

### **Charakteristika průběhu pandemie**

Pro pandemii jsou charakteristické následující změny. Ty mají nepochybně silný vliv na společnost, a mohou být spouštěčem stresu, tedy stresorem, o kterých byla řeč již v kapitole Stres.

- Infekce postupuje rychle. Vzniká nedostatek času pro implementaci nutných opatření ad hoc. Z důvodu nejednotnosti v následování pandemického plánu či špatné koordinace mezi různými jurisdikcemi a zúčastněnými úrovněmi vlády, může vznikat chaos, pramenící z rozdílů ve stylu, přístupu a obsahu nejrůznějšího množství zpráv. Nedostatek jasných informací o jednotlivých úrovních rizika má nepříznivý vliv na společnost (Denckla et al., 2020).

- Zdravotnická zařízení jsou zahlcena a přetížená, poptávka po lékařském ošetření rychle narůstá.

- Odborného zdravotnického personálu není dostatek. Zároveň jsou zdravotníci významně ohroženou skupinou, jsou v první linii, mohou se snáz nakazit. Nakazit mohou i svou rodinu. Tato skutečnost se může stát důvodem zvýšeného napětí uvnitř rodiny a tím pádem dalším významným stresorem

- Vakcína může být nedostupná nebo je její dostupnost limitovaná či opožděná.

- Chybí i další léčebné přípravky, nutné pro terapii jiných chorob

- Nedostatek personálu a výrobků se prohlubuje (dochází k přerušení klíčové infrastruktury, služeb a kontinuity všech obchodních i vládních sektorů.

- Projevuje se negativní dopad na sociální a ekonomické aktivity komunit, a ty zpravidla přetrvávají ještě dlouho po ukončení období pandemie. Podniky krachují. Ekonomika slábne. Nezaměstnanost se zvyšuje.

- Národní připravenost je pod drobnohledem veřejnosti, vládních agentur a médií.

- Během pandemie nutné podstupovat sociální izolaci, ta má prokazatelně negativní vliv na psychiku člověka

- Média mají silný vliv na veřejné postoje. Dramatické titulky mají průkazný vliv na vznik strachu a obav, které mohou kromě jiného způsobit i stigmatizaci. Sociálním stigmatem rozumíme určitý rys člověka, který je zpravidla okolím vnímán jako nežádoucí a může být důvodem pro vyloučení jedince ze společnosti v níž je členem (Brooks et al., 2020). Stigmatizování mohou být např. lidé v karanténě a stigmatizování se projevuje různě, někdo se těmto jedincům vyhýbá, někdo

se vůči nim chová podezřívavě, se strachem a nedůvěrou, rovněž jsou často kriticky komentováni (např. i na sociálních sítích (Denckla et al., 2020).

- Globální stav nouze limituje potenciál mezinárodní pomoci.

(Pandemický plán ČR, 2011)

## **COVID-19**

Vysoce infekční onemocnění COVID-19 způsobuje nový koronavirus typu SARS-CoV-2, který se šíří z člověka na člověka od prosince 2019. Jeho výskyt byl poprvé zaznamenán v čínském městě Wu-chan. Šíří se prostřednictvím kapének při kýchání, kašlání a dotykem. Inkubační doba viru je přibližně 1–14 dnů a už během této doby je infekční. Příznaky a průběh COVID-19 se velmi podobají závažnější chřipce. COVID-19 pravděpodobně šíří i lidé, kteří nemají žádné příznaky. Onemocnění je možné odhalit pouze PCR testy, kdy se ve vzorcích hlenů z nosohltanu a krku hledá RNA shodná s RNA koronaviru SARS-CoV-2 (Ministerstvo zdravotnictví České republiky, 2020).

### **Příznaky COVID-19**

U lidí, kteří onemocnění prodělali bylo hlášeno široké spektrum příznaků – od mírných až po závažné. Patří k nim: horečka, kašel, dušnost nebo dýchací potíže, zimnice, bolest svalů, bolest hlavy, bolest krku, ztráta chutě nebo vůně. U některých pacientů, zejména těch starších a pacientů s jiným zdravotním onemocněním, se tyto příznaky mohou vyvinout v zápal plic. Zdá se, že onemocnění začíná horečkou, následovanou suchým kašlem. Po týdnu se objevuje dušnost, ztuhnutí hrudníku či bolest na hrudi. Zhruba 20 % pacientů vyžaduje nemocniční péči. Bylo zaznamenáno minimum případů, kdy infekce COVID-19 způsobila rýmu, kýchání či škrábání v krku, tyto příznaky byly pozorovány pouze u přibližně 5 % pacientů a jedná se častěji o příznaky nachlazení. Dle statistik lze 80 % případů klasifikovat jako mírné s příznaky, které jsou podobné chřipce a pacienti se mohou zotavit doma. Závažných případů, kdy se vyvíjejí závažnější nemoci jako pneumonie a silná dušnost je 13,8 %. Kritických případů tvoří 4,7 % a zahrnují respirační selhání, septický šok či selhání více orgánů. V přibližně 2 % hlášených případů je virus fatální. Děti tímto virem onemocní velmi zřídka. Riziko smrti se zvyšuje s věkem, rovněž existují nemoci, které riziko horšího průběhu onemocnění výrazně zvyšují, jedná se o kardiovaskulární onemocnění, cukrovku, chronická respirační onemocnění, hypertenze. Ukázalo se však, že u některých jinak zdravých lidí se po infekci virem rozvine těžká forma pneumonie (Worldometers, 2020).

## Vývoj pandemie COVID-19 v ČR

V ČR byly první tři případy nákazy virem COVID-19 potvrzeny dne 1.3. 2020. COVID-19 byl v popředí zájmu Ministerstva zdravotnictví ČR již začátkem konce ledna 2020. WHO vyhlásilo 30.1. 2020 tzv. Globální stav nouze. Od této doby byla v České republice vyhlášována nová bezpečnostní opatření téměř každý den (Štěpanyová, 2020).

### **Doporučení, jak se chovat a co dělat během pandemie**

Doporučení by měla být součástí základního povědomí veřejnosti o této problematice.

- Nejlepší způsob, jak propuknutí COVID-19 zabránit je vyhnout se vystavení tomuto viru.
- Při kašlání a kýchání si zakrývat pusou nejlépe jednorázovým kapesníkem, v horším případě kašlat a kýchat s ústy schovanými do loketní jamky nikoli do dlaní
- Umývat si ruce často mýdlem a vodou po dobu nejméně 20 sekund, zejména po příchodu z veřejného místa, nebo ihned po zakašlání či kýchnutí, rovněž před jídlem a přípravou jídla
- Je důležité často prát nošené roušky, oblečení a textilie v domácnosti (ložní prádlo, ručníky)
- Nosit roušku na veřejných místech a mezi lidmi
- Nesahat si na obličej, oči, nos a ústa
- Používat dezinfekci s minimálně 70% alkoholu
- Udržovat vzdálenost od lidí alespoň 2 metry
- Často větrat
- Vyvarovat se panickému nakupování (Centers for Disease Control and prevention, 2020)

Doporučení související s tématem duševního zdraví:

- Je třeba být empatický vůči lidem, kteří jsou zasaženi COVIDEM-19. Tito lidé neudělali nic zlého a zaslouží si podporu, soucit a laskavost
- O lidech s tímto onemocněním je třeba hovořit v rámci eliminace stigmatu jako o “lidech s COVID-19” nebo “lidech, kteří se léčí či uzdravují z COVID-19”. Nikoli jako o “těch nemocných”, “obětech COVIDU-19”.
- snížit sledování různých, neověřených zdrojů, způsobujících úzkost a neklid
- pomáhat druhým a zajímat se o ně, zvyšovat solidaritu ve společnosti
- Vážít si zdravotníků a ošetřovatelů
- s blízkými zůstaňte v častém kontaktu po telefonu či prostřednictvím sociálních sítí a videokonferencí

- doporučuje se zapojit se do aktivit, podporujících zdravý životní styl (zdravé jídlo, pohyb, pobyt na čerstvém vzduchu v přírodě) (Na rovinu, 2020)

Je třeba zajistit, aby se tato doporučení systematicky a opakovaně prezentovala všem vrstvám společnosti, nesmí však mít zahlcující charakter.

# Emoce a příčiny stresu VŠ studentů psychologie a strojírenství (dotazník k bakalářské práci)

Dobrý den!

Ráda bych vás požádala o vyplnění následujícího dotazníku pro můj bakalářský výzkum. Výzkum se týká zjišťování příčin stresu a emocí u vysokoškolských studentů prezenčního studia psychologie a strojírenství v současné době pandemie Covid-19.

Výzkumu se mohou zúčastnit POUZE vysokoškolští studenti psychologie a strojírenství. V případě, že studujete jiný obor, výzkumu se prosím neúčastněte.

Veškeré informace, které v rámci výzkumu poskytnete, budou anonymizovány a nebude je možné spojit s Vaší osobou. Vaše účast ve výzkumu je zcela dobrovolná. Svou účast můžete v průběhu kdykoliv ukončit. S účastí ve výzkumu nejsou spojena žádná známá rizika.

Čeká vás dohromady 66 stručných otázek a jejich vyplnění zabere přibližně 10 - 20 min. Čtete prosím pečlivě instrukce k vyplňování v jednotlivých sekcích. Během vyplňování dotazníku si zkuste vytvořit klidné a ničím nerušené prostředí.

Pokud byste měli předem, v průběhu či na konci vyplňování nějaké dotazy nebo připomínky, obraťte se na mě prostřednictvím mailu [adela.juvova@seznam.cz](mailto:adela.juvova@seznam.cz).

Děkuji za ochotu,

Adéla Jůvová  
studentka Psychologie a Speciální pedagogiky  
(Pedagogická fakulta, Univerzita Karlova)

**\*Povinné pole**

Demografické údaje

Odpovídejte, prosím, dle pravdivosti.

1. 1. Pohlaví \*

*Označte jen jednu elipsu.*

Žena

Muž

Jiné

2. 2. Věk \*

---

3. 3. Jsem studentem.. \*

*Označte jen jednu elipsu.*

Psychologie

Strojírenství

4. 4. Jsem studentem.. \*

*Označte jen jednu elipsu.*

Bakalářského studia

Magisterského studia

Doktorandského studia

5. 5. Jsem studentem.. \*

*Označte jen jednu elipsu.*

Prezenční formy studia

Kombinované formy studia

6. 6. Pokud studuji PSYCHOLOGII, jsem studentem z.. \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- Prahy
- Olomouce
- Brna
- Ostravy
- Českých Budějovic
- NESTUDUJI PSYCHOLOGII
- Jiné: \_\_\_\_\_

7. 7. Pokud studuji STROJÍRENSTVÍ, jsem studentem z.. \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- Prahy
- Brna
- Liberce
- Ústí nad Labem
- Českých Budějovic
- NESTUDUJI STROJÍRENSTVÍ
- Jiné: \_\_\_\_\_

8. 8. Považujete vaše studium obecně za stresující? \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- 0      1      2      3      4
- 
- Vůbec ne      Ano, velmi
-

9. 9. Považujete vaše studium v současné době pandemie COVID-19 za stresující? \*

Označte jen jednu elipsu.

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, velmi

Jaké pocity  
nejčastěji  
pocítujete během  
studia?

Označte, prosím, na škále 0 - 4 u každého z následujících pocitů, zda a jak moc jej prožíváte během vašeho studia, a to před pandemií a nyní během pandemie

10. 10. NAPĚTÍ (při studiu běžně) \*

Označte jen jednu elipsu.

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

11. 11. NAPĚTÍ (při studiu během pandemie) \*

Označte jen jednu elipsu.

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

12. 12. STRACH (při studiu běžně) \*

Označte jen jednu elipsu.

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často



13. 13. STRACH (při studiu během pandemie) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

14. 14. NAŠTVÁNÍ (při studiu běžně) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

15. 15. NAŠTVÁNÍ (při studiu během pandemie) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

16. 16. SAMOTA (při studiu běžně) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často



21. 21. SMUTEK (při studiu během pandemie) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

22. 22. VYČERPANOST (při studiu běžně) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

23. 23. VYČERPANOST (při studiu během pandemie) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

24. 24. ZMATENOST (při studiu běžně) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

25. 25. ZMATENOST (při studiu během pandemie) \*

Označte jen jednu elipsu.

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

26. 26. ÚZKOST (při studiu běžně) \*

Označte jen jednu elipsu.

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

27. 27. ÚZKOST (při studiu během pandemie) \*

Označte jen jednu elipsu.

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

Jaké pocity  
nejčastěji  
pocítujete během  
studia?

Označte, prosím, na škále 0 - 4 u každého z následujících pocitů, zda a jak moc jej prožíváte během vašeho studia, a to před pandemií a nyní během pandemie

28. 28. RADOST (při studiu běžně) \*

Označte jen jednu elipsu.

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často



33. 33. ODHODLÁNÍ (při studiu během pandemie) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

34. 34. ŠTĚSTÍ (při studiu běžně) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

35. 35. ŠTĚSTÍ (při studiu během pandemie) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

36. 36. VOLNOST (při studiu běžně) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

37. 37. VOLNOST (při studiu během pandemie) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

38. 38. VDĚČNOST (při studiu běžně) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

39. 39. VDĚČNOST (při studiu během pandemie) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

40. 40. BEZPEČÍ (při studiu běžně) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

41. 41. BEZPEČÍ (při studiu během pandemie) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

42. 42. KLID (při studiu běžně) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

43. 43. KLID (při studiu během pandemie) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často

44. 44. NADĚJE (při studiu běžně) \*

*Označte jen jednu elipsu.*

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, často













65. 65. KOMUNIKACE S VYUČUJÍCÍMI (při studiu běžně) \*

Označte jen jednu elipsu.

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, velmi stresuje

66. 66. KOMUNIKACE S VYUČUJÍCÍMI (při studiu během pandemie) \*

Označte jen jednu elipsu.

	0	1	2	3	4	
Vůbec ne	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Ano, velmi stresuje

Konec  
dotazníku

DĚKUJU, že jste dnes udělali dobrý skutek a pomohli mi o krok blíže k dokončení mého bakalářského studia.

Pokud budete mít jakékoliv dotazy, pište na mail [adela.juvova@seznam.cz](mailto:adela.juvova@seznam.cz).

Přeju hodně zdraví a zdarů při studiu!

Adéla Jůvová

Příloha 3 - Otevřené odpovědi z dotazníku

**46. Jak se liší vaše studium během pandemie COVID-19 oproti běžnému stavu? Zkuste prosím (stručně) shrnout hlavní rozdíly, které jsou pro vás významné.**

Nechodíme do školy, máme hodně úkolu. Nestíháme cist. Nevíme, jak to bude s bakalářkou a státnicemi

Výuka probíhá distančně prostřednictvím MS Teams. Někteří učitelé zřejmě nejsou schopni online komunikace, proto jenom posílají podklady. Tam je to tedy o samostudiu a nevíme přesně, co je důležité apod. U těch, kde výuka probíhá online, je vše skoro stejné jako při běžné výuce. V časech dle rozvrhu se připojíme a běžně nám přednáší, popř. máme cvičení, která probíhají stejně jako ve škole. Nikdo zatím neví, jak budou probíhat zkoušky.

Mnohem více samostudia. Chybí mi častější konzultace s vyučujícími. Větší množství dom. úkolů.

Hlavním rozdílem je určitě nejistota a strach z toho jak a kdy proběhne zkouškové období.

Nic nedělám, i když bych měl

Bez výkladů je vše o dost těžší

Nedostatek informací (ne že bychom je normálně měli). Dost velká nejistota ohledně zkouškového, státnic. Dost chaotický přístup k distanční výuce.

Nejvýznamnější je, že si můžu pustit přednášku, kdy chci a udělat si rozvrh podle sebe, takže mám mnohem lépe uspořádaný čas.

Není možné skoro nic konzultovat a cvičit zas až tak tolerantní, jak se tvrdilo, že budou, nejsou. není kam spěchat, není se proč stresovat, času je na všechno dost na rozdíl od běžného života, kde se kromě vysoce zatěžující školy mísí i mimo školní aktivity (bez kterých by se člověk zbláznil), každý den ve škole člověku nepřipomíná, jak je beznadějný a ztracený v nepochopení přednášek, cvičení, či jiného výkladu, nedodává to člověku pocit tísně, že sotva odevzdal laboratorní práce, musí mít na další hodinu připravenou další, které rozumí ještě méně než právě odevzdané (které nerozuměl vůbec). Poté co člověk chodí celý semestr na přednášky, cvičení učí se na zkoušku měsíc, tak mu učitel řekne, že učivo absolutně nechápe a že to nejspíš ani neviděl, tomu se říká beznaděj a zoufalost, tohle by odpadlo, když by mu to každý týden ve škole někdo nepřipomínal.

Vzhledem k tomu, že jsem studentem doktorského studia, nemám již moc prezenční výuky a spíš pracuji samostatně. Jediným rozdílem je tedy, že nesedím v kanceláři, ale doma u stolu. Z toho vyplývá nulový kontakt se školitelem a celkově ostatními pracovníky ústavu.

Jediný rozdíl je, že někteří učitelé absolutně nejeví zájem, druzí zas jedou normálně na telepřednáškách. Strach nevidím jako problém u naší mladé populace studentů. Chybí motivace se učit sám některé předměty, zároveň je více času na diplomovou práci. Horší je, že si člověk neodvezl věci z koleje, takže doma jsou omezené možnosti např. Slabý internet, jen jedna obrazovka.

Úzkost ani frustrace nejsou na místě, když se nesledují zprávy, kde všechno zveličují. Stačí číst studie.

Omezený kontakt s lidmi dává více prostoru pro studium a odpočinek. Na druhou stranu člověk i přes online komunikaci trpí na sociální deficit.

Krom distančních přednášek, které jsou vysílány na YouTube, není skoro žádný rozdíl. Někteří cvičící mají cvičení na YT. Jinak u technického studia není tak velký rozdíl.

Nutná větší sebekázeň při samostudiu.

Nemusím do školy a máme, miň přednášek přes MS Teams, než kdybychom je měli ve škole.

Návod jsme měli v plánu asi 4 exkurze a všechny se (samozřejmě) zrušili. Praktická výuka tedy neprobíhá a praktické části se v diplomových pracích taky eliminují.

Více času, větší klid na práci, když je člověk doma a nikam nemůže ani do práce nemusí.

Při kombinované formě studia, jsem vzhledem k situaci musel dát přednost práci před školou.

Takže se škole během pandemie skoro nevěnuji. Škola prodloužila termíny zkuškového období a odevzdání závěrečných prací, z toho důvodu jsem zatím relativně v klidu.

O trochu víc soukromí.

Více přemlouvání donutit se k učení

Nemohu se na věci, o kterých se učím, podívat a vyzkoušet si je.

Špatná komunikace s učiteli, zmatečnost v úkolech. Nejistota se zkuškovým obdobím. Úzkost v případě, kdy nechápu nějakou látku. Mnohem větší nutnost samostudia -> méně (skoro žádný) volný čas.

ztráta kontaktu s lidmi ze třídy, více domácích úkolů, více volání se spolužáky

Rozdíl v koncentraci na probíranou látku, složitější konzultace

Jednoznačně mi vyhovuje online forma výuky, a to asi proto, že pouze 3 z 5

předmětů/vyučujících postřehlo, že nás už měsíc neviděli a pokusili se o výuku přes MS TEAMS.

COVID-19 by měl všem otevřít oči! Hlavně tedy ČVUT v Praze. Podklady pro online studování jsou na katastrofální úrovni a vše se zaseklo na přelomu tisíciletí.

Největší rozdíl vidím jednoznačně ve formě výuky. Ukázala se pravá tvář učitelů – polovina se velmi snaží, baví je to... Druhá polovina učitelů vypadá, jako by si ještě nevšimla, že nějaký



COVID přišel, a že své studenty již měsíc neviděla. KONEČNĚ se učitelé (alespoň někteří) donutí něco vytvořit a uploadovat na net.

Cons: Omezenost životního stylu, socialisingu a zaměstnaní při studiu, tím pádem méně chuti do studia.

Pros: víc času, méně náladové prokrastinace

On-line výuka, nepřesné instrukce

Bezkontaktní výuka, malá motivace k práci

Studium na dálku je efektivnější, setří čas a látku je lehčí pochopit díky nahrávkám cvičení a přednáškám které si možno znovu pustit a přetáčet, taktéž se zamezují prepisovými chybami.

Nevidím v tom zmysel hodiny přestavovat po Praze, úplně zabít čas

Nemohu dojít na konzultaci ohledně nějaké práce, kterou musím vypracovat a nevím si s tím rady a řešení po mailu je dosti komplikované. Hodně práce doma (vypracování poznámek z každé online přednášky/cvičení které si následně musím znovu pouštět, jelikož není možnost stihnout vše zapsat při online. Dále takové různé volnočasové věci, které ale už nesouvisí přímo se studiem ale spíše vyčištění hlavy apod.

Nemožnost konzultovat závěrečné práce

žádný kontakt, jinak probíhá pořád stejně

Při pandemii máme méně cvičení a přednášky, na které bych jinak chodila

Během pandemie se učím méně, jelikož jsem doma.

diametrálně, 90 % všeho dělám zcela samostatně (s možností písemné konzultace)

Přednášky probíhají online, není potřeba se nijak připravovat

Nemusím chodit do školy. Práce je víceméně furt stejně. Obtížnější možnosti konzultace.

Během samostudia za dob pandemie si mohu lépe rozvrhnout čas, ale samotné studium mě stojí více času a energie

Část studia se přesunula více do samostudia. Jinak je dost materiálů a výuky online. Bylo hezčí potkávat spolužáky ve škole, s někým se na chodbě jen tak pobavit, na druhou stranu je doma určitý klid a pohodlí. Pohodlí ale smrdí!

Běžně chodím denně do školy a nemám skoro na nic čas a teď během pandemii na mém oboru učitelé na nějakou online výuku celkem kašlou, takže mám konečně i čas na to, co mě baví.

Mám čas na bakalářskou práci, což běžně nemám. A pokud nám něco nahrají na moodle, tak si to mám čas v klidu projít a najít si, čemu nerozumím, což při normálním studiu moc nestíhám.

Učitelé se o nás nezajímají víc než kdykoliv jindy

nijak se neliší, u PC sedím furt, a když mi nechce nic dělat, tak prostě... jednoduché

Online výuka je dle mého názoru velice vydařená a oproti prezenční má člověk vyšší volnost, nemusí dojíždět do školy a je tak k dispozici více volného času, se kterým je možno jakkoli naložit. Co shledávám jako mínus, je ztráta kontaktu s ostatními studenty.

místo přednášek a cvičení ve škole online přenosy

Online výuka. Nechodím do školy, ale tam jsem nechodil ani předtím.

Zmatek v tom, co dělat

Nepříliš

Je zrušena kontaktní výuka, škola probíhá online. Absence běžného režimu, nižší produktivita...

Možnost si v klidu doma podívat na přednášky, dát si pauzu, zopakovat si něco. Můžu si lip zorganizovat čas. Když něčemu během přednášky/cvičení nerozumím, mohu se k tomu pak v klidu vrátit a zamyslet se nad tím později, a/nebo s využitím Googlu.

během covid19:

vice času s blízkými

vice byrokracie (řešení věcí pres mail)

počáteční zmatenost než se ustálila výuka

menší chuť do učení

větší pocit nejistoty ohledně dalšího studia

vice prokrastinace

Z důvodu zaměstnání během pandemie mnohem méně času na školu, takže jsem ve větším presu, na druhou stranu nepíšu průběžné testy, pouze odesílám programy.

Jsem takřka 24 hodin denně zavřený v pokoji 1.8x3.5 metru a buďto sleduji online výuku, nebo plním školní povinnosti (úkoly, protokoly). Nemám ani tu hodinu, co bych strávil venku přejezdem do školy.

Jsem na Erasmu v Belgii a CVUT mi bylo nabídnuto studovat dálkové některé předměty. Obě školy přešly na distanční výuku, v Belgii je její úroveň o dost vyšší, nicméně není to ideální.

Navíc u některých zkoušek nebude možné je absolvovat distančně, což se teď jeví jako neřešitelný problém.

Během pandemie větší nejistota ohledně zvládnutí všech studijních povinností kvůli domácí přípravě.

Není daný rozvrh (problém co, a kdy dělat)

Během pandemie máme tolik zadaných úkolů, že není čas se učit

Možnost si volně naplánovat studium – většina on-line přednášek se nahrává, mohu si je pustit kdykoliv, plnění úkolů kdykoliv

Odpadá čas strávený cestováním

Mohu být doma s přítelem, nemusím odjíždět na celý týden do Prahy

Dostanu se častěji do přírody

Na přednášky se tolik nesoustředím jako ve škole, často při přednášce dělám i jiné věci

Neplýtvám čas dojížděním. Nerozptylují mě kamarádi. Uzurpují mě rodiče. Jsem odhodlanější dělat na projektech a nemám strach vykašlat se na online výuku, když se mi nehodí. To se mi možná vymstí.

Větší zodpovědnost, že si na všechny povinnosti musím dohlížet sám. To že nikam nemusím mnohdy skončí tím, že na to zapomenou. Změna průběhu studia je technicky fajn, pocitově mě to ale víc tlačí, jestli jsem na něco nezapomněl. A taky se rád setkávám s lidmi, jak ve škole, tak i mimo, takže se to omezení ze zbytku dne promítá do pocitů souvisejících se školou...

více času na prokrastinaci, online výuka, odloučení od přátel

Způsob studia se nemění (skripta, online podklady, poznámky a učení z těchto materiálů a používání je během studií), největší rozdíl ve změně prostředí, nejvíce se naučím mimo domov (např. knihovna = mimo komfortní zónu), za pandemie a povinnosti zůstat doma je toto pomalu nesnesitelné.

Máme online přednášky a online konzultace. Tato bezkontaktní výuka mi příliš nevyhovuje, výhodou je, že se přednášky dají nahrát a pustit znovu. Kontaktní výuka se mi líbí víc, tabule a člověk lépe vyhovují mé konzervativní osobnosti

Zpomalení projektů, na kterých se účastním a které by měly být součástí mé disertace. Menší kontakt s mým odborným školitelem.

Vše se dělá pomaleji, nemám kolegy po ruce

Nejsem na koleji a v Praze obecně, méně piji alkohol. 90% studia probíhá online.

Nepřipravuji se na průběžné testy pouze na zkoušku

Prezenční studium už prezenční není.

nemusím jezdit MHD a místo toho se mužů víc učit :)

Dělám to, co normálně, akorát bez výčitek.

Ještě více než kdy jindy to je na mé iniciativě.

Vše

Úzkost a prokrastinace stoupá, motivace klesá

Díky koruně více času na sport

Teplej čajíček každou přednášku je docela fajn

Musím si to nastudovat sama. Nevím, co bude dál – mám státnicovat. Největší problém je s prokrastinací, která je silnější než při běžném studiu.

Všechno je sice online ale komunikace s vyučujícími je často zdlouhavá

Děle dohledávám potřebné informace ke studiu a tvorbě programů, neboť mi je nikdo nevysvětlí.

Chybí mi ty 3 strojařky u nás v ročníku.

Studuji doma, a ne ve škole, zabírá mi to spoustu času a mám referáty, co bych mohl stihnout ve škole. Nikomu nevádí, když u přednášky online usnu.

Větší počet hodin strávených učením, samota

Stojí to za ho. tak i tak.

Hodně času mi zabere vůbec najít, co mám dělat, kde je kdy, jaká přednáška/ cvičení... Obecně lidé méně chápou látku, takže se pomalu ani není na koho obrátit a samostudium (hledání materiálů a chápání technických předmětů ze skript) je velmi časově náročné - škole věnuji více času a nemám čas pořádně na další věci

Nemám vůli cokoli dělat, netuším kde, co a jak mám odevzdávat a náplň mých dnů se tak zúžila na sledování přednášek, kde vyučujícímu buď není rozumět, nebo vypadl zvuk aspoň v 1/3 videa, a nervování se nad tím jak nic nestíhám jak bych měl pokročit nad tím a tím atd. atd. a k tomu mi chybí ta malá útěcha, kterou jsem nalézal v prezenčním studiu a to možnost vidět v té přednáškové místnosti pár tváří které jsou na tom stejně jako já. Teď jsem sám se svými nedodělky a nemůžu z bytu. K posrání

Mám více času na sebe, což přispívá k mé vnitřní vyrovnanosti.

Není

Rozdíl by byl v tom, že bych neudělal už vůbec nic, protože když pandemie nebyla, tak jsem o školu zavadil jen omylem

Více samostatné práce, která navíc zabírá daleko více času.

Jiný rozvrh, přístup ke studiu a vstřebávání učiva

Nižší produktivita, i když teď mám více volného času. Skoro nulová motivace

Obecně více práce, většina učitelů nezvládá

+ Můžu si studium naplánovat přesně, jak chci ze dne na den.

- Mnoho stránek studia je výrazně složitější bez okamžité zpětné vazby (např. při cvičení)

Vlastně je to lepší než normálně. Dostáváme on-line materiály, které bychom jinak nedostali, a na vše je více času. V klidu z pohodlí domova píšu bakalářku a nemusím prezenčně docházet.

Nevýhodou je komunikace s vyučujícími, kterým někdy trvá několik dní odpověď na mail.

Nikdo nic neví, nikdo nikoho moc neinformuje, všechno je zmatený

V podstatě jen odpadlo dojíždění do školy a fyzická interakce s přáteli

Téměř vůbec. Rozdíl je ve větší nejistotě. Tato situace je zde poprvé a zatím není jasné ani jak budou probíhat zkoušky.

Vše je výrazně více o samostudium, mnohem těžší

Výrazně

Nedojíždím do školy, nepřednáším. Pracuji méně, protože není co vyhodnocovat a na čem pracovat. Nepřipravuji se na tolik konferencí, protože jsou zrušeny. Ale opravuji domácí úkoly a referáty.

V podstatě se studium nezměnilo. Teprve při pandemii jsem zjistil, že studium strojírenství spočívá v převážně v samostudiu, a rozdíl mezi tím, zda do školy docházím nebo ne, není téměř žádný. V situaci současné distanční formy studia se selektují přístupy kantorů na ty, kteří chtějí dosavadní studium změnit a pomoci studentům, a na ty, kteří na to kašlou tak jako na to kašlali předtím.

Pevný řád, který mi poslední 2 roky určoval život, najednou není, takže nic nedělám. Je to nádherna <3 ale vím, že toho budu hořce litovat.

Stihnu hrozně věci, které jsem odkládal, do školy ale bohužel nedělám nic moc. Těžko hledat motivaci, když ještě nejsou zkoušky.

Mnohem méně motivace ke studiu, více volného času, některé předměty výrazně snížily nároky na aktivitu

Jsem doma s rodinou, ale bez kolegů z ČVUT

Více času, horší koncentrace při studiu

Víc posiluji

během pandemie si prakticky dělám, co chci, jen odevzdávám věci do požadovaného termínu

Zhoršená komunikace během pandemie, více času strávené školou než během normálního studia, více úkolů, méně porozumění od profesorů

Během pandemie se nejsem schopen soustředit a donutit k činnosti s čím běžně nemám problém.

Méně povinností, mohu si více vybírat, kterému předmětu se věnovat, méně častý kontakt se spolužáky a vyučujícími, větší nejistota z podoby zkoušek

Při studiu za pandemie mě daleko víc ruší internet, požadavky od vyučujících jsou méně přehledné a motivace menší kvůli nejistotám ohledně zápočtů, a především zkouškového období. Běžné studium je pro mě zábavnější a efektivnější. Navíc mám pocit, že vše doženu později, takže se studiu tolik nevěnuji.

Více času i kvůli odpadnutí cestování do školy, učitelé jsou shovívaví, nicméně je těžké se k něčemu donutit a taky pocitu beznaděje z důvodu špatného stavu bakalářské práce kvůli nemožnosti konzultace

Více úkolů, semestrálních prací

Více úkolů, nutnost větší míry samostudia

Větší množství práce, striktní termíny odevzdání. Horší kvalita cvičení a seminářů. Pozitivní možnost shlédnout přednášku opakovaně.

Nijak zásadně, projeví se skutečný zájem o studium.

Chybí mi kolektiv, doma je těžší se k učení donutit. Není to pro mě vhodné. V izolaci trpím.

Toto období je výrazně lepší, mohu se vyhnout spoustě nudných věcí a mám čas, dodělávat věci, které bych jinak špatně stíhal.

Žádné laboratorní cvičení pro praxi v daném předmětu/látce.

více času díky absenci praktických cvičení a logistických přesunů

ROZDÍL: Více volného času, ačkoliv máme stejně rozvrh online výuky od devíti do čtyř, mezi výhodou bych uvedl to, že jsem doma a mám tu svůj komfort, mezi jednoznačnou a naprosto zdrcující nevýhodou to: že ačkoliv jsem překvapen jak se naše Fakulta (FS ČVUT) chopila online výuky, stejně mám pocit, že mi to nedá tolik jako chodit do školy a že to bude velký deficit ve zkouškovém období, které už takhle nenávidím

Veškeré oblasti studia jsou jen na mě. Výklad teď neexistuje. Udržet soustředění se zdá být nadlidským úkolem

videozáznamy přednášek a cvičení jsou super :)

Větší nuda a větší prokrastinace.

Díky samostudiu si vyplňuji vše sama, skoro bez dozoru, což mě nutí více přemýšlet nad učením

studium probíhá bezkontaktně z domova.

Více práce doma

Počas pandémie COVID-19 sa nachádzam v zahraničí cez program Erasmus. Štúdium prebieha bezkontaktné, ďaleko od rodiny a navyše v cudzom jazyku, čo je pre mňa vo všeobecnosti dosť náročné.

Nyní máme mnohonásobně více práce než při denním studiu. Profesori si asi myslí, že řešíme jen jeden předmět. Nyní dělám věci do školy 8 hodin čistého času denně a stále spíše hasím resty, i když jsem nic nezanedbal

Vše je online, je potřeba více sebekázně a poctivosti.

Plusy - Více volného času, možnost vlastního rozvržení výuky, příjemné prostředí, méně požadavků

Mínusy - Větší sklon k prokrastinaci, ulejvání a flákání, Horší způsob předání informací, Bez sociálního kontaktu a kamarádů-kolegů

Více úkolů, méně vysvětlování, menší pochopení, horší domluva, příšerná technika od učitelů

Je to teď mnohem lepší, dojíždění bere hodně času, a ne všude může mít člověk s sebou veškeré vybavení, na které je zvyknutý a umí s ním efektivně pracovat. Studium z domova je méně stresující a paradoxně jsem schopen zvládnout více práce než před karanténou.

Jsem doma, nejezdím do školy metrem

Pocit nejistoty, co bude dál. Vedení neposkytuje dostatečné množství informací a já tak nemám tušení, kdy budu moci vykonat SZZ, natož dokončit diplomovou práci

Laboratoře nejsou, společná cvičení pro všechny = menší rozdíly ve výuce jednotlivých paralelek, nutnost větší samostatnosti

Z prezenčního studia jsem prakticky přešel na samostudium...

Mám o mnoho více volného času, ať když chodím na všechny online cvičení a přednášky.

Situace vyžaduje více samostatnosti a zodpovědnosti ale tato forma studia mi vyhovuje více

Mnohem více věcí musím vymyslet sám bez pomoci vyučujícího

Vše distančně

musím být doma. Nemusím ztrácet čas v MHD, na přednášku to mám z postele 3 metry. Chybí mi lidé. Chybí mi praktická cvičení (laboratoře atd....) a nemůžeme po škole s kámošema na pivo. Jinak je to stejný

Nuda

Neučím se průběžně, spíše plním zadané úkoly.

Prezenční styl výuky, osobní kontakt, prostředí vhodné pro studium

Přednášky přes net, počítačová cvičení, plus miliarda úkolů a referátů, které neměly být a je kterým většinou nemáme ani návod nebo radu, jak je dělat. Doporučení děkana je "nezahlcovat studenty," což si každý vylučující asi bere po svém. Navíc organizace zkouškového je v mracích a čekám, že o zkouškách se dozvíme týden předem

Je to na Temas – takže všechno ostatní na PC nefunguje...

Během pandemie chodím do práce, tudíž nemám čas na školu, kdežto při běžném stavu se věnuji plně studiu a chodím se odreagovat do hospody, zatímco během pandemie nemůžu a jsem lehce nervózní

Nevykonávám cestu do školy a výuka se provádí online.

Chybí kontakt s kolegy

Chybí mi ta podnikavá nálada, která přijde s tím, když se konečně dokopu jít na přednášku.

Chybí mi změna prostředí, ve kterém se pohybuji. Sekundárně také obměna lidí, se kterými se vídám.

Kvůli zrychlenému průběhu přednášek a cvičení více práce s dopisováním látky.

Dálková výuka, možná prodloužení semestru, upravení požadavků na zkoušky, komplikace během psaní DP

Zůstávám doma a mám více času k samostudiu, na druhou stranu mi učivo není tak dobře vysvětleno...

Najít motivaci se učit

Přednášky on-line, více práce, zmatek, stres, strach o budoucnost, nejistota, pocit zmaru.

Neučí se vše, a to co se neučí se neučí jde velmi špatně zpracovat a pochopit

Výuka online, větší flexibilita a možnost si zvolit kdy a jak dlouho se konkrétním předmětům věnovat, vlastní režim, větší zmatenost v požadavcích na absolvování předmětů

Cvičení online formou mi nevyhovují.

Více samostatných prací/referátu.

Samostudium je časově náročnější než běžné studium.

Pozitivem jsou známky z přednášek.

Online

Více se věnuji práci než škole

Online výuka, polovina předmětů bez online výuky pouze samostatným studiem. Méně práce na doma – nejsou laborky. To se stejně bude nahrazovat...

Během pandemie se věnuji především psaní diplomové práce. A mám na ni víc času.

Ušetřím strávený čas v MHD, online přednášky se dají nahrát a později před zkouškou si můžu látku lépe oživit, cítím, že učitelé mají velkou snahu nám v této době se studiem pomoci.

Musím se hodně věci naučit sám, a komunikace s učiteli skrze email někdy vážne.

Musím se k tomu dokopat sám, nemám takovou morálku, mnohem lépe se mi studuje ve studovnách, knihovnách, doma mě stále něco rozptyluje a mám přehozený režim.

Více času z důvodu hustějšího rozvrhu a bez nutnosti fyzicky se přemísťovat

Téměř žádný rozdíl, učím se ze skript

Nefungují z 90% přednášky on-line, takže nejistota z toho, co po nás pak budou chtít.

Velmi pozitivní je vlastní řízení času a kdy co budu dělat. Mám pocit, že se pak i lépe učím, když je harmonogram na mě, a přitom zvládám vše v čas.

Studium online pomocí ms teams, přednášky dokonce lépe zpracované

Chybí mi kontakt s lidmi, páč když se potřebuju na něco zeptat, tak je musím otravovat přes maila.

(Už)Nemám odhodlání dělat cokoli.

Samostudium je z lehkého najednou víc a víc intenzivní.

Zvykání si na učení doma a ne mimo domov (normálně v knihovně/kavárně).



Každodenní rozvrh si dělám sama na týden dopředu (až na pár online přednášek a cvičení si určuji čas samostudia podle sebe).

Mám čas si v klidu přes den uvařit a najíst se pravidelně.

Chodím spát a vstávám v +/- stejný čas.

V době pandemie mám více času. Přijde mi to lepší z hlediska cvičení a přednášek - nemusím nikam chodit.

Všechno je klidnější. Nahrané přednášky si můžu pouštět zpětně což je pro mě podstatně výhodnější v kombinaci s pracovními poměrem. Celkově bych řekl že pandemie přinesla velmi nutnou pauzu a změnu od studijního a pracovního stresu.

Méně práce, více času na vše, hůře pochopitelná látka pokud je bez výkladu

Jsem doma

nyní je informovanost ohledně termínů odevzdání nulová

Chci umřít

Vyšší účast a soustředěnost na přednáškách. Viditelnější nedostatky v připravenosti některých vyučujících

Jsem línější

Výuka je bezkontaktní, o něco víc práce.

Přednášky jsou streamované, konzultace po telefonu, problémy s úkoly se řeší přes mail.

Momentálně díky nouzovému stavu máme zrušené/odložené všechny konference a i spolupráce s firmami i na projektech vážně, nemůžeme v laborkách nic měřit. Student doktorského programu je sice flexibilní v rámci možností, ale je tam alespoň nějaký režim, který snaží skloubit s ostatními a taky lze hodně věcí řešit spolu s ostatními a je lepší i motivace tím pádem. Teď je to všechno anonymní, přes konferenční hovory, maily, a je i mnohem těžší si vytvořit správný režim na práci či volný čas.

Bezkontaktní výuka, žádné cvičení, obvykle jen přednášky a pokyny na domácí studium

Teď - naprosté přehlčení povinnostmi v neadekvátní míře, což mne velmi frustruje. Jsem vyčerpaná a nemám nejen energii, ale ani chuť se do čehokoli pouštět. I v běžném režimu jsem vyčerpaná a do určité míry frustrovaná (časovou náročností rozvrhu), ale nesrovnatelně méně.

Distanční výuka

málo informací ohledně organizačních záležitostí (zejména SZZ)...

Jistota z toho, že od začátku semestru vím, co mam očekávat v každém předmětu, se změnila v chaos a absolutní nevědomí toho, jak to vlastně do budoucna bude. Je mnohem těžší se přimět do práce, když nesedím ve škole.

mně osobně asi studium během COVID-19 přijde příjemnější, protože nemusím nikde být a sedět několik hodin - za kratší dobu si to přečtu sama a třeba napíšu nějakou seminární práci. mrzí mě však, že nemůžu vidět svoje kamarády :(

Díky pandemii chodím na brigádu/praxi a ve volném čase píšu DP...nepocituji obavy ze studia, neboť jsem v posledním ročníku, potřebuji zakončit "pouze" 2 předměty, studijní materiály jsou na internetu. Pokud se SZZ na přelomu srpna/září realizují, tak ve výsledku hodnotím tento výjimečný stav pozitivně (neztrácím čas ve škole, pracuji, studuji večer).

Studium se velmi neliší, strojírenství je hodně samostudijní obor, ale v době bez pandemie je rozhodně jednodušší, protože je možnost konzultací. Přes mail se toho tolik nevyřeší. Příkladem budiž KC (konstrukční cvičení), což je předmět náročný i normálně, ale bez cvik a konzultací nemožný na splnění. (Tady vzniká STRACH a tak.

Mám na to více času, protože nechodím do práce. Dalo mi to šanci odevzdat bakalářku včas (snad)

Jsem doma a můžu pracovat, kdy chci, netrávím čas na cestě - více času. Avšak přijde mi to studium méně důležité a významné, kromě pár výjimek posílají "tohle si přečtěte" a to nás moc nepřipraví. Také menší pochopení látky a toho, co je důležité.

Učitel nemá tabuli, takže jen čte PowerPoint prezentaci. Je mnohem těžší udržet pozornost, dělat si poznámky je téměř nemožné. Online systém také často nefunguje, jak má.

Mám volnější program podle mých potřeb. Nemusím sedět na nudných přednáškách, radši si to rychleji přečtu ve skriptech. COVID-19 snad přinese pozitivní změny do našeho velmi, opravdu velmi zastaralého způsobu studia.

Nemůžu se učit se spolužáky, interakce je menší, tím pádem se více věcí musím naučit sama bez podpory a nápadů mých spolužáků. Podobné je to i s vyučujícími, v době pandemie je těžší se s nimi na něčem domluvit nebo klást dotazy. Zároveň je složitější donutit se k učivu doma, ve škole to jde samo :)

Posunuté termíny a nemožnost vonkajších aktivit mi umožňují strávit více času so štúdiom a viac si ho v čase rozložiť. Významné je pre mňa, že sa vďaka tomu cítim voľnejší a pod menším tlakom a že vďaka situácií som tiež v takmer každodennom kontakte s mojimi blízkymi. Tiež je pre mňa významný pocit rezonujúceho pozitívneho prekvapenia a nádeje, že ľudia sa správajú dobre, altruisticky a že aspoň u niekoho možno dojde vplyvom pandémie k prehodnoteniu pokrútených hodnot.

- nemožnost jít do studovny a knihovny, kde jsem nejvíce efektivní
- všichni jsou doma - nemam prostor a klid na studium
- nemůžu udělat výzkum (zavřené MS)

-zpočátku zvýšena úzkost (ze zpráv o covid) -> zhoršené soustředění, nebyla nálada na studium  
- nyní spíše rezignace - vzhledem k nemožnosti výzkumu nestihám deadlines  
- sociální izolace - zhoršeny mental health - negativní vliv na studium  
- velká nejistota - co bude dál, posunou se ještě termíny?

Studium on-line formou, často žádné přednášky pouze odevzdání eseje na konci semestru, málo informací či žádné informace u některých předmětů

Nejistota s ukončováním předmětů i studia celkově, z toho plynoucí úzkost a horší motivace.  
Některé předměty bez odpovídající výuky online, což znamená strašně samostudia navíc, někde vůbec není komunikováno, jak předmět bude pokračovat a bude ukončen, z toho plynoucí frustrace a hněv. Jinak je lepší výuka online, že se 10 minut před přednáškou vyvalím z postele, a když je přednáška málo informačně hodnotná, uklízím u ní.

Přednášky probíhají online formou, ale někteří učitelé jen posílají odkazy na učebnice (které nejdou stáhnout) a z nich vypisují úkoly. Dlužno ale podotknout, že to jsou učitelé, které by člověk kopl do zadku i za normálních okolností. Jinak s námi učitelé hodně komunikují po mailu a cítím z toho odhodlání dotáhnout semestr touto formou. Také cítím, že jsme se učitelům více přiblížili, jsme víc na jedné lodi.

On-line výuka, nejistota ohledně SZZ

Mnohem více studia, věnování se 1 předmětu je mnohem delší, než ve škole. Zároveň se nějaké věci nedají teď dělat, jako třeba stáže nebo sběr dat do závěrečné práce.

Zásadní je pro mě to, že mám na studium nesrovnatelně více času a tím pádem i klidu.

Prodloužila jsem si studium a v tomto semestru dodělávám jen poslední předmět, proto se mě narušení výuky dotklo minimálně. Mám naopak prostor pro psaní bc.práce a přípravu na státnice a přijímačky.

Studium je vesměs stejné, dokonce bych i řekl, že při pandemii je semestr lepší, jelikož člověku stačí zůstat doma a užívat si online přednášky a cvika. Třeba v budoucnu napadne ČVUT dát na výběr studentům a zpřístupní přednášky online. Myslím, že by to dost lidí ocenilo :). Otázka je, jak bude probíhat zkouškové, jelikož si nedokážu představit online zkoušky

Sere mě to

Moc se neliší, studijní povinnost jsou mi známé tak i tak, jen přicházím o dobré přednášky a kontakt se spolužáky. Taky se ale nemusím zdržovat chozením můžu si vše strukturovat tak, jak mi vyhovuje. Komunikace se školou probíhá a s učiteli se mi online spolupracuje dobře. Nejistota z toho, co bude dál, jestli bude řádné zkouškové atd...

Víceméně nijak.

Kontaktní výuka přesunuta na skupinové přednášky přes web

Tuším méně než obvykle. Výuka skoro neprobíhá :D Jsem zvědavý na zkouškový.

Špatná organizace určitých předmětů, je více vidět snaha některých učitelů

Studium z domova je pohodlnější (dojíždění, pohodlnost sedaček v přednáškových místnostech), ale mnohem menší vůli něco dělat. Doma jsem mnohem více rozptýlován od práce. Komunikace přes maily nebo online hovory je o něco obtížnější, než osobně.

1) většina přednášek stejně k hovnu, ale jdou při tom dělat důležité věci (diplomka)

2) zbytečnosti šly stranou

3) sport chybí jak svině

4) lahváč doma je víc smutný než pivo s kamarády

tak nějak stejné, akorát mám více volného času, který stejně nemám jak trávit

Nejsem původem z Prahy, takže jsem doma. Máme sice spoustu streamovaného obsahu, ale ani omylem se nepřinutím tak moc jako když můžu chodit do školy.

Paradoxně je časově mnohem náročnější, než kdybych chodila do školy (důvodem je mnohem větší množství četby literatury a vypracovávání písemných úkolů).

Samota, člověk je jen zavřený doma.

Díky bezkontaktní výuce jsem v domácím prostředí, což působí příjemněji. Přednášky online jsou daleko pohodlnější a lépe zvladatelné díky možnosti pořídit záznam a pustit si je jindy.

Komunikace přes internet však působí neosobně, je celkově složitější a člověk je v trochu větší nejistotě.

moji vinou a absolutním nezájmem se něco učit sám budu ukončovat studium nebo minimálně měnit obor

je to napi.. tak jako tak

Mnohem méně nutných povinností. Nemusím nikam docházet. Méně sociálního kontaktu.

Není možné vykonávat cvičení a praktické stránky studia.

Kontakt s vyučujícím je velmi důležitý

Cvičení a přednášky normálně probíhají on-line, ale jsme doslova zahlceni domácími úkoly, které bychom normálně neměli. Plusem je, že nemusím nikam jezdit jak z domova do školy, tak z kolejí do školy a domácí strava

Vlastní plánování času věnovanému studiu.

Distanční výuka, menší nároky, mene informací

Během pandemie máme výuku online, od učitelů máme k dispozici více podkladů. Zároveň mám větší problém přinutit se doma něco dělat.

Je to mnohem horší, nevím, co mám dělat, myslím, že nestíhám nic, myslím, že se pořádně nestihnu naučit na státní zkoušky.

Vše vypracovat je mnohem složitější (papír vs. Word). Špatné komunikace s učiteli (opravy trvají během pandemie dlouho). Chyby v online výuce. Více času (neřeším trasy domů). Menší kontakt s vyučujícími a spolužáky, více vlastní zodpovědnosti, soustavnější příprava  
1) občas je těžké se přinutit učit doma a sám (chybí mi např. společné učení se spolužáky/kamarády nebo studovna)

2) jsem víc nejistá - nevím, jestli budou státnice a jak budou probíhat

Oproti běžnému stavu nedělám téměř nic pro studium.

Jsem aktuálně v ročníku, kdy jsem měla mít jen několik blokových seminářů, které odpadly, zas až takový rozdíl ale tedy není - většina práce by spočívala v samostudiu tak jako tak. Větší rozdíl je akorát v tom, že nyní jsem ve svém místě bydliště namísto v místě studia, trávím více času se svojí rodinou, což se značně podepisuje na snížení výkonnosti, protože nemám možnost si den rozvrhnout čistě podle vlastní vůle. Rozdíl taky vnímám ve formě literatury, kterou místo v knihovně sháním v e-zdrojích, byť naštěstí se mě to nedotýká až tolik, poněvadž jsem si vytvořila solidní odbornou knihovnu i doma (v tom je zase lepší přítomnost v místě bydliště - ke knihám mám přístup). Dopad vnímám taky v setkávání s přáteli z ročníku, na které jsem se těšila, že si užijeme poslední společné předměty - v létě či zimě totiž naše společná studijní cesta končí...

Teď si mohu čas více plánovat podle svého, na druhou stranu člověk bez pevného režimu snadno ztrácí motivaci k činnosti. Jsem více líná. Ale asi to ani ničemu nevádí. Škola mi přijde v klidu tak jako tak...

Učení je pro mě mnohem složitější. Chybí mi normální přednášky, kde se můžu během hodiny na cokoli zeptat. Chybí mi celkově ta změna prostředí. Avšak zvládnout se to dá.

baví mě to víc, protože se můžu učit, co chci kdy chci  
vlastně ani moc ne, akorát nemusím docházet furt na přednášky

Odloučenost od kolegů, bez týmové spolupráce, komplikace v učení a konzultace, menší odhodlanost k učení a menší vůle, ale stále převládá morálka nad změnou režimu

Za Bežný stav jsem ve svých odpovědích považovala zejména zkouškové období. Momentálně si připadám také jako během zkouškového, jelikož za nedlouho statnicuji. Momentálně se ale potýkám se znatelně menší dávkou energie a odhodlaní, soustředěnosti, výdrže, zapálení atd. Naopak jsem velice vyčerpaná, i když pro to není objektivně takový důvod, musím se do práce hodně přemlouvat a jsem téměř pořád v jistém napětí, neuvolněná. Připisuji to stavu před

státnicemi a při práci na DP, ale i momentální situaci. Možnost odreagování a povyřádění je jednoduše o dost ochuzenější a ani když si ji vytvořím, nedokážu se plně uvolnit.

Učím se z domova, to je to významné. Jinak je vše jako jindy.

Až na výuku z domova žádné výrazně rozdíly necítím

Musím se věnovat samostudiu - chybí mi výklad pedagogů, je těžké se odhodlat něco dělat do školy, doma mě rozptyluje mnoho věcí

Přednášky jsou online nebo vůbec, nevidám se se spolužáky

Hlavní rozdíl je asi především v míře prokrastinace, fyzická přítomnost ve škole spíše přiměje k další práci i doma.

Trávím studiem podstatně méně času, zároveň mi nepřijde, že bych se vzdělávala méně.

Více úkolů než v běžné výuce

větší samostatnost nad úkoly a je potřeba více dbát na denní režim práce, chybí praktická výuka

Distanční studium připomíná režim zkouškového, chce to vlastní organizaci času, větší nároky na aktivitu a zachování klidu. Je zde nejistota vzhledem k nejasnosti následného průběhu semestru. Omezení aktivit, např. praxe - jejich současné neplnění ovlivní následný průběh studia.

nemohu chodit na přednášky, psala jsem si zápisky z přednášek.

je více času, jsem víc v klidu

Studium mně vyhovuje více, protože se na online přednášky mohu přihlásit odkudkoliv a nemusím být ve škole, abych byl na přednášce přítomen, dále přednášky je možno nahrávat k pozdějšímu přehrání.

Jsem doma

Příliš se neliší, během pandemie na to mám paradoxně více času než obvykle a taky na mě celkově dopadá nejistota, jaké mám teda deadliny - závěrečné práce, kdy a jak se bude státnicovat, kdy a jak budou přijímačky

Musím se učit doma, kde nemám potřebný klid na studium. Máme méně výuku, více čtení a psaní. Hodně úkolů najednou a to je stresující. Neochota některých spolužáků je vyčerpávající. Během pandemie máme více úkolů. Je těžší se k nim donutit. Strávím nad nimi více času než v běžném stavu.

Málo kontaktů se spolužáky, online výuka z domova, více úkolů a nároku na samostudium, ale zase více času na plnění zadaných prací

Přednášky jsou příjemnější a vyhovují mi více při tomto nouzovém stavu. Neruší opozdilci, neruší štěbetání ostatních lidí a zvládám dělat více věcí najednou. Jak jsem ale více sám, tak se nedokážu tak moc dokopat do dělání domácích úkolů a povinností.

Člověk je stále doma a je těžké se dokopat k výkonu, když má všude po ruce nějaké rozptýlení.

výuka formou zaslaných studijních materiálů

Nijak to nevnímám, mám na učení více klidu a nemusím nikam dojíždět

Chybí mi výklad vyučujících u většiny předmětů

je mi líp

Jelikož jsem studentkou 3. ročníku, stres u mě vytváří hlavně situace kolem bakalářské práce, termínu státních zkoušek a také přijímacích zkoušek do magisterských programů. V tomto předmětu studuji dva předměty, na které jsem se těšila právě proto, jak probíhá jejich prezenční forma. Prezenční forma výuky mi vyhovuje mnohem víc, látku lépe pochopím a tyto konkrétní předměty doprovází i praktický program, návštěva PPP a podobně, které do e-learningu převést nelze. Moje motivace si projít e-learning k celému semestru o samotě moc velká není, ke studiu předmětů, které mě zajímají a baví se musí nutit, načež mě stresuje, že se jim nevěnuji. U psaní bakalářské práce mě zase trápí nedostupnost některých zdrojů. Obecně je pro mě významná i konzultace učiva i psaní se spolužáky, která je značně nyní omezená.

Učím se nejlépe poslechem, takže při normální výuce si spoustu věcí zapamatuji již na přednáškách. Teď si musím látku sama zpracovat a potom si ji ještě přečíst, takže mi téma zabere dvakrát více času.

Mám asi více času na to být doma a věnovat se studiu, než se rozptylovat okolím.

Víc stresu v oblastech mimo studia. Najednou bez práce - začít teď hledat další? A bude vůbec práce v oboru po mých státnicích? Otázka bydlení - kolej nebo rodina přítele? Nešla jsem za rodinou na Slovensko, ostala jsem v ČR kvůli psaní diplomky, na kterou se vlastně nedokážu soustředit, takže posouvám termín. Pocity viny, že nejsem u rodiny na Slovensku. Ponorková nemoc z uzavření v malém prostoru se stejnými lidmi. Místo psaní diplomky šiji a rozdávám roušky, což mi velmi pomohlo po duševní stránce, protože něco pro tuto situaci dělám a jsem užitečná.

méně přednášek, když jsou, tak online, hodně písemných seminářek, velký zmatek a neustálé změny

Jediné co mi skutečně chybí je osobnost našich učitelů, od kterých se toho můžeme mnoho naučit z jejich přednášek a vsuvek z praxe a také mi chybí diskuze a sdílení se spolužáky.

Distančního forma výuky

Výuka probíhá ve většině předmětů online, nebo formou samostudia - což mě vyhovuje, mohu si lépe organizovat čas. Je na nic, že jsou zavřené knihovny a nedá se konzultovat osobně ohledně DP. Někteří vyučující také nemají jasno ohledně zkoušení.

Mé studium se liší jedině tím, že se učím doma, ale snažím se to učit tak, jako kdybych byla ve škole.

výuka neprobíhá (ani online), jen doporučené učebnice a zápočtové úkoly

Více učiva z literatury - zabere to mnohem více času než běžně - míň volného času než v běžném studiu.

Občas pocit přehlčení emaily - strach ze ztracení emailu s úkoly a tím nesplnění úkolů.

Mnohem větší obavy ze zkoušek

Menší motivace vzhledem k nejistotám, Menší strach z neúspěchu, protože zdraví je teď nejpřednější, studium počká, změna priorit, změna vkládání mé energie a času do různých aktivit, zvýšená sebek péče a potřeba postarat se o sebe a okolí, zvýšení stresu z nejistoty, nečekaných změn - trochu rezignace

hlavní změnou je využití online zdrojů pro přednášky i samostudium - to lze vnímat jako pozitivní (snadná dostupnost, minimalizování kontaktu, které je nyní žádoucí) i v něčem negativní změnu (pokles pozornosti, technické potíže, zhoršené využití aktivit a některých cvičení během přednášek); jako negativní, i když opodstatněné, vnímám zrušení konzultací - nutno komunikovat skrze emaily, což např. ztěžuje práci na bakalářce; jako pozitivní vnímám zpřístupnění mnoha knih a zdrojů online, když běžně byly dostupné jen v offline podobě; musím si více strukturovat čas, abych nezažala, ale stejně vnímám pokles produktivity

Více spánku (na online přednášku stačí vstát pár minut před jejím začátkem)

Hůř se pracuje kolektivně

Doma vypracování věci trvá déle, protože je náročnější úkoly konzultovat se spolužáky

Obecně se pije méně piva

Nejvíce se mé studium liší v tom, že se učím doma, kde nejsem sama, ale s rodiči. Tím pádem mě občas mrzí, že musím být zavřená v pokoji a učit se, místo toho abych ten čas strávila s nimi třeba při společné aktivitě apod. Také je to jiné v tom, že nevím, na kdy se vlastně učím. Sedím u toho každý den, ale nevím, kdy zkoušky budou, tím pádem nevím, čemu dá v učení přednost. Můžu se častěji odreagovat.

nyní možnost více strukturovat svůj čas na cokoli (mám i z práce home office), ale je to i výzva postavit se prokrastinaci, již mám málo výuky, 3 předměty, takže necítím extra rozdíl... spíš máme víc písem. úkolů, lepší by byly přednášky učiva od vyučujících

Hlavný problém je nevedomost', čo bude ďalej. Ďalej by som spomenula, že podmienky u mňa doma sú nie zrovna zlučiteľné s prípravou na ukončenie semestra.

Prijde mi, že máme více úkolů, než při normální výuce. Taky mi dělá problém prokrastinace, protože nevím, kdy se vrátím do školy a do kdy tedy ty úkoly musím mít splněné. Celkově je to



takový zvláštní pocit nejistoty a úzkosti, že nevím, co přijde. Na druhou stranu si ale můžu sama organizovat čas, protože nechodím do školy, takže to je pro mě přínosem.

přednášky přes video konference mi vyhovují více, s jinými samostatnými úkoly nebo již nahranými přednáškami mám problém z hlediska disciplíny a motivace

Nemohu chodit na přednášky, jsem typ, který si lépe pamatuje věci, když je slyší, než když je čte, je to pro mě trochu náročnější, zároveň mám teď víc volného času, a občas možnost video přednášky.

Nedostatek kontaktu s vyučujícími, ale i spolužáky

Neinformovanost

Frustrace

Doma jsem zvyklá relaxovat, proto se doma nemůžu dokopat k tomu, abych něco dělala.

Víceméně nijak, pouze mi chybí kontakt se spolužáky a učiteli.

Nemožnost poradit se s kamarády, horší komunikace s učiteli, někdo neodpovídá na maily, není schopen používat Skype atd.

Cítím se méně informovaná, jinak máme některé přednášky on-line formou, jako při běžném studiu převažuje samostudium na které mám více času, ale vzhledem k zavřeným knihovnám mi některé tituly, které nejsou dohledatelné on-line ke studiu chybí..

Mnohem méně se věnuji škole, nedokážu se pořádně soustředit. Mám mnohem více úkolů, kterým se musím věnovat a absolutně nic nestíhám.

Věnuji škole mnohem víc času. Velká nejistota s výhledem k SZZ a psaní DP. Strašná, ale opravdu obrovská, chuť na točené pivo s kamarády. V podstatě neodcházím od počítače.

Znovuobjevení Netflixu.

Mám více času. Netrávím čas dojížděním. Klid na studium.

Musím se to učit sám, pouze s materiály od učitelů, hůře se hledá motivace.

Chodím na více přednášek, díky tomu, že je čas a případně se dají pouštět zpětně.

Ničím závažným se neliší. Necítím se jinak ve vztahu ke škole, ale spíše v běžném životě a ve vztahu k rodině a kamarádům, které kvůli tomu nemohu vidat.

Při běžném studiu jsem více efektivní, ať už ve splněné práci( úkolech a domácí přípravě), a nebo v naučení něčeho nového. Při aktuální situaci jsem z některého učiva zmatený a chybí mi jisté popostrčení k práci. V důležitých předmětech by se mělo začít učit na dálku( např. přes Skype), aby student měl lepší pojem o tom, co se učí.

neučím se :(

Podstatné víc samostatné práce

Nyní více vypisování poznámek z textů, často bojuji, že se potýkám s neurčitými věcmi, nevím, co je důležité a co ne, někdy látce nerozumím a strávím nad tím mnohem déle času než ve škole, než tomu porozumím, naopak i výhody - pokud jsou videozáznamy, mohu si pustit, kdy chci, pozastavit si, když nerozumím nebo nestíhám

Je těžší se k tomu dokopat, ale nejsou zde nějak významné rozdíly, snažím se, obor miluji.

Takže vím, co je pro mě důležité a správné. Jediný rozdíl je, že mi chybí lidský kontakt, který mě obohacoval a dělá mě rozhodně šťastnějším člověkem, ale beru to z pozitivního hlediska a trávím více času svými zájmy a více s rodinou a konkrétněji zahrnuji se společností babiček a dědečka. Zde dříve byla má pozornost nejmenší.

Je to rozdíl velmi patrný. Oproti standardnímu způsobu výuky jsou velké změny v přístupu učitelů, někteří jsou ochotni své přednášky nahrávat, jiní pouze pošlou odkaz na stránky.

Obecně rozhodně preferuji běžný stav před distanční formou výuky.

Nemám kontakt s přáteli, nemohu chodit na stáž do nemocnice, chybí mi verbální kontakt s vyučujícími (nestačí mi jen číst knihy), v těchto oblastech jsou i největší rozdíly, zároveň jsem hodně polevila, co se týče přípravy

Rozdíl pro třetí ročníky, kterým se blíží státnice jsou především v omezených možnostech postupu při psaní bakalářské práce a při terénních výzkumech. Je to něco, k čemu se těžko hledá alternativa či nahrazení. Také je horší komunikaci s vyučujícími či vedoucími prací. Konzultace online nejsou tak vyčerpávající jako osobní.

Během pandemie je nejtěžší si udělat pořádek ve změně požadavků a přístupu. Jinak jsem zvyklý si studovat a dělat výpisky sám, takže to není velká změna.

Díky karanténě mám více volnosti, mohu si naplánovat studium čistě dle sebe. Zároveň se mohu věnovat i jiným záležitostem, na které během roku nemám čas. Jinak větší rozdíly nepociťuji. knihy zostali za hranicami takže pracujem s ebookmi, nemam svoj klud(je okolo mna rodina), casto menim miesto ucenia inac sa neviem sustredit-to teraz nie je mozne

Jsme odkázáni na literaturu místo klasického výkladu příkladů, kazuistik a zajímavostí z praxe vyučujících, což mě mrzí. Lépe proniknu do problematiky na hodině než při čtení textů.

Větší svoboda a volnost v rozhodování, více samoty, ale také vyšší soustředění, nižší motivace, absence příjemné diskuse a komunikace nad tématy, absence přímého kontaktu se spolužáky, učiteli.

vlastně moc ne, jen mi chybí přednášky naživo a setkání se spolužáky

Pro mě je studium méně náročné, protože nemusím nikam chodit a kromě jedné seminární práce navíc mi nepříbyla žádná práce. Chodit do školy mě otravuje, takže si to radši dostuduju doma.

Za mě je tedy současný stav lepší než normál.

Kromě 1 předmětu, jehož výuka teď probíhá distančně, a diplomového semináře, už ve škole žádné povinnosti nemám. U tohoto 1 předmětu jsem spíš ráda, že do školy momentálně nemusím, protože docházka byla povinná, aniž bych měla pocit, že by předmět byl nějak zvlášť přínosný. Hlavní problém pro mě teď spočívá v nemožnosti sbírat data na diplomku a dokončovat stáže.

Plnění atestací je náročnější, předměty za docházku jsou nahrazeny pracemi, změny ve studiu jsou komunikovány nesrozumitelně, nekonzistentně a především ne s definitivní platností. Docházení na přednášky (ne všechny, vybrané, ale spíš většina) mě dle mého názoru rozvíjí více než "samostudium". Knížek k psychologii je miliarda, a kdyby to bylo o tom přečíst si knížky a vědecké články, šlo by studovat distančně.

Člověk tedy pracuje na škole extrémně neefektivně, za celý den udělá to, co běžně na 90 minutové přednášce s mnohým přesahem.

Nevím, co mám dělat

Nedostatečnost

Jsem více zmatený ohledně toho, jak bude co probíhat a co se mám naučit, cítím ale víc volnosti a mám mnoho volného času, což ale ve mě vyvolává strach, zda něco nezanedbávám.

Chybí mi třídní kolektiv a osobní kontakt s vyučujícími, hlavně když chci konzultovat psaní bakalářské práce.

Mám více času na přípravu, chybí mi ale lidský kontakt a možnost seminářů.

- Cítím se velmi neochotna soustředit se na školní práci

- Nebaví mě se učit momentálně na školu

Více samostatné práce, více komunikace se spolužáky, online přednášky, které jsou náročné pro nás, ale hlavně pro vyučující, tisíce e-mailů...

Studium je během pandemie hodně omezené, nedostatek podnětů ze strany vyučujících (ve formě přednášek)

- momentálně on-line forma studia

Nesetkávám se se svými spolužáky - kamarády, což je negativním aspektem pandemie.

Můžeme být částečně spojeni online, ale není to ono. Zároveň se cítím škole trochu odcizená, najednou jako by studium nebyla tak vleklou součástí mě samotné jako tomu bylo před pandemií. Současně trávím svůj čas doma, u rodičů, v jiném kraji a nejsem v Praze, kde jinak trávím většinu svého času. Takže mi chybí i prostředí, na které jsem teď již více zvyklá. přednášky a veškerá komunikace probíhá přes internet

Nedojíždím, takže mám víc času, během online přednášek dělám jiné věci, mám potíže se naladit na čas učení, obecně se do školy učím méně, ale víc se učím věci mimo školu :)

Není prezenční výuka, nepobývám nyní na koleji, ale doma, s látkou mě seznamuje prezentace od vyučující, nikoliv její přednáška. Pro mě osobně je účast na přednáškách důležitá - vše slyším, zapisuji si a pak si znovu procházím a podtrhávám. Procházet si prezentaci je možná časově úspornější + si člověk může rozhodnout, kdy se seznámí s novou látkou (jestli třeba neudělá i něco dopředu oproti tomu, jak by to bylo při klasické výuce), ale často nejsou prezentace úplně dobře čitelné - jakože jsou to takové výkřiky, kolikrát napsané poněkud komplikovaně či trošku kostrbatě (a to i když mají být využity k domácí výuce). Osobně mám ráda pročítání prezentací jako doplněk ke čtení poznámek ze sešitu, kde mám tu látku už "předžvýkanou" z výkladu, a tedy se mi čte komfortněji/lépe. Tenhle semestr jsem měla mít sebezkušenostní předmět, kde jsme si měli zkusit skupinovou terapii. První dvě hodiny proběhly, jak měly, pak byla výuka přerušena a my máme akorát nějaké úkoly na dálku. Ty mají též něco do sebe, ale neposkytují ten zážitek skupinové terapie, který nám měl seminář původně zprostředkovat.

Vše je převedeno na distanční studium. Zdroje, přednášky, semináře jsou online formou.

Deadliny posunuty (popř. nejsou vůbec). Zmizela jakákoliv povinnost pracovat na něčem do školy.

Odlíšné prostředí pro studium, odlišná forma výuky (online, hlavně samostudium), nejistota ohledně ukončení předmětů, nečekané změny, větší emoční výkyvy kvůli aktuální situaci. Nejvýraznějším rozdílem je pro mě pravidelnost. Ta mě za běžného stavu nutí průběžně něco dělat, teď jsou to spíše nárazové výboje energie, kdy splním něco do určitého předmětu, zároveň tím, že neprobíhají pravidelně všechny předměty, plním věci jen do těch nejakutnějších a ostatní nechávám na později.

Během pandemie mám na všechno víc času a téměř se nestresuji různými deadliny, protože to stíhám lépe (nejsou brigády, nemám společenský život). Na druhou stranu si ale často přijdu, jako bych ani nestudovala - chybí mi chodit na přednášky, potkávat se s ostatními spolužáky a diskutovat s nimi na seminářích. Samostudium je sice méně časově náročnější a jsem méně ve stresu, ale mnohem víc se cítím osaměle.

Vlastně skutečně jen v tom, že nemusím docházet.

Chybí výklad vyučujících, místo toho spousta nesmyslných seminarek

Nemám rád a disciplínu, ani motivaci, kterou běžné při prezenčním studiu mám.

Během pandemie se mohu zaměřit na sebe rozvoj, který jsem dlouho zanedbával. Mám momentálně pocit, že jsem víc v klidu a dokážu líp pracovat na povinnostech. Vnímám to jako důsledek sebereflexe a sebe rozvoje.

Nyní: můžu být na přednáškách bez kalhot; cítím větší vinu z prokrastinace a pocit neužitečnosti; cítím lítost - přednášky mě letos bavily, zároveň úlevu - některé byly děsné. Jelikož jsem v posledním semestru studia a prakticky všechny předměty mám již splněné, tak nemůžu moc momentální situaci srovnávat s běžným studiem.

Učitelé mají mnohem širší rozptyl chování než před pandemií. Někteří jsou opravdoví profíci. Většina z nich bohužel významně přeceňuje naše síly a možnosti. Nemáme víkendy, makáme každý den, práci jsme si rozdělili mezi víc studentů a stejně pořád nestíháme to, co po nás chtějí. Diplomku nestíhá nikdo. Praxe nám kvůli pandemii zrušili. Někteří z nás nemůžou chodit do práce. S PŘESTO NESTÍHÁME. Reálně by tolik učiva vyučující během přednášek ani nestihli odučit, to mě štve asi nejvíc. Někteří jen zadali knihy. To není VŠ studium, za které by měli dostávat plat - to jsme na VŠ vůbec přihlášku dávat nemuseli a mohli si to nastudovat sami doma v klidu. A jelikož se jedná o bezprecedentní situaci, tak naše dovolávání se změny zatím pomohlo akorát tomu, že si na nás vyučující dá větší pozor u zkoušky. Omlouvám se, stručněji to nešlo.

Největší rozdíl pro mě je, že nenavštěvuji školu, a proto mi chybí řád a nějaká pravidelnost. Je pro mě těžší se donutit něco dělat. Zároveň z domova nemám takovou představu o čase a hůře se mi plánuje, než když navštěvuji školu. Online výukové metody jsou mi nepříjemné, mám raději kontakt. Velmi mi také chybí sociální kontakt se spolužáky a možnost témata probíraná ve škole s někým prodiskutovat. Sociální kontakt mi chybí sám o sobě. Být doma (jsem nyní u rodičů) je navíc pro mě z osobních důvodů více stresující než když mám běžný školní režim, to se přenáší i do mého výkonu například při psaní diplomky a seminárek.

Já teď během pandemie nestuduji, jenom čekám, až si budu moct v červnu zopakovat státnice. (Takže na otázky týkající se pandemie jsem všude dala 0, protože se mě to prostě netýká.)

Hůř se hledá motivace každý den pracovat. Konzultace jsou hůře proveditelné.

Štve mě, že se nebavím s jinými lidmi než s těma, co jsou doma (a to jsem introvert).

Dostáváme úkoly - něco napsat - a to je něco, co nesnáším. Psát něco nebo se učit mi trvá dlouho - nedokážu se na to soustředit. Teď je to ještě horší. 9stránková lehká prezentace mi zabere 3 dny a to jsem u toho vždycky celý den. Připadám si jako blázen. Když je normálně škola, často mívám chuť někam odjet - k moři třeba. Teď to chci ještě víc - vypadnout od všeho. Bávej mě ale online přednášky, protože na mě někdo mluví. A teď jsem měl online prezentaci, tak to bylo ještě lepší, protože jsme si povídali.

Během pandemie se musím více nutit, nemám tak pevný režim, navíc mi chybí přednášky, jelikož jsem značně sluchově založená, lépe si pamatuju to, co slyším, než to, co vidím (tj. čtu).

Nemožnost setkání face-to-face, nemožnost doptat se hned a přímo. Méně informací, větší nejistota hlavně ohledně zkoušek. Téměř žádný kontakt s kamarády.

V aktuálním akademickém roce na přednášky nechodím, takže jen bakalářka a státnice, a tam zatím nemám jiné info než je stanovené už předem, takže beze změny téměř

Nebydlím na privatě v Brně - jiné prostředí pro samostudium, více klidu. Nepotkávám se se spolužáky, kontakt s nimi mi chybí. Je těžší se soustředit na online přednášky, než když sedím v aule/učebně.

Píšem DP, pri ktorej prospieva zmena prostredia (knihovna, škola obecne atď.), takže frustrácia, miera pohody a odhodlania sú kolísavé. Navyše som mal zapísaných pár zaujímavých predmetov a mrzí ma, že nebudú v klasickej podobe, ktoré sa ale nakoniec uskutočňujú online. Počas pandémie nepracujem, takže mám viac času na učenie a spĺňanie povinností do školy. Taktiež mám väčšiu flexibilitu si to rozvrhnúť ako mi to vyhovuje. Avšak doktoré veci sa musí teraz učiť "sama", čo je veľké negatívum.

Pocit'uji mnohem více volnosti, studiu se mohu věnovat, kdy chci, mohu si vybrat, co udělám teď a co později, úkoly si mohu rozložit do delšího časového období. Mám více času jak na studium, tak sama na sebe, věci dělám mnohem pečlivěji, ale o to déle a pomaleji, protože vím, že mě nic nehoní a že si mohu dovolit více odpočívat. Dostala jsem se k věcem, na které bych za normálních okolností neměla čas, mohu si všechno více promyslet. Spadl ze mě stres z plnění stáží, nemusím neustále něco plánovat a myslet dopředu, také mi odpadly další mimo studijní aktivity, zároveň však vím, že to může být po uvolnění opatření ještě náročnější, protože se toho nakumuluje hodně najednou. Mám také čas na uvažování o budoucnosti, svých prioritách a o sobě, mám mnohem čistější mysl a mohu si ujasnit některé věci související s mým studiem a budoucí profesí. Před pandemií jsem se cítila hodně ve stresu ze stáží a psaní výstupů z nich, protože jsem se na to necítila připravená, po psychické stránce mi tedy nebylo moc dobře, v poslední době jsem byla hodně napjatá. Vše se zpomalilo a zklidnilo, tak se toho snažím využít a opečovat samu sebe, k čemuž bych se, obávám se, za normálních okolností nedostala.

Člověk přichází o některé aspekty výuky, zároveň má více času na to plnit jednotlivé úkoly, protože nemá tolik co jiného na práci.

Stres, nesoustředěnost, malý výkon. Furt čumím po netu, kolik je kde mrtvých a co ti naši tupí politici zas udělají za kravinu. Jsem ze zdravotních důvodů kritická skupina, tak čekám kdy mě to zabije. A protože těm bídákům včera někdo rozdál nový noty, tak můj strach stoupá.

konečně mně všichni dali pokoj, a zmenšil se ableismus (předsudky vůči lidem s postižením, které lze institucionálně vynutit).

Mám na studium více času, takže mám větší pořádek ve svém učení. Skoro mi ale připadá, že nepřítomnost školy je kompenzovaná větším množstvím práce. Jinak samozřejmě přednášky online jsou nové, ale většinou jsou dobré vedené a nikdo mě při nich neruší.

Téměř každý den sedím nad seminárkami, úkoly, testy - studium v této situaci je pro mne mnohem náročnější než když bych "jen" docházela do školy, jsme zavalení povinnostmi - jedu téměř v režimu zkouškového.

Online, bez interakce se spolužáky; chybí mi diskuse v hodinách - ty byly na prezenčním studiu nejlepší; nebaví mě jen vyplňovat assignmenty a posílat to učiteli.. Odkládám to a dělám to na poslední chvíli.

Jelikož kromě psychologie studuji i žurnalistiku, tak je poměrně těžké skloubit všechny hodiny, kde musím prezenčně být a k tomu učení. V tuto chvíli nikde neztrácím čas na přednáškách či dojížděním, a mám svůj řád, podle kterého se učím, takže je to pro mě nyní pozitivní stav.

- Zrušení prezenční výuky
- nemožnost absolvovat B předměty
- nemožnost absolvovat placenou TV
- nemožnost osobní konzultace diplomové práce
- nemožnost osobního kontaktu se spolužáky
- nemožnost půjčovat knihy fyzicky
- posunutí termínů odevzdání DP a státnic - prodloužení studia

Studium během pandemie je daleko méně organizované, víc to záleží na mé aktivitě, co se donutím se naučit. Jsme více pány nad svým rozvrhem.

nemusím dojíždět, neubírám se tedy tímto o čas a energii; nevýhoda je určitě jistá "rozplizlost" času, slévají se mi dny a neumím si vyhradit určitý čas pro učení

Sociální distance, více úkolů, náročnější timemanagement ale za cenu možnosti se více zaměřit na jiné věci, věci na které nebyl čas, nebo nebyly tak prioritní (sport, příroda, vztahy v rodině)

Mám mnohem více volného času, ale ne vždy s ním dokážu efektivně nakládat. Mí spolužáci mě často motivují k lepším výkonům a včasnému plnění školních povinností a s tím mám v době koronavirové epidemie trochu problém. Také absence fyzického kontaktu s učitelem vede k upadající studijní morálce. Oproti běžnému studijnímu režimu mám ale mnohem více času na bakalářskou práci a mohu se lépe "zhloubat" do svého tématu.

Méně zodpovědnosti, horší motivace, rozhozený boiritmus, horší soustředění

Menší spolupráce, více klidu,

Nyní nemůžu konzultovat. Což je dost nevhodné, když mám za chvíli odevzdávat svou bakalářskou práci a můj vedoucí jí ještě ani jednou neviděl... A stále jsou zmatené termíny

státnic, zkoušek a odevzdání bc... Takže nikdo nic neví a tak ani studenti neví zda se mají připravovat či ne.

1. Nevím čo konkrétne sa učiť, lebo máme strašne veľa odporúčaných kníh a neviem si z toho vybrať práve to potrebné, čo bude učiteľ na skúške vyžadovať.

2. Učenie doma ma baví výrazne menej, ako keď som v škole a počúvam prednášky = mám menšiu motiváciu si vôbec za tie knihy sadnúť

3. Som vo väčšom strese, že nestíham pretože samoštúdium je časovo náročnejšie ako prezenčná výuka

Více času na učení, větší nejistota v otázce probíhajících zkoušek, menší chuť do učení

Nic se neděje, nikdo nic nepotřebuje, nepíše, nemám žádné akce v kalendáři, takže se mi lépe soustředí na učení a přitom stihnu i odpočívat při knížce nebo filmu.

Studium mě mnohem více baví, protože sama rozhoduji o tom, kdy se budu učit a co se budu učit.

Také je mnohem efektivnější- přednášky jsou často ztráta času, jelikož učitele nepředávají žádné informace nad rámec učebnic a jejich prezentací.

Díky vyšší efektivitě studia mám čas na čtení psychologických i jiných knih, které, mám pocit, mě obohacují a přinášejí mi větší přehled než studium na vysoké škole

Nejsem v časové tísní, všechny seminární práce mám již skoro hotové, což by se za normálních okolností nemohlo stát. Můj kontakt s ostatními lidmi je omezen na minimum. Nemohu docházet pravidelně do školy, což mi osobně chybí.

Nevyhovuje mi online výuka (věčně to nefunguje) a online komunikace. Chybí mi to z očí do očí.

Někteří vyučující nám nedali v době pandemie žádné informace, úkoly, materiály. Tudíž jsem odsouzena k tomu buď dělat sama něco o sebe a nebo nedělat nic. Jinak se teď zabývám hlavně tím, co mě v psychologii zajímá, než co bych se měla učit. Připadá mi ale, že doma mi to trvá více času sehnat si materiály a udělat zápisky, než ve škole.

Nekomunikují pedagogové, zavřena škola i knihovna

Interakce studenti-vyučující je v některých případech horší (nebo nulová ze strany učitelů), naproti tomu někteří učitelé se nám snaží maximálně vyjít vstříc

organizace volného času - mám to více ve vlastní režii

více úkolů - přibylo seminárních prací

spolupráce se spolužáky - je na mírném vzestupu

Primárně absence kontaktní výuky

Menší časové vytížení



Větší nejistota v souvislosti se samostudiem (pochopila jsem to správně/špatně?)

Více času - odpočatost

Méně motivace - bohužel

Z domova je studium náročnější, znamená to mnohem více samostatné práce

Nejvýznamnější je schopnost vstřebání informací. Při online přednáškách, kdy sedím přímo u počítače, není mnoho rušivých elementů.

Neliší, prodlužují mám klid na dopsání závěrečné práce

Nijak se neliší. Jen jsem více doma.

Mám více času a prostoru na studium, lépe si uspořádám harmonogram a tím pádem opadá stres z termínů. Nicméně bojím se toho nárazu, co přijde, až karanténa skončí.

jsem doma

Musím se do práce víc nutit. Snáz od ní odbíhám. Někdy jsem trochu podrážděnější. Mám pocit, že toho miň, udělám (i když reálně možná ne a těžko se mi to posuzuje).

Liší se pro mě asi jen změnou odevzdání DP - nemusím odevzdávat papírovou verzi - tedy vlastně zjednodušení a změnil se mi termín státnic

Běžně chodím do školy a sedím sice dlouhé hodiny v lavicích, ale máme přestávky, kdy se mohu projít alespoň na dvůr školy. V době pandemie sedím celé hodiny za počítačem bez možných přestávek (aniž by mi uteklo něco z výuky), takže mě velmi bolí záda. Běžně nedostáváme téměř žádné úkoly, nyní dostáváme úkoly, které mi zabírají téměř veškerý volný čas, který mám rezervovaný pro školu (denně 8-20:00), některé úkoly zabírají i 3 hodiny, protože učitelé veškeré studium hází na nás, bez jejich snahy.

musím si organizovat čas sama (sama se rozhodnout, kdy co budu dělat), informace získávám zejména z literatury/psaného textu

Více času na studium. Mimo to také více stresu a více času stráveného školními povinnostmi (ale příčinou je práce na bakalářce a blížící se státnice - to má velký vliv i na to, jak jsem hodnotila prožívané emoce, snad Ti to moc neovlivní výsledek, kdy chceš porovnávat čistě před a po COVID situací). Nicméně bakalářka a státnice jsou témata, která v současnosti velmi významně ovlivňují moje studium, a nemůžu je jen tak odfiltrovat.

Během pandemie je pro mě mnohem těžší se rozhodnout k jakékoliv práci do školy, a pokud už začnu, neudržím často dlouho pozornost a věnuji se po chvíli něčemu jinému. Ztráta pravidelného kontaktu s učivem, se školou, vyučujícími, ale i spolužáky a celkově s denním režimem mě trochu demotivuje a musím se mnohem víc přemáhat.

Chybí kontakt s učiteli a jejich vysvětlení probírající látky, studium z literatury či prezentací není tak zábavné a nepřináší tolik, co semináře. Dále mi chybí kontakt se spolužáky, hodiny ve škole bývají příjemné.

Musím číst daleko více literatury, což mi zabírá dost času. Hlavně když nejsou otevřené knihovny a jde o elektronické zdroje, ze kterých se mi učí hůř. Také občas nevím, co z nich stručně vypíchnout. Chybí mi vyučující a jejich přednášky. Ale zároveň si můžu čas zorganizovat podle sebe a učit se tak, jak mi to vyhovuje.

Je těžší najít motivaci plnit úkoly. Větší nutnost dohledávat si informace sama.

Nijak, jen se učím doma a sleduji přednášky online

Je náročnější se motivovat, chybí mi podpora a inspirace, kterou jindy získávám od spolužáků.

Je složitější se učit bez výkladu. Trápí mě nuda a nechut' být produktivní

Samostudium bez výkladu, nejasné požadavky pro atestaci, nejistota ohledně návratu do školy a termínu zkouškového

Větší čas na četbu, ale vyšší míra tendence k prokrastinaci

Nijak, už mi chybí jen jeden předmět, takže mam více volna.

Chybí mi byt fyzicky na přednáškách, tvořit si z nich poznámky.. Je to pro mě důležitá část studia, při které pochytím většinu materiálu a pak už jen upevňuji samostudiem.

Nejsou přednášky, které by se na nějaké předměty velmi hodily, samostudium materiálů pak vede k pocitu chaosu a negativním emocím. Zřízená domluva a práce na skupinových projektech. Do všeho se musím více nutit. Zahlcenost některými úkoly, které nejsou adekvátní náhradou za přednášky. Vidání kamarádů ve škole redukovalo stres a úzkost, studium bylo i zábavou, byla možnost větší podpory, nyní spíše povinnost.

Vyhovuje mi víc domácí studium, méně kontaktu s lidmi, flexibilnější režim, takže i efektivnější práce, víc klidu a méně přemáhání nepohodlí, úzkostí, nálad, protože si to člověk může naordinovat po svém. Víc prostoru na sebe, svoje myšlenky, takže pro mě je karanténa a studium naprosto ideální kombinace. Chybí mi jedině kontakt s vyučujícími a předávání toho, co se z učebnic není možné dozvědět a naučit (osobní zkušenosti, specifické dovednosti v diagnostice atd.)

Diametrálně. Studuji nesystematicky, protože si nejsme jisti, jaké výstupy na konci semestru po nás budou požadovány. Jaké znalosti a jakou formou. Od některých vyučujících nemáme ani podklady k samostudiu. Neexistuje zpětná vazba, takže nevím, jestli se toho učím moc, málo, nebo adekvátně. Do učení se mi z toho důvodu nechce. Nesoustředím se na něj a celkově jsem méně produktivní.

Dištančná forma štúdia a dištančné štátnice, samota a smútok (bez spolužiakov), zároveň flexibilita v domácom prostredí

Běžně máme spoustu hodin ve škole a úkoly, ale teď 2 online a jinak úkoly.

občas je studium zmatené

je pro mě těžší hledat motivaci

nevím, co očekávat od zkoušek

Chybí motivace získaná z pravidelných přednášek a kontaktu se spolužáky.

Jsem více v klidu, můžu si vše zorganizovat sama

Chybí mi motivace do studia od učitelů a spolužáků. Přednášky mi toho dávají více než studium z učebnic. Na druhou stranu mám více volného času.

Studium je nyní z většiny možné pouze z materiálů, které byly i dříve, ale byly spíše podpůrné.

Jako základ pro své znalosti pořád beru hlavně poznatky od vyučujících během přednášek, od vyučujících však nyní přichází minimum poznatků, od většiny nulové. Mám tak subjektivní pocit, že se nic neučím, nerozvíjím se a nenabírám žádné nové zkušenosti.

Moje práce do školy (na úkolech, povinnostech) je dlouhodobý proces, při kterém si často dávám pauzy a pracuji pomalým tempem. Tohle si v domácí karanténě můžu dopřát daleko častěji, než když člověk musí každý den lítat po Praze mezi školou/prací a nákupy pro jídlo.

Takže se možná paradoxně cítím víc v klidu, ačkoliv povinností je furt dost a jde to pomalu.

Mám sice rád společnost lidí, ale doma nejsem sám a jsem zvyklý prosedět den u počítače.

Navíc žiji na vesnici, není problém zdrhnout ven třeba sportovat, a práce na zahradě začíná být s přicházejícím jarem taky dost. Zatím absolvuji veškeré online přednášky a semináře, které v tomto semestru mám – není nic jednoduššího, než vstát, udělat si snídani a zapnout online schůzku, je to hrozně pohodlný a zvládám dávat pozor.

chybí pravidelnost a pevný rozvrh (je těžké nastavit si vlastní, když těch povinností je tolik), snížená komunikace se spolužáky (učí se nyní samostatně), častější pocity bezmoci, potíže se soustředit v domácím prostředí.

Mám více času, když nemusím chodit pravidelně do školy, nemusím brzo vstávat

Nemusím chodit do školy, můžu si zorganizovat své samostudium.

Nevím, kdy a jak bude probíhat zkouškové období, v běžném stavu jsem v tom byla jistější.

Nevidím se s příbuznými, v běžném stavu jsem s nimi byla více v kontaktu.

Více navštěvuji zaměstnání oproti běžnému stavu.

Jsem stále jen doma, v běžném stavu bych chodila více ven.

Různí se množství a forma požadavků od různých vyučujících, informace o nich jsou méně přehledné (vlivem záplavy různých emailů – někdy se mi stává, že některý přehlédnu).

Vzhledem k distanční formě výuky jsem ještě méně motivovaná dávat na přednáškách pozor (vyučujícího to neovlivní, a tak se můžu simultánně s někým bavit / dělat jiné činnosti).

Neliší se

Nestýkání se se spolužáky

Projekty musím dělat doma

Jelikož nyní pracuji už jen na bakalářské práci (tím jsou i mé odpovědi docela dost ovlivněny), přináší tato situace a opatření s ní spojené výhody i nevýhody. Nevýhodou je, že mě to omezuje v provedení výzkumu (kvalitativního) a že nemohu do knihoven a pracovat tak na teoretické části, a musím zmínit i nejistotu, která se týká odevzdávání práce a zda mám dostatek času na to práci dokončit. Výhodou je, že mám více času na bakalářce pracovat, že jsem paradoxně více v kontaktu se svou vedoucí.

Největším problémem je pro mě nemožnost kontaktu s učiteli. A také fakt, že přijdeme o mnohé informace, které buďto nejdou nahradit online výukou nebo je online výuka pro jejich zisk nedostatečná. Na druhou stranu máme možnost samostudia, které ale v mnohých předmětech není dostačující.

Chybí mi přednášky, možnost osobního kontaktu s vyučujícími a studenty, pravidelnost. Zatím máme dvě pravidelné online výuky. A jinak nějaké úkoly mailem.

Více samostudia, žádné dojíždění

Neliší se téměř vůbec. Chybí mi přímý kontakt se spolužáky a vyučujícími. Studium je pro mě nyní složitější ve smyslu motivace. Mám trochu problém s prokrastinací.

Menší motivace k učení.

## **BRUNO – ROZHOVOR**

### **Popiš mi prosím, jak vypadá tvůj běžný den v karanténě.**

Je to nuda, je to dlouhý, táhlý. Takže vstávám pozdě, všechno mi trvá, hodně spím. Spoustu seriálů, občas nějaká ta online výuka, takhle furt dokola no. Samozřejmě pak jsou tam nějaký věci, které normálně nedělám. Začal jsem o dost víc třeba běhat a takových věcí.

### **Zeptám se, jsi doma na koleji, jak to máš? Bydlíš sám, nebo se zbytkem rodiny?**

Já jsem doma teď, s rodiči jsem tady.

### **Jak se tohle, že jsi doma, liší od normálu, když není karanténa?**

No tak já jsem normálně na koleji v Praze a teď jsem doma mimo Prahu, čili normálně jsem, jezdím na víkendy a je to v pohodě a nijak si nepřekážíme, ale samozřejmě já jsem radši asi v Praze, přece jenom každý má rád svůj vlastní prostor a ono být takhle dlouho doma není úplně ideální.

### **Zeptám se, chodíš do práce nebo na brigádu?**

Co jsem doma tak ne, ale v Praze jo.

### **Jak často chodíš normálně do práce?**

Já chodím tak dva dny v týdnu průměrně, řekněme těch šestnáct hodin v týdnu. Do práce, zbytek škola a zbytek času jsem na koleji.

### **A zeptám se, když teď do práce nechodíš, tak omezovalo tě to nějak hodně i s finančního hlediska, nebo pořád vycházíš?**

Tak příjem se zastavil, ale zas na druhou stranu nemám žádný výdaje prakticky, takže je to takový vyrovnaný.

### **Přibyly ti doma povinnosti?**

Moc povinností nemám, musím se přiznat. Čili občas nějaký nádobí, občas něco na zahradě, ale jinak nic..

**Už jsi mi na začátku říkal, jak trávíš volný čas, že teď víc koukáš třeba na seriály, nebo jsi začal víc běhat, napadá tě ještě něco k tomu, jak ten volný čas trávíš?**

Je to hrozně takový stejný a opakující se. Šedivý. Jak jsme teď všichni doma, teď je to samozřejmě trochu lepší, i s tím letním počasím, ale na začátku v tom březnu, na začátku dubna to bylo fakt jako hrozný, takže seriály a tak.

**A kdybys to měl porovnat s normálem, tak jak se to liší od sebe? Jak trávíš volný čas normálně bez karantény, co děláš nejčastěji?**

Jo určitě je to škola, ta kontaktní výuka zabere velkou část dne. Pak jsem chodil cvičit. V Praze když byl normální stav, tak jsem byl s kamarády, řešil jsem věci ve škole, pak k diplomce, takže jsem chodil do laboratoří, oblíbenou činností bylo zajít si po cviku na pívko. To samozřejmě teď tak nejde. Dělal jsem ještě různé další věci na koleji, já se tam relativně angažuju, čili v řízení chodu koleje a tak.

**Zeptám se, přibýlo ti kvůli karanténě starostí, jak to vnímáš?**

To je dobrá otázka, já si myslím, že by se to tak dalo říct, ale spíš ta nejistota. Já jsem teď těsně před diplomkou, těsně před státnicemi, čili to je na tom pro mě asi to nejhorší. Já jsem byl vlastně v režimu, kdy jsem akorát začínal dělat praktický měření na diplomku a tím pádem se to všechno nějak stoplo, posunulo, a teď jenom čekám, kdy se to rozvolní no. Od června pojedou zpátky do Prahy a doufám, že se ten život vrátí trošku do normálu, alespoň v nějakých mezích, že tam dodělám tu diplomku a tak.

**Jak moc jsi propojený se svými přáteli, blízkými?**

Tak píšeme si, občas si zavoláme na Teams-ech, asi to je taková klasika, jako kdyby nebyla ta karanténa. Teda až na ten osobní kontakt. Ne že bychom si psali nonstop, spíš tomu chybí osobní kontakt, jinak intenzita virtuálního kontaktu je tak nějak stejná jako před karanténou bych řekl.

**Účastníš se, nebo neúčastníš se online výuky ve škole?**

Účastním se, byl jsem na všech přednáškách, na všech cvičeních.

**Jaké pro to máš technické zázemí?**

No nějaký extra nepotřebuju, stačí notebook s internetem, čili žádný hendikep v tomhle řekl bych, že není. Stačí mi to.

## **A máš dobrý zázemí na klid, pro učení doma?**

Jojo určitě.

## **Popiš mi prosím své studium. Jak probíhá, co je pro tebe na něm důležité a tak dále. Jako bys to popisovala někomu, kdo vůbec nezná vysokoškolské prostředí. Co pro tebe znamená být student, co má pro tebe role studenta za význam.**

Tak já jsem začal v posledním semestru na Strojárně studium výrobního materiálu v inženýrství, takže jsem teď těsně před odevzdáním diplomky a někdy v září bych měl státnicovat. Tenhle poslední semestr se měl točit ohledně diplomky, to narušila pandemie bohužel a co se týče třeba rozvrhu, tak jelikož je to poslední semestr, tak jsem to měl relativně volnější, už jsem se spíš soustředil na nějaký ten profesní, následující život a hlavně jsem se chtěl věnovat diplomce, což nevyšlo teda.. Měl jsem normálně cvičení, přednášky, na které jsem chodil, nebylo toho právě hodně - zajímavý věci, oborově nebo jako profilově orientovaný.

## **A co je pro tebe nejdůležitější na tom, že jsi student?**

Řekl bych, že je to to získávání technických vědomostí. Samozřejmě jsou k tomu studentský výhody jako třeba levný vlak, neplacení zdravotního pojištění atd.

## **Pocit'uješ během svého studia běžně stres? (3)**

Určitě, já myslím, že těch stresových situací je tam dost, ale snažím se s nimi nějak vypořádávat. Myslím si, že se stresovým situacím dá nějakou taktikou rozumně předcházet.

## **To určitě, a kdybys mi měl ty situace nějak stručněji popsat? V jakých situacích nejčastěji pocit'uješ stres?**

Většinou se u mě stres zvyšuje ve zkouškovém období a taky když se doháněj nějaký věci, které se třeba zanedbávaly během semestru, tak tam je důležitý máknout, ale ten stres tam samozřejmě je. Neříkám, že je vždycky špatný, někdy je i dobrý, že to toho člověka donutí ty práce dodělat.

## **Kdybych se tě ještě doptala na stres, jak se u tebe stres projevuje, jak se kvůli němu chováš, co kvůli němu prožíváš?**

Myslím, že možná když se učím na zkoušky a jsem pod tlakem, tak jsem míň komunikativní, míň třeba odpovídám na zprávy, nejsem tolik na sociálních sítích a celkově omezují kontakt, nějaký rušivý faktory, jestli se to dá takhle nazvat.

**Jo, tomu bych rozuměla. Pociťuješ někdy během studia stres, teď během mimořádného nouzového stavu? (4)**

Já si myslím, že jo, Ta pandemie se na tom podepisuje větší měrou než při normální kontaktní výuce.

**A čím si myslíš, že to je?**

Je to hlavně nejistota a strach z neznámých věcí. Strach z toho, jak budou probíhat zkoušky, jak budou probíhat státnice, kdy si budu moct dopsat diplomku. Pak když si to člověk uvědomí, že ty dva měsíce tak nějak nic nedělal, tak si pak uvědomí, že to bude muset dodělat, akorát to bude muset dodělat v nějakém kratším časovém horizontu, což si myslím, že je nejvíc stresující. A pak třeba termíny zkoušek, kdy normálně se vypisuje třeba pět šest termínů zkoušek za semestr, a teď jsou jen dva termíny, tak asi v tomhle.

**Předtím si říkal, že se u tebe stres projevuje tím, že se zavřeš do sebe a omezíš nějaký rušivý faktory. Jak to vnímáš teď?**

Já si myslím, že je to dost podobný asi.

*Teď se vrátíme k dotazníku, kde jsem se ptala, jak často pociťuješ jednotlivé emoce během studia. Zkus prosím popsat, kdy určité pocity cítíš, případně rozdíl, který vnímáš oproti normálu.*

**Co napětí? (běžně 2, teď 2)**

No víceméně je to normálně z nějakého běžného plnění povinností, a teď hlavně z toho, jak nevíme, co bude.

**Co strach? (běžně 1, teď 3)**

Normálně se bojím úplně minimálně, jenom když třeba nestíhám, teď je to ale mnohem výraznější, dal bych to tak na trojku. Nevím, jak stihnu diplomku, kdy mě pustí do laborek. Je to teda jak jsem zmiňoval hlavně ta nejistota, strach o to co bude strach o budoucnost. Samozřejmě je tam taky faktor strachu o zdraví jak o nějaký příbuzný, taky o sebe, takže asi bych to takhle nechal.

**Co naštvání? (běžně 3, teď 1)**



Normálně jsem naštvaný víc, že mám víc povinností bych řek. U toho naštvání, je tam třeba povinnost té docházky na ty cvičení, na ty přednášky a tak. Ne vždycky mě to baví, a teď můžu být aspoň v klidu doma.

**Co samota?** *(běžně 1, teď 4)*

Jak jsem říkal, chybí mi hlavně osobní kontakt. Já si myslím, že je to asi nějak tak vypovídající, ta samota. Člověk se nevidí s přáteli, takže je v tom hlavně ten osobní kontakt. Normálně si sám nepříjdu.

**Co frustrace?** *(běžně 3, teď 3)*

Normálně i během pandemie je to víceméně stejný. Je to to možná ten nefunkční systém vzdělávání, to si myslím, že to je takový vystihující.

**Co smutek?** *(běžně 2, teď 4)*

Asi bych začal tou pandemií, zase to souvisí s nedostatkem kontaktu, nedostatkem jistoty a to se pak odráží na psychickém stavu člověka. Jinak si ho běžně moc nevšímám.

**Co vyčerpanost?** *(běžně 2, teď 2)*

Ta se u mě moc neliší. Během pandemie mě vyčerpává jenom být vzhůru, to samý ale můžu říct i běžně. Necítím se nějak extra vyčerpaný.

**Co zmatenost?** *(běžně 1, teď 1)*

Pořád nic, zmateně se necítím pořád.

**Co úzkost?** *(běžně 3, teď 3)*

To souvisí s pandemií obecně, nedostatek sociálního kontaktu, nejistota.. Běžně ji nepocítuju.

**Co radost?** *(běžně 4, teď 1)*

Snažím se najít radost každý den, o pandemii se ale občas nudím.

**Co soudržnost?** *(běžně 4, teď 4)*

Je to řekněme taková týmová práce a takhle. Já myslím, že ve škole máme dobrou partu, řekněme spolužáků a ta soudržnost tam funguje i teď. Radíme si, pomáháme si, jsme si oporou. Pomáháme si ve studiu nebo v osobních věcech.

**Co odhodlání? (běžně 4, ted' 1)**

Odhodlání cítím míň během pandemie. Souvisí to s online výukou, mám tolik povinností. Musím víc dodržovat deadliny a nemůžu pracovat na diplomce, což to odhodlání dost snižuje.

**Co štěstí? (běžně 3, ted' 3)**

Asi nemám odůvodnění, spíš je to o pocitu.

**Co volnost? (běžně 4, ted' 1)**

Volnost v Praze na koleji je prakticky neomezená – nebo byla neomezená, kdy člověk mohl dělat prakticky, co chce. S pandemií to dost padá.

**Co vděčnost? (běžně 3, ted' 3)**

Mám vlastně možnost celkově studovat, že mi to bylo umožněno, že to studium bylo prakticky bezproblémový. Až do ted', kdy to bylo trochu ztíženo.

**Co bezpečí? (běžně 4, ted' 2)**

To souvisí s pandemií, ani ne se studiem.

**Co klid? (běžně 2, ted' 4)**

Jo určitě mám ted' na všechno spoustu času, nemusím prakticky nic řešit, nic honit. Sice si musím dávat větší pozor s deadliny, ale normálně toho klidu asi mám míň.

**Naděje, jak to máš s nadějí ted'?** (běžně 4, ted' 1)

To souvisí s pandemií, nejistotou obecně.. proto ji mám ted' míň.

**V dotazníku jsi vyplnil hlavní rozdíl studia během pandemie oproti běžnému stavu: „chybí mi kontaktní výuka“. Naskytly se nějaké změny od vyplnění, nějaké změny, které bys ještě chtěl vyzdvihnout?**

To pořád platí a je pravda. Kontaktní výuka mi vyhovuje víc, ten kontakt v učebně ať už se spolužáky, s vyučujícími, a tak obecně. Tak to by sedělo.

**Vyhovuje ti ted' víc tady ten styl výuky, nebo ti to nevyhovuje?**

Mně to nevyhovuje vůbec, sice jsou ty přednášky online, ale pořád si myslím, že ten osobní kontakt si dá mnohem víc než poslouchat přednášku přes Teams.

### **Přijdeš si víc produktivní během studia normálně, nebo během pandemie?**

Rozhodně během studia normálně, ta produktivita je teď fakt mizerná a zápasím s tím každý den. Nemůžu se z toho nějak vymotat pořád, z toho kolotoče neproduktivity.

*V dotazníku jsem měla tabulku, kde jsem se ptala, jak moc tě stresují jednotlivé položky při studiu. Popiš prosím, jak a proč tě stresují a zkus porovnat, jak se liší studium běžně a teď.*

### **Co zkoušky, zápočty? (běžně 3, teď 3)**

Během pandemie je tam trochu nejistota, ale myslím si, že obojí bude v pohodě.

### **Co odevzdávání závěrečných prací? (běžně 3, teď 4)**

Z toho teď pociťuju stres mnohem větší, než z běžný výuky..

### **A vy už máte alespoň stanovený, kdy musíte odevzdávat diplomku?**

Jo, jelikož státnice mají všichni v září, tak máme deadline na diplomku do konce července. Takže čas tam je ale já jsem to plánoval na dýl tu praktickou, takže uvidím.

### **Jak moc tě stresuje splnění dostatečného počtu kreditů nebo předmětů, máš všechno hotový, nebo nemáš? (běžně 1, teď 1)**

Já jsem s tím nikdy vlastně problém neměl.

### **Co hledání vykonávání, praxí, stáží ke studiu? (běžně 0, teď 0)**

Tohle hrotit nemusím.

### **Co hledání knih nebo zdrojů ke studiu? (běžně 0, teď 0)**

Tohle mě nestresuje vůbec, sharujeme si to s kamarády, podklady máme od vyučujících.

### **Řešil si nějaký výjezd do zahraničí v rámci studia? (běžně 0, teď 0)**

Neřešil.

### **Nedostatek času nebo motivace ke studiu, jak to máš? (běžně 2, teď 4)**

O tom jsme se už bavili, bez pevnějšího režimu mám motivaci o hodně nižší a zároveň toho teď máme hodně.

**Nesoustředěnost při studiu, jak to máš? (běžně 2, teď 4)**

To souvisí s předchozí odpovědí.

**Co obtíž skloubit partnerský, rodinný nebo společenský život se studiem? (běžně 1, teď 1)**

To bych řekl, že cítím na stejné úrovni. Nějak zvlášť mě to vlastně nestresuje, akorát teď mi chybí ten osobní kontakt.

**A komunikace s vyučujícími, stresuje, nestresuje? (běžně 2, teď 2)**

Pořád stejný, nepocítuju změnu. Občas někdo neodepisuje na maily nebo něco změní na poslední chvíli, ale jinak to jde.

**Děkuji za rozhovor, to je ode mě vše.**

## **EDUARD ROZHovor**

**Zkus prosím popsat, jak vypadá tvůj běžný den v karanténě.**

Vypadal v podstatě stejně, jako ty ostatní, krom toho, že do školy se nechodilo a dělali jsme online, co jsme měli ve skupině. Na fotbal se nemohlo, cvičit jsem jít nemohl a musel jsem si před prací jít koupit věci v sedm, protože pak už se tam nedostanu.

**A zeptám se, jsi doma, nebo na koleji, nebo někde jinde ještě?**

Já jsem doma.

**A žiješ tam sám nebo s rodiči?**

S rodiči.

**Normálně jsi s rodiči doma, nebo jsi někde sám?**

Měl jsem bydlet sám, ale nevyšlo to, tak bydlím s rodiči.

**Chodíš někam do práce nebo na brigádu?**

Jo, chodím do práce.

**A liší se to od normálu, nebo pracuješ pořád stejně?**

Jo liší se to od normálu, protože jsem místo dvaceti hodin týdně chodil třicet.

**Co děláš za práci?**

Jednouúčelové stroje, konstrukční kancelář. Navrhujeme, kreslíme, posíláme.

**Co domácí povinnosti? Máš jich víc nebo míň, když jsi v karanténě?**

Já bych řekl, že je to tak podobný.

**Zeptám se, jak trávíš normálně volný čas vs. v karanténě?**

Co to je volný čas. Většinou sportem, nebo řeším něco kolem aut.

**Přibyly ti starosti kvůli karanténě?**

Jo, protože si musím pamatovat víc věcí, co kdy kde a jak odevzdávat a další nesmysly, to mě hrozně štve. Ve škole se to alespoň řeší, takže mám větší přehled, co se bude dít a tak, takhle pak na všechno zapomenu.

### **Účastníš se, nebo neúčastníš se online výuky?**

Účastnil jsem se tak tří čtvrtin, skoro všeho v podstatě. To, co jsme si nahrávali, jsem si pak pouštěl znova třeba.

### **A máš pro to dostatečné technické zázemí?**

No nemám dva monitory, což mě pěkně štve, ale jinak jako jo.

### **Máš doma dostatečný zázemí a klid pro učení, nebo práci, kterou musíš dělat?**

Ne.

### **Normálně to řešíš jak, když se učíš třeba, kde a jak se učíš?**

Když jsem doma, tak když nikdo není doma, tak doma. Když všichni přilezou, tak jdu do knihovny, nebo někam pryč.

### **Popiš mi svoje studium, jak probíhá, co je pro tebe důležitého a jestli bys to třeba popsal tak, jakoby nikdo neznal vysokoškolské prostředí, co to pro tebe znamená být studentem.**

To bude hodně zajímavý. Já jsem se vlastně rozhod, že půjdu na strojárnu někdy ve druháku na střední, jsem chodil na gympl a strašně mě to štvalo, že se tam učím všechny ty humáče, protože mě tam štvali filozofií a sociologií a tím vším. Hudební výchova mi nic neříkala. Chtěl jsem nějak dělat věci kolem aut, tak jsem se rozhod, že půjdu na strojárnu. Mně na škole vadí, že je to takový moc nepraktický. Pořád něco počítat je celkem fajn, ale většinou ty věci reálně nepoužiješ. Nebo musíš do toho fakt hodně vidět a třeba ty svoje vědomosti pak dát do správného programu a on to za tebe udělá no.

### **Takže dalo by se říct, že to, že jsi student, pro tebe znamená prostředek k něčemu, co tě baví a co pak můžeš dělat i v budoucnosti?**

V podstatě jo, dá se to tak říct. Dělán to hlavně kvůli tomu, abych pak měl nějakou práci, která mě bude bavit.

### **Další otázka je, jestli někdy během svého studia normálně pocít'uješ stres. Ano nebo ne? (4)**

Pořád. Pořád je to takový napjatý. Záleží někdy víc, někdy méně.

**A v jakých situacích stres pociťuješ nejčastěji? Co konkrétně tě na tom studiu stresuje?**

Hrozně nestíhám.

**Takže časové důvody?**

Jojo to nejvíc. A taky, některý věci jsou na mě až moc složitý, takže přijít na to jak se to dělá. Už je to na mě hlavně dlouhý, teď tam jsem šest let.

**Takže teď končíš skoro?**

Jojo, ale kvůli diplomce protahují o semestr. Mě už je celkem jedno, jestli tam budu o semestr víc nebo méně, jinak bych se z toho zbláznil. Takže obhajuji v lednu.

**Co se týče stresu, jak se na tobě stres projevuje? Jak se pak chováš, když jsi pod stresem?**

Projevoval se tak, že se mi kvůli tomu rozpadl vztah, před třemi roky. Nevím, jestli jenom kvůli tomu ale tak dejme tomu.. ne že by se se mnou nedalo bavit, ale možná tím některý lidi pak štvu, že jsem z toho trochu v háji.

**Že se tedy nerad bavíš s lidmi, zavřeš se víc do sebe, nebo jak to u tebe je?**

No to taky, ale že pak otravuju – já tohle neudělám, já tohle neumím..a tyhle ty kecy. Ale teď už tolik ne, teď už to mám celkem na háku.

**Další otázka je hodně podobná. Pociťuješ stres během studia, teď během karantény? (2)**

Mě to přijde, že se toho nějak moc nezměnilo no, jakože tím nouzovým stavem se to nijak nezměnilo, spíš mě štve, že do té školy nemůžu. Nevím, jak to popsat.

**V jakých situacích nejčastěji cítíš stres během karantény?**

No trochu stresu bylo, když jsme měli něco prezentovat přes teams, ale to nebylo nic hrozného. Spíš jsem na to zvědavý u těch online zkoušek, to bude pěkná hloupost teprve, protože normálně bych měl čas na přípravu si něco napsat a potom se porozprávět ale teď to bude prostě hodinu a půl třeba rozhovor jeden na jednoho, takže toho se trochu bojím, a taky se bojím, že tam bude to, co nám dali přes prázdniny. U našeho skvělého oboru totiž nejde ukončit obor teď před prázdninami, dá se odstát nicovat jenom v září. Zkouška z toho předmětu vypadá tím stylem, že

hlavní vyučující oboru sám uznává, že se to nedá naučit za týden nebo za dva, takže nám řek, že to klidně můžeme dělat o prázdninách a máme to stihnout.

**A teď se tě znova doptám na stres, jak se u tebe projevuje teď v karanténě? Předtím si říkal, že tě to stálo možná vztah a že se s tebou nedalo moc mluvit. Změnilo se to nějak?**

Trochu jo. Už se tak nestresuju kvůli tomu, jestli mě třeba vyhodí, nebo prostě že to neudělám, tak to udělám potom, dřív jsem měl nějaký závazky, nebo nějakou povinnost to studium ukončit, aby se ten vztah mohl nějak dřív rozvíjet, ale teď je to celkem šumák, nebo jako ne úplně ale tak.. a jak se to projevuje. Nevím, asi podobně, ale v hodně menší míře. Není to pandemií ale životními zkušenostmi.

*Ted' se vrátíme k dotazníku, kde jsem se ptala, jak často pocít'uješ jednotlivé emoce během studia. Zkus prosím popsat, kdy určité pocity cítíš, případně rozdíl, který vnímáš oproti normálu.*

**Co napětí? (běžně 2, teď 2)**

Nijak se to na mě vyloženě nepodepsalo. Napětí spíš cítím, když si člověk nemá s kým povídat. Jsi pořád zavřený doma a z toho plynou ty věci no.

**Jak to máš se strachem, kdy nejčastěji cítíš strach při studiu běžně a kdy během pandemie?**

*(běžně 2, teď 2)*

Tak samozřejmě při zkouškách, to je jasný. Nebo největší strach cítím při prezentování projektů - to máme dvakrát za semestr už od prvního semestru a každý prezentujeme svojí diplomku, co děláme. Hrotí se tam strašný nesmysly, takže z toho mám vždycky trochu strach.

**Co naštvání? (běžně 3, teď 1)**

Hlavně když si myslím, že ten předmět nemám úplně blbě a pak to je level minus sto, většina z toho, co řekneš je špatně...takže z toho jsem vždycky naštvaný no. Ted' mě nic extra neštve asi.

**U samoty si uvedl jedničku normálně a čtyřku během pandemie? (běžně 1, teď 4)**

My máme docela dobrou skupinu v oboru, takže když je člověk doma, tak si ani nemá s kým popovídat. Navíc některý kamarádi to hrotili, že ani nevycházel ven vůbec, což já bych třeba úplně nedal jako sportovně založený člověk.



**Frustrace. Co tě nejčastěji frustruje na studiu. Uvedl jsi, že ji máš stejnou během pandemie i normálně. (běžně 3, ted' 3)**

No to tak nějak jo. Někdy mi přijde, že to nikam nevede, jenom se to posouvá vždycky o rok dál. Pandemie na tom neměla žádný podíl.

**Smutek jsi uvedl větší během pandemie, kvůli čemu? (běžně 3, ted' 4)**

Jo tak to je taky kvůli tomu odříznutí od civilizace.

**Běžně si tam uvedl trojku, což je druhá nejvyšší, z čeho jsi většinou smutný při studiu?**

No jako smutný. Já jsem smutný tak jako normálně, nejen při studiu. Ve škole máme někdy takový dobrý vtípky, nebo s učiteli se dá taky slušně bavit, takže to je dobrý, ale spíš jsem smutný tak jako obecně no.

**Vyčerpanost, uvedl si, že to máš stejně normálně i během pandemie, sedí to pořád? (běžně 2, ted' 2)**

Pořád děláme nějaký pitomý laborky, referáty, úkoly a nevím, co všechno. Do toho diplomky, na kterou jsem se teď teda vykašlal, ale mám do toho i další věci prostě, kombinuješ to s prací, teď ještě to kombinuješ s tím, aby člověk vypadal alespoň trochu nějak k světu, neměl v pětadvaceti sto kilo. Když chodíš spát ve dvě hodiny ráno, tak to není úplně košer. Je toho pořád moc.

**Co zmatenost? (běžně 1, ted' 1)**

Jo někdy jo, někdy sice někdy třeba nějaký písemný práce jsou dost zmatené, ale nic hrozného. Pandemie tomu nějak nepřidala.

**A týká se to třeba teda nějakých školních záležitostí, že to není třeba jasně daný a potom jsi třeba trošku mimo kvůli tomu, nebo jak to je?**

Jojo většinou tak.

**Co úzkost, kdy ji nejčastěji cítíš? (běžně 3, ted' 3)**

Když jdu na zkoušku a jdu do ní s tím, že jsem se učil třeba týden nebo dva a stejně mi přijde, že to neumím. Nebo když si myslíš, že to umíš alespoň trochu, ale pak zjistíš – respektive oni zjistí, že to pro ně není dost dobrý no. Oproti normálu nepociťuju žádnou změnu.

### **Co radost? (běžně 1, ted' 0)**

Lidi říkají, že jsem negativní, takže to možná souvisí i s tím.

### **Jak jsi pochopil soudržnost, jak jsi bral tu soudržnost? (běžně 2, ted' 2)**

To jsem pochopil jako soudržnost buď jako sám se sebou, nebo s nějakým kolektivem no.

To jsem spíš nevěděl, co tam mám napsat, takže jsem tam dal prostě nějakou prostřední hodnotu.

### **A v kontextu soudržnosti s kamarády, spolužáky?**

Díky sociálním sítím se alespoň udržujeme v kontaktu. Pomáháme si, někdo někomu pošle nějaký laborky nebo nějaký úkol a tak. Takže není to úplně bídný, ale oproti normálu je to trochu ztížený.

### **Takže bys pořád uvedl dva – dva, nebo bys to pozměnil?**

Možná to během pandemie bych asi snížil, možná jedničku...hele jedna a půl a dva a půl, to by šlo ne?

### **Jo tak jo, píšu si. A ještě se tě zeptám, jak moc jsi propojený se svými přáteli, vídáte se nějak online nebo, se scházíte i normálně tváří v tvář během karantény?**

Já jsem to nebral nijak moc extra vážně, ale většina mých přátel nebo jejich rodičů to brala daleko víc vážně, takže jsme se tváří v tvář moc nescházeli. Takže jen pár zpráv na messengeru nebo na Whatsappu. Intenzita určitě klesla.

### **Jak jsi na tom s odhodláním? (běžně 2, ted' 0)**

Během pandemie totálně nižší odhodlání, protože jak je člověk doma, tak se mu nechce nic dělat, musím se nutit k tomu, abych si vůbec psal nějaký poznámky z online přednášek. Normálně když tam sedím, tak člověk víc stíhá, i ten vyučující se dokáže přizpůsobit těm, co si ty poznámky dělají, jenže takhle on nás nevidí a já bych ho pořád musel zastavovat. Takže píšu, co jde, ale pak stejně koukám na pěti hodinovou přenášku znova. Zase ale kamarádi mi říkali, že já jsem takový blázen, že i když mám nulový odhodlání a žádnou radost, tak to dokážu nějak zkousnout. Takže tam mam třeba nulu, ale nějaká moje lepší stránka tu nulu přeměňuje na lepší hodnoty, stejně tak asi jako tu dvojku, to je asi spíš můj vnitřní pocit, ta dvojka a nula, možná je to v reálu lepší nevím.

### **Co štěstí, jaký tam vnímáš rozdíl? (běžně 2, ted' 1)**

Asi je to podle mě zase tím kolektivem a ztrátou opravdového kontaktu s lidmi.

### **Co volnost? (běžně 3, ted' 3)**

Třeba tenhle semestr mi vyhovoval, skoro teda vyhovoval, jak byl poskládaný rozvrh, že jsem si to zařídil i s prací, že jsem chodil těch dvacet hodin, že jsem stíhal i se školou. Tak nějak jsem to tam narval a ta volnost tak nějak zůstala. Ted' teda kvůli pandemii moc volný nejsem, ale nějak se to dá.

### **Co vděčnost? (běžně 1, ted' 1)**

To jsem chápal jako vděčnost studiu za něco, ale to se projeví asi až někdy do budoucna. Když jsem chodil na gympl, tak jsem doufal, že mě ta škola naučí se učit nějak, ale pak mi to přišlo na tom gymplu oproti té vejšce tak jednoduchý, tak jako...Já nevím, zatím ji moc nepocit'uji.

### **Co bezpečí? Jak to cítíš? (běžně 3, ted' 3)**

Mě nic neohrožuje.

### **Co klid? Proč jsi uvedl menší klid během pandemie? (běžně 2, ted' 1)**

Menší klid jen kvůli tomu, že máš pocit, že je vlastně všechno úplně v pohodě, ale máš něco udělat a nevíš co všechno. Jestli si na něco nezapomněla, takže je to takový víc roztěkanější mi přijde na druhou stranu. Vlastně nikam nechodíš, ale zároveň to, že nikam nechodíš právě..

### **Přijde ti, že ted' během karantény máte víc učení a víc samostudia než normálně?**

Jo máme víc samostudia, většinou co se nestihne, tak nám řeknou, ať se doučíme sami, což je pitomý. Hlavně my potřebujeme některý věci vidět. Měření, co děláme v laborce se online dělá dost blbě.

### **Co pocit naděje (běžně 2, ted' 1)?**

Nevím, to je asi spíš vnitřní pocit. Je to takový odříznutý. Člověku se nechce nic dělat.

### **V dotazníku jsi vyplnil hlavní rozdíly studia během pandemie oproti běžnému stavu. Napsal**

**si: „máme online přednášky, máme online prezentace, tato bezkontaktní výuka mi příliš nevyhovuje, výhodou ale je, že se přednášky dají nahrát a pustit znovu, kontaktní výuka se mi líbí**

*víc, tabule a člověk lépe vyhovují mé konzervativní osobnosti“.* **Nastali ještě nějaké změny od toho vyplnění? Něco, o čem jsme se nebavili?**

Ještě nebyly laborky. Respektive, laborky byly online, což je dost na nic, že si to nevyzkoušíš nebo nevyčteš.

**Kdy si přijdeš víc produktivní během studia, normálně nebo teď?**

Teď je to rozhodně nižší, když chodíš do školy tak tam máš alespoň nějaký řád, když takhle čučíš doma pořád, tak to je pekelný hrozně.

**V dotazníku jsem měla tabulku, kde jsem se ptala, jak moc tě stresují jednotlivé položky při studiu. Popiš prosím, jak a proč tě stresují a zkus porovnat, jak se liší studium běžně a teď.**

**Co zkoušky, zápočty, máš to pořád stejně tři? (běžně 3, teď 3)**

Pro mě je to hrůza tak jako tak. Vždycky se při zkouškách stresuju.

**Jak ti jde vypracovávání diplomky? (běžně 3, teď 3)**

Vykašlal jsem se na to.

**Bylo to kvůli tomu, že ti zavřeli i laborky, že jsi na tom nemohl tolik pracovat, nebo sis to chtěl posunout už předtím, než začala pandemie?**

Tak nějak jsem byl napůl rozmyšlený i předtím, ale ono toho bylo za ten semestr nějak hodně, tak jsem si říkal, že to nebudu lámat přes koleno, že na to už psychicky fakt nemám, abych to nějak hrotil.

**Co splnění dostatečného počtu kreditů (běžně 2, teď 0)**

Já vlastně ani nevím, kolik mám kreditů, to je dobrý co. Normálně člověk bádá, aby všechno splnil, ale teď jak to bylo takový volnější, tak jsem se nad tím moc nepozastavil no.

**Co hledání nebo vykonávání praxí a stáží? Řešil jsi to? (běžně 2, teď 0)**

Během pandemie ne. Vzhledem k tomu že chodím do práce, tak nějak jako práci mám, ale není to jako úplně to zaměření, co bych chtěl, takže dejme tomu, je to alespoň ale v oboru.

**A co hledání knih a zdrojů ke studiu, třeba jako nějaký skript, pořád to vnímáš tak, že tě to moc nestresuje? (běžně 1, ted' 1)**

Tohle moc neřeším.

**Řešil jsi možnost výjezdu do zahraničí? Kvůli Erasmu nebo nějaký stáží? (běžně 0, ted' 0)**

Ne, to jsem naštěstí nepotřeboval.

**Co nedostatek času, motivace ke studiu? (běžně 4, ted' 4)**

No je to asi hlavně tím odříznutím. Je to takový pitomý no, ne že by byl nedostatek času, spíš ta motivace bude špatná. Normálně mám ale taky problém s časem a najít v sobě aspoň špetku motivace.

**Co nesoustředěnost při studiu? (běžně 3, ted' 3)**

Ted' bych dal, že nesoustředěnost je asi trochu vyšší, protože sledovat celý den monitor je docela náročný pro člověka. Ale jinak jako to je i z toho že máme normálně hodně hodinový přednášky, takže vydržet se soustředit celou dobu je docela na nic.

**Jo to chápu, koukat do počítače celou dobu není sranda.**

Právě, na přednášce to ještě jde, ale tohle už je to úplně v háji, když máš pětihodinovou přednášku, tak to nejde dávat prostě.

**Co obtíž skloubit partnerský/ rodinný život se studiem? (běžně 1, ted' 1)**

Partnerku nemám, s rodinou se vidím dostatečně normálně i ted'. Akorát vídání s kamarády je horší. Není to ale tak, že mě to stresuje.

**Poslední otázka, jak probíhá komunikace s vyučujícími? (běžně 1, ted' 1)**

Jo to bylo úplně v pohodě přes teamsy. Rozdíl asi nebyl extra, ale já jsem od nikoho nic moc nepotřeboval. Jenom přístup do školy do počítače a to bylo celý.

**To je všechno, děkuji za rozhovor.**

## **ROZHOVOR – JOSEFÍNA**

### **Popiš mi prosím, jak vypadá tvůj běžný den v karanténě.**

Celý den jsem doma, ale taky se snažím jít každý den ven. Byly jsme měsíc u mamky se ségrou, protože ona pracuje přes homeoffice, takže je vlastně mimo Prahu, kde to bylo náročnější.

Mamka chodila dřív z práce a my jsme měly vždycky práci až do večera. Takže to jsme se tam moc nepohodly. Tak jsme se vrátily do Prahy. Nemám žádnou brigádu, ale protože školy je tak strašně moc, ani nevím, jestli bych nějakou stíhala. Průběžně se snažím mrknout na to, co probereme, ale to dělám i běžně. Takže to mi vždycky zabralo nějaký čas a pak samozřejmě shánění výpisků a zdrojů. S polovinou učitelů se šlo domluvit, že nám to dali nějak přehledně, ale s polovinou jakoby fakt ne. Třeba nám zadala na psychopatologii dětí prostě strašný kvantum, co si máme načíst, nebo jen téma a ani neřekla, odkud si to máme načíst, takže to bylo takový náročný.

### **No to věřím. A když to porovnáš s tím, co se děje normálně. Říkala jsi, že teď jsi byla doma. A jak je to normálně? Jsi spíš v Praze nebo doma?**

Normálně jsem v Praze přes týden, s tím, že o víkendech buď to jedem za mamkou mimo Prahu, nebo ona přijede za námi, anebo trávíme prostě víkend jen tak volně tady v Praze.

### **A když jsi v Praze, tak jsi sama na bytě? Nebo jsi tam ještě s někým?**

Bydlím se ségrou tady v bytě.

### **Říkala jsi, že do práce teď nechodíš, že máš toho hodně se školou, nebo i tak. A co domácí povinnosti? Jak se to liší třeba?**

No domácí povinnosti se zas tak neliší, ty jsou stejné. To je vždy jednou za týden úklid, nějaký větší, průběžně nějaký menší a občas si navařit něco, nebo navaří mamka nebo tak.

### **A jak trávíš volný čas, kdybys to měla porovnat s normálem a teď současností. Říkala jsi, že se snažíš chodit ven, jak moc se to liší?**

Když se nad tím zamyslím, tak vlastně ani neliší, vždycky se snažím mít nějakou procházku venku, nikam večer jakoby chlastat nechodím, už ani normálně, ani takhle. Takže to pro mě nebylo žádné omezení to zavření restaurací a barů. Ale je to teď jakoby mnohem víc stresující, protože jak právě není ten čas, tak třeba někdy se ségrou vyběhneme – a fakt jako letíme a hned zpátky – se jenom projít, abychom byly na vzduchu.

### **Přibyl ti s karanténou víc starostí, nebo ne?**

Jakoby jo no, ale to hlavně ze začátku, dokud si na to člověk nezačal zvykat. Už jsem si na to nějak zvykla, takže už je to lepší teď. Samozřejmě nějaký starosti mám, ale ne kvůli karanténě.

### **Jak moc jsi propojená se svými přáteli, s blízkými a zbytkem rodiny?**

No tak s tou mamkou to jsme byly, takže s rodinou asi stejně jako normálně, jen se ségrou jsem teď teda víc, kvůli tomu, že má ten homeoffice. S přáteli si třeba píšeme, ale asi míň než běžně. Ale v něčem zase komunikujeme zase jako celá třída, kvůli různým věcem školním. Tak ten kontakt není zas tak omezený, oproti normálu.

### **Účastníš se, nebo neúčastníš se online výuky?**

Ano, to se účastním, ale ze začátku moc žádná nebyla až pak postupně, ale to asi fakt jen fakt dva učitelé pořádali nějaké online přednášky, takže toho jsem se účastnila.

### **Jaké máš doma technické zázemí pro online výuku? Je dostačující?**

No, řekla bych, že je dostačující. Jak jsme byly u mamky, tak tam máme starej pokojíček spolu se ségrou, a právě tam jsme se o něj musely dělit, takže to bylo takový náročnější, ale teď tady v Praze je to docela v pohodě, takže mám i počítač, a tak všechno.

### **Popiš mi prosím své studium. Jak probíhá, co je pro tebe na něm důležité a tak dále. Jako bys to popisovala někomu, kdo vůbec nezná vysokoškolské prostředí. Co pro tebe znamená být student, co má pro tebe role studenta za význam.**

Tak to studium, vzhledem k tomu, že jsem nastoupila už v pokročilém věku, tak to tak od začátku směřuji tak nějak hlavně k cíli, k tomu ho dokončit. Za tím jsi, jdu a je fakt, že si to moc neužívám, takový ty studentský léta, to jakoby moc ne. Takže to беру spíš tak, že se snažím plnit povinnosti.

### **Když říkáš, že si moc neužíváš studentská léta, je to hlavně kvůli tomu, že už jsi starší, že už máš i jiné povinnosti, nebo co v tom je?**

Jo určitě. Řekla bych, že asi jak už jsem starší, tak už mě nebaví chodit třeba na nějaké akce.

### **A kdybys měla vyzdvihnout třeba tři věci, co je na tom, že jsi student nejdůležitější? Co to pro tebe vnitřně znamená?**

Považuji za důležitý, abych si z toho něco odnesla, takže se to snažím nějak neflákat. Záleží na prioritách. Pro mě je důležitý to, abych si odnesla něco, co je pro mě nějakým způsobem blízký. Je to pro mě prostředek k tomu, co chci jednou dělat.

### **Pocit'uješ někdy během svého běžného studia stres? (2)**

No tak asi jo no. Ten stres je asi hlavně ve zkouškových, při zkouškách.... Hodně mě stresovalo, i když jsme dostávali hodně práci na doma, seminárky a takhle. Já moc nejsem dobrá na psaní právě, tak to mě docela stresovalo.

### **Jak se ten stres potom projevoval?**

Tak třeba jsem byla nepříjemná ke svému okolí, nebo netrpělivá, nebo prostě tak.

### **A teď se tě zeptám na stejnou otázku ale během karantény. Pocit'ovala jsi při studiu někdy stres? Ano nebo ne. (3)**

Jo to jsem cítila.

### **A v jakých situacích, kdy konkrétně a proč?**

Ze začátku to bylo, jak se nevědělo, co bude, každý další den, týden. Ze dne na den se všechno najednou zrušilo. Jeden den bylo, že vysoký školy mají fungovat, ještě ten den se to změnilo, že ty taky ne. Takže tady tohle, jak se začalo všechno měnit. Kvůli nejasnosti a změnám vlastně nejvíc. Někteří učitelé byli v pohodě a fajn a jasně nám vymezili místo. Třeba nám hlavně dali nějaký podklady, ale některý právě že ne, dali nám jenom téma, který si máme načíst, tak to pro mě bylo stresující, protože jsem najednou viděla, jak strašně moc toho je a na to jsem úplně nebyla zvyklá. No a potom samozřejmě stáže, které mi padly, teď jsem už druhou musela překládat. Já už je právě měla naplánovaný, že si je udělám během prváku a během prázdnin plus v září.

### **Projevuje se ten stres stejně jako při normálním studiu, nebo jsou tam nějaké změny, které na sobě pozoruješ? Když se nad tím zamyslíš?**

Je to asi stejný, ale tím, že teď ten stres byl horší, protože u mě se hlavně projevuje v kontaktu s někým dalším, což jsem pořád, tak to bylo jen výraznější, hlavně kvůli tomu, že člověk nevěděl, co bude.



*V další části otázky se budu dostávat na ty jednotlivé emoce, které jsi tam zaškrtovala, zase od nuly do čtyř. Čtyři byly nejvíc, nula byla nejmíň, že tě stresovaly, nebo jak často je pociťuješ. Budu se ptát hlavně na rozdíl při studiu normálně a během pandemie.*

**Takže když se podívám na napětí, tak asi uvedla, že napětí, pro tebe bylo větší během pandemie, máš k tomu něco, co bys k tomu chtěla ještě doplnit?**

Asi ne, ale teď jak na to koukám, tak bych možná dala dvojku, to běžný. Trojku bych nedávala.

**Co strach? (běžně 1, teď 2)**

Běžně nemám strach asi vůbec, jako běžné napětí ano, ale strach vůbec. Během té pandemie to bylo horší, protože jak to bude, ty obavy všechny.

**Co naštvání? (běžně 1, teď 2)**

To bylo vyšší, tím že jsem byla v kontaktu pořád s někým, tak tam byly ty druhý osoby, se kterými jsem se mohla střídat.

**Co samota? (běžně 1, teď 2)**

No asi pořád stejný, co se týče samoty.

**Co frustrace? (běžně 1, teď 2)**

Ani ne, jen že teď je to prostě vyšší, protože to nejde řešit jako normálně a některé věci prostě člověk neovlivní no.

**Co smutek? (běžně 1, teď 1)**

Ne ne.

**Co vyčerpanost (běžně 2, teď 3)? Čím to je, že jsi teď vyčerpaná víc během pandemie, než normálně?**

Asi tím množstvím učiva. Pořád mi přišlo, že od rána do večera něco dělám a pořád jsem nestíhala, tak to bylo takový blbý.

**Co zmatenost? (běžně 1, teď 2) Proč se cítíš víc zmatená během pandemie?**

Nechtěla, jen že člověk trochu tápe při běžném studiu a teď ještě jakoby víc.

**Co úzkost?** (běžně 1, ted' 2)

Hm, ano.

**Co radost?** (běžně 3, ted' 2) *Pořád stejně?*

Asi ano, ale možná bych dala ted' tři a dva. Během pandemie dvojku.

**Je to hlavně kvůli tomu studiu, nebo se tam promítá i něco jiného?**

Ano, asi jako celková situace, ale i nějaké rodinné problémy, ty taky.

**Co mi řekneš k soudržnosti, proč jsi dala větší soudržnost u pandemie?**

Protože jsem to takhle vnímala, jak si vlastně lidi pomáhají s ostatními. Pomáháme si ve třídě, ve škole mnohem víc než běžně.

**Co odhodlání** (běžně 3, ted' 3)?

Ne ani ne.

**Co štěstí?** (běžně 1, ted' 2) **Štěstí máš taky stejné, ještě něco k tomu?**

Možná bych zase dala tři během pandemie, ale možná to ted' neříkám úplně objektivně. Nemusí to být úplně objektivní, ty rodinné problémy by byly i tak.

**Co volnost?** (běžně 1, ted' 2)

Vzhledem k tomu, že se snažím plnit povinnosti, tak běžně taky nebyla úplně nějak velká, ale ted' během pandemie ještě víc. Člověk byl víc omezovaný.

**Co vděčnost?** (běžně 1, ted' 2)

Moc to na to nemělo vliv bych řekla.

**Co bezpečí?** (běžně 1, ted' 2)

Ano, to jsem taky nevnímala nijak rozdílně.

**Co klid?** (běžně 1, ted' 2) **Klid, uvedla jsi, že je nižší během pandemie, co k tomu?**

Ten je teda nižší no, jak bylo víc věcí co dělat, člověk měl míň toho klidu no.

**Co naděje? (běžně 1, ted' 2) Když jsi dávala pocit naděje. Co tě napadlo v souvislosti s tou nadějí?**

Mám to tam stejné, nějakou nadějí by člověk měl mít pořád.

**V dotazníku jsi vyplnila hlavní rozdíly studia během pandemie oproti běžnému stavu. Psala jsi – „mnohem více studia, věnování se jednomu předmětu je mnohem delší než ve škole, zároveň se nedají dělat některé věci jako třeba stáže, závěrečné práce“. Ještě něco, co ti nastalo od toho vyplnění, co bys dala ještě jako hlavní rozdíl?**

Rozdíl je ještě ten, že zkoušky vlastně probíhají jinak. Dneska jsme měli test, ten jsem neopisovala nijak, musela jsem se to naučit, protože to stejně budu potřebovat ke státnicím. Tak to jsem neopisovala, ale předtím jsme měli statistiku, tak to jsem uvítala, že ty testy se daly psát tak, že jsme jen opisovali z těch jejích výpisků. Nevím, jestli bych to úplně zvládla, se tohle všechno naučit na test, co bychom normálně měli třeba psát ve škole. Ale bylo potřeba tomu nějak rozumět, protože byla potom i ústní zkouška přes Skype, takže nějak jo, člověk se to nemusel drtit. Takže to bylo lepší na jednu stranu, ale na druhou stranu někteří učitelé právě – ted' budeme mít normální ústní zkoušky z věcí, co jsme neprobírali, z věcí, co jsme studovali samy, takže to bude zase horší no.

**Co ti na tom studiu ted' vyhovuje a co ti opravdu nevyhovuje?**

Vyhovuje mi ten komfort v tom, že si člověk mohl sám určit kdy, co bude dělat, ale nevyhovuje mi to tím, že toho bylo pořád moc a je lepší to třeba slyšet na přednášce a pak se to učit než to neslyšet vůbec.

**Kdy si přijdeš víc produktivní během studia, v normálu, nebo během pandemie? A proč?**

Normálně si přijdu produktivnější, protože člověk dostává častější zpětnou vazbu, jak od učitelů, nebo třeba od spolužáků. Produktivnější si ted' nepříjdu, ačkoliv jsem ted' pracovala kvůli škole mnohem víc.

**V dotazníku jsem měla tabulku, kde jsem se ptala, jak moc tě stresují jednotlivé položky při studiu. Popiš prosím, jak a proč tě stresují a zkus porovnat, jak se liší studium běžně a ted'.**

**Co zkoušky, zápočty, větší zkoušky. Vidíš v tom ještě nějaký rozdíl? (běžně 2, ted' 3)?**

Ted' zase budou nějaké ústní a máme být po půl roce ve škole a jít rovnou na zkoušku... toho se docela bojím.

**Co odevzdávání, vypracovávání magisterských prací? (běžně 3, ted' 4) Proč tě to stresuje právě víc během pandemie ted'?**

Mě to stresuje běžně, protože mi nejde moc psaní, ale ted' ještě víc, třeba protože jsem potřebovala dělat rozhovory i v Bohnicích, takže čekám, jak se to tam uvolní. Mám ztížené podmínky, proto je to tolik stresující.

**Splnění dostatečného počtu kreditů? (běžně 3, ted' 4)**

Během karantény jsem z toho byla vystresovaná víc, protože se nám někteří vyučující neozývali kvůli zápočtům a z toho jsem nebyla úplně nadšená.

**Co hledání knih a zdrojů ke studiu? (běžně 2, ted' 3)**

Když se zpřístupnila elektronická knihovna, tak to bylo lepší, než chodit a shánět to v knihovně, ale stejně to je ted' spíše náročnější. Jinak si pořád pomáháme navzájem se spolužáky.

**Co možnost výjezdu do zahraničí, třeba kvůli Erasmusu. Řešíš to nějak? (běžně 0, ted' 0)**

Neplánuji nic takového, tak to neřeším. Ze studijních důvodů ne, ale ted' jedeme na Slovensko za dědou, a to si musíme nechat udělat testy, ale to se netýká studia.

**Co nedostatek času, motivace ke studiu? (běžně 2, ted' 3)**

Právě proto, že je to taková nekonečná práce pořád, to souvisí i s nedostatkem času. Je ho mnohem míň a člověk vlastně furt něco dělá a furt nestíhá. Což mi přijde ted' s karanténou horší. Během normálního studia jsem stíhala, všechno jsem si udělala co nejrychleji a pak jsem měla volno. Ted' to tak právě vůbec není.

**Co nesoustředěnost při studiu? (běžně 2, ted' 3)**

Souvisí to hodně s nedostatkem času při studiu.

**Co obtíž skloubit partnerský/ rodinný život se studiem? (běžně 2, ted' 3)**

Ted' máme víc povinností. Když jsme bydleli u mamky, museli jsme se občas jakoby schovávat u nás v pokoji, protože jsme měli ještě něco na práci, ale mamka po nás už něco chtěla.

**Poslední otázka, jak probíhá komunikace s vyučujícími? (běžně 2, ted' 2)**

Někteří komunikovali fakt dobře, a někteří vůbec. Ti, co nekomunikovali vůbec, tak vlastně nekomunikují ani normálně.

**Moc děkuji za rozhovor.**

## **MAGDALÉNA - ROZHOVOR**

### **Popiš mi prosím, jak vypadá tvůj běžný den v karanténě.**

Takže ráno se probudím, udělám si snídani se ségrou. Některé dny mám školu, takže mi začnou přednášky a přes den má buď teda školu a přednášky anebo si dělám nějaký věci do školy, nebo třeba resty do práce na počítači. Odpoledne se jdu většinou s někým projít do přírody a pak večer si dám třeba jógu. Ještě si udělám oběd a večeri vlastně, a pak na něco koukám. To je tak běžný den.

### **Takže chápu správně, že jsi teď doma u rodičů?**

Jsem tady se ségrou a s rodiči.

### **A jak bydlíš normálně, když není karanténa?**

Když není karanténa, tak většinu času trávím mimo rodinný domov. Normálně tedy bydlím v Praze a na spolubydlení jsme tam v šesti lidech. Většinu času jsem mimo byt, jsem ve škole nebo v práci a chodím cvičit do různých studií.

### **Jak moc jsi propojená s přáteli, se kterými teď nejsi kvůli karanténě v kontaktu?**

Tak vzhledem k tomu, že největší kontakt udržuji s pražskými spolubydlícími a všichni jsme se přesídlili do stejného města k rodičům, tak je to vlastně dost podobný. Když bylo to největší opatření, tak jsem si jenom volali. Dělali jsem společný videohovory a jak se to začalo uvolňovat, tak jsem začali jezdit na různé výlety, nebo tak.

### **Vidíš ještě nějakou odlišnost v trávení volného času během karantény oproti normálu?**

Přijde mi, že v karanténě věnuji víc času škole. Normálně chodím ráda do kaváren a tak, takže to mi chybí a nejsem zvyklá být tolik doma. Jsem zvyklá chodit víc ven, ale v podstatě dělám pořád ty samé věci

### **Účastníš se nebo neúčastníš se online výuky?**

Jo účastním.

### **Jaké máš pro on-line výuku technické zázemí?**

Vše funguje úplně bez problému, jestli myslíš připojení. Vůbec s tím nemám problém. Ani jednou se mi nestalo, že by mi během přednášky připojení padalo, což je supr. Používám svůj laptop.

### **Máš dostatečné zázemí a klid pro učení, nebo na práci, kterou musíš dělat do školy?**

No, ségra vlastně studuje taky, takže většinou máme obě dopoledne školu a máme na to svůj klid každá ve svém pokoji.

### **Chodíš do práce? Jakou práci děláš? Jak to s prací teď máš?**

Pracuji jako lektorka primární prevence rizikového chování, jezdíme do škol učit třídy od 4.-9.třídy. O práci a výdělek jsem přišla úplně, kvůli uzavření škol. Ze začátku mě stresovalo, že se nám odřeknutá práce nahromadí v červnu, s tím, že se mi nahromadí ještě i věci do školy. To jsme ještě nevěděli, kdy se školy budou znovu otevírat. Byl to pro mě hodně velký stres, ale dnes už vím, že se nám do konce tohoto školního roku všechna práce zrušila.

### **Jak moc ztráta výdělku ovlivnila tvůj život?**

Tak jako, není to pro mě velký existenční problém, ale narušuje mi to můj běžný komfort. Rodiče mi přispívají na studentský život.

### **Přinesla ti karanténa pro tebe něco překvapivého, nebo nového?**

Asi ne. Víc jsem se akorát začala zajímat o své zdraví a tak. Ne vyloženě kvůli koronaviru, ale protože jsem teď měla více času na vyhledávání informací, třeba o stravě.

### **Přinesla ti karanténa něco nového nebo zajímavého v rámci studia?**

Pro mě bylo nejvíce zajímavý, že jsem v sobě našla větší vůli účastnit se přednášek. Na on-line přednáškách jsem nechyběla ani jednou, kromě těch, které se nahrávaly a mohla jsem si je pustit v klidu později. Nebo.. třeba ve středu mám školu od rána do devíti až do šesti večer. Je pro mě hodně těžký u toho vydržet celý den, protože mě pak z počítače bolí hlava. V reálu je pro mě příjemnější trávit přednášky v různých místnostech na fakultě, mít možnost na chvíli vypnout a zajít si na oběd.. doma to úplně nešlo.

### **Je něco, co by sis chtěla ponechat ze studia v karanténě i do následujících studijních let?**

V začátcích, kdy se lidi více izolovali, jsem se vlastně na přednášku hodně těšila a vážila jsem si kontaktu on-line. No a pak jsem se v karanténě naučila dělat hodně věcí dopředu. Předtím jsem dělala vše na poslední chvíli, ale teď mám díky tomu podle mě víc času a stihnu toho přes den víc.

**Popiš mi prosím své studium. Jak probíhá, co je pro tebe na něm důležité a tak dále. Jako bys to popisovala někomu, kdo vůbec nezná vysokoškolské prostředí. Co pro tebe znamená být student, co má pro tebe role studenta za význam.**

Nevím, během běžného semestru trávím asi půlku týdne ve škole na přednáškách, pak dělám nějaký průběžný práce. Nejvíc se toho nahromadí vždy ve zkouškovém.

Já to asi i vztáhnou na tu karanténu. V dotazníku byla jedna otázka na vděčnost, pokud si dobře pamatuju, a já jsem si vlastně uvědomila, že jsem jí dala mnohem víc bodů až v karanténě, než předtím. Psychologii jsem měla od střední školy jasnou, že ji chci studovat. Takže jsem byla vždycky ráda za to, jaký obor studuju, že mě to baví a všechno. Ale během karantény jsem vlastně zjistila, že jsem mnohem víc vděčná za to, co mi studium umožňuje. Znamená to pro mě, že se můžu vzdělávat v tom, co mě baví, v tom co mě zajímá. Neznamená to pro mě jen chodit do školy, ale znamená to pro mě třeba i navštěvovat nějaký pracoviště, který s tím mým oborem souvisí, nebo chodit na nějaké kurzy, což mi vlastně teď karanténa taky jako znemožnila a tak.. Jako student se tedy mohu věnovat tomu, co mě baví, a chci dělat v budoucnosti.

**Pocit'uješ během svého běžného studia stres? (2)**

Docela často ve zkouškovém. Jak během roku tolik starostí nemáme, tak s blížícím zkouškovým jsem vždycky víc ve stresu.

**V dotazníku si zaškrtnla 2 (0-vůbec ne, 4 -velmi často). Pocit'uješ stres ještě někdy jindy během studia?**

Ještě možná, když mám práci a musím skloubit práci a studium dohromady. Jako lektorka primární prevence si se školami domlouvám dopředu termíny a občas mě stresuje, že nebudu schopná sladit termíny, které si domluvíme s danou školou a se svou školou. Taky pracujeme ve dvojicích, takže bývá obtížnější shodnout se i s kolegyní.

**Jak se u tebe stres projevuje, ve zkouškovém a při práci?**

U práce je to trošku nepříjemnější, protože mi přijde, že to nedokážu moc ovlivnit já sama. Záleží na kolegyni, záleží na škole, ale ve výsledku se to dá vždycky nějak udělat.

A v tom zkouškovém mě víc stresuje, že si nějak nedokážu zorganizovat čas a bojím se, že to nestihnu. Jinak mě zkoušky samotné nestresují. Mě stresuje hlavně organizace času, nebo třeba přihlašování na termíny, že nebude dost termínů a tak.



**A stres se u tebe projevuje třeba čím? Jsi nervózní, jsi taková- že nemluvíš, nebo jsi víc naštvaná..?**

Tak určitě jsem podrážděnější a naštvaná. Piju hodně kafe a mám hodně přehozený spánkový režim. Líp se mi učí v noci, když je jako ticho a nejsou okolo žádný rušivý vlivy. Takže se mi úplně přehodí režim a pak si přijdu, že jsem mimo no.

**Ted' stejná otázka jako před chvílí, akorát se vztahuje na karanténu. Pociťuješ někdy během karantény při studiu stres? (1)**

Když to srovnám se zkouškovým, tak mě teď stresovala hlavně jedna věc, když jsem řešili bakalářku. My už děláme na nějakých anotacích a tak, to mi trochu vadilo. Bylo mi to nepříjemný řešit distančně po mailu. Jinak mi to vyhovovalo asi víc, alespoň ta forma těch online přednášek v určitých věcech. A to zkouškový.. tam mě nejvíc stresuje, že se neustále mění situace a mění se i opatření. My naštěstí měli hromadné konzultace, což bylo super. Vedení nám řeklo, jaká je situace, ale vzhledem k tomu, že ta situace se každou chvílí mění, tak jsme hrozně dlouho ani nevěděli, jak všechno bude. Pořád nevíme, jak bude probíhat plnění některých předmětů kvůli atestacím a nemáme ani vypsání termíny. Tak to mě stresuje.

**Předtím si mi popsala, jak se u tebe stres projevuje běžně. Co teď, pozoruješ nějakou změnu?**

Ehm..asi ne? Akorát pociťuji napětí, ale to je i tím, že nejsem ještě v učícím se módu.

*Ted' se vrátíme k dotazníku, kde jsem se ptala, jak často pociťuješ jednotlivé emoce během studia. Zkus prosím popsat, kdy určité pocity cítíš, případně rozdíl, který vnímáš oproti normálu.*

**Co napětí (běžně 1, ted' 2)?**

Hlavně kvůli tomu, jak bylo a je stále hodně věcí nejasných. I co se týče práce.

**Vynořil se u tebe strach v souvislosti se studiem (běžně 0, ted' 0)?**

Ne.

**Co naštvání (běžně 2, ted' 2)?**

Hlavně kvůli informovanosti. V souvislosti s tím zkouškovým a tak. Třeba s termíny..

**Co samota (běžně 1, ted' 3)?**

Chybí mi chození do kaváren, rušnost města. S kamarády se stále stýkám nadále.

**Co frustrace (běžně 2, ted' 3)?**

Myslím, že to úplně nesouvisí se školou, ale tím, že vlastně přicházím o nějaký standard, na který jsem zvyklá. Může to být i v souvislosti se školou, ale nesouvisí to přímo se školou. Asi že mi hodně chybí sociální kontakt v tváři v tvář.

**Co smutek (běžně 0, ted' 0), pořád stejně?**

Ano

**Co vyčerpanost (běžně 3, ted' 3)?**

Jsem unavená často i normálně, nevím z čeho přesně.

**Co zmatenost (běžně 3, ted' 4)?**

Při studiu si přijdu často zmatená i mimo pandemii, ale během pandemie je to vlastně mnohem větší. Souvisí to zase s informovaností.

**Co úzkost (běžně 2, ted' 2)?**

Tu nepocit'uji vůbec.

**Co radost (běžně 2, ted' 1)?**

Radost nějak zvlášť při studiu nepocit'uji, spíš bych to popsala jako spokojenost. Ted' mi chybí hlavně sociální kontakt, proto jsem dala o bod méně.

**Co soudržnost (běžně 2, ted' 2)?**

Já jsem to chápala, jako že si lidi pomáhají i třeba v rámci studijních povinností, jakože třeba sdílení nějakých materiálů a věcí ke studiu. S přáteli ze školy fungujeme asi pořád stejně.

**Co odhodlání (běžně 3, ted' 1)?**

To mě štválo, jak jsem pořád doma a do ničeho se mi moc nechtělo. Normálně s tím problémem tolik nemám. Ale vlastně jsem se aspoň víc účastnila přednášek. Celkově to asi bylo tím, jak jsem byla pořád doma. Člověk prostě přijde o tu svobodu no.

### **Co pocity štěstí (běžně 3, ted' 1)?**

V porovnání s normálem jsem určitě přišla o mou svobodu, komfort a jistoty co se týče studia.

### **Co pocity volnosti (běžně 4, ted' 3)?**

Ted' se volná cítím méně kvůli karanténě doma. Při studium normálně se cítím volná kvůli všem možnostem, které studium v Praze nabízí.

### **Pocity vděčnosti (běžně 2, ted' 4)?**

O tom jsme se už bavili. Uvědomila jsem si, co pro mě opravdu znamená studovat.

### **Pocit bezpečí (běžně 4, ted' 3)?**

Ted' bych to uvedla stejně jako běžně, asi jsem se spíš bála, abych se nenakazila někde venku. Ted' už to tak nemám.

### **Co pocity klidu (běžně 2, ted' 1)?**

Hlavně na začátku karantény jsem byla hodně neklidná, kvůli neinformovanosti a distančním konzultacím. Týkalo se to i skloubení práce a studia. Ted' už jsem trochu klidnější.

### **Co pocit naděje (běžně 3, ted' 2)?**

Jednotlivé emoce se mi hodně překrývají, takže to asi zase bude v souvislosti s horší náladou a chutí něco dělat, když jsem musela být zavřená doma.

### **V dotazníku si vyplnila hlavní rozdíl studia během pandemie oproti běžnému stavu:**

*„přednášky a veškerá komunikace probíhá přes internet“*. Naskytly se nějaké změny od vyplnění, nějaké změny, které bys ještě chtěla vyzdvihnout?

Přednášky i komunikace byly na hodně dobrý úrovni, probíhaly vlastně úplně stejně jako normálně, ale byly online. Zmiňovala jsem, že si přijdu mnohem pilněji a že jsem chodila na všechny přednášky. Z mého pohledu je vlastně změna jen to, že jsem tomu věnovala mnohem víc energie a hodně jsem plnila úkoly dopředu.

### **Co ti na tom studiu ted' vyhovuje a co ti opravdu nevyhovuje?**

*již odpovězeno*

**Kdy si přijdeš víc produktivní, během studia normálně, nebo během pandemie? A proč?**

*již odpovězeno*

**V dotazníku jsem měla tabulku, kde jsem se ptala, jak moc tě stresují jednotlivé položky při studiu. Popiš prosím, jak a proč tě stresují a zkus porovnat, jak se liší studium běžně a teď.**

**Co zkoušky, zápočty... Vidiš v tom ještě nějaký rozdíl? (běžně 2, teď 2)**

Co se týče stresu tak ne, jinak jsme se o tom už bavili.

**Odevzdávání / vypracování obhajoba bakalářských prací? (běžně 4, teď 4)**

Stresuje mě to pořád stejně, jenom se změnily konzultace na distanční.

**Co splnění dostatečného počtu kreditů? (běžně 0, teď 0)**

S tím jsem si hlavu nikdy nelámala.

**Co hledání nebo vykonávání praxí a stáží? (běžně 4, teď 4)**

Mimo pandemii je to tím, že četnost stáží je docela omezená, hlavně třeba i stupněm studia nebo věkem nebo nějakou kvalifikací a co se týká té pandemii tak se ty možnosti ještě víc uzavřeli, takže asi tak.

**Co hledání knih a zdrojů ke studiu? (běžně 4, teď 4)**

Obecně mi při studiu dělá hodně velký problém shánět zdroje, neumím tolik pracovat s internetovými zdroji a databázemi. Během pandemie se to ještě ztížilo, ale pomáháme si navzájem se spolužáky. Celkově se mi učí líp ze zakoupených knížek a učebnic, než třeba ze zapůjčených z knihovny. Můžu si do nich pak totiž dělat poznámky.

**Co možnost výjezdu do zahraničí, třeba kvůli Erasmu.. řešíš to nějak? (běžně 0, teď 0)**

Ne, ale řeší to hodně lidí v mém okolí. Víím, že je to problematictější.

**Co nedostatek času, motivace ke studiu? (běžně 2, teď 4)**

O tom jsem taky mluvila, s tím že mi nějak klesla chuť do všeho, že mam horší náladu. Nebo jo, jsem naopak produktivnější, ale nemám pocit, že to dělám s takovou chutí.

### **Co nesoustředěnost při studiu? (běžně 4, ted' 3)**

Jo asi to souvisí i s tím, že se na to víc soustředím, víc si toho všímám a víc o tom přemýšlím, prožívám.

### **Co obtíž skloubit partnerský/ rodinný život se studiem? (běžně 3, ted' 4)**

S partnerem jsme teď kvůli karanténě rozdělení, normálně bydlíme spolu v Praze. Souvisí to ale s karanténou, ne se studiem, jinak bychom si na sebe čas našli. Kdežto s rodinou bych se normálně při studiu viděla mnohem méně, než když spolu opět bydlíme.

Stresuje mě to hlavně ve zkouškovém, protože se musím věnovat učení. Většinou mám výčitky, že s blízkými netrávím tolik času, jak bych chtěla a snažím se to vyrovnávat, ale pak mám zase výčitky, že se neučím, jak bych měla.

### **Poslední otázka, jak probíhá komunikace s vyučujícími? (běžně 1, ted' 1)**

Nijak zvlášť kvůli tomu stresovaná nejsem. Mnohem víc se komunikovalo přes maily. Na mailovou komunikaci jsem zvyklá, ale teď je to mnohem častější, vlastně ve většině případů mi to přišlo fakt super, vyučující s námi hodně komunikovali. Jinak jsem ale víc zvyklá na tu komunikaci face to face, což jsem řešila i u té bakalářky.

**Dobře, děkuji za rozhovor.**

## **OSKAR - ROZHOVOR**

### **Zkus mi popsat, jak vypadá tvůj běžný den v karanténě.**

Běžný den pro mě probíhá asi tak, že mám budíka na půl osmou a byla většinou nějaká online výuka. Vzhledem k tomu, že jsem měl trochu volnější rozvrh, tak úterek jsem měl volný celý, takže jasná brigáda. Jinak když jsem opomněl školu, tak samozřejmě online výuku jsem plnil poctivě, protože mi přišlo, když už nám někdo online výuku dělá, tak byla docela zajímavá a zajímalo mě, jak probíhá. Mám fajn spolužáky, takže jsme aspoň pokecali. Samozřejmě jsem nebyl v Praze no, byl jsem doma na jihu Čech, nejsem z Prahy, takže to bylo jiný.

### **Jsi u rodičů?**

Jojo, přesně tak.

### **Takže normálně jsi v Praze na bytě nebo na koleji, nebo jak to máš?**

Na koleji, ale letos chci expandovat někam dál a posunout se třeba.

### **V porovnání, co ti vyhovuje víc pro studium?**

Rozhodně kolej a rozhodně záprah ve smyslu klasický prezenční výuky. Protože tohle mi teda absolutně nevyhovuje, už jen z toho důvodu, že vlastně rodiče když se vraceli z práce, nebo když šli do práce, tak jsem byl na počítači a když se vraceli, tak jsem byl na počítači taky a u nás doma platí to, že když ses na počítači, tak se flákáš a nic neděláš do školy, takže vysvětlit jim, že se člověk učí je těžší. Praha je pro mě stoprocentně lepší.

### **Říkal si, že si teď chodil i na brigádu během pandemie, jak to je normálně?**

Mám brigádu jak teď, tak normálně v Praze. Každý volný čas než se flákat, tak něco zažít, něco zkusit a určitě si taky vydělat. To se hodí žejo.

### **Jaká brigáda ti vyhovuje víc?**

No já myslím, že v Praze je mnohem víc možností, takže pro mě je určitě běžný stav lepší, co se týče brigády.

### **Přibily ti domácí povinnosti?**

Doma u rodičů určitě, jelikož bydlíme v baráku, tam je furt práce hromada a už jenom topení doma, příkládání, rozdělování i uklízení, všechno možný. Musel jsem i vařit, ale jsem zvyklý vařit i v Praze. Určitě jsem toho měl na práci víc než v Praze normálně.

### **Jak trávíš svůj volný čas běžně a jak teď? Jaký rozdíl tam vnímáš, jestli nějaké?**

Myslím si, že během pandemie jsem měl mnohem víc volného času, než když je normální škola, mnohem víc teď sportuju. Moje karanténa je o dost volnější. V Praze vlastně moc volného času nemám, ale i tak se to snažím vyplnit sportem nebo kamarády.

### **Vnímáš, že ti během pandemie přibylo starostí oproti normálu?**

Určitě přibyly starosti v souvislosti s výukou, protože člověk na začátku vůbec netušil, co ho čeká. Než jsem najel na tenhle režim, tak jsem měl starost, jak vlastně všechno bude, jestli budu všechno zvládat. Takový zbytečný starosti, ale nedá se nic dělat.

### **Jak moc jsi propojený se svými přáteli, blízkými nebo rodinou v porovnání teď a běžně?**

Přátelé v Praze museli jít úplně stranou, protože jsem od března nebyl v Praze. Víc mám ale kamarády doma, na jihu Čech, se kterými jsem se o to víc najednou vídal. A s rodinou je to jasný, jak teď žijeme pod jednou střechou.

### **Jsi nějak v kontaktu s kamarády v Praze?**

Ne hodně, ale přes Facebook jo. Člověk se nepotkává ve škole, na pivo taky dojít nemůže, takže se to musí dohnat po karanténě. Fakt jenom co se týče školy nebo jinak přes zprávy no. Člověk nemohl nikam jít, tak jsem se aspoň s mými kamarády scházel na tajňáka na pívko v garáži.

### **Účastníš se online výuky?**

Jo, docela aktivně. Co jde, tak určitě jo.

### **Jaké pro ni máš technické zázemí? Je dostačující?**

Počítač a internet, maximálně dostačující.

### **Co zázemí pro učení nebo práci, jak to máš?**

No to už je druhá věc, opak toho, co mám v Praze. V Praze je mnohem víc klidu jak na učení, tak na práci, tady je to spíš chaos a zmatek a toho klidu na učení fakt moc nebylo no. Nemám svůj běžný režim, v Praze mám režim jasný, tady je to ovlivněný hrozně moc věcmi.

**Popiš mi svoje studium, jakoby si ho popisoval někomu, kdo moc nezná vysokoškolský prostředí a jestli bys i vyzdvihnul, co je pro tebe na studiu důležitý, přímo pro tebe, jak tvoje studium probíhá a tak. Normálně běžně, ne během pandemie.**

Když bych se vrátil do prváku, jeden velký šok. Nejdřív si VŠ vybrat a pak když přijedeš do velkoměsta, kde fakt nejsi zvyklý bydlet. Rozkoukání trvá, třeba tři týdny, čtyři než si třeba člověk troufne někam, ne že bych se bál, ale neví co a jak, neví co kde čekat. Takže to bylo asi nejhorší, určitě si nějak zmapovat okolí kde bydlí a školu hlavně zmapovat, to byl taky velký chaos, protože člověk nemá ani dobře zmapovanou školu, byl chaos najít vůbec třídu, tam člověk musí trefit. A pak systém KOS. To určitě znáš.

**Jo, my na UK máme SIS, to bude podobný.**

Chaos. Kamarád mi ukazoval srovnání VUT v Brně a ČVUT v Praze, jejich systém je už úplně super, tam přesně člověk ví, co má čekat, kam má jít, co má kdy odevzdat. Už jenom přihlašování rozvrhu třeba. Nikdy jsem netušil, že bude tak těžký si přihlásit rozvrh. Sestavit to tak, abys tam nebyla od pondělí od rána do pátku večer. Určitě nejdůležitější bych řekl, že se musíš seznámit s lidmi, který ti budou při studiu dělat spojence, pomáhat ti. Jinak je ta VŠ jenom spíš boj a utrpení. Určitě bych doporučil bydlet tak rok na koleji, protože tam člověk pozná plno lidí.

**Takže kdybys to měl nějak shrnout, co to pro tebe znamená být student?**

Je to asi zodpovědnost vůči rodičům a známým co v tebe doufají a nějak se ti věnují finančně. Takže zodpovědnost a taky dobrodružství a zážitky dost. Ať už dobrý nebo špatný.

**Pocit'uješ někdy během běžného studia stres? (1)**

Ano, pocítoval jsem ho víc na bakaláři hlavně. Teď už je to lepší, ale jo, určitě jo.

**V jakých situacích, co konkrétně tě většinou stresuje?**

Když učitelé říkají něco a pak to změní. A když jdu na zkoušku a vím, že moc naučený nejsem.

**Jak je ten stres projevuje? Jak se u toho chováš, jak se u toho cítíš, jak to vnímáš, co s tebou stres dělá?**

Špatně se mi soustředí, myslím negativně, přemýšlím, co zkazím.

**Teď podobná otázka, pocit'uješ někdy stres při studiu během pandemie? (0)**



Mnohem míň, ale taky. Je to hlavně tím, že po prvních dvou týdnech pandemie nám nepřišel žádný mail, nikdo nevěděl, co má dělat. Zakázali nám jít do školy v pondělí a úterý. Ve středu už se jít zase mohlo a pak v pátek už zase ne. Pak už to bylo od března až do teď. Chaos, co se týče organizace. ČVUT šly všechny fakulty, jenom, strojárna vlastně na dva dny nemohla asi, takže to byl určitě chaos a s tím spojený stres. Stres mám teď hlavně z neinformovanosti. Přešel jsem ale do bodu, kdy je mi to jedno. Prostě to nějak bude, když jsem zjistil, že spolužáci to cítí podobně, uklidnilo mě to.

**Když jsem se předtím ptala, jak se u tebe stres projevuje, tak jsi říkal hlavně nesoustředěností, negativismem. Je to teď jinak?**

To přemýšlím, to asi ani ne. Spíš, když je to běžně, tak ten stres sdílíš s lidmi, co na zkoušce čekáš, takže ti je možná líp, kdežto když jsi doma u počítače, tak je to jiný. Přece jenom zapneš nějakou věc na počítači a vůbec nevíš, co bude.

**V dotazníku si dal jedničku a pak nulu, jakože nepocit'uješ stres vůbec během studia během pandemie.**

Stres jsem měl spíš až teď, když jsme měli zkoušky online. Na začátku v březnu, to bylo spíš jako naštvání než stres, protože jsme nic nevěděli.

*Ted' se vrátíme k dotazníku, kde jsem se ptala, jak často pocit'uješ jednotlivé emoce během studia. Zkus prosím popsat, kdy určité pocity cítíš, případně rozdíl, který vnímáš oproti normálu.*

**Co napětí? (běžně 1, teď 0)**

Napnutý nebývám, teď mám ještě větší klid.

**Co strach? (běžně 0, teď 0)**

Jo to pořád jen škola, dělám ji, protože chci.

**Co naštvání? (běžně 2, teď 4)**

Bývám naštváný během školy normálně, protože na to v jaké jsme době pokrokový, a právě to je ono – konečně možná i díky koruně se něco pohlo v lidech a zjistili, že existují internety a že můžou normálně uploadovat pdfka někam na úložiště a že všichni studenti nemusejí všechno tisknout na papír. Přišlo mi, že škola pro nás dělá málo, když to srovnám s kamarádem z Brna.

Naštvaní během pandemie bych asi nechal, ono to vyústilo dobře docela, ale člověk domýšlí spíš to špatný a hledá většinou horší důsledky všeho. Naštvaní pramenilo z toho, že člověk vůbec netušil, co bude. Jak jsem psal do dotazníku, tři z pěti učitelů se vůbec neozvali na nějakou koronu jo, tak to víc potom člověka naštve. Učitel si hraje, že je fakt borec a ten předmět je strašně důležitý, a pak se měsíc a půl neozve, takže to asi není zas tak důležitý?

**Co samota?** *(běžně 0, ted' 0)*

Tady na jihu mám známých ještě víc než v Praze, takže jsem v domácím prostředí. A v Praze se vždycky někdo najde.

**Co frustrace?** *(běžně 2, ted' 3)*

Hodně souvisí s naštvaním, člověk třeba chtěl něco dělat, ale neví co, a neví, jak moc by to měl dělat. Třeba to učení během pandemie, člověk byl frustrovaný a pak naštvaný.

**Co smutek?** *(běžně 0, ted' 0)*

Nebývám, nebo nevšímám si být smutný.

**Co vyčerpanost?** *(běžně 0, ted' 1)*

To asi nepramení úplně se studia, ale z toho, že jsem u rodičů a je tady mnohem víc fyzický práce. V Praze si dokážu vměstnat nějaký klid, tady je vždycky co dělat. Naše rodina navíc bývá hodně akční.

**Co zmatenost?** *(běžně 2, ted' 4)*

Víc zmatený si určitě přijdu kvůli neinformovanosti, proto ji ted' cítím víc.

**Co úzkost?** *(běžně 0, ted' 0)*

Taky si ji u sebe nevšímám.

**Co radost?** *(běžně 3, ted' 4)*

Radost cítím většinou pořád, v rámci studia během karantény ji ted' cítím víc, protože mi zkoušky ve výsledku přijdou lehčí. Práce do školy taky není tolik jako normálně, můžu si najít čas na věci, který jsem třeba dlouho dokládal.

**Co soudržnost?** *(běžně 3, ted' 4)*

Vzal jsem soudržnost jako spojení s přáteli, jako stmelení, kolektiv. Během karantény si ji všímám zase o trochu víc. Jak jsme doma na počítači, a každý neví, co a jak má být, tak jsme mnohem víc komunikovali. Asi kvůli tomu, že se bojíš, aby ti něco ve škole neuteklo, a navzájem se snažíš podržet.

### **Co odhodlání?** (běžně 1, ted' 1)

Teď bych dal odhodlání asi vyšší hodnotu, nevím, proč jsem dával jedničky. Rozdíl žádný nevnímám, ale odhodlání je do studia vždycky potřeba.

### **Co štěstí?** (běžně 1, ted' 2)

Štěstí jsem bral jako pramenící ze školy, ne svoje osobní. Během pandemie jsem byl asi šťastnější, že mám víc času a nemusím toho do školy tolik dělat, ale ze školy zase toho štěstí moc nebylo jo, spíš ho potom nabírám jinde.

### **Co volnost?** (běžně 2, ted' 3)

Asi je to paradox s tou karanténou. Sice jsme nikam moc chodit nemohli, ale co se týče úkolů, měli jsme jich míň a já si tak mohl dělat věci, na který normálně nemám čas.

### **Co vděčnost?** (běžně 1, ted' 0)

Kvůli zastaralosti školy se moc nemám za co cítit vděčně. Fakt nejsem vděčný, jednomu učiteli z pěti teda bych vděčnost dal, ale ten nás vlastně včera vyšplouchnul, takže nula.

### **Co bezpečí?** (běžně 3, ted' 3)

Kdybych byl třeba během pandemie v Praze, tak bych dal určitě bezpečí na míň, ale vzhledem k tomu, že jsem byl doma, tak jsem to cítil stejně. Možná během pandemie bych to zvýšil asi na čtyřku. Protože jsem byl doma, tak jsem byl jako víc v bezpečí.

### **Co klid?** (běžně 2, ted' 3)

To souvisí zase s méně úkoly do školy.

### **Co naděje?** (běžně 2, ted' 2)

Nejvíce, když vidím asi nějakou cílovou pásku něčeho, čeho chce člověk dosáhnout. Jde mi hlavně o dodělání školy, to se karanténou nijak nezměnilo.

**V dotazníku si vyplnil hlavní rozdíly studia během pandemie oproti běžnému stavu:**

*„Jednoznačně mi vyhovuje online forma výuky a to asi proto, že pouze 3 z 5 předmětů/vyučujících postřehlo, že nás už měsíc neviděli a pokusili se o výuku přes MS TEAMS.*

*COVID-19 by měl všem otevřít oči! Hlavně tedy ČVUT v Praze. Podklady pro online studování jsou na katastrofální úrovni a vše se zaseklo na přelomu tisíciletí. Největší rozdíl vidím jednoznačně ve formě výuky. Ukázala se pravá tvář učitelů - polovina se velmi snaží, baví je to... Druhá polovina učitelů vypadá, jakoby si ještě nevšimla, že nějaký COVID přišel, a že své studenty již měsíc neviděla. KONEČNĚ se učitelé (alespoň někteří) donutí něco vytvořit a uploadovat na net. .*

**Nastaly ještě nějaké změny od vyplnění? Nastaly pro tebe ještě nějaký rozdíly nebo změny od vyplnění dotazníku?**

Až teď na začátku května se ozval jeden a v závislosti na něm se asi ozval druhý. Já si myslím, že museli mít tak zaspamovanou schránku emailu, že jim už bylo blbý se neozývat. Moji spolužáci, kteří jsou aktivní až moc, to dohnali i výš, ptali se našeho poradce pro studium a on má docel vliv a páku, tak si myslím, že na ně přišel někdo shora. Nejdřív jsme si říkali, jestli třeba není nemocný a my jsme na něj tak přísní. Nemocný nakonec nebyl, takže na to fakt asi jenom kašlal.

**Co ti teď během karantény vyhovuje a nevyhovuje?**

Jsem spokojený, že jsem víc doma. Online výuka mi ve výsledku taky tolik nevadila.

**Kdy si přijdeš víc produktivní během studia? Normálně, nebo během pandemie**

To je zapeklitý. Asi normálně, doma člověk vymýšlí milion jiných věcí, hlavně ne věci do školy. V Praze na koleji toho udělám víc, než doma.

**V dotazníku jsem měla tabulku, kde jsem se ptala, jak moc tě stresují jednotlivé položky při studiu. Popiš prosím, jak a proč tě stresují a zkus porovnat, jak se liší studium běžně a teď.**

**Co zkoušky, zápočty? (běžně 1, teď 3)**

Nerad jdu do něčeho, když nevím, co mě čeká, hlavně ve škole. Zkoušky online je pro mě nová věc, ale dalo by se na to zvyknout.

**Pracuješ už na diplomce? (běžně 1, teď 1)**

Ještě ne, přemýšlím o tom, ale ne.

**Co splnění dostatečného počtu kreditů/předmětů? (běžně 1, ted' 1)**

To jsem nikdy fakt neřešil.

**Co zadávání, vykonávání praxí nebo stáží během studia? (běžně 2, ted' 4)**

V Praze jsem hledal praxi, která není hodinu od koleje, abych nejezdil hodinu přes Prahu. Bylo to trochu náročnější, ale člověk najde v pohodě. Během pandemie je problém, že lidi se asi bojí a nenabírají vůbec. Najít si něco v březnu, to nepřicházelo v úvahu. Já jsem naštěstí měl něco v rezervě.

**Co hledání knih a zdrojů během ke studiu? (běžně 1, ted' 4)**

To už jsem říkal. Vzhledem k tomu, že bydlím doma tak NTK je daleko, když je škola tak si dojdeš pro, co chceš. No a teď je chaos a málo věcí je dostupný online.

**Řešil si výjezd do zahraničí kvůli studiu, nějakou stáž venku? (běžně 1, ted' 4)**

Měl jsem přihlášku na Erasmus, ale pak z toho nějak sešlo, si jsem se na to spíš vyprd. Láká mě ještě týdně pobyt Athens, ale nevím, jestli se mám kvůli pandemii vůbec nějak snažit. Spolužáci měli jet na Taiwan a to se úplně zrušilo.

**Nedostatek času a motivace ke studiu? (běžně 2, ted' 0)**

O tom jsme se už bavili.

**Co nesoustředěnost při studiu? (běžně 1, ted' 3)**

Kvůli mladšímu sourozenci a rodičům.

**Obtíž skloubit práci partnerský či rodinný život se studiem? (běžně 2, ted' 1)**

O tom jsme se bavili na začátku, zvládám to, ale doma je to náročnější.

**Poslední otázka, jak probíhá komunikace s vyučujícími? (běžně 1, ted' 4)**

Stačilo by jenom odepsat na mail, nic víc se po nich nechce. Asi už se k tomu nebudu vyjadřovat.

**Tak jo, děkuji moc za rozhovor.**

## **ROZÁLIE - ROZHOVOR**

### **Popiš mi prosím, jak vypadá tvůj běžný den v karanténě.**

Můj běžný den v karanténě vypadal tak, že jsem ráno vstala, snažila jsem se ve stejný čas - hlavně nespát do oběda. Nasnídala jsem se, šla jsem dělat něco do školy, když jsem zrovna nešla roušky. A dělala jsem školu třeba tak do dvou, než přijela mamka, a když přijela, tak jsem šla prostě s ní si sednout na kafe, šla jsem běhat a tak.

### **Takže jsi teď doma, jestli to chápu správně? Jak se to liší nebo neliší od normálu?**

Od normálu se to liší hodně, protože jsem v Praze na bytě a je to úplně jiný.

### **A na bytě jsi s někým nebo jsi tam sama? A teď jsi tam s mámou nebo ještě s někým?**

Na bytě jsme čtyři kamarádi a tady jsem jen s mamkou a s přítelem.

### **Chodíš do práce, na brigádu nebo někam?**

Jo normálně, když není karanténa, tak chodím do práce a teď vlastně během karantény jsem doučovala, takže jsem měla brigádu a práci jsem dělala skrze homeoffice.

### **A jak ta práce vypadala, lišila se v něčem?**

Liší se to v tom, že je to mnohem náročnější online, protože jsou nějaký lidi trošku starší a než si naladí Skype, tak prostě nic nevyřešíš a chce to hodně trpělivosti. Teď jsem byla v práci jeden den a bylo to fakt o něčem jiném, když s nimi mluvíš osobně a máš to vyřešený hned. No ale zároveň v karanténě bylo práce mnohem míň kvůli uzavření škol a zrušení našich programů.

### **Už si mi na začátku říkala něco o tom, jak trávíš volný čas. Jak je to normálně, jak se to liší?**

Teď jsem trávila víc času u seriálů, protože jsme si s přítelem předplatili Netflix, což jsme neměli dělat. Jinak je to dost stejný. Až na to, že nám třeba zrušili keramiku, to jo, tam jsem nemohla teď s mamkou chodit. Ale jinak běhám úplně pořád stejně, cvičím pořád stejně, začala jsem péct.

### **Přibýlo ti kvůli karanténě starostí?**

Jenom kvůli škole, jinak ne.

### **Jak moc jsi propojená se svými blízkými, přáteli nebo rodinnou?**

No hodně propojená.

### **A kdybys to zase měla porovnat s normálem, jaký je rozdíl?**

Normálně vidím mámu a přítele jenom o víkendech, třeba tři dny v týdnu. Teď je vidím každý den a taťku vidím taky mnohem víc a tak. Ale zase jako kamarády vidím míň no.

### **Jsi spojená s kamarády aspoň online?**

Snažím se, ale někdy to pokulhává.

### **Účastníš se, nebo neúčastníš se online výuky?**

Většinou účastním.

### **A jaké máš pro to technické zázemí, je dostačující?**

No vlastně mi to docela stačilo, máme ale často problémy s internetovým připojením, takže mi to několikrát během připojení zamrzlo.

### **Máš nějaký zázemí pro klid na učení, nebo pro tvoji práci, kterou děláš?**

Jo to mám, já jsem tady vlastně do tří odpoledne sama, takže mě nikdo neruší.

### **Popiš mi svoje studium, jak probíhá a co je na něm pro tebe důležitý jako pro studenta. Co pro tebe znamená být student, jako bys to popisovala někomu, kdo nezná vysokoškolský prostředí.**

Student pro mě znamená možnost se vzdělávat v tom směru, ve kterém chci jednou pracovat, je pro mě důležitý se vídat s lidmi, kteří to mají podobně.

### **Myslíš se spolužáky, co studují stejný obor, nebo i jiný obory?**

Se spolužáky i s vyučujícími, protože někteří vyučující jsou fakt skvělí a hodně nás podporují, hodně nás teď zahrnuli i do praxe a měli jsme takový praktický úkoly, takže to bylo fakt dobrý a bylo to důležitý.

### **Takže pro tebe je důležitý, že se můžeš setkávat s lidmi, co jsou nějak v oboru?**

Jo, že můžu studovat to, co chci a že mi to někdo předá. Že si to nemusím sama načítat, není tam jen můj pohled, můžu se o těch věcech bavit i s ostatníma.

**Možná mi ještě trochu víc popiš svoje studium, jak to normálně probíhá, jako kdybys to vysvětlovala někomu, kdo nezná vysokoškolské prostředí.**

Moje studium probíhá denní formou a máme v běžném stavu tři dny školy. Většinou docela narvaný od rána do večera. Tak probíhá moje studium. Většinou jsou to prostě obyčejný přednášky, jen asi jednou byla jedna beseda nebo tak.

**Pocit'uješ někdy během svého studia běžně stres? (3)**

Jo.

**V jakých situacích, konkrétně, proč?**

Běžně stres pocit'uju v těch situacích, kdy něčemu vůbec nerozumím, myslím statistiku a tak... Když je nějaký těžký učivo, tak mám stres z toho, jak zvládnou potom zkoušky a už vidím, jak to bude náročný.

**Jak se to na tobě projevuje? Ten stres?**

Cítím se nepohodlně, nekomfortně, prostě cítím se v nepohodě. Když je ten stres větší, tak třeba ve vztazích se to projevuje tak, že pak nemám na nic náladu, ale to není zas tak jako častý.

**Skoro stejná otázka, pocit'uješ ho teď někdy během karantény? Ano nebo ne. (3)**

Ano.

**V jakých situacích, co konkrétně a proč? Opakuje se to, nebo je to v něčem jiný?**

No opakuje se to, ale je to vlastně trošku horší, kvůli tomu, že je to všechno na dálku a jak nám třeba chodili pořád maily jako: „nastudujte si, nastudujte si“, tak se v tom člověk potom začal ztrácet no. Vůbec si nevěděla, co z jakého předmětu máš nastudovat a do teďka si říkám a občas nad tím přemýšlím, jestli jsem fakt nepřehlídla nějaký mail, jestli pak po mě u zkoušky nebude chtít něco, co třeba jsem vůbec neviděla, co třeba někde zapadlo.

**Jak se u tebe projevuje stres teď, během karantény?**

Prožívám ho stejně, ale bylo to možná trošku intenzivnější. Možná i proto jak se nevidíš s ostatníma, tak jsem to třeba občas se spolužákem řešila. Nejsi ve spojení s ostatníma.

**Zajímavý je, když to porovnáš, tak v tom dotazníku jsi uvedla, že ten stres normálně a během pandemie máš na stejný úrovni tři – tři. Vnímáš to tak pořád stejně, nebo ne?**



Jo jako neřekla bych úplně, že se to fakt jako liší, je to tak nějak pořád stejně. Jen je to něco nového.

***Ted' se vrátíme k dotazníku, kde jsem se ptala, jak často pociťuješ jednotlivé emoce během studia. Zkus prosím popsat, kdy určité pocity cítíš, případně rozdíl, který vnímáš oproti normálu.***

**Napětí větší během pandemie, proč? A kdy během studia normálně? (běžně 2, ted' 3)**

Protože prostě všechno na dálku a všechno přes internet. Jinak cítím napětí hlavně kvůli tomu, jestli budu všechno stíhat.

**Co strach? (běžně 2, ted' 3)**

Ted' hlavně kvůli jedné vyučující. Psali jsme jí mail, protože jsme něčemu nerozuměli. Na to nám poslala místo vysvětlení další test, ve kterém prý byli lepší příklady na pochopení. Takže jsem měla strach, jak to dopadne a taky z nepředvídatelnosti té vyučující. Normálně strach pociťuju zase jenom, když něčemu nerozumím a nevím, jak co dopadne.

**Co naštvání? (běžně 3, ted' 4)**

Kvůli přístupu některých vyučujících, kteří nás začali zahlcovat četbou. Bylo zajímavý vidět, jak některým vyučujícím tahle situace vyloženě vyhovuje. Jejich maily, z toho jaks to četla, tak tam bylo jenom „nastudujte si tohle téma a čau“. A bylo to fakt odfláklý, až sis říkala ty jo, tak oni mají leháro a všechno hodí na nás. Na ty jsem byla naštvaná hodně. Pak je tady ale jeden vyučující, který nám nahrával videa, a bylo vidět, že si s tím opravdu dal práci. To člověka dokáže strašně motivovat než předchozí případy. Normálně mě štve hlavně, když se k tobě vyučující chová s odporem ve stylu „je mi to jedno a nějak se zaříd'te“, to se ale našťestí stává strašně málo.

**Co samota? (běžně 0, ted' 3)**

Hodně větší během pandemie, protože jsem byla u všech přednášek sama a jindy je to mnohem příjemnější. Mám tam svoje spojence. I když ted' jsem se na ty přednášky možná víc soustředila. Doma se ale sama necítím, doma je doma.

**Co frustrace? (běžně 2, ted' 3)**

Ty jo to je těžká otázka. Nejdřív mě asi frustrovalo, jak se nic ze začátku nevědělo. Pak se všechno každou chvílí měnilo. Hlavně z nejistoty jak kdy co bude.

**Co smutek, proč jsi víc smutná během pandemie v rámci studia? A jak normálně?** (běžně 2, ted' 3)

Podle mě jsem byla smutná jenom z toho, že toho mám hodně a nic nestíhám. Protože já jsem jenom ze začátku šila roušky a dělala krizovku. Pořád jsem všechno odsouvala a byla jsem smutná z toho, že nic není tak, jak bych chtěla.

**Co vyčerpanost, proč jsi víc vyčerpaná během pandemie?** (běžně 2, ted' 3)

Protože jsem od osmi do šesti do večera jenom šila roušky a nedělala nic jiného. Na školu jsem pak už neměla tolik času a radši jsem šla spát nebo si udělat něco k jídlu. Normálně jsem vyčerpaná kvůli kombinaci práce a školy.

**Co zmatenost? Zmatenost jsi uvedla během pandemie jako tu nejvyšší, v čem se to nejvíc projevuje?** (běžně 3, ted' 4)

No běžně jsem zmatená taky, protože běžně nedávám o hodinách pozor, takže nevím moc co se děje, nechytám se a tady jsem se nechytala už vůbec. Když nám chodili maily, chodilo jich strašně moc, tak jsem si je označovala červeně, abych na ně nezapomněla a měla jsem jich prostě hrozně moc a nedalo se to vůbec kontrolovat. Velká zmatenost a velká úzkost.

**Co radost?** (běžně 2, ted' 2)

Teď ji pociťuju asi trochu víc. Díky tomu jak jsem pořád doma, tak při online škole stíhám i pečení a mám víc času na přátele. V Praze mám hlavně radost z toho, když můžu pak jít někam se spolužáky mimo školu.

**Co soudržnost?** (běžně 2, ted' 3)

Všichni si začali mnohem víc pomáhat než normálně. S ročníkem jsme se domluvili, že každý vypracuje z úkolů něco a že si to zkusíme nasdílet a tak. Prostě jsem se snažil si pomáhat online. Běžně si pomáháme taky, ale teď to bylo víc znát.

**Co odhodlání, proč ho máš méně během pandemie?** (běžně 2, ted' 1)

Bylo a je těžší se k čemukoliv dokopat. Bylo toho hodně, nevěděla jsem čím začít, do toho jsem měla jiný věci, který mi přišly důležitý.

### **Co štěstí?** (běžně 2, ted' 2)

Štěstí během normálního studia pociťuju tak celkově, když se třeba povede přednáška, když se mi povede zkouška. A teď to bylo štěstí prostě, když se něco povedlo, nebo když nám učitel do videa řekl, že po nás nebude nic dalšího chtít, že si ho máme jenom poslechnout.

### **Co volnost?** (běžně 2, ted' 1)

Teď to bylo hlavně kvůli tomu, že jsem nemohla nikam jet, fakt jsem byla jenom doma. V Praze si vlastně během normálního studia můžu dělat, co chci, chodit na snídane a tak. To jsem nemohla, takže na jednu stranu volnost menší, ale na tu druhou stranu v něčem větší, ale to se netýká studia. Chybí mi učení v kavárnách a studovnách.

### **Co vděčnost?** (běžně 2, ted' 2)

Já jsem vděčná pořád stejně, za všechno možný.

### **Co bezpečí?** (běžně 2, ted' 1)

To jsem brala hlavně v souvislosti s pandemií, ve škole se jinak cítím pořád bezpečně stejně.

### **Co klid?** (běžně 1, ted' 0)

To jsem asi měla nějakou slabou chvíli. Normálně se cítím v klidu, ale mám toho běžně v Praze strašně moc a jsem hrozně rozlitaná. Teď se cítím rozhodně víc v klidu, než se cítím v Praze rozlitaně.

### **Co naděje?** (běžně 2, ted' 1)

Jak se ze začátku nevědělo, co jak bude dál, tak jsem naději skoro nepociťovala. Jestli budou třeba vůbec nějaké prázdniny. Bála jsem se třeba toho, že se najede na výuky v červenci a že budeme třeba červenec chodit do školy a tak. Běžně naději cítím, ale nějak si ji asi neuvědomuju.

**V dotazníku jsi vyplnila hlavní rozdíl studia během pandemie oproti běžnému stavu, napsala si: „paradoxně je to časově mnohem náročnější, než kdybych chodila do školy, důvodem je mnohem větší množství četby, literatury a vypracovávání domácích úkolů“. Nastali ještě nějaké změny od vyplnění?**

Tohle je fakt nejhlavnější, zabralo to prostě mnohem víc času a mnohem víc je to náročnější.

### **Co ti teď vyhovuje nebo nevyhovuje na studiu?**

Hodně mi vyhovuje, že nemusím nikam jezdit a hodně jsem si uvědomovala, že fakt mi zabere třeba cesta z Kačerova do školy třeba čtyřicet minut a že prostě je to hodně času, který můžu strávit jinak, tak to mi hodně vyhovovalo, že prostě kliknu, zapnu online a jedu, ale nevyhovovali mi zase komunikace na dálku, který je zase přes maily třeba, trvá to dýl a nijak se nedomluvíš a tak.

### **Kdy si přijdeš víc produktivní během studia? Normálně, nebo teď během pandemie?**

To je dost zapeklitá otázka, asi stejně. Bylo těžší se k tomu dokopat, ale prostě jsem musela něco udělat, abych měla pak pocit, že mam něco splněno.

### **Je něco, co si z tohoto období doma odneseš i do budoucnosti? Co ses naučila, z něčeho si se poučila?**

Přišlo mi, že když studuji sama, tak na to dávám mnohem větší pozor, než kdybych byla na přednášce a jen poslouchala. Mnohem víc jsem učení vnímala, na to bych si chtěla dát pozor i v budoucnosti.

### **V dotazníku jsem měla tabulku, kde jsem se ptala, jak moc tě stresují jednotlivé položky při studiu. Popiš prosím, jak a proč tě stresují a zkus porovnat, jak se liší studium běžně a teď.**

#### **Co zkoušky a zápočty? (běžně 4, teď 4)**

Zkoušky mě stresují pořád úplně nejvíc, prostě to je nejhorší část a to se neliší.

#### **Odevzdávání, vypracovávání nebo obhajoba magisterských prací? (běžně 3, teď 3)**

Chyběly mi konzultace tváří v tvář, ale jelikož ještě neodevzdávám, tak žádný extra rozdíl mezi běžným studiem a normálem nevidím.

#### **Co splnění dostatečného počtu kreditů nebo předmětů, proč tě to víc stresuje teď? (běžně 2, teď 3)**

Protože jsem nevěděla, jestli všechny předměty, i volitelný, budu mít uznaný. Jestli se třeba něco nezruší. Normálně to nějak nehrotím.

#### **Hledání a vykonávání praxí, stáží v čem to bylo horší oproti normálu? (běžně 2, teď 4)**

Nejhorší, protože mi stáže zrušili. To je problém do teďka, většina z nás počítá s tím, že bude prodlužovat nebo tak, nebo jako já to mám dost otevřený, protože ty stáže teď nejsou dělat a musíme je mít takže..

**Co hledání knih a zdrojů ke studiu, proč to je tak stresující během pandemie, oproti normálu? (běžně 2, teď 4)**

Nešlo nic najít, hlavně na statistiku. Ale potom třeba Kramérius pracoval docela dobře, takže nakonec to nebylo tak hrozný. Vadilo mi jenom, že se nedostanu pořádně do knihovny.

**Řešila si možnost výjezdu do zahraničí kvůli studiu? (běžně 1, teď 1)**

Ne.

**Nedostatek času a motivace ke studiu? (běžně 2, teď 3)**

Trochu horší v tom, že jsem měla jinou práci a nestíhala jsem to.

**Co nesoustředěnost při studiu? (běžně 2, teď 3)**

Souvisí to s předchozím, že jsem se k tomu nemohla dokopat no. Nějak jsme se o tom už bavili.

**Co obtíž skloubit partnerský, rodinný nebo společenský život se studiem, jak ti to jde teď při pandemii? (běžně 1, teď 2)**

Ze začátku pandemie pro mě bylo obtížnější vyhranit si čas jenom na školu, občas se to bilo navzájem. Teď už ale dobrý, naučila jsem se to. V Praze asi žiju víc společensky, doma víc rodinně.

**Co komunikace s vyučujícími? (běžně 2, teď 3)**

O tom jsme se už bavili u naštvání.

**Tak jo to je vše, děkuji za rozhovor.**

Příloha 5 - Přehled odpovědí z dotazníku a rozhovorů - sumarizace

**BRUNO**

*Jak moc jednotlivé emoce při studiu pociťuješ?*

	Běžně	Pandemie	Čeho se týká, jak se projevuje
Napětí	2	2	Z běžného plnění povinností, během pandemie je to asi o trochu horší.
Strach	1	3	Normálně se bojí minimálně, teď neví, jestli a jak stihne dokončit studium. Jde o strach, nejistotu, strach o budoucnost a strach o zdraví.
Naštvaní	2	1	Normálně je naštváný víc, kvůli více povinnostem (přednášky bez absence). Doma se cítí víc v klidu.
Samota	1	4	Chybí mu osobní kontakt, hlavně s přáteli. Normálně si sám nepříjde.
Frustrace	3	3	Nevidím rozdíl, jde asi o nefunkční systém vzdělávání obecně.
Smutek	2	4	Běžně si ho nevšímá, teď souvisí s nedostatkem sociálního kontaktu.
Vyčerpanost	2	2	Neliší se, má to tak se vším.
Zmatenost	1	1	Zmateně se necítí.
Úzkost	1	3	Souvisí s pandemií obecně, s nedostatkem sociálního kontaktu, nejistota.. Běžně ji nepociťuje.
Radost	4	1	Snaží se ji vnímat každý den, o pandemii se občas nudí.
Soudržnost	4	4	Bez rozdílu. Ve škole má dobrou partu spolužáků. Radí si, pomáhají si, jsou si oporou.
Odhodlání	4	1	Během pandemie se cítí víc zahlcený samostudiem a zároveň nemůže pracovat na diplomové práci.
Štěstí	3	3	Jde o pocit, bez komentáře.
Volnost	4	1	Na koleji je neomezená. S karanténou se cítí omezeně.
Vděčnost	3	3	Bez rozdílu. Je vděčný za možnost studovat.
Bezpečí	4	2	Při studiu si přijde bezpečně. Nižší hodnota během pandemie souvisí se zdravím, ne se studiem.
Klid	2	4	Má teď víc času a nemusí nic „hrotit“, i když si musí hlídat termíny odevzdávání.
Naděje	4	1	Vztahuje ji k pandemii a nejistotě.

*Jak moc tě jednotlivé položky při studiu stresují?*

	Běžně	Pandemie	
Zkoušky, zápočty, státní závěrečné zkoušky	3	3	Během pandemie cítí nejistotu, ale doufá v dobrý konec.
Odevzdávání / vypracovávání / obhajoba Bc. / Mgr. prací	3	4	Běžně stres cítí, ale teď je to zhoršené kvůli nejistotě.
Splnění dostatečného počtu kreditů (předmětů)	1	1	Neřeší.
Hledání / vykonávání praxí, stáží	0	0	Neřeší.
Hledání knih a zdrojů ke studiu	0	0	Neřeší.
Možnost výjezdu do zahraničí (Erasmus, stáže)	0	0	Neřeší.
Nedostatek času / motivace ke studiu	2	4	Bez pevnějšího režimu má motivaci nižší a zároveň má hodně samostudia.
Nesoustředěnost při studiu	2	4	Větší nesoustředěnost kvůli samostudiu a zahlcení prací.
Obtíž skloubit partnerský / rodinný / společenský život se studiem	1	1	Neřeší, ale chybí mu fyzický sociální kontakt.
Komunikace s vyučujícími	2	2	Nepocituje změnu. Občas někdo neodepisuje na mailly nebo něco změní na poslední chvíli.

## EDUARD

*Jak moc jednotlivé emoce při studiu pociťuješ?*

	Běžně	Pandemie	Čeho emoce se týkají, jak se projevují
Napětí	2	2	Hlavně kvůli nedostatku komunikace s lidmi.
Strach	2	2	Nejvíce pociťuje u zkoušek nebo prezentování projektů.
Naštvaní	3	1	Normálně pociťuje naštvaní kvůli náhodnosti a nespravedlnosti známkování vyučujících.
Samota	1	4	Normálně má kolem sebe přátele a má si s kým povídat, v karanténě to tak nemá.
Frustrace	3	3	Kvůli pocitům, že nic nikam nevede, rozdíl nevnímá.
Smutek	3	4	Cítí se smutně normálně, v karanténě je to zhoršené izolací.
Vyčerpanost	2	2	Všeho má moc nejen kvůli studiu, cítí se se vyčerpaný i kvůli běžným povinnostem.
Zmatenost	1	1	Bez rozdílu, pouze když je něco špatně zadaného.
Úzkost	3	3	Při pocitu nedostatečné připravenosti na zkoušku, nevnímá rozdíl.
Radost	1	0	Kvůli pesimistickému myšlení.
Soudržnost	2	2	V kontaktu se spolužáky skrze sociální sítě, pomáhají si. Během pandemie ji vnímá o trochu méně.
Odhodlání	2	0	Normálně se donutí pracovat kvůli přítomnosti lidí kolem sebe, během karantény odhodlání necítí, protože se mu doma nechce nic dělat.
Štěstí	2	1	Během pandemie ho pociťuje méně, kvůli izolaci.
Volnost	3	3	Nevnímá rozdíl.
Vděčnost	1	1	Nevnímá rozdíl, nemyslí si, že má být vysoké škole za něco vděčný oproti studiu na střední škole.
Bezpečí	3	3	Nic ho neohrožuje.
Klid	2	1	Nemá klid, protože neustále přemýšlí, jestli něco nezapomněl udělat a je kvůli tomu roztěkanější.
Naděje	2	1	Vnitřně ji nějak neprožívá, během karantény se cítí odříznutý.



*Jak moc tě jednotlivé položky při studiu stresují?*

	Běžně	Pandemie	
Zkoušky, zápočty, státní závěrečné zkoušky	3	3	Bez rozdílu.
Odevzdávání / vypracovávání / obhajoba bc. / mgr. prací	3	3	Prozatím odkládá.
Splnění dostatečného počtu kreditů (předmětů)	2	0	Neřeší, zatím se nad tím nezamyslel.
Hledání / vykonávání praxí, stáží	2	0	Během pandemie neřeší.
Hledání knih a zdrojů ke studiu	1	1	Neřeší.
Možnost výjezdu do zahraničí (Erasmus, stáže)	0	0	Neřeší.
Nedostatek času / motivace ke studiu	4	4	Čas má, ale motivaci nemá, protože je zavřený doma sám během karantény. Zároveň s tím má problém i normálně.
Nesoustředěnost při studiu	3	3	Během karantény pociťuje nesoustředěnost o trochu víc, protože je pro něj koukání do monitoru celý den náročné. Je náročné soustředit se i na přednášku, protože mezitím nemá dostatečné pauzy a změnu prostředí.
Obtíž skloubit partnerský / rodinný / společenský život se studiem	1	1	Nevnímá rozdíl, pouze s přáteli se během karantény vídá méně.
Komunikace s vyučujícími	1	1	Bez rozdílu, komunikace během pandemie probíhala dostatečně.

## JOSEFÍNA

*Jak moc jednotlivé emoce při studiu pociťuješ?*

	Běžně	Pandemie	Čeho se týká, jak se projevuje
Napětí	3	4	Kvůli nejistotě.
Strach	1	3	Souvisí s napětím. Běžně strach ze studia nějak nepociťuje, kvůli pandemii ano, protože vše bylo nejisté.
Naštvaní	1	3	Vyšší míra nesouvisí se studiem, ale s pandemií kvůli riziku nakažení.
Samota	1	1	Bez rozdílu.
Frustrace	1	3	Během pandemie kvůli neovlivnitelnosti situace.
Smutek	1	1	Nepociťuje.
Vyčerpanost	2	3	Kvůli množství učiva a samostudia.
Zmatenost	2	3	Normálně občas při studiu tápe, během karantény je to zintenzivněné neinformovaností.
Úzkost	3	4	Kvůli nejistotě.
Radost	3	3	Bez rozdílu, radost když se něco povede.
Soudržnost	3	4	Normálně si se spolužáky pomáhají, během karantény si toho všímá intenzivněji.
Odhodlání	3	3	Bez rozdílu, má to tak nastavené.
Štěstí	3	3	Bez rozdílu, je to o pocitu.
Volnost	2	1	Normálně se necítí tolik volná kvůli povinnostem, kvůli karanténě se cítí ještě více omezená.
Vděčnost	3	3	Bez rozdílu, je vděčná, že může studovat obecně.
Bezpečí	2	2	Bez rozdílu, neumí to vysvětlit.
Klid	3	1	Během karantény se cítila učivem víc zahlcená.
Naděje	3	3	Bez rozdílu, má ji pořád.

*Jak moc tě jednotlivé položky při studiu stresují?*

	Běžně	Pandemie	
Zkoušky, zápočty, státní závěrečné zkoušky	3	2	Během pandemie je stresovaná zkouškami méně, bojí se ale situace, kdy nastanou.
Odevzdávání / vypracovávání / obhajoba Bc. / Mgr. prací	3	4	Během karantény nemá možnost sbírat data k diplomové práci.
Splnění dostatečného počtu kreditů (předmětů)	3	3	Během karantény se někteří vyučující neozývali a nebylo jasné, jak a jestli se předměty budou plnit.
Hledání / vykonávání praxí, stáží	3	4	Karanténa jí překazila plány - chtěla stáže splnit tento rok, aby příští rok měla klid na dokončení diplomové práce.
Hledání knih a zdrojů ke studiu	3	2	Během pandemie se zpřístupnila elektronická knihovna, tudíž jí shánění knih zabralo méně času, ačkoliv by preferovala obě možnosti.
Možnost výjezdu do zahraničí (Erasmus, stáže)	2	2	Neřeší.
Nedostatek času / motivace ke studiu	2	3	Cítí, že pořád něco dělá, ale zároveň nestíhá.
Nesoustředěnost při studiu	2	3	Souvisí s nedostatkem času při studiu.
Obtíž skloubit partnerský / rodinný / společenský život se studiem	2	3	Během karantény má víc povinností doma.
Komunikace s vyučujícími	2	2	Někteří komunikovali dobře, a někteří vůbec. Ti, co nekomunikovali vůbec, nekomunikují ani normálně.

## MAGDALÉNA

*Jak moc jednotlivé emoce při studiu pociťuješ?*

	Běžně	Pandemie	Čeho se týká, jak se projevuje
Napětí	1	2	Během pandemie pociťuje víc kvůli nejistotě.
Strach	0	0	Nemá.
Naštvaní	2	2	Kvůli neinformovanosti.
Samota	1	3	Chybí jí chození do kaváren, rušnost města. S kamarády se stále stýkám nadále.
Frustrace	2	3	Během karantény přišla o běžný standard života. Chybí jí kontakt s lidmi v tváři v tvář.
Smutek	0	0	Nepociťuje.
Vyčerpanost	3	3	Má to tak ze všeho normálně.
Zmatenost	3	4	Zmatená si přijde běžně, během pandemie se zvýšila kvůli neinformovanosti.
Úzkost	2	2	vůbec
Radost	2	1	Radost vyloženě necítí, více cítí spokojenost. Během karantény jí chybí sociální kontakt.
Soudržnost	2	2	S přáteli ze školy fungují pořád stejně.
Odhodlání	3	1	Doma se k ničemu nedonutí, zároveň se zúčastnila všech přednášek.
Štěstí	3	1	Přišla o svobodu, komfort a jistoty.
Volnost	4	3	Souvisí s karanténou a omezeností pohybu.
Vděčnost	2	4	Uvědomila si, co pro ni opravdu znamená studovat.
Bezpečí	4	3	Nevnímá rozdíl.
Klid	2	1	Neklid kvůli neinformovanosti a distančním konzultacím. Týkalo se to i skloubení práce a studia.
Naděje	3	2	V souvislosti s horší náladou a chutí něco dělat, když je zavřená v karanténě.

*Jak moc tě jednotlivé položky při studiu stresují?*

	Běžně	Pandemie	
Zkoušky, zápočty, státní závěrečné zkoušky	2	2	Bez rozdílu.
Odevzdávání / vypracovávání / obhajoba Bc. / Mgr. prací	4	4	Bez rozdílu, jen se změnil konzultace na distanční.
Splnění dostatečného počtu kreditů (předmětů)	0	0	Neřeší.
Hledání / vykonávání praxí, stáží	4	4	Bez rozdílu, vždy se najdou nějaké mínusy.
Hledání knih a zdrojů ke studiu	4	4	Děla jí velký problém shánět zdroje, neumí tolik pracovat s internetovými zdroji a databázemi. Během pandemie se to ještě ztížilo.
Možnost výjezdu do zahraničí (Erasmus, stáže)	0	0	Neřeší.
Nedostatek času / motivace ke studiu	2	4	Je sice produktivnější, ale nemá pocit, že se učí s takovou chutí.
Nesoustředěnost při studiu	3	4	Během karantény si toho víc všímá a víc o tom přemýšlí, prožívá.
Obtíž skloubit partnerský / rodinný / společenský život se studiem	3	4	S partnerem jsou kvůli karanténě rozdělení, normálně bydlí spolu v Praze. Kdežto s rodinou by se normálně viděla mnohem méně, než během karantény.
Komunikace s vyučujícími	1	1	Moc neřeší.

## OSKAR

*Jak moc jednotlivé emoce při studiu pociťuješ?*

	Běžně	Pandemie	Čeho se týká, jak se projevuje
Napětí	1	0	Napnutý nebývá, teď cítí větší klid.
Strach	0	0	Nepociťuje.
Naštvaní	2	4	Normálně bývá naštvaný kvůli zastaralosti výuky, která se během pandemie projevuje více. Naštvaní během karantény pramenilo i ze špatné komunikace ze strany učitelů a nejistoty, jak se vše bude vyvíjet.
Samota	0	0	Nepociťuje.
Frustrace	2	3	Kvůli zastaralosti výuky a špatné komunikaci ze strany učitelů.
Smutek	0	0	Nepociťuje.
Vyčerpanost	0	1	Vyčerpaný si normálně nepříjde, během pandemie je více fyzicky aktivní kvůli domácím pracím u rodičů.
Zmatenost	2	4	Kvůli špatné informovanosti.
Úzkost	0	0	Nepociťuje.
Radost	3	4	Pociťuje často i normálně. Během karantény si přijde více volný a našel si čas na věci, které delší dobu odkládal.
Soudržnost	3	4	Má dobrou sociální oporu, přátele. Během karantény si soudržnosti všímá víc.
Odhodlání	1	1	Rozdíl nevnímá, odhodlání je prý do studia vždy potřeba.
Štěstí	1	2	Během pandemie byl šťastnější, že má víc času a nemusí toho tolik odevzdávat. Ze školy obecně pocít štěstí nemá, čerpá ho jinde.
Volnost	2	3	Paradoxně se cítí během karantény volnější, protože může věci řídit z domova a nemá tolik úkolů, jako normálně. Zároveň měl čas na věci, které odkládal.
Vděčnost	1	0	Kvůli zastaralosti výuky.
Bezpečí	3	3	Nepociťuje.
Klid	2	3	Během karantény má méně úkolů do školy.
Naděje	2	2	Vnímá v kontextu „cílové roviny“ dokončení studia

*Jak moc tě jednotlivé položky při studiu stresují?*

	Bě žn ě	Pandemie	
Zkoušky, zápočty, státní závěrečné zkoušky	1	3	Zkoušky online jako nová neznámá. Neví, co ho čeká.
Odevzdávání / vypracovávání / obhajoba Bc. / Mgr. prací	1	1	Zatím moc neřeší.
Splnění dostatečného počtu kreditů (předmětů)	1	1	Neřeší.
Hledání / vykonávání praxí, stáží	2	4	Normálně bylo hledání praxe náročnější, kvůli hledání dojezdově dostupného místa. Během pandemie se hledají špatně, jelikož spousta firem omezilo počet zaměstnanců. Nakonec si praxi domluvil přes známost.
Hledání knih a zdrojů ke studiu	1	4	Normálně bydlí kousek od knihovny, teď musí složitě dohledávat zdroje přes internet.
Možnost výjezdu do zahraničí (Erasmus, stáže)	1	4	Měl přihlášku na Erasmus, sešlo z toho. Možná zkusí stáž v léto. Obtížné kvůli nejasnosti, co bude.
Nedostatek času / motivace ke studiu	2	0	Bez komentáře.
Nesoustředěnost při studiu	1	3	Během pandemie horší kvůli mladšímu sourozenci a rodičům.
Obtíž skloubit partnerský / rodinný / společenský život se studiem	2	1	Sice zvládá, ale doma je to náročnější.
Komunikace s vyučujícími	1	4	Vyučující se během karantény moc neozývají.

## ROZÁLIE

*Jak moc jednotlivé emoce při studiu pociťuješ?*

	Běžně	Pandemie	Čeho se týká, jak se projevuje
Napětí	2	3	Během pandemie je všechno na dálku a přes internet. Jinak cítí napětí hlavně kvůli tomu, jestli bude všechno stíhat.
Strach	2	3	Během karantény měla strach z vyučující kvůli nepředvídatelnosti. Normálně pociťuje, když něčemu nerozumí nebo to nelze předvídat.
Naštvaní	3	4	Kvůli přístupu některých vyučujících a zahlcenosti samostudiem.
Samota	0	3	Chyběli jí spolužáci během karantény.
Frustrace	2	3	Kvůli nejistotě, kdy a jak co bude.
Smutek	2	3	Je smutná z toho, když není nic tak, jak by chtěla.
Vyčerpanost	2	3	Normálně je vyčerpaná kvůli kombinaci práce a školy. Během karantény je zahlcená více manuální prací.
Zmatenost	3	4	Špatně se obecně orientuje v povinnostech. Během karantény jim chodilo hodně mailů ze školy. Bála se, že něco přehlédne.
Úzkost	3	4	Kvůli zmatenosti a nepřehlednosti.
Radost	2	2	Bez rozdílu, i když je ráda, že je víc doma. Normálně je ráda za přátele v Praze.
Soudržnost	2	3	Běžně si pomáhají se spolužáky taky, ale teď to bylo víc znát.
Odhodlání	2	1	Bylo toho hodně, nevěděla, čím začít.
Štěstí	2	2	Bez rozdílu, když se něco povede.
Volnost	2	1	Chybí jí učení v kavárnách a studovnách.
Vděčnost	2	2	Je vděčná pořád stejně, za všechno možné.
Bezpečí	2	1	V rámci studia se cítí bezpečně pořád stejně.



Klid	1	0	Během karantény se cítí víc v klidu, než se cítí v Praze rozlítaně.
Naděje	2	1	Naději cítí běžně, ale neuvědomuje si ji. Ze začátku karantény byla skeptická, jak vše dopadne.

*Jak moc tě jednotlivé položky při studiu stresují?*

	Běžně	Pandemie	
Zkoušky, zápočty, státní závěrečné zkoušky	4	4	Bez rozdílu
Odevzdávání / vypracovávání / obhajoba Bc. / Mgr. prací	3	3	Chyběly jí konzultace tváří v tvář.
Splnění dostatečného počtu kreditů (předmětů)	2	3	Normálně neřeší, během karantény nebylo jisté, jak se budou jednotlivé předměty plnit.
Hledání / vykonávání praxí, stáží	2	4	Kvůli pandemii ji stáže zrušili, neví, jak je bude časově stíhat.
Hledání knih a zdrojů ke studiu	2	4	Nešlo nic najít. Vadilo jí, že se nedostane do knihovny.
Možnost výjezdu do zahraničí (Erasmus, stáže)	1	1	Neřeší.
Nedostatek času / motivace ke studiu	2	3	Během pandemie stíhala méně kvůli jiným povinnostem.
Nesoustředěnost při studiu	2	3	Souvisí s nedostatkem času a jinými povinnostmi.

Obtíž skloubit partnerský / rodinný / společenský život se studiem	1	2	Ze začátku pandemie pro ni bylo obtížnější vyhranit si čas jenom na školu, v průběhu se to naučila. V Praze žije víc společensky, doma víc rodinně.
Komunikace s vyučujícími	2	3	Souvisí s naštváním na špatnou komunikaci.

## Příloha 6 - Statistické výsledky

5. Jsem studentem.=Strojrenství  
T-test for Dependent Samples  
Marked differences are significant at  $p < .05000$

Variable	Mean	Std.Dv.	N	Diff.	Std.Dv.	t	df	p	Confidenc e	Confidenc e
8. Považujete vaše studium obecně za stresující?	2.800885	0.979886								
9. Považujete vaše studium v současné době pandemie COVID-19 za stresující?	2.495575	1.300420	226	0.305310	1.188713	3.86116	225	0.000148	-0.461126	-0.149493
28. RADOST (při studiu běžně)	2.079646	1.038303								
29. RADOST (při studiu během pandemie)	1.548673	1.115476	226	0.530973	1.159086	6.88670	225	0.000000	0.379041	0.682906
30. SOUDRŽNOST (při studiu běžně)	2.756637	1.031967								
31. SOUDRŽNOST (při studiu během pandemie)	2.137168	1.140658	226	0.619469	1.098027	8.48127	225	0.000000	0.475540	0.763398
32. ODHODLÁNÍ (při studiu běžně)	2.522124	1.033633								
33. ODHODLÁNÍ (při studiu během pandemie)	1.699115	1.267613	226	0.823009	1.252412	9.87897	225	0.000000	0.658843	0.987175
34. ŠTESTÍ (při studiu běžně)	1.995575	1.113544								
35. ŠTESTÍ (při studiu během pandemie)	1.579646	1.101648	226	0.415929	1.017410	6.14579	225	0.000000	0.282567	0.549291
36. VOLNOST (při studiu běžně)	1.840708	1.178069								
37. VOLNOST (při studiu během pandemie)	2.185841	1.356785	226	-0.345133	1.653387	-3.13809	225	0.001928	-0.561859	-0.128407
38. VDECNOST (při studiu běžně)	1.827434	1.024738								
39. VDECNOST (při studiu během pandemie)	1.761062	1.133524	226	0.066372	0.864110	1.15470	225	0.249440	-0.046896	0.179639
40. BEZPEČÍ (při studiu běžně)	2.584071	1.179270								
41. BEZPEČÍ (při studiu během pandemie)	2.442478	1.257426	226	0.141593	1.040233	2.04628	225	0.041891	0.005239	0.277947
42. KLID (při studiu běžně)	1.738938	1.036227								
43. KLID (při studiu během pandemie)	2.221239	1.259520	226	-0.482301	1.303720	-5.56145	225	0.000000	-0.653192	-0.311409
44. NADEJE (při studiu běžně)	2.084071	1.130197								
45. NADEJE (při studiu během pandemie)	1.818584	1.153857	226	0.265487	0.928729	4.29742	225	0.000026	0.143749	0.387224
10. NAPETÍ (při studiu běžně)	2.575221	1.035420								
11. NAPETÍ (při studiu během pandemie)	2.216814	1.262055	226	0.35841	1.326598	4.0615	225	0.000067	0.18452	0.53230
12. STRACH (při studiu běžně)	1.938053	1.194678								
13. STRACH (při studiu během pandemie)	2.008850	1.451409	226	-0.07080	1.144780	-0.9297	225	0.353522	-0.22085	0.07926
14. NAŠTVÁNÍ (při studiu běžně)	2.353982	1.199410								
15. NAŠTVÁNÍ (při studiu během pandemie)	2.411504	1.364193	226	-0.05752	1.272360	-0.6796	225	0.497431	-0.22430	0.10926
16. SAMOTA (při studiu běžně)	1.185841	1.286157								
17. SAMOTA (při studiu během pandemie)	2.345133	1.434619	226	-1.15929	1.451842	-12.0040	225	0.000000	-1.34960	-0.96898
18. FRUSTRACE (při studiu běžně)	2.469027	1.159086								
19. FRUSTRACE (při studiu během pandemie)	2.588496	1.259153	226	-0.11947	1.019312	-1.7620	225	0.079430	-0.25308	0.01414

20. SMUTEK (pri studiu bežne)	1.584071	1.341480								
21. SMUTEK (pri studiu behem pandemie)	1.703540	1.397040	226	-0.11947	0.965573	-1.8601	225	0.064183	-0.24604	0.00710
22. VYCERPANOST (pri studiu bežne)	2.628319	1.109111								
23. VYCERPANOST (pri studiu behem pandemie)	2.017699	1.313061	226	0.61062	1.359305	6.7532	225	0.000000	0.43244	0.78880
24. ZMATENOST (pri studiu bežne)	2.115044	1.183233								
25. ZMATENOST (pri studiu behem pandemie)	2.628319	1.262764	226	-0.51327	1.155586	-6.6773	225	0.000000	-0.66475	-0.36180
26. ÚZKOST (pri studiu bežne)	1.725664	1.328309								
27. ÚZKOST (pri studiu behem pandemie)	1.800885	1.436106	226	-0.07522	0.979163	-1.1549	225	0.249362	-0.20357	0.05313

6. Jsem studentem.=Strojirenství  
T-test for Dependent Samples  
Marked differences are significant at  $p < .05000$

Variable	Mean	Std.Dv.	N	Diff.	Std.Dv.	t	df	p	Confidenc e	Confidenc e
47. ZKOUŠKY, ZÁPOCTY, STÁTNÍ ZÁVERECNÉ	3.008850	0.975209								
48. ZKOUŠKY, ZÁPOCTY, STÁTNÍ ZÁVERECNÉ	3.110619	1.091858	226	-0.10177	1.108872	-1.3797	225	0.169041	-0.24712	0.04358
49. ODEVZDÁVÁNÍ / VYPRACOVÁVÁNÍ / OBHAJ	2.703540	1.224086								
50. ODEVZDÁVÁNÍ / VYPRACOVÁVÁNÍ / OBHAJ	2.716814	1.375784	226	-0.01327	0.968298	-0.2061	225	0.836907	-0.14020	0.11365
51. SPLNENÍ DOSTATECNÉHO POCTU KREDIT	1.473451	1.303569								
52. SPLNENÍ DOSTATECNÉHO POCTU KREDIT	1.862832	1.506649	226	-0.38938	0.992717	-5.8966	225	0.000000	-0.51951	-0.25926
53. HLEDÁNÍ / VYKONÁVÁNÍ PRAXÍ (pri studiu be	1.309735	1.247787								
54. HLEDÁNÍ / VYKONÁVÁNÍ PRAXÍ (pri studiu be	1.610619	1.472314	226	-0.30088	1.187976	-3.8076	225	0.000181	-0.45660	-0.14517
55. HLEDÁNÍ KNIH A ZDROJU KE STUDIU (pri stu	1.252212	1.072119								
56. HLEDÁNÍ KNIH A ZDROJU KE STUDIU (pri st	1.601770	1.303260	226	-0.34956	0.927086	-5.6683	225	0.000000	-0.47108	-0.22804
57. MOŽNOST VÝJEZDU DO ZAHRANICÍ (ERAS	0.831858	1.228568								
58. MOŽNOST VÝJEZDU DO ZAHRANICÍ (ERAS	1.154867	1.504925	226	-0.32301	1.355516	-3.5823	225	0.000417	-0.50069	-0.14533
59. NEDOSTATEK CASU / MOTIVACE KE STUDI	2.539823	1.107834								
60. NEDOSTATEK CASU / MOTIVACE KE STUDI	2.694690	1.302875	226	-0.15487	1.400920	-1.6619	225	0.097929	-0.33850	0.02877
61. NESOUSTREDENOST PRI STUDIU (pri studiu	2.141593	1.061381								
62. NESOUSTREDENOST PRI STUDIU (pri studiu	2.898230	1.155969	226	-0.75664	1.298914	-8.7571	225	0.000000	-0.92690	-0.58638
63. OBTÍŽ SKLOUBIT PARTNERSKÝ / RODINNÝ	2.318584	1.415881								
64. OBTÍŽ SKLOUBIT PARTNERSKÝ / RODINNÝ	1.942478	1.411465	226	0.37611	1.387293	4.0756	225	0.000064	0.19426	0.55795
65. KOMUNIKACE S VYUCUJÍCIMI (pri studiu bež	1.561947	1.188150								
66. KOMUNIKACE S VYUCUJÍCIMI (pri studiu beh	2.066372	1.379218	226	-0.50442	1.442984	-5.2552	225	0.000000	-0.69357	-0.31528

T-tests; Grouping: 3. Jsem studentem..

Group 1: Psychologie

Group 2: Strojrenství

Variable	Mean	Mean	t-value	df	p	Valid N	Valid N	Std.Dev.	Std.Dev.	F-ratio	p
	Psychologie	Strojrenství				Psychologie	Strojrenství				
8. Považujete vaše studium obecně za stresující?	1.836066	2.800885	-10.1330	407	0.000000	183	226	0.929025	0.979886	1.112491	0.454095
9. Považujete vaše studium v současné době pandemie COVID-19 za stresující?	1.994536	2.495575	-3.9762	407	0.000083	183	226	1.224733	1.300420	1.127417	0.399469
10. NAPETÍ (při studiu běžně)	1.814208	2.575221	-7.67241	407	0.000000	183	226	0.948345	1.035420	1.192067	0.216833
12. STRACH (při studiu běžně)	1.311475	1.938053	-5.59379	407	0.000000	183	226	1.035751	1.194678	1.330428	0.045060
14. NAŠŤVÁNÍ (při studiu běžně)	1.409836	2.353982	-8.33606	407	0.000000	183	226	1.059396	1.199410	1.281795	0.081181
16. SAMOTA (při studiu běžně)	0.912568	1.185841	-2.34104	407	0.019712	183	226	1.017973	1.286157	1.596301	0.001088
18. FRUSTRACE (při studiu běžně)	1.633880	2.469027	-7.48211	407	0.000000	183	226	1.075374	1.159086	1.161750	0.291957
20. SMUTEK (při studiu běžně)	0.972678	1.584071	-5.16012	407	0.000000	183	226	0.974576	1.341480	1.894683	0.000009
22. VYCERPANOST (při studiu běžně)	2.196721	2.628319	-3.94061	407	0.000096	183	226	1.091722	1.109111	1.032110	0.826811
24. ZMATENOST (při studiu běžně)	1.322404	2.115044	-7.37820	407	0.000000	183	226	0.937550	1.183233	1.592762	0.001148
26. ÚZKOST (při studiu běžně)	1.628415	1.725664	-0.77518	407	0.438683	183	226	1.173733	1.328309	1.280736	0.082194
11. NAPETÍ (při studiu během pandemie)	1.928962	2.216814	-2.34063	407	0.019734	183	226	1.204562	1.262055	1.097737	0.512843
13. STRACH (při studiu během pandemie)	1.612022	2.008850	-2.97260	407	0.003128	183	226	1.193972	1.451409	1.477717	0.006256
15. NAŠŤVÁNÍ (při studiu během pandemie)	1.759563	2.411504	-5.00552	407	0.000001	183	226	1.239064	1.364193	1.212172	0.176225
17. SAMOTA (při studiu během pandemie)	1.989071	2.345133	-2.55536	407	0.010971	183	226	1.358688	1.434619	1.114894	0.444972
19. FRUSTRACE (při studiu během pandemie)	2.136612	2.588496	-3.74780	407	0.000204	183	226	1.152123	1.259153	1.194426	0.211707
21. SMUTEK (při studiu během pandemie)	1.338798	1.703540	-2.81666	407	0.005089	183	226	1.174347	1.397040	1.415223	0.014919
23. VYCERPANOST (při studiu během pandemie)	1.737705	2.017699	-2.18254	407	0.029641	183	226	1.261017	1.313061	1.084247	0.570625
25. ZMATENOST (při studiu během pandemie)	2.098361	2.628319	-4.25308	407	0.000026	183	226	1.240856	1.262764	1.035623	0.808133
27. ÚZKOST (při studiu během pandemie)	1.879781	1.800885	0.57405	407	0.566249	183	226	1.312148	1.436106	1.197863	0.204414
28. RADOST (při studiu běžně)	2.688525	2.079646	6.33814	407	0.000000	183	226	0.868388	1.038303	1.429618	0.012258
30. SOUDRŽNOST (při studiu běžně)	2.677596	2.756637	-0.78281	407	0.434194	183	226	0.994430	1.031967	1.076919	0.603590
32. ODHODLÁNÍ (při studiu běžně)	2.633880	2.522124	1.14971	407	0.250937	183	226	0.903199	1.033633	1.309681	0.058179
34. ŠŤESTÍ (při studiu běžně)	2.366120	1.995575	3.51461	407	0.000490	183	226	0.990255	1.113544	1.264507	0.099182
36. VOLNOST (při studiu běžně)	2.349727	1.840708	4.42789	407	0.000012	183	226	1.128106	1.178069	1.090540	0.543193
38. VDECNOST (při studiu běžně)	2.633880	1.827434	7.70598	407	0.000000	183	226	1.085544	1.024738	1.122197	0.410447
40. BEZPEČÍ (při studiu běžně)	2.939891	2.584071	3.27019	407	0.001166	183	226	0.978726	1.179270	1.451791	0.009017
42. KLID (při studiu běžně)	2.147541	1.738938	4.04180	407	0.000063	183	226	0.991769	1.036227	1.091662	0.538388
44. NADEJE (při studiu běžně)	2.601093	2.084071	5.03894	407	0.000001	183	226	0.895286	1.130197	1.593619	0.001133
29. RADOST (při studiu během pandemie)	1.983607	1.548673	4.08338	407	0.000053	183	226	1.013510	1.115476	1.211336	0.177779
31. SOUDRŽNOST (při studiu během pandemie)	2.169399	2.137168	0.27970	407	0.779850	183	226	1.180772	1.140658	1.071572	0.620453
33. ODHODLÁNÍ (při studiu během pandemie)	2.054645	1.699115	2.95193	407	0.003341	183	226	1.137410	1.267613	1.242052	0.127684
35. ŠŤESTÍ (při studiu během pandemie)	1.825137	1.579646	2.31835	407	0.020925	183	226	1.017442	1.101648	1.172374	0.263618
37. VOLNOST (při studiu během pandemie)	2.398907	2.185841	1.59973	407	0.110434	183	226	1.317423	1.356785	1.060649	0.680573
39. VDECNOST (při studiu během pandemie)	2.464481	1.761062	6.23029	407	0.000000	183	226	1.137568	1.133524	1.007148	0.955796
41. BEZPEČÍ (při studiu během pandemie)	2.475410	2.442478	0.27708	407	0.781863	183	226	1.113453	1.257426	1.275327	0.087547
43. KLID (při studiu během pandemie)	2.185792	2.221239	-0.28063	407	0.779138	183	226	1.283203	1.259520	1.037960	0.787882
45. NADEJE (při studiu během pandemie)	2.300546	1.818584	4.43502	407	0.000012	183	226	1.012206	1.153857	1.299471	0.065819

T-tests; Grouping: 4. Jsem studentem.

Group 1: Bakalářského studia

Group 2: Magisterského studia

Variable	Mean	Mean	t-value	df	p	Valid N	Valid N	Std.Dev.	Std.Dev.	F-ratio	p
	Bakalářské	Magisterské	Bakalářské			Magisterské					
8. Považujete vaše studium obecně za stresující?	2.398524	2.333333	0.569603	398	0.569269	271	129	1.066249	1.077710	1.021613	0.873710
9. Považujete vaše studium v současné době pandemie COVID-19 za stresující?	<b>2.424354</b>	<b>2.038760</b>	<b>2.849380</b>	<b>398</b>	<b>0.004608</b>	<b>271</b>	<b>129</b>	<b>1.259334</b>	<b>1.277223</b>	<b>1.028611</b>	<b>0.838352</b>
47. ZKOUŠKY, ZÁPOCTY, STÁTNÍ ZÁVERECNÉ ZKOUŠKY	2.996310	2.868217	1.25605	398	0.209833	271	129	0.928951	1.002963	1.165694	0.300307
48. ZKOUŠKY, ZÁPOCTY, STÁTNÍ ZÁVERECNÉ ZKOUŠKY	<b>3.180812</b>	<b>2.759690</b>	<b>3.65530</b>	<b>398</b>	<b>0.000291</b>	<b>271</b>	<b>129</b>	<b>1.057846</b>	<b>1.116462</b>	<b>1.113892</b>	<b>0.464017</b>
49. ODEVZDÁVÁNÍ / VYPRACOVÁVÁNÍ / OBHAJOBA BAK	<b>2.671587</b>	<b>3.031008</b>	<b>-2.92380</b>	<b>398</b>	<b>0.003655</b>	<b>271</b>	<b>129</b>	<b>1.219853</b>	<b>0.983759</b>	<b>1.537581</b>	<b>0.006262</b>
50. ODEVZDÁVÁNÍ / VYPRACOVÁVÁNÍ / OBHAJOBA BAK	2.719557	2.883721	-1.16903	398	0.243092	271	129	1.361761	1.203042	1.281268	0.112401
51. SPLNENÍ DOSTATEČNÉHO POCITU KREDITU / PRED	1.512915	1.403101	0.82204	398	0.411545	271	129	1.261546	1.221675	1.066338	0.686980
52. SPLNENÍ DOSTATEČNÉHO POCITU KREDITU / PRED	1.878229	1.813953	0.40865	398	0.683014	271	129	1.499360	1.407388	1.134969	0.418753
53. HLEDÁNÍ / VYKONÁVÁNÍ PRAXÍ (při studiu běžně)	1.571956	1.550388	0.15922	398	0.873575	271	129	1.250699	1.298805	1.078406	0.605182
54. HLEDÁNÍ / VYKONÁVÁNÍ PRAXÍ (při studiu během pandemie)	1.863469	2.023256	-0.97676	398	0.329283	271	129	1.495609	1.598168	1.141850	0.369401
55. HLEDÁNÍ KNIH A ZDROJU KE STUDIU (při studiu běžně)	1.398524	1.279070	1.03548	398	0.301072	271	129	1.055777	1.124838	1.135105	0.390870
56. HLEDÁNÍ KNIH A ZDROJU KE STUDIU (při studiu během pandemie)	<b>1.996310</b>	<b>1.643411</b>	<b>2.44172</b>	<b>398</b>	<b>0.015052</b>	<b>271</b>	<b>129</b>	<b>1.334716</b>	<b>1.385181</b>	<b>1.077048</b>	<b>0.611035</b>
57. MOŽNOST VÝJEZDU DO ZAHRANICÍ (ERASMUS, STÁ	0.808118	0.767442	0.33235	398	0.739801	271	129	1.105579	1.221626	1.220947	0.178154
58. MOŽNOST VÝJEZDU DO ZAHRANICÍ (ERASMUS, STÁ	1.092251	1.201550	-0.69534	398	0.487247	271	129	1.409877	1.587942	1.268547	0.108692
59. NEDOSTATEK CASU / MOTIVACE KE STUDIU (při studiu)	2.431734	2.527132	-0.80488	398	0.421368	271	129	1.139342	1.038911	1.202684	0.237014
60. NEDOSTATEK CASU / MOTIVACE KE STUDIU (při studiu)	2.605166	2.651163	-0.32516	398	0.745231	271	129	1.364569	1.228892	1.233001	0.179528
61. NESOUSTREDNOST PŘI STUDIU (při studiu běžně)	2.151292	2.023256	1.12105	398	0.262943	271	129	1.048450	1.107257	1.115323	0.458813
62. NESOUSTREDNOST PŘI STUDIU (při studiu během pandemie)	2.797048	2.666667	1.01452	398	0.310952	271	129	1.204679	1.194606	1.016935	0.926437
63. OBTÍŽ SKLOUBIT PARTNERSKÝ / RODINNÝ / SPOLEC	2.280443	2.124031	1.08363	398	0.279185	271	129	1.345344	1.357892	1.018742	0.888356
64. OBTÍŽ SKLOUBIT PARTNERSKÝ / RODINNÝ / SPOLEC	1.771218	1.798450	-0.18588	398	0.852634	271	129	1.379500	1.348494	1.046515	0.779246
65. KOMUNIKACE S VYUCUJÍCÍMI (při studiu běžně)	1.442804	1.465116	-0.18302	398	0.854875	271	129	1.130165	1.159516	1.052616	0.721460
66. KOMUNIKACE S VYUCUJÍCÍMI (při studiu během pandemie)	2.088561	1.891473	1.37722	398	0.169219	271	129	1.379579	1.245243	1.227397	0.189175

T-tests; Grouping: 1. Pohlaví

Group 1: Žena

Group 2: Muž

Variable	Mean	Mean	t-value	df	p	Valid N	Valid N	Std.Dev.	Std.Dev.	F-ratio	p
	Žena	Muž				Žena	Muž				
8. Považujete vaše studium obecně za stresující?	2.109375	2.595238	-4.68600	400	0.000004	192	210	1.025086	1.050393	1.049985	0.732462
9. Považujete vaše studium v současné době pandemie COVID-19 za stresující?	2.260417	2.271429	-0.08569	400	0.931754	192	210	1.259475	1.311576	1.084445	0.569088
10. NAPETÍ (při studiu běžně)	1.994792	2.433333	-4.22342	400	0.000030	192	210	0.994737	1.079533	1.177755	0.250100
12. STRACH (při studiu běžně)	1.494792	1.776190	-2.45646	400	0.014455	192	210	1.134870	1.158453	1.041992	0.773360
14. NAŠTVÁNÍ (při studiu běžně)	1.593750	2.228571	-5.36680	400	0.000000	192	210	1.135603	1.227727	1.168828	0.272800
16. SAMOTA (při studiu běžně)	0.921875	1.152381	-1.98509	400	0.047817	192	210	1.072815	1.239547	1.334985	0.042526
18. FRUSTRACE (při studiu běžně)	1.848958	2.319048	-4.04353	400	0.000063	192	210	1.150051	1.177183	1.047741	0.743843
20. SMUTEK (při studiu běžně)	1.166667	1.419048	-2.08508	400	0.037696	192	210	1.089374	1.314483	1.455980	0.008457
22. VYCERPANOST (při studiu běžně)	2.411458	2.461905	-0.45247	400	0.651174	192	210	1.126768	1.107165	1.035725	0.802722
24. ZMATENOST (při studiu běžně)	1.531250	1.952381	-3.75236	400	0.000201	192	210	1.048091	1.189113	1.287206	0.076162
26. ÚZKOST (při studiu běžně)	1.807292	1.547619	2.08232	400	0.037948	192	210	1.179826	1.308829	1.230637	0.144715
11. NAPETÍ (při studiu během pandemie)	2.088542	2.071429	0.13795	400	0.890351	192	210	1.239606	1.244949	1.008639	0.953302
13. STRACH (při studiu během pandemie)	1.765625	1.866667	-0.74972	400	0.453866	192	210	1.283102	1.407884	1.203957	0.192013
15. NAŠTVÁNÍ (při studiu během pandemie)	1.958333	2.280952	-2.41819	400	0.016044	192	210	1.285576	1.380701	1.153463	0.315563
17. SAMOTA (při studiu během pandemie)	1.973958	2.357143	-2.73922	400	0.006434	192	210	1.382141	1.417954	1.052495	0.719836
19. FRUSTRACE (při studiu během pandemie)	2.348958	2.428571	-0.65152	400	0.515082	192	210	1.205615	1.240135	1.058086	0.692088
21. SMUTEK (při studiu během pandemie)	1.531250	1.538095	-0.05250	400	0.958155	192	210	1.244490	1.359347	1.193102	0.214589
23. VYCERPANOST (při studiu během pandemie)	1.833333	1.933333	-0.77864	400	0.436653	192	210	1.283538	1.288645	1.007974	0.957011
25. ZMATENOST (při studiu během pandemie)	2.364583	2.409524	-0.35219	400	0.724884	192	210	1.266729	1.288115	1.034050	0.814959
27. ÚZKOST (při studiu během pandemie)	2.098958	1.585714	3.78913	400	0.000174	192	210	1.292588	1.412448	1.194056	0.212522
28. RADOST (při studiu běžně)	2.609375	2.147619	4.73136	400	0.000003	192	210	0.953646	0.998621	1.096546	0.517281
30. SOUDRŽNOST (při studiu běžně)	2.765625	2.719048	0.46596	400	0.641499	192	210	1.024448	0.979268	1.094401	0.522911
32. ODHODLÁNÍ (při studiu běžně)	2.645833	2.523810	1.26671	400	0.205997	192	210	0.915019	1.008056	1.213693	0.173457
34. ŠTESTÍ (při studiu běžně)	2.359375	2.014286	3.26872	400	0.001174	192	210	1.033986	1.078181	1.087312	0.556538
36. VOLNOST (při studiu běžně)	2.307292	1.890476	3.60157	400	0.000356	192	210	1.127639	1.187013	1.108079	0.470781
38. VDECNOST (při studiu běžně)	2.536458	1.904762	5.87491	400	0.000000	192	210	1.057867	1.093905	1.069294	0.638161
40. BEZPEČÍ (při studiu běžně)	2.843750	2.714286	1.19847	400	0.231445	192	210	1.026641	1.129968	1.211421	0.177649
42. KLID (při studiu běžně)	2.072917	1.809524	2.57013	400	0.010527	192	210	1.025791	1.026866	1.002098	0.989900
44. NADEJE (při studiu běžně)	2.520833	2.157143	3.50592	400	0.000507	192	210	1.002397	1.071185	1.141956	0.350762
29. RADOST (při studiu během pandemie)	1.927083	1.590476	3.13756	400	0.001830	192	210	1.040990	1.104105	1.124935	0.407974
31. SOUDRŽNOST (při studiu během pandemie)	2.244792	2.085714	1.37891	400	0.168694	192	210	1.222594	1.090317	1.257360	0.105480
33. ODHODLÁNÍ (při studiu během pandemie)	2.026042	1.704762	2.65707	400	0.008198	192	210	1.190868	1.229025	1.065110	0.658019
35. ŠTESTÍ (při studiu během pandemie)	1.802083	1.600000	1.89368	400	0.058989	192	210	1.049755	1.085793	1.069840	0.635594
37. VOLNOST (při studiu během pandemie)	2.281250	2.300000	-0.14046	400	0.888367	192	210	1.279751	1.387056	1.174727	0.257627
39. VDECNOST (při studiu během pandemie)	2.369792	1.823810	4.73587	400	0.000003	192	210	1.141196	1.166685	1.045168	0.756988
41. BEZPEČÍ (při studiu během pandemie)	2.364583	2.590476	-1.92360	400	0.055114	192	210	1.117400	1.227244	1.206272	0.187461
43. KLID (při studiu během pandemie)	2.119792	2.319048	-1.58272	400	0.114275	192	210	1.270373	1.252030	1.029516	0.835704
45. NADEJE (při studiu během pandemie)	2.177083	1.919048	2.33104	400	0.020247	192	210	1.106807	1.110248	1.006227	0.966764

T-tests; Grouping: 1. Pohlaví

Group 1: Žena

Group 2: Muž

Variable	Mean	Mean	t-value	df	p	Valid N	Valid N	Std.Dev.	Std.Dev.	F-ratio	p
	Žena	Muž				Žena	Muž				
47. ZKOUŠKY, ZÁPOCTY, STÁTNÍ ZÁVEREČNÉ ZKOUŠ	2.968750	2.923810	0.46509	400	0.642122	192	210	0.914721	1.013736	1.228209	0.148571
48. ZKOUŠKY, ZÁPOCTY, STÁTNÍ ZÁVEREČNÉ ZKOUŠ	3.010417	3.028571	-0.16364	400	0.870097	192	210	1.111527	1.110689	1.001511	0.989808
49. ODEVZDÁVÁNÍ / VYPRACOVÁVÁNÍ / OBHAJOBA BA	2.968750	2.614286	3.06790	400	0.002302	192	210	1.002125	1.282486	1.637804	0.000564

50. ODEVZDÁVÁNÍ / VYPRACOVÁVÁNÍ / OBHAJOBA BA	2.880208	2.614286	2.01318	400	0.044765	192	210	1.232723	1.400200	1.290177	0.073528
51. SPLNENÍ DOSTATEČNÉHO POCITU KREDITU / PRED	1.494792	1.442857	0.41516	400	0.678245	192	210	1.215077	1.286318	1.120699	0.423180
52. SPLNENÍ DOSTATEČNÉHO POCITU KREDITU / PRED	1.890625	1.795238	0.64891	400	0.516771	192	210	1.466383	1.477414	1.015102	0.917476
53. HLEDÁNÍ / VYKONÁVÁNÍ PRAXÍ (pri studiu bežne)	1.760417	1.352381	3.27465	400	0.001150	192	210	1.234282	1.260219	1.042470	0.770887
54. HLEDÁNÍ / VYKONÁVÁNÍ PRAXÍ (pri studiu behem pa	2.166667	1.638095	3.51511	400	0.000490	192	210	1.539475	1.474659	1.089838	0.542281
55. HLEDÁNÍ KNIH A ZDROJU KE STUDIU (pri studiu bež	1.468750	1.242857	2.12719	400	0.034016	192	210	1.087320	1.041287	1.090369	0.540005
56. HLEDÁNÍ KNIH A ZDROJU KE STUDIU (pri studiu beh	2.234375	1.533333	5.36617	400	0.000000	192	210	1.385136	1.234021	1.259912	0.102436
57. MOŽNOST VÝJEZDU DO ZAHRANICÍ (ERASMUS, ST	0.755208	0.814286	-0.52436	400	0.600316	192	210	1.032191	1.209526	1.373126	0.026077
58. MOŽNOST VÝJEZDU DO ZAHRANICÍ (ERASMUS, ST	1.218750	1.066667	1.03165	400	0.302861	192	210	1.498363	1.456000	1.059037	0.684043
59. NEDOSTATEK CASU / MOTIVACE KE STUDIU (pri stu	2.463542	2.414286	0.44179	400	0.658880	192	210	1.042914	1.179890	1.279929	0.082970
60. NEDOSTATEK CASU / MOTIVACE KE STUDIU (pri stu	2.682292	2.561905	0.91977	400	0.358248	192	210	1.277309	1.340740	1.101787	0.495796
61. NESOUSTREDNOST PRI STUDIU (pri studiu bežne)	2.104167	2.095238	0.08412	400	0.933005	192	210	1.058292	1.067339	1.017169	0.906099
62. NESOUSTREDNOST PRI STUDIU (pri studiu behem	2.677083	2.833333	-1.30048	400	0.194186	192	210	1.206395	1.200412	1.009993	0.942379
63. OBTÍŽ SKLOUBIT PARTNERSKÝ / RODINNÝ / SPOLE	2.161458	2.252381	-0.67701	400	0.498792	192	210	1.249073	1.427052	1.305282	0.061346
64. OBTÍŽ SKLOUBIT PARTNERSKÝ / RODINNÝ / SPOLE	1.640625	1.890476	-1.83389	400	0.067413	192	210	1.334604	1.391156	1.086543	0.559890
65. KOMUNIKACE S VYUCUJÍCÍMI (pri studiu bežne)	1.437500	1.447619	-0.08982	400	0.928473	192	210	1.128521	1.127991	1.000941	0.993009
66. KOMUNIKACE S VYUCUJÍCÍMI (pri studiu behem pand	2.104167	1.957143	1.10014	400	0.271933	192	210	1.341868	1.335232	1.009966	0.942529



Correlations

Marked correlations are significant at  $p < .05000$

N=422 (Casewise deletion of missing data)

47.	48.	49.	50.	51.	52.	53.	54.	55.	56.	57.	58.	59.	60.	61.	62.	63.	64.	65.	66.
ZKOUŠKY, ZÁPOCTY, STÁTNÍ ZÁVERECNÉ ZKOUŠKY	ZKOUŠKY, ZÁPOCTY, STÁTNÍ ZÁVERECNÉ ZKOUŠKY	ODEVZDÁVÁNÍ / VYPRACOVÁVÁNÍ / OBHAJOB	ODEVZDÁVÁNÍ / VYPRACOVÁVÁNÍ / OBHAJOB	DOSTATEČNÉHO POCTU	DOSTATEČNÉHO POCTU	HLEDÁNÍ / VYKONÁVÁNÍ PRAXÍ (pri studiu bežne)	HLEDÁNÍ / VYKONÁVÁNÍ PRAXÍ (pri studiu bežne)	HLEDÁNÍ KNIH A ZDROJU KE STUDIU (pri studiu bežne)	HLEDÁNÍ KNIH A ZDROJU KE STUDIU (pri studiu bežne)	MOŽNOST VÝJEZDU DO ZAHRANICÍ (ERASMU S, STÁŽE) (pri studiu bežne)	MOŽNOST VÝJEZDU DO ZAHRANICÍ (ERASMU S, STÁŽE) (pri studiu bežne)	NEDOSTATEK CASU / MOTIVACE KE STUDIU	NEDOSTATEK CASU / MOTIVACE KE STUDIU	NESOUSTREDNENOST PRI STUDIU (pri studiu bežne)	NESOUSTREDNENOST PRI STUDIU (pri studiu bežne)	OBTÍŽ SKLOUBIT PARTNERSKÝ / RODINNÝ (pri studiu bežne)	OBTÍŽ SKLOUBIT PARTNERSKÝ / RODINNÝ (pri studiu bežne)	KOMUNIKACE S VYUCUJÍCÍMI (pri studiu bežne)	KOMUNIKACE S VYUCUJÍCÍMI (pri studiu bežne)

Variable

47. ZKOUŠKY, ZÁPOCTY, STÁTNÍ ZÁVERECNÉ ZK

48. ZKOUŠKY, ZÁPOCTY, STÁTNÍ ZÁVERECNÉ ZK

49. ODEVZDÁVÁNÍ / VYPRACOVÁVÁNÍ / OBHAJOB

50. ODEVZDÁVÁNÍ / VYPRACOVÁVÁNÍ / OBHAJOB

51. SPLNENÍ DOSTATEČNÉHO POCTU KREDITU

52. SPLNENÍ DOSTATEČNÉHO POCTU KREDITU

53. HLEDÁNÍ / VYKONÁVÁNÍ PRAXÍ (pri studiu bežne)

54. HLEDÁNÍ / VYKONÁVÁNÍ PRAXÍ (pri studiu bežne)

55. HLEDÁNÍ KNIH A ZDROJU KE STUDIU (pri studiu bežne)

56. HLEDÁNÍ KNIH A ZDROJU KE STUDIU (pri studiu bežne)

57. MOŽNOST VÝJEZDU DO ZAHRANICÍ (ERASMU S, STÁŽE) (pri studiu bežne)

58. MOŽNOST VÝJEZDU DO ZAHRANICÍ (ERASMU S, STÁŽE) (pri studiu bežne)

59. NEDOSTATEK CASU / MOTIVACE KE STUDIU

60. NEDOSTATEK CASU / MOTIVACE KE STUDIU

61. NESOUSTREDNENOST PRI STUDIU (pri studiu bežne)

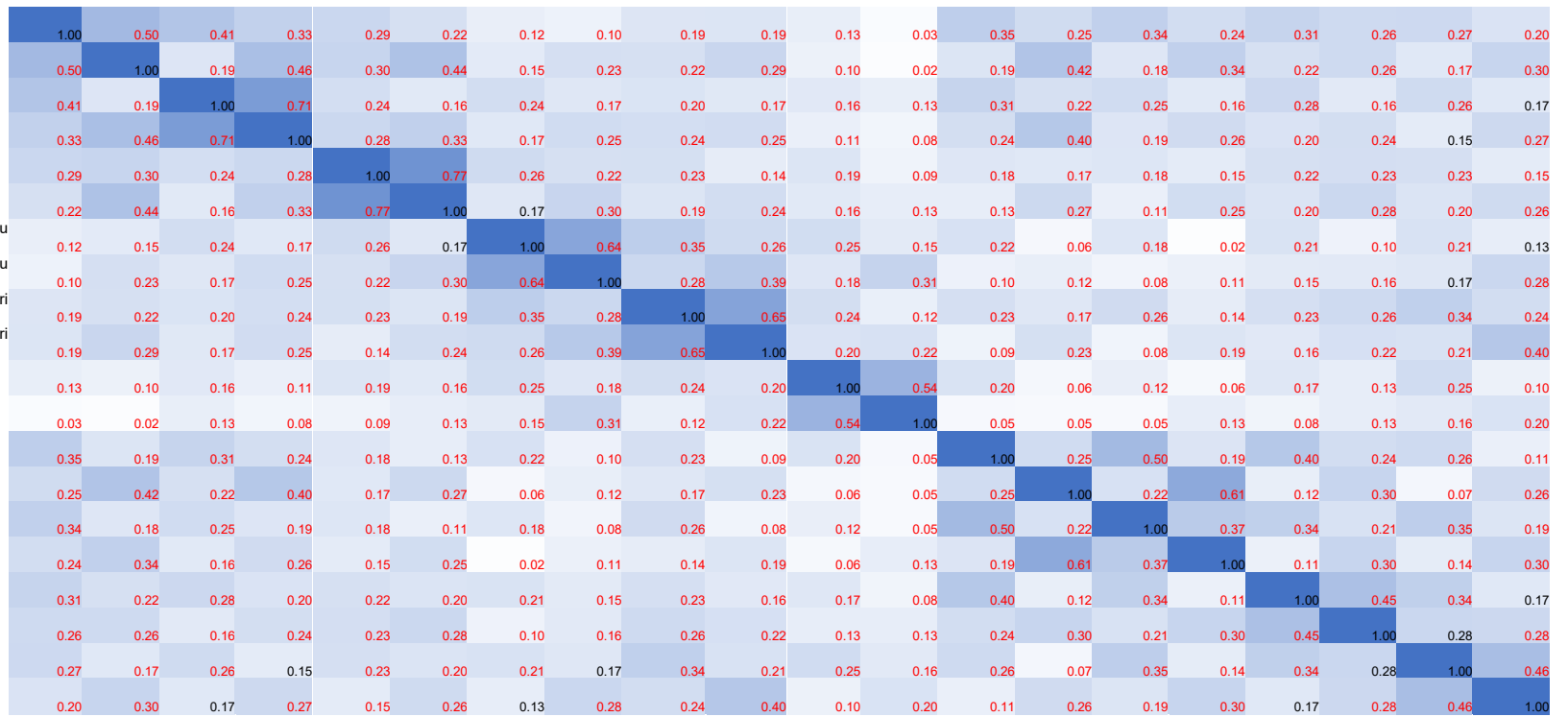
62. NESOUSTREDNENOST PRI STUDIU (pri studiu bežne)

63. OBTÍŽ SKLOUBIT PARTNERSKÝ / RODINNÝ (pri studiu bežne)

64. OBTÍŽ SKLOUBIT PARTNERSKÝ / RODINNÝ (pri studiu bežne)

65. KOMUNIKACE S VYUCUJÍCÍMI (pri studiu bežne)

66. KOMUNIKACE S VYUCUJÍCÍMI (pri studiu bežne)



1. Jsem studentem..=Psychologie  
T-test for Dependent Samples  
Marked differences are significant at  $p < .05000$

Variable	Mean	Std.Dv.	N	Diff.	Std.Dv.	t	df	p	Confidenc e	Confidenc e
8. Považujete vaše studium obecně za stresující?	1.836066	0.929025								
9. Považujete vaše studium v současné době pandemie COVID-19 za stresující?	1.994536	1.224733	183	-0.158470	1.105442	-1.93926	182	0.054016	-0.002764	0.319704
10. NAPETÍ (při studiu běžně)	1.814208	0.948345								
11. NAPETÍ (při studiu během pandemie)	1.928962	1.204562	183	-0.11475	1.154519	-1.3446	182	0.180428	-0.28315	0.05364
12. STRACH (při studiu běžně)	1.311475	1.035751								
13. STRACH (při studiu během pandemie)	1.612022	1.193972	183	-0.30055	1.001290	-4.0605	182	0.000073	-0.44659	-0.15450
14. NAŠTVÁNÍ (při studiu běžně)	1.409836	1.059396								
15. NAŠTVÁNÍ (při studiu během pandemie)	1.759563	1.239064	183	-0.34973	1.221640	-3.8727	182	0.000150	-0.52791	-0.17155
16. SAMOTA (při studiu běžně)	0.912568	1.017973								
17. SAMOTA (při studiu během pandemie)	1.989071	1.358688	183	-1.07650	1.315439	-11.0706	182	0.000000	-1.26837	-0.88464
18. FRUSTRACE (při studiu běžně)	1.633880	1.075374								
19. FRUSTRACE (při studiu během pandemie)	2.136612	1.152123	183	-0.50273	1.083717	-6.2755	182	0.000000	-0.66080	-0.34467
20. SMUTEK (při studiu běžně)	0.972678	0.974576								
21. SMUTEK (při studiu během pandemie)	1.338798	1.174347	183	-0.36612	0.903199	-5.4836	182	0.000000	-0.49786	-0.23438
22. VYCERPANOST (při studiu běžně)	2.196721	1.091722								
23. VYCERPANOST (při studiu během pandemie)	1.737705	1.261017	183	0.45902	1.381675	4.4942	182	0.000012	0.25749	0.66054
24. ZMATENOST (při studiu běžně)	1.322404	0.937550								
25. ZMATENOST (při studiu během pandemie)	2.098361	1.240856	183	-0.77596	1.073697	-9.7764	182	0.000000	-0.93256	-0.61935
26. ÚZKOST (při studiu běžně)	1.628415	1.173733								
27. ÚZKOST (při studiu během pandemie)	1.879781	1.312148	183	-0.25137	1.187011	-2.8647	182	0.004665	-0.42450	-0.07824

Jsem studentem..=Psychologie T-test for Dependent Samples

Marked differences are significant at  $p < .05000$

Variable	Mean	Std.Dv.	N	Diff.	Std.Dv.	t	df	p	Confidenc e	Confidenc e
28. RADOST (pri studiu bežne)	2.688525	0.868388								
29. RADOST (pri studiu behem pandemie)	1.983607	1.013510	183	0.704918	1.053684	9.05011	182	0.000000	0.551233	0.858603
30. SOUDRŽNOST (pri studiu bežne)	2.677596	0.994430								
31. SOUDRŽNOST (pri studiu behem pandemie)	2.169399	1.180772	183	0.508197	1.138096	6.04058	182	0.000000	0.342200	0.674193
32. ODHODLÁNÍ (pri studiu bežne)	2.633880	0.903199								
33. ODHODLÁNÍ (pri studiu behem pandemie)	2.054645	1.137410	183	0.579235	1.187390	6.59913	182	0.000000	0.406049	0.752421
34. ŠTESTÍ (pri studiu bežne)	2.366120	0.990255								
35. ŠTESTÍ (pri studiu behem pandemie)	1.825137	1.017442	183	0.540984	0.918200	7.97026	182	0.000000	0.407060	0.674907
36. VOLNOST (pri studiu bežne)	2.349727	1.128106								
37. VOLNOST (pri studiu behem pandemie)	2.398907	1.317423	183	-0.049180	1.597659	-0.41642	182	0.677592	-0.282206	0.183845
38. VDECNOST (pri studiu bežne)	2.633880	1.085544								
39. VDECNOST (pri studiu behem pandemie)	2.464481	1.137568	183	0.169399	0.960050	2.38694	182	0.018014	0.029371	0.309427
40. BEZPECÍ (pri studiu bežne)	2.939891	0.978726								
41. BEZPECÍ (pri studiu behem pandemie)	2.475410	1.113453	183	0.464481	0.993161	6.32665	182	0.000000	0.319624	0.609338
42. KLID (pri studiu bežne)	2.147541	0.991769								
43. KLID (pri studiu behem pandemie)	2.185792	1.283203	183	-0.038251	1.343957	-0.38502	182	0.700670	-0.234274	0.157771
44. NADEJE (pri studiu bežne)	2.601093	0.895286								
45. NADEJE (pri studiu behem pandemie)	2.300546	1.012206	183	0.300546	0.950621	4.27690	182	0.000031	0.161894	0.439199

4. Jsem studentem..=Psychologie  
T-test for Dependent Samples  
Marked differences are significant at  $p < .05000$

Variable	Mean	Std.Dv.	N	Diff.	Std.Dv.	t	df	p	Confidenc e	Confidenc e
47. ZKOUŠKY, ZÁPOCTY, STÁTNÍ ZÁVERECNÉ ZKOUŠKY (pri studiu bežne)	2.874317	0.949579								
48. ZKOUŠKY, ZÁPOCTY, STÁTNÍ ZÁVERECNÉ ZKOUŠKY (pri studiu behem pande	2.907104	1.137331	183	-0.03279	1.010395	-0.4390	182	0.661204	-0.18016	0.11458
49. ODEVZDÁVÁNÍ / VYPRACOVÁVÁNÍ / OBHAJOBA BAKALÁRSKÝCH CI MAGIST	2.896175	1.081887								
50. ODEVZDÁVÁNÍ / VYPRACOVÁVÁNÍ / OBHAJOBA BAKALÁRSKÝCH CI MAGISTE	2.786885	1.272465	183	0.10929	0.977253	1.5129	182	0.132051	-0.03325	0.25183
51. SPLNENÍ DOSTATECNÉHO POCTU KREDITU / PREDMETU (pri studiu bežne)	1.475410	1.189790								
52. SPLNENÍ DOSTATECNÉHO POCTU KREDITU / PREDMETU (pri studiu behem p	1.814208	1.429061	183	-0.33880	0.916858	-4.9988	182	0.000001	-0.47253	-0.20507
53. HLEDÁNÍ / VYKONÁVÁNÍ PRAXÍ (pri studiu bežne)	1.857923	1.227671								
54. HLEDÁNÍ / VYKONÁVÁNÍ PRAXÍ (pri studiu behem pandemie)	2.267760	1.529705	183	-0.40984	1.280158	-4.3308	182	0.000025	-0.59655	-0.22312
55. HLEDÁNÍ KNIH A ZDROJU KE STUDIU (pri studiu bežne)	1.486339	1.078552								
56. HLEDÁNÍ KNIH A ZDROJU KE STUDIU (pri studiu behem pandemie)	2.202186	1.353707	183	-0.71585	1.165493	-8.3088	182	0.000000	-0.88584	-0.54585
57. MOŽNOST VÝJEZDU DO ZAHRANICÍ (ERASMUS, STÁŽE) (pri studiu bežne)	0.770492	1.043980								
58. MOŽNOST VÝJEZDU DO ZAHRANICÍ (ERASMUS, STÁŽE) (pri studiu behem pan	1.142077	1.456901	183	-0.37158	1.224144	-4.1063	182	0.000061	-0.55013	-0.19304
59. NEDOSTATEK CASU / MOTIVACE KE STUDIU (pri studiu bežne)	2.327869	1.120066								
60. NEDOSTATEK CASU / MOTIVACE KE STUDIU (pri studiu behem pandemie)	2.540984	1.333101	183	-0.21311	1.608167	-1.7927	182	0.074681	-0.44767	0.02144
61. NESOUSTREDENOST PRI STUDIU (pri studiu bežne)	2.065574	1.067021								
62. NESOUSTREDENOST PRI STUDIU (pri studiu behem pandemie)	2.606557	1.235181	183	-0.54098	1.234670	-5.9273	182	0.000000	-0.72107	-0.36090
63. OBTÍŽ SKLOUBIT PARTNERSKÝ / RODINNÝ / SPOLEČENSKÝ ŽIVOT SE STUD	2.092896	1.247901								
64. OBTÍŽ SKLOUBIT PARTNERSKÝ / RODINNÝ / SPOLEČENSKÝ ŽIVOT SE STUD	1.590164	1.297212	183	0.50273	1.507761	4.5106	182	0.000012	0.28282	0.72265
65. KOMUNIKACE S VYUCUJÍCÍMI (pri studiu bežne)	1.322404	1.063836								
66. KOMUNIKACE S VYUCUJÍCÍMI (pri studiu behem pandemie)	1.983607	1.302894	183	-0.66120	1.111860	-8.0447	182	0.000000	-0.82337	-0.49903

Konec příloh.