

EDUKACJA ZDALNA OCZAMI STUDENTÓW KSZTAŁCĄCYCH SIĘ W KRAKOWIE W DOBIE PANDEMII

Abstract

Education through the eyes of students studying in Krakow in the pandemic era

The COVID-19 pandemic has a negative effect on the mental and physical wellbeing of almost every individual on the globe. The purpose of this study was to evaluate the impact of the COVID-19 pandemic on the population of students studying in Krakow, Poland. This paper presents a meta-analysis of the impact of the epidemic on the lives of students around the world. The aftermath of the pandemic is discussed ranging from obligatory educational changes, sudden transformations in the job market, to the psychosocial consequences of the new circumstances that came with the spread of the virus. An analysis of a study conducted on students from Krakow is presented; it indicates that professors' preparation for online classes is for the most part unsatisfactory. Interestingly, however, many students are satisfied with the fact that their education is conducted remotely. Compared to the data from currently available studies, the level of pandemic stress is slowly decreasing over time. Although people's psychological wellbeing is improving, it has not returned to its pre-pandemic state.

Keywords: COVID-19, distance learning, pandemic, stress, students

Streszczenie

Pandemia COVID-19 ma negatywny wpływ na dobrostan psychiczny i fizyczny niemal każdego człowieka na kuli ziemskiej. Celem niniejszej pracy była ocena wpływu pandemii COVID-19 na populację studentów studiujących w Krakowie. Została przeprowadzona metaanaliza wpływu epidemii na życie studentów na całym świecie. Omówione zostały następstwa pandemii, począwszy od obligatoryjnych zmian edukacyjnych, nagłych przekształceń na rynku pracy, aż po psychospołeczne konsekwencje nowych okoliczności, które pojawiły się wraz z rozprzestrzenieniem się wirusa. Przedstawiono analizę badań przeprowadzonych na studentach z Krakowa, z których wynika, że przygotowanie profesorów do zajęć online jest w większości niewystarczające. Co ciekawe, wiele osób jest jednak zadowolonych z faktu, że ich kształcenie prowadzone jest w formie zdalnej. W porównaniu z danymi z dostępnych obecnie badań poziom stresu spowodowanego pandemią

wraz z upływem czasu obniża się. Jednak pomimo tego, że stan psychiczny osób poprawia się, nadal nie powrócił on do stanu sprzed pandemii.

Słowa kluczowe: COVID-19, kształcenie zdalne, pandemia, stres, studenci

Tło teoretyczne

Pandemia miała wpływ na codzienne życie wielu studentów na całym świecie. Większość uczelni od marca 2020 roku przeszła na tryb zdalny kształcenia. W dość krótkim czasie zarówno uczelnie, jak i studenci musieli się zaopatrzyć w odpowiedni sprzęt oraz wiedzę dotyczącą ich obsługi. Dzięki masowym szkoleniom kadry możemy zauważyć wzrost biegłości technologicznej, a co za tym idzie sprawniejszą interakcję ze studentami oraz zwiększenie płynności prowadzenia zajęć [Soldatowa, 2020]. Pandemia postawiła przed wieloma uczelniami różne wyzwania, przez co prowadzący musieli wykazać się niezwykłą wytrwałością, kreatywnością oraz chęcią zerwania z pewnymi utartymi schematami. Zamknięcie uczelni pokazało, że dzięki technologii jest możliwość przeniesienia tego, co dzieje się na zajęciach, w przestrzeń internetową. Jednak nadal istnieją pewne ograniczenia, które powodują polaryzację opinii o nauce zdalnej. Zarówno prowadzący, jak i studenci odczuwali trudności w komunikacji, przeciążenia pracą związaną ze studiami oraz zmagali się ze skutkami wielogodzinnego siedzenia przed komputerem [Grodzicki i in., 2020]. Jednym z czynników, które mają istotny wpływ na życie studentów, jest doświadczenie uniwersyteckie. Niestety, przez zmiany w warunkach kształcenia i przeniesienie zajęć na tryb online studentom jest trudniej nawiązać kontakty towarzyskie i budować relacje z innymi osobami mającymi podobne poglądy [WeWork, 2021]. Naukowcy twierdzą, że w trakcie pandemii jednym z silnych predyktorów stresu było przystosowanie studentów do pracy online [Ozamiz-Etxebarria i in., 2020, za: Shah i in., 2020; Grodzicki i in., 2020]. Kolejnym stresorem była sytuacja materialna studenta oraz zatrudnienie. Szczególnie wysoki wskaźnik stresu wykazywali badani, którzy stracili źródło dochodu „z dnia na dzień” w wyniku lockdownu. Niektórzy studenci stracili nie tylko pracę, ale również możliwość uzyskania stypendium, czego przykładem jest studentka UJ, którą ominęła szansa na zdobycie stypendium sportowego wraz z odwołaniem zawodów lekkoatletycznych [Grodzicki i in., 2020]. Wśród ankietowanych studentów powyższe zmiany przyczyniły się do mniejszego poczucia przynależności do społeczności uniwersyteckiej. Badania wskazują na pozytywną korelację między poczuciem przynależności uniwersyteckiej a poczuciem szczęścia oraz negatywną korelację między lękiem, depresją, poczuciem samotności i wykluczeniem społecznym [Arslan, Yıldırım, Zangeneh, 2021]. Naukowcy wskazują, że jedną ze zmiennych wpływających na ryzyko wystąpienia zwiększonego lęku, depresji i poczucia stresu jest wiek, szczególnie w przedziale 18–24 lata [Shah i in., 2020]. Należy zaznaczyć, że lata te przypadają zwykle na okres studiowania. Co więcej, w porównaniu z innymi sytuacjami zawodowymi (tj. zatrudnienie lub emerytura) stwierdzono, że status studenta jest czynnikiem ryzyka rozwoju większej liczby objawów depresyjnych [González i in., 2020; Lei

i in., 2020; Olagoke i in., 2020, za: Xiong i in., 2020]. Według badań Izdebskiego [2020, za: Plichta i in. 2020] u osób w przedziale wiekowym od 18 do 29 lat w czasie pandemii o niemal 40% zwiększyło się uczucie senności, chronicznego zmęczenia czy osłabienia. Wymienione wyżej objawy zaliczają się do objawów depresyjnych [Truschel, 2020]. 41% ankietowanych odczuwało zwiększone poczucie samotności, a aż 44% deklaroowało silniejsze okresy przygnębienia, w niektórych przypadkach nawet stany depresyjne [Izdebski, 2020, za: Plichta i in. 2020].

Cel badania, metoda i narzędzia

Badanie zostało przeprowadzone w trakcie trwania w Polsce tzw. trzeciej fali pandemii COVID-19. Celem było zaktualizowanie informacji na temat stosunku studentów krakowskich uczelni wyższych do kształcenia zdalnego (m.in. w sferze kształcenia, sytuacji zawodowej oraz samopoczucia). Ankieta w porównaniu z poprzednimi cytowanymi badaniami, m.in. Długosza [2020a, 2020b] oraz Niezależnego Zrzeszenia Studentów [2020], pozwoliła na spojrzenie na żaków z krakowskich uczelni jak na jedną spójną grupę. Autorka starała się odpowiedzieć na następujące pytania badawcze: Jaki jest stosunek studentów krakowskich uczelni wyższych do kształcenia zdalnego podczas trzeciej fali pandemii koronawirusa? Czy poczucie radzenia sobie z obowiązkami domowymi i uczelnianymi wpływa na wzrost poczucia napięcia i zdenerwowania u respondentów?

Rekrutacja do badania odbyła się przez internet, poprzez zamieszczenie elektronicznej wersji ankiety na platformie społecznościowej Facebook. Ankieta wypełniana była internetowo za pomocą formularzy Google. Czas wypełnienia był nieokreślony, ale średnio zajmował badanym ok. 3 minuty. Ankieta była udostępniona respondentom od 27 kwietnia do 13 maja 2021 roku na grupach krakowskich uczelni wyższych.

Do przeprowadzenia badania użyto autorskiego narzędzia składającego się z 18 pytań. Wymiar edukacji zdalnej został skonstruowany na podstawie ankiety wykorzystanej w artykule Soldatowej [2020]. W pierwszej części ankiety znajdowała się metryczka. Druga część składała się z trzech wymiarów: oceny edukacji zdalnej, sytuacji ekonomiczno-zawodowej podczas pandemii oraz określenia szeroko pojmowanego samopoczucia. W ostatnim wymiarze, dotyczącym samopoczucia, na cele analizy została stworzona skala nieradzenia sobie w różnych obszarach życia. W badaniu rzetelności skali „poczucia nieradzenia sobie” wskaźnik alfa Cronbacha wyniósł 0,82.

Prezentacja wyników

W ankiecie wzięło udział 225 osób (71,1% kobiet, 28,4% mężczyzn i 0,4% nie uosabiających się z żadną z powyższych płci). Badani byli w wieku od 19 do 33 lat ($M = 22,34$; $Me = 22$; $Mo = 23$). Wśród ankietowanych 45,2% było studentami

studiów I stopnia (licencjackich/inżynierskich), 51,8% – studiów II stopnia (magisterskich), a 1,8% – III stopnia (doktorskich). 51,8% z krakowskich studentów uczęszczało na Uniwersytet Jagielloński, 39,0% na Akademię Górniczo-Hutniczą, 2,2% – Uniwersytet Pedagogiczny oraz Uniwersytet Rolniczy, 1,8% – Uniwersytet Ekonomiczny, 0,4% uczęszczało na Akademię Wychowania Fizycznego, a 1,3% studentów zaznaczyło odpowiedź „inne”.

Spośród wszystkich ankietowanych nieco mniej niż połowa (44,9%) nie była zadowolona z powodu odbywania się zajęć w formie zdalnej w roku akademickim 2020/21, podczas gdy 46,2% respondentów wyraziło odmienną opinię. Studenci AGH zgłosili wyższe zadowolenie z powodu przeniesienia edukacji na tryb zdalny (50,6%) niż studenci Uniwersytetu Jagiellońskiego (41,5%). Próby z pozostałych uczelni są stanowczo za małe, aby mogły być reprezentatywne. Nie dowiedziono istotnych statystycznie różnic ze względu na płeć w zadowoleniu studentów z powodu odbywania się kształcenia w trybie online. Jeśli chodzi o satysfakcję związaną ze sposobem prowadzenia zajęć, to 34,2% studentów nie odczuwało jej, jednak więcej niż połowa (53,9%) była odmiennego zdania, a co dziesiąta osoba (10,5%) nie miała zdania na ten temat. Studentki (58,8%) były nieco bardziej zadowolone ze sposobu prowadzenia zajęć zdalnych niż studenci (45,3%).

Główną zaletą przejścia na edukację zdalną była możliwość pozostania w domu oraz brak konieczności dojazdu do miejsca uczenia się (75,6%). Zaraz po niej wskazywana była możliwość późniejszego wstawania (70,7%). Jako trzeci co do wielkości atut zdalnej edukacji wskazywana była elastyczność godzin pracy (50,7%). Badani rozwijali te wypowiedzi, pisząc o swoich doświadczeniach, zwracając uwagę na możliwość połączenia studiów z pracą. Ankietowani twierdzili, że edukacja online pozwala na uczestniczenie „we wszystkich zajęciach, bo przerwa między zajęciami nie kusi mnie, żeby wrócić do domu” oraz możliwość „brania udziału w szkoleniach, kursach i spotkaniach, na które w normalnych warunkach” nie mieliby czasu. Ankietowani studenci wśród zalet wybierali również łatwiejszy dostęp do notatek i materiałów naukowych (41,8%), wskazując również na możliwość nagrywania wykładów. 28,4% wskazywało, że zdalna edukacja pozwala zmniejszyć ilość stresu. 18,7% studentów pomogło to w lepszej samoorganizacji. Jedynie 4% respondentów zaznaczyło, że nie dostrzega żadnych zalet przejścia na zdalny tryb nauki. Ze względu na charakter zadania wyniki nie sumują się do 100%, ponieważ była możliwość odpowiedzi wielokrotnego wyboru.

Według respondentów główną wadą przejścia na edukację zdalną były problemy techniczne, które dotyczyły aż 70,2% studentów. Często wskazywanymi wadami zdalnego nauczania był też chaos informacyjny (55,6%) oraz utrudniony kontakt z prowadzącymi przedmioty wykładowcami (52,4%). Kolejne wady zaznaczone przez studentów to: słaby poziom organizacji zajęć (36%), zwiększona, w porównaniu ze zwykłą edukacją, ilość zadań (40,4%) oraz większy czas poświęcony na naukę (34,2%). Jedynie 2,7% ankietowanych nie dostrzegało żadnych wad.

Jeśli chodzi o sytuację finansową, to ponad połowa respondentów (54,7%) uważała, że ich dochody w związku z pandemią się nie zmieniły. 28% ankietowanych deklarowało, że ich dochody się polepszyły, przeciwne zdanie miało 17,4% studentów.

W różnym stopniu, od często do zawsze, zdenerwowanie i napięcie odczuwało ponad 75,1% respondentów. 18,7% żaków, od rzadko do nigdy, nie odczuwało powyżej wymienionych objawów psychologicznych. 56% studentów twierdziło, że często nie radziło sobie ze wszystkimi obowiązkami na uczelni. Podobna liczba osób (57,3%) stwierdziła, że nie była w stanie przewyciężyć narastających trudności w ciągu ostatniego miesiąca. 28,9% żaków deklarowało, że radzą sobie w różnym stopniu z obowiązkami na uczelni. Ponad połowa studentów (57,2%) zadeklarowała, że radziła sobie z wykonywaniem obowiązków domowych w ciągu ostatniego miesiąca, podczas gdy 30,8% zmagало się z trudnościami związanymi z wykonywaniem obowiązków domowych. Pandemia okazała się stresującym zjawiskiem dla co drugiego krakowskiego żaka (50,2%).

Tabela 1. Tabela korelacji r-Pearsona: skala poczucia radzenia sobie oraz skala poczucia napięcia

Pytanie	Czuleś zdenerwowanie i napięcie	Nie możesz przewyciężyć narastających trudności	Nie radzisz sobie ze wszystkimi obowiązkami na uczelni	Nie radzisz sobie ze wszystkimi obowiązkami domowymi	Skala nieradzenia sobie
Czuleś zdenerwowanie i napięcie	--				
Nie możesz przewyciężyć narastających trudności	0.707**	--			
Nie radzisz sobie ze wszystkimi obowiązkami na uczelni	0.565**	0.691**	--		
Nie radzisz sobie ze wszystkimi obowiązkami domowymi	0.542**	0.529**	0.572**	--	
Skala nieradzenia sobie	0.705**	0.86**	0.882**	0.823**	--

** Korelacja istotna na poziomie $< .001$

Źródło: opracowanie własne.

Z analizy korelacji r-Pearsona wynika, że najsilniejszy związek wykryto między skalą nieradzenia sobie a poczuciem zdenerwowania i napięcia w przeciągu ostatniego miesiąca ($r(223) = 0.705$; $p < .001$). Analiza regresji liniowej wskazała, iż istnieje istotny efekt wpływu poczucia nieradzenia sobie z obowiązkami na uczelni na wzrost napięcia i zdenerwowania ($F(1,224) = 104.79$, $p < .001$), model ten wyjaśnia 32% wariancji poczucia napięcia i zdenerwowania ($R^2 = .32$). Istnieje również istotny wpływ poczucia nieradzenia sobie z obowiązkami domowymi powyższej zmiennej (napięcia i zdenerwowania) ($F(1,223) = 92.537$, $p < .001$, $R^2 = .294$). Poczucie, że

respondent nie jest w stanie przezwyciężyć narastających trudności, jest predyktorem narastającego napięcia i zdenerwowania ($F(1,224) = 223.3, p < .001, R^2 = .50$).

Zdenerwowanie i napięcie istotnie korelowało ze skalą nieradzenia sobie ($r(223) = 0.705; p < .001$), na którą składało się poczucie niemożności przezwyciężenia narastających trudności ($r(223) = 0.707; p < .001$), nieradzenia sobie z obowiązkami na uczelni ($r(223) = 0.565; p < .001$) oraz obowiązkami domowymi ($r(222) = 0.542; p < .001$) (tab. 1). Wysoka spójność między itemami wchodzącymi w skład skali wskazuje, że poczucie „braku radzenia sobie” z czymś ma wpływ na inne sfery życia studenta. Przykładowo, pytanie: „Jak często w ciągu ostatniego miesiąca stwierdzałeś(-aś), że nie radzisz sobie ze wszystkimi obowiązkami na uczelni?” dodatkowo koreluje z analogicznym pytaniem odnośnie do obowiązków domowych ($r(222) = 0.572; p < .001$).

Tabela 2. Tabela korelacji r-Pearsona: skala nieradzenia sobie, zmiany dochodów oraz poczucie zdenerwowania i napięcia u kobiet

Skala	Skala nieradzenia sobie	Jak zmieniły się dochody	Poczucie zdenerwowania i napięcia
Skala nieradzenia sobie	--		
Jak zmieniły się dochody	-0.174*	--	
Poczucie zdenerwowania i napięcia	0.689**	-0.247**	--

* Korelacja istotna na poziomie 0.05 (dwustronnie)

** Korelacja istotna na poziomie 0.01 (dwustronnie).

Źródło: opracowanie własne.

Tabela 3. Tabela korelacja r-Pearsona: skala nieradzenia sobie, zmiany dochodów oraz poczucie zdenerwowania i napięcia u mężczyzn

Skala	Skala nieradzenia sobie	Jak zmieniły się dochody	Poczucie zdenerwowania i napięcia
Skala nieradzenia sobie	--		
Jak zmieniły się dochody	-0.429**	--	
Poczucie zdenerwowania i napięcia	0.708**	-0.26*	--

* Korelacja istotna na poziomie 0.05 (dwustronnie)

** Korelacja istotna na poziomie 0.01 (dwustronnie).

Źródło: opracowanie własne

U mężczyzn istnieje silniejsza ujemna korelacja między zmianą dochodów a skalą nieradzenia sobie ($r(62) = -0.429; p < .001$) niż u kobiet ($r(158) = -0.174; p < 0.005$), związek ten przedstawiają tabele 2 i 3. Poprzez brak reprezentatywnej próby płci: inne, nie jest ona brana pod uwagę w analizie. Związek poczucia napięcia

i zdenerwowania ze zmianą dochodów u studentów był negatywny zarówno u kobiet ($r(158) = -0.247$; $p < .001$), jak i u mężczyzn ($r(62) = -0.260$; $p < 0.005$). W ankiecie wykazano umiarkowaną dodatnią zależność między poczuciem zdenerwowania i napięcia oraz oceną tego, jak stresujące jest dla respondenta doświadczenie pandemii koronawirusa: u mężczyzn ($r(62) = 0.349$; $p < .001$), u kobiet ($r(158) = 0.426$; $p < .001$). U mężczyzn wiek ujemnie korelował z poczuciem zdenerwowania i napięcia ($r(62) = -0.199$; $p < .001$).

Analiza i dyskusja

W badaniu wzięło udział więcej kobiet niż mężczyzn. Może dlatego, że w Polsce więcej kobiet niż mężczyzn uczęszcza na uczelnie wyższe [Długosz, 2020a]. Wyniki zadowolenia z powodu odbywania się zajęć w formie zdalnej wydają się podobne do tych uzyskanych w ankiecie przeprowadzonej przez Soldatową w semestrze letnim 2020 roku [Soldatowa, 2020]. W poprzednim badaniu 46,9% badanych było zadowolonych. W obecnym liczba ta wyniosła 44,9%. Należy zwrócić uwagę na fakt, że 15,8% więcej osób określiło się za konkretną odpowiedzią, stąd też liczba osób deklarujących zadowolenie z zajęć w formie zdalnej wzrosła o 17,5%. Studenci AGH byli w większym stopniu niż studenci UJ zadowoleni z faktu kształcenia zdalnego niż stacjonarnego. Może być to spowodowane rodzajem zajęć. Przykładowo przez to, że AGH ma bardziej techniczne zajęcia i jej studenci często muszą korzystać z komputerów, mogli być już zaznajomieni z pewnymi programami. Ponad połowa żaków z AGH i UJ jest usatysfakcjonowana ze sposobu prowadzenia zajęć przez dydaktyków. Porównując z badaniami Długosza [2020b] przeprowadzonymi na populacji studentów UP, możemy zobaczyć wzrost zadowolenia ze sposobu prowadzenia zajęć, co może wynikać z większego zaznajomienia się z narzędziami do nauki zdalnej (np. Teams) przez wykładowców. Analiza pokazuje, że kobiety są nieco bardziej zadowolone ze sposobu prowadzenia zajęć, co jest zgodne z badaniami Hu i Hui (2011, za: Yu, 2021), w których kobiety zwykle uważają e-learning za efektywny i przez to są bardziej z niego usatysfakcjonowane niż mężczyźni. Mężczyźni z kolei częściej negatywnie postrzegają kształcenie zdalne. Jednak zjawisko to musi zostać lepiej zbadane, gdyż istnieją inne badania, zaprzeczające występowaniu takiego zjawiska (Yu, 2021).

Podobnie jak w badaniu Soldatowej [2020] najczęściej deklarowaną wśród studentów zaletą przejścia na zdalne kształcenie był brak dojazdów na uczelnie i możliwość pozostania w domu, co wiąże się z dużą oszczędnością czasu i umożliwia lepsze strukturyzowanie dnia. Studenci cieszą się też większą elastycznością godzin pracy, co w wielu przypadkach pozwala połączyć studia z innymi zajęciami. W porównaniu z cytowanym badaniem więcej żaków raportuje mniejsze ilości stresu oraz większy dostęp do notatek i materiałów naukowych. Ponad 80 respondentów opisuje własne doświadczenia związane z wadami kształcenia online, wskazując w swoich wypowiedziach głównie na brak kontaktu z innymi studentami, ale także z prowadzącymi.

Według WeWork [2021] nie ma istotnych różnic między kształceniem hybrydowym a stacjonarnym. Dopiero w przypadku studentów uczących się wyłącznie online widzimy spadek zadowolenia o niemal połowę. Wiązałoby się to z brakiem bezpośredniego kontaktu z osobami na uczelni, ponieważ – według badań – w takich warunkach trudniej jest wytworzyć pewną przynależność do uniwersytetu [WeWork, 2021], co może wiązać się z występowaniem symptomów depresyjnych [Arslan, Yildirim, Zangeneh, 2021]. W badaniu studenci zwracają również uwagę na problemy z koncentracją, bólami mięśni i wzrokiem. Problemy z koncentracją mogą wiązać się z faktem korzystania z kilku stron jednocześnie, co znajduje potwierdzenie w badaniu Długosza [2020a], w którym studenci deklarowali, że korzystają z internetu tak samo często do przeglądania serwisów społecznościowych jak do sprawdzania poczty. Najwięcej respondentów wskazywało jednak na problemy techniczne. W porównaniu z innymi badaniami [Soldatowa, 2020] możemy zauważyć, że poziom deklarowanych problemów technicznych znacznie wzrósł, co jest kontrintuicyjne, gdyż wydawałoby się, że wraz z dłuższym czasem korzystania z platform e-learningowych problemy techniczne powinny zdarzać się coraz rzadziej. Należy też wziąć pod uwagę, że ponieważ pandemia tyle trwa i powoli czujemy się coraz bardziej komfortowo z zajęciami online, prowadzący wymagają coraz więcej od studentów. Przykładowo prowadzenie warsztatów czy wygłaszanie prezentacji może wiązać się z różnymi, jak dotąd nieznanymi studentom, problemami. Dodatkowo serwery internetowe mogą być przeciążone, ponieważ tyle osób ma obecnie zajęcia zdalne: od uczniów w podstawówce, przez uczniów liceum, po ludzi, którzy zdalnie pracują. Mimo upływu roku od poprzednich badań [Soldatowa, 2020] studenci nadal deklarują utrudniony kontakt z prowadzącym oraz chaos informacyjny jako drugą i trzecią największą wadę, z którą muszą się zmagać w trakcie kształcenia online. Te odpowiedzi mogą wiązać się z kłopotami komunikacyjnymi spowodowanymi korespondencją mailową, o których wspominali w innych ankietach zarówno kształcący się, jak i prowadzący [Długosz, 2020a; Soldatowa, 2020; WeWork, 2021]. Dużą rolę odgrywa tu chaos, który może być związany z kłopotami z kontaktem z organami administracyjnymi, raportowany przez Niezależne Zrzeszenie Studentów [2020].

Podobnie jak w badaniu Grodzickiego i in. [2020] ponad 50% badanych deklaruje, że ich dochody pozostały bez zmian. Grodzicki twierdzi, że jest to związane z kwestią wsparcia finansowego rodziców, która jest szczególnie popularna w Polsce w porównaniu z innymi państwami, w których prawie 40% badanych nie pracuje i nie szuka pracy. Możliwy jest do zauważenia systematyczny wzrost poczucia zdemotywowania od I fali koronawirusa [Długosz, 2020b]. Znajduje to potwierdzenie w przeprowadzonej ankiecie, z której wynika, że istnieje związek pomiędzy tym, jak respondenci radzą sobie z obowiązkami na uczelni a poczuciem napięcia. Należy mieć także na uwadze, że silnym predyktorem stresu było przystosowanie studentów do pracy online [Ozamiz-Etxebarria i in., 2020, za: Shah i in., 2020].

Wyniki badania wskazują na globalny charakter poczucia radzenia sobie z różnymi sytuacjami, co zahacza o teorię poczucia sprawczości Bandury [1977]. Teoria ta mówi o tym, że przekonania o naszych możliwościach i kompetencjach radzenia sobie wpływają na to, jak sobie poradzimy w przyszłych sytuacjach. Składają się na

to również wcześniejsze doświadczenia, niekoniecznie związane z danym kontekstem. Niezależnie od tego, czy trudności doświadczane były w obszarze obowiązków domowych czy uczelnianych, sposób, w jaki studenci postrzegają swoją umiejętność poradzenia sobie z tymi problemami, wpływał na ich ogólne poczucie radzenia sobie. Co więcej, poczucie, że nie są w stanie sprostać pojawiającym się przeciwnościom, jest predyktorem narastającego napięcia i zdenerwowania.

Analiza ze względu na płeć wykazała, że pogarszająca się sytuacja finansowa bardziej wpływa na poczucie radzenia sobie u mężczyzn niż u kobiet. Poczucie sprawczości (ang. *self-efficacy*) ma wpływ na podejmowane decyzje finansowe [Tang i in., 2019]. Mężczyźni często charakteryzują się wysokim finansowym poczuciem sprawczości, a badania wskazują, iż w rezultacie osiągają stabilniejszą sytuację materialną oraz są bardziej zadowoleni ze swojej sytuacji finansowej. Być może efekt ten zachodzi także w drugą stronę – pogorszenie sytuacji finansowej może mieć negatywny wpływ na umiejętność radzenia sobie, czyli poczucie sprawczości. Możliwe, że przez to, że kobiety posiadają z reguły niższą sprawczość finansową, pogorszenie dochodów może nie mieć bezpośredniego wpływu na inne sfery poczucia sprawczości, gdyż prawdopodobnie ich poczucie sprawczości może nie obejmować aż w tak dużym stopniu aspektu finansowego. Potrzebne są jednak dalsze badania wyjaśniające to zagadnienie.

Badanie pozwala dostarczyć ważnych informacji dla uczelni, wskazując na istotną rolę interakcji między studentami, ale także prowadzącymi, w celu zwiększenia zadowolenia z zajęć. Jednym z sposobów na to jest stworzenie wspólnej przestrzeni do nauki dla studentów, aby mogli w ten sposób spędzać razem czas i wspierać się podczas wspólnej nauki. Badanie wykazało, że jedną z silnych wad jest chaos informacyjny, spowodowany w głównej mierze brakiem spójnych informacji. Prowadzący, w celu ułatwienia sobie pracy, co miesiąc mogliby tworzyć, na podstawie maili od studentów, listę najczęściej zadawanych pytań wraz z odpowiedziami. Mogłaby również powstać zakładka na stronach internetowych konkretnych wydziałów wraz z pytaniami dotyczącymi spraw organizacyjnych. Pomoc w zarządzaniu chaosem informacyjnym mógłby też zaoferować samorząd studentów, tworząc spotkania organizacyjne na temat aktualnej formy nauczania. Kolejnym sposobem na rozwiązanie tego problemu byłoby przeprowadzenie kursów doszkalających w zakresie wykorzystywanych platform, zarówno dla prowadzących, jak i studentów, gdyż mimo długiego trwania pandemii i ponad roku zajęć zdalnych studenci nadal raportują duże trudności techniczne i otrzymywanie komunikatów na różnych platformach.

Czynnik, który sprzyjał zadowoleniu studentów z nauki zdalnej, to zwiększenie dostępu do notatek poprzez udostępnianie slajdów lub nagrywanie zajęć. W przypadku kontynuacji zajęć zdalnych w przyszłości zalecana byłaby kontynuacja takiej formy przekazywania wiedzy (uzupełniona o nagrania).

Uwagi końcowe

Mogłoby się wydawać, że po ponad roku trwania pandemii społeczeństwo, szczególnie młodzi dorośli, przyzwyczało się do życia w nowych realiach. Jednak obraz, jaki wyłania się z badań, różni się znacznie od optymistycznej wizji zakładanej w niektórych scenariuszach. Obecnie oprócz walki z pandemią koronawirusa zaczynamy walkę z pandemią zdrowia psychicznego (ang. *mental health pandemic*). Grupą szczególnie narażoną na negatywne konsekwencje epidemii jest populacja studentów. Z jednej strony są to jednostki najmniej narażone na poważne konsekwencje powikłań po COVID-19, z drugiej zaś odczuwany przez nich stres związany z doświadczeniami pandemii jest konsekwencją troski o bliskich i sytuacji związanych z wydarzeniami na uczelniach. Studia to czas poznawania nowych ludzi i budowania swojej tożsamości. Niestety, poprzez kształcenie online studenci są pozbawieni ważnych elementów doświadczenia akademickiego. Co więcej, widzimy także braki w zakresie praktyk w wykonywaniu przyszłego zawodu, co pogłębia dyszatisfakcję żaków. W kolejnych badaniach należałoby także zbadać długoterminowe konsekwencje wpływu kształcenia zdalnego na podatność na rozproszenia, wady postawy oraz wady wzroku. Istotne jest też jednak podkreślenie pozytywnych aspektów epidemii – mowa o wzroście poziomu cyfryzacji społeczeństwa. Możliwy stał się teraz dostęp do zdalnego kształcenia oraz poprawa funkcjonowania społeczności akademickiej w zwiększeniu biegłości korzystania z urządzeń elektronicznych.

Bibliografia

- Arslan G., Yildirim M., Zangeneh M. (2021), *Coronavirus anxiety and psychological adjustment in college students: Exploring the role of college belongingness and social media addiction*, „International Journal of Mental Health and Addiction”, 0, <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00460-4z> [dostęp: 28.11.2021].
- Bandura A. (1977), *Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change*, „Psychological Review”, 84(2), <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191> [dostęp: 28.11.2021].
- Długosz P. (2020a), *Krakowscy studenci w sytuacji zagrożenia pandemią koronawirusa*, Instytut Filozofii i Socjologii Uniwersytetu Pedagogicznego im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie, <https://ifis.up.krakow.pl/wp-content/uploads/sites/9/2020/04/Krakowscy-studenci-w-sytuacji-zagro%C5%BCenia-pandemi%C4%85-koronawirusa.pdf> [dostęp: 28.11.2021].
- Długosz P. (2020b), *Raport z II etapu badań studentów UP. Opinia na temat zdalnego nauczania i samopoczucia psychicznego*, Instytut Filozofii i Socjologii Uniwersytetu Pedagogicznego im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie, <https://rep.up.krakow.pl/xmlui/bitstream/handle/11716/7488/Raport%20Studenci%20UP%20II%20etap.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [dostęp: 28.11.2021].
- Grodzicki M., Grzymała-Moszczyńska J., Kostera M., Lubacha J., Krzemińska K., Łapniewska Z., Stachurski A., Szafarczyk L., Wójcik G. (2020), *W jaki sposób pandemia COVID-19 wpływa na sytuację ekonomiczną i psychospołeczną studentów? Diagnoza i rekomendacje*, Uniwersytet Jagielloński, <https://ruj.uj.edu.pl/xmlui/bitstream/handle/item/265061/>

- grodzicki_et-al_w_jaki_sposob_pandemia_covid-19_wplynela_na_sytuacje_ekonomiczna_i_psychospoleczna_studentow_2020.pdf?sequence=1&isAllowed=y [dostęp: 28.11.2021].
- Niezależne Zrzeszenie Studentów (2020), *Sytuacja studentów w czasie epidemii koronawirusa*, https://nzs.org.pl/wp-content/uploads/2020/04/NZS_Sytuacja-studentow_w-czasie_epidemii_koronawirusa.pdf [dostęp: 28.11.2021].
- Plichta P., Pyżalski J., Walter N., Lewandowska-Walter A., Michałek-Kwiecień J. (2020), *Obawy, wyzwania i jasne strony pandemii – analiza tematyczna wypowiedzi studentów z niepełnosprawnościami i problemami zdrowotnymi*, „Niepełnosprawność i Rehabilitacja”, 3.
- Soldatowa A. (2020, Maj 31), *Zdalne nauczanie w czasie pandemii. Sukces? Porażka? Trudno powiedzieć?* UJOT FM - Studenckie. Redakcja UJOT FM, <https://ujot.fm/zdalne-nauczanie-w-czasie-pandemii-sukces-porazka-trudno-powiedziec/> [dostęp: 28.11.2021].
- Shah S.M.A., Mohammad D., Qureshi M.F.H., Abbas M.Z., Aleem S. (2020), *Prevalence, psychological responses and associated correlates of depression, anxiety and stress in a global population, during the coronavirus disease (COVID-19) pandemic*, „Community Mental Health Journal”, 57(1), <https://doi.org/10.1007/s10597-020-00728-y> [dostęp: 28.11.2021].
- Tang S., Huang S., Zhu J., Huang R., Tang Z., Hu J. (2019), *Financial self-efficacy and disposition effect in investors: The mediating role of versatile cognitive style*, „Frontiers in Psychology”, 9, <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.02705> [dostęp: 28.11.2021].
- Truschel J. (2020, Wrzesień 25), *Depression definition and DSM-5 diagnostic criteria*, Psycom. Net, <https://www.psycom.net/depression-definition-dsm-5-diagnostic-criteria/> [dostęp: 28.11.2021].
- WeWork (2021, Luty 3), *Wpływ pandemii COVID-19 na doświadczenia studentów*, <https://www.wework.com/pl-PL/ideas/work-life/the-impact-of-covid-19-on-the-university-student-experience> [dostęp: 28.11.2021].
- Xiong J., Lipsitz O., Nasri F., Lui L.M.W., Gill H., Phan L., Chen-Li D., Jacobucci, M., Ho R., Majeed A., McIntyre R.S. (2020), *Impact of COVID-19 pandemic on mental health in the general population: A systematic review*, „Journal of Affective Disorders”, 277, <https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.001> [dostęp: 28.11.2021].
- Yu Z. (2021), *A meta-analysis of gender differences in e-learning outcomes*, „Research Square”, 1–25, <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-493822/v1> [dostęp: 28.11.2021].