

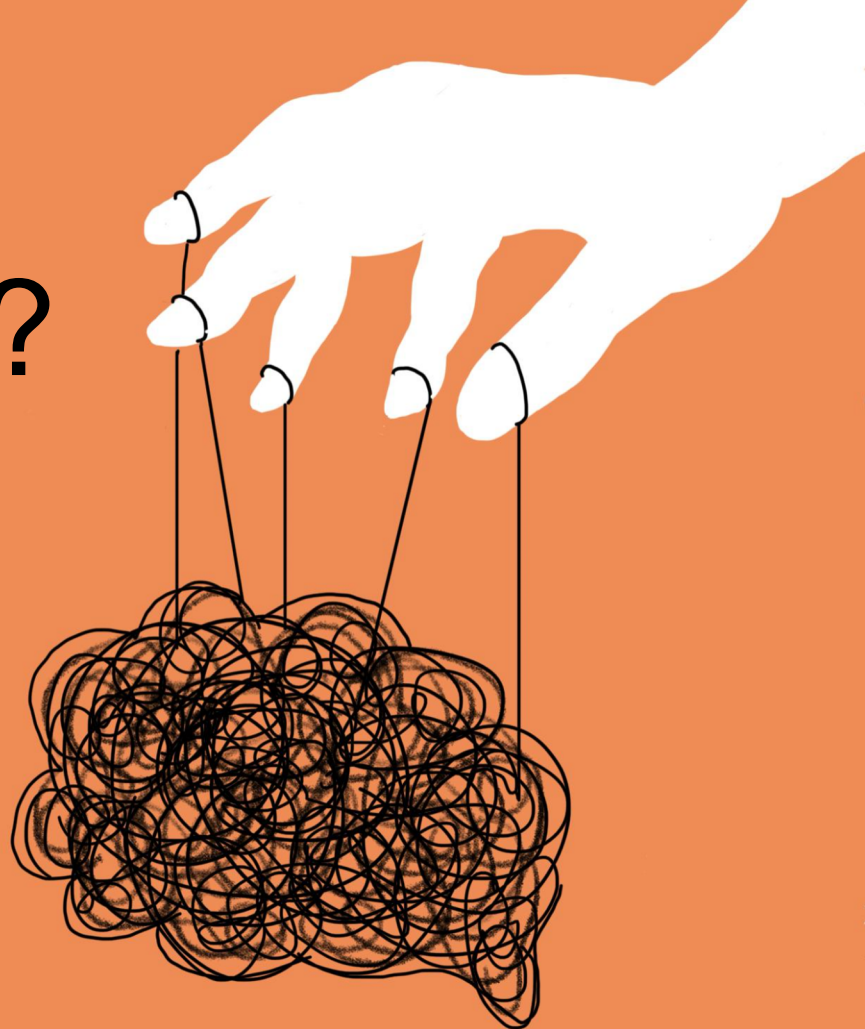
# COME STIAMO?

INDAGINE SULLA CONDIZIONE PSICOLOGICA DEI RAGAZZI  
DELLE CLASSI QUINTE DELL'ISTITUTO RACCHETTI - DA VINCI  
DALL'INIZIO DELL'EPIDEMIA DI CORONAVIRUS

FEBBRAIO 2020 - DICEMBRE 2020

## GRAFICI DEI RISULTATI

CECILIA BOMBARI



# PREMESSA

Questa indagine nasce come esigenza di capire come stiamo.

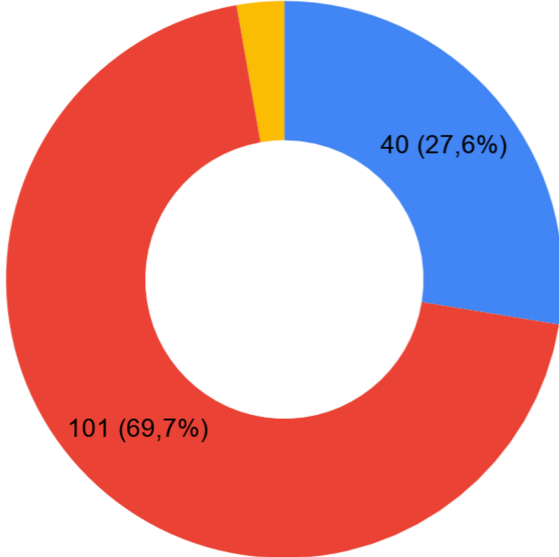
Il titolo spiega l'entità e il grande valore del progetto: lo studente è oggetto e soggetto allo stesso tempo. Il sondaggio è stato creato genuinamente da me, una studentessa di quinta liceo scientifico che ha raccolto in queste domande tutti gli interrogativi e le preoccupazioni sorte in questi dieci mesi nei miei coetanei, senza l'intervento di specialisti dei ranghi alti. Anche io, come gli altri, ho compilato il questionario. Non escludo, in un prossimo futuro, di includere in un progetto più ampio e serio anche persone che hanno studiato e sanno trattare questi dati molto meglio di quanto abbia potuto fare io.

Le domande sono prevalentemente chiuse; i grafici a colonne delle prossime diapositive vedono una votazione che va da 1 (per niente) a 5 (molto). La compilazione del questionario era facoltativa, così come ogni singola domanda.

All'indagine hanno contribuito 146 persone, che costituiscono quasi il 70% dei ragazzi di quinta dell'istituto (215).

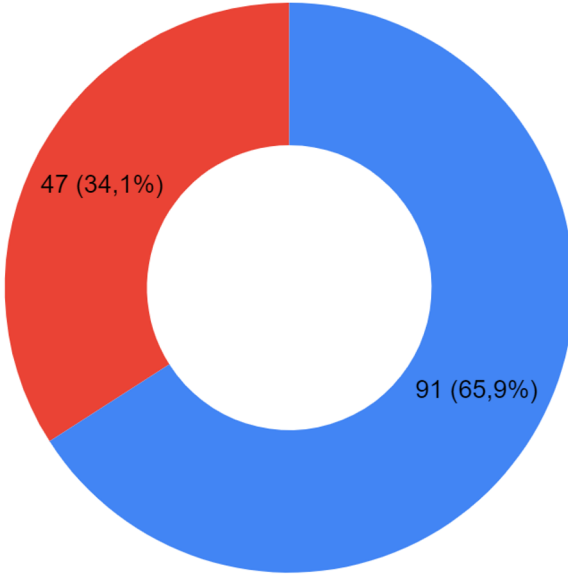
### STUDENTI DEL QUINTO ANNO: GENERE

- Maschio
- Femmina
- Preferisco non specificarlo



### DOVE ABITI?

- Paese limitrofo
- Crema

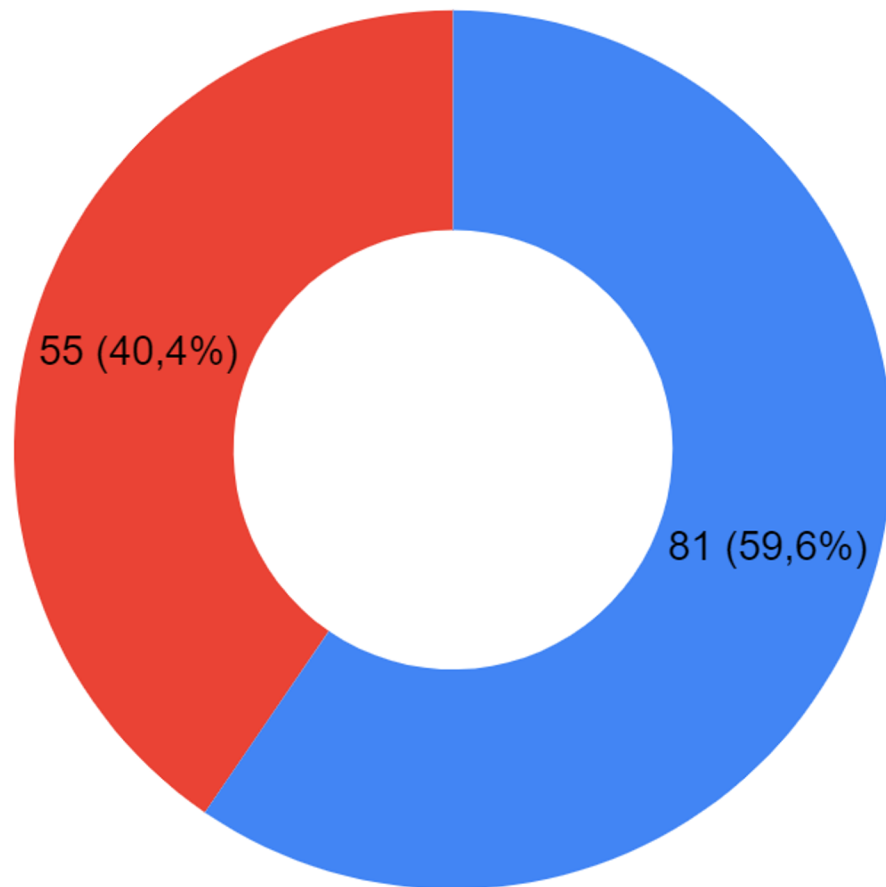


DAD

## Se devi scegliere meglio DAD o DDI?

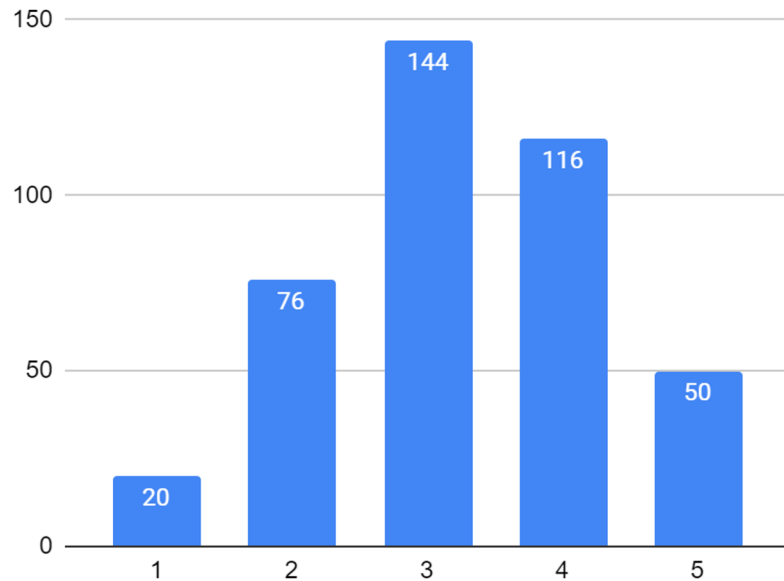
● DAD

● DDI

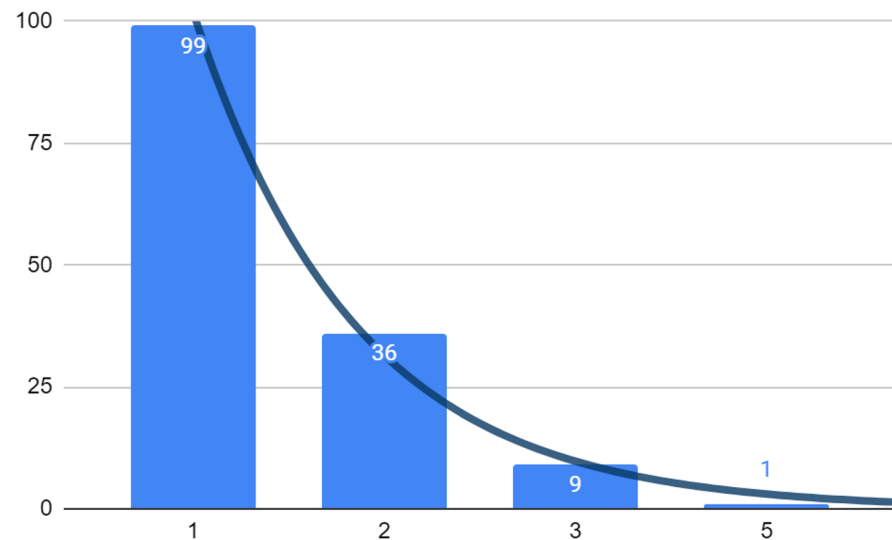


in tutti i grafici a colonne: 1 = per niente, 5 = molto

Credi che la DAD abbia lo stesso valore formativo della didattica normale?

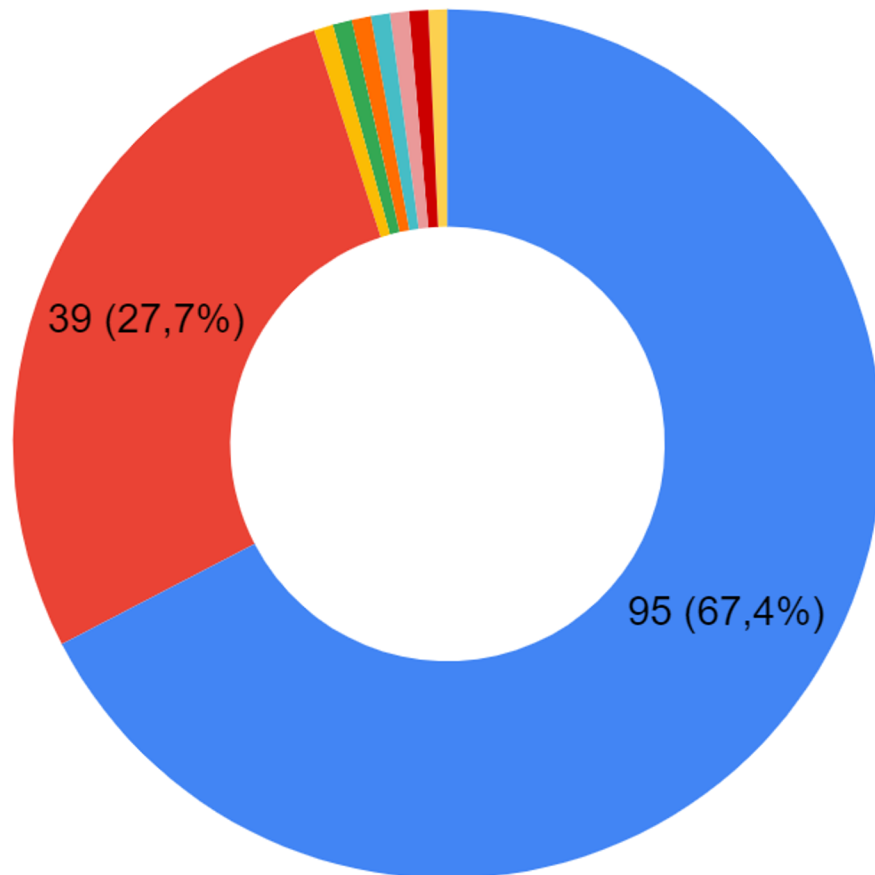


Credi che abbia lo stesso valore per quanto riguarda il rapporto umano?



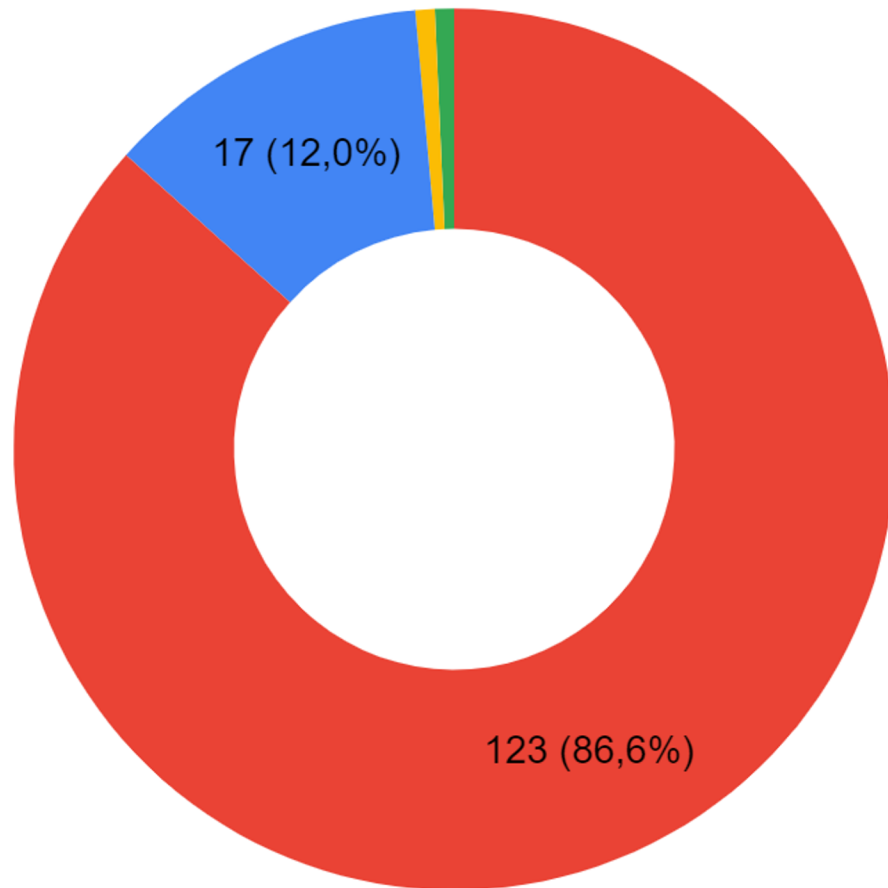
# TROVI CHE LA DAD SIA INEVITABILE?

- Si
- No
- Assolutamente no
- Solo per alcune classi
- Nei periodi "di crisi" si
- In parte. Va bene la DAD, ma non impostata in questo modo.
- Più didattica a distanza integrata e trasporti più vivibili per darle modo di esistere
- Se non si risolve il problema trasporti si
- Se non si risolve il problema dei trasporti si



# CREDI CHE LA DAD SIA MOTIVANTE?

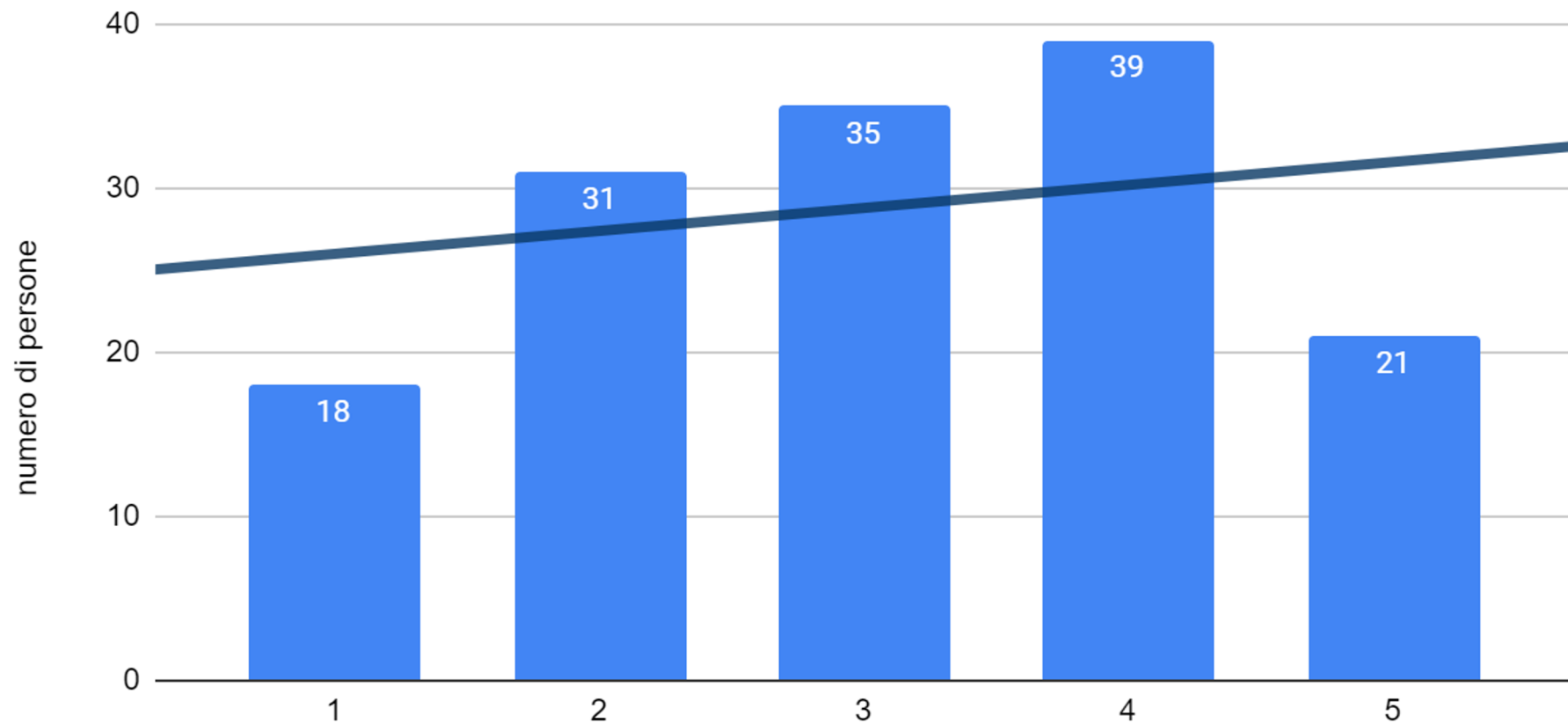
- No
- Si
- Dipende dalle lezioni
- Le lezioni sono sempre importanti da seguire quindi sono motivata in ogni caso, più che altro la DAD mi dà più libertà e tendo a distrarmi più facilmente



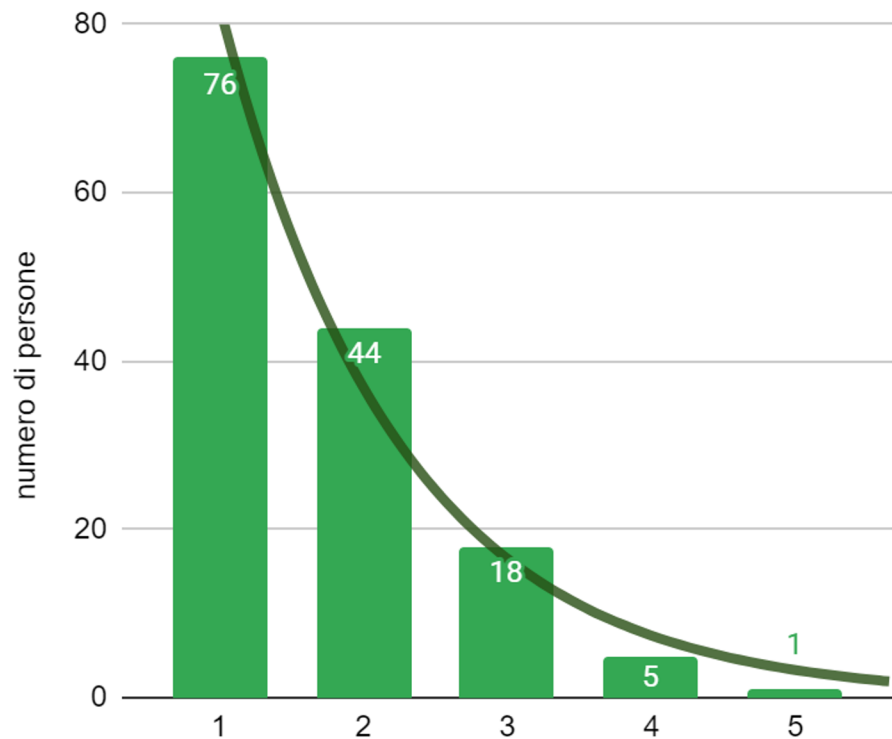


# Hai mai pensato che la DAD possa aumentare la disuguaglianza?

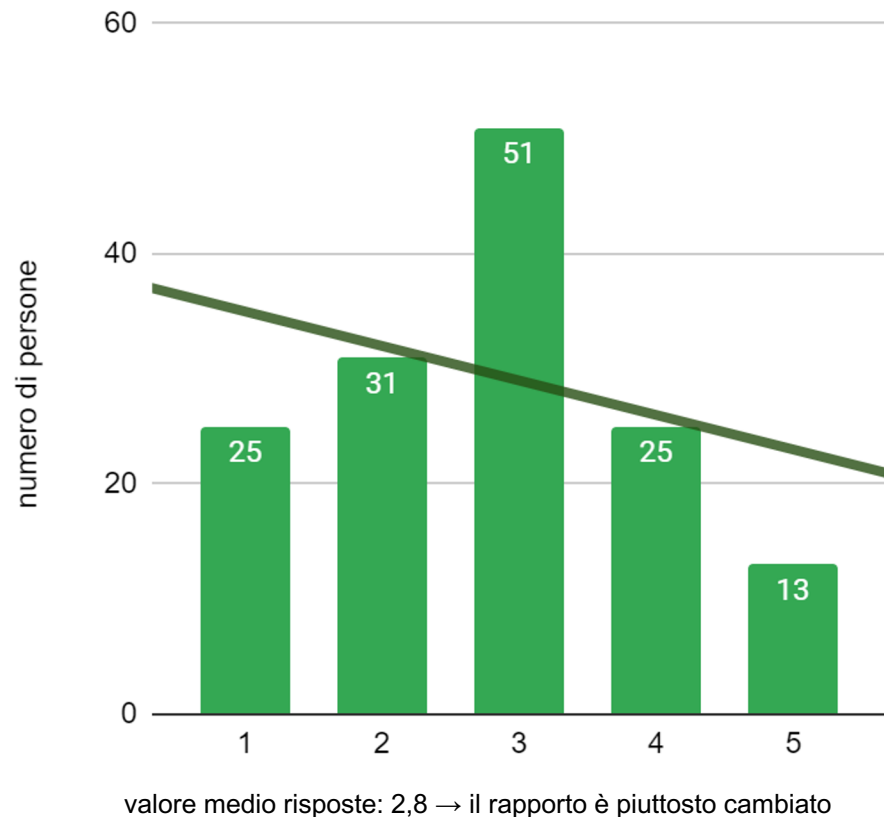
per esempio, disuguaglianza economica



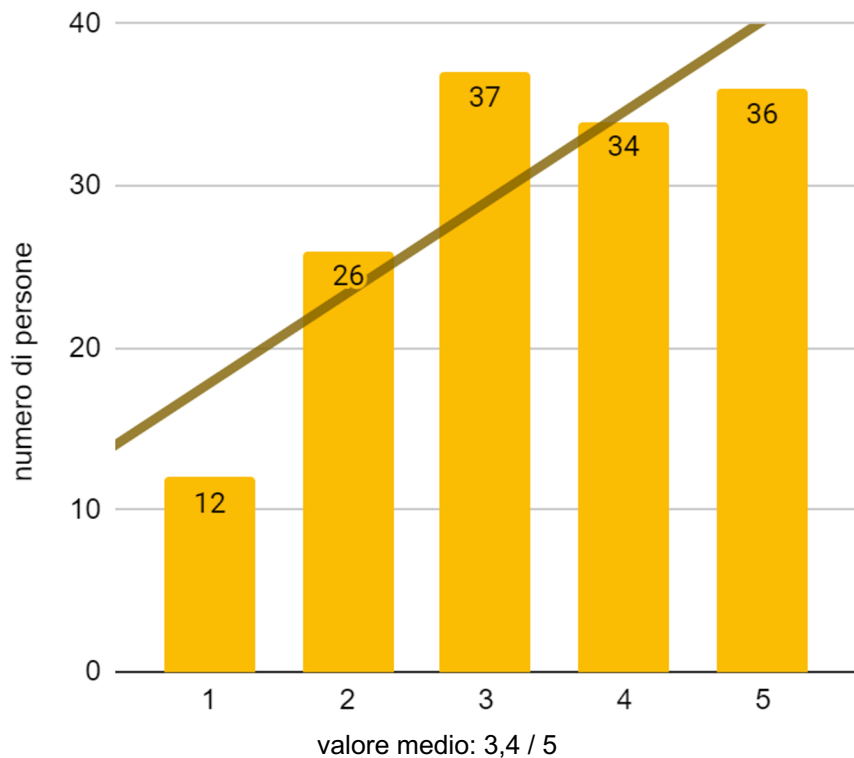
I tuoi professori sono consapevoli della tua condizione psicologica?



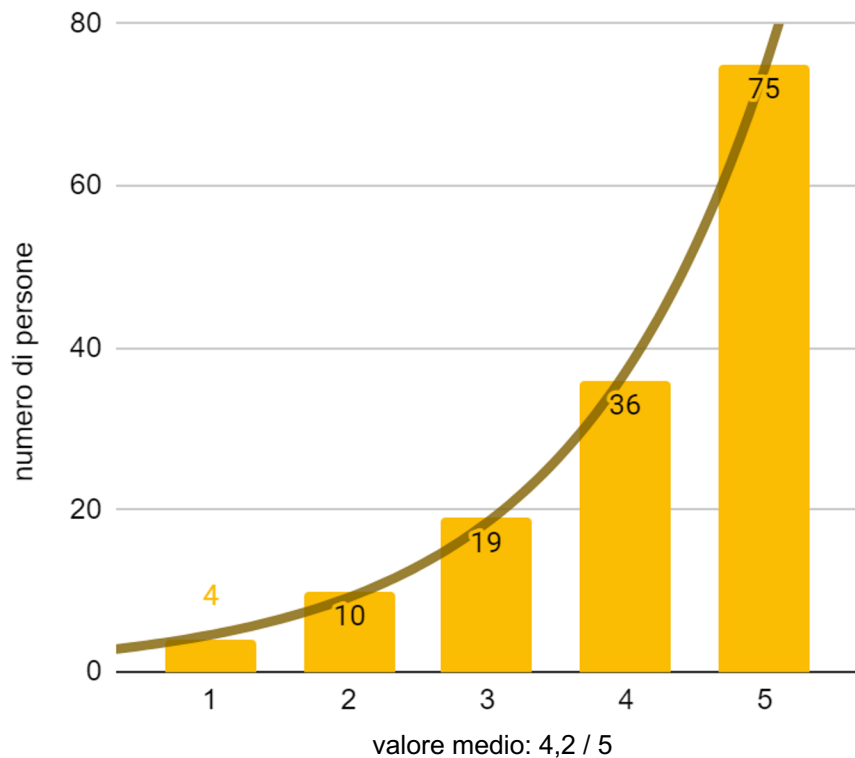
Il rapporto con loro è cambiato?



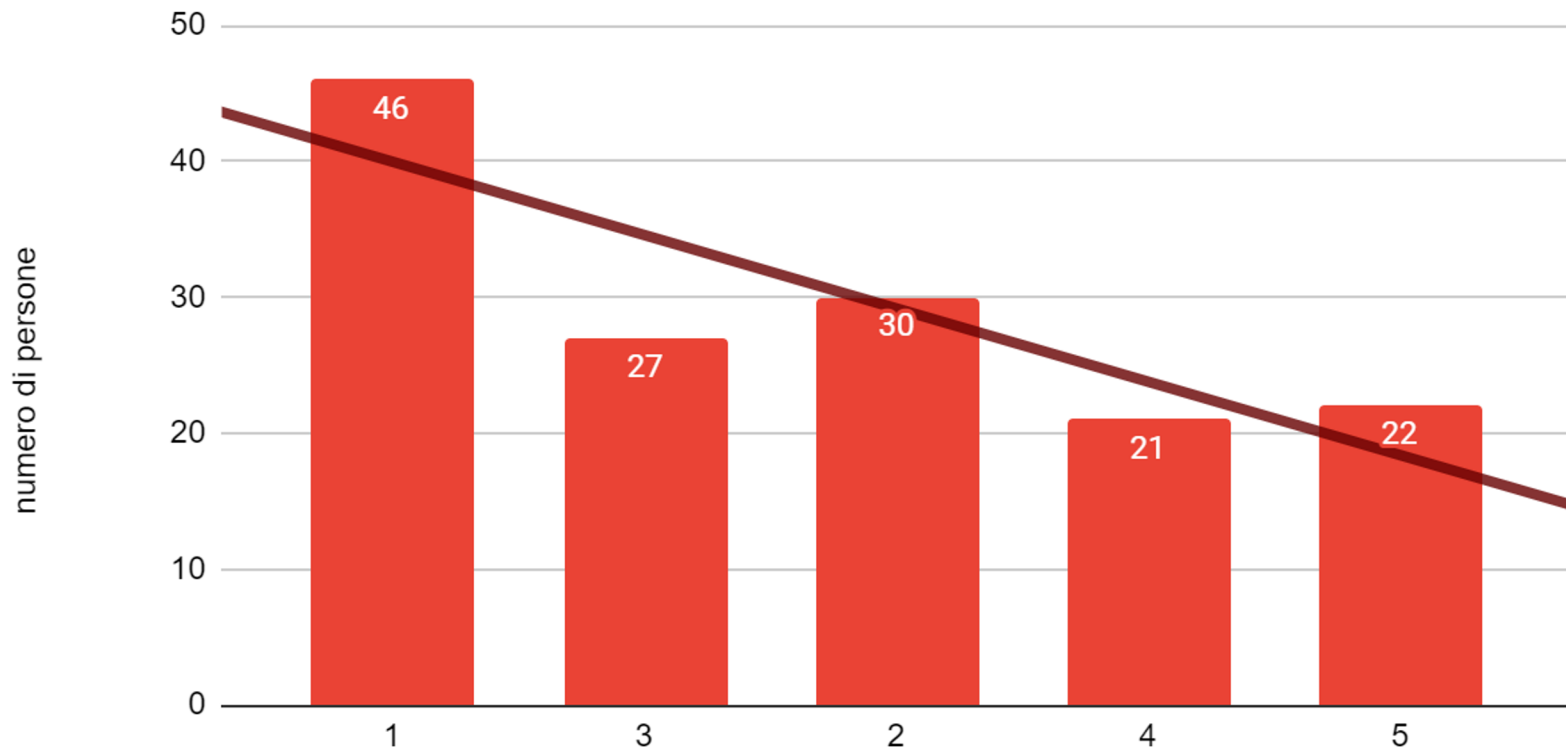
Dai la stessa importanza di prima alla scuola?



Pensi che questa situazione comprometterà il tuo esame di maturità?

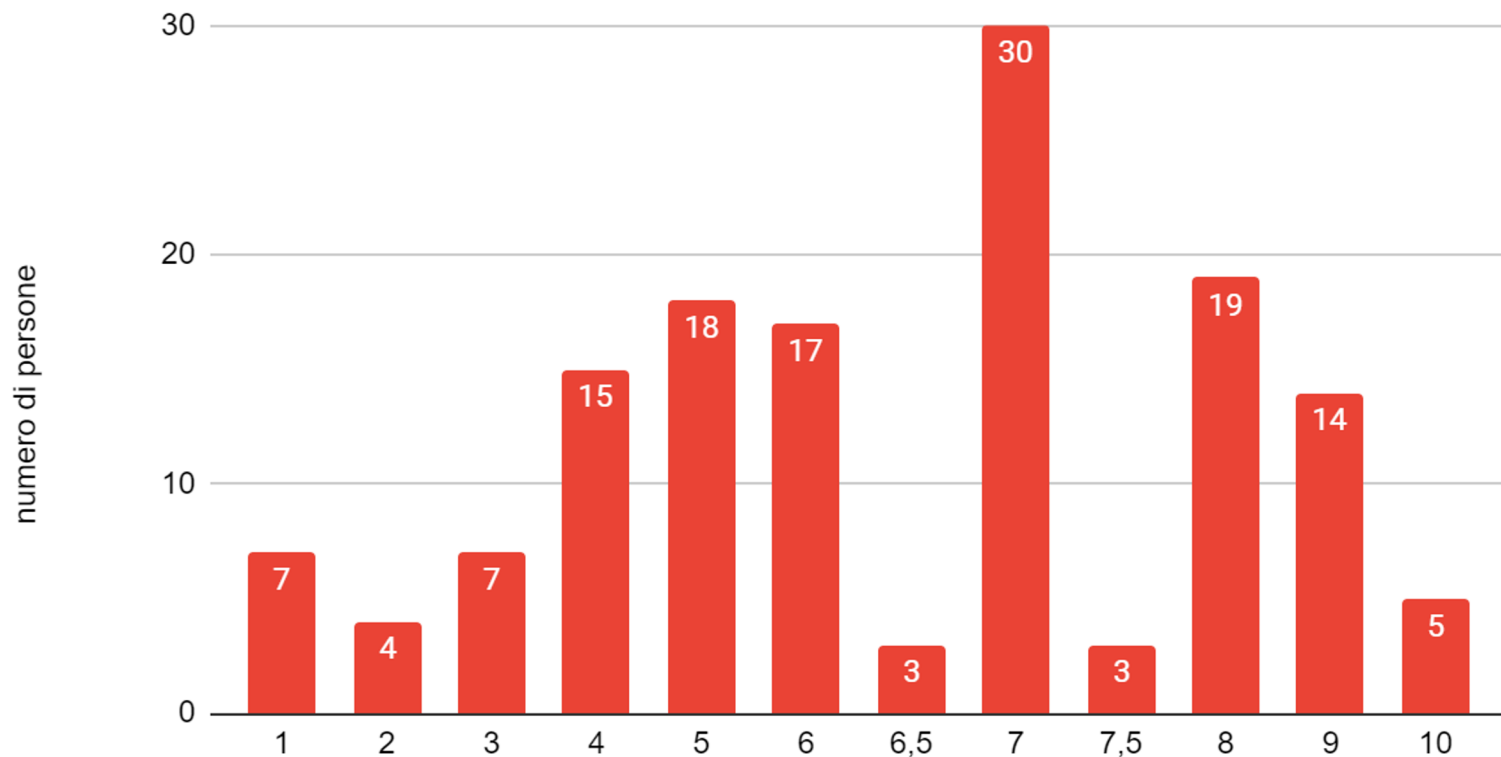


Pensi che questa situazione possa influenzare la tua scelta universitaria?



## In un range da 1 a 10, come valuti la DAD?

10 = in una situazione del genere, è la modalità di didattica migliore e funziona bene ecc...



**MEDIA DEI VOTI: 6,11**

## **CHE COSA CI MANCA?**

i punti fondamentali toccati dagli 80 commenti

- **SOCIALITÀ, RAPPORTO UMANO, CONTATTO FISICO**
- **CRESCITA PERSONALE**
- **QUELLO CHE SI DAVA PER SCONTATO**
- **CONFRONTO E COINVOLGIMENTO DIRETTO**
- **ROUTINE**
- **FIDUCIA DEI PROFESSORI**
- **MOTIVAZIONE**
- **ORE DI SCUOLA FISSE E BEN DEFINITE**

**Mi manca il rapporto umano con insegnanti e soprattutto compagni e le lezioni in cui si discuteva insieme su svariati temi. Mi mancano tutte quelle piccole cose come le code alle macchinette, vedere qualcuno sul corridoio o sulle scale, scendere in cortile o fare quattro chiacchiere nei cambi d'ora. Fare tutto online è molto pesante.**

**Il confronto,  
le chiacchiere,  
LA MOTIVAZIONE**

**Crescere come persona, non  
assorbire nozioni  
passivamente**

**Guardare la lavagna**

**Leggerezza**

**Tutto, davvero tutto**

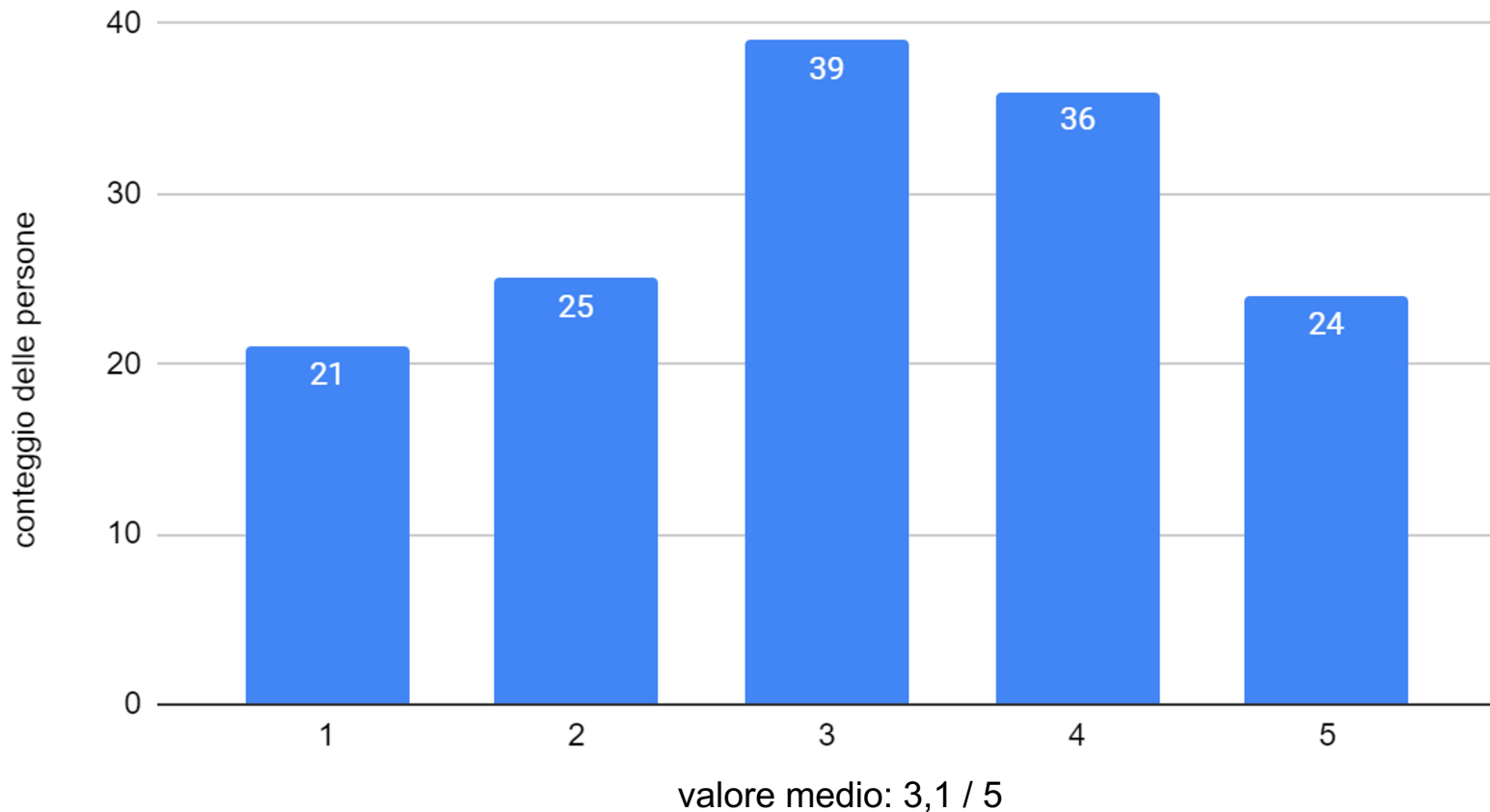
**Motoria**

**E NOI?**

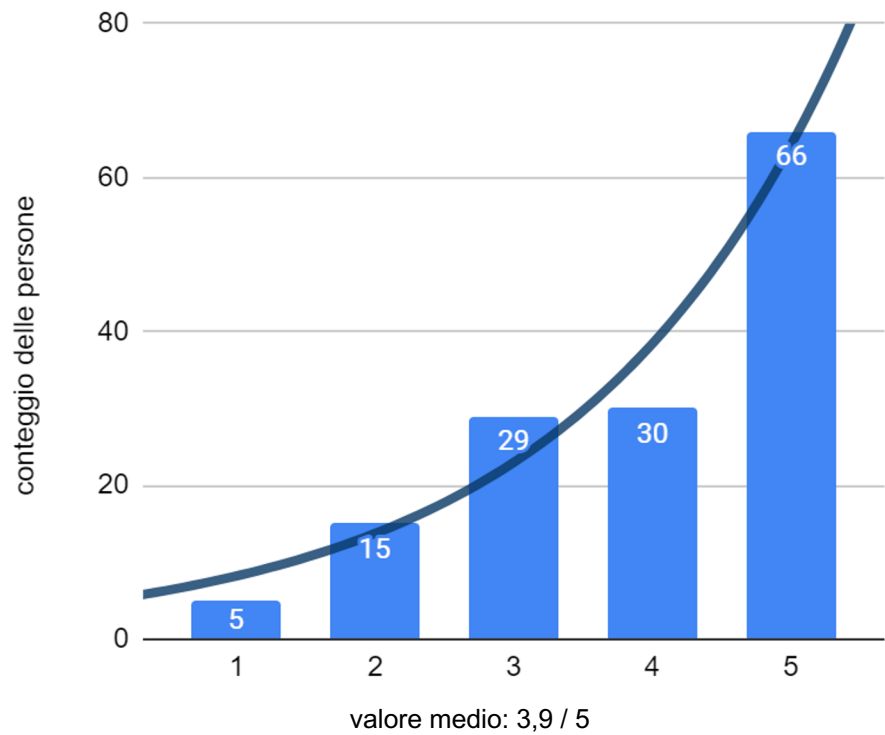
PRIME IMPRESSIONI, ESTATE



A febbraio 2020 pensavi che questo virus sarebbe stato “una banale influenza passeggera?”

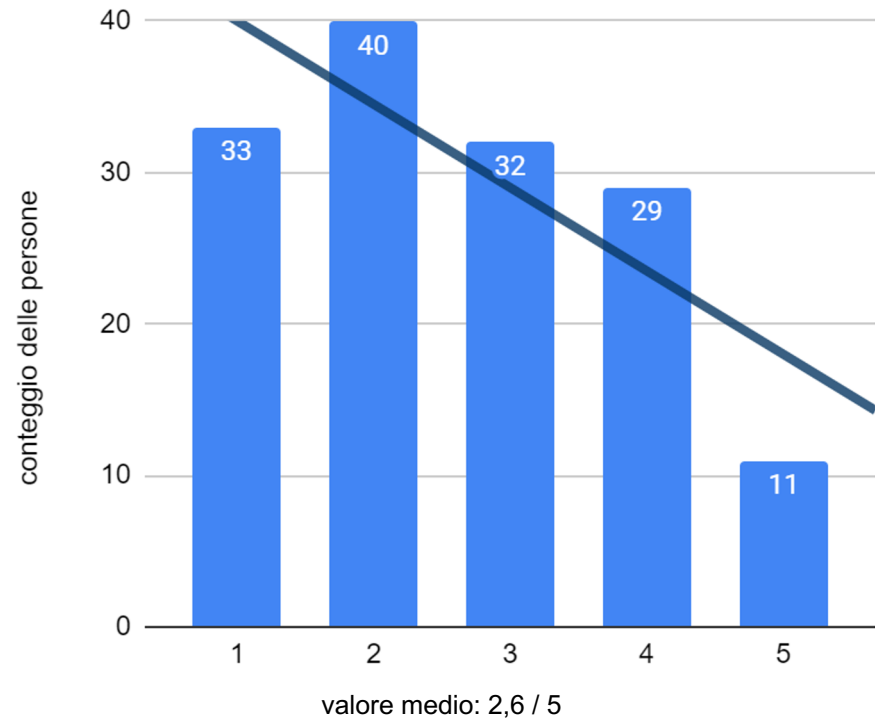


**A** Dopo il primo lockdown hai percepito il bisogno di uscire, per un “debito di socialità”?



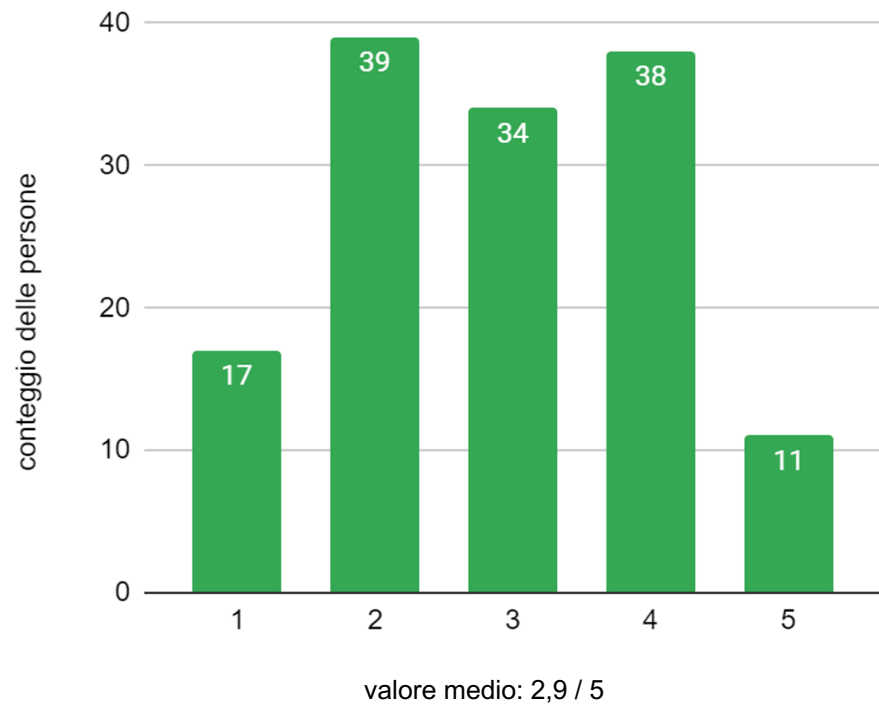
**B** Da quando siamo in questa situazione, provi difficoltà e disagio ad uscire?

**B**

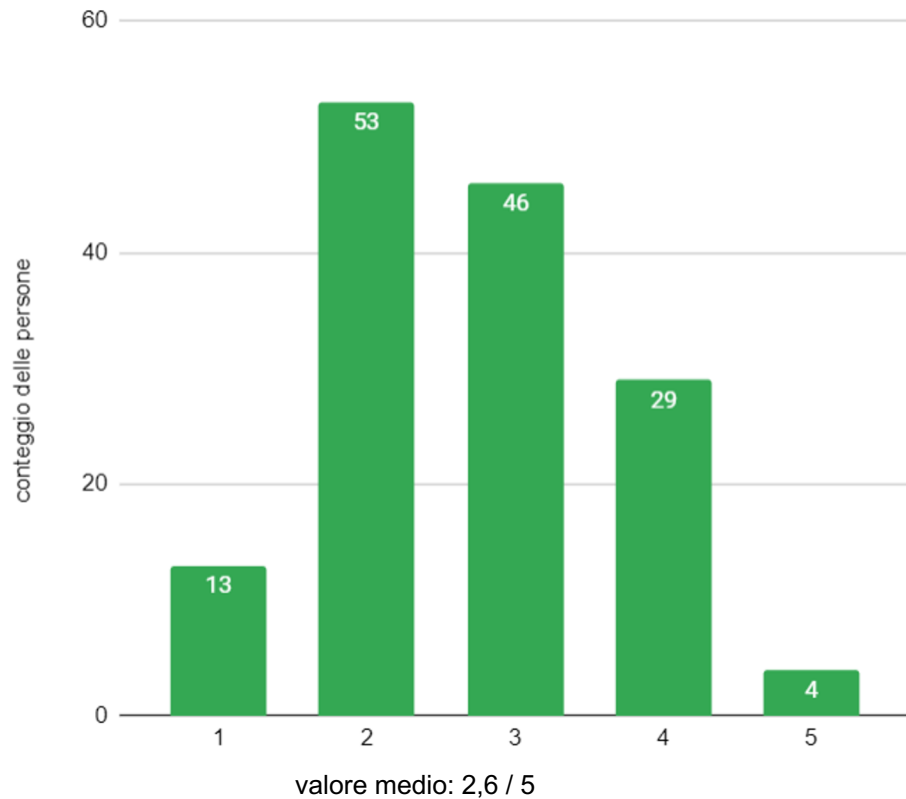


**B. sindrome della capanna:** o del prigioniero, la paura di uscire e lasciare la propria casa, il luogo che per mesi ci ha fatto sentire al sicuro. Si manifesta dopo un lungo distacco dalla realtà.

Se quest'estate sei andato a qualche festa / diciottesimo / evento sei stato spensierato come sempre?



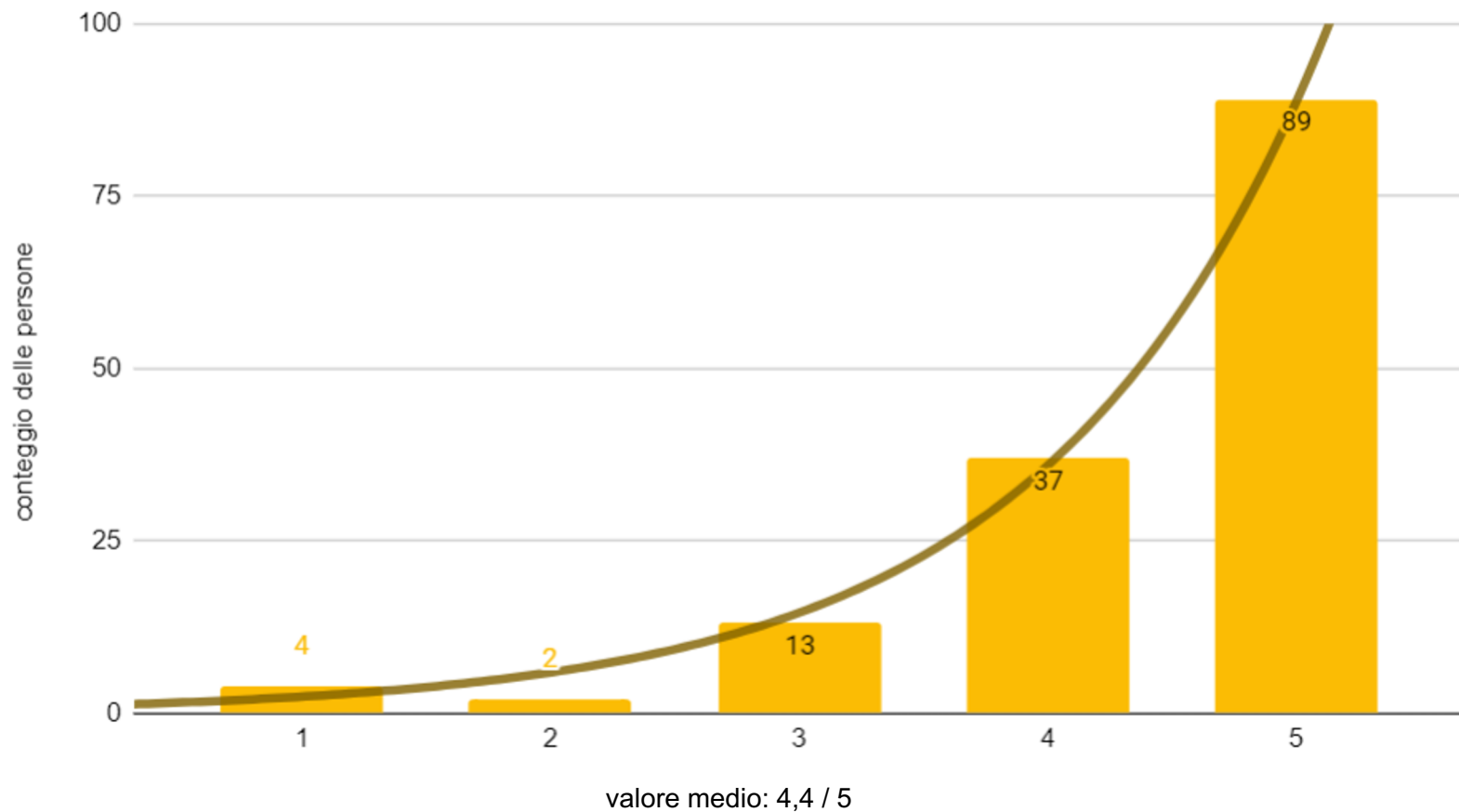
Quest'estate hai percepito il pericolo del coronavirus?



E NOI?

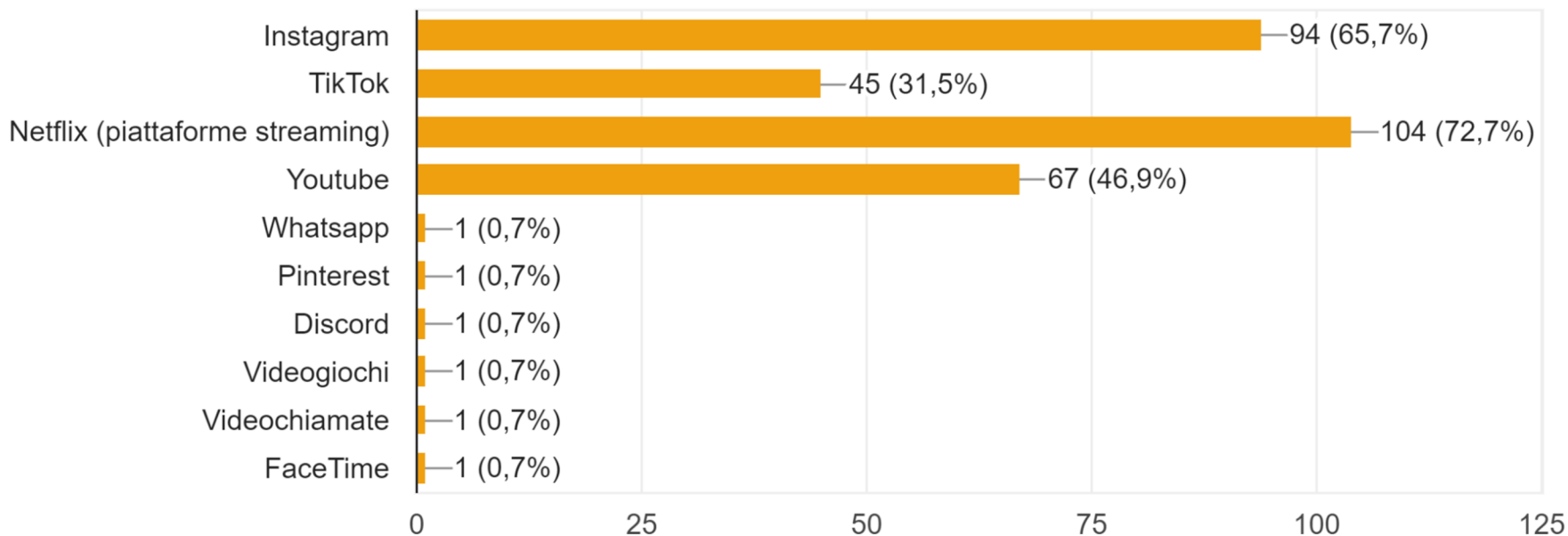
APPLICAZIONI

In questo periodo hai sfruttato di più le piattaforme digitali? (Netflix, YouTube, Instagram, Tiktok)

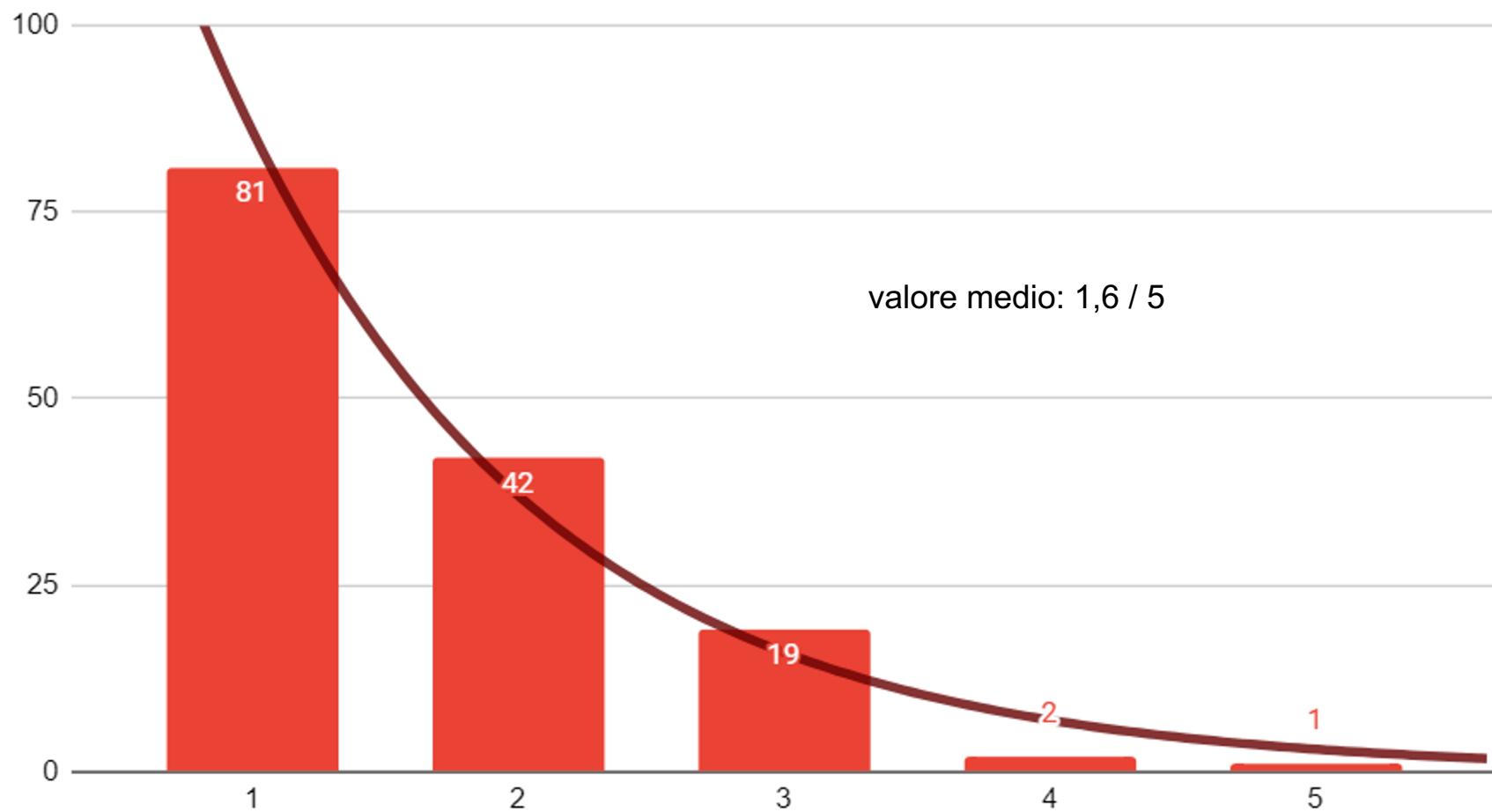


Quale di queste piattaforme di svago credi sia la migliore? (Puoi selezionarne più di una se vuoi)

143 risposte



# Pensi che Instagram sia una buona alternativa alla vita sociale?



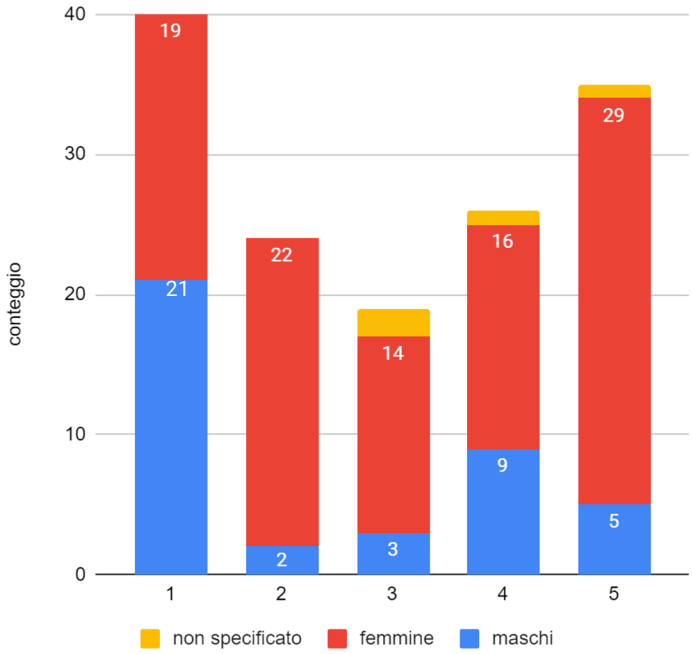
# E NOI?

## DISTURBI E PROBLEMI

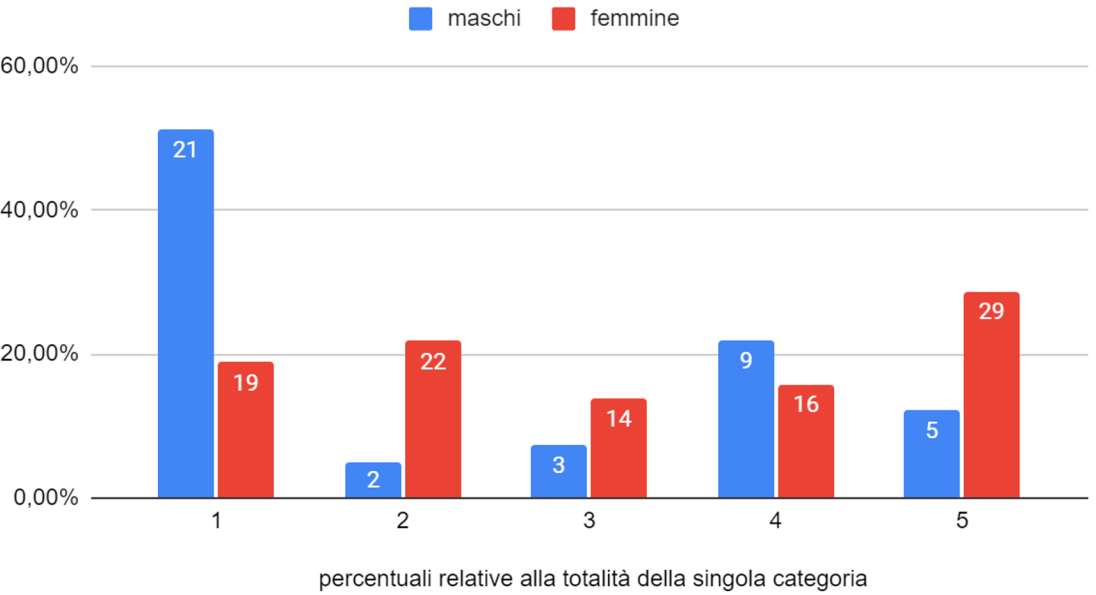
fragilità tra maschi e femmine



### Hai sofferto di più di disturbi del sonno?



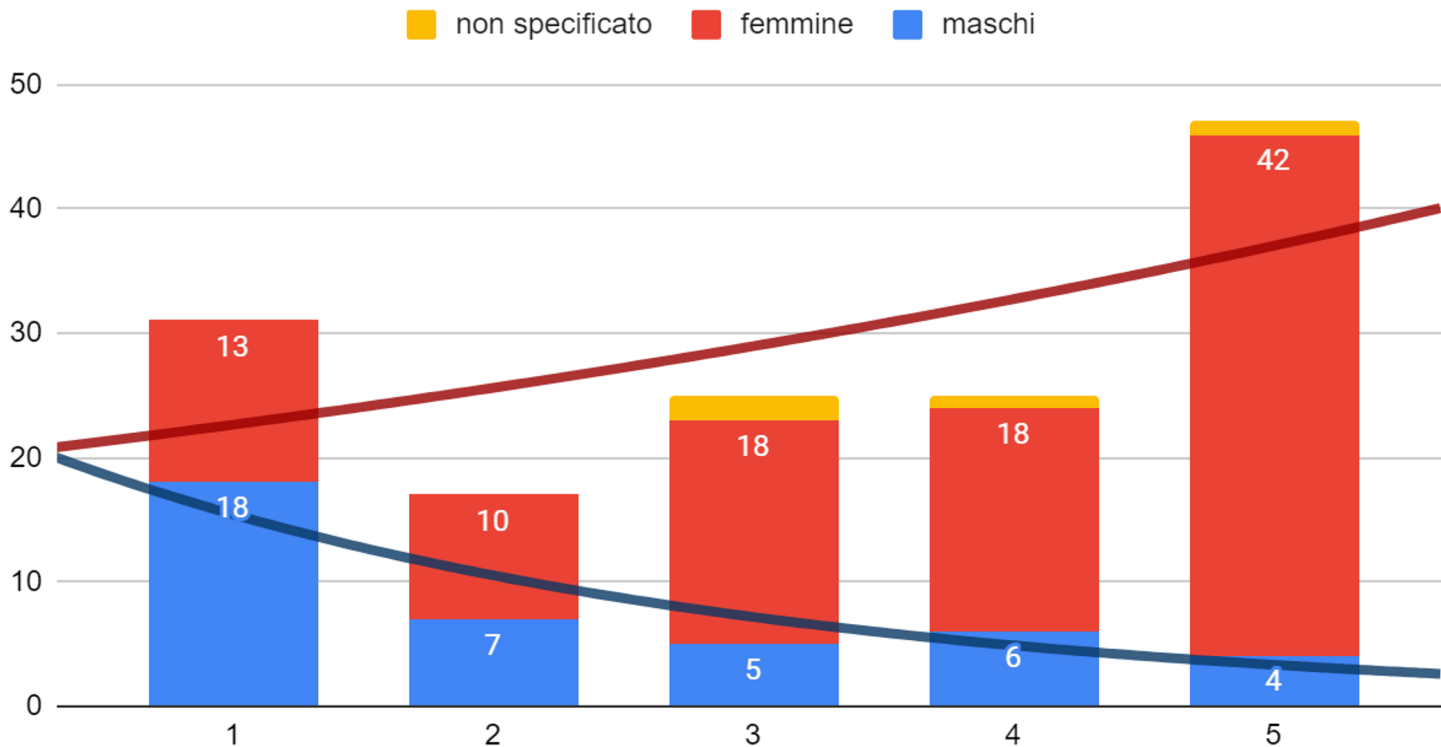
### hai sofferto di più di disturbi del sonno?



valore medio maschi: 2,4 / 5

valore medio femmine: 3,1 / 5

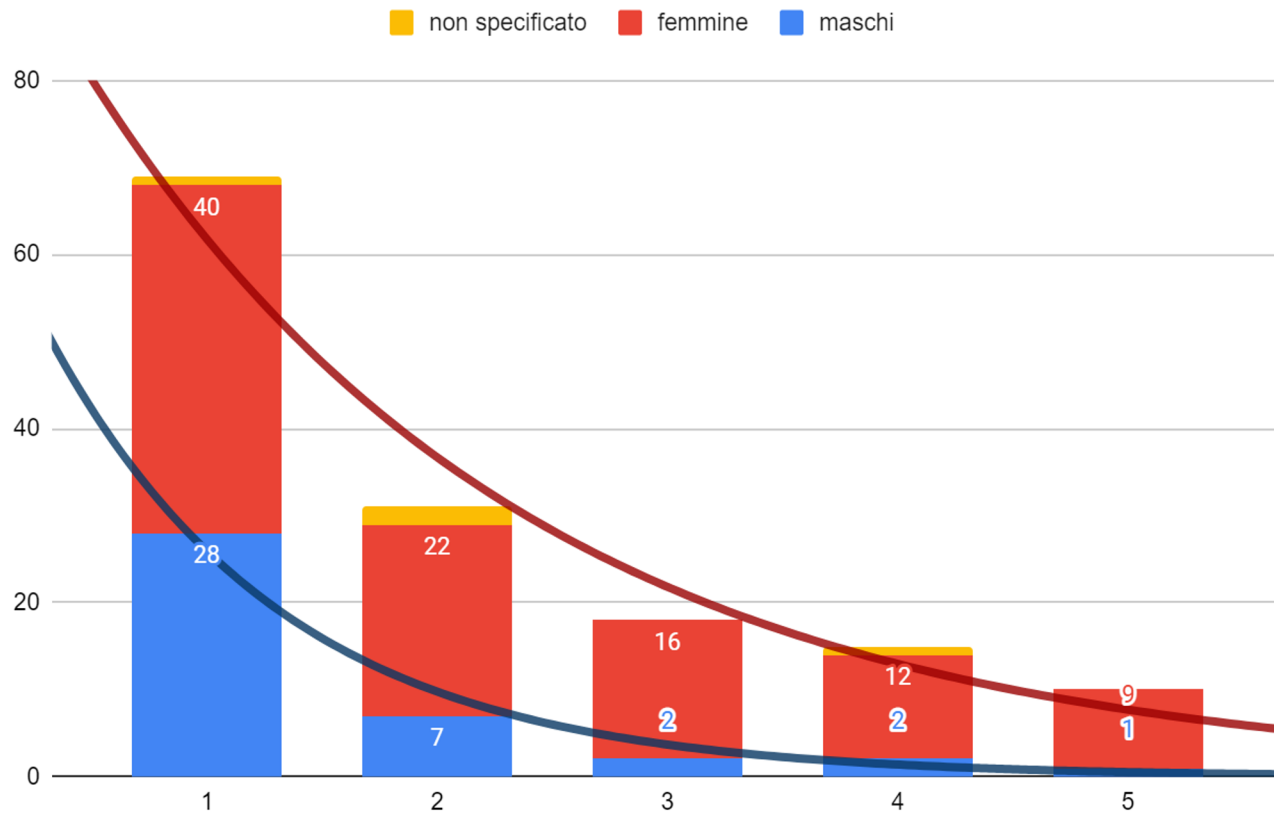
# hai avuto paura di ingrassare o peggiorare la tua forma fisica?



valore medio maschi: 2,3 / 5

valore medio femmine: 3,7 / 5

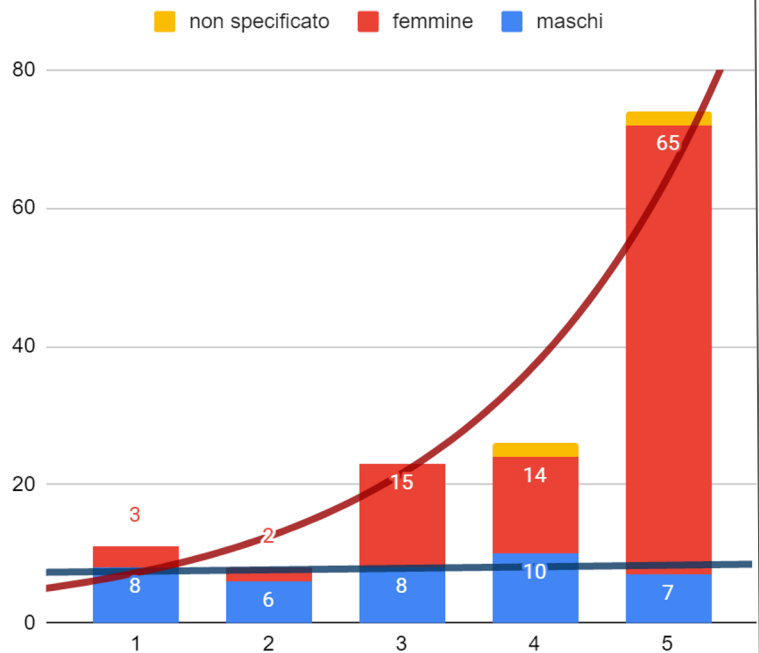
## hai sofferto di disturbi alimentari?



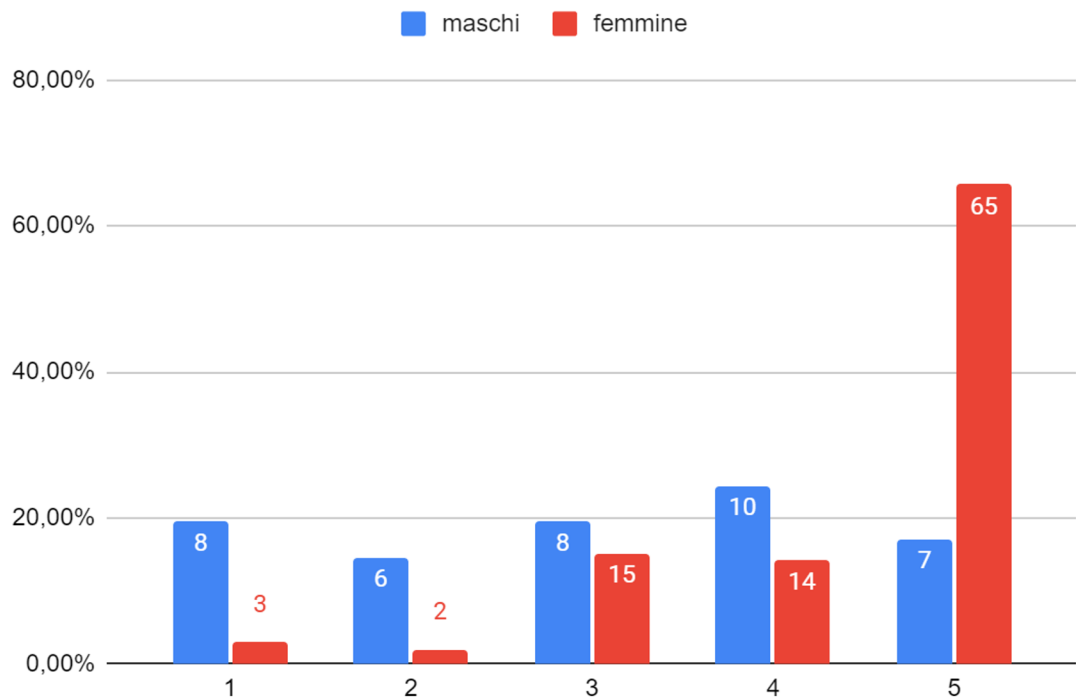
**chi ha votato 4 o 5:**

**1,05% dei maschi  
21,2% delle femmine**

In questo periodo hai sofferto di più di instabilità emotiva / mental breakdown?



In questo periodo hai sofferto di più di instabilità emotiva / mental breakdown?



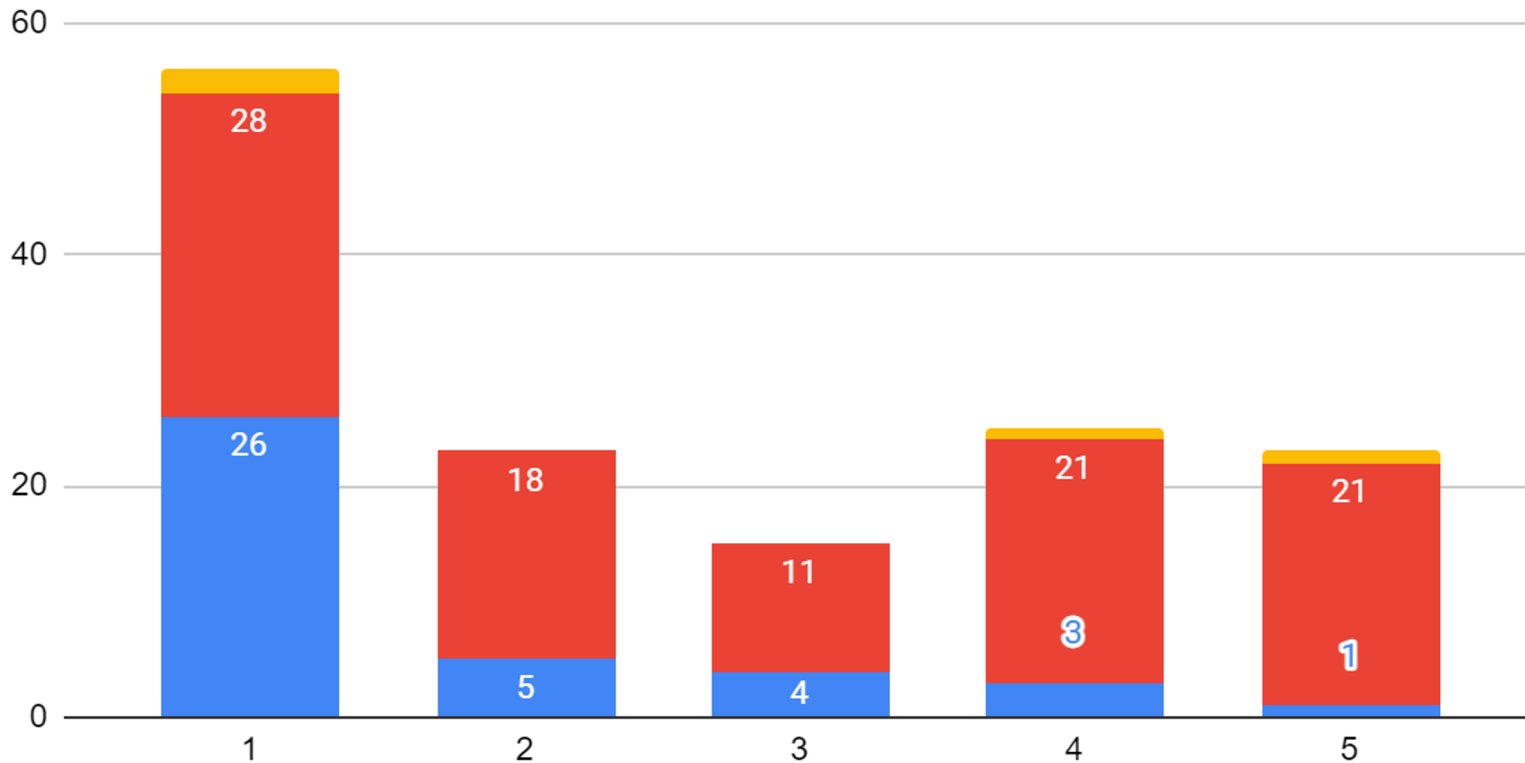
percentuale relativa alla totalità della singola categoria

valore medio maschi: 3,1 / 5

valore medio femmine: 4,4 / 5

# hai sofferto di attacchi di panico?

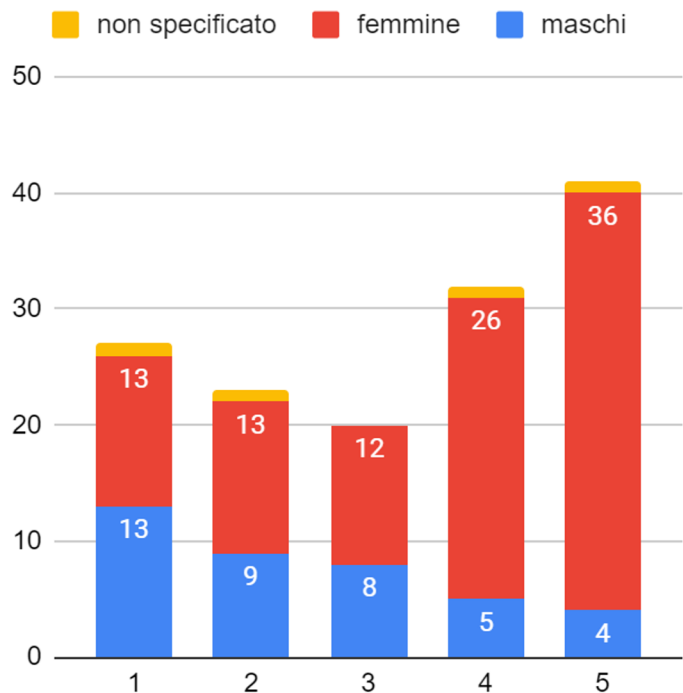
■ non specificato ■ femmine ■ maschi



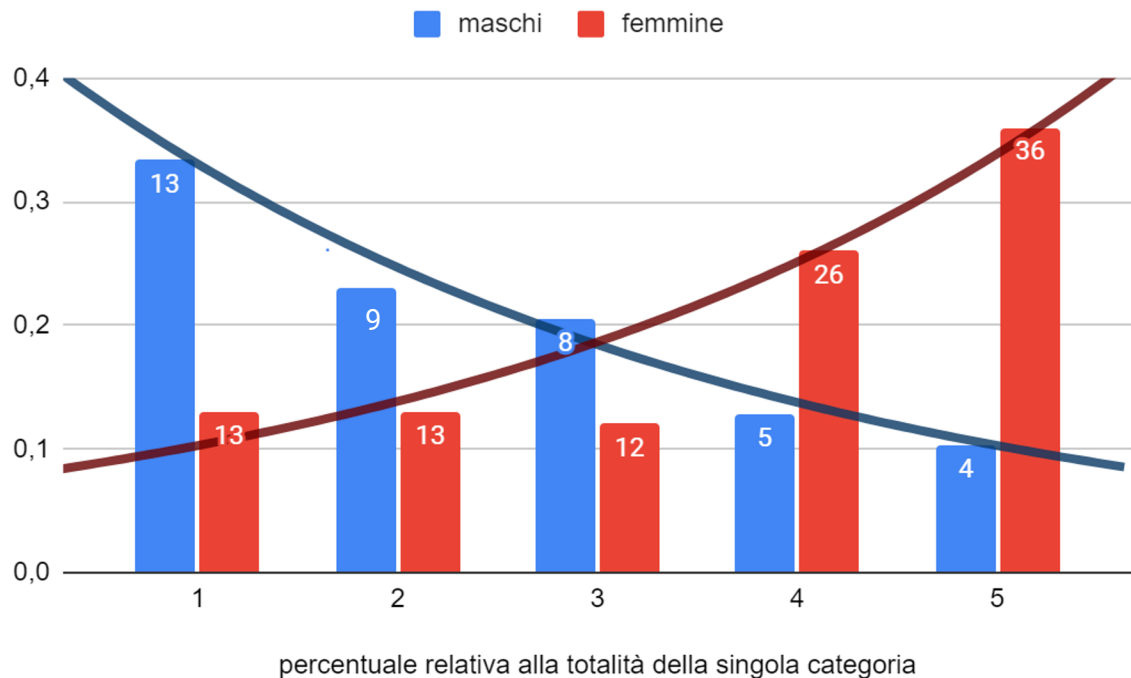
valore medio maschi: 1,7 / 5

valore medio femmine: 2,9 / 5

## hai sofferto di attacchi di ansia?



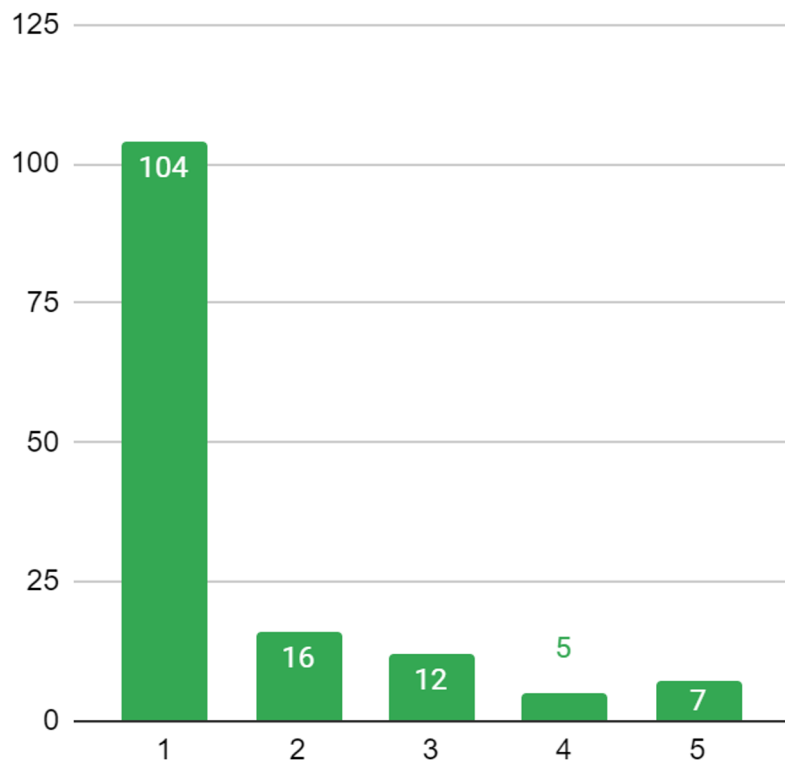
## hai sofferto di attacchi di ansia?



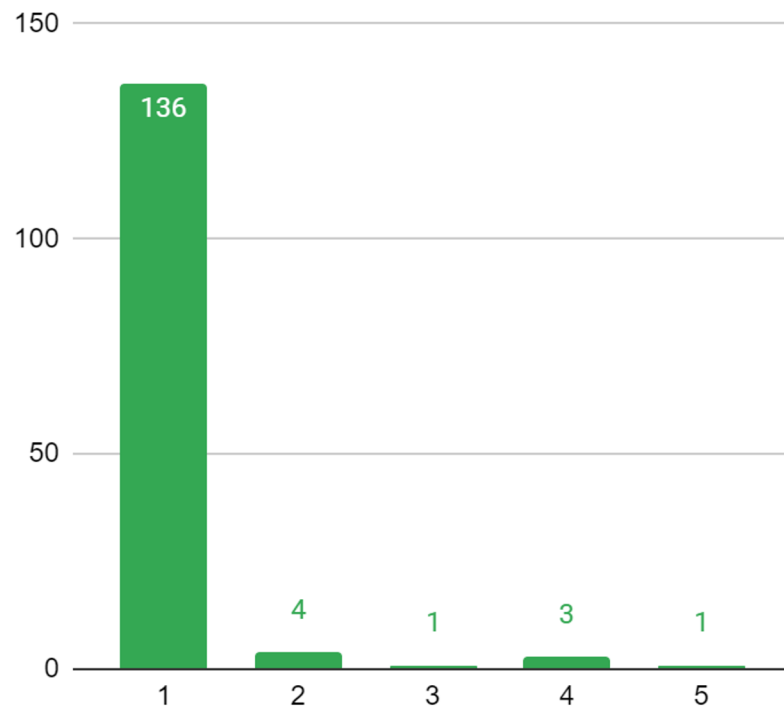
valore medi maschi: 2,4 / 5

valore medio femmine: 3,6 / 5

Hai cercato consolazione nell'alcool?



Hai cercato consolazione nelle droghe leggere?



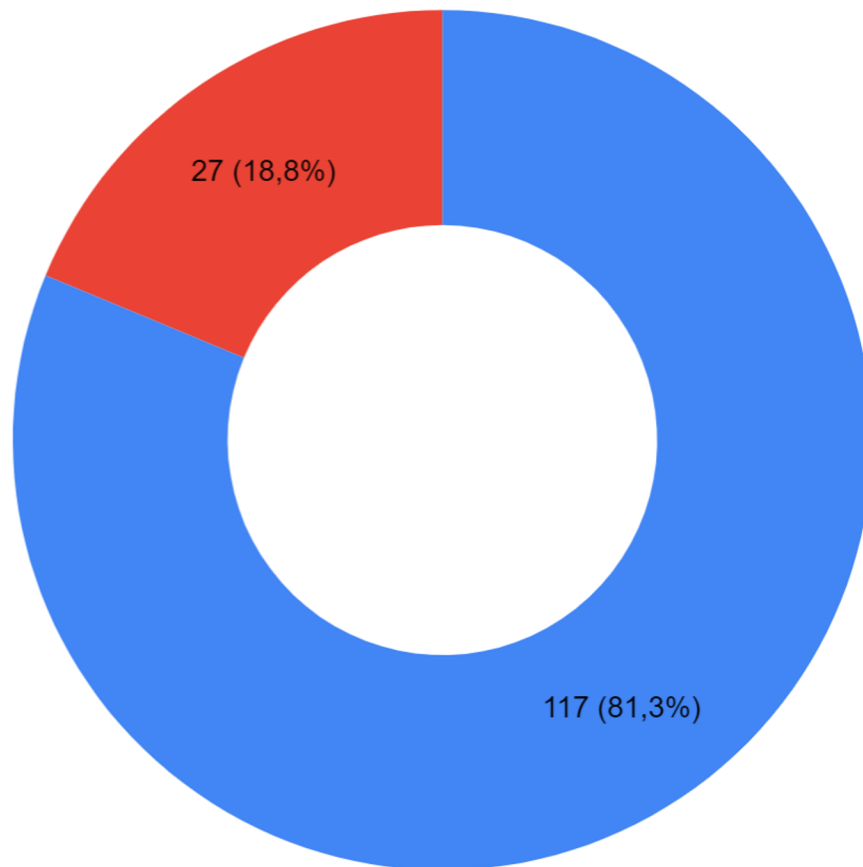
i voti 4 e 5 della prima domanda non sono correlati agli stessi voti della seconda

votanti 4 e 5 - alcool: 8,3%

votanti 4 e 5 - droghe leggere: 2,8%

## Hai tenuto un diario / annotazioni su come ti sentivi?

- No
- Sì



chi ha votato sì:

23% delle femmine  
7,7% dei maschi

questi ragazzi hanno dato un voto maggiore o uguale a 3 alla domanda "esiste un'emergenza psicologica?"

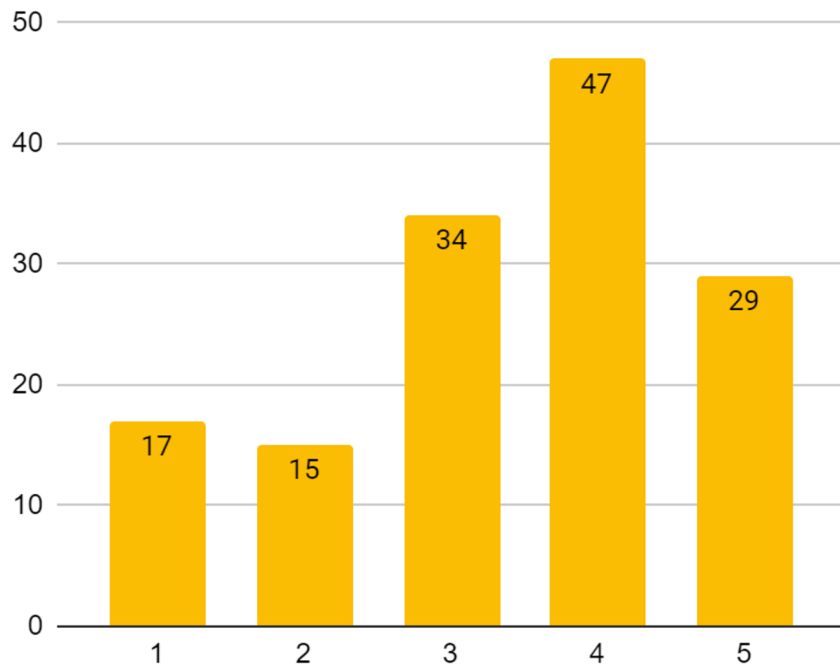
[\(vedi slide 51\)](#)



E NOI?

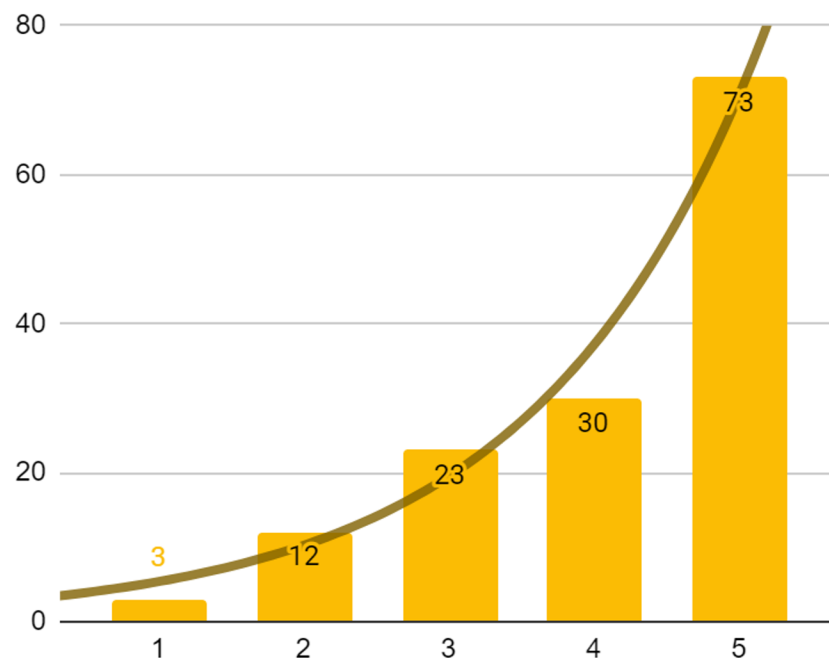
EMOZIONI

Credi che il malessere che provi sia legato all'epidemia di Covid-19?



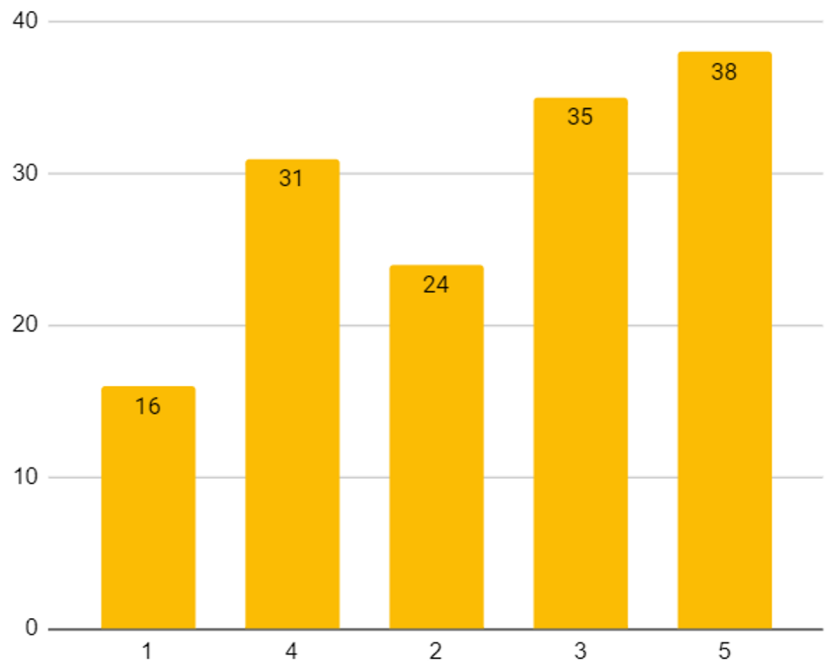
valore medio: 3,4 / 5

Parlandone con amici e coetanei, hai percepito un malessere generale?



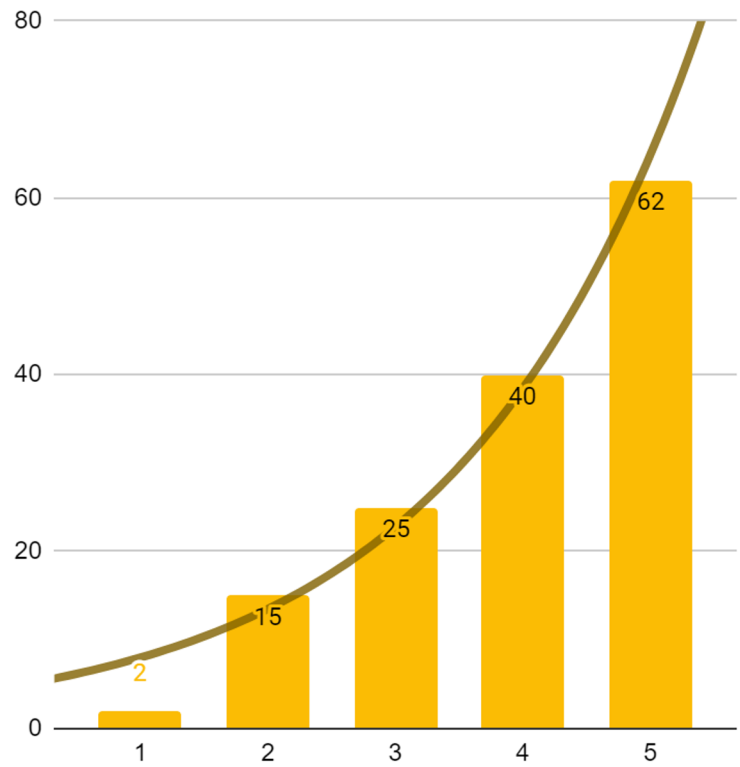
valore medio: 4,1 / 5

Questa situazione ti fa sentire solo e poco considerato?



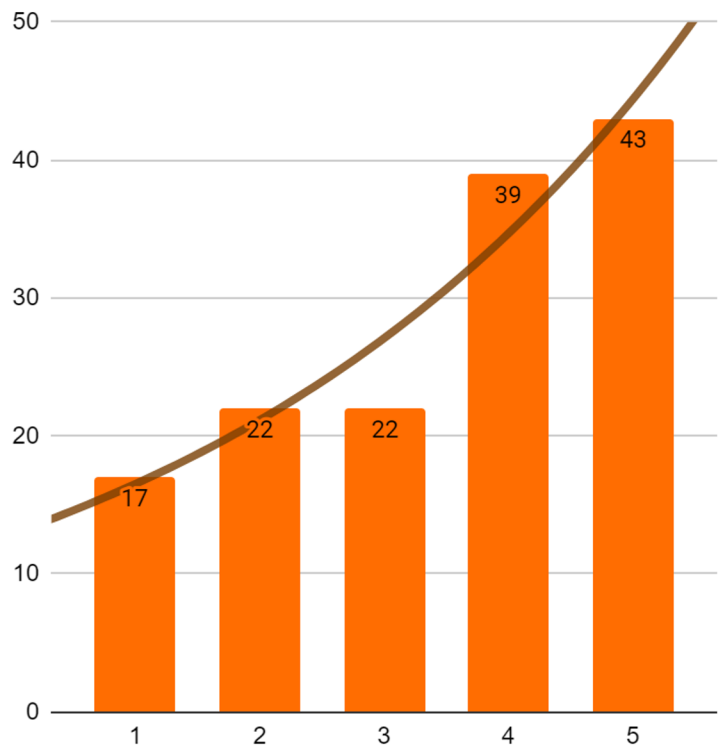
valore medio: 3,6 / 5

Ti senti spesso demotivato?

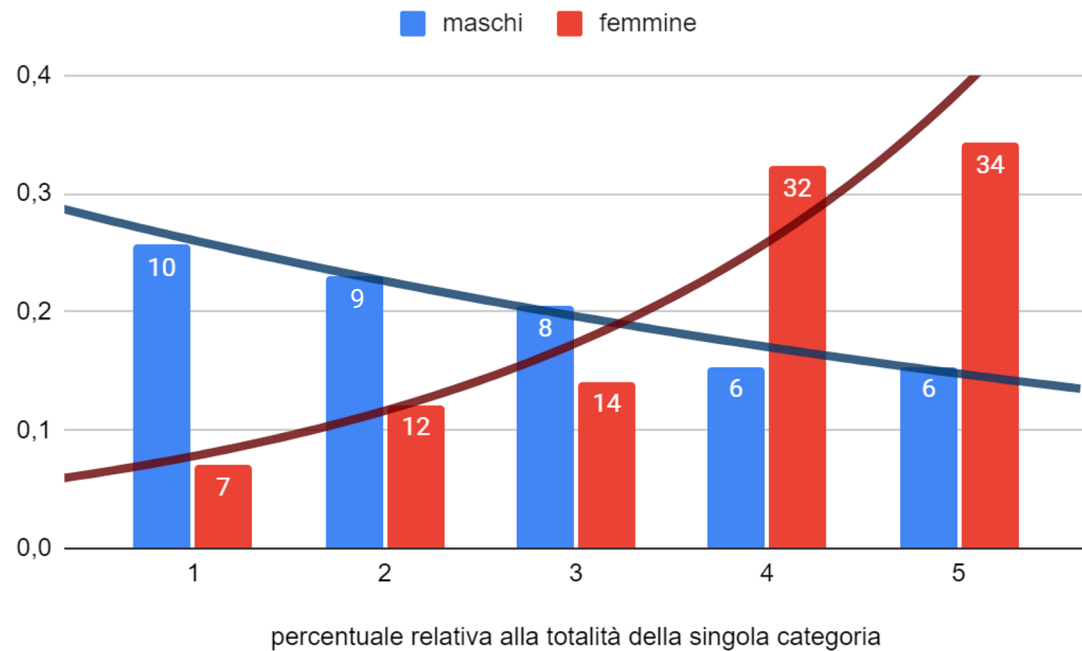


valore medio: 4,0 / 5

Ti senti spesso depresso, disperato?

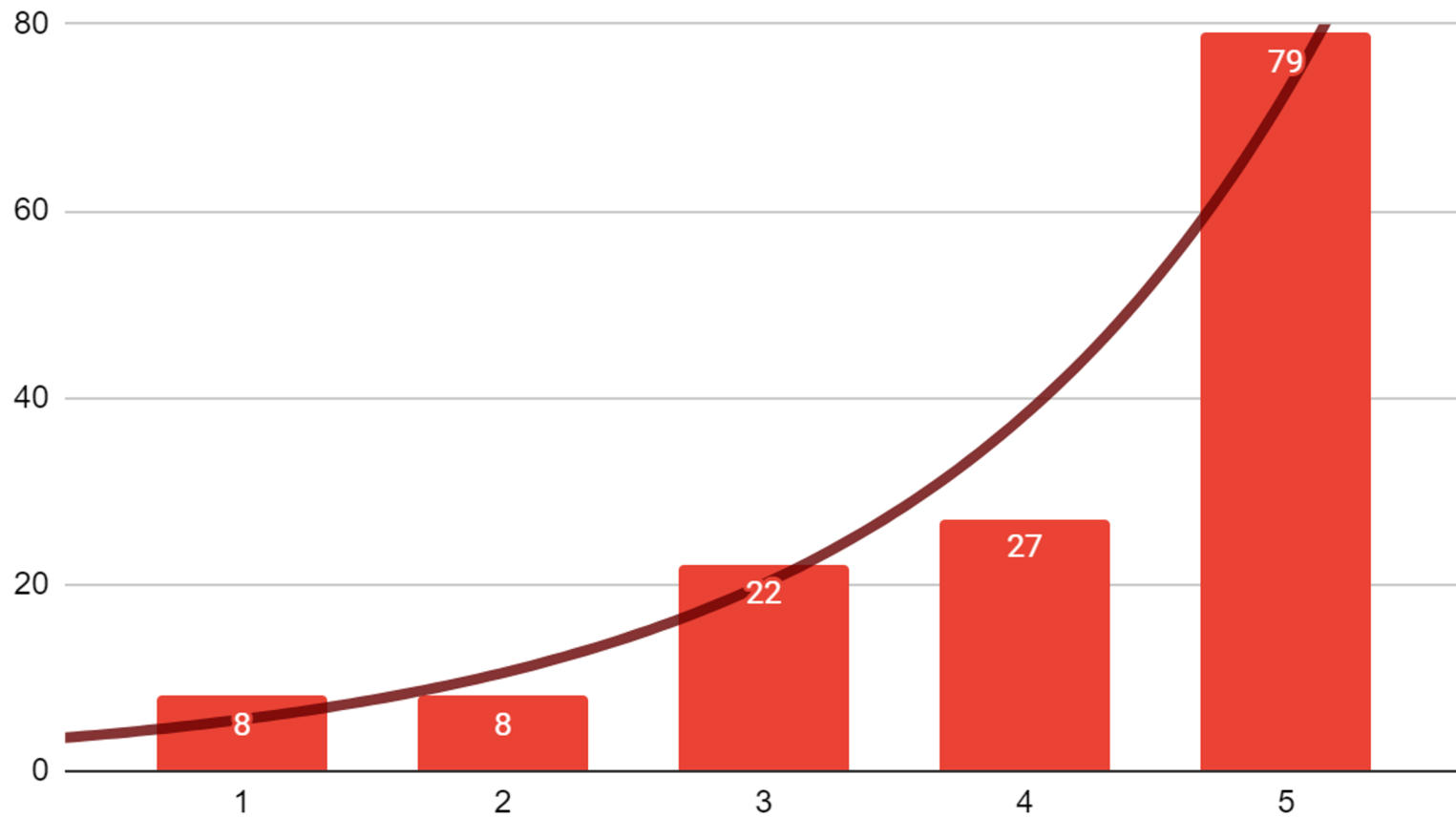


ti senti più spesso depresso, disperato?



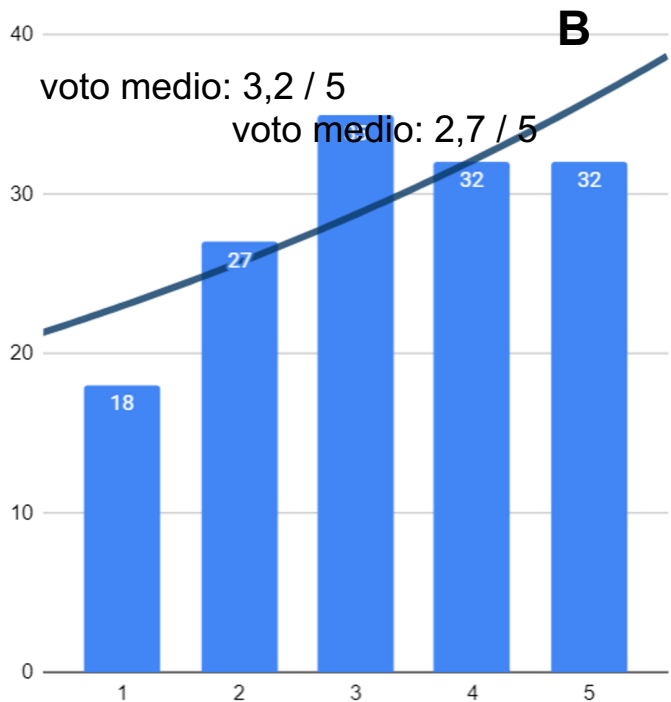
maschi: 2,7 / 5  
femmine: 3,7 / 5

Hai mai pensato: “mi hanno rubato degli anni che non torneranno più”?

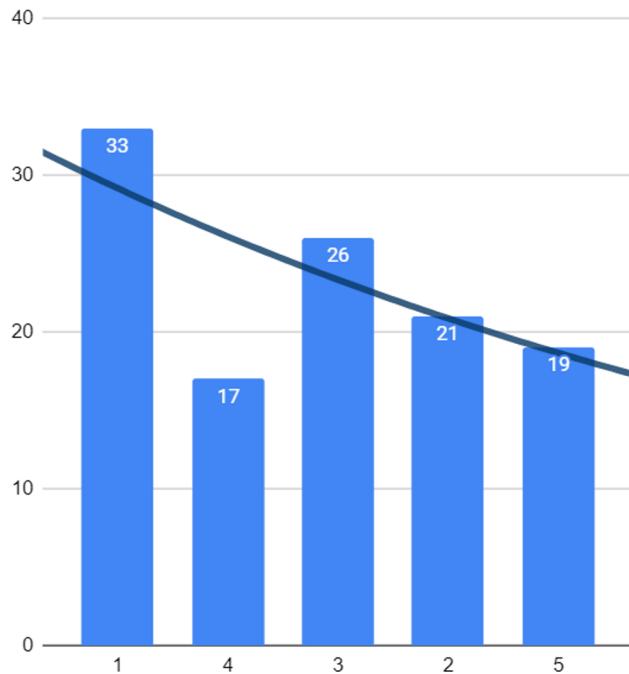


voto medio: 4,1 / 5

**A** Riesci a esprimere le tue considerazioni sulla tua situazione con i tuoi genitori?



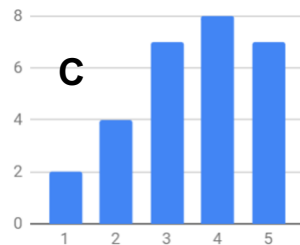
Se hai dei fratelli, riesci a parlarne con loro?



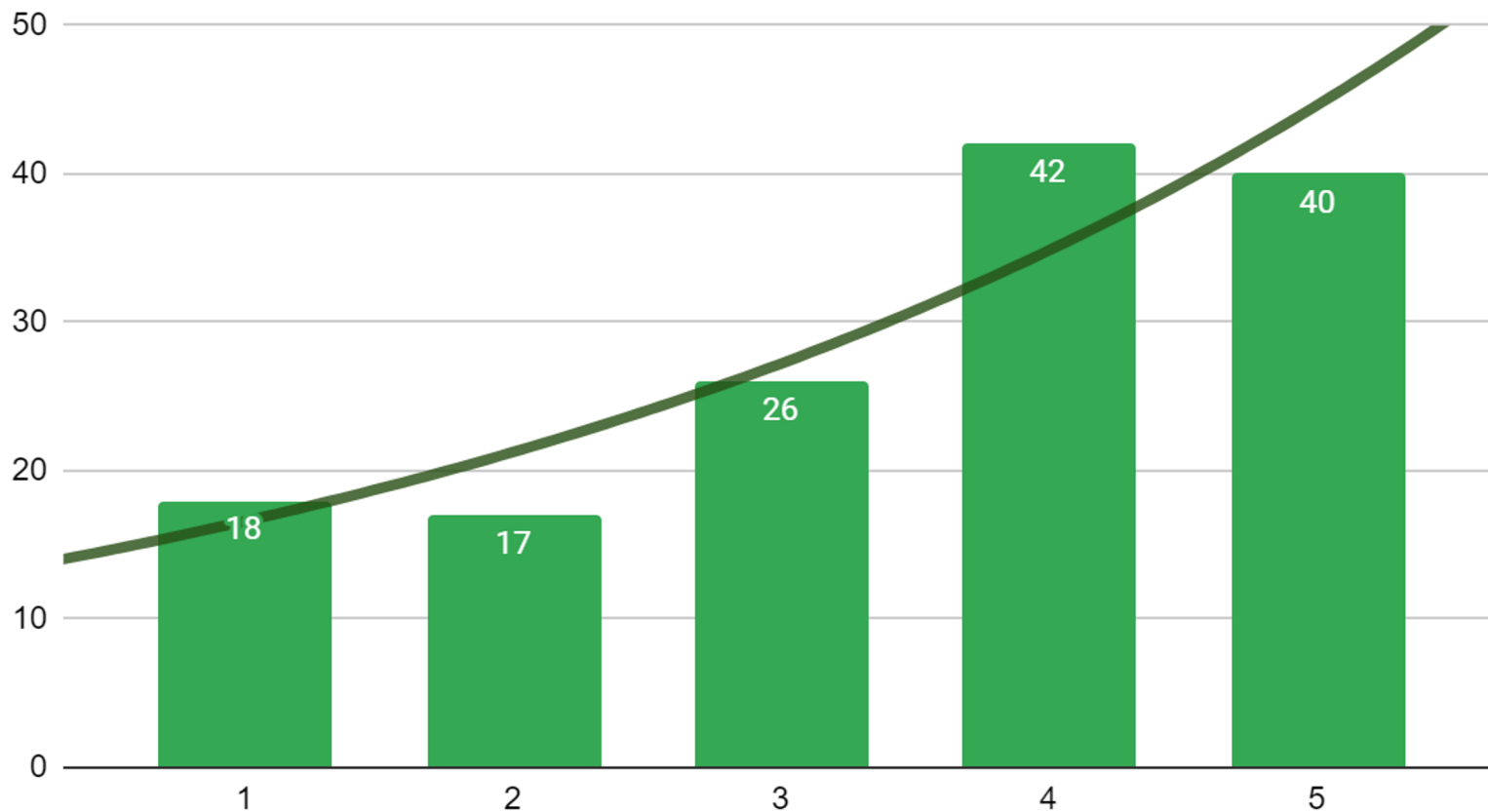
Non ci sono differenze tra maschi e femmine.

L'**87%** di chi fa fatica a parlare con i genitori e ha fratelli, fa fatica a parlare anche con i fratelli.

I figli unici riescono a esprimersi con i genitori meglio di chi ha fratelli (grafico C)

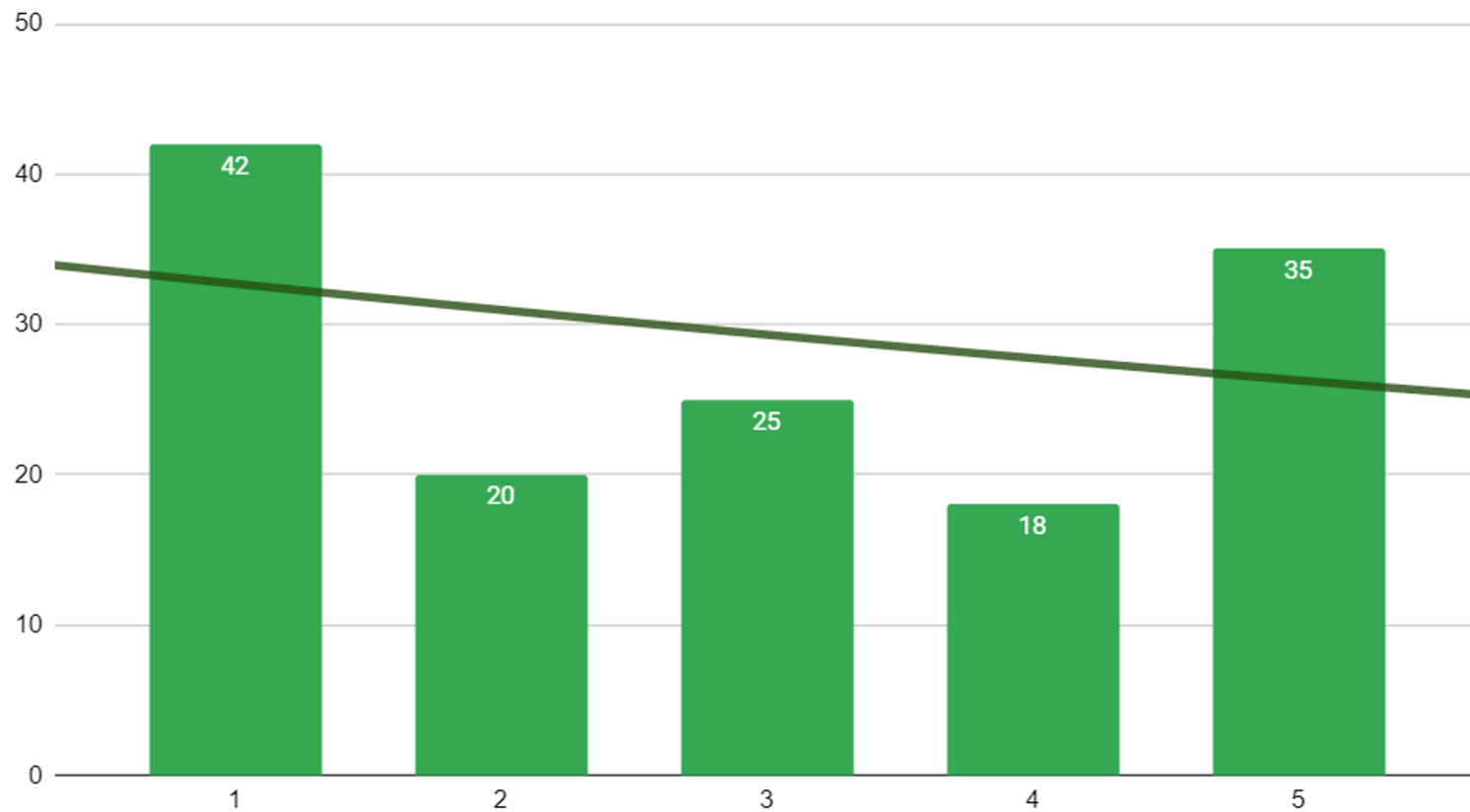


# Rispetto all'epoca pre-COVID, Il futuro ti fa più paura?



voto medio: 3,5 / 5

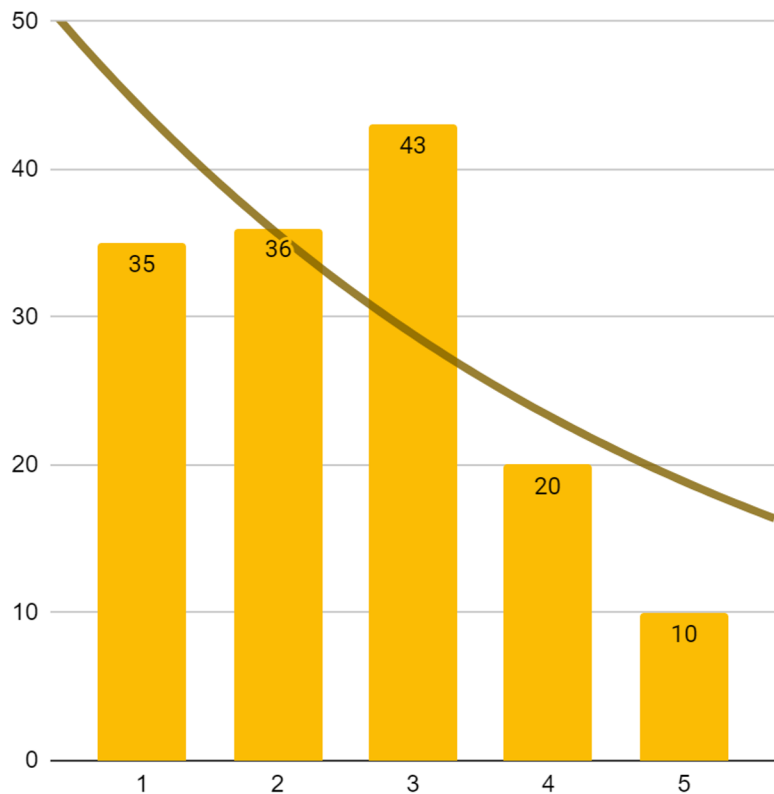
# Credi che il COVID abbia peggiorato la tua vita sentimentale?



voto medio: 2,9 / 5

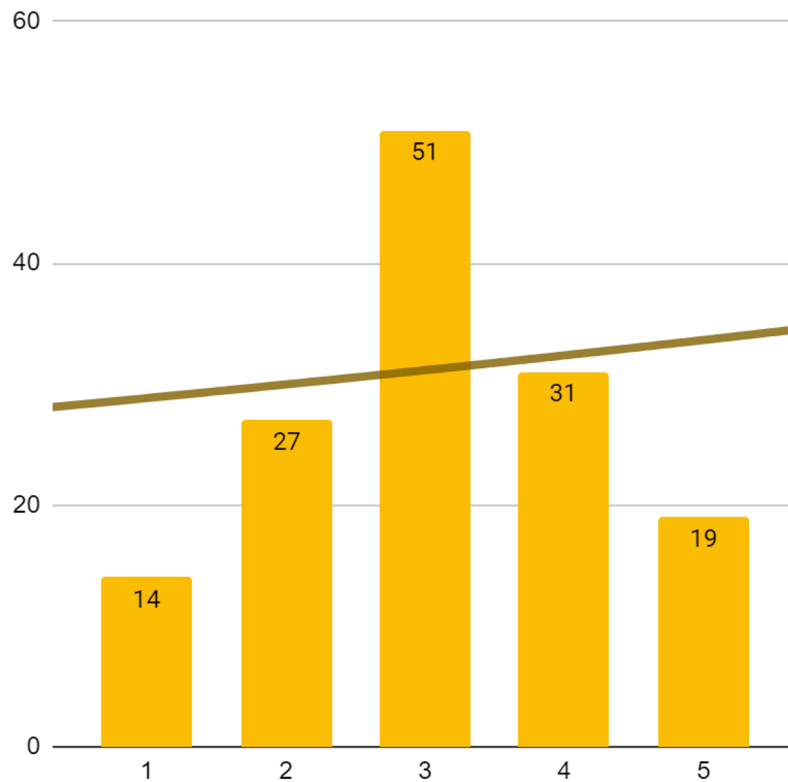


Dall'inizio della pandemia, ti sei avvicinato di più alla politica?

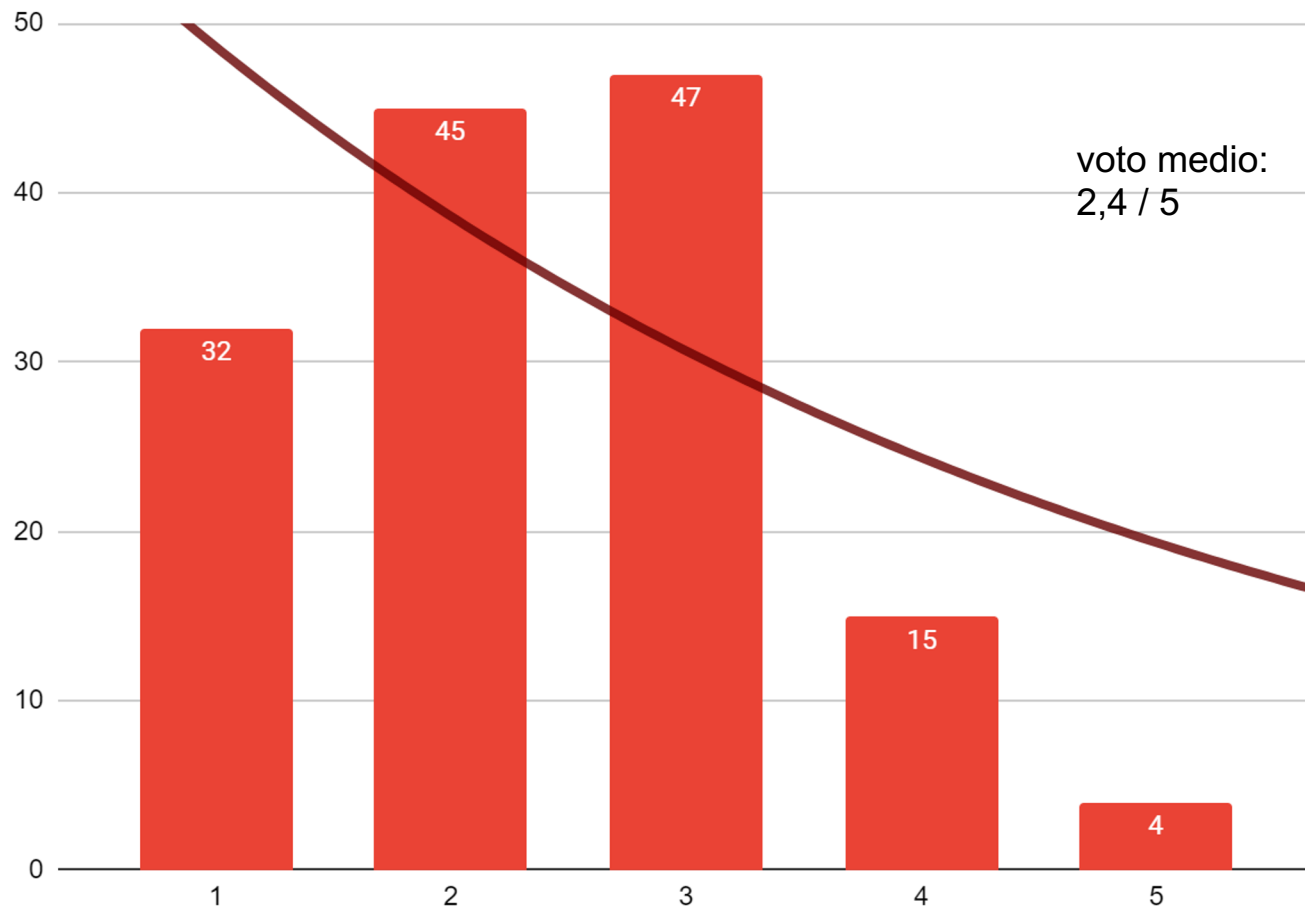


voto medio: 2,5 / 5

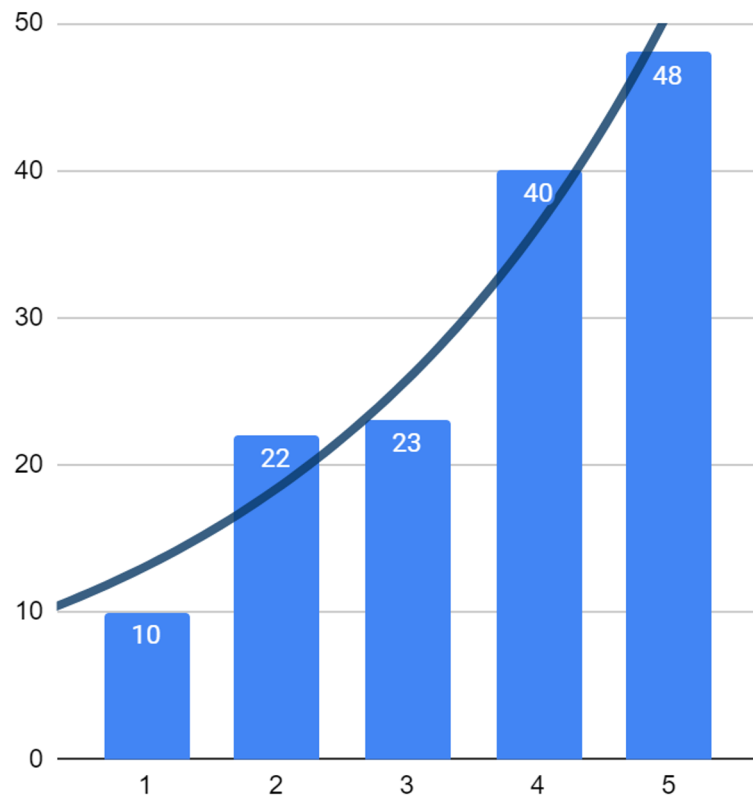
Nonostante tutte le informazioni che abbiamo a disposizione, ti senti incapace di capire a fondo la situazione in cui versiamo?



## Hai fiducia nelle istituzioni?



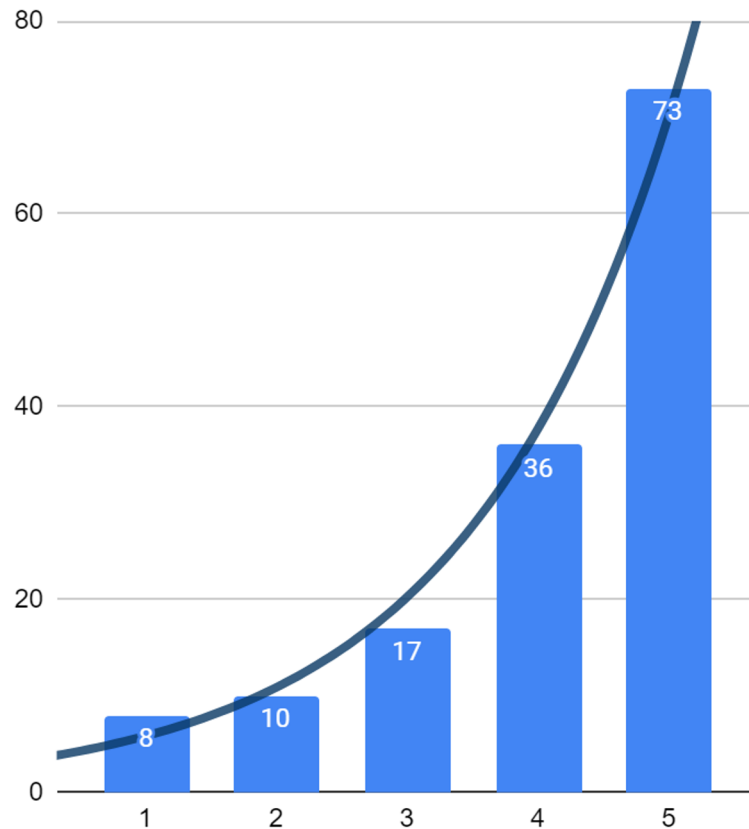
Rispetto a prima, ti rifugi maggiormente nella musica?



voto medio: 3,7 / 5

voto medio: 4,1 / 5

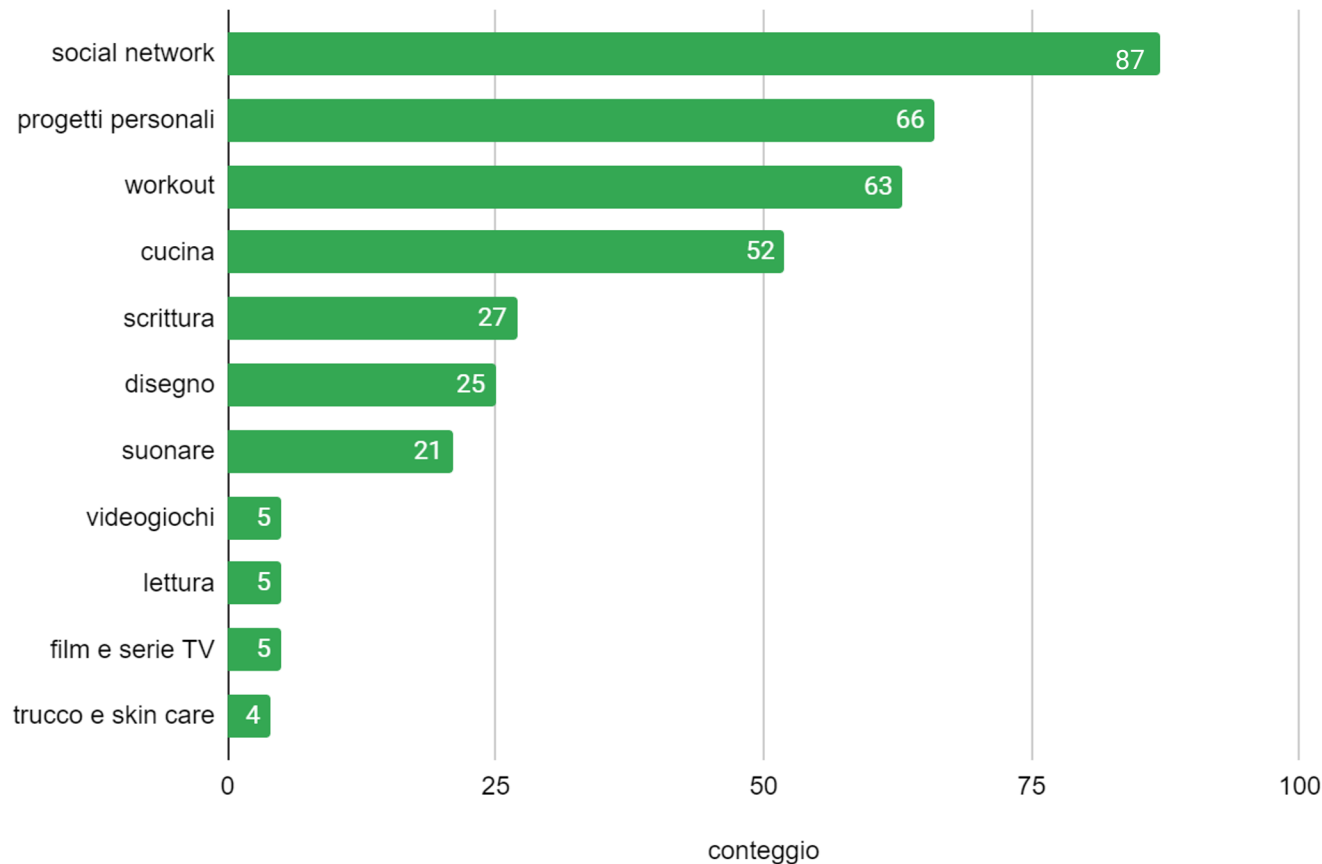
Ti rifugi nei ricordi?



E NOI?

ATTIVITÀ

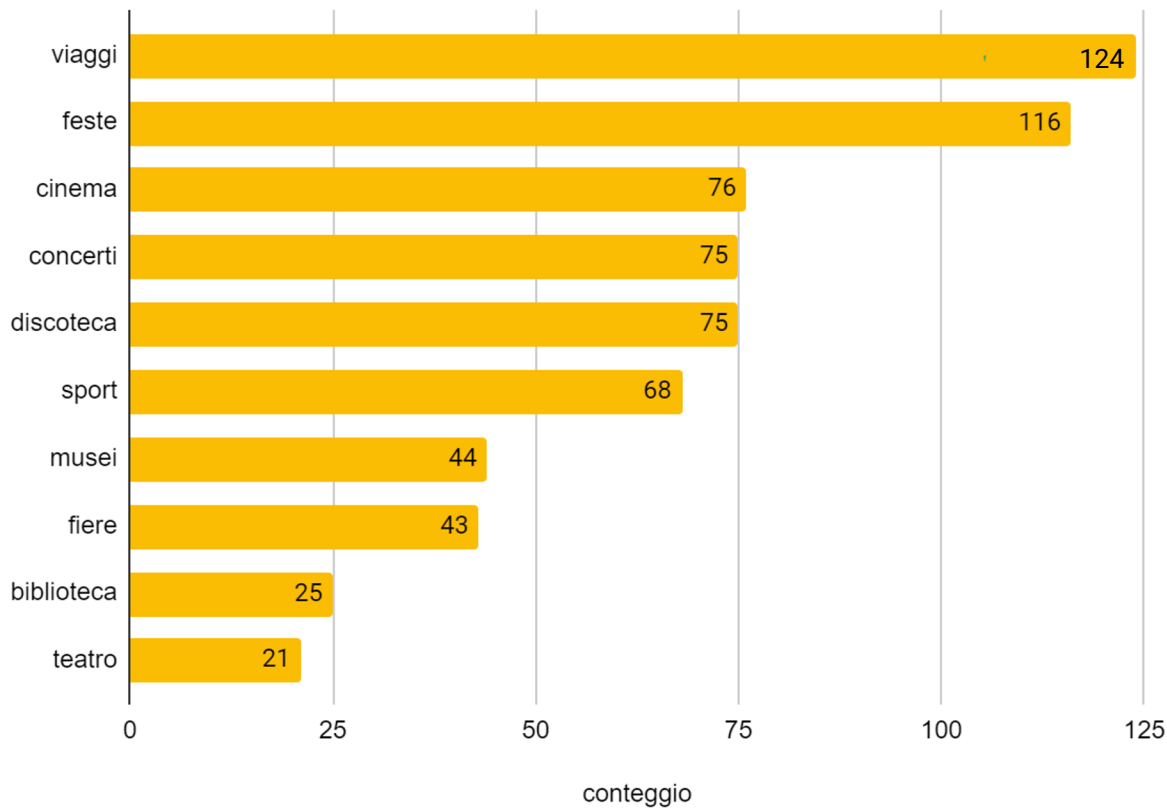
## Quali attività ti fanno stare meglio, stando in casa?



altro:

*coltivare piantine e fare giardinaggio  
approfondire le proprie conoscenze  
non ho tempo per fare attività extracurricolari  
ballare  
ascoltare musica  
puzzle e giochi con la famiglia  
registrare piccoli video personali  
chiamate, videochiamate  
messaggi con gli amici  
passeggiate  
giri in bici  
natura  
niente  
dormire  
youtube*

Quali di queste attività ricreative, ora per lo più sospese, ti mancano di più?



altro:

*uscire con gli amici*

*mangiare fuori*

*aperitivo*

*shopping spensierato*

*pranzi con la famiglia riunita*

*oratorio*

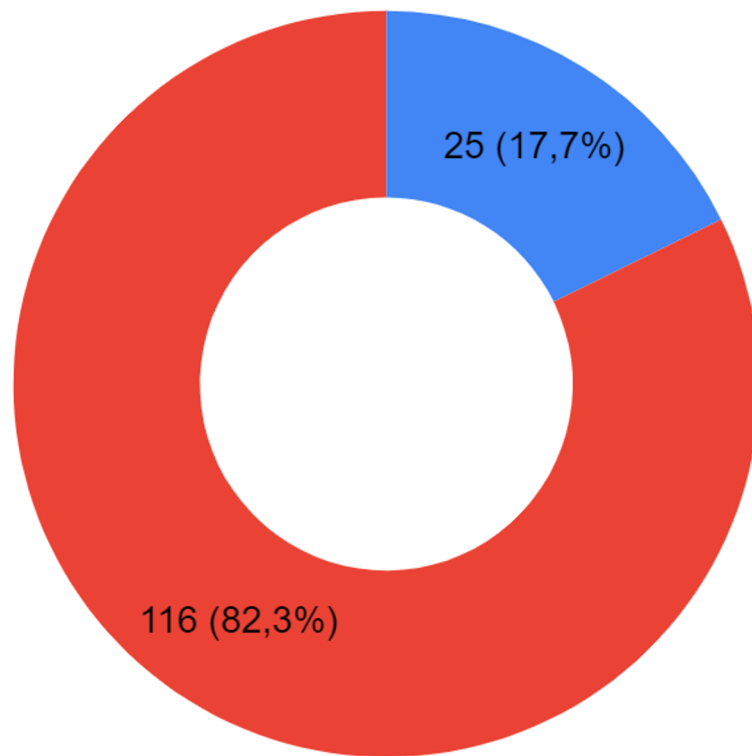
*andare allo stadio*

*andare in birreria*

A causa del coronavirus sei stato costretto a rinunciare a occasioni importanti nel tuo percorso di vita?

● No

● Si

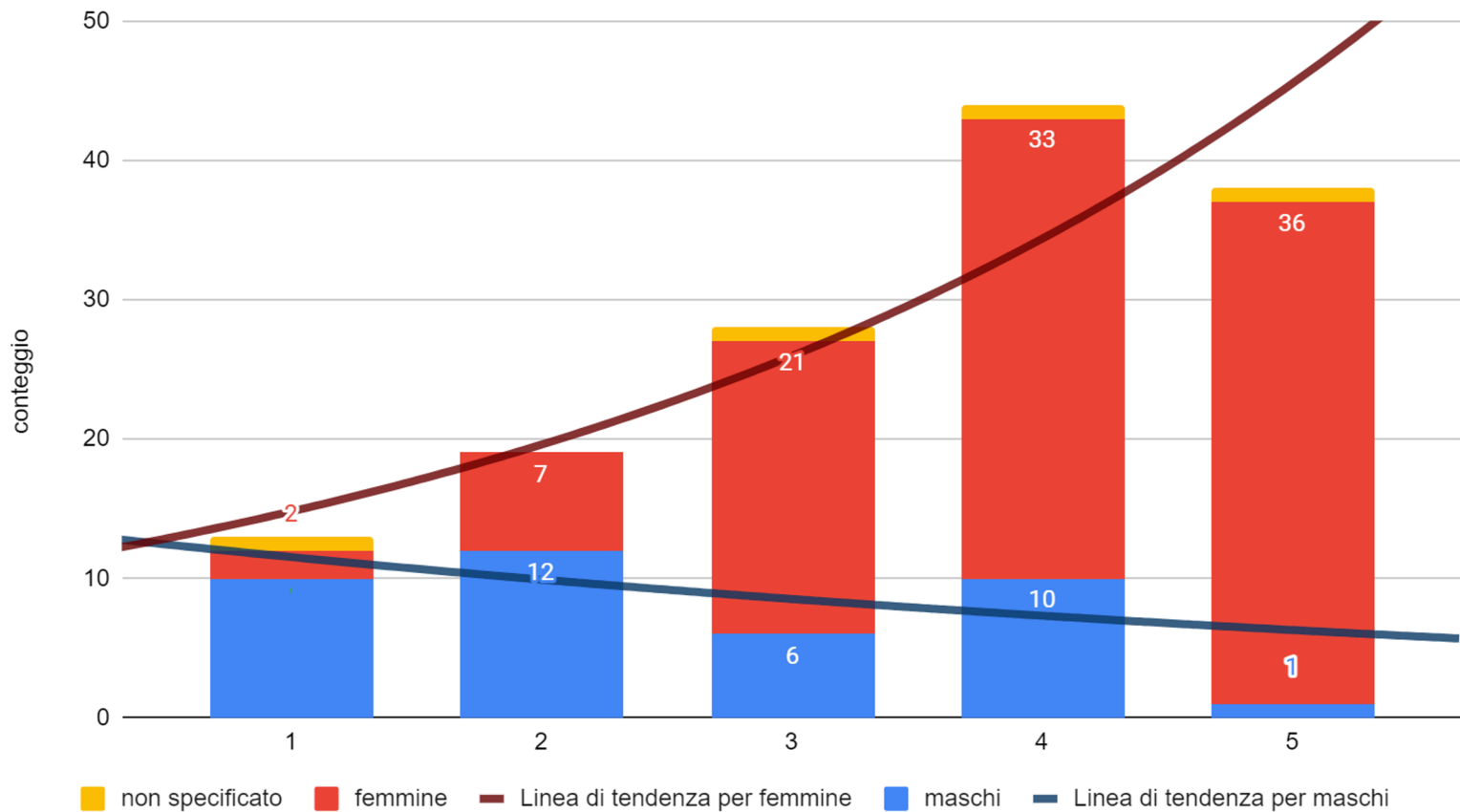


E NOI?

PSICOLOGIA



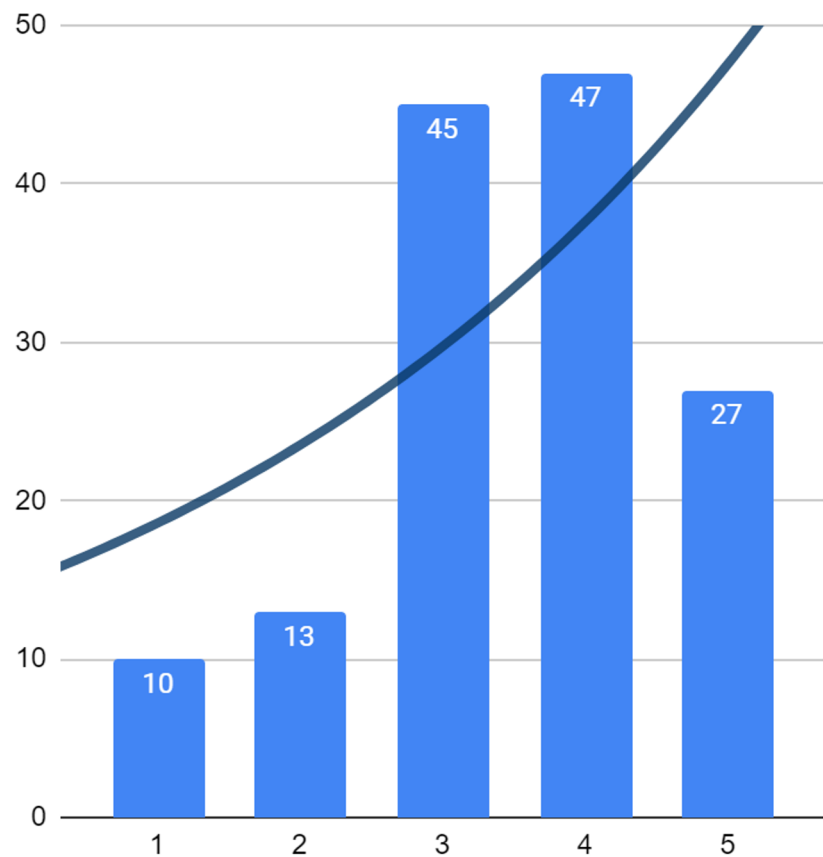
# ti senti più vulnerabile?



voto medio maschi: 2,5 / 5  
media femminile: 3,0 / 5

voto

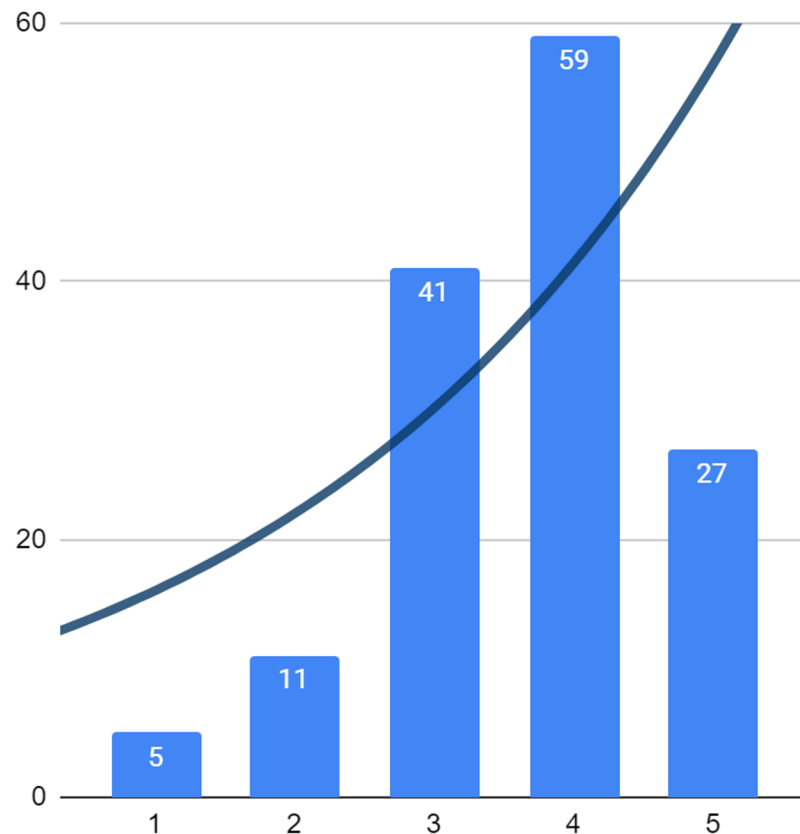
## Ti senti più realista?



voto medio: 3,5 / 5

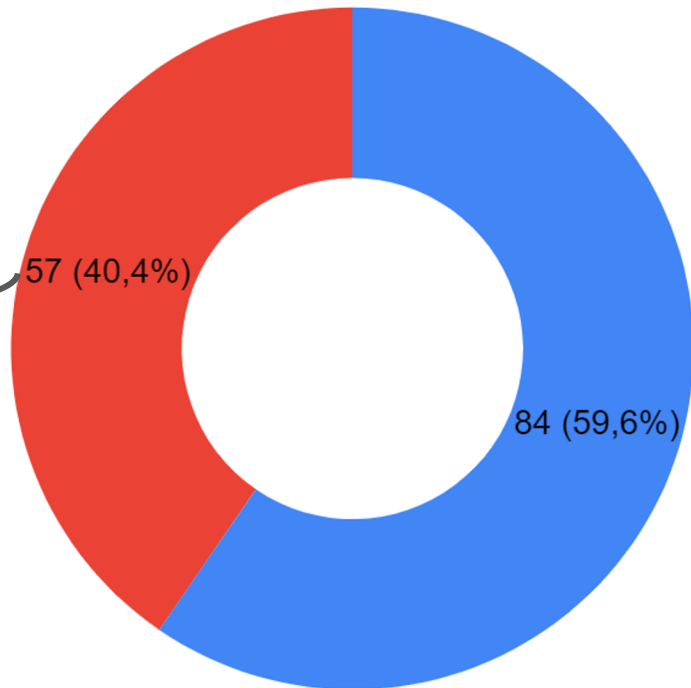
voto medio: 3.6 / 5

## Ti senti più maturo?



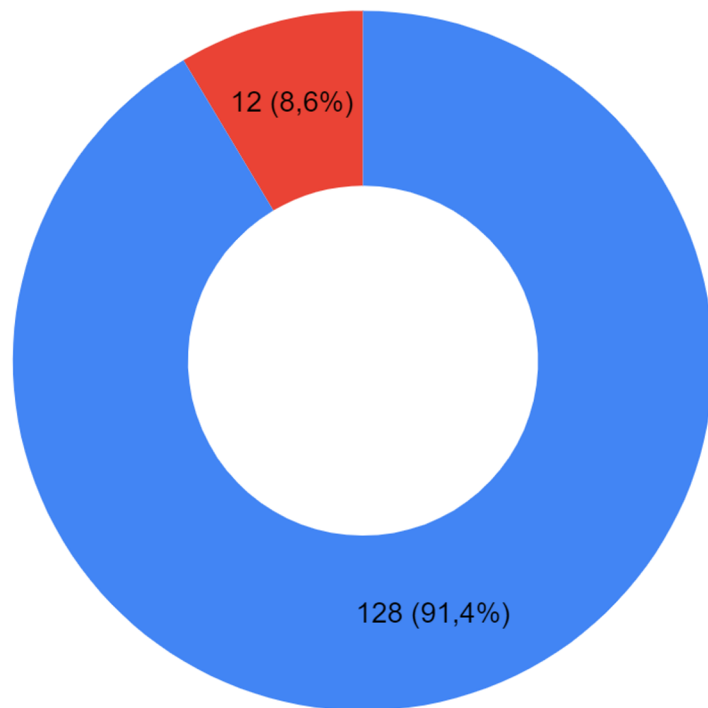
## Hai pensato di rivolgerti a uno psicologo?

- No
- Si



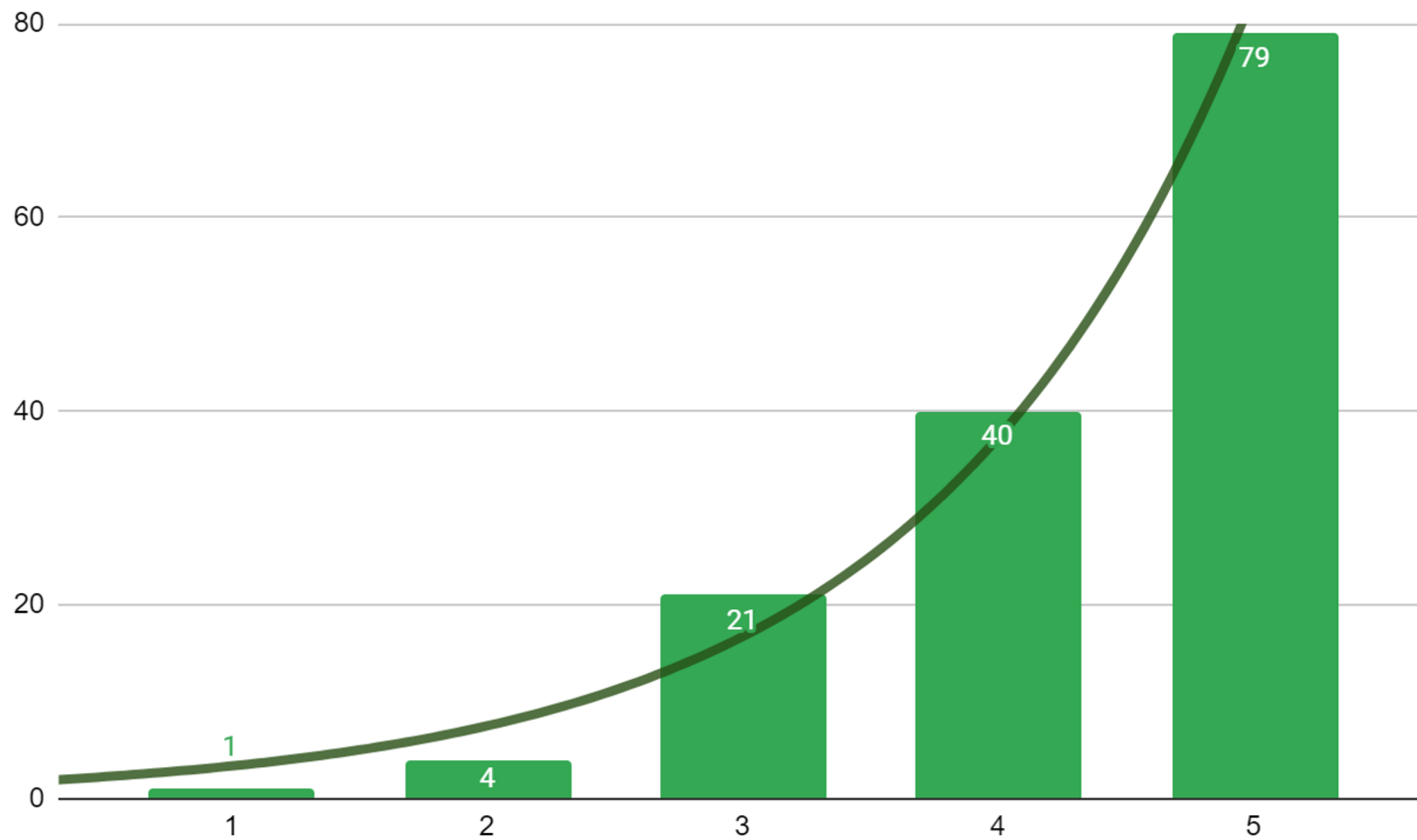
## Ti sei effettivamente rivolto a uno psicologo?

- No
- Si



Queste 57 persone sono molto demotivate (solo voti maggiori o uguali a 3 nella domanda relativa). Il 79% di loro ha votato 5 alla domanda sull'instabilità emotiva. chi ha votato sì? **47%** delle femmine e **18%** dei maschi.

Pensi che, oltre a quella sanitaria, esista un'emergenza psicologica?



valore medio: 4,3 / 5

## ULTIMO SPAZIO, CONCLUSIONI

Non è semplice raggruppare tutti i commenti finali in poche diapositive, ma trovo che sia fondamentale che queste voci vengano ascoltate. E' evidente una differenza tra ragazzi e ragazze: mi auguro che le risposte più ottimiste siano state sincere, e non dettate dalla vergogna di confessare le proprie debolezze, comportamento diffuso nei maschi.

Ringraziamenti, sfoghi, proposte molto interessanti urlano e implorano che gli venga concesso uno scopo. Nel commento finale maschi e femmine sono intervenuti in modo proporzionato; sono arrivate 25 risposte.

Tra le proposte, una molto interessante riguarda il fatto di sfruttare il monte ore per incontri con psicologi. Un'altra persona propone un test di valutazione psichica da parte di professionisti. Altri propongono valutazioni del genere su altre questioni, o sondaggi sul benessere psicologico per il personale docente.

Non sono una psicologa o una statistica, ma una semplice studentessa che ha compilato il questionario come i miei compagni. Sono solo la portavoce di molte domande che sono sorte nella maggior parte di noi diciottenni.

Credo che questa indagine sia stata molto importante, ma è necessario portarla avanti. Non possiamo fermarci a guardare le belle linee di tendenza esponenziali e gli istogrammi esteticamente apprezzabili.

È necessario cambiare qualcosa.

Voglio che sia una lezione di consapevolezza per provare a stappare le orecchie dei più indifferenti.

Voglio che si capisca che non siamo bambini da imboccare di informazioni unidirezionali, e non siamo automi.

E soprattutto, che non riusciamo più a essere spettatori passivi e inerti.

Cecilia

A mio parere, è necessario effettuare **test di valutazione psichica una volta usciti da questa situazione**, ma solo per sicurezza.

Fare la maturità come l'anno scorso :-)

Quest'emergenza ha tirato fuori il peggio dei professori, che se ne sono deliberatamente approfittati. Seriamente, abbiate più rispetto nei nostri confronti, **siamo esseri umani**, siamo ragazzi e ci meritiamo la giusta considerazione.

Che la smettano di rompere con questo virus

Credo che adesso abbiamo visto la luce in fondo al tunnel, speriamo di uscire da questo tunnel il più velocemente possibile e poi di sbronzarci e divertirci e intanto ok, è andato via in pratica mezzo anno di divertimenti ma tutto si recupererà...

Complimenti per l'idea del questionario. Grazie

Grazie per aver pensato a questo questionario! **È importante trasmettere consapevolezza** rispetto alla situazione che viviamo, sia per gli alunni che per i professori. Cercare di aiutarsi a vicenda e capirsi è il primo passo, grazie infinite :)

**Propongo di ripetere questa tipologia di sondaggio anche per altre questioni.** Ottimo lavoro!

non siamo pronti per un esame di maturità completo, abbiamo lavorato solo sulla parte orale..

ciao Cecilia, hai toccato i punti giusti e credo vadano presi in considerazione tutti questi fattori anche a scuola

Ho apprezzato tanto questo questionario! È molto ben fatto secondo me. Grazie!

Tutti gli studenti sono esauriti e nessuno se n'è accorto fingendo che per noi fosse solamente tutto più facile e comodo. Tutti i giorni io e i miei amici più stretti negli ultimi due mesi abbiamo avuto crolli emotivi e pianti isterici perché i professori non sono in grado di capire la nostra posizione e cercare nel limite del possibile di aiutarci. Siamo umani anche noi.

Grazie per aver fatto questo questionario

**Monteore/incontri con psicologi**

Complimenti per il questionario

Siccome la scuola gioca un ruolo importante nella vita di noi studenti, vorrei che da parte dei professori e le istituzioni ci sia più riguardo. Chiedo che venga capita la situazione psicologica in cui ci troviamo, perchè siamo esseri umani proprio come loro, **non siamo robot** e non possiamo essere così carichi di studio. Tutto questo sta avendo serie ripercussioni psicologiche su noi studenti: il sistema della scuola in Italia è tossico, siamo perennemente stressati, carichi di studio e veniamo continuamente accusati di cose che in realtà non dipendono da noi (connessione, fotocamera...). Spero che qualcosa possa cambiare perchè **questa situazione è insostenibile**

**Dovremmo cercare di farci forza a vicenda, cercare di estrarre il meglio dal peggio. Ma tutto ciò che ci circonda, e ripeto tutto, dimostra il contrario**

**La DAD ha fatto soffrire molte persone**, e in questo ultimo periodo credo abbia influito negativamente sugli studenti più di quanto possa averlo fatto la situazione Covid. Confrontandoci abbiamo riscontrato un po' le stesse problematiche, e per molti queste ultime settimane prima delle vacanze sono state parecchio opprimenti e stressanti. Dopo le lezioni si riusciva a staccare per poco tempo dalla scuola, giusto il tempo di pranzare e passare un po' di tempo con la famiglia, poi si cominciava a studiare non-stop fino a notte tarda. Alcuni sono arrivati a studiare ad orari improponibili, 3-4 di notte, poi ovviamente non tutti siamo uguali, ma chi tiene alla scuola ha lasciato tutte le sue energie nelle ultime settimane. **Scrivo queste cose non perchè io voglia lamentarmi o altro ma vorrei giusto che capiste la situazione di noi studenti, visto che è questo l'obiettivo del questionario.** Naturalmente sono perfettamente consapevole che la situazione è difficile per tutti e ammiro anche i professori per essersi adattati al periodo perchè non è da tutti. Avrei voluto o meglio **avrei avuto bisogno di un po' più empatia** da parte loro, questo sì, ma non importa ci siamo accontentati e ormai è passata, sperando vivamente di non rivivere quei momenti anche nei mesi a venire. Vi prego di cogliere questo commento un po' come uno sfogo a cuore aperto, perchè so che tante cose purtroppo non dipendono da voi e che naturalmente non possono essere cambiate con uno schiocco di dita.

**Penso che questa situazione abbia stravolto la vita di tutti noi**, come non avremmo mai potuto immaginare.. ciò che mi auguro con tutto il cuore è di poter tornare alla spensieratezza di quei giorni, tanto vicini quanto immensamente lontani, quando dare un abbraccio, parlare e cantare a pochi centimetri di distanza erano la cosa più ovvia del mondo...



Mi sembra di vivere una **vita surreale, mi sembra ingiusto a volte che il tempo scorra e noi rimaniamo immobili**. So che è giusto così ed è necessario rimanere il più sereni possibili: tuttavia molto spesso vengo travolta dai miei “vecchi” sogni e desideri, dal pensiero che **la spensieratezza che si dovrebbe avere a 18 anni non ci sarà mai per noi. Non possiamo creare aspettative per il futuro perché tutto ciò sembra infinito**. Forse l'unico lato positivo del covid è che ho imparato a vivere intensamente ogni attimo e a dare valore alle “banalità”.

Grazie di preoccuparvi anche di questi problemi! **Spesso ho l'impressione che i prof si preoccupino solo di problemi scolastici, medie che si abbassano...** e quando vengono a galla certe problematiche la risposta è sempre “siete in quinta, è normale avere un carico più pesante/preoccupazioni/ansia”. Ovviamente capisco che anche loro sono umani e si trovano in una situazione particolarmente stressante, però mi fa piacere sapere che almeno c'è qualcuno che si preoccupa genuinamente del benessere di noi ragazzi - qualche amico ha commentato un po' cinicamente che solo uno studente può preoccuparsi di altri studenti, ma in ogni caso grazie per il tuo tempo!

Grazie di questo sondaggio. **Gli ultimi mesi, a differenza del primo lockdown, sono stati davvero complessi. Io non so se torneremo a scuola**. Non so quanto durerà la presenza a scuola. In ogni caso sarà difficile. La scuola non ci sta venendo in contro. **La scuola non è più un luogo di felicità**. La scuola ora mi sta solo distruggendo pian piano e credo che se andiamo avanti così non arriviamo per niente carichi e pronti alla maturità. Penso che i prof non siano davvero coscienti di cosa stiamo provando. Il COVID è duro. Ma specialmente per noi. **Questi dovrebbero essere gli anni più belli della nostra vita**, dovremmo ridere, piangere, sentirci vivi, studiare, ballare, cantare la musica urlando con i propri amici. **Tutto questo si è appiattito, la nostra vita è diventata grigia, e l'unica cosa che stiamo facendo è studiare per mille verifiche alla settimana, per avere dei voti che alla fine non contano niente. La cosa che più mi fa innervosire è proprio l'inconsapevolezza dei professori**.

La scuola dovrebbe pensare in primis al benessere psicologico degli studenti e vederli prima di tutto come persone. **Mi dispiace dirlo, ma personalmente mi sento trattata con pochissimo rispetto, al pari di un automa** durante questo periodo di quarantena (anche quello scorso). Questo perché non ci si rende conto che **nessuno di noi sta bene** chiuso in casa, senza molti degli svaghi che esistevano in precedenza, lontano dagli affetti e **reclusi da ogni tipo di vita sociale**, a mio parere essenziale per un ragazzo della nostra età. In questo contesto è impossibile sostenere un carico di lavoro/stress uguale a quello che sopportiamo durante la normale didattica; o addirittura un **carico maggiore**, come alcuni sostengono, dato che **"tanto siamo a casa"**. Posso capire che per molti prof sia difficile forse capire questo, ma andrebbero ascoltate anche le voci degli studenti che sono in ginocchio ormai è prese delle decisioni volte a risolvere o migliorare questa situazione. **Inoltre immagino che anche al personale docente debba essere fornito sostegno psicologico dato che solo una persona che sta bene può insegnare a star bene e creare un ambiente formativo sano.**

Vorrei che i professori si sforzassero di capire la nostra condizione e ci assegnassero meno lavoro da fare a casa, vorrei avere più tempo per me stessa e per le persone a cui voglio bene

Ti ringrazio. Grazie per averci dato un mezzo per dare voce alla nostra situazione. Probabilmente non siamo quelli che stanno peggio, ma stiamo attraversando un momento difficile. Con la fine della quinta si si pensa al futuro, ma **noi ora siamo immobilizzati in un limbo**. Questo periodo indubbiamente mi ha fatta crescere, mi ha aiutata ad andare più nel profondo con le mie emozioni e i sentimenti. Mi chiedo come sarebbe stato senza. Quella del questionario è stata una bellissima idea. So che siamo in un momento bruttissimo e che il lavoro dei professori deve essere concretizzato in **voti, ma noi ridotti solamente a quelli ci sentiamo impotenti**. **Abbiamo bisogno di trovare in noi un valore reale, che ci aiuti a proiettarci nel futuro. Questa concezione di scuola come macchina che colleziona voti con la DAD è aumentata molto.**