



agencija za znanost i visoko obrazovanje

Studenti i pandemija: Kako smo (pre)živjeli?

Zagreb, listopad 2021. godine

Izdavač:

Agencija za znanost i visoko obrazovanje

Za izdavača:

prof. dr. sc. Jasmina Havranek, v. d. ravnatelja

Izvještaj priredili:

mr. sc. Mina Đorđević

Željka Plužarić, mag. nov.

Ivan Bišćan, univ. spec. stud. eur.



Agencija za znanost i visoko obrazovanje
Unapređenje sustava osiguravanja
i unapređenje kvalitete visokog obrazovanja



Publikacija je tiskana u okviru projekta SKAZVO (Unapređenje sustava osiguravanja i unapređenje kvalitete visokog obrazovanja) financiranog iz Europskog socijalnog fonda. Vrijednost projekta je 20.391.217,54 kune, od čega je 85 % izravna dodjela AZVO-u iz Europskog socijalnog fonda (Operativni program učinkoviti ljudski potencijali 2014. – 2020.).

Sadržaj publikacije isključiva je odgovornost Agencije za znanost i visoko obrazovanje.

Imenice u ovom tekstu kao što su *student, sudionik* i sl. podrazumijevaju rodnu razliku.

Molimo korisnike ove publikacije da prilikom korištenja podataka navedu izvor Agenciju za znanost i visoko obrazovanje.

SADRŽAJ

UVOD	4
NAČIN PRIKUPLJANJA PODATAKA I UZORAK	5
1. Organizacija nastave tijekom pandemije bolesti COVID-19	7
2. Studentski život tijekom pandemije bolesti COVID-19	20
3. Mentalno zdravlje studenata tijekom pandemije bolesti COVID-19	34
4. Prijelaz iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje tijekom pandemije bolesti COVID-19.....	52
ZAKLJUČAK	59

UVOD

Agencija za znanost i visoko obrazovanje provela je istraživanje o učincima pandemije bolesti COVID-19 na iskustvo studiranja u akademskoj godini 2020./2021.

Anketa se nadovezuje na istraživanje *Izazovi u visokom obrazovanju za vrijeme pandemije bolesti COVID-19 i socijalne izolacije: iskustva i potrebe djelatnika visokih učilišta i studenata* koje je provedeno tijekom lipnja i srpnja 2020. godine, a čiji je cilj bio istražiti na koji su način i u kojoj mjeri izvanredne okolnosti poput pandemije i socijalne izolacije utjecale na iskustvo studiranja i poučavanja.

S obzirom na to da su *izvanredne okolnosti* postale tzv. *novo normalno*, sve su djelatnosti, pa tako i visoko obrazovanje, morale prihvati novu normalnost, usvojiti nova ponašanja i nove načine rada. U organizaciji akademске godine 2020./2021., prema preporukama nadležnih tijela, naglasak je bio na smanjenju širenja zaraze virusom SARS-CoV-2 te na sigurnosti studenata. Kako bi se propisane mjere ispoštovale, pristupilo se različitim modalitetima visokoškolske nastave, ovisno o mogućnostima samih visokih učilišta i prirodi studija.

Ovim smo istraživanjem željeli dobiti uvid u doseg i utjecaj pandemijskih okolnosti poput *online* i/ili hibridne nastave, različitih restrikcija u društvenom životu i sl. na iskustvo studiranja. Pitanja su strukturirana u četiri tematske cjeline koje obuhvaćaju: kvalitetu visokoškolske nastave, studentsko iskustvo i mentalno zdravlje studenata, te utjecaj pandemije na prijelaz iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje.

Tijekom 2021. godine objavljena je nekoljicina studija koje su provela visoka učilišta, znanstvenici, ministarstva, nevladine organizacije i sl., a u različitom su obujmu istraživala navedene segmente visokog obrazovanja. Istraživanje pred vama jedino je provedeno na uzorku većem od četiri tisuće studenata visokih učilišta iz cijele Hrvatske, a odnosi se na čitavu akademsku godinu. Njegova je posebnost i u tome što studente prve godine prepoznaje kao skupinu koja se susrela sa specifičnim izazovima i čije je iskustvo različito od ostatka studentske populacije.

Velik broj sudionika istraživanja govori u prilog tome da je tema studiranja za vrijeme pandemije itekako aktualna te da studenti o tome imaju štošta za reći, ukazati na izazove i poteškoće, ali i istaknuti pozitivne promjene.

Zadatak je Agencije za znanost i visoko obrazovanje sagledavati različite aspekte kvalitete visokog obrazovanja, a među njima važno mjesto zauzima i glas studenata. Istraživanje *Studenti i pandemija: Kako smo (pre)živjeli?* rezultat je našeg nastojanja da omogućimo studentima da izraze svoje (ne)zadovoljstvo studiranjem u izmijenjenim okolnostima te da prikupljene podatke učinimo dostupnim što većem broju članova akademске zajednice, donositeljima politika u sustavu visokog obrazovanja i drugim zainteresiranim pojedincima kako bi se potaknule pozitivne promjene na razini visokih učilišta, ali i čitavog sustava.

Prof. dr. sc. Jasmina Havranek

v. d. ravnatelja

NAČIN PRIKUPLJANJA PODATAKA I UZORAK

Agencija za znanost i visoko obrazovanje provodila je istraživanje od 2. do 12. rujna 2021. godine putem [elektroničkog upitnika](#). Upitnik je poslan svim visokim učilištima u Hrvatskoj sa zamolbom da ga proslijede ili na drugi način učine dostupnim studentima svoga visokog učilišta.

Poslan je i na elektroničke adrese studentskih zborova u Republici Hrvatskoj te na 3000 elektroničkih adresa studenata prve godine studija koje su odabrane slučajnim odabirom iz Nacionalnog informacijskog sustava prijave na visoka u Hrvatskoj, a koji su se prijavili za upis na neki od studijskih programa u ak. godini 2020./2021. Toj skupini upitnik je dodatno poslan kako bi se osigurao odaziv na tematsku cjelinu 4 – Prijelaz iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje za vrijeme pandemije bolesti COVID-19.

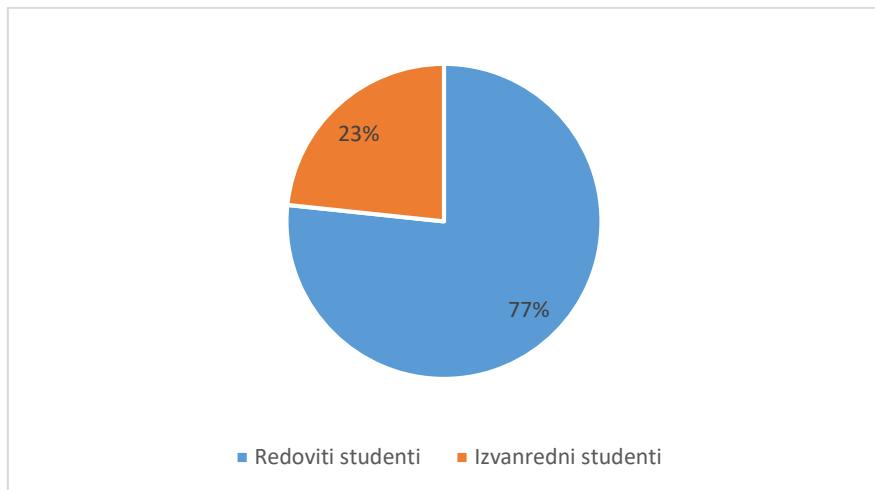
Poziv za sudjelovanje u istraživanju objavljen je na mrežnoj stranici AZVO-a i društvenim mrežama Facebook i Twitter.

Na anketni upitnik **odgovorilo je 4273 studenata i studentica**, od čega 1322 (31 %) studenta i 2888 (68 %) studentica, dok se 63 (1 %) sudionika nisu željela izjasniti.



Grafikon 1: Raspodjela sudionika istraživanja po spolu ($N = 4273$)

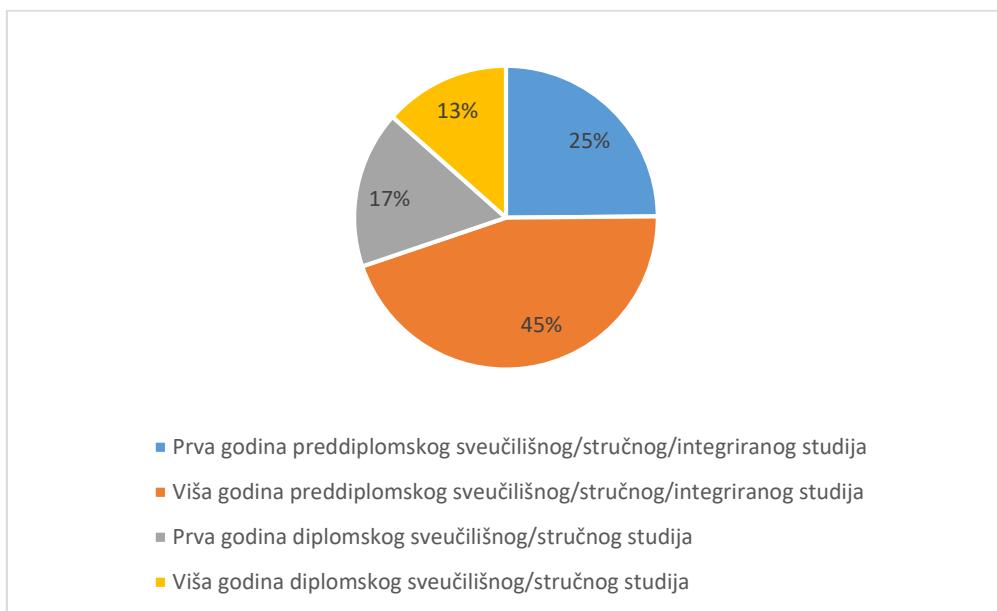
Od ukupnog broja studenata koji su odgovorili na upitnik, 3276 (77 %) ih je u statusu redovitog studenta, a 997 (23 %) izvanrednih koji studiraju uz rad.



Grafikon 2: Raspodjela studenata po statusu

Izvan mesta prebivališta studira 65 % studenata, dok u mjestu prebivališta njih 35 %.

Među sudionicima istraživanja, najviše njih (45 %) pohađalo je neku od viših godina preddiplomskog sveučilišnog/stručnog/integriranog studija, dok je studenata prve godine preddiplomskog sveučilišnog/stručnog/integriranog studija bilo 25 % od ukupnog broja. Navedena skupina studenata prve godine, osim na tri tematske cjeline (organizacija nastave, studentski život i mentalno zdravlje), odgovarala je i na dodatnu skupinu pitanja koja se odnosila na prijelaz iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje.



Grafikon 3: Raspodjela studenata prema godini studija u ak. godini 2020./2021.

1. Organizacija nastave tijekom pandemije bolesti COVID-19

Tematskom cjelinom *Organizacija nastave* istražuju se dominantan oblik izvođenja nastave u ak. god. 2020./2021., tehnički uvjeti, kvaliteta izvedbe nastave, ocjenjivanje studenata te njihove potrebe kako bi se dobio što bolji uvid u prakse i izazove s kojima su se susreli studenti visokih učilišta u Republici Hrvatskoj tijekom pandemiske godine.

Istraživanje je pokazalo da su dominantni oblici izvođenja nastave u ak. god. 2020./2021. bili izvođenje u potpunosti *online* (40 %) te kombinacija 2/3 nastave *online* i 1/3 uživo (40 %). Kada se uzme u obzir izvođenje nastave prema razini i godini studija, istraživanje je pokazalo da su najviše *online* nastave imali sudionici viših godina diplomskih studija (49 %). Od sudionika prve godine preddiplomskih i integriranih studija, njih čak 29 % navodi da je nastavu pohađalo isključivo *online*, bez učioničke nastave. Nadalje, većina sudionika, njih 35 %, je kao preferirani oblik nastave za ak. god. 2021./2022. izabrala učioničku nastavu, a njih 29 % nastavu u potpunosti *online*. *Online* nastavu ili kombinaciju nastave 2/3 *online* i 1/3 uživo za nadolazeću akademsku godinu preferiraju većinom sudionici diplomskog studija (u prosjeku 49 %), dok većina sudionika prve godine preddiplomskog studija (36 %) preferira održavanje nastave uživo.

Sudionici su izrazili zadovoljstvo (s vrlo zadovoljan i zadovoljan) određenim segmentima organizacije *online* nastave i ispita, poput pristupa nastavnim materijalima od kuće (73 %), interakcije s nastavnicima u virtualnom okruženju (60 %), kriterijima i metodama ocjenjivanja studenata (63 %) te objektivnosti ocjenjivanja studenata u virtualnom okruženju (60 %). Sudionici na različite načine vide moguće promjene u organizaciji nastave i ispita u nadolazećoj akademskoj godini. Temeljem analize pitanja otvorenog tipa na tu temu, sudionike se može podijeliti u tri skupine: sudionici koji žele pohađati isključivo nastavu uživo, sudionici koji žele pohađati isključivo *online* nastavu te sudionici koji žele kombinirano pohađati nastavu (npr. sudionici koji žele pohađati nastavu *online*, a ispite i npr. laboratorijske vježbe uživo). Više od polovine sudionika, njih 60 %, ne bi podržalo uvođenje obavezognog cijepljenja protiv COVID-19 za studente i nastavnike, a manjina (njih 25 %) je za uvođenje obavezognog cijepljenja.

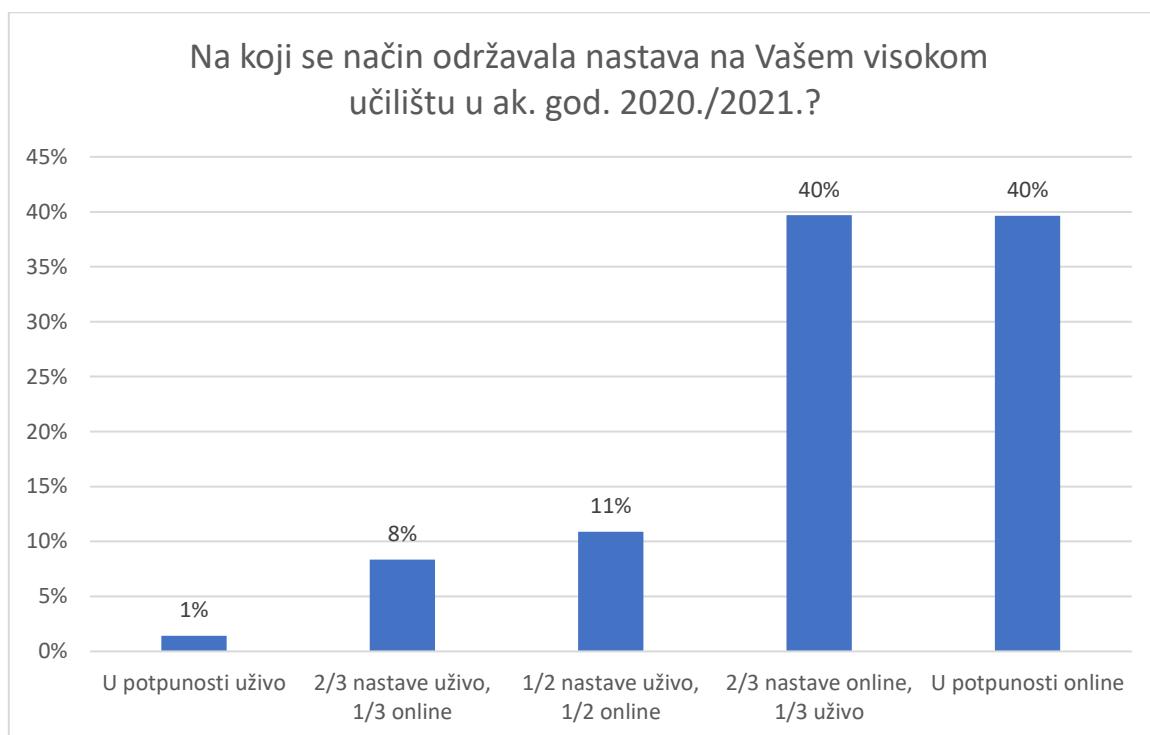
Nadalje, većina sudionika, njih 60 % navodi da stručna praksa nije obavezna unutar studijskog programa koji pohađaju. Od sudionika koji navode da je stručna praksa obavezna, njih skoro polovina (46 %) je istu pohađala uživo, a nešto malo manje od druge polovine (43 %) nije iz razloga što ista nije planirana na godini studija na koju su trenutno upisani. Od ostalih razloga zašto nisu pohađali studentsku stručnu praksu, sudionici većinom navode razloge povezane s COVID-19 pandemijom te radni odnos studenata (potvrda od poslodavca) za studente koji su oslobođeni od prakse.

Ocenjivanje i ispitivanje studenata u ak. god. 2020./2021., temeljem odgovora sudionika, provedeno je u jednakoj mjeri korištenjem pisanih ispita uživo (27 %) i *online* (28 %) te u jednakoj mjeri usmenim ispitima uživo (20 %) i *online* (23 %). Istraživanje je, također, pokazalo da se najveći postotak sudionika, njih 47 %, u potpunosti ili uglavnom slaže da studiranje u *online* okruženju pruža više prostora za neetično ponašanje prilikom provjere znanja. Dio sudionika (26 %) se uglavnom ili uopće ne slaže s navedenim, dok manji dio (24 %) se niti slaže niti ne slaže.

Oblici nastave na visokim učilištima tijekom ak. god. 2020./2021.

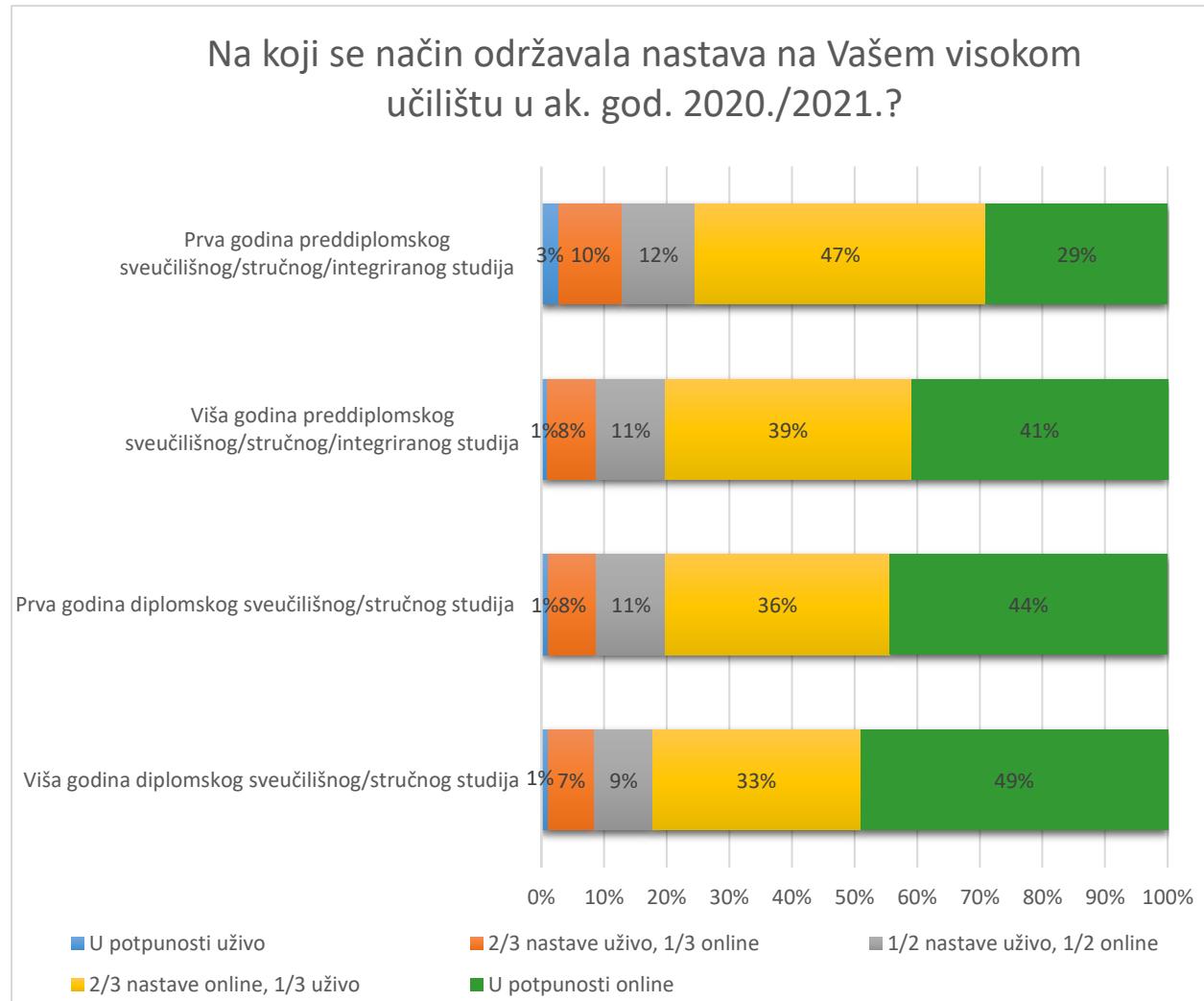
Dominantan oblik izvođenja nastave, za jednak postotak sudionika istraživanja u prošloj akademskoj godini, bio je u potpunosti *online* (40 %) te kombinacija 2/3 nastave *online* i 1/3 uživo (40 %).

Manji dio sudionika nastavu je pohađao u jednakim omjerima *online* i uživo (11 %) te u omjeru 2/3 nastave uživo i 1/3 *online* (8 %), dok je tek 1 % sudionika odgovorilo da su nastavu pohađali u potpunosti uživo.



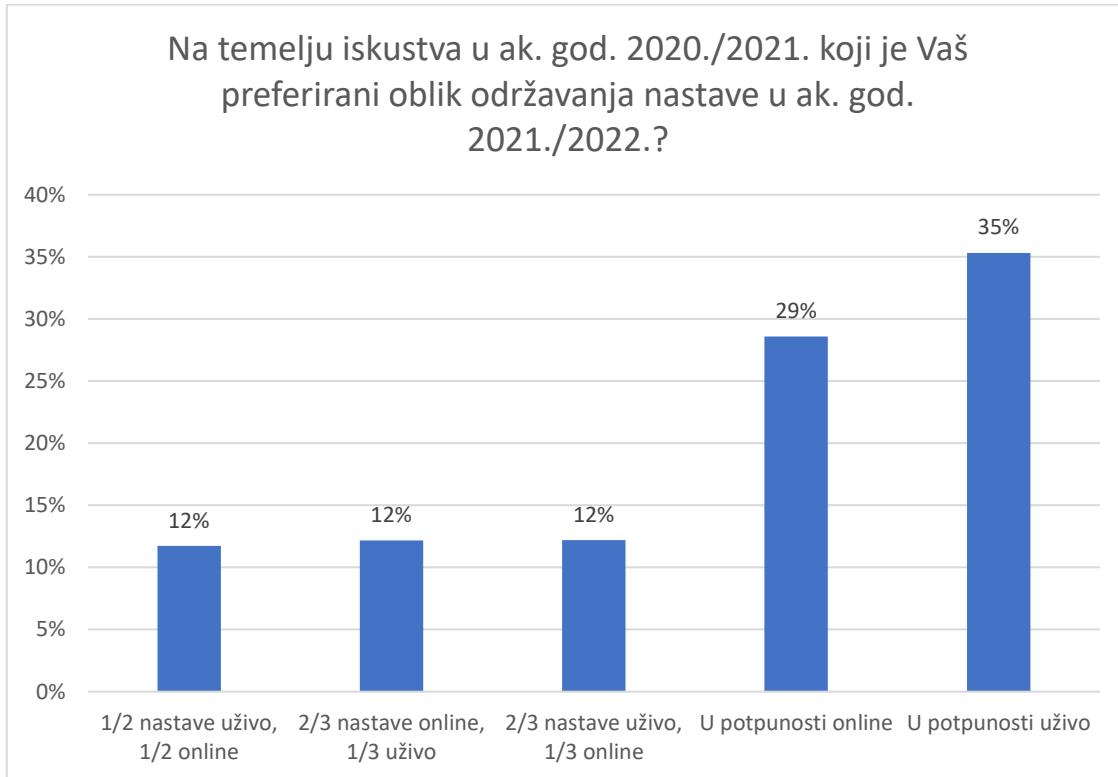
Grafikon 4: *Oblici nastave sudionika na visokim učilištima u RH tijekom ak. god. 2020./2021.*

Najviše *online* nastave imali su sudionici viših godina diplomskih studija (49 %). U svakoj od skupina sudionika, osim sudionika prve godine preddiplomskih i integriranih studija, samo 1 % njih odgovorilo je da su pohađali nastavu isključivo uživo. Isto je odgovorilo i 3 % sudionika prve godine preddiplomskih i integriranih studija, koji su također u postotku od 29 % odgovorili da su nastavu pohađali isključivo *online*, bez učioničke nastave.



Grafikon 5: Oblici nastave sudionika na visokim učilištima u RH tijekom ak. god. 2020./2021. prema godinama studija

Temeljem iskustva u ak. god. 2020./2021. većina sudionika, njih 35 %, je kao preferirani oblik nastave za ak. god. 2021./2022. izabrala učioničku nastavu, a njih 29 % nastavu u potpunosti *online*. Jednak postotak sudionika (12 %) je za ostale oblike kombinacije nastave uživo i *online*.

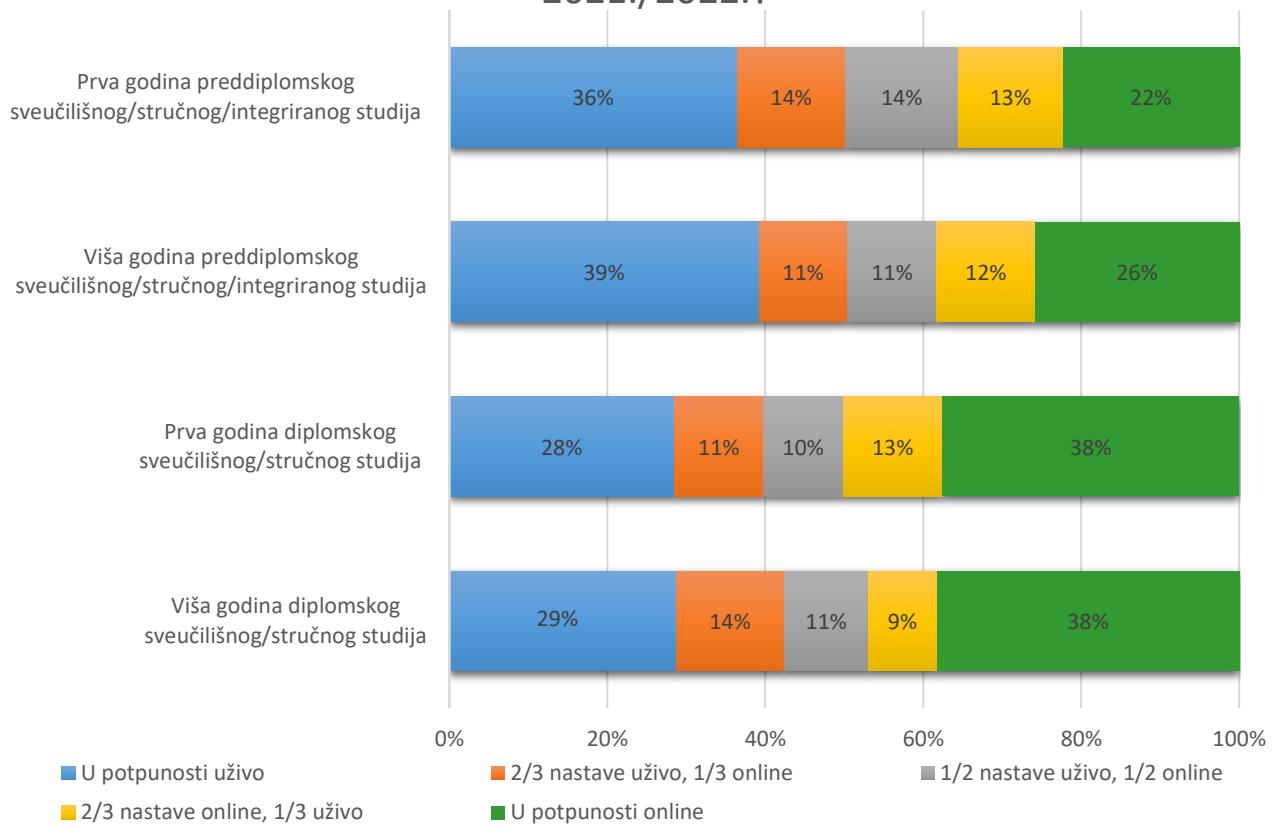


Grafikon 6: Preferirani oblici nastave sudionika na visokim učilištima u RH za ak. god. 2021./2022.

Većina sudionika prve godine preddiplomskog studija za nadolazeću ak. god. 2021./2022. izjasnila se da preferira održavanje nastave uživo (36 %), a nešto manji dio u potpunosti *online* (22 %). Slični postotci su i kod sudionika viših godina preddiplomskog studija.

S druge strane, 49 % studenata diplomskog studija, preferira održavanje nastave u potpunosti *online* ili kombinaciju nastave 2/3 *online* i 1/3 uživo.

Na temelju iskustva u ak. god. 2020./2021. koji je Vaš preferirani oblik održavanja nastave u ak. god. 2021./2022.?



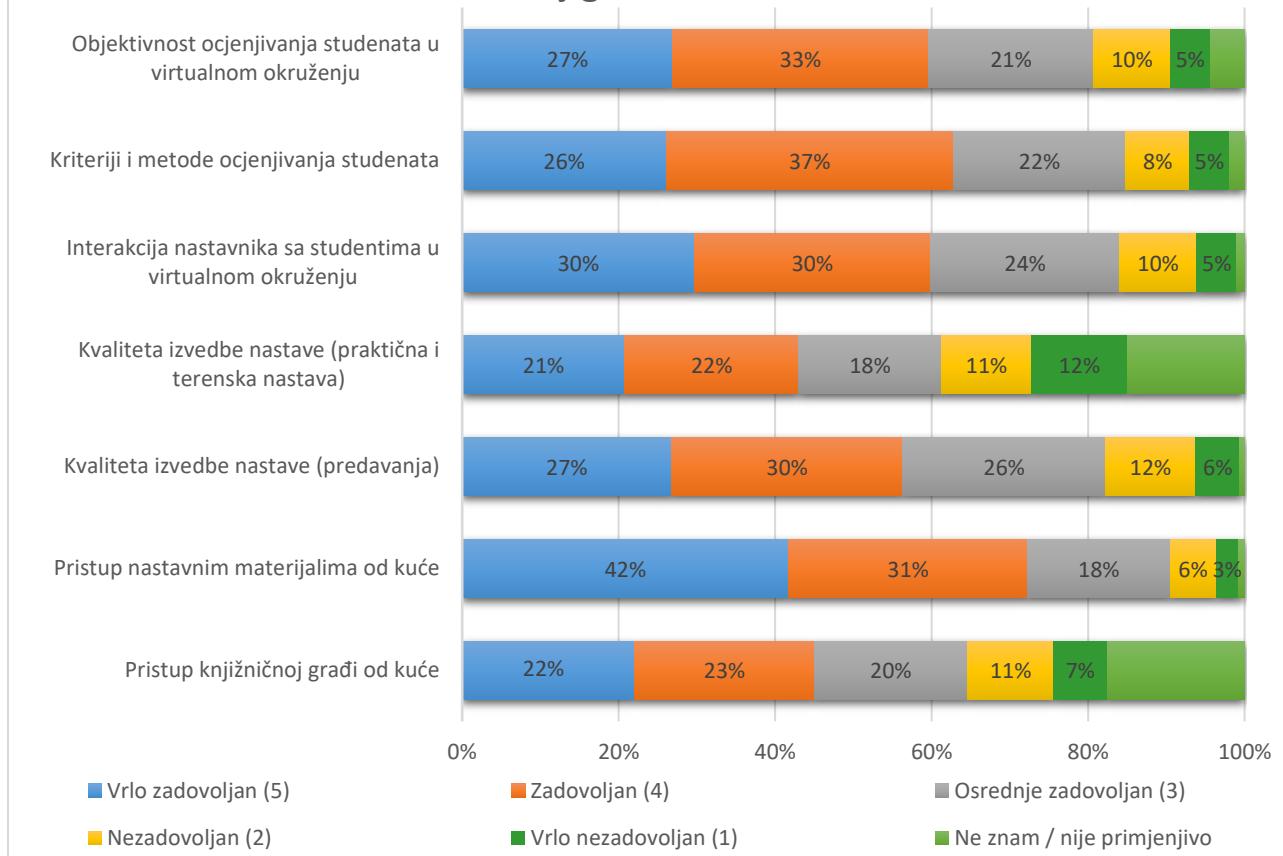
Grafikon 7: Preferirani oblici nastave sudionika na visokim učilištima u RH za ak. god. 2021./2022. prema godinama studija

Zadovoljstvo određenim segmentima organizacije online nastave i ispita

Sudionicima je bilo ponuđeno sedam segmenata organizacije *online* nastave i ispita kako bi se istražilo njihovo zadovoljstvo. Sudionici su vrlo zadovoljni ili zadovoljni većinom segmenata poput npr. pristupom nastavnim materijalima, interakcijom s nastavnicima te ocjenjivanjem studenata, i to u postotku od 60 % ili većem.

Na sljedećem grafikonu (Grafikon 8) prikazano je zadovoljstvo sudionika pojedinim segmentima *online* nastave i ispita.

Molimo procijenite svoje zadovoljstvo sljedećim segmentima organizacije *online* nastave i ispita u akademskoj godini 2020./2021.



Grafikon 8: Zadovoljstvo sudionika segmentima organizacije online nastave i ispita u ak. god. 2020./2021.

Sudionici na različite načine vide moguće promjene u organizaciji nastave i ispita u nadolazećoj akademskoj godini. Temeljem analize pitanja otvorenog tipa na tu temu, sudionike se može podijeliti u tri skupine:

- sudionici koji žele pohađati isključivo nastavu uživo
- sudionici koji žele pohađati isključivo *online* nastavu
- sudionici koji žele kombinirano pohađati nastavu (npr. sudionici koji žele pohađati nastavu *online*, a ispiti i npr. laboratorijske vježbe uživo).

Prva skupina su sudionici koji žele pohađati isključivo nastavu uživo. Njihovi razlozi za održavanje nastave i ispita u potpunosti uživo su: interakcija s nastavnikom i kolegama studentima, socijalne komponente, kvaliteta nastave, manjak koncentracije na *online* predavanjima, motivacija, izbjegavanje neetičnog ponašanja kod studenata i stoga što nastavu uživo procjenjuju boljom za brukoše radi interakcije i uvođenja u studij i obaveze.

Neki od citata sudionika koji žele pohađati isključivo nastavu uživo su:

- ... u razgovoru s kolegama shvatili smo da smo svi manje motivirani, nedostaju nam kolege, socijalni kontakt student - student, student - profesor. ... vratite nam uživo nastavu za naše mentalno zdravlje!
- Ovim načinom gubi se čar studiranja, ljudi postaju još više asocijalni, a da ne govorim koliko samo depresije hara i koliko se ljudski um uništava ne stvarajući nove veze i kontakte. Nadalje, zamislite koliko je samo teško studentima koji su iz novog grada i nikoga nemaju mogućnosti upoznati...
- Ova akademска godina je toliko unakazila studentsko iskustvo, pogotovo brucoša, da s jedne strane želim da bude sve uživo jer u pola semestra koji se održao uživo su moji rezultati bili neusporedivo bolji od ostatka godine. A s druge strane, činjenica da su mi pred početak druge godine mog studija sve kolege još uvijek novi nepoznati ljudi stvara mi opću, a pogotovo socijalnu anksioznost pri pomisli da bi moglo sve biti uživo - od 0 do 100 % odjednom.
- Smatram da bi se tako stvorile jednakе mogućnosti za sve studente (podjednaka kvaliteta nastave) te bi se suzbilo neetično ponašanje od strane nekih studenata koji su ispite imali u potpunosti online i tako ostvarili veći prosjek ocjena.
- Probuditi motivaciju i zainteresiranost kod studenata vraćanjem na staro normalno! Trebalo bi se poticati studente na veću angažiranost i adekvatno ocjenjivati njihov (ne)uspjeh, što je vrlo teško u online okruženju. Mišljenje velikog broja studenata: "Kako da se usredotočim na predavanje te budem angažiran/a i učinkovit/a, ako sjedim i pratim u vlastitoj sobi, u kućnom ambijentu okružen/a ukućanima?
- Neka sve bude uživo. Ako možemo ići piti kave, hodati po trgovackim centrima, klubovima i ostalom, u čemu je problem da fizički dolazimo na faks?
- Komunikacija je sporija, neprirodnija, primjećujem da se uz studente i profesori ne slažu s ovakvom načinom implementacije znanja, osjeća se pad kvalitete predanog znanja. Također, u online okruženju ne postoje spontane interakcije (npr. sretnete profesora na hodniku pa vam padne nešto na pamet da ga upitate, sporedna komunikacija s ostalim studentima), što mislim da je jedan bitan dio studiranja općenito.

Druga skupina su sudionici koji žele pohađati isključivo *online* nastavu. Njihovi razlozi su: rad uz studij, studenti koji putuju na studij, izvanredni studenti, zbog starijih ukućana, straha za zdravlje, zbog stalnog rasta broja zaraženih bolešću COVID-19 te zbog snimljenih predavanja koja se mogu ponovno pregledati.

Neki od citata sudionika koji žele pohađati isključivo *online* nastavu su:

- Vjerujem da se *online* nastava pokazala kao velika ušteda vremena i na taj način se čak i ljudima koji nisu redovno dolazili na predavanja uživo, dala mogućnost slušanja predavanja.
- *Online* nastava uštedjela mi je novac i vrijeme.
- Pandemija je pokazala da se može učiniti nezamislivo, može se ljudi educirati, a da se ne gledaju na istoj učionici. To treba gledati kao uspjeh.
- Smatram da bi gradivo uvijek trebalo biti dostupno *online* jer kao kronični bolesnik nisam uvijek u stanju doći na faks...
- ... *Online* predavanja i ispit su jednakovrijedni, mogućnost sudjelovanja i praćenja nastave na ovakav način je 100 %, ukoliko je student zainteresiran za nastavu. Svi

studenti imaju jednaku mogućnost studiranja online, jer ne postoji diskriminacija s obzirom na mjesto prebivališta.

- ... što se tiče neetičnog ponašanja ne treba generalizirati, ovisi od studenta do studenta.
- *Online nastava je nešto što predstavlja budućnost studiranja osobito za nas osobe zaposlene, kojima je teško uskladiti odlazak na predavanja uživo i posao, a da o obiteljskom životu i ne govorimo.*
- ... U privatnim tvrtkama je dokazana veća efikasnost i pozitivniji rezultati prilikom rada od kuće, a smatram da bi i visoka učilišta trebala evoluirati u tom smjeru. Isto tako, ušteda vremena i novca je ogromna u slučaju odvijanja online nastave, a smatram da bi se tako i povećao broj studenata kroz nadolazeće godine. Nevjerojatno je koliko veliki broj kolega je radi 8 satnog radnog vremena i obiteljskih obveza morao odustati od studija. Kada još dodamo predavanja u udaljenom gradu, studij postaje nemoguća misija. Online nastava mijenja stvari naglavačke za velik broj ljudi, i to na pozitivno.

Treća skupina su sudionici koji žele kombinirano pohađati nastavu (npr. sudionici koji žele pohađati nastavu *online*, a ispite i laboratorijske vježbe uživo). Njihovi razlozi za to su: vremensko ograničenje i težina pitanja za *online* ispite (fizički nemoguće u kratkom vremenu napisati odgovor), distrakcija kod kuće prilikom *online* ispita, izbjegavanje neetičnog ponašanja kod studenata te iskorištavanje pozitivnih strana virtualnog okruženja.

Neki od citata ispitanika koji žele kombinirano pohađati nastavu su:

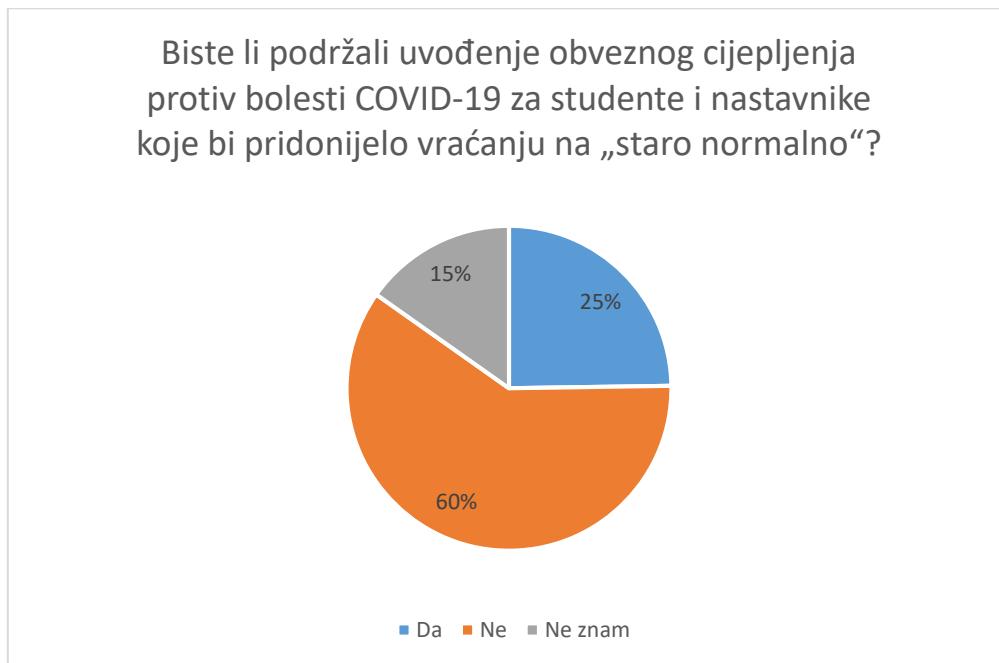
- *Predavanja bi bila dobra i online, ali ispit bi trebali biti uživo. Puno mojih kolega ni ne zna koje predmete su slušali budući da su ispite prepisivali.*
- *Određeni studijski programi jednostavno se ne mogu ni u kojem slučaju kvalitetno provesti online jer zahtijevaju odlazak na vježbe i praksu. Online nastava takvih kolegija drastično smanjuje kvalitetu konačnog produkta – u mojoj slučaju to su arhitektonski projekti koji bi sigurno bili kvalitetnije obrađeni da je nastava bila uživo. Sama predavanja (teorijski dio) još je moguće pristojno odraditi online, dok vježbovni dio apsolutno ne.*
- *Smatram da se svaka provjera znanja, pod time mislim i na pismene i na usmene ispite, MORA vršiti uživo. Online ispitima ne možemo uvidjeti stvarnu količinu znanja koju student posjeduje. Naime, profesori online ispite koncipiraju na način da daju vrlo malo vremena za zadržavanje na jednom pitanju s ciljem sprječavanja prepisivanja. Realno je da student ne može na jedno esejsko pitanje odgovoriti istom brzinom kao i na ono s točnim ili netočnim odgovorom. Također, strah od padanja sistema ili ne povlačenja odgovora povećavaju razinu stresa studenata. Iz navedenih razloga, smatram da se svaka provjera znanja treba vršiti uživo...*
- *... predavanja online nam pružaju više prostora za obavljanje studentskih obaveza (jer ne gubimo vrijeme na prijevoz od i do fakulteta). Dok praktične vježbe uživo nam omogućuju bolje upoznavanje i s ostalim kolegama, kao i s profesorima/asistentima na fakultetu i naravno s gradivom kolegija.*
- *... Što se tiče ispita, smatram da se mogu organizirati online na način da se izbjegne neetično postupanje pojedinaca. No, postoji prepreka. Nemamo svi iste uvijete pri pisanju ispita online te nekim kolegama konstantno puca veza ili listanje kroz ispit uzima puno vremena. Zbog toga smatram da su ispit uživo bolja opcija.*

- *Iako je online nastava imala mnogo loših strana (loša organizacija kolegija u online okruženju, otežana komunikacija, razne tehničke i digitalne poteškoće za vrijeme izvođenja nastave, nedovoljna povezanost i socijalizacija između profesora, ali i ostalih studenata), smatram da bi se neki aspekti online nastave mogli nastaviti koristiti – npr. snimanje predavanja i time omogućavanje naknadnog preslušavanja u slučaju izostanka, bolesti i sl. ... Nemoguće je napraviti nešto bolje jer će uvijek biti onih koji neće pratiti predavanja, a sve će prepisati, bilo to uživo ili online. One koje zanima će i slušati, kako god se održavalо. Jedino se treba više izlaziti u susret studentima kojima je vrlo teško doći na fakultet radi ispita koji će trajati do 60 minuta. Dosta studenata nema prijevoz od svog prebivališta do fakulteta svakih sat, dva pa moraju potratiti više sati u drugom gradu samo jer profesor nije htio nikako izaći u susret (bilo to dopuštanje pisanja online uz kameru ili prebacivanje u drugu grupu za pisanje ispita/kolokvija).*

Sudionici, također, navode da je potrebno u nadolazećoj akademskoj godini u organizaciji nastave i ispita obratiti pažnju na sljedeće segmente:

- literaturu učiniti dostupnijom
- omogućiti više interakcije između studenta i profesora
- educirati nastavnike za *online* nastavu
- osigurati nastavnicima kvalitetniju tehničku opremu za *online* nastavu te omogućiti stabilnu internetsku vezu
- propisati jednaka pravila za sve nastavnike, a ne da nastavnici sami biraju žele li nastavu *online* ili uživo
- skratiti duljinu *online* predavanja
- revidirati ispite i kriterije za ocjenjivanje u virtualnom okruženju
- vratiti polaganje kolegija putem kolokvija
- poticati zainteresiranost studenta za *online* nastavu
- omogućiti psihološko savjetovanje nastavnika i studenata
- educirati nastavnike u pedagoškom smislu za *online* nastavu
- uspostaviti sustav protiv plagiranja u virtualnom okruženju.

Jedan od preduvjeta kada je riječ o održavanju nastave uživo i vraćanju na *staro normalno* je i cijepljenje protiv bolesti COVID-19 za studente i nastavnike. Više od polovine sudionika, njih 60 %, ne bi podržalo uvođenje obaveznog cijepljenja protiv bolesti COVID-19 za studente i nastavnike, a manjina (njih 25 %) je za uvođenje obaveznog cijepljenja.



Grafikon 9: Stavovi sudionika o uvođenju obaveznog cijepljenja protiv bolesti COVID-19 za studente i nastavnike

Stručna praksa

Većina sudionika, njih 60 %, navodi da stručna praksa nije obavezna unutar studijskog programa koji pohađaju.



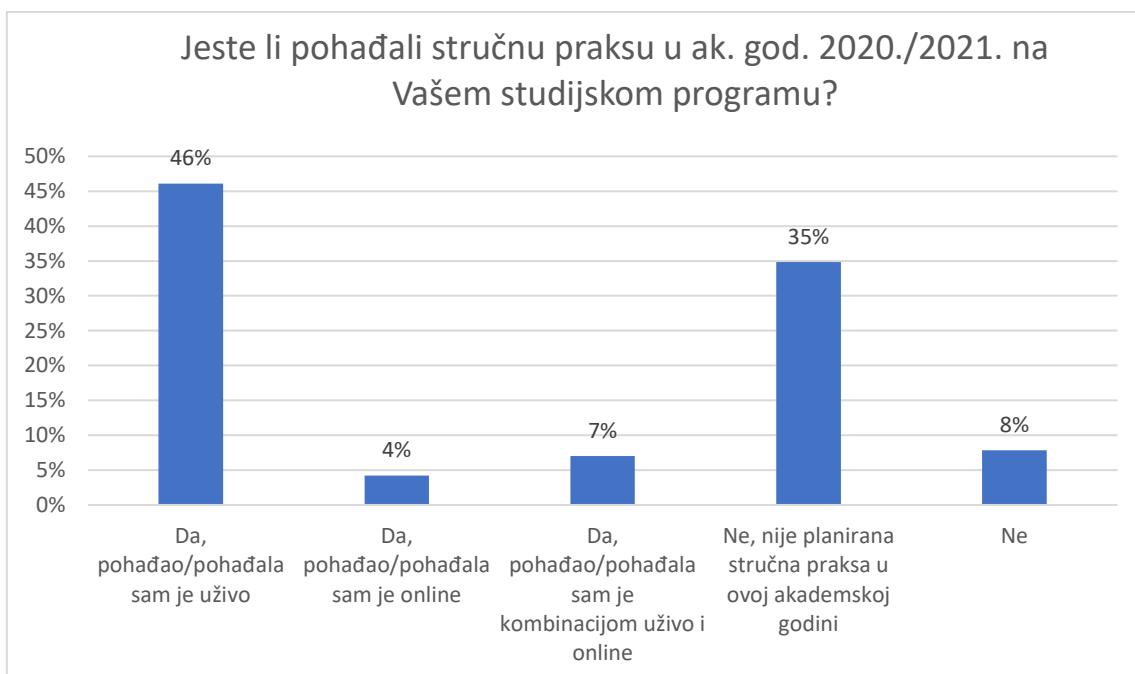
Grafikon 10: Obavezna stručna praksa u sklopu studijskog programa sudionika

Od sudionika koji navode da je stručna praksa obavezna, njih 46 % je istu pohađalo uživo. Sličan je postotak i onih sudionika koji nisu pohađali stručnu praksu većinom zbog toga što nije planirana na godini studija na koju su trenutno upisani (ili su je pohađali na prethodnim godinama studija ili će tek pohađati na nadolazećim godinama studija).

Od ostalih razloga zašto nisu pohađali studentsku stručnu praksu, sudionici većinom navode razloge povezane s COVID-19 pandemijom te radni odnos studenata (potvrda od poslodavca) za studente koji su oslobođeni od prakse.

Sudionici navode i sljedeće pojedinačne odgovore: nemogućnost pronalaska institucije gdje bi se stručna praksa obavljala, zamolbe za oslobođenje od pohađanja stručne prakse, nezadovoljstvo načinom organizacije stručne prakse ili primjerice da visoko učilište nije omogućilo pohađanje stručne prakse.

Neznatan je postotak sudionika koji su stručnu praksu pohađali kombinacijom *online* i uživo te isključivo *online*.



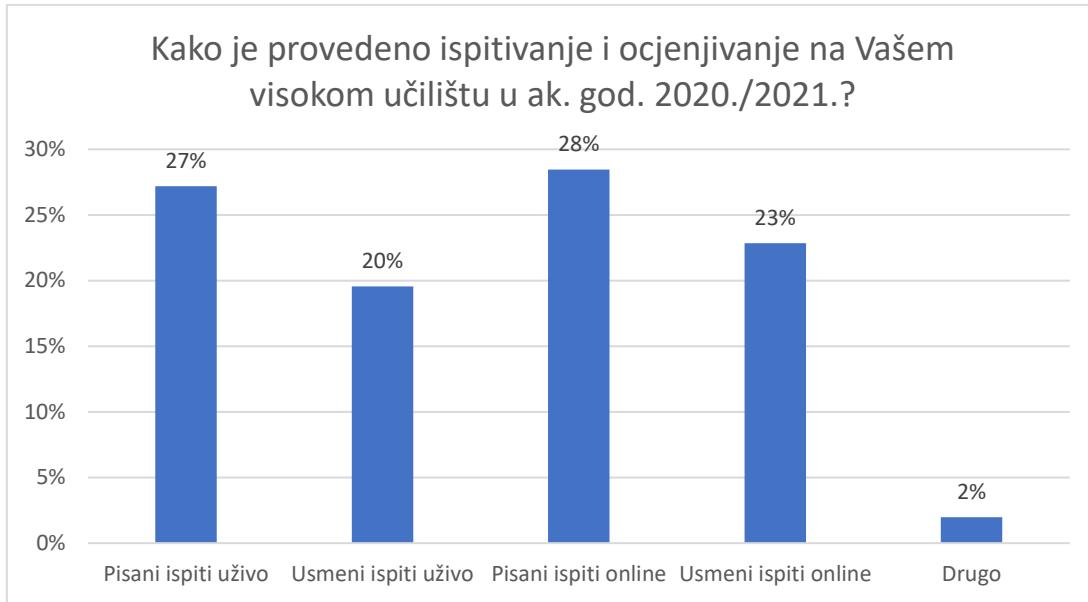
Grafikon 11: Pohađanje stručne prakse sudionika u ak. god. 2020./2021.

Provjera znanja i etično ponašanje

Ocenjivanje i ispitivanje studenata u ak. god. 2020./2021., temeljem odgovora sudionika, je provedeno u jednakoj mjeri korištenjem pisanih ispita uživo (27 %) i *online* (28 %) te u jednakoj mjeri usmenim ispitima uživo (20 %) i *online* (23 %).

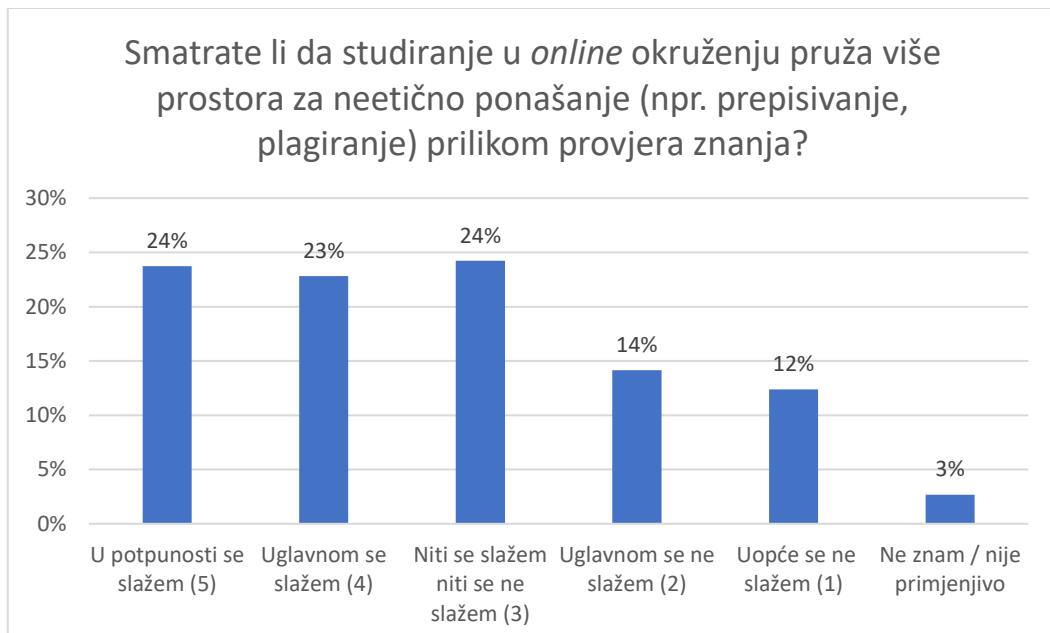
Sudionici navode da je ispitivanje i ocjenjivanje bilo različito (uživo ili *online*) ovisno o kolegijima i nastavnicima. Jedan dio sudionika navodi da su primjerice kolokviji u sklopu kolegija održavani *online*, a završni ispiti uživo. Obrane završnih radova također su održavane uživo.

Od ostalih metoda ispitivanja i ocjenjivanja sudionici navode seminarske radove i prezentacije, projektne zadatke, praktične ispite, vježbe i zadaće.



Grafikon 12: Ispitivanje i ocjenjivanje sudionika u ak. god. 2020./2021.

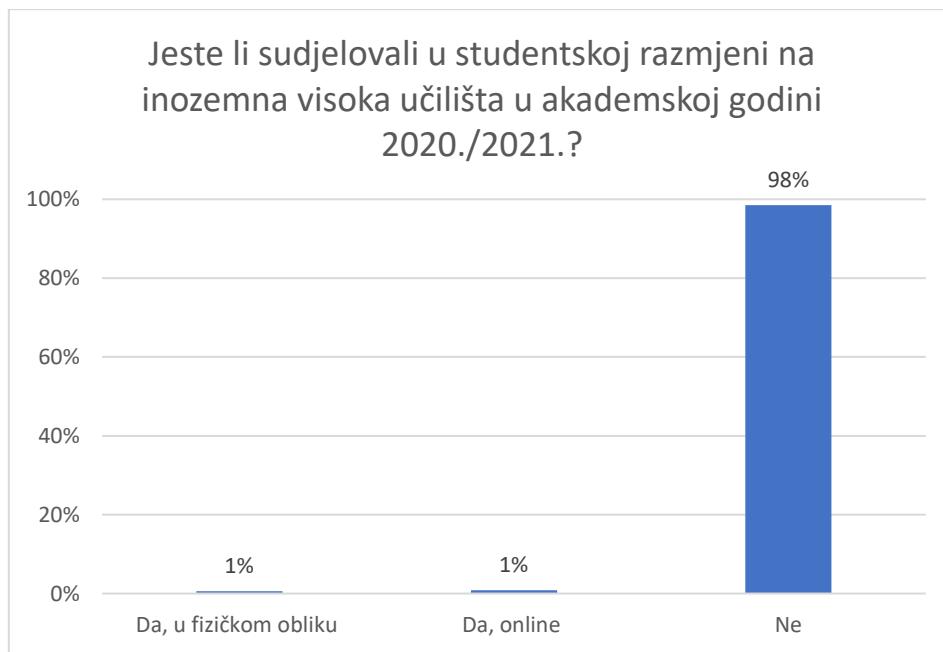
Istraživanje je pokazalo da se najveći postotak sudionika, njih 47 %, u potpunosti ili uglavnom slaže da *online* studiranje pruža više prostora za neetično ponašanje prilikom provjere znanja. Dio sudionika (26 %) se uglavnom ili uopće ne slaže s navedenim, a drugi dio (24 %) se niti slaže niti ne slaže.



Grafikon 13: Povezanost online studiranja i neetičnog ponašanja prilikom provjere znanja

Studentska razmjena

Kako bi se dobio uvid u mobilnost tijekom ak. god. 2020./2021. ispitana je i mogućnost studentske razmjene na inozemna visoka učilišta. Velika većina sudionika iz redova studentske populacije, njih čak 98 %, izjasnila se da nisu imali mogućnost pohađati studentsku razmjenu. Svega 2 % ispitanika imalo je mogućnost prisustvovati studentskoj razmjeni bilo u fizičkom ili *online* obliku.



Grafikon 14: Studentska razmjena sudionika na inozemna visoka učilišta u ak. god. 2020./2021.

2. Studentski život tijekom pandemije bolesti COVID-19

Tematska cjelina *Studentski život tijekom pandemije bolesti COVID-19* istražuje na koji je način i u kojoj mjeri pandemija utjecala na prateće aspekte studentskog života, poput života u studentskom domu, društvenog života, studentskih poslova i slično, koji nisu povezani s nastavnim procesom, ali čine važan segment ukupnog iskustva i zadovoljstva studiranjem.

Istraživala su se tri skupa pitanja: pripadnost studentskoj zajednici i društveni život, stanovanje i prehrana, studentski poslovi i financiranje troškova studija i života.

Rezultati pokazuju da među studentima postoji značajna razina nezadovoljstva studentskim životom u odnosu na razdoblje prije pandemije: 59 % studenata kaže da je njihovo zadovoljstvo puno manje i manje. Također, narušen je osjećaj pripadnosti studentskoj zajednici, a većina (73 %) nije imala priliku upoznavati nove ljude kao do sada. Postojeće odnose s kolegama sa studija uglavnom su održavali pomoću društvenih mreža i komunikacijskih platformi (78 % odgovora).

Gotovo polovina (46 %) studenata kaže da je ograničavanje društvenog života nepovoljno utjecalo na njihovu motiviranost za učenje i izvršavanje studentskih obveza, dok ih 36 % smatra suprotno.

Značajan postotak studenata (43 %) smatra da je pandemija negativno utjecala na ponudu studentskih poslova što, također, doprinosi ukupnom zadovoljstvu i to onih studenata koji se u većoj mjeri sami financiraju.

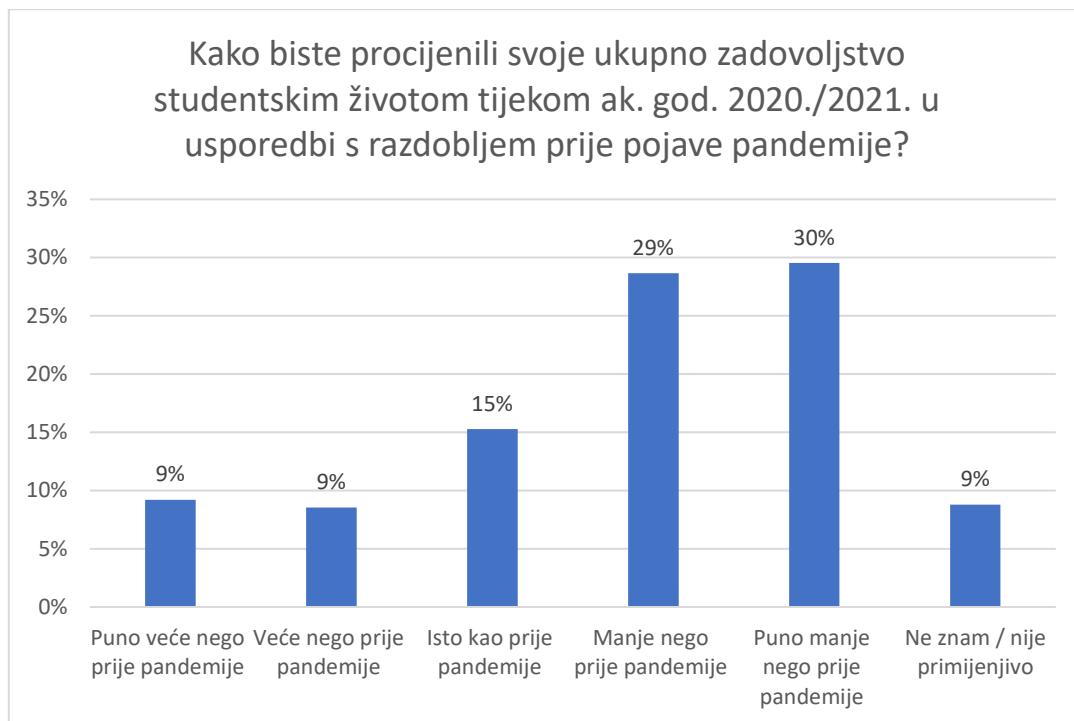
Prema odgovorima sudionika, pandemija nije značajnije utjecala na organizaciju studentskog smještaja, a da je imala i pozitivnih učinaka govori podatak o uštedi: 60 % studenata navodi da su zbog *online* nastave uštedjeli na troškovima putovanja.

Nešto više od polovine studenata (54 %) imalo je osigurane uvjete za kvalitetno studiranje na daljinu u smještaju u kojem je boravilo.

U životu nakon pandemije najveći postotak studenata veseli se druženju s kolegama bez ograničenja (71 %) te nenošenju maski (71 %), značajan postotak raduje se putovanjima u inozemstvo (66 %), a nastavi uživo veseli se 41 % sudionika istraživanja.

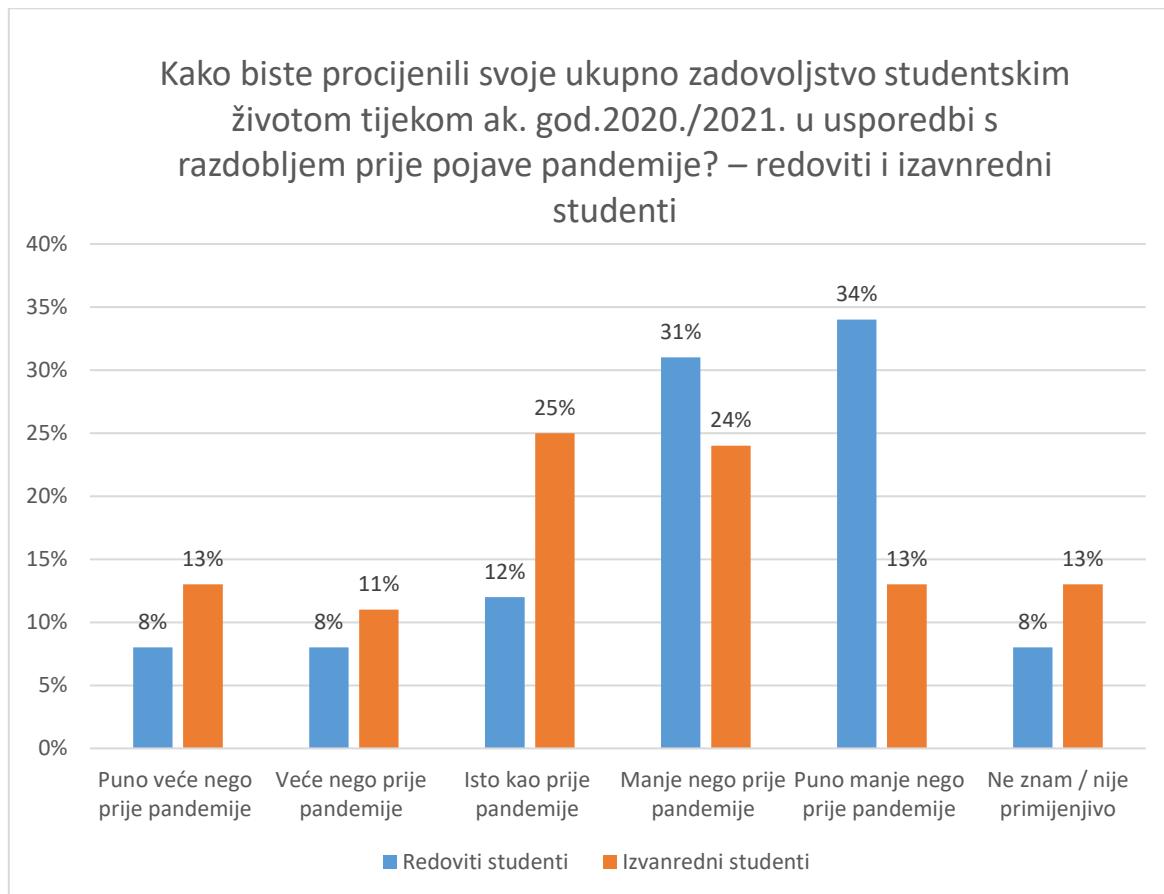
Utjecaj pandemije na različite aspekte društvenog života studenata

Većina sudionika istraživanja (59 %) procijenila je da je njihovo zadovoljstvo studentskim životom puno manje i manje u odnosu na razdoblje prije pandemije bolesti COVID-19. Za razliku od toga 18 % studenata puno je zadovoljnije i zadovoljnije u odnosu na ranije razdoblje.



Grafikon 15: Ukupno zadovoljstvo studenata studentskim životom tijekom ak. god. 2020./2021. u odnosu na razdoblje prije pandemije bolesti COVID-19

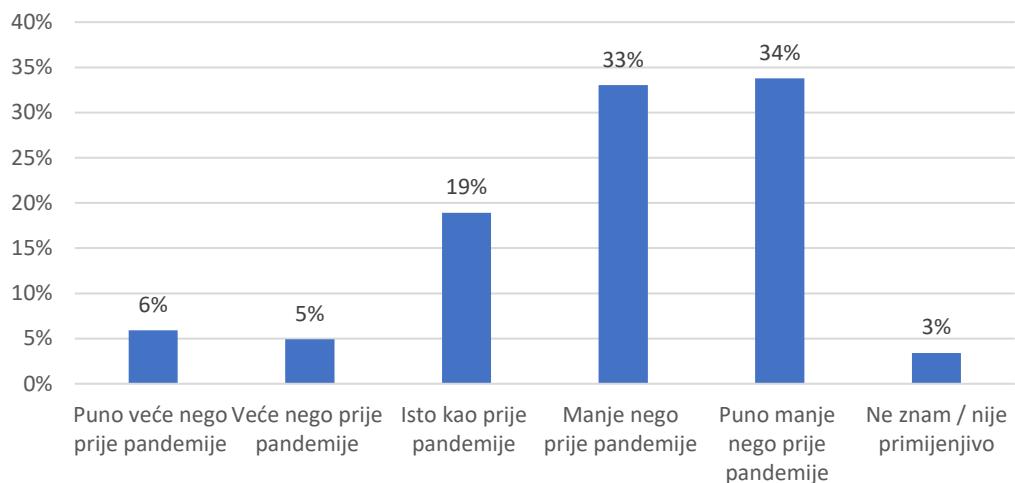
Može se uočiti razlika između zadovoljstva studentskim životom kod redovitih i izvanrednih studenata. Veći postotak redovitih studenata puno manje i manje je zadovoljan studentskim životom nego prije pandemije, dok je veći postotak izvanrednih studenata odgovorio da je zadovoljstvo puno veće i veće.



Grafikon 16: Zadovoljstvo studentskim životom u ak. god. 2020./2021. u odnosu na razdoblje prije pandemije bolesti COVID-19 – redoviti i izvanredni studenti

Prikaz ukupnog zadovoljstva društvenim životom vrlo je sličan prikazu ukupnog zadovoljstva studentskim životom: gotovo 67 % sudionika istraživanja puno manje i manje je zadovoljno društvenim životom nego što su bili prije pojave pandemije, dok je kod 11 % njih zadovoljstvo puno veće i veće.

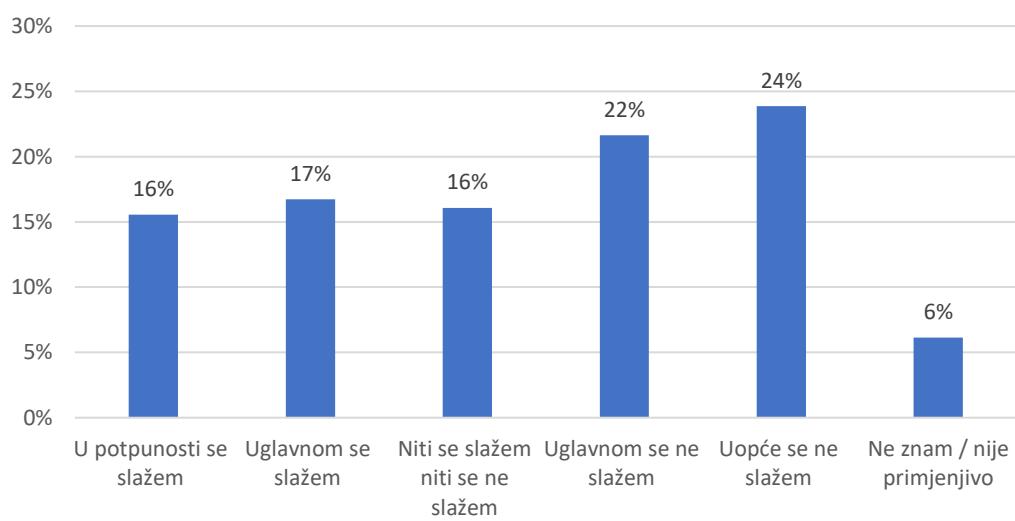
Kako biste procijenili svoje zadovoljstvo društvenim životom tijekom ak. god. 2020./2021. u usporedbi s razdobljem prije pojave pandemije?



Grafikon 17: Zadovoljstvo studenata društvenim životom u ak. god. 2020./2021. u odnosu na razdoblje prije pandemije bolesti COVID-19

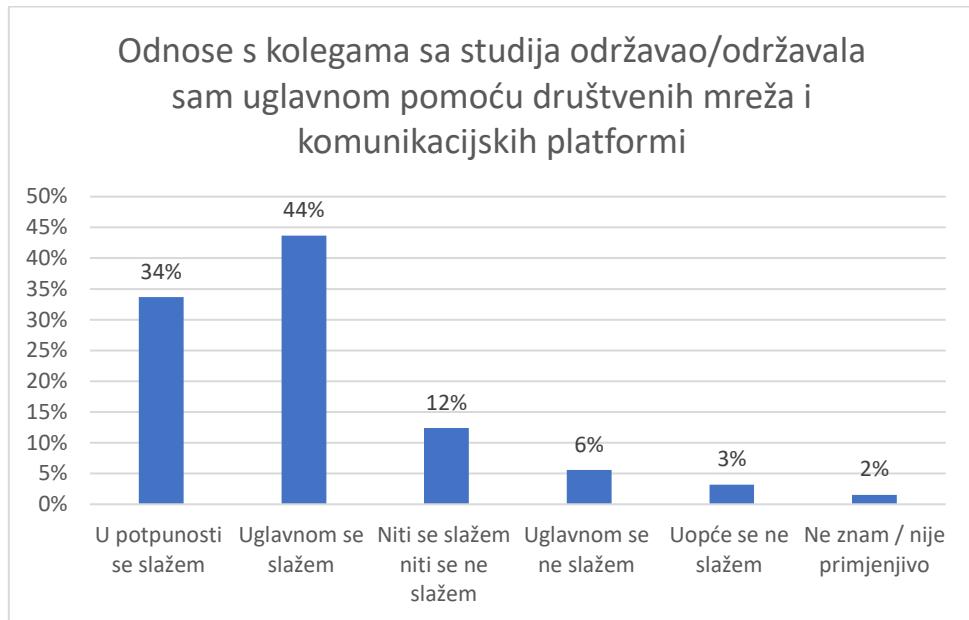
Trećina studenata (33 %) slaže se s tvrdnjom da su u prošloj akademskoj godini osjećali pripadnost studentskoj zajednici u jednakoj mjeri kao i prije pandemije (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“), dok ih se gotovo polovina (46 %) s time ne slaže (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“). Neodlučnih je 16 %.

Tijekom ak. god. 2020./2021. osjećao/osjećala sam pripadnost studentskoj zajednici u jednakoj mjeri kao i prije pandemije



Grafikon 18: Osjećaj pripadnosti studentskoj zajednici tijekom ak. god. 2020./2021.

Većina je studenata (78 %) odnose s kolegama sa studija održavala uglavnom putem društvenih mreža i komunikacijskih platformi (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“), dok se njih 9 % uglavnom i uopće ne slaže s tom tvrdnjom.



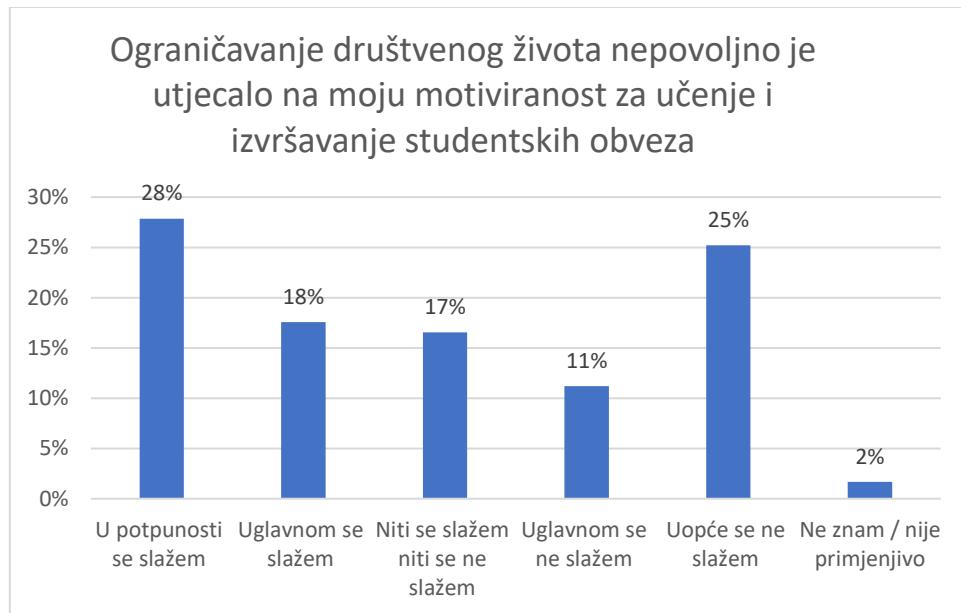
Grafikon 19: Održavanje odnosa s kolegama sa studija pomoću društvenih mreža i komunikacijskih platformi tijekom ak. god. 2020./2021.

Upoznavanje novih ljudi – kolega, prijatelja i sl. važan je aspekt društvenog života. Prema odgovorima sudionika istraživanja, vidljivo je da većina njih (73 %) tijekom prošle akademske godine nije bila u prilici upoznavati nove ljude kao što su to činili ranijih godina (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“). Tek ih se 13 % s time nije složilo (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“).



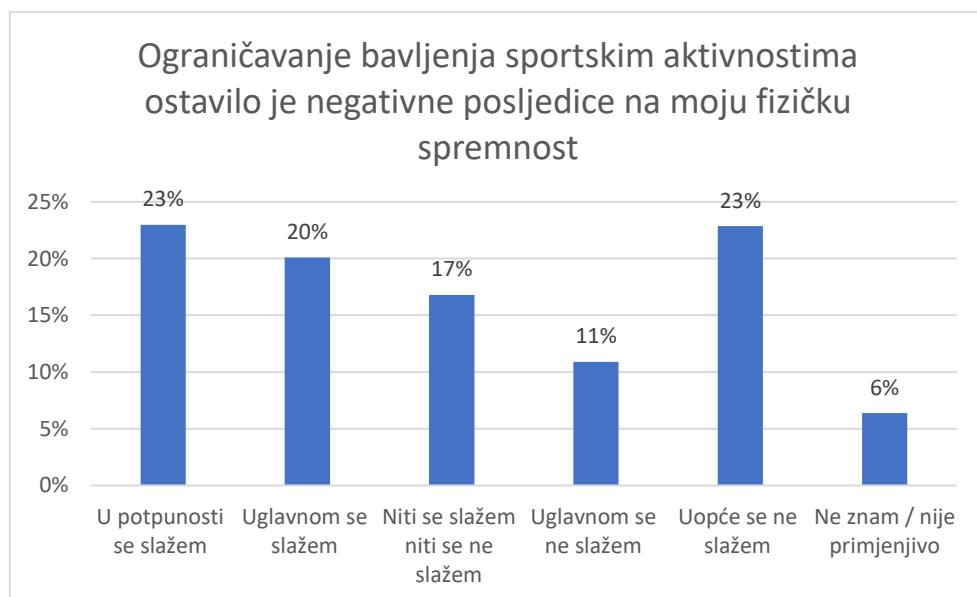
Grafikon 20: Upoznavanje novih ljudi tijekom ak. god. 2020./2021.u odnosu na razdoblje prije pandemije

Gotovo polovina (46 %) studenata u nekoj se mjeri slaže s tvrdnjom da je ograničavanje društvenog života nepovoljno utjecalo na njihovu motiviranost za učenje i izvršavanje studentskih obveza (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“), dok ih se 36 % s navedenom tvrdnjom u nekoj mjeri ne slaže (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“).



Grafikon 21: Utjecaj ograničavanja društvenog života na motiviranost studenata za učenje i izvršavanje obveza tijekom ak. god. 2020./2021. u odnosu na razdoblje prije pandemije

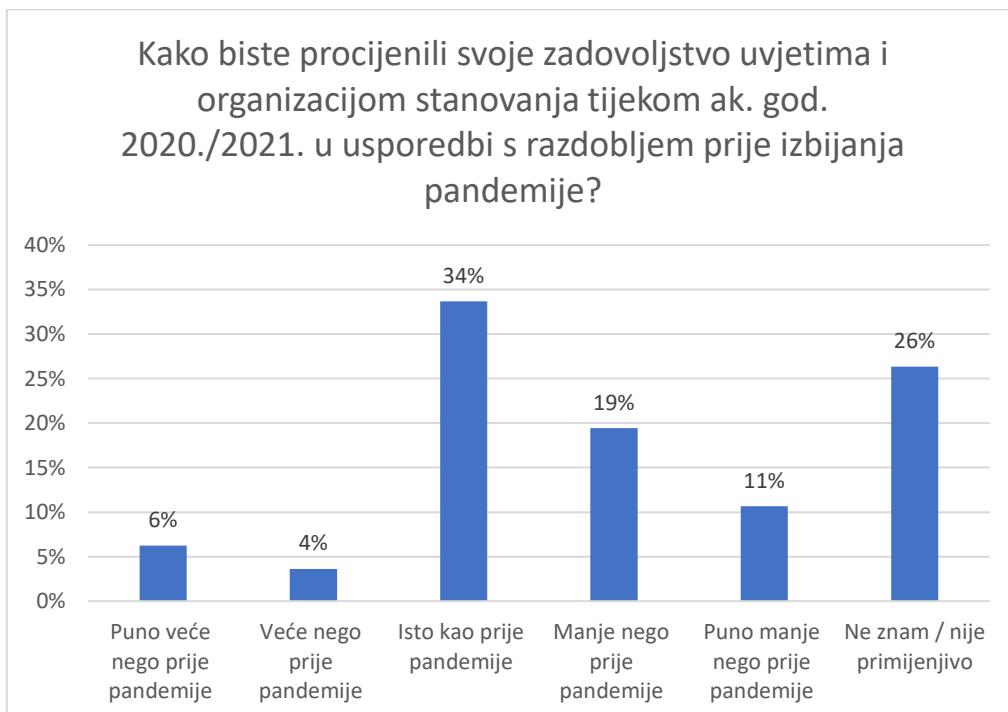
Većina sudionika (43 %) u nekoj se mjeri slaže (odgovori „U potpunosti seslažem“ i „Uglavnom se slažem“) s tvrdnjom da je ograničavanje bavljenja sportskim aktivnostima ostavilo negativne posljedice na njihovu fizičku spremnost, dok ih se 34 % s navedenom tvrdnjom u nekoj mjeri ne slaže (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“).



Grafikon 22: Utjecaj ograničavanja sportskih aktivnosti na fizičku spremnost studenata tijekom ak. god. 2020./2021. u odnosu na razdoblje prije pandemije

Utjecaj pandemije na aspekte studentskog života povezane sa smještajem i prehranom

Kada je u pitanju zadovoljstvo studenata koji studiraju izvan mjesta prebivališta uvjetima i organizacijom stanovanja, većina (34 %) ih je tim aspektom studentskog života zadovoljna u jednakoj mjeri kao i prije pandemije. Trećina (30 %) njih pak navodi da je zadovoljna manje i puno manje u odnosu na razdoblje prije pandemije.

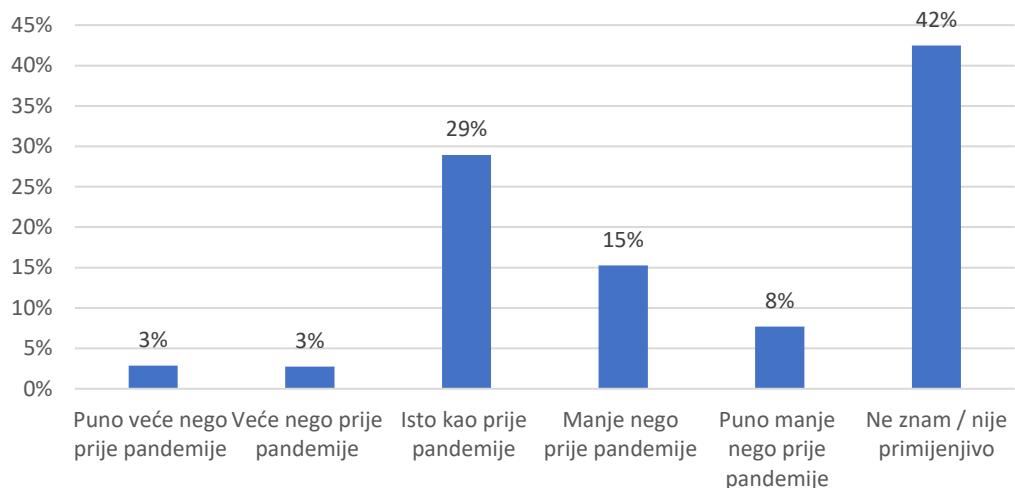


Grafikon 23: Zadovoljstvo studenata koji studiraju izvan mjesta prebivališta uvjetima i organizacijom stanovanja tijekom ak. god. 2020./2021. u odnosu na razdoblje prije pandemije

Na pitanje kako bi procijenili zadovoljstvo organizacijom studentske prehrane tijekom ak. god. 2020./2021. u odnosu na razdoblje prije pandemije, većina (42 %) studenata odgovorila je „Ne znam / nije primjenjivo“ što se može objasniti time da značajan broj studenata ne koristi studentske menze u tolikoj mjeri da im eventualne restrikcije povezane s pandemijom predstavljaju izvor nezadovoljstva.

Gotovo trećina studenata (29 %) odgovorila je da su u jednakoj mjeri zadovoljni, dok je njih 23 % manje i puno manje zadovoljno navedenim aspektom studentskog života u odnosu na razdoblje prije pandemije.

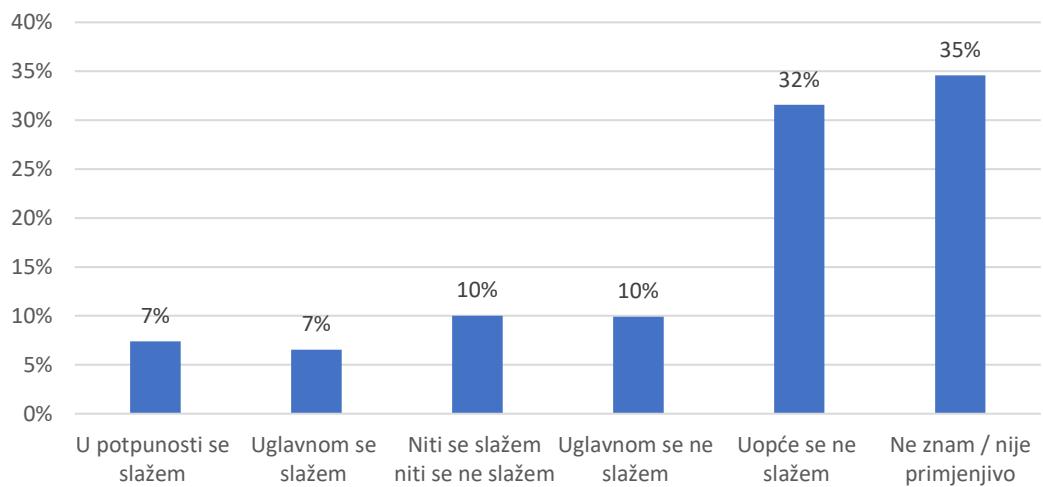
**Kako biste procijenili svoje zadovoljstvo organizacijom
studentske prehrane tijekom ak. god. 2020./2021. u
usporedbi s razdobljem prije izbijanja pandemije?**



Grafikon 24: Zadovoljstvo studenata organizacijom studentske prehrane tijekom ak. god. 2020./2021. u odnosu na razdoblje prije pandemije

U pogledu studentskog smještaja, 42 % studenata koji studiraju izvan mesta prebivališta nije imalo poteškoća pri organizaciji smještaja (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“), dok je 14 % studenata odgovorilo da se s tim poteškoćama susrelo (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“).

**Imao/imala sam poteškoća pri organizaciji studentskog
smještaja – studenti koji studiraju izvan mesta
prebivališta**



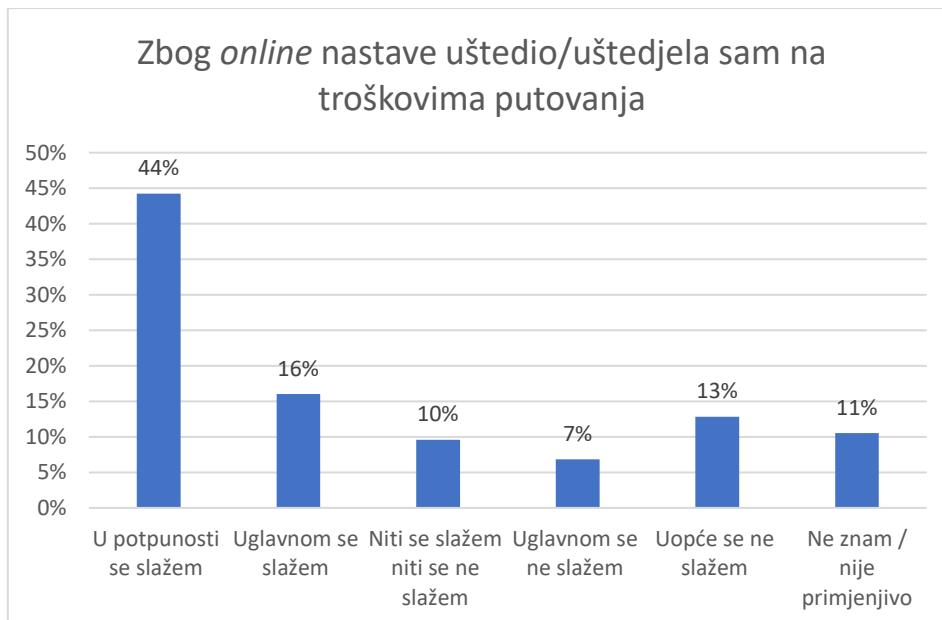
Grafikon 25: Poteškoće studenata koji studiraju izvan mesta prebivališta pri organizaciji studentskog smještaja tijekom ak. god. 2020./2021. u odnosu na razdoblje prije pandemije

Više od polovine (54 %) sudionika istraživanja imalo je osigurane uvjete za kvalitetno studiranje na daljinu u smještaju u kojem je boravilo tijekom prošle ak. god. (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“), a značajno manje njih (9 %) se uglavnom i uopće ne slaže s tom tvrdnjom.



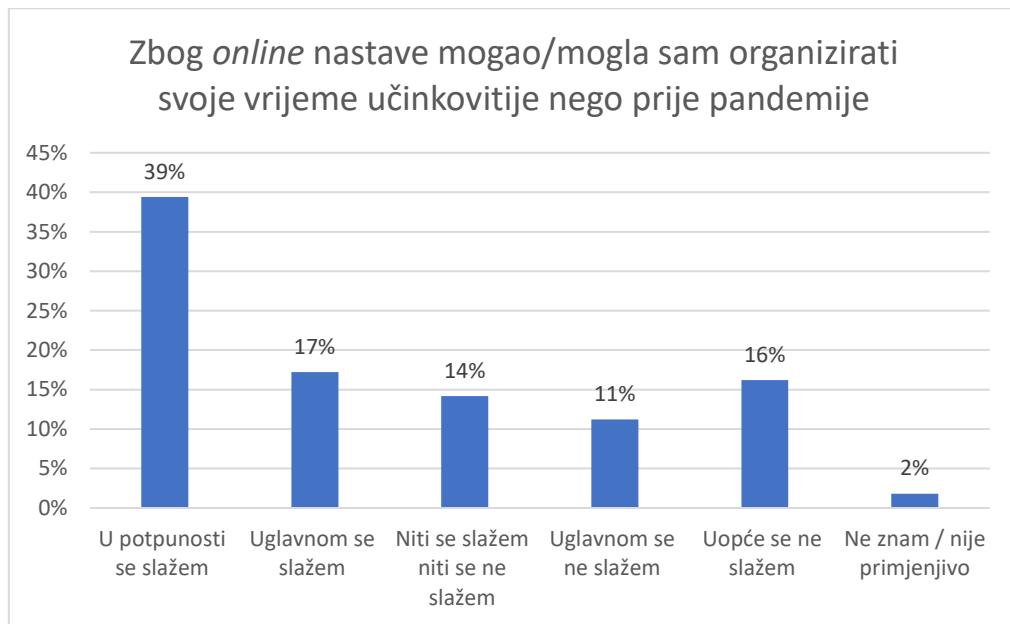
Grafikon 26: Osigurani uvjeti za kvalitetno studiranje na daljinu u smještaju u kojem su studenti boravili tijekom ak. god. 2020./2021.

Čak 60 % studenata navodi da je zbog *online* nastave uštedjelo na troškovima putovanja (odgovori „U potpunost se slažem“ i „Uglavnom se slažem“), dok kod njih 20 % to nije bio slučaj (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“).



Grafikon 27: Ušeda na troškovima putovanja zbog online nastave tijekom ak. god. 2020./2021.

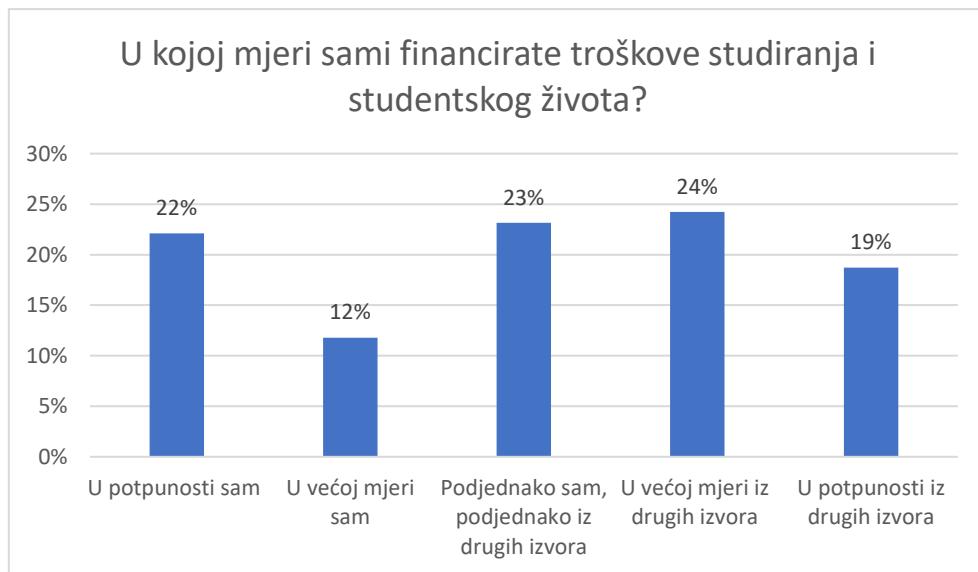
Više od polovine (56 %) studenata odgovorilo je da je tijekom ak. god. 2020./2021., a zbog *online* nastave, moglo učinkovitije organizirati svoje vrijeme („U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“), dok se gotovo trećina (27 %) s time ne slaže (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“).



Grafikon 28: Učinkovitija organizacija vremena zbog *online* nastave tijekom ak. god. 2020./2021.

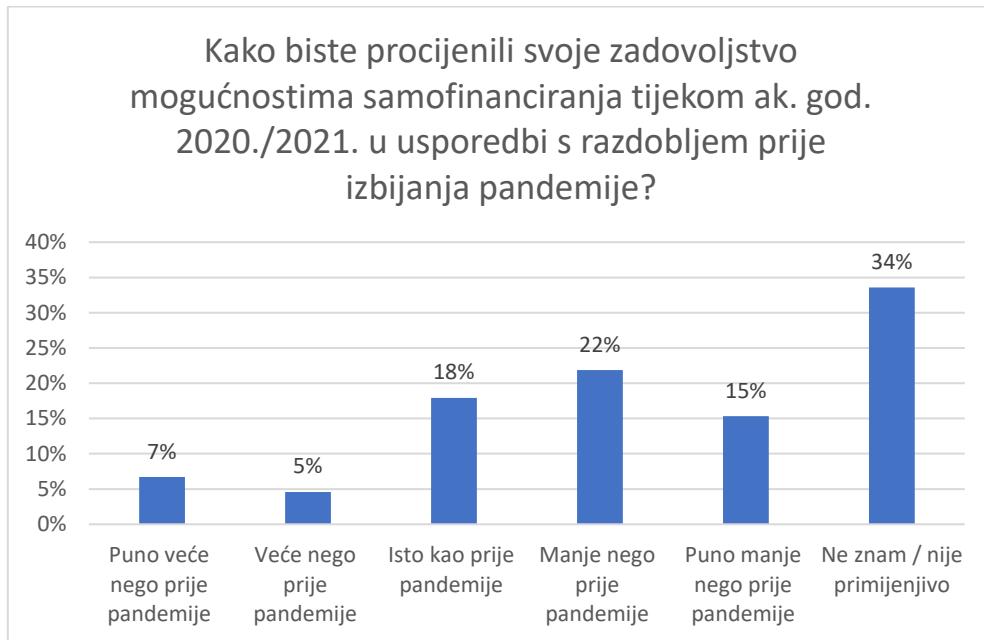
Financiranje troškova studiranja i studentskog života

Među sudionicima istraživanja podjednak postotak njih financira se u potpunosti samostalno (22 %), podjednako sam, podjednako iz drugih izvora (23 %) te u većoj mjeri iz drugih izvora (24 %).



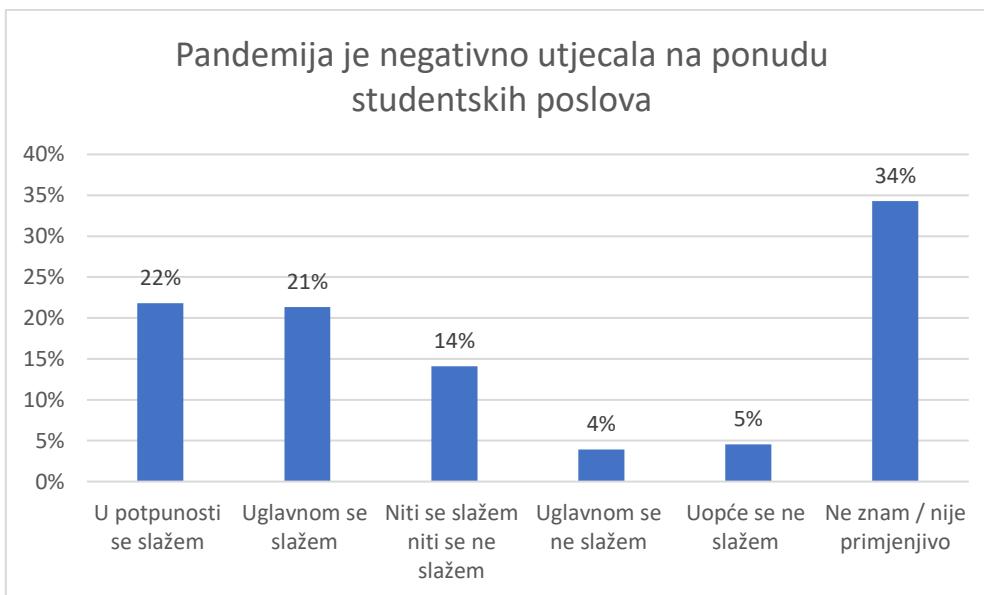
Grafikon 29: Izvori financiranja troškova studija i studentskog života studenata u ak. god. 2020./2021.

Nešto više od trećine (37 %) studenata manje je i puno manje zadovoljno mogućnostima samofinanciranja tijekom prošle godine u odnosu na ranije razdoblje, dok ih je puno više i više zadovoljno 12 %.



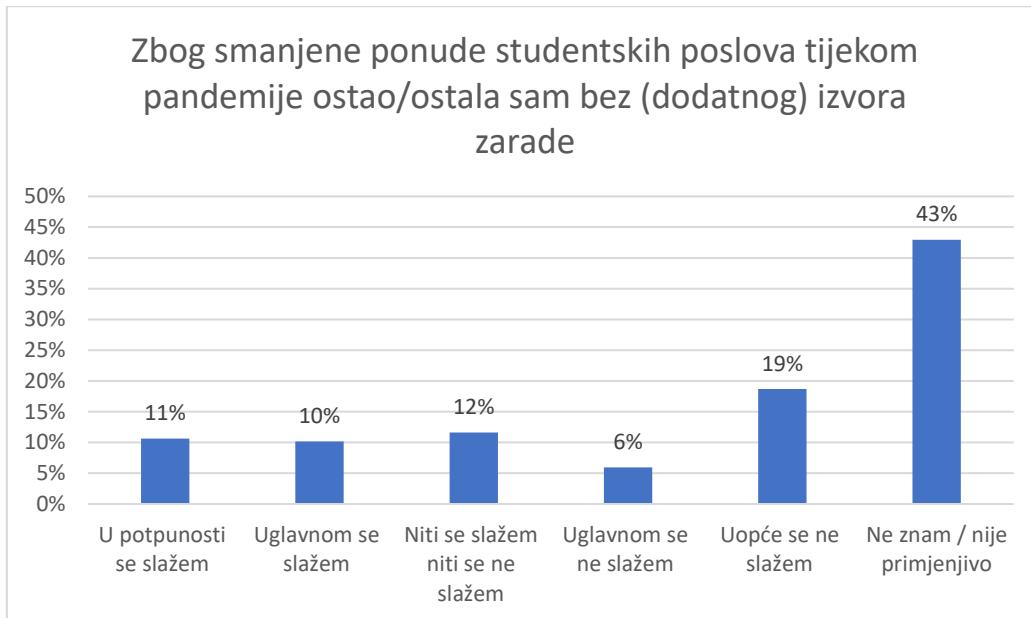
Grafikon 30: Zadovoljstvo mogućnostima samofinanciranja tijekom ak. god. 2020./2021. u odnosu na razdoblje prije pandemije

Da je pandemija negativno utjecala na ponudu studentskih poslova u nekoj mjeri smatra 43 % studenta (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“), dok se s time ne slaže tek njih 9 % (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“). Značajan je postotak odgovora „Ne znam / nije primjenjivo“ (34 %). Možemo pretpostaviti da zadnje navedena skupina studenata nije radila studentske poslove i nije upoznata s njihovom ponudom.



Grafikon 31: Utjecaj pandemije na ponudu studentskih poslova tijekom ak. god. 2020./2021. u odnosu na razdoblje prije pandemije

Od studenata koji su radili ili rade studentske poslove, njih 21 % navelo je da su zbog smanjene ponude poslova ostali bez (dodatnog) izvora zarade (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“), a 25 % odgovorilo je suprotno (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“).



Grafikon 32: Utjecaj smanjene ponude studentskih poslova na zaradu studenata tijekom ak. god. 2020./2021.

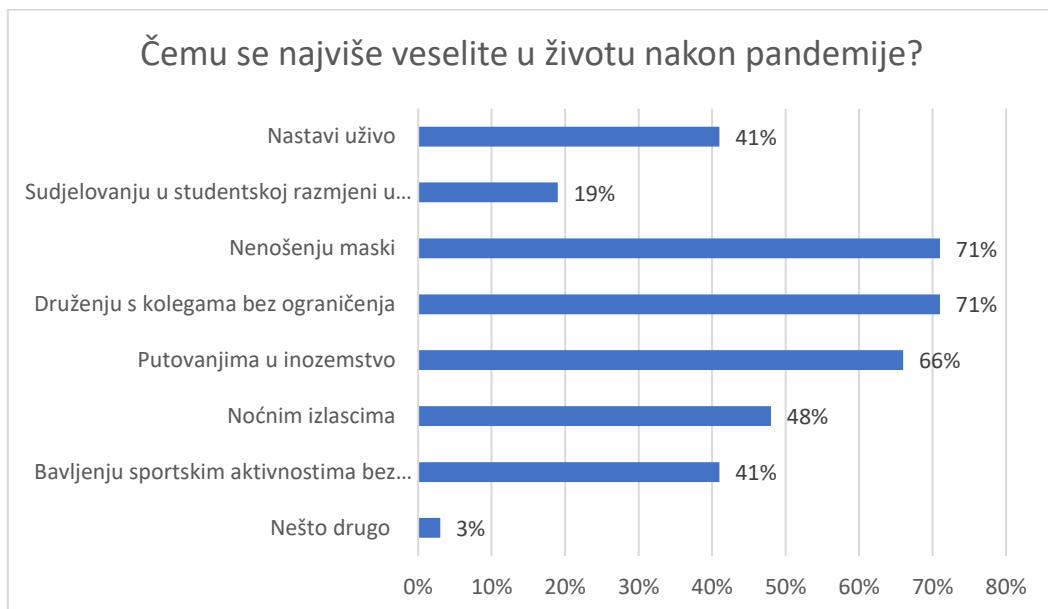
Nešto manje od polovine studenata (40 %) procjenjuje da im troškovi života tijekom pandemije nisu porasli (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“), dok ih 24 % smatra suprotno (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“).



Grafikon 33: Porast osobnih troškova tijekom pandemije

Život nakon pandemije

U životu nakon pandemije najveći postotak studenata veseli se druženju s kolegama bez ograničenja (71 %) te nenošenju maski (71 %). Značajan postotak raduje se putovanjima u inozemstvo (66 %), a nastavi uživo veseli se 41 % sudionika istraživanja.



Grafikon 34: Segmenti društvenog života kojima se studenti vesele u životu nakon pandemije

U kategoriji odgovora „Nešto drugo“ studenti navode da se raduju prestanku medijskog izvještavanja o pandemiji te izazivanju panike i straha, *običnom životu* bez restrikcija, smanjenju stresa uzrokovanih sveopćom situacijom, koncertima, kazališnim predstavama te općenito druženju uživo bez straha od zaraze. Za razliku od toga, neki studenti navode da im je organizacija života tijekom pandemije odgovarala, da su se dobro prilagodili te da nemaju potrebu vratiti se na tzv. *staro normalno*.

Čemu se još studenti vesele u životu nakon pandemije?

Ja bih sve htio iskusiti i živjeti pravi studentski život. Nešto za što se osjećam poprilično uskraćeno.

Veselim se prestanku izazivanja sveopće panike od strane vlasti.

... Najviše očekujem dan kada više dio moje svakodnevice neće biti "stavi masku", "imamo xyz novih slučajeva", "priateljeva baka ima kovid", "hoćeš se ti cijepit?", "ja se ne bojam korone" i slično. Samo mi je dosta toga.

Sve gore navedeno je potpuno irelevantno za moj život. Nisam osoba od izlazaka, druženja, tulumarenja, grupnih sportova i sl. Više volim biti doma, čitati, vrtlariti, ljubiti mačke i pse, šetati u prirodi, a nošenje maske je uvijek dobra ideja, kao i držanje distance. Staro normalno meni je sasvim nenormalno i besmisleno.

Očekujem da će u Hrvatskoj online studiranje postati uobičajena praksa što uvelike pojednostavljuje organizaciju studentima koji studiraju uz rad.

Radujem se normalnom životu bez socijalnih i fizičkih restrikcija, te poboljšanju mentalnog zdravlja nakon ovako naglog ograničavanja ljudi.

Radujem se ne slušanju svakodnevnih vijesti na TV-u čija je točnost vrlo upitna i čiji je očiti cilj širenje panike i depresije.

3. Mentalno zdravlje studenata tijekom pandemije bolesti COVID-19

Tematska cjelina *Mentalno zdravlje studenata* istražuje teme povezane sa psihičkom dobrobiti studenata tijekom protekle akademske godine, načinima suočavanja s poteškoćama na koje su studenti nailazili te sklonošću studenata za traženje stručne psihološke pomoći, kao i mogućnosti korištenja takve pomoći na visokim učilištima.

Konkretno, istraživanjem se nastojala steći slika o tome kako studenti procjenjuju svoje mentalno zdravlje u odnosu na razdoblje prije pandemije, koliko su tijekom protekle akademske godine brinuli oko pojedinih tema te koje su sve poteškoće doživjeli i u kojim područjima života. Nadalje, istraživanje pruža uvid u oblike samopomoći koje su studenti koristili i potrebe studenata za pojedinim oblicima podrške. Nапослјетку, prikazani su stavovi sudionika u istraživanju prema poteškoćama i prema traženju stručne psihološke pomoći, kao i percepcija studenata o dostupnosti stručne psihološke pomoći na visokom učilištu.

Rezultati pokazuju da u studentskoj populaciji postoji značajna percepcija narušenosti mentalnog zdravlja tijekom pandemijskog razdoblja: oko polovine (52 %) studenata svoje mentalno zdravlje doživljava lošijim i puno lošijim u odnosu na razdoblje prije pandemije. Ujedno, nešto više od trećine studenata (37 %) navelo je da je bilo izrazito ili prilično zabrinuto za svoje mentalno zdravlje.

Od ostalih briga, studente je najviše zabrinjavala mogućnost zaraze bliskih osoba korona virusom (57 % studenata je prilično ili izrazito brinulo o tome), dok ih je najmanje brinula mogućnost vlastite zaraze (17 % je prilično ili izrazito brinulo o tome). Otprilike trećinu studenata prilično ili izrazito su zaokupljale brige oko zaostajanja u studiju (37 %), oko vlastitog društvenog života (36 %), gubitka posla roditelja ili člana obitelji (33 %), duljine trajanja pandemije i širenja zaraze (33 %) te oko područja života manje povezanih sa studijem kao što su mogućnost bavljenja izvannastavnim sadržajima, sportom, putovanja i dr. (28 %).

Od poteškoća koje su studenti iskusili tijekom protekle akademske godine polovina je navela osjećaje socijalne izolacije i usamljenosti (50 %), kao i probleme s pažnjom i koncentracijom (50 %). Znatan broj studenata iskazao je da se osjećao anksiozno (46 %) i depresivno (29 %) te da su koristili društvene mreže na nezdrav način (43 %). Deset posto studenata osjećalo je tugu zbog gubitka bliske osobe. Osam posto studenata imalo je suicidalne misli, a sredstva ovisnosti koristilo je sedam posto studenata. Od ostalih poteškoća, studenti su navodili osjećaj neizvjesnosti u pogledu budućnosti, gubitak smisla, ljutnju i bijes te agresivno ponašanje, pad motivacije i dr. S druge strane, četvrtina studenata (25 %) navelo je da se nije susretala s poteškoćama u pogledu mentalnog zdravlja te je u svojim komentarima dio studenata naveo da se u novim, pandemijskim okolnostima osjećao bolje nego prije.

U pogledu životnih područja koja su pandemijski uvjeti života najviše zahvatili, najveći broj studenata (59 %) smatra da je pandemija dovela do propuštanja određenih životnih prilika i iskustava. Blizu polovine njih izvještava da se pandemija nepovoljno odrazila na njihovo mentalno zdravlje (48 %), zatim na proces studiranja (49 %), a nepovoljno je utjecala i na motivaciju i usmjerenošć na ostvarenje vlastitih ciljeva (44 %). Učinak pandemije na izvore socijalne podrške ogleda se u njezinu učinku na socijalne odnose s partnerom, članovima obitelji, prijateljima i dr. te u brizi za zdravlje drugih o kojima izvještava 44 % sudionika. Trećina sudionika izvještava da je pandemija pogodila njihovo tjelesno zdravlje. Također,

trećina sudionika navodi da su im zbog pandemije trpjeli finansijske prilike, kao i mogućnosti rada i zapošljavanja. Četiri posto sudionika navodi da su uslijed pandemijskih okolnosti doživjeli diskriminaciju ili uznemiravanje. Ujedno, 11 % studenata navelo je da pandemija nije utjecala ni na jedno područje njihova života.

Rezultati istraživanja pružaju i svojevrsni pregled načina na koje su sami sebi studenti pomagali u suočavanju s poteškoćama te ukazuju na to da su najčešći oblici samopomoći bili izlazak van, šetnja i boravak u prirodi (66 % odgovora) te slušanje glazbe (64 %). Odmah iza toga studenti kao važan oblik pomoći navode podršku prijatelja (45 %) i podršku obitelji (45 %). Nadalje, skoro polovina navodi dobar san (45 %), a blizu trećine kvalitetnu i zdravu prehranu (29 %) te primjerenu tjelovježbu (28 %). Čitanjem psihološke literature pomagalo si je 10 % studenata, isti postotak prakticirao je meditaciju ili vježbe *mindfulness*, a 5 % studenata koristilo je aplikacije za opuštanje, *mindfulness* i sl. Sedam posto studenata odlučilo se za psihološko savjetovanje ili psihoterapiju. Naposljetku, 10 % studenata navelo je da si nije pomagalo.

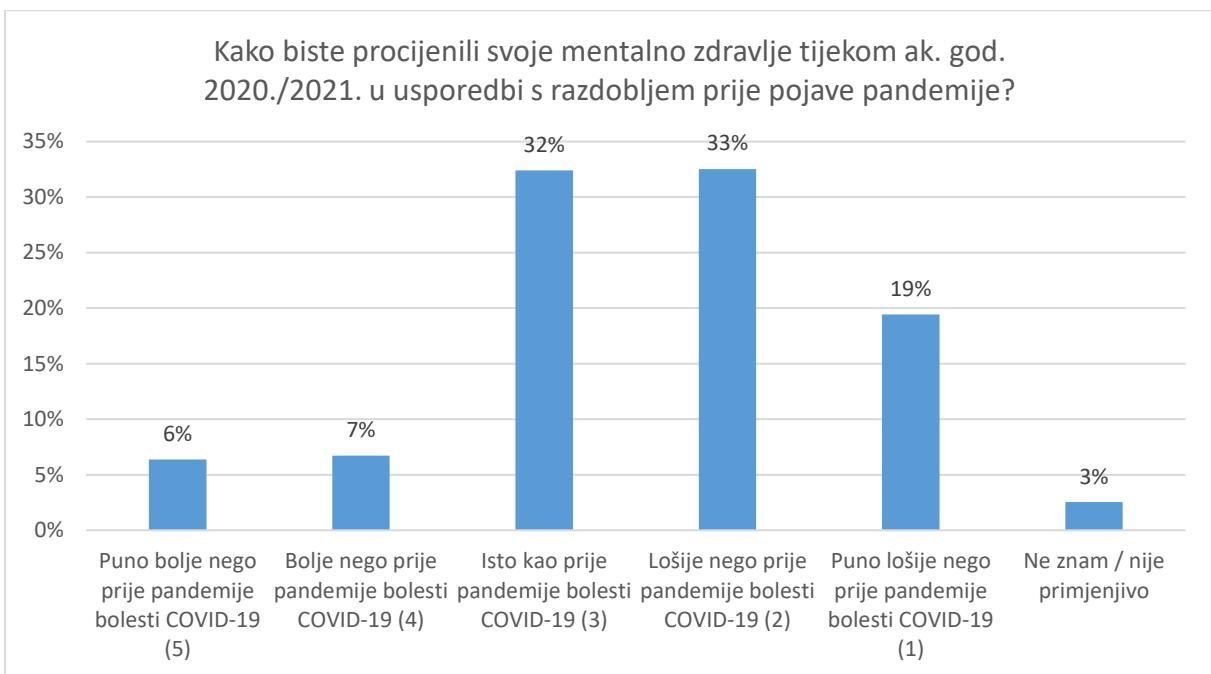
Od aktivnosti ili usluga koje bi visoka učilišta mogla ponuditi studentima, studenti su odgovarali više u smjeru aktivnosti koje bi bile organizirane uživo. Tako je najveći dio, odnosno otprilike trećina studenata iskazala interes za psihološko savjetovanje uživo (32 %), otprilike petina je iskazala interes za psihološko savjetovanje *online* (21 %), a nešto manji broj (14 %) sudjelovao bi u studentskoj grupi podrške. Nešto manje od trećine iskazalo je interes za organizirano druženje s kolegama uživo uz epidemiološke mjere (30 %), sudjelovanje u izvannastavnim aktivnostima i studentskim klubovima (27 %) te konzultacije s profesorima uživo (27 %). Zdravstveno savjetovanje uživo koristila bi otprilike petina studenata (19 %), dok bi nešto manji broj koristio zdravstveno savjetovanje *online* (11 %). Zanimljivo je da 22 % studenata ne bi koristilo ni jednu uslugu koju bi visoko učilište organiziralo.

Što se tiče stavova studenata prema korištenju stručne psihološke pomoći, 37 % studenata u potpunosti ili uglavnom izražava stav da bi se javilo za pomoć kada bi na njihovom visokom učilištu bile dostupne usluge psihološkog savjetovanja ili psihoterapije. Da je odlazak psihologu zbog emocionalnih ili interpersonalnih problema znak osobne slabosti ili nedostatka u nekoj mjeri smatra 7 % studenata. Radi straha od socijalne stigme ne bi zatražilo stručnu psihološku pomoć 12 % studenata, dok bi se 15 % studenata neadekvatno osjećalo kada bi išlo terapeutu radi psihološke pomoći.

Na kraju se studente pitalo postoji li na njihovom visokom učilištu centar koji pruža psihološku pomoć studentima na što je 20 % studenata odgovorilo da postoji, 16 % da ne postoji, a 64 % ne zna jesu li im takve usluge osigurane tijekom studija.

Samoprocjena mentalnog zdravlja

Procjenjujući vlastito mentalno zdravlje tijekom akademske godine 2020./2021., otprilike polovina (52 %) studenta svoje mentalno zdravlje procjenjuje lošijim i puno lošijim u odnosu na razdoblje prije pandemije, dok ga oko trećine (32 %) studenata procjenjuje nepromijenjenim. Zanimljiv je podatak da oko 13 % studenata navodi da je njihovo mentalno zdravlje bolje ili puno bolje u odnosu na prethodno razdoblje.

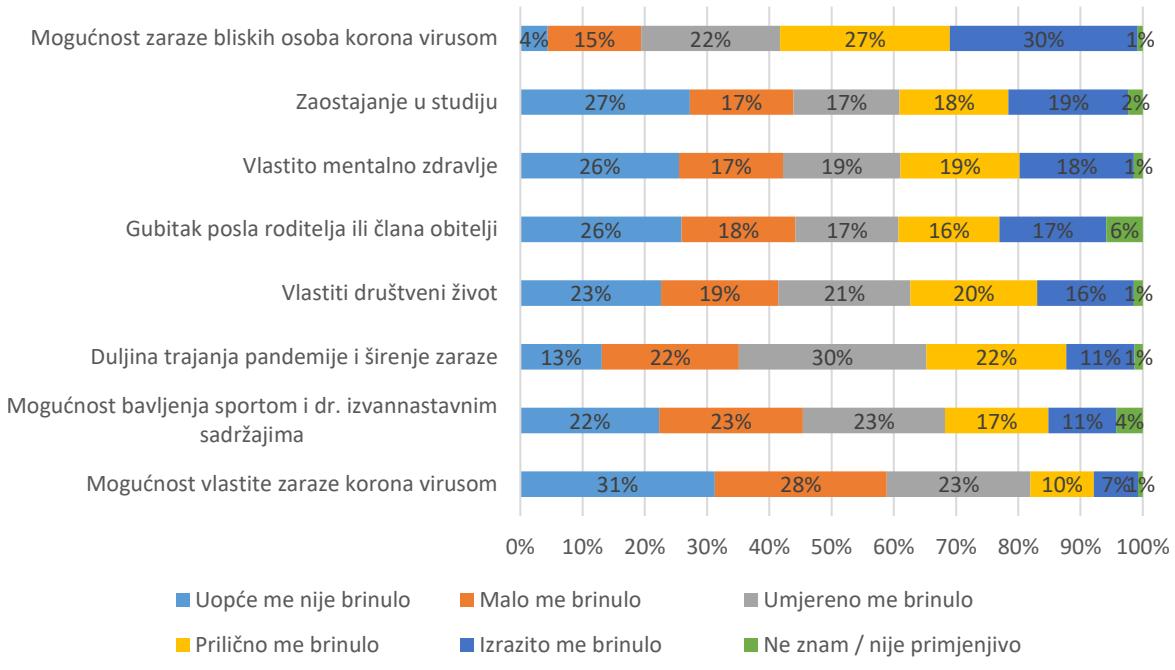


Grafikon 35: Mentalno zdravlje tijekom ak. god. 2020./2021. u usporedbi s razdobljem prije pojave pandemije bolesti COVID-19

Povezano s temama koje su brinule studente, najveći postotak studenata (57 %) navodi da je prilično ili izrazito brinuo o mogućnosti zaraze bliskih osoba korona virusom. Ujedno, 59 % studenata navodi da je malo brinulo ili uopće nije brinulo o mogućnosti vlastite zaraze korona virusom.

Mogućnost zaostajanja u studiju prilično je ili izrazito zabrinjavala 37 % studenata. Isti postotak (37 %) studenata prilično je ili izrazito bio zabrinut za vlastito mentalno zdravlje. Oko gubitka posla roditelja ili člana obitelji prilično je ili izrazito brinula trećina studenata (33 %). Za vlastiti društveni život prilično se i izrazito brinulo 36 % studenata. Nadalje, 33 % studenata prilično je ili izrazito bilo zabrinuto oko duljine trajanja i širenja pandemije. Brige oko poteškoća u drugim područjima života – izvannastavni sadržaji, sport i dr. prilično ili izrazito su opterećivale 28 % studenata.

Koliko ste tijekom ak. god. 2020./2021. brinuli o svakom od sljedećih problema?



Grafikon 36: Vrste briga i razine zabrinutosti tijekom ak. god. 2020./2021.

U kategoriji odgovora „Nešto drugo“ studenti pojašnjavaju koje su im konkretne teme izazivale zabrinutost unutar spomenutih područja briga te dodatno navode brige izazvane nepovjerenjem u političare, sustav i institucije koje upravljaju pandemijom, brige povezane s poteškoćama poštivanja epidemioloških mjera, strah od gubitka ljudskih prava i sloboda, zatim brige povezane s preživljavanjem uzimajući u obzir ekonomski posljedice pandemije, brige oko budućeg zaposlenja, brige za zdravlje zbog neredovite tjelesne aktivnosti i nemogućnosti obavljanja potrebnih zdravstvenih pregleda ili intervencija, brige za mentalno zdravlje obitelji i prijatelja, brige povezane s putovanjima i mogućnosti prelaska granice, brige oko mogućnosti socijalizacije i brige povezane s ljubavnim odnosima te brige oko mogućnosti povratka u *normalu*.

U kontekstu briga, zanimljiv je i sljedeći navod jedne studentice: *Sve navedene stvari su me u početku jako brinule, ali sam shvatila da se ne smijem tome prepustiti, organizirala se, sabrala i motivirala i više se nisam ni oko čega brinula. Potrudila sam se da izvučem maksimum za sebe iz ove situacije.*

O čemu su studenti još brinuli?

Najviše nas brine pomisao da bi nas netko mogao tjerati na cijepljenje.

Budući da moje prebivalište nije u Hrvatskoj, veoma me brinuo prelazak granice.

Brinulo me to hoćemo li ja i moja obitelj ostati bez kruha. U određenom broju situacija jesmo.

Da li će država uspjeti pribaviti dovoljno sredstava, s obzirom da je moj posao vezan za turizam, a to je bio najpogođeniji sektor za vrijeme pandemije.

Smatram da me studiranje tijekom pandemije jako brinulo i ponekad nisam imala motivaciju uopće za studiranjem, gubila se nada da će se život vratiti u "normalu".

Jedino me brinulo što nema koncerata.

Zatvorili su mi teretane i izgubio sam preko godinu dana napretka.

Briga oko termina održavanja ispita s obzirom da je sve bilo neizvjesno.

Brinulo me zapostavljanje socijalnih vještina (koje mi oduvijek idu teže).

Banalne mjere poput primjerice nošenja maski u učionici punoj studenata, zagrijanoj na 35 Celzijevih stupnjeva dovodile su me na rub živčanog sloma.

Briga za zaposlenje nakon završenog fakulteta. Opće stanje gospodarstva, krize i recesije.

Tijekom pandemije udebljala sam se sigurno nekih 6–7 kg. Prije sam redovito trčala i bavila se više sportom, a onda sam "ispala iz ritma". Prije sam redovito išla u teretanu i baš uživala u tome i onda kad je nastupila pandemija malo su otvarali teretane, pa malo zatvarali i onda me to poremetilo i izgubila sam volju za treninzima.

Sve je u glavi i čime se baviš inače."

Mogućnost putovanja u inozemstvo me dosta zabrinjavala.

Brine me kakve će posljedice pandemija ostaviti na sve ljudе. Brine me uvođenje obveznog cijepljenja iako neke osobe to ne žele.

Izrazito me brinulo i brine još uvijek što još ne mogu nesmetano putovati u inozemstvo. Testiranje je preskupo, trebalo bi biti besplatno.

Briga za mentalno zdravlje obitelji i prijatelja.

... ostale brige: usamljenost, financijska nestabilnost, psihička, emotivna i fizička izmorenost, anksioznost, brza fizička izmorenost zbog nekretanja, prolaznost života, odgoda stvaranja obitelji zbog uništenih 20-tih, uništeni snovi, češći obiteljski problemi zbog prečestog druženja i obitavanja u kući, česti problemi s cimericama zbog neusklađenog rasporeda, nedostatak prostora za mirno prisustvovanje online nastavi, anksioznost prilikom odlaska na fakultet, poremećaj u prehrani, poremećaj spavanja, briga za posljedice cjepiva i virusa...

Brinulo me hoću li moći putovati koliko toliko normalno u inozemstvo.

Ljubavni život stagnira, užasno je teško upoznati nekoga.

Najviše me brine to što nastava više neće biti online jer mi je to tako puno praktičnije i mogao sam raditi sve što sam htio uz studiranje.

*Brine me ograničavanje putovanja i ograničena satnica događaja i ograničen broj ljudi.
Brine me što se zdrave ljude smatra bolesnima već mjesecima, brine me što ti jedan papir
bez razloga ograničava život.*

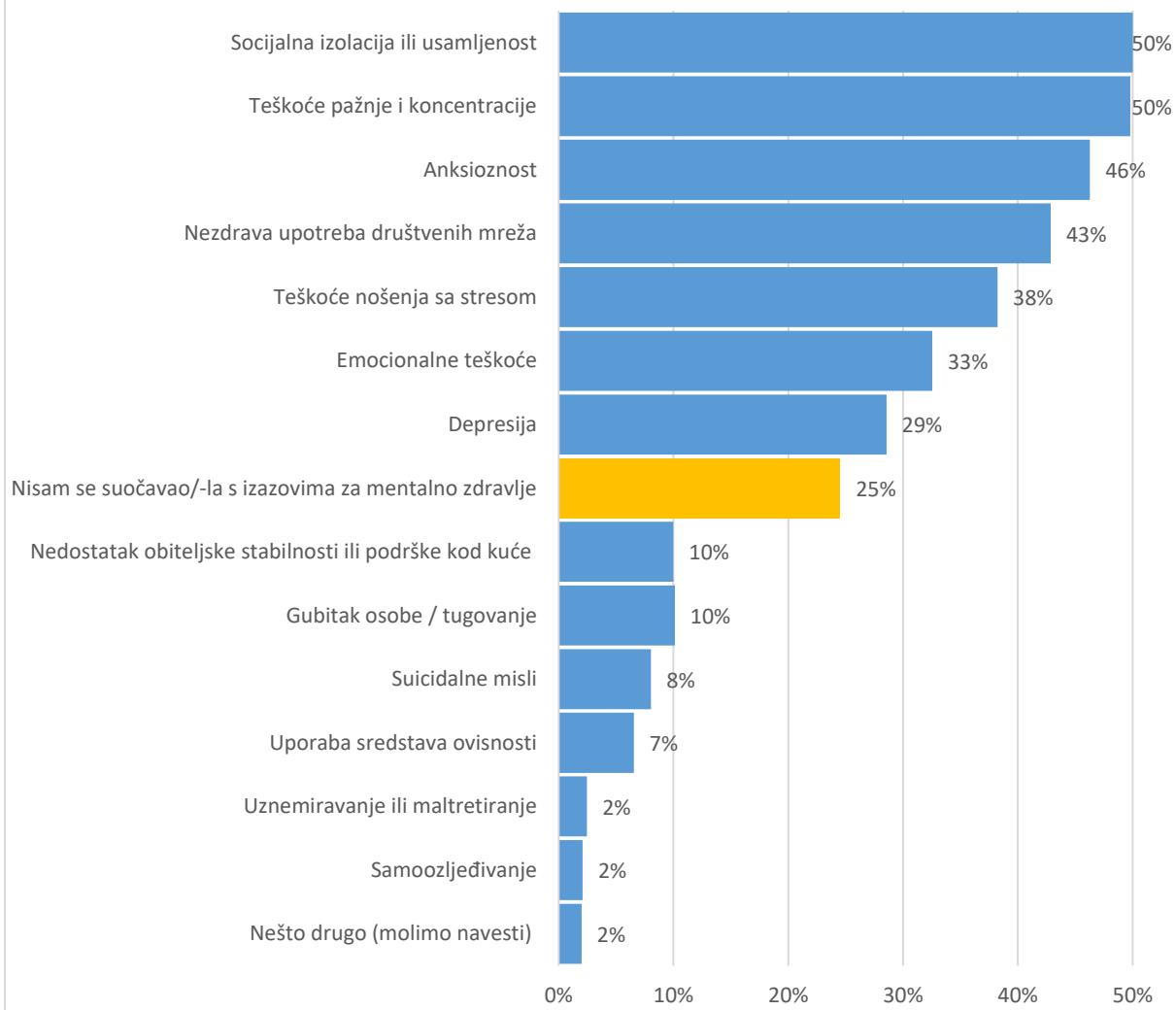
Izazovi za mentalno zdravlje

Od izazova za mentalno zdravlje polovina studenata navodi socijalnu izolaciju ili usamljenost. Također, kod polovine studenata bile su prisutne poteškoće u pažnji i koncentraciji. Nadalje, 46 % studenata sudionika u istraživanju suočavalo se s različitim oblicima anksioznosti, a nezdravu upotrebu društvenih mreža primijetilo je 43 % studenata. O poteškoćama nošenja sa stresom izvještava 38 % studenata, a o emocionalnim poteškoćama 33 %. Osjećaj depresije navodi 29 % studenata, a suicidalne misli javljale su se kod 8 % studenata. Nedostatak obiteljske podrške osjećalo je 10 % studenata sudionika u istraživanju, kao i tugu zbog gubitka bliske osobe (10 %), dok se uznemirivano i maltretirano osjećalo 2 % studenata. Sredstva ovisnosti konzumiralo je 7 % studenata koje je sudjelovalo u ovom istraživanju, a s samoozljeđivalo se 2 %. Četvrtina studenata navodi da se nisu suočili s izazovima za mentalno zdravlje.

Dio studenata navodi da poteškoće s kojima su se suočavali nisu bile povezane s pandemijom već da su se s tim poteškoćama susretali i ranije. Osim toga, dio studenata navodi da im je tijekom ovog razdoblja način studiranja *online* pomogao lakše nositi se s poteškoćama.

Od ukupnog broja sudionika u istraživanju, 14 % studenata navodi da se suočilo s jednim ili dva izazova za mentalno zdravlje, dok 86 % navodi 3 i više poteškoća s kojima su se susretali tijekom istraživanog razdoblja.

S kojim ste se od navedenih teškoća susreli tijekom akademske godine 2020./2021.?



Grafikon 37: Zastupljenost poteškoća s kojima su se studenti suočavali tijekom ak. god. 2020./2021.

U kategoriji odgovora „Nešto drugo“ studenti pojašnjavaju svoje poteškoće te navode dodatne kao što su neizvjesnost u pogledu budućnosti, socijalna anksioznost, općenito pesimističnije gledanje na svijet, gubitak smisla, problemi s pamćenjem, neugodne emocije poput potištenosti, ljutnje i bijesa, agresivno ponašanje, psihozu, nesanica i problemi s prehranom, napadaji panike, pad motivacije za akademskim obvezama, obiteljske poteškoće i nasilje u obitelji, briga za bliske osobe, smrt bliske osobe i proces tugovanja, iskustvo suicida u okolini, ovisnosti.

S kojim su se specifičnim izazovima studenti suočavali?

Mislio sam da sanjam, nisam mogao vjerovati da se ispunjava ono o čemu sam unazad desetak godina čitao kao teorije zavjere.

Socijalna anksioznost – teško se javiti drugim vršnjacima preko društvenih mreža, teško se povezati. Neprestani osjećaj pritiska i stresa koji su doveli do sve češćih epileptičkih napadaja potpomognutih online nastavom (korištenje računala).

Jednostavno sam imao pad morala i pozitivnih misli kroz ovu pandemiju. Inače vedar i optimističan cijeli život, no ova godina bila je jako strašna što se tiče društvenog, obiteljskog i studentskog života.

Trauma od potresa.

Tijekom akademske godine 2020./2021., imao sam osjećaj kao da fakultet nema smisla te mi vrijeme nije bilo toliko "ispunjeno". Na početku akademske godine bio sam lošeg emotivnog stanja (na rubu prema depresiji) jer mi je bilo dosta ostajanja kući i učenja preko računala te mi je definitivno najviše falila socijalna interakcija s kolegama i profesorima i učenje na fakultetu.

Problemi s pamćenjem.

Nesanica i problemi s prehranom ("Zaslužujem li jesti koliko i inače, jer se nisam kretala 'dovoljno'?", "Kako da ne jedem toliko snacksa tijekom dana, iako sam cijeli dan u kući, izložena raznolikoj hrani?").

Nekontrolirani ispadni bijesa i pokazivanje znakova agresije.

U razdoblju ove pandemije, s obzirom na prava koja smo u danim okolnostima izgubili, među nama se iznjedrila podjela na Nas i Njih. Što ako se ne želim cijepiti? Što ako nemam novaca za test? Što ako ne mogu prijeći granicu? A što je s onima koji mogu? Oni ovu pandemiju nisu toliko osjetili kao neki od nas. Socijalna izoliranost na jednom totalno novom levelu.

Krajem akademske godine pad motivacije.

Svi problemi koje sam imao bili su vezani za to što sam tek počeo studirati i nisam znao što me čeka, ali pandemija je to definitivno pogoršala na određene načine.

Kontroliranje i psihičko maltretiranje od strane roditelja.

Moje mentalno zdravlje je deset puta bolje sada nego prije pandemije, nema nasilnika, nema maltretiranja i zlostavljanja, uživam u životu i nadam se da će online nastava trajati što duže jer ja uživam i puno mi je lakše ovako studirati nego kada je nastava bila uživo.

Briga za curino samoozljedivanje te samoubilačke misli.

Isti problemi kao prije pandemije, ali malo intenzivniji radi konstantno istog okruženja.

Panika i beznađe u bližoj i široj okolini koji su rezultirali samoubojstvima, nasiljem u obitelji i težim psihičkim stanjem.

Problem s ovom online nastavom mi je to da kad striktno ne moram nikud ići, u potpunosti izgubim osjećaj za vrijeme. Jedan dan? Dva tjedna? Mjesec dana? Ne znam, sve je samo velika želatinozna vremenska masa. Što je a) depresivno i b) nimalo dobro za fakultetske obaveze.

Minimalne osobne komplikacije nevezane uz studij, no online format je omogućio puno lakši i manje stresan način obrazovanja dok sam prolazio kroz navedene probleme.

Imam dijete i uglavnom se brinem oko njega... a sve ostalo je manje bitno.

Čini mi se da sam postala anksioznija među ljudima/grupom ljudi nego što sam to bila prije korone. Također imam još veći strah od javnog nastupa nego prije. Zato sam stavila anksioznost.

Praznina.

Prekomjerna konzumacija hrane – debljanje...

Nakon što mi je bliska osoba preminula od covida, osjećala sam izrazitu anksioznost i tugu.

Razočaranje u vladu i cijeli svijet i pomalo ljutnja.

Nesanica, poremećaj biološkog sata, neurotičnost.

Svi problemi su bili jednaki kao i prije pandemije, možda sam se osjećala sigurnije tokom pandemije.

Panični poremećaj, napadi panike i problemi s prehranom (eating disorder)...

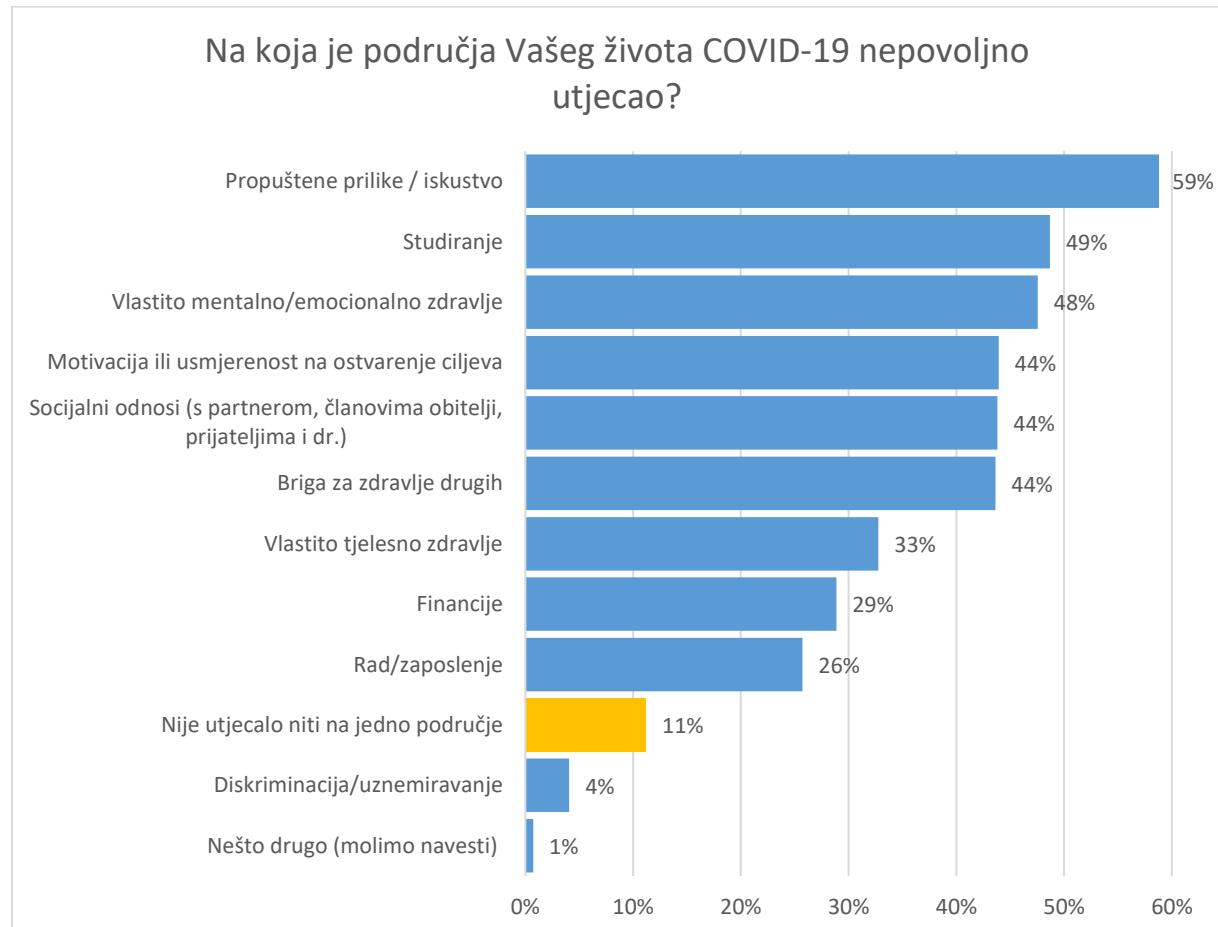
Prvi put u životu zapalio cigaretu i godinu dana kasnije sam ovisnik o nikotinu.

Strah od toga da profesori nemaju razumijevanja koji se većinom i ostvario. Strah od spavanja. Strah od budućnosti. Strah da će nakon svega što mi se dogodilo (požar 2019., korona i potres 2020. - 2021., selidba) još pasti i godinu zbog jednog kolegija pa morati plaćati još i to. Kad bih pala neki kolegij najviše bih razmišljala o samoozljedivanju... bila sam ljuta na sebe jer sam htjela pošteno umjesto da iskoristim priliku kao i drugi pa da odgovaram online. Najradije bih se zadavila da nemam obitelj.

Koliko je nekima bilo teže, skoro toliko je i suprotnima bilo lakše.

Više od polovine sudionika (59 %) u istraživanju navodi da je pandemija dovela do propuštanja određenih životnih prilika i mogućih iskustava. Dva životna područja na koja je pandemija ostavila trag kod otprilike polovine sudionika su studiranje (49 %) i vlastito mentalno/emocionalno zdravlje (48 %). Nešto manji broj sudionika (44 %) navodi da je pandemija utjecala na motivaciju i usmjerenost na ostvarivanje ciljeva, a kod istog broja studenata (44 %) odrazila se na socijalne odnose s članovima obitelji, partnerom, prijateljima te na brigu za zdravlje drugih. Trećina (33 %) studenata navodi da je pandemija utjecala na njihovo vlastito tjelesno zdravlje. Slično tome, otprilike trećina (29 %) sudionika navodi da je pandemija imala učinak na njihove finansijske prilike, a kod njih 26 % na rad i zaposlenje. Četiri posto studenata iskusilo je diskriminaciju i uznemiravanje uslijed pandemije, dok 11 % sudionika navodi da pandemija kod njih nije utjecala ni na jedno životno područje.

Od ukupnog broja studenata koji su sudjelovali u istraživanju, 15 % njih navodi da je pandemija utjecala na jedno ili dva od navedenih životnih područja, dok 85 % sudionika navodi 3 i više područja na koja je pandemija imala utjecaj.



Grafikon 38: Zastupljenost životnih područja pogodjenih pandemijom

U kategoriji odgovora „Nešto drugo“ studenti najčešće navode da je pandemija nepovoljno utjecala na mogućnost putovanja, dostupnost liječničkih pregleda, redovitu fizičku aktivnost te da se posebice nepovoljno odrazila na odnose u obitelji i odnose među prijateljima i kolegama zbog podijeljenih stavova oko tema povezanih s pandemijom.

U kojim su sve područjima života studenti osjetili pandemiju?

Noćni život.

Još sam uvijek izrazito zabrinuta što bi mi se moglo uskratiti školovanje zato što želim neke odluke donositi sama za sebe.

Glavni izvor zarade mi je sviranje, nije bilo koncerata... Tako da je to bio najveći problem.

Naglasio bih da je nedostatak fizičke aktivnosti uslijed zatvaranja teretana i nedostatka kretanja izrazito našteto mom tjelesnom zdravlju, do razine da od novonastale debljine (preko 20 kg) nisam mogao obavljati svakodnevne poslove.

Otac mi je radi pandemije ostao bez posla, kao i još mnogo njih.

Vjera u društvo.

Nedostupnost drugih liječničkih pregleda.

Putovanje.

Covid mi je pomogao da se riješim bespotrebnih posjeta susjeda, koji zbog vlastite dosade vole krasti tuđe vrijeme. Dok nisam shvatila da se vrata mogu i trebaju zaključavati, kako mi je smetalo što mi ulaze u kuću i potencijalno izlažu riziku od zaraze mene i moju obitelj. Bez maske, bez distance, bagatelizirajući i negirajući epidemiju.

Moji doma puše sve teorije zavjere i to mi polako erodira mentalno zdravlje jer to moram stalno slušati.

Izostanak terenskih nastava gdje se je inače išlo.

Nedostatkom bilo kakve zabave uništena su prijateljstva, maske su pale i ljudi su pokazali svoja prava lica.

Moja obitelj i ja smo se zarazili korona virusom te mi je to bila jako stresno.

Depresija i anksioznost su mi dijagnosticirane još prije pandemije – stanje se pogoršalo i jer mi terapija (psihijatar) nije bila dostupna tijekom "lockdown-a".

Normalan odlazak u Crkvu i nemogućnost Duhovnih Obnova.

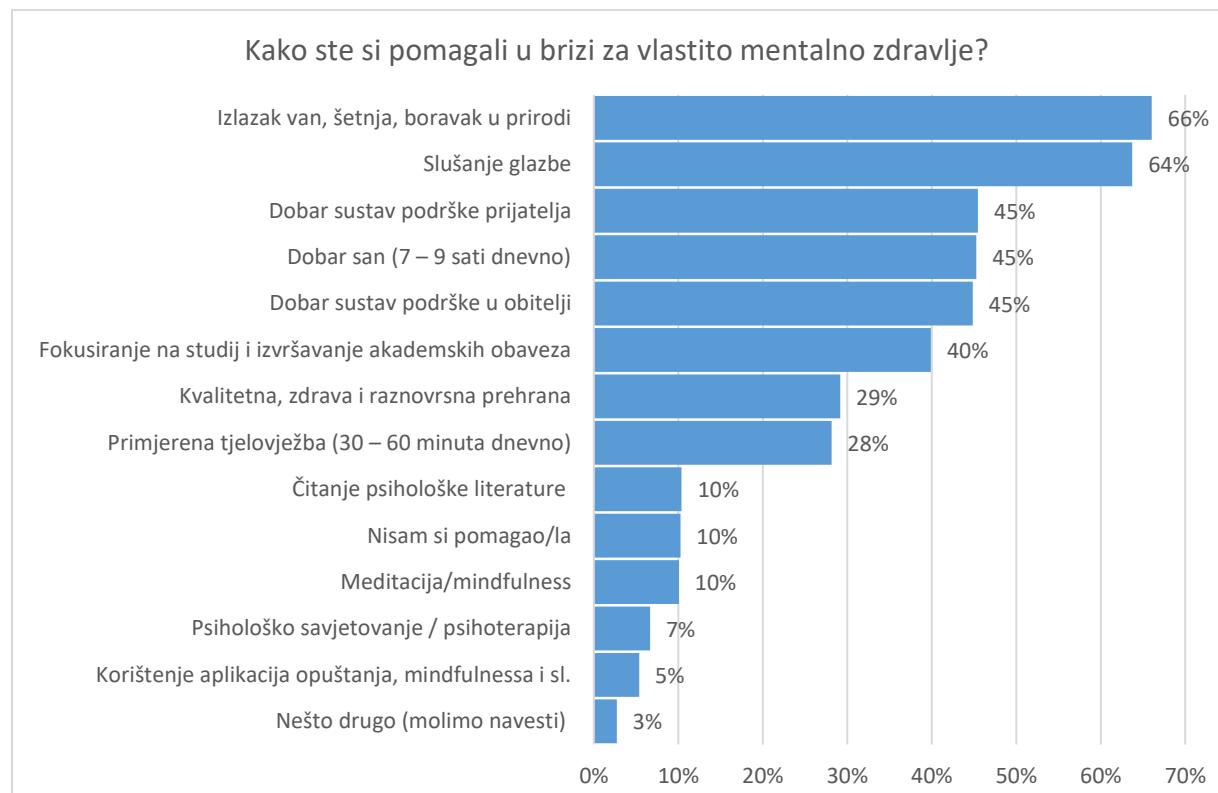
Nedostatka vremena za sebe, rad u covid odjelu i studiranje je jedva izvedivo bilo.

Malo sam se udebljao jer često ne hodam dugim putem do fakulteta.

Pomoć i samopomoć u brizi za mentalno zdravlje

Na pitanje o brizi za vlastitu psihičku dobrobit tijekom istraživanog razdoblja, 66 % studenata odgovara da su im koristili izlasci van, šetnje i boravak u prirodi, a 64 % navodi da im je pomagalo slušanje glazbe. Nešto manje od polovine studenata (45 %) navodi da im je od pomoći bila podrška koju su dobivali u obitelji, zatim podrška prijatelja te dobar san. Kao oblik brige za vlastitu dobrobit 40 % studenata navodi fokusiranje na studij i izvršavanje akademskih obaveza. Nadalje, kvalitetnu, zdravu i raznovrsnu prehranu navodi 29 % studenata, a primjerenu tjelovježbu (30 – 60 minuta dnevno) 28 % studenata. Deset posto studenata navelo je da je čitalo psihološku literaturu, a isti je broj naveo da je prakticirao meditaciju i *mindfulness* kao

vid samopomoći. Ujedno, 5 % studenata koristilo je aplikaciju za opuštanje, dok je njih 7 % koristilo usluge psihološkog savjetovanja i/ili psihoterapije.



Grafikon 39: Zastupljenost pojedinih oblika pomoći i samopomoći tijekom pandemije

U kategoriji „Nešto drugo“ studenti odgovaraju da su sebi pomagali igranjem video igara, gledanjem serija i filmova, čitanjem knjiga, bavljenjem kreativnim i umjetničkim aktivnostima, otkrivanjem novih hobija, molitvom, obavljanjem poslova (npr. oko kuće i sl.) za koje prije nisu imali vremena, razgovorom s bliskim osobama, bavljenjem kućnim ljubimcima, tjelovježbom, ograničavanjem pretjerane izloženosti informacijama o pandemiji, skrbi o djeci i drugim članovima obitelji i dr.

Dio sudionika navodi da su im uvjeti života tijekom ispitivanog razdoblja bili jednako povoljni ili povoljniji u odnosu na život prije pandemije uslijed čega im je kvaliteta života i psihička dobrobit ostala nepromijenjena ili se čak poboljšala.

Kako su se još studenti brinuli za sebe?

Gledanje NFL-a i Netflix-a.

Igranje računalnih igrica (PS4), vožnja automobilom (bez cilja samo vožnja), čitanje knjiga.

Gledanje serija i videa za opuštanje.

Potražio sam stručnu pomoć.

Pronalaženje i prakticiranje novih hobija.

Igranje igrica (iako ima negativan učinak, jer smanjuje produktivnost).

Manje medija, više međusobnog razgovora i druženja. I svi smo malo više okej.

Par mjeseci sam bio ovisan o alkoholu konzumirajući minimalno 2 – 3l piva dnevno kako bi se riješio depresivnih misli i osjećaja usamljenosti. Srećom, božićni praznici i povratak obitelji su prekinuli tu autodestruktivnu "brigu" za mentalno zdravlje.

Korištenje usluga psihološkog savjetovanja. Pokušala sam potražiti pomoć na više mjesta, no svi su prebukirani i imaju liste čekanja.

Nisam si pomagao jer je moje mentalno zdravlje bilo bolje nego prije pandemije! Nisam trebao brinuti za sve stvari vezane za život u drugom gradu!

Šetnja psa, druženje s dečkom.

Pomoć djedu.

Uvođenje farmakološke terapije na prijedlog psihijatra.

Korištenje alata koje sam naučila u dugogodišnjem osobnom radu i rastu, jer smatram to izuzetno bitnim u svakodnevnom životu kao i za rješavanje problema koji se dogode i sastavni su dio života.

Voljela bih da naš obrazovni sustav od osnovne škole sve do završetka studija uključuje programe za osobni rast i razvoj, te polaže više iskrene i duboke brižnosti, ne brige, za mentalno, emotivno i psihološko zdravlje svakog učenika/ce te studenta/ce. Kao i predavača, profesora, rektora...

Najviše mi je pomoglo, i pomaže mi, molitva i čitanje Biblije.

Crtanje i sviranje.

Razvijanje karijere.

Poslovi u kući i dvorištu koji su prije bili odgađani.

Posadila sam si vrt na balkonu i imam bonsai brezu. 10/10 zen iskustvo, preporučam.

Sviranje klavira i električne, akustične i klasične gitare :).

Nemam problema s mentalnim zdravljem ni prije, a ni tijekom pandemije.

Vođenje dnevnika.

Fizički rad.

Čitanje knjiga i usredotočenost misli na istinu o realnosti koja se jezikom može savršeno opisati, sposobnost tzv. "jurenja" pri apsorpciji informacija iz okoline (naravno, u okviru vlastita umu i razmišljanja, ne fizički koristeći tijelo). Promišljajući o jeziku i riječima te njihovoj širini i obuhvatnosti.

Online shopping.

Tišina, mrak i neopterećivanje s neizvođenjem dužnosti nekih profesora.

Mentalno zdravlje je u toliko lošem stanju da si nisam bila u stanju pomoći na bilo koji način.

Meni je pandemija bila zakon, sve mi je krenulo na bolje, tako da sam NAPOKON dobila priliku pozabaviti se tjelesnim i mentalnim zdravljem što za vrijeme fakulteta i života u drugom gradu nisam imala vremena.

Nisam imala brigu za svoje mentalno zdravlje. Bilo je bolje nego prije korone.

Pričanje sama sa sobom, bodrenje sama sebe. Briga o sebi, skin care njega i istraživanje o temama koje me zanimaju na internetu...

Slušanje podcasta.

Podrška partnera.

Nije bilo potrebe za pomaganjem jer je moje mentalno zdravlje bilo odlično.

Dopustio sam si uživanje u stvarima u kojima inače uživam, kao što su igranje igrica ili gledanje filmova, serija, anime-a...

U pogledu vrsta usluga koje bi studenti koristili kada bi im na visokom učilištu bile ponuđene, otprilike trećina studenata (32 %) navodi da bi koristila psihološko savjetovanje uživo, dok otprilike petina studenata (21 %) navodi da bi koristila psihološko savjetovanje *online*. U studentsku grupu podrške uključilo bi se 14 % studenata.

Nadalje, 30 % studenata navodi da bi se uključilo u organizirane oblike druženja s kolegama uživo uz poštivanje epidemioloških mjera, a 27 % bi sudjelovalo u izvannastavnim aktivnostima i studentskim klubovima. U *online* druženju s kolegama u organizaciji visokog učilišta sudjelovalo bi 11 % studenata.

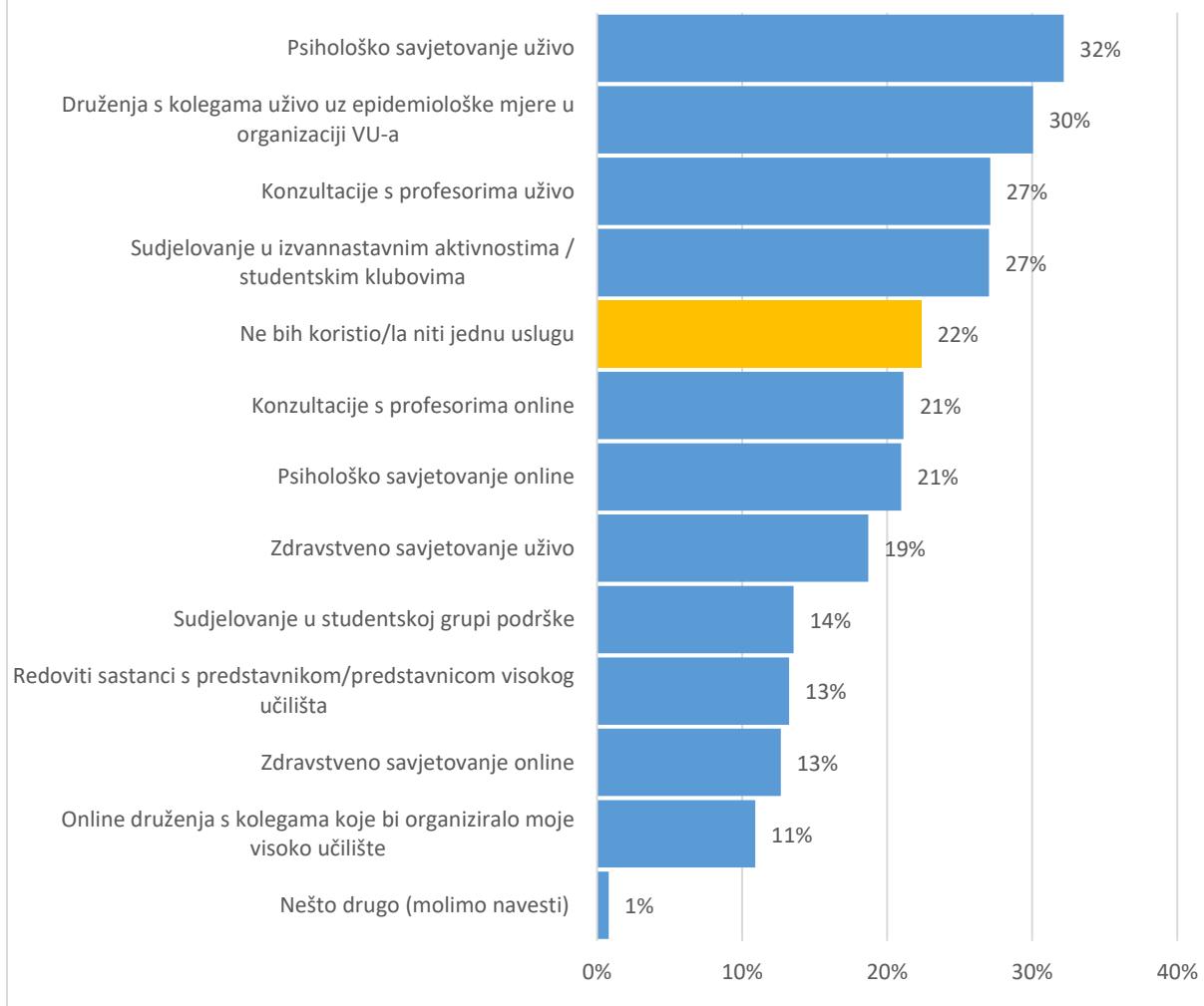
Na konzultacije s profesorima uživo odazvalo bi se 27 % sudionika, a 21 % bi se uključilo u konzultacije s profesorima *online*.

Zdravstveno savjetovanje uživo koristilo bi 19 % studenata, dok bi zdravstveno savjetovanje *online* koristilo 13 % studenata.

Na redovite sastanke s predstvincima visokog učilišta odazvalo bi se 13 % studenata.

Ujedno, 22 % sudionika navodi da ne bi koristilo ni jednu uslugu organiziranu na visokom učilištu.

Da imate pristup sljedećim uslugama na svojem visokom učilištu, koje biste od navedenih usluga koristili?



Grafikon 40: Iskaz preferencija prema korištenju pojedinih vrsta usluga visokog učilišta

U kategoriji odgovora „Nešto drugo“ studenti kao preferirane usluge koje bi im visoko učilište ponudilo navode korištenje fakultetske knjižnice, aktivno sudjelovanje u studentskim klubovima, organizirana druženja sa studentima uživo i sl.

Dio studenata navodi da im navedene usluge ili aktivnosti organizirane od strane fakulteta nisu potrebne te da ne bi sudjelovali u njima.

U koje bi se još usluge ili aktivnosti visokog učilišta studenti uključili?

Knjižnicu – našao bih bolju literaturu za završni rad od one koja se može pronaći na Google-u (otok nema knjižnicu, pogotovo tehničkog sadržaja).

Sudjelovanje u studentskom klubu me i jest spasilo od toga da poludim tijekom svog boravka u Zagrebu, daleko od svojih.

Ne bih koristio ni jednu uslugu, no ne zato što se bojam tih usluga, već zato što mi ne trebaju!

Dosta mi je druženja online.

Da ih organizirate 1000000 ne želim sudjelovati!

Neke natjecateljske aktivnosti s kolegama koje nisu nužno sportske aktivnosti.

Javna druženja uz nepoštivanje kvazi epidemioloških mjera.

Eventualno konzultacije s profesorima online, vezano uz nastavnu građu, ali profesori na Agronomskom fakultetu su toliko suradljivi, susretljivi i profesionalni da to možda i nije neophodno, budući da na svaki naš upit mailom odgovaraju brzo, ljubazno i sa željom da pomognu.

Putovanja s ljudima s fakulteta.

Sudjelovao bih u događajima na kojima se ne histerizira oko primjene mjera i nošenja maski.

Nisam upućena da uopće postoje takve udruge na našem fakultetu, niti da profesori nude takvu vrstu pomoći.

Savjetovanje je korisno samo osobama koje nemaju kontrolu nad svojim psihofizičkim stanjem te im treba osoba koja će im pomoći u tome da u svoj život uvedu perspektivu življenja u zabludi, bolje realnost i istinu nego laž!

Druženja koja bi organiziralo moje visoko učilište s kolegama uživo!

Nisu sve aktivnosti izvedive online, jer ne žive svi studenti sami, kako pričati o privatnim problemima kad niste sami i nemate privatnosti...

Više praktične nastave

Ne znam da smo imali ijednu uslugu osim konzultacije s profesorom.

Ne znam... neka pomoći u učenju ili neka motivacija. Ne osjećam se ugodno pred psihologima – imam osjećaj kao da gledaju u mene i kroz mene i da sve znaju.

Na fakultetu je sve bilo dostupno online što mi je bilo potrebno.

Sve što je online mi paše i razmislio bih o tome, jer mi ne paše stalno ići do faksa, pogotovo ne više puta dnevno, a i nemam šta za izgubiti ako je nešto online.

Sportski/ plesni treninzi i sl. fizička aktivnost.

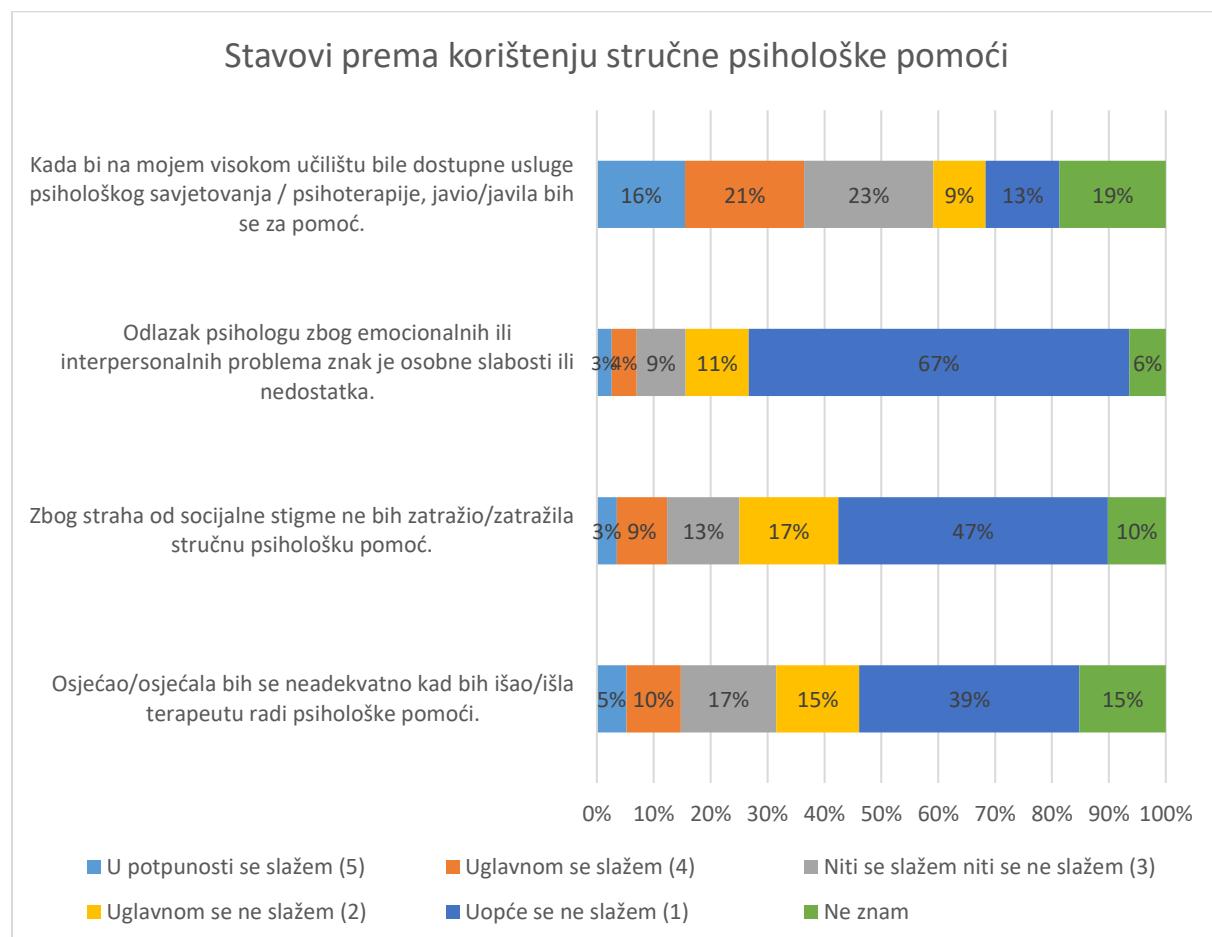
U pogledu stava prema traženju i korištenju stručne psihološke pomoći, 37 % studenata koji su sudjelovali u istraživanju u potpunosti se slaže i uglavnom se slaže s tvrdnjom da bi se *javio za pomoći kada bi na njegovom/njezinom visokom učilištu bile dostupne usluge psihološkog*

savjetovanja i/ili psihoterapije. S druge strane, 22 % studenata navodi da se uglavnom ne slaže ili se uopće ne slaže s navedenom tvrdnjom. Ujedno, njih 19 % ne zna bi li se javilo za pomoć.

Nadalje, 7 % studenata navodi da se u potpunosti i uglavnom slaže s tim da je *odlazak psihologu zbog emocionalnih ili interpersonalnih problema znak osobne slabosti ili nedostatka*. Devet posto studenata niti se slaže niti se ne slaže s tom tvrdnjom, dok 6 % studenata ne zna slaže li se. Jedanaest posto studenata uglavnom se ne slaže, a 67 % studenata uopće se ne slaže s tvrdnjom koja upućuje na to da su emocionalne poteškoće ili poteškoće u odnosima znak slabosti ili osobnog nedostatka.

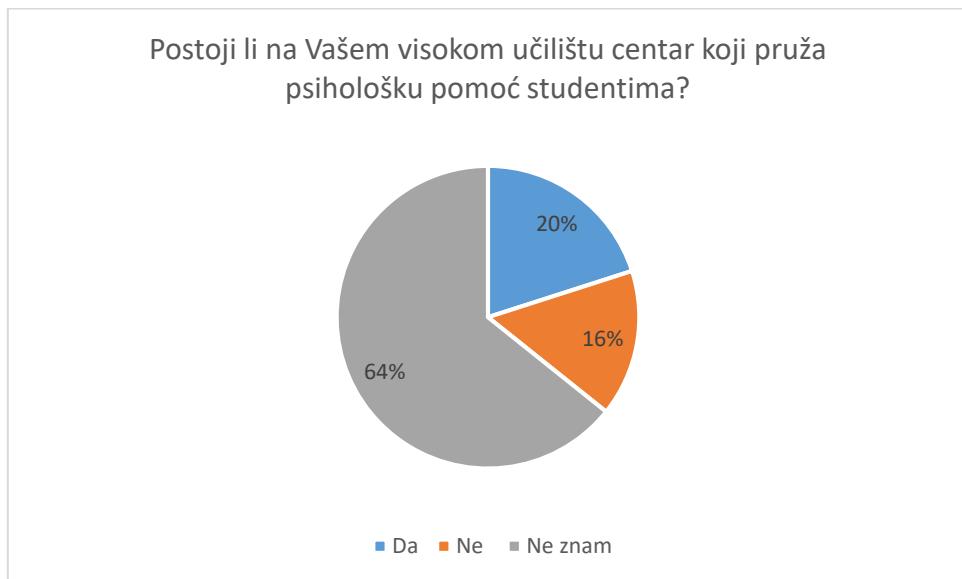
Petnaest posto studenata navodi da se u potpunosti i uglavnom slaže s tvrdnjom *osjećao/osjećala bih se neadekvatno kad bih išao/išla terapeutu radi psihološke pomoći*, dok se s tim uopće i uglavnom ne slaže 54 % studenata. Ujedno, 17 % studenata niti se slaže niti se ne slaže s navedenom tvrdnjom, a 15 % ne zna.

S tvrdnjom *Zbog straha od socijalne stigme ne bih zatražio/zatražila stručnu psihološku pomoć*. slaže se u uglavnom ili u potpunosti 12 % studenata u istraživanju, dok ih se 64 % uopće ne slaže i uglavnom ne slaže. Pri tome, 10 % studenata ne zna.



Grafikon 41: Stavovi studenata prema traženju stručne psihološke pomoći

Na pitanje *Postoji li na Vašem visokom učilištu centar koji pruža psihološku pomoć studentima?* 64 % studenata navodi da ne zna postoji li takav centar, 20 % studenata navodi da postoji na njihovom visokom učilištu, dok 16 % da ne postoji.



Grafikon 42: Studentska percepcija dostupnosti usluga psihološke pomoći na visokim učilištima

4. Prijelaz iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje tijekom pandemije bolesti COVID-19

Tematska cjelina *Prijelaz iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje tijekom pandemije bolesti COVID-19* namijenjena je bila isključivo studentima prve godine studija te istražuje na koji je način i u kojoj mjeri pandemija utjecala na njihov prijelaz iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje i s kojim su se izazovima susreli.

Od ukupnog broja sudionika (4273) koji su odgovorili na upitnik, 1062 (25%) ih je u akademskoj godini 2020./2021. pohađalo prvu godinu studija te ih je toliko i odgovorilo na pitanja u ovoj tematskoj cjelini.

Najveći izazovi studentima pri prelasku iz sustava u srednjeg u visoko obrazovanje bili su nedostatak kontakta uživo s kolegama sa studija (48 %), *online* nastava umjesto nastave uživo (39 %), nedostatak motivacije za učenje uzrokovan neizvjesnošću trajanja i posljedica pandemije (39 %). Unatoč tome, gotovo polovina studenata prve godine (47 %) u potpunosti je i uglavnom zadovoljna procesom prijelaza iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje, 24 % nije niti zadovoljno niti nezadovoljno, a uglavnom i u potpunosti nezadovoljno je 17 % studenata.

Iako se većina njih zbog pandemijskih okolnosti morala više samostalno pripremati za ispite državne mature, željeni studij upisalo je 80 % studenata.

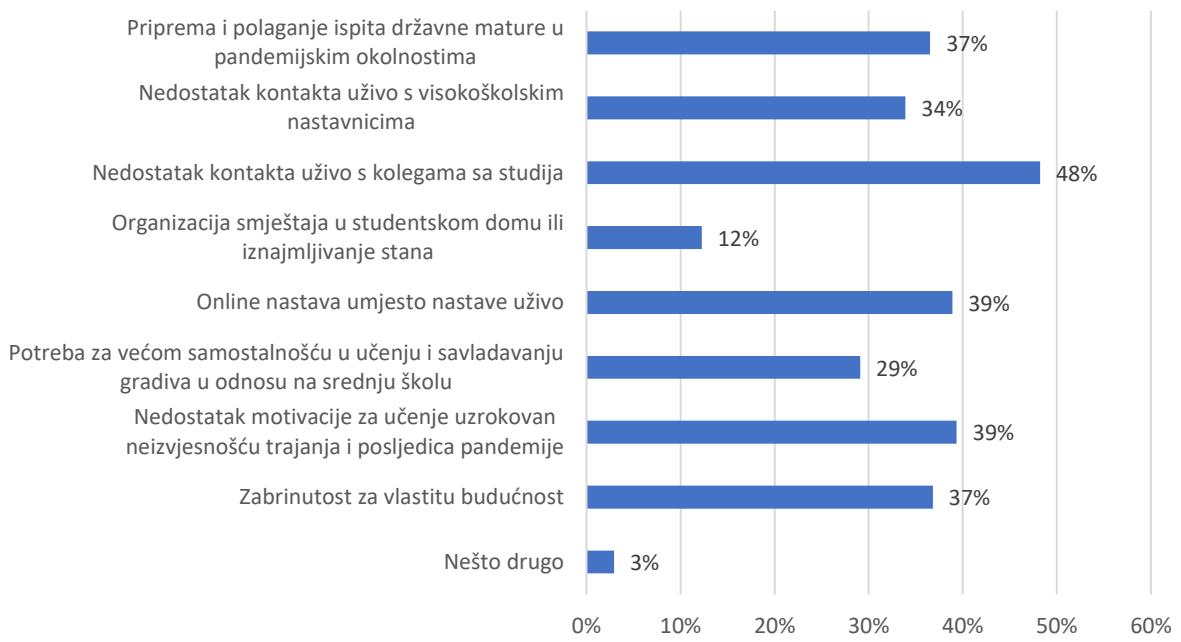
Da im se bilo teško prilagoditi studiranju u pandemijskim okolnostima navelo je 36 % studenata prve godine, što je gotovo jednak postotku onih kojima to nije bilo teško (38 %). Mogući je to i razlog zašto 43 % studenata prve godine smatra da zbog pandemije nisu postigli slabije rezultate na studiju.

Područja u kojima nalazimo negativnije odgovore su: povezanost s kolegama i doživljaj studiranja. Naime, 55 % studenata prve godine odgovorilo je da se zbog pandemije slabije povezalo s kolegama sa studija, a 63 % navelo je da zbog pandemije nije u potpunosti doživjelo iskustvo studiranja.

Izazovi pri prijelazu iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje

U populaciji studenata prve godine preddiplomske i integrirane preddiplomske i diplomske studije koji su prvi put upisivali prvu godinu studija, najveći izazovi pri prijelazu iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje bili su nedostatak kontakta uživo s kolegama sa studija (48 %), *online* nastava umjesto nastave uživo (39 %) te nedostatak motivacije za učenje uzrokovan neizvjesnošću trajanja i posljedica pandemije.

Što je za Vas predstavljalo najveće izazove pri prelasku iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje?



Grafikon 43: Izazovi pri prelasku iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje u ak. god. 2020./2021.

U kategoriji „Nešto drugo“ kao izazovi navode se još i petrinjski potres, nesnalaženje s novim predmetima i materijalima, veća količina stresa, nesigurnost održavanja mature, količina obveza i sl.

Izazov mi je bio veoma dug period nesnalaženja s novim predmetima i materijalima, a uz veoma tešku mogućnost upoznavanja kolega koji bi mogli pomoći.

Bila sam deprimirana kad uz puno učenja nisam stigla sve naučiti kako sam htjela.

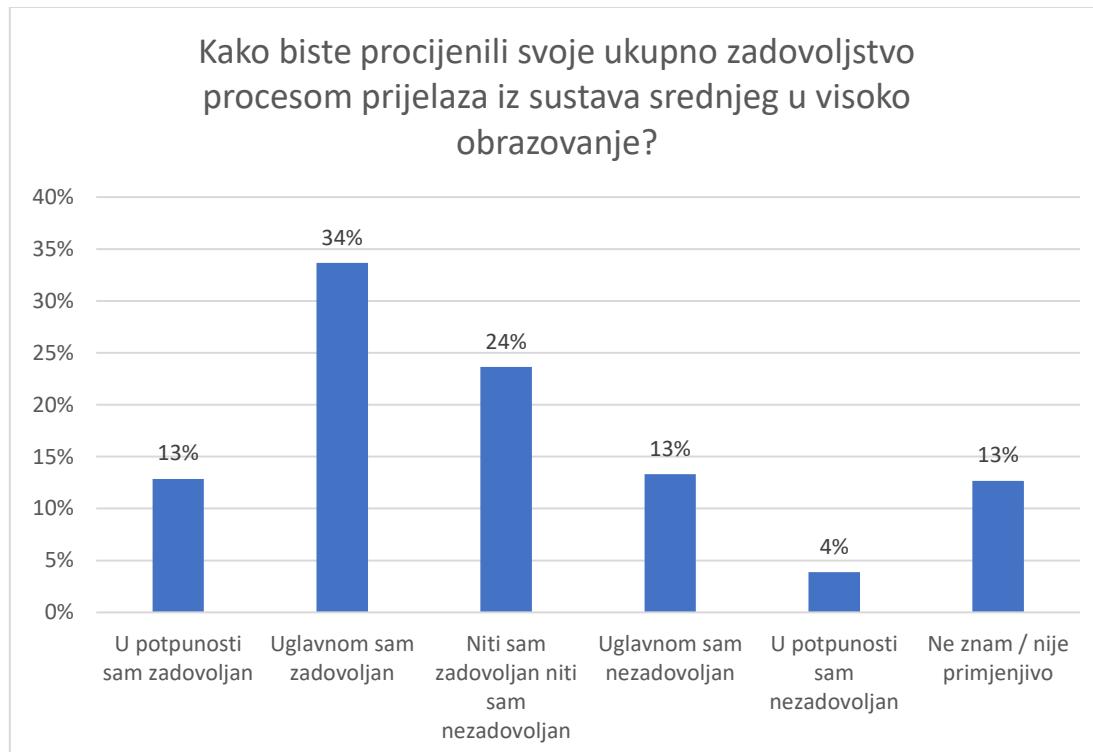
Mnogo veća količina stresa.

... Svaki dan sam čekala vijesti hoće li reći nešto vezano uz maturu. Sve je bilo jako loše organizirano i jako sam se brinula i strah mi je sve više rastao, mi smo tek mjesec dana pred maturu saznali koje gradivo se ne piše iz hrvatskog jezika. To je samo jedan primjer koliko je sve loše bilo organizirano i da se mi sami onda nismo znali organizirati, što da učimo/ne učimo.

Odabir pravog fakulteta, snalaženje i prihvaćenost od kolega i profesora.

Činjenica da sam se te godine pripremala za maturu (s time da sam zbog struke "Grafički dizajner" uskraćena za dvije godine matematike), rješavala završni rad za srednju školu i imala prijemni s mapom radova na fakultetu. Malo previše za jednog učenika po mom osobnom mišljenju.

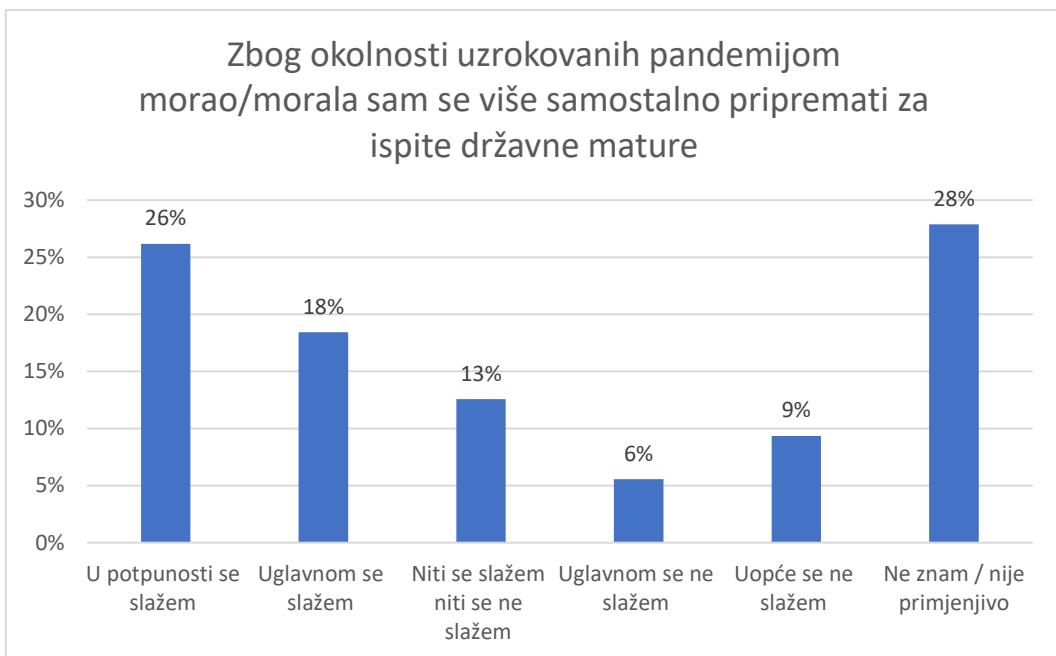
Unatoč pandemijskoj godini i uvjetima drukčijim od onih koje su imale starije generacije studenata, većina (47 %) studenata prve godine prediplomske i integrirane prediplomske i diplomske studija je u potpunosti i uglavnom zadovoljna procesom prijelaza iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje, 24 % nije niti zadovoljno niti nezadovoljno, a uglavnom i u potpunosti nezadovoljno je 17 % studenata.



Grafikon 44: Procjena ukupnog zadovoljstva studenata prve godine prediplomskih i integriranih prediplomskih i diplomskih studija procesom prijelaza iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje

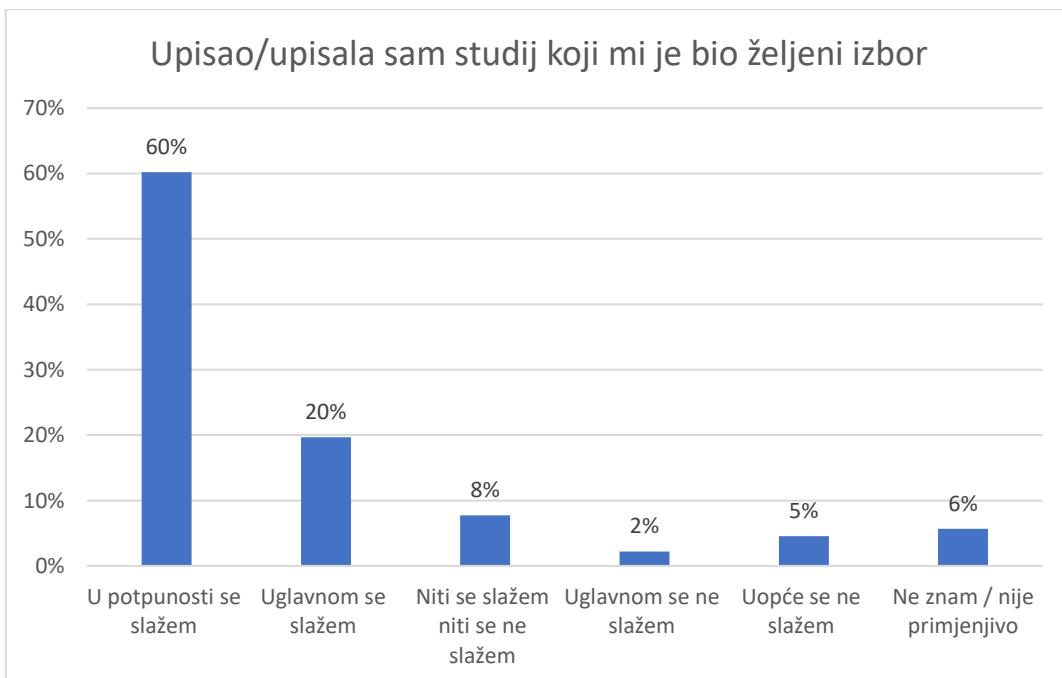
Utjecaj pandemije na prijelaz iz srednjeg u visoko obrazovanje te početak studija

Gotovo polovina studenata (44 %) prve godine prediplomske i integrirane prediplomske i diplomske studija, zbog okolnosti uzrokovanih pandemijom, morala se više samostalno pripremati za ispite državne mature (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“). Značajan (28 %) je postotak odgovora „Ne znam / nije primjenjivo“, a moguće objašnjenje je da je ovdje riječ o studentima koji su ponavljači ili nisu u toj godini polagali ispite državne mature.



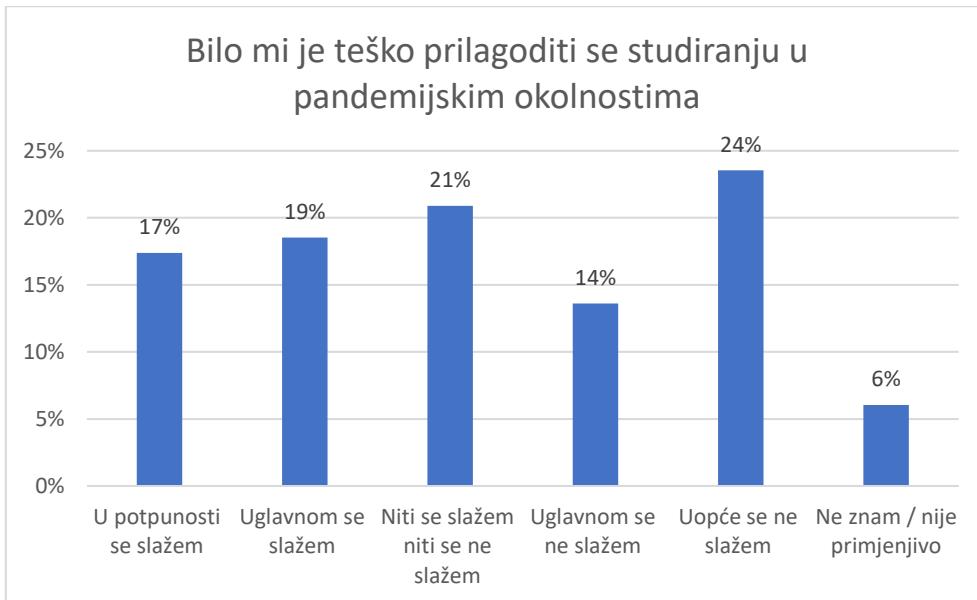
Grafikon 45: Procjena studenata o količini samostalnih priprema za ispite državne mature zbog okolnosti uzrokovanih pandemijom

Među studentima prve godine koji su sudjelovali u istraživanju, željeni studij upisalo je 80 % studenata (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“), a samo 7 % odgovorilo je suprotno (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“).



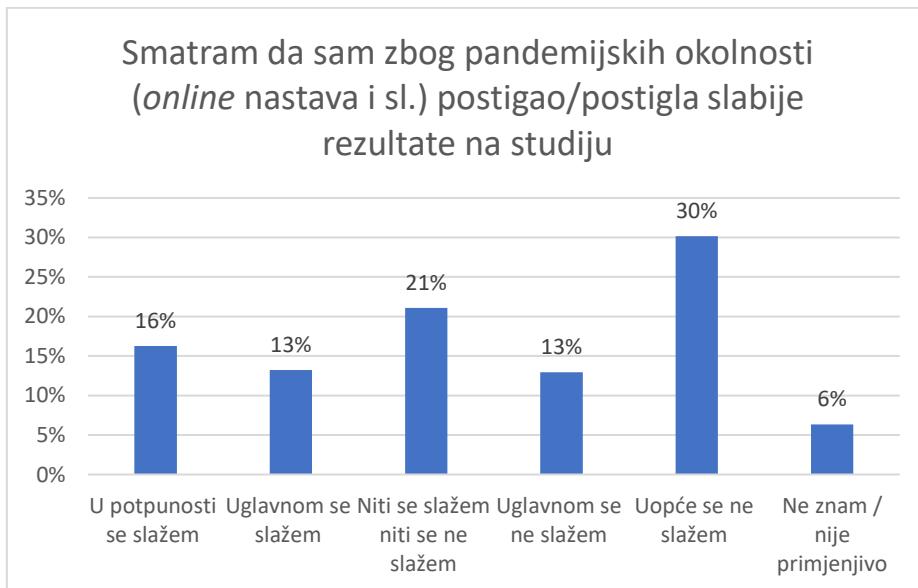
Grafikon 46: Postotak studenata prve godine studija koji su upisali željeni studij

Kada je riječ o prilagodbi studiranju u pandemijskim okolnostima, 38 % studenata procjenjuje da to nije bilo teško (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“), a suprotno smatra njih 36 % (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“). Značajan (21 %) je postotak odgovora „Niti se slažem, niti se ne slažem“.



Grafikon 47: Poteškoće u prilagodbi studenata prve godine preddiplomskih i integriranih preddiplomskih i diplomskih studija studiranju u pandemijskim okolnostima

Da je zbog pandemijskih okolnosti postiglo slabije rezultate na studiju smatra otprilike trećina (29 %) studenta prve godine (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“), s time se ne slaže 43 % (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“), dok je neodlučnih 21 % (odgovor „Niti se slažem, niti se ne slažem“).



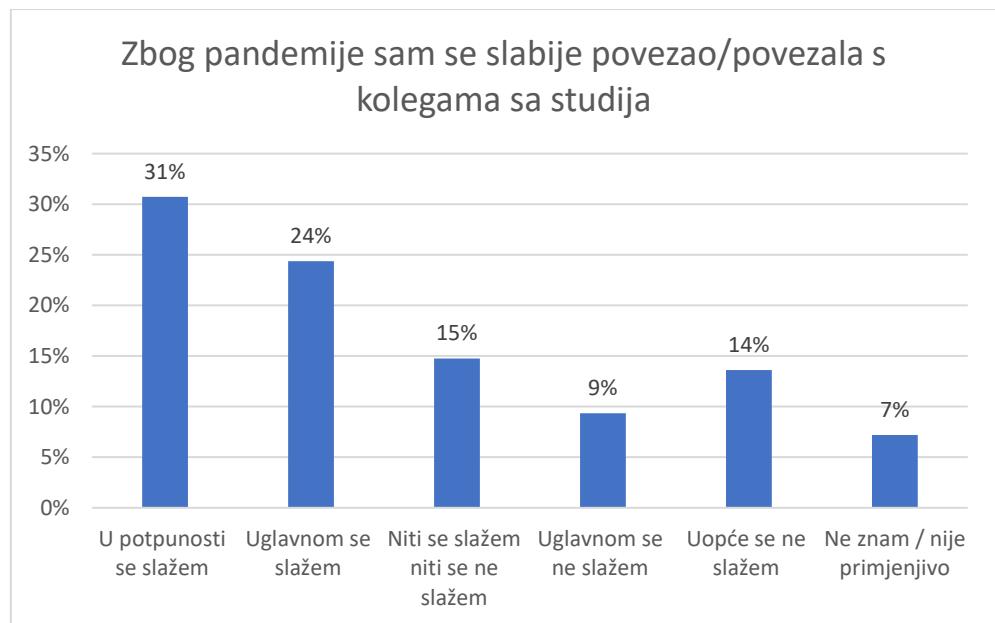
Grafikon 48: Utjecaj pandemijskih okolnosti na postizanje slabijih rezultata na studiju u ak. god. 2020./2021. kod studenata prve godine preddiplomskih i integriranih preddiplomskih i diplomskih studija

Više od trećine (37 %) studenata odgovorilo je da je visoko učilište na kojem studiraju organiziralo neki oblik upoznavanja brucoša uživo s kolegama i visokim učilištem, npr. orijentacijski dan i sl. (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“). Negativno je odgovorilo njih 30 % (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“).



Grafikon 49: Visoka učilišta koja su organizirala neki oblik upoznavanja brucoša uživo s kolegama i visokim učilištem

Nešto više od polovine (55 %) sudionika odgovorilo je da se zbog pandemije slabije povezalo s kolegama sa studija (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“), a s time se ne slaže njih 23 % (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće ne se ne slažem“).



Grafikon 50: Utjecaj pandemije na povezivanje studenata prve godine preddiplomskih i integriranih preddiplomskih i diplomskih studija s kolegama sa studija

63 % studenata prve godine studija smatra da zbog pandemije nije u potpunosti doživjelo iskustvo studiranja (odgovori „U potpunosti se slažem“ i „Uglavnom se slažem“), dok njih 19 % smatra suprotno (odgovori „Uglavnom se ne slažem“ i „Uopće se ne slažem“).



Grafikon 51: Utjecaj pandemije na doživljaj studiranja u ak. god. 2020./2021. kod studenata prve godine preddiplomskih i integriranih preddiplomskih i diplomskih studija

ZAKLJUČAK

Istraživanje *Studenti i pandemija: Kako smo (pre)živjeli?* provedeno je kako bi se dobio uvid u zadovoljstvo studenata visokih učilišta u Hrvatskoj kvalitetom visokoškolske nastave, različitim aspektima studentskog iskustva, samoprocjenu mentalnog zdravlja te procjenu utjecaja pandemije bolesti COVID-19, odnosno novonastalih uvjeta na prijelaz iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje tijekom akademске godine 2020./2021.

Rezultati istraživanja predstavljaju pregled stanja iz perspektive studenata svih razina i vrsta studija i kao takvi mogu koristiti akademskoj zajednici i donositeljima politika u planiranju i izvedbi visokoškolske nastave u budućnosti te planiranju i osmišljavanju budućih visokoobrazovnih politika.

Istraživanje je pokazalo da je u ak. god. 2020./2021. dominirala u potpunosti *online* nastava te hibridna nastava (kombinacija 2/3 nastave *online* i 1/3 uživo). Više od trećine sudionika istraživanja kao željeni oblik nastave za ak. god. 2021./2022. navodi učioničku nastavu, dok je *online* nastava željeni oblik za većinu studenata diplomske studije.

Temeljem analize preferencija u organizaciji nastave i ispita u nadolazećoj akademskoj godini, sudionike se može podijeliti u tri skupine: sudionici koji žele pohađati isključivo nastavu uživo, sudionici koji žele pohađati isključivo *online* nastavu te sudionici koji nastavu žele pohađati kombinirano (npr. pohađanje nastave *online*, a ispita i npr. laboratorijskih vježbi uživo).

Iako velik postotak studenata želi povratak na nastavu uživo, ipak većina ne bi podržala uvođenje obveznog cijepljenja protiv COVID-19 za studente i nastavnike kao preduvjet povratku na *staro normalno*.

Otprilike polovina sudionika u nekoj mjeri smatra da studiranje u *online* okruženju pruža više prostora za neetično ponašanje prilikom provjere znanja.

Nadalje, istraživanje je pokazalo da je zadovoljstvo studentskim životom za većinu sudionika manje nego prije pandemije. Može se uočiti razlika u zadovoljstvu redovitih i izvanrednih studenata. Naime, izvanredni su studenti zadovoljniji studentskim životom od redovitih studenata.

Kada je u pitanju upoznavanje novih ljudi, većina studenata nije bila u prilici upoznavati nove ljude u jednakoj mjeri kao prije, dok su postojeće odnose održavali pomoću društvenih mreža i komunikacijskih platformi. Nadalje, ograničavanje društvenog života nepovoljno se odrazilo na motiviranost studenata za učenje i izvršavanje studentskih obveza.

Gotovo polovina sudionika istraživanja smatra da je pandemija negativno utjecala na ponudu studentskih poslova što također doprinosi ukupnom (ne)zadovoljstvu i to onih studenata koji se u većoj mjeri sami financiraju.

Pandemijske okolnosti, poput *online* nastave, pozitivno su se odrazile na određene segmente studentskog života: uštedu na troškovima putovanja i učinkovitiju organizaciju vlastitog vremena. U životu nakon pandemije najveći postotak studenata veseli se druženju s kolegama bez ograničenja, nenošenju maski i putovanjima u inozemstvo.

Nadalje, otprilike polovina studenata svoje mentalno zdravlje doživljava lošijim i puno lošijim u odnosu na razdoblje prije pandemije. Ujedno i nešto više od trećine studenata iskazuje izrazitu ili priličnu zabrinutost za svoje mentalno zdravlje.

U području briga koje su zaokupljale studente, najveći broj zabrinjavala je mogućnost zaraze bliskih osoba korona virusom, dok se najmanji broj studenata brinuo oko mogućnosti vlastite zaraze korona virusom. Otrilike trećina studenata brinula je o mogućnosti zaostajanja u studiju, vlastitom društvenom životu, finansijskim poteškoćama te o mogućnosti putovanja, bavljenja sportom i drugim izvannastavnim sadržajima.

Od poteškoća s kojima su se studenti suočavali tijekom protekle akademske godine, otprilike polovina studenata navela je osjećaje socijalne izolacije i usamljenosti te probleme s pažnjom i koncentracijom. Također, skoro polovina studenata nosila se osjećajima anksioznosti, a trećina i osjećajem depresije. Nešto manje od polovine studenata smatra da su koristili društvene mreže na nezdrav način.

U pogledu područja života u kojima je pandemija najviše ostavila traga, nešto više od polovine studenata smatra da je pandemija dovela do propuštanja određenih životnih prilika i iskustava, zatim da se nepovoljno odrazila na njihovo mentalno zdravlje te da je nepovoljno utjecala na motivaciju i usmjerenošć na ostvarenje vlastitih ciljeva.

Studenti su tijekom protekle akademske godine sebi najviše pomagali izlascima, šetnjom i boravkom u prirodi, slušanjem glazbe te družeći se s prijateljima i obitelji.

Povezano s korištenjem stručne psihološke pomoći, nešto više od trećine studenata u potpunosti ili uglavnom smatra da bi se javilo za pomoć kada bi na njihovom visokom učilištu bile dostupne usluge psihološkog savjetovanja ili psihoterapije. Na pitanje postoji li takva pomoć na njihovom visokom učilištu, petina studenata navodi da postoji, dok više od polovine navodi da ne zna.

Studiranje u pandemijskim okolnostima posebno je izazovno bilo za skupinu studenata koji su ak. god. 2020./2021. tek ušli u svijet visokog obrazovanja. Najveći su im izazovi bili: nedostatak kontakta uživo s kolegama sa studija, *online* nastava umjesto nastave uživo te nedostatak motivacije za učenje uzrokovan neizvjesnošću trajanja i posljedica pandemije. Većina ih se zbog pandemijskih okolnosti morala više samostalno pripremati za ispite državne mature. Nadalje, više od polovine studenata prve godine odgovorilo je da su se zbog pandemije slabije povezali s kolegama sa studija te da nisu u potpunosti doživjeli iskustvo studiranja.

Unatoč tome, gotovo polovina studenata prve godine u potpunosti je i uglavnom zadovoljna procesom prijelaza iz sustava srednjeg u visoko obrazovanje.

Da im se bilo teško prilagoditi studiranju u pandemijskim okolnostima navelo je 36 % studenata prve godine, što je gotovo jednako postotku onih kojima to nije bilo teško (38 %). Mogući je to i razlog zašto gotovo polovina studenata prve godine smatra da zbog pandemije nisu postigli slabije rezultate na studiju.

Zaključno, rezultati istraživanja pokazali su da je prelazak na *online* oblike nastave u kriznim uvjetima pandemije u značajnoj mjeri utjecao na mentalno zdravlje studenata, njihovu socijalnu uključenost, iskustvo studiranja i kvalitetu studentskog života.

Istovremeno, istraživanje je pokazalo da postoji dio studentske populacije kojoj više odgovaraju *online* oblici nastave. To je upravo i u skladu s trendovima u visokom obrazovanju, koje je pandemija dodatno naglasila, a koji podrazumijevaju učenje i poučavanje usmjereno na studenta tj. prilagodbu nastavnog procesa različitim potrebama raznolike studentske populacije i tzv. netradicionalnim grupama studenata kojih će u budućnosti biti sve više.

Visoka učilišta koja svoje studijske programe ili neke od njih žele i dalje izvoditi *online* i prepoznaju to kao svoju stratešku odrednicu, moraju za to dobiti odobrenje u postupku akreditacije *online* studija.



agencija za znanost i visoko obrazovanje

Donje Svetice 38

10 000 Zagreb

www.azvo.hr