

anonyme Umfrage zum Thema Stress bei Schülerinnen und Schülern der K1am MSG
Breisach

Psychologiekurs

Zutreffendes bitte umkreisen

Geschlecht: m/w

1. Was verstehst du unter Stress?
2. Wie gestresst fühlst du dich gerade 1-10
3. Fühlst du dich unter Druck gesetzt? Von wem?
4. Stresst dich die Schule?
5. Kommst du mit dem Leistungsdruck zurecht?

6. Leidest du unter Stress Symptomen wie Kopfschmerzen, Schlafstörungen oder anderen? Wenn ja welchen anderen?
7. Schläfst du aufgrund von Stress weniger/schlechter?
8. In welcher Jahreszeit ist dein Stresslevel am höchsten?
9. Stiegt deine Aggressivität, wenn dein Stresslevel steigt?
10. Erlebst du dich in deiner Freizeit durch die Schule eingeschränkt?
11. Beeinflusst dein Stress deine Familie, deinen Freundeskreis, deine Klasse?

12. Wie gehst du mit dem Stress um?
13. Was tust du für den Ausgleich?
14. Hat sich dein Umgang mit Stress in den letzten Jahren verändert?