

# Vliv menstruace na studium

Dobrý den,

jmenuju se Sabina Bednarčíková a studuji pedagogiku na Pedagogické fakultě UK. Vyplněním tohoto dotazníku mi pomůžete s mou bakalářskou prací na téma menstruačního cyklu.

Prosím, aby tento dotazník vyplnily pouze **studentky prezenčního studia na Pedagogické fakultě UK**. Dotazník je určen pro **ženy narozené po roce 1980**.

Dotazník je ANONYMNÍ.

Vyplněním dotazníku souhlasíte se zpracováním údajů pro účely bakalářské práce.

Vyplnění dotazníku zabere zhruba 5-10 minut.

Moc vám děkuji.

Nejdříve vás poprosím o vyplnění demografických informací pro účely výzkumu. Dotazník je anonymní.

## 1 Studujete prezenčně na PedF UK?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Ano.  Ne.

## 2 Kolik vám je?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

17-22  23-30  30+

## 3 Jaký obor studujete?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

- |   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| <input type="checkbox"/> Biologie, Chemie, Výchova ke zdraví            | <input type="checkbox"/> Anglický, Český, Francouzský, Německý, Ruský jazyk | <input type="checkbox"/> Psychologie, Speciální pedagogika, Logopedie | <input type="checkbox"/> Hudební výchova, Hra na nástroj, Sborový zpěv, Výtvarná výchova |
| <input type="checkbox"/> Vychovatelství, Učitelství pro mateřské školky | <input type="checkbox"/> Matematika, IT                                     | <input type="checkbox"/> Pedagogika, Základy společenských věd        | <input type="checkbox"/> Dějepis, Geografie  |
| <input type="checkbox"/> Učitelství pro 1. stupeň základní školy        | <input type="checkbox"/> Tělesná výchova                                    |   |  |
| <input type="checkbox"/> Jiná   | <input type="text"/>  |   |  |

## 1. část - Menstruační pomůcky a čas

Menstruačními pomůckami se myslí jednorázové vložky a tampony, látkové vložky, menstruační kalhotky, kalíšek, houba a jiné

## 4 Jakou menstruační pomůcku používáte?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

- Tampon     
  Jednorázová menstruační vložka     
  Látková vložka     
  Menstruační kalhotky     
  Menstruační kalíšek  
 Menstruační houba  
 Jiná

## 5 Myslíte si, že máte dostatek času mezi semináři/přednáškami, abyste zvládla své menstruační hygienické návyky, např. výměna menstruační pomůcky?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Ano.     
  Ano, ale musím si to naplánovat.     
  Ne, chodím pozdě na hodiny.  
 Jiná

## 6 Přišla jste někdy pozdě na hodinu, protože jste se zdržela na toaletě v souvislosti s menstruací?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Ano, ale jen o chvíli. Nemělo to vliv na mou hodinu.     
  Ano, o několik minut. Zmeškala jsem úvod hodiny, instrukce ke cvičení.     
  Ne, vše stíhám během pauzy.  
 Jiná

## 7 Zameškala jste někdy hodinu, protože jste sháněla menstruační pomůcku (vložka, tampon...)?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Ne, nosím u sebe náhradní po celý měsíc.     
  Ne, mám připravené menstruační pomůcky, když je potřebuji.     
  Ne, půjčím si od spolužačky.     
  Ano, musela jsem si dojet do lékárny/drogerie. Zameškala jsem větší část hodiny.  
 Ano, zameškala jsem celou hodinu.  
 Jiná

## 2. část - Menstruační pomůcky a fakultní prostory

V dalších otázkách se budu ptát na prostory Pedagogické fakulty UK, především toalety. Fakultní budovy jsou v ulicích Rettigrova, Spálená, Myslíkova, Celetná a v Brandýse nad Labem

## 8 Co všechno potřebujete k výměně vámi vybrané menstruační pomůcky? (mimo toalety :)

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

- odpadkový koš   
  hygienické sáčky (plastové/papírové pytlíky na vyhození menstruační pomůcky)   
  umyvadlo, přístup k vodě   
  vlhčené ubrousky  
 Jiná

## 9 Je na toaletách k dispozici vše potřebné k výměně vámi vybrané menstruační pomůcky?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Ano.                       Ne.  
 Jiná

## 10 Pokud jste odpověděla ne, co vám chybí?

## 11 Je něco, co vám na fakultních toaletách vadí, je nepříjemné? (např. počmárané dveře)

Nápověda k otázce: *Stačí napsat v bodech. Pokud se to týká pouze jedné budovy, napište které.*

## 12 Líbilo by se vám, kdyby na toaletách byly pozitivní afirmace (výroky, hesla) s menstruační tématikou?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Ano.     Ne.

13 Věděla jste, že na vybraných toaletách najdete krabičku s hygienickými produkty?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Ano.  Ne.  Slyšela jsem o tom, ale nevím, kde se nachází.

14 Využila jste někdy krabičku s hygienickými produkty?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Ano.  Ne.

15 Ocenily byste, kdyby na toaletách byl automat s hygienickými potřebami?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Ano.  Ne.

16 Ocenily byste možnost sprchy na fakultě?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Ano.  Ne.

17 Ocenily byste, kdyby na fakultě byla varná konvice dostupná studentům? (Např. na přípravu bylinného čaje na zmírnění menstruačních symptomů.)

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Ano.  Ne.

### 3. část - Menstruační potíže

Menstruačními potížemi se myslí silné bolesti v podbřišku a okolí, bolest hlavy, nevolnost, únava apod.

18 Zameškala jste někdy přednášku/seminář kvůli menstruačním potížím?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

Ne, nemám žádné potíže.  Ne, jsem přítomna i přes potíže.  Ano, raději zůstávám doma

Jiná

## 19 Pokud se účastníte semináře/přednášky i přes menstruační potíže, co vás k tomu vede?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

- povinná docházka    náročnost předmětu    zájem o daný předmět  
 Jiná

## 20 Máte větší problém se soustředit na hodině, když máte menstruaci?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Ano.    Ne.    Nevšimla jsem si.

## 21 Pokud jste na předchozí otázku odpověděly ano, co myslíte, že to způsobilo?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

- dysmenorea (silné menstruační bolesti)    strach z protečení    strach, že by ostatní poznali, že právě menstruji    myšlenky o menstruaci a plánování návštěvy toalety    bolesti hlavy  
 únava    nevolnost    střevní potíže  
 Jiná

## 22 Musela jste se někdy odhlásit z termínu zkoušky kvůli problémům spojeným s menstruací? (např. silné menstruační bolesti)

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Ano.    Ne.    Přemýšlela jsem o tom, ale nakonec jsem tam šla i přes potíže.  
 Jiná

## 23 Zmeškala jste někdy zkoušku kvůli menstruačním potížím?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu odpověď*

- Ano.    Ne.  
 Jiná

## 24 Měla někdy podle vás menstruace vliv na průběh vaší zkoušky/zápočtu?

Nápověda k otázce: *Vyberte jednu nebo více odpovědí*

Ne.  Ano, měla jsem problém se soustředit.  Ano, cítila jsem se méně sebevědomá.

Jiná

### Váš osobní vzkaz

V další otázce budete mít možnost napsat doporučení nebo požadavky na fakultu. Třeba něco na co jsem v dotazníku zapoměla

## 25 Jak by vám fakulta mohla pomoci, abyste se lépe cítily ve škole během menstruace?

Nápověda k otázce: *Stačí krátké vyjádření, i jedna věta*

## 26 Zajímají vás výsledky dotazníku?

Ještě jednou moc děkuju. Přeji krásný den.