieć</p>	<p>D10. Czy kiedykolwiek zdarzyła się taka sytuacja, że chciałaś/eś skorzystać ze wsparcia psychologa poza szkołą, ale nie było miejsca lub był długi czas oczekiwania? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <p>1 Nie, nigdy nie było takiej sytuacji 2 Tak, taka sytuacja zdarzyła się, ale tylko 1 raz 3 Tak, taka sytuacja zdarzyła się 2-3 razy 4 Tak, taka sytuacja zdarzyła się wiele razy 5 Trudno powiedzieć</p>				
<p>D11. Czy chciałabyś/chciałbyś, czy widzisz taką potrzebę, aby w najbliższej przyszłości skorzystać z pomocy w postaci rozmowy z psychologiem? Można zaznaczyć tylko 1 odpowiedź</p> <p>1 Zdecydowanie nie 2 Raczej nie 3 Raczej tak 4 Zdecydowanie tak 5 Trudno powiedzieć</p>	<p>D12. Jak bardzo czujesz się osobą lubianą w klasie?</p> <p>1 Wszyscy w klasie mnie lubią 2 Większość osób w klasie mnie lubi 3 Połowa klasy mnie lubi 4 Mniejszość klasy mnie lubi 5 Żadna osoba w klasie mnie nie lubi 6 Trudno powiedzieć</p>				
<p>S21. Ustosunkuj się do każdego ze stwierdzeń dotyczącego prawidłowej komunikacji (omawiania ważnych spraw, uważnego słuchania, wyjaśniania nieporozumień). (Prosimy o zaznaczenie właściwej odpowiedzi dla każdego stwierdzenia).</p>	zdecydowanie się zgadzam	zgadzam się	Nie zgadzam się	zdecydowanie się nie zgadzam	Trudno powiedzieć
1 Moi koledzy i koleżanki naprawdę starają się mi pomóc	1	2	3	4	5
2 Mogę liczyć na moich kolegów i koleżanki, kiedy coś idzie nie tak	1	2	3	4	5
3 Mam kolegów i koleżanki, z którymi mogę dzielić moje radości i troski	1	2	3	4	5
4 Mogę rozmawiać z kolegami i koleżankami o moich problemach	1	2	3	4	5
<p>S22. Jak często w szkole, do której chodzisz zdarzały się poniżej wymienione sytuacje ZE STRONY TWOICH KOLEGÓW LUB KOLEŻANEK? (Prosimy o zaznaczenie właściwej odpowiedzi dla każdego stwierdzenia).</p>	Nigdy	1-2 razy	3-5 razy	6-10 razy	więcej niż 10 razy
1 Byłeś/aś obrażany/a lub wyśmiewany/a w klasie lub w szkole?	1	2	3	4	5
2 Doświadczyłeś/aś hejtu lub innej krzywdy w internecie?	1	2	3	4	5
3 Czujesz/aś się specjalnie wykluczony/a z grona kolegów/koleżanek?	1	2	3	4	5
4 Byłeś/aś bity/a przez kolegów/koleżanki?	1	2	3	4	5
5 Usuwano Ciebie lub nie zapraszano do grup dyskusyjnych?	1	2	3	4	5
6 Zniszczono Twoją własność, na przykład plecak, telefon lub inny przedmiot?	1	2	3	4	5
7 Zostałaś/eś okradziona/y?	1	2	3	4	5
8 Celowo żartowano z Ciebie, aby sprawić Tobie przykrość?	1	2	3	4	5
9 Czujesz/eś, że inni uczniowie mówią „za Twoimi plecami” o Tobie negatywnie?	1	2	3	4	5
10 Nie byłeś/eś zapraszana/y na urodziny innych osób w klasie bądź inne uroczystości i było ci z tego powodu przykro?	1	2	3	4	5
11 Nikt nie chciał siedzieć z Tobą w ławce i było ci z tego powodu przykro?	1	2	3	4	5
12 Ktoś z kolegów/koleżanek oczerniał Ciebie, oskarżał o zrobienie rzeczy, których nie zrobiłaś/eś	1	2	3	4	5
13 Ktoś z kolegów/koleżanek odmówił Tobie pomocy podczas nadrabiania „zajęć”, np. pożyczania zeszytów, wskazywania zadań do zrobienia w domu	1	2	3	4	5
14 Inni uczniowie, Twoi koledzy lub koleżanki uniemożliwiali Tobie naukę w klasie i specjalnie przeszkadzali Tobie	1	2	3	4	5

S23. Jak często w szkole, do której chodzisz zdarzały się poniżej wymienione sytuacje ZE STRONY NAUCZYCIELA? (Prosimy o zaznaczenie właściwej odpowiedzi dla każdego stwierdzenia).	Nigdy	1-2 razy	3-5 razy	6-10 razy	więcej niż 10 razy
1 Byłeś obrażany lub wyśmiewany w szkole przez nauczyciela?	1	2	3	4	5
2 Nauczyciel celowo pomijał Twoją osobę, przez co czułeś/aś się wykluczony/a z życia klasy/szkoły?	1	2	3	4	5
3 Czułeś/aś, że zostałeś/aś niesprawiedliwie potraktowany przez nauczyciela?	1	2	3	4	5
4 Nauczyciel naruszył Twoją nietykalność, to znaczy szarpał Ciebie, popchnął, uderzył?	1	2	3	4	5
5 Nauczyciel zakazywał Tobie pić wodę na lekcjach?	1	2	3	4	5
6 Nauczyciel zakazywał Tobie wychodzić do toalety na lekcjach?	1	2	3	4	5
7 Nauczyciel karał Ciebie samotnym siedzeniem w ławce?	1	2	3	4	5
8 Nauczyciel rzucił w Ciebie jakimś przedmiotem?	1	2	3	4	5
9 Nauczyciel w sposób negatywny wypowiadał się na temat Twoich rodziców, rodzeństwa lub innych bliskich osób?	1	2	3	4	5
10 Nauczyciel nakładał na Ciebie dodatkowe obowiązki za karę?	1	2	3	4	5
11 Nauczyciel odmówił Tobie pomocy podczas „nadrabiania” zajęć	1	2	3	4	5
12 Stałaś/eś za karę w kącie lub pod ścianą	1	2	3	4	5
13 Nauczyciel porównywał Ciebie do Twojego starszego lub młodszego rodzeństwa, np. „Twój brat/siostra jest taki mądry i grzeczny a Ty nie”	1	2	3	4	5

S24. Jak często w szkole, do której chodzisz, byłeś/aś dyskryminowany/a ze strony swoich kolegów/koleżanek ze względu na: (Prosimy o zaznaczenie właściwej odpowiedzi dla każdego stwierdzenia).	nigdy	sporadycznie	często	Trudno powiedzieć
1 Twoją płeć?	1	2	3	4
2 Twoją religijność?	1	2	3	4
3 Twój światopogląd, przekonania?	1	2	3	4
4 Twój wygląd?	1	2	3	4
5 Twoją niepełnosprawność?	1	2	3	4
6 Twoją orientację seksualną?	1	2	3	4
7 Twoją aktywność poza szkolną?	1	2	3	4
8 Twoją aktywność społeczną?	1	2	3	4

S25. Jak często w szkole, do której chodzisz, byłeś/aś dyskryminowany/a ze strony nauczycieli ze względu na: (Prosimy o zaznaczenie właściwej odpowiedzi dla każdego stwierdzenia).	nigdy	sporadycznie	często	Trudno powiedzieć
1 Twoją płeć?	1	2	3	4
2 Twoją religijność?	1	2	3	4
3 Twój światopogląd, przekonania?	1	2	3	4
4 Twój wygląd?	1	2	3	4
5 Twoją niepełnosprawność?	1	2	3	4
6 Twoją orientację seksualną?	1	2	3	4
7 Twoją aktywność poza szkolną?	1	2	3	4
8 Twoją aktywność społeczną?	1	2	3	4