Příloha 1 – Ukázka online dotazníku

Well-being vysokoškolských studentů

Ahoj,

jmenuji se Petra Koldová a v rámci své diplomové práce zkoumám well-being vysokoškolských studentů. Vyplňování dotazníku je anonymní. Otázky jsou převzaté z mezinárodního hodnocení well-beingu OECD. I pouhé vyplňování dotazníku Tě může nasměrovat jiným, možná i novým směrem.

Ve výzkumné části dotazníku se nachází 50 uzavřených otázek, většina z nich je hodnocena na škále 0-10 nebo vybíráš z odpovědí zásadně souhlasím až nesouhlasím, takže Ti vyplnění dotazníku zabere 5-10 minut.

Budu ráda, když mi dotazník vyplníš právě Ty!

Moje pohlaví je *

- ○ žena
- ○ muž
- ○ jiné

Studuji na vysoké škole *

1. Akademie muzických umění v Praze (AMU)
2. Akademie výtvarných umění v Praze (AVU)
3. Česká zemědělská univerzita (ČZU)
4. České vysoké učení technické v Praze (ČVUT)
5. Janáčkova akademie múzických umění (JAMU)
6. Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích (JU)
7. Masarykova univerzita (MU)
8. Mendelova univerzita v Brně (MENDELU)
9. Ostravská univerzita (OU)

10. Slezská univerzita v Opavě (SU)
11. Technická univerzita v Liberci (TUL)
12. Univerzita Hradec Králové (UHK)
13. Univerzita Jana Evangelisty Purkyně v Ústí nad Labem (UJEP)
14. Univerzita Karlova (UK)
15. Univerzita Palackého v Olomouci (UPOL)
16. Univerzita Pardubice (Upa)
17. Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně (UTB)
18. Veterinární univerzita Brno (VETUNI)
19. Vysoká škola báňská - Technická univerzita Ostrava (VŠB-TUO)
20. Vysoká škola ekonomická v Praze (VŠE)
21. Vysoká škola chemicko-technologická v Praze (VŠCHT)
22. Vysoká škola polytechnická Jihlava (VŠP)
23. Vysoká škola technická a ekonomická v Českých Budějovicích (VŠTE)
24. Vysoká škola uměleckoprůmyslová v Praze (UMPRUM)
25. Vysoké učení technické v Brně (VUT)
26. Západočeská univerzita v Plzni (ZČU)
27. Jiná

Na jaké vysoké škole studuješ? (prosím uveď konkrétně) *

Text stručné odpovědi

1. Jak moc jsi spokojen/á se svým životem? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec nejsem spokojen	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Jsem absolutně spokojen

2. Do jaké míry si myslíš, že věci, které ve svém životě děláš, stojí za to? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec za to nestojí	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Absolutně stojí za to

3. Včera jsem se cítil/a šťastně *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tento pocit jsem nepocítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Tento pocit jsem měl/a celý den

4. Včera jsem se cítil/a ustaraně *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tento pocit jsem nepocítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Tento pocit jsem měl/a celý den

5. Včera jsem se cítil/a v depresi *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tento pocit jsem nepocítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Tento pocit jsem měl/a celý den

6. Představ si žebřík, kde 0 znamená spodní příčku a 10 značí vrch tohoto žebříku. Nejvyšší příčka reprezentuje tvůj nejlepší život a spodní příčka tu nejhorší možnost tvého života. Na jaké příčce žebříku bys řekl/a, že právě stojíš? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Spodní příčka	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Nejvyšší příčka

7. Pokud vezmeš všechny věci, které se ti nyní dějí, jak moc šťastný/á jsi teď? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec nejsem šťastný/á	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Jsem absolutně šťastný/á

8. Jak moc spokojený/á jsi byl/a se svým životem před 5 lety? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec jsem nebyl/a spokojen/á	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Byl/a jsem absolutně spokojen/á

9. Jaký je tvůj odhad, že budeš spokojený/á se svým životem za 5 let? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec nebudu spokojen/á	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Budu absolutně spokojen/á

V dalším 5 otázkách uveď, jak moc s výrokem souhlasíš/nesouhlasíš.

Prosím, buď v odpovědích otevřený a upřímný.

10. Ve většině ohledů se můj život blíží k mému ideálu *

- ○ Zásadně nesouhlasím
- ○ Nesouhlasím
- ○ Spíše nesouhlasím

- ◯ Ani nesouhlasím ani souhlasím
- ◯ Spíše souhlasím
- ◯ Souhlasím
- ◯ Zásadně souhlasím

11. Podmínky mého života jsou skvělé *

- ◯ Zásadně nesouhlasím
- ◯ Nesouhlasím
- ◯ Spíše nesouhlasím
- ◯ Ani nesouhlasím ani souhlasím
- ◯ Spíše souhlasím
- ◯ Souhlasím
- ◯ Zásadně souhlasím

12. Se svým životem jsem spokojen/á *

- ◯ Zásadně nesouhlasím
- ◯ Nesouhlasím
- ◯ Spíše nesouhlasím
- ◯ Ani nesouhlasím ani souhlasím
- ◯ Spíše souhlasím
- ◯ Souhlasím
- ◯ Zásadně souhlasím

13. Doposud jsem dosáhl/a věcí, kterých jsem chtěl/a *

- ○ Zásadně nesouhlasím
- ○ Nesouhlasím
- ○ Spíše nesouhlasím
- ○ Ani nesouhlasím ani souhlasím
- ○ Spíše souhlasím
- ○ Souhlasím
- ○ Zásadně souhlasím

14. Kdybych mohl/a prožít svůj život znovu, nic bych na něm neměnil/a *

- ○ Zásadně nesouhlasím
- ○ Nesouhlasím
- ○ Spíše nesouhlasím
- ○ Ani nesouhlasím ani souhlasím
- ○ Spíše souhlasím
- ○ Souhlasím
- ○ Zásadně souhlasím

15. Včera jsem pocítil/a zábavu *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tento pocit jsem vůbec necítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Tento pocit jsem měl/a celý den

16. Včera jsem pocítil/a klid *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tento pocit jsem vůbec necítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Tento pocit jsem měl/a celý den

17. Včera jsem pocítil/a obavy *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tento pocit jsem vůbec necítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Tento pocit jsem měl/a celý den

18. Včera jsem pocítil/a smutek *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tento pocit jsem vůbec necítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Tento pocit jsem měl/a celý den

19. Včera jsem pocítil/a štěstí *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tento pocit jsem vůbec necítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Tento pocit jsem měl/a celý den

20. Včera jsem pocítil/a depresi *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tento pocit jsem vůbec necítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Tento pocit jsem měl/a celý den

21. Včera jsem pocítil/a vztek *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tento pocit jsem vůbec necítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Tento pocit jsem měl/a celý den

22. Včera jsem pocítil/a stres *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tento pocit jsem vůbec necítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Tento pocit jsem měl/a celý den

23. Včera jsem pocítil/a únavu *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tento pocit jsem vůbec necítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Tento pocit jsem měl/a celý den

24. Smál/a jsi se včera? I úsměv se počítá *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Tento pocit jsem vůbec necítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Tento pocit jsem měl/a celý den

25. Obecně si myslím, že jsem pozitivní člověk *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Zásadně nesouhlasím	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Zásadně souhlasím

26. Jsem vždy optimistický/á ohledně své budoucnosti *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Zásadně nesouhlasím	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Zásadně souhlasím

27. Sám/sama se mohu rozhodnout, jak budu žít svůj život *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Zásadně nesouhlasím	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Zásadně souhlasím

28. Obecně cítím, že to, co dělám ve svém životě, stojí za to *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Zásadně nesouhlasím	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Zásadně souhlasím

29. Většinu dní mám pocit úspěchu z toho, co dělám *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Zásadně nesouhlasím	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Zásadně souhlasím

30. Když se v mém životě něco pokazí, obvykle mi trvá dlouho, než se vrátím do normálu *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Zásadně nesouhlasím	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Zásadně souhlasím

31. V rámci minulého týdne jsem měl/a spoustu energie *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Energii jsem neměl/a vůbec	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Energii jsem měl/a celý týden

32. V rámci minulého týdne jsem se cítil/a klidný/á *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Klidný/á jsem nebyl/a vůbec	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Klidný/á jsem byl/a celý týden

33. V rámci minulého týdne jsem se cítil/a osamělý/á *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Osamělý/á jsem se vůbec necítil/a	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Osmělý/á jsem se cítil/a celý týden

34. Jak jsi spokojen/á se svou životní úrovní? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec nejsem spokojen/á	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Jsem naprosto spokojen/á

35. Jak jsi spokojen/á se svým zdravím? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec nejsem spokojen/á	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Jsem naprosto spokojen/á

36. Jak jsi spokojen/á s tím, čeho v životě dosahuješ? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec nejsem spokojen/á	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Jsem naprosto spokojen/á

37. Jak jsi spokojen/á se svými osobními vztahy? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec nejsem spokojen/á	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Jsem naprosto spokojen/á

38. Jak jsi spokojen/á s tím, jak bezpečně se cítíš? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec nejsem spokojen/á	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Jsem naprosto spokojen/á

39. Do jaké míry jsi spokojen/á s lidmi, kteří tě obklopují (s tvojí komunitou)? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec nejsem spokojen/á	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Jsem naprosto spokojen/á

40. Jak jsi spokojen/á s tvou budoucí bezpečností? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec nejsem spokojen/á	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Jsem naprosto spokojen/á

41. Jak jsi spokojen/á s množstvím času, který věnuješ věcem, které rád/a děláš? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec nejsem spokojen/á	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Jsem naprosto spokojen/á

42. Jak jsi spokojen/á s kvalitou místního životního prostředí? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec nejsem spokojen/á	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Jsem naprosto spokojen/á

43. Jak jsi spokojen/á se svým studiem? *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec nejsem spokojen/á	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Jsem naprosto spokojen/á

44. Jaký je tvůj aktuální známkový průměr ve škole? *

1. 1,0
2. 1,1
3. 1,2
4. 1,3
5. 1,4
6. 1,5
7. 1,6
8. 1,7
9. 1,8
10. 1,9

11. 2,0
12. 2,1
13. 2,2
14. 2,3
15. 2,4
16. 2,5
17. 2,6
18. 2,7
19. 2,8
20. 2,9
21. 3,0
22. vyšší než 3,0

45. Zážitek neúspěchu mě posílí a posune dál *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Nikoliv, je to jen důkaz mojí neschopnosti	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Poučím se a hledám jinou cestu k úspěchu

46. Úsilí, snahu a překonání obtížných úkolů považuji ve svém životě za důležité *

	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
Vůbec to nepovažuji za důležité	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	Považuji to za nejdůležitější

47. Dělal/a jsem práci/brigádu, která mě nebavila, abych se jednou dostal/a na lepší pracovní pozici *

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Ne, nedělal/a jsem práci/brigádu, která mě nebaví ○○○○○○○○○○○ Vždy dělám práci/brigádu, která mě nebavila, abych se jednou měl/a líp

48. Jak moc si ve svém životě věříš ve zdolávání překážek? *

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Nevěřím si vůbec ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ Absolutně si věřím

49. Když se ti nepodaří zkouška, jak moc si dokážeš uvědomit ponaučení z neúspěchu s vědomím, že příště se ti to podaří lépe *

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Vůbec si to neuvědomuji ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○ Absolutně si to uvědomuji

50. Jak často jsi v posledních dvou týdnech cítil/a důvěru ve své schopnosti dosáhnout výsledků, čelit výzvám, které před tebou stojí, ponaučit se z zvlastních neúspěchů a schopnost ovlivňovat události, které působí na tvůj život? (Kočí & Donaldson, 2022) *

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10

Důvěru jsem nepocítil/a vůbec ○○○○○○○○○○○ Důvěru jsem pocítil/a po celou dobu