

ZAZNAVANJE STRESA MED ŠTUDENTI V ČASU PANDEMIJE COVID-19

ALENKA BREZAVŠČEK, JANJA JEREBIC, GREGOR RUS IN
ANJA ŽNIDARŠIČ

Univerza v Mariboru, Fakulteta za organizacijske vede, Kranj, Slovenija.
E-pošta: alenka.brezavscek@um.si, janja.jerebic@um.si, gregor.rus4@um.si,
anja.znidarsic@um.si

Povzetek V prispevku obravnavamo vplive pandemije COVID-19 na študente prvih letnikov Fakultete za organizacijske vede Univerze v Mariboru. Osredotočimo se na zaznavanje stresa med študenti, ki so v akademskih letih 2020/21 in 2021/22 opravljali predmet, ki pokriva osnove matematične analize. Podatke, zbrane s pomočjo anonimnega spletnega vprašalnika analiziramo glede na generacijo, ki ji študentje pripadajo, in glede na spol študentov. Na podlagi rezultatov statističnih analiz ugotovimo, da tako med generacijama kot med spoloma ni veliko razlik, izpostavimo pa nekatere, ki se pojavijo. Ugotovili smo, da so študentje v času pandemije zaskrbljeni za svojo družino in prijatelje bolj kot prej, medtem ko pri zaskrbljenosti nad svojo finančno situacijo razlik nismo potrdili. Zaznane so bile razlike v občutkih nelagodja (stres, socialna izoliranost, ...) glede na čas pred pandemijo, nakazuje pa se, da so študentje z daljšanjem obdobja izrednih razmer hkrati pa tudi z napovedmi o skorajšnjem koncu pandemije postali bolj trdoživi.

Ključne besede:

študenti,
pandemija,
COVID-19,
stres,
nelagodje.

PERCEPTION OF STRESS AMONG THE STUDENTS DURING COVID-19 PANDEMIC

ALENKA BREZAVŠČEK, JANJA JEREČIĆ, GREGOR RUS &

ANJA ŽNIDARŠIČ

University of Maribor, Faculty of Organizational Sciences, Kranj, Slovenia.
E-mail: alenka.brezavscek@um.si, ;janja.jerebic@um.si, gregor.rus4@um.si,
anja.znidarsic@um.si

Abstract The paper discusses the effects of the COVID-19 pandemic on the first-year students of the Faculty of Organizational Sciences, the University of Maribor. We focus on the perception of stress among the students who took a calculus basics course in the academic years 2020/21 and 2021/22. The data were collected using an anonymous online questionnaire and was analysed using a t-test of independent samples. The results show that there are not many differences between the two generations and between the males and females, but some differences are highlighted. We have noticed that the students are concerned with the well-being of their families and loved ones, while their financial well-being is not a bigger worry than before the COVID-19 pandemic. Observed differences in the minor feelings of discomfort such as stress, social isolation, etc., are expected. Still, it is also indicated that the students have become more resilient with the length of the situation and the predictions of the end of the COVID-19 pandemic.

Keywords:

students,
pandemic,
COVID-19,
stress,
discomfort.

1 Uvod

Marca 2020 se je svet spremenil praktično v trenutku. Svetovna pandemija takrat skoraj popolnoma neznane bolezni COVID-19 je pretresla svet zelo primerljivo kot pred skoraj natanko stotimi leti pandemija španske gripe. V današnjih časih nenehnih migracij, tako dnevnih zaradi dela ali turizma, kot vztrajnega migriranja ljudi v iskanju boljše prihodnosti, se je tokratna pandemija neprimerljivo hitreje širila. A ljudje smo zelo prilagodljiva vrsta. Praktično v trenutku je bila organizirana akcija »ostani doma«, ki je spremenila naše potovalne navade, prav tako pa zahtevala velike prilagoditve na področju opravljanja dela in izobraževanja.

Motivacija za sodelovanje, za boj za skupno dobro, je bila na začetku pandemije izredna. Pogled nazaj pokaže, da smo se, čeprav v boju s popolnoma neznanim sovražnikom, dobro odrezali. A upanje, da bo pandemija ravno zaradi tako dobre povezanosti sveta hitro minila, se je izkazalo za lažno. Skoraj dve leti kasneje smo še vedno ujeti v nekem »novem svetu«, ki izgleda kot plod domišljije pisatelja znanstveno fantastičnih ali na trenutke celo apokaliptičnih romanov.

Na Fakulteti za organizacijske vede, kjer smo na Katedri za metodologijo zaposleni avtorji tega prispevka in kjer je tudi potekala naša raziskava, smo k reorganizaciji dela pristopili takoj. Z zavedanjem možnosti, da bo COVID-19 vztrajal dlje časa, smo večino našega poučevanja opremili z video gradivom, ki študentom lajša študij tudi po skoraj dveh letih. Lansko leto smo na konferenci predstavili prispevek o analizi razlik med izvajanjem predmetov in preverjanj znanj v predavalnici (»v živo«) in na daljavo. Ker smo lani prišli do zaključkov, da študentje odnesejo ne glede na način izvedbe predmeta približno enako znanja, smo se odločili posvetiti drugačni temi. Zanimalo nas je, kakšen je psihološki vpliv pandemije na študente. Razlog za to raziskavo je tudi v tem, da smo pri sebi, z daljšanjem epidemije, začeli opazovati občutke anemičnosti in znatno zmanjšanje motivacije.

Raziskavo, katere rezultate predstavljamo v prispevku, smo izvedli s pomočjo študentov prvih letnikov tako univerzitetnega kot visokošolskega študija. Ker se naši predmeti poučujejo v prvih letnikih, smo imeli potencialen dostop do velike skupine študentov. Študentje so v raziskavi sodelovali prostovoljno in anonimno, vnaprej so bili obveščeni, da bomo njihove odgovore uporabili samo za potrebe raziskav. Na tem mestu našim študentom še enkrat izrekamo zahvalo za sodelovanje.

2 Pregled podobnih raziskav

Tema raziskovanja občutkov nelagodja in stresa med študenti seveda ni nekaj novega. Iskalni niz „stress” AND „student” AND „2017-2022” (torej, da je članek izdan v zadnjih petih letih) nam vrne kar 19.677 rezultatov na WoS, od tega 17.477 člankov. Tudi če se omejimo na čas pandemije, torej na obdobje 2020-2022, in vključimo zahtevano besedno zvezo „COVID”, nam še vedno ostane 1485 rezultatov, ki se ukvarja s podobno tematiko.

Ena izmed najbolj citiranih raziskav na to temo (Husky in drugi, 2020) se ukvarja z analizo vpliva obveznega zaprtja družbe zaradi višjega cilja (boja proti virusu SARS-CoV-2) na psihološko počutje študentov. Raziskava je bila izvedena s pomočjo francoskih študenov. Cilj je bil potrditi oziroma ovreči trditve, da imajo takšne vrste zaprtja majhen ali celo zanemarljiv vpliv na posameznike. Ugotovili so, da je bila študentska populacija glede tega še bolj na udaru, še posebej pa je bil zaznan negativen vpliv pri študentih, ki se v času zaprtja niso preselili k svojim strašem ali bližnjim. Ugotovili so tudi, da se lahko zaradi takih zaprtij še poglobijo socialne neenakosti. Splošna strategija boja proti virusu je bila v prvem valu podobna po večini Evrope (z izjemo morda Švedske), vendar so se vseeno nekatere pomembne podrobnosti razlikovale (kot npr. strogost zaprtja, obvezna uporaba mask, ipd.), zato izsledkov te raziskave najbrž ne moremo v celoti prenesti na našo študentsko populacijo. Omenjena raziskava je bila izvedena v prvem valu, ko je bil, vsaj zdi se tako, strah pred pandemijo največji. Sorodne raziskave med ameriškimi in kitajskimi študenti prikažejo podobne rezultate (Wang in drugi 2020; Ye in drugi, 2020; Hoyt in drugi, 2021). Najdemo pa tudi raziskave izvedene v praktično vseh svetovnih državah.

Nekatere raziskave, kot je tudi naša, raziskujejo, kako doživljanje stresa poteka različno glede na spol (npr. Prowse in drugi, 2021; Rodriguez-Besteiro in drugi, 2021). Podobno, kot je predstavljeno tudi kasneje v tekstu, avtorji ugotovijo, da je na žensko študentsko populacijo pandemija imela večji (negativen) vpliv.

Večina podobnih raziskav je izvedenih na populacijah študentov različnih, specifičnih študijskih programov. Kot omenimo prispevek avtorjev Awoke in drugi (2021), ki so raziskavo izvedli na vzorcu študentov zdravstvenih ved in raziskavo avtorjev Lingawi in Aifi (2020), ki sta raziskavo naredila na vzorcu študentov

dentalne medicine. Naša raziskava je ena redkih, ki se posveča študentom, ki ne študirajo na zdravstvenih programih, temveč se osredotoča na študente družboslovja, natančneje organizacije in managementa na treh področjih. Pričakovati gre, da so bili študentje zdravstvenih ved bolj angažirani za delo med časom pandemije, prav tako pa zaradi specifičnega znanja morda še bolj dovzetni za vplive pandemije.

Ogledali smo si tudi raziskave, ki merijo vpliv na študente v daljšem časovnem obdobju. Tudi mi imamo v vzorcu generacijo, ki smo jo obravnavali v „prvem” letu pandemije, prav tako pa tudi študente, ki so praktično celoten študij pod „primežem” pandemije. Raziskava avtorjev Kosendiak in drugi (2021) proučuje, kako se študenti medicine na Poljskem spopadajo z obvladovanjem stresa v treh različnih obdobjih (na začetku pandemije, po pol leta in po enem letu). Izsledki so zaskrbljujoči: pri študentih se je povečala uporaba alkohola in tobačnih izdelkov in zmanjšal nivo fizične aktivnosti. Morda se bo zgodilo, da za pandemijo pride še večja kriza, povezana s stresom in slabšo fizično pripravljenostjo mlade populacije.

Raziskava avtorjev Tian’ge Lu in drugi (2022) ima podobne izsledke. Ugotovijo namreč, da kar 76 % študentov kaže znake depresije, zato avtorji poudarjajo pomen premišljenega izhoda iz pandemije z osredotočenostjo na psihološko stanje družbe. V prispevku Durbas in drugi (2021) so na vprašanja odgovarjali po enem letu trajanja pandemije. Ugotovili so, da na nivo občutenega stresa in nelagodja vpliva letnik šolanja študentov.

3 Empirična raziskava o stresu zaradi Covida-19 med študenti fakultete

3.1 Zasnova raziskave

V raziskavi so lahko sodelovali vsi študentje Fakultete za organizacijske vede, ki so v akademskem letu 2020/21 opravljali predmet Osnove kvantitativnih metod I na visokošolskem programu ali predmet Kvantitativne metode I na univerzitetnem programu in študentje, ki so v akademskem letu 2021/22 opravljali predmet Osnove kvantitativnih metod I na visokošolskem programu. Razlog, zakaj v raziskavi ni vključenih tudi slušateljev predmeta Kvantitativne metode I na univerzitetnem programu v letu 2021/22 je, da se predmet izvaja v letnem semestru. Študentje so lahko anonimno vprašalnik izpolnili preko spletne učilnice Moodle približno na

sredini opravljanja predmeta. Študentje so bili sicer večkrat pozvani k izpolnitvi ankete, vnaprej pa je bilo tudi povedano, da izpolnitev ankete ni pogoj za uspešno opravljene obveznosti pri predmetu. Študentje so bili obveščeni, da je anketa anonimna in da bodo rezultati uporabljeni samo za izvedbo raziskav.

3.2 Vprašalnik

Študentje, ki so izpolnili anketo, so izrazili svoje mnenje o 13 trditvah, povzetih po Elmer in drugi (2020). Posamezne trditve so se nanašale na zaznane razlike v določilih, specifičnih občutkih pred pandemijo in med pandemijo. Svoje mnenje so izrazili na lestvici od 0 (s trditvijo se strinjam veliko manj kot pred pandemijo) do 6 (s trditvijo se strinjam veliko bolj kot pred pandemijo). Ocena 3 je bila nevtralna ocena. Trditve, do katerih so se opredeljevali študentje, so razvidne iz navedb v slikah in tabelah v poglavju 4.

3.3 Struktura vzorca

V akademskem letu 2020/21 je na vprašalnik odgovorilo 135 študentov in študentk, v letošnjem akademskem letu pa 51 študentov in študentk. Kot smo navedli že prej, so v letu 2020/21 na vprašalnik odgovarjali tako študenti univerzitetnega kot visokošolskega programa, medtem ko so letos, zaradi časovne umestitve predmetov v urnik, odgovarjali samo študentje visokošolske smeri. Podrobno strukturo vzorca si lahko pogledamo v Tabeli 1.

Tabela 1: Struktura raziskovalnega vzorca

Vir: lasten

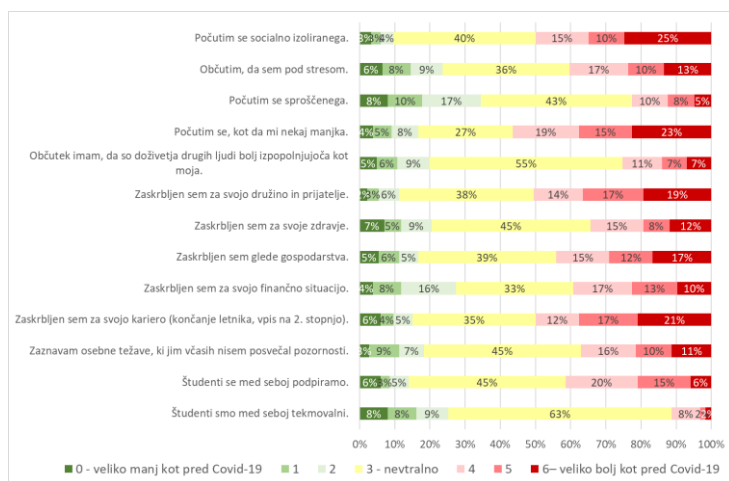
		2020	2021
spol	ženski	57,8 %	54,9 %
	moški	42,2 %	45,1 %
vrsta študija	VS	69,6 %	100,0 %
	UN	30,4 %	0,0 %

4 Rezultati

Rezultate bomo predstavili najprej s pomočjo frekvenčne porazdelitve odgovorov za vsako trditve nato pa si bomo ogledali še razlike glede na spol, vrsto študijskega programa (VS, UN) in generacijo študija (2020/21 in 2021/22; le za študente na VS programu). Na

Slika vidimo relativne frekvence posameznih odgovorov za vsako trditve. Iz

Slika je razvidno, da so rdeče obarvani deleži, ki izražajo višjo stopnjo strinjanja s posamezno trditvijo v času pandemije Covid-19 kot pred njo. Predvsem je to značilno za trditve, ki kakorkoli izražajo negativno stanje. Največji relativni delež odgovora 6 (veliko bolj kot pred pandemijo COVID-19) je ugotovljen pri trditvi „Počutim se socialno izoliranega“, kar morda niti ni presenetljivo. Največji delež nevtralnih odgovorov je pri trditvi „Študenti smo med seboj tekmovalni“. Odgovori anketiranih nakazujejo tudi, da se je tekmovalnost študentov v obdobju pandemije zmanjšala (iz 25 % na 12 %), kar sovпада tudi z neformalnimi odzivi študentov, ki so v pogovorih povedali, da je prav stik z drugimi študenti vidik, ki jim v času pandemije najbolj manjka. Odgovori pričajo tudi o tem, da se anketirani študentje v času pandemije počutijo manj sproščeno kot v obdobju pred pandemijo, kar je nenazadnje tudi pričakovano.



Slika 1: Frekvenčna porazdelitev odgovorov na trditve iz vprašalnika

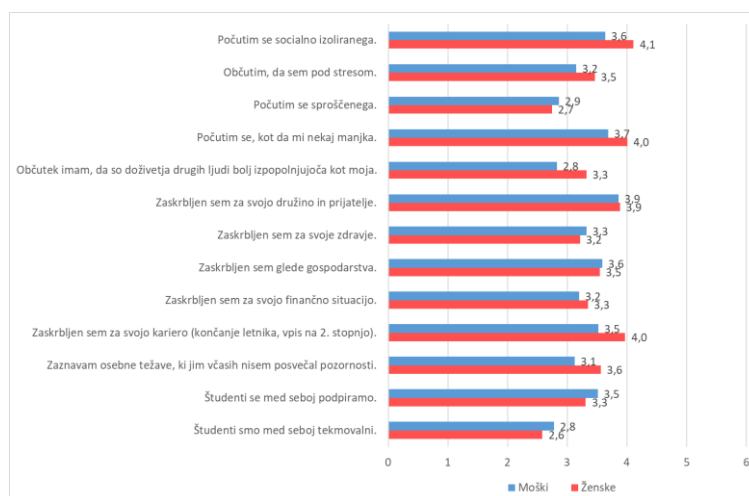
Vir: lasten

Na Sliki 2 so prikazane še vrednosti povprečij za posamezne trditve glede na spol, v Tabeli pa podajamo rezultate t-testov za neodvisna vzorca, kjer smo vzorec anketiranih razdelili glede na spol.

Iz Slike 2 je razvidno, da je vsem trditvam skupno to, da so anketirane študentke v povprečju bolj zaskrbljene glede svojih občutij kot anketirani študenti. Ne bomo se spuščali v razpravo, ali je to posledica razlik med spoloma v smislu načina izražanja čustev, vendar bi lahko pri višjih povprečjih, kot je npr. povprečje pri trditvi o socialni izoliranosti veljalo preučiti, če se bo ta pojav socialne izoliranosti z leti pri študentih spet vrnil na "normalne vrednosti".

Iz rezultatov v Tabeli 2 je razvidno, da smo statistično značilne razlike pri 5 % tveganju potrdili pri naslednjih treh trditvah:

- "Počutim se socialno izoliranega." ($t=2,156$; $sp=183,5$; $p=0,032$)
- "Občutek imam, da so doživetja drugih ljudi bolj izpopolnjujoča kot moja." ($t=2,634$; $sp=183,8$; $p=0,009$)
- "Zaznavam osebne težave, ki jim včasih nisem posvečal pozornosti." ($t=2,097$, $sp=177,4$; $p=0,037$)



Slika 2: Povprečne ocene trditve iz vprašalnika glede na spol

Vir: lasten

Pri prvi od teh treh izpostavljenih trditev ("Počutim se socialno izoliranega.") je vzorčno povprečje pri študentkah enako 4,1 s standardnim odklonom 1,68, medtem ko je pri študentih moškega spola enako 3,6 s standardnim odklonom 1,33. Obe vzorčni povprečji sta višji od nevtralnosti, je pa občutek socialne izoliranosti izrazitejši pri študentkah.

Pri trditvi ("Občutek imam, da so doživetja drugih ljudi bolj izpopolnjujoča kot moja.") je vzorčno povprečje pri ženskah enako 3,3 s standardnim odklonom 1,44 (torej izkazujejo povprečje večje od nevtralnosti), medtem ko je pri moških študentih vzorčno povprečje pod nevtralnostjo, in je 2,8 s standardnim odklonom 1,12.

Tretja trditev ("Zaznavam osebne težave, ki jim včasih nisem posvečal pozornosti.") ima pri študentkah vzorčno povprečje 3,6, s standardnim odklonom 1,49, pri študentih pa 3,1 s standardnim odklonom 1,36.

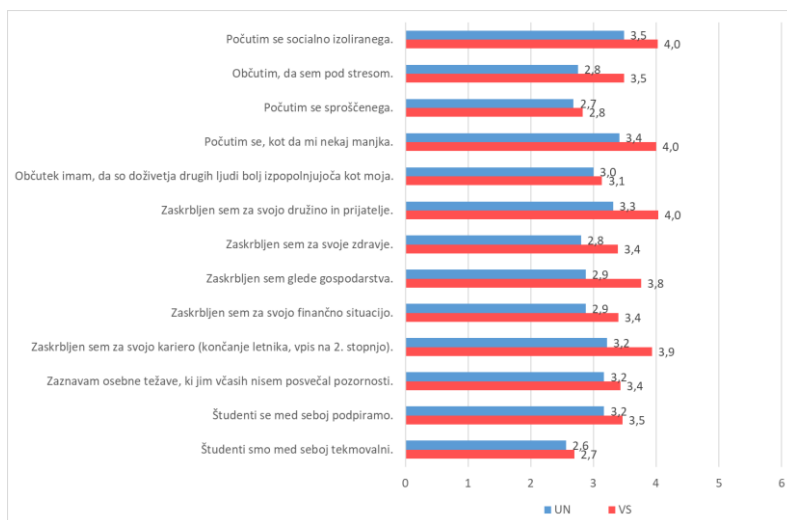
Vidimo torej, da so pri vseh trditvah, kjer so bile ugotovljene statistično značilne razlike med spoloma, povprečne vrednosti višje pri študentkah kot pri študentih.

Zanimale so nas tudi razlike med odgovori glede na vrsto študijskega programa (VS ali UN). Rezultati so prikazani na Sliki 3 in v Tabeli 3.

Tabela 2: Opisne statistike za trditve iz vprašalnika in rezultati t-testov za razlike med povprečnimi ocenami glede na spol

Vir: lasten

Trditve iz vprašalnika	opisne statistike				rezultati testov				
	ženske		moški		Leveneov test		t-test za neodvisna vzorca		
	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s	F	p	t	sp	p (2-str)
Počutim se socialno izoliranega.	4,1	1,68	3,6	1,33	10,682	0,001	2,156	183,5	0,032
Občutim, da sem pod stresom.	3,5	1,80	3,2	1,40	11,427	0,001	1,334	183,8	0,184
Počutim se sproščenega.	2,7	1,47	2,9	1,42	0,301	0,584	-0,547	184	0,585
Počutim se, kot da mi nekaj manjka.	4,0	1,74	3,7	1,51	3,074	0,081	1,324	184	0,187
Občutek imam, da so doživetja drugih ljudi bolj izpopolnjujoča kot moja.	3,3	1,44	2,8	1,12	6,470	0,012	2,634	183,8	0,009
Zaskrbljen sem za svojo družino in prijatelje.	3,9	1,56	3,9	1,38	2,176	0,142	0,110	184	0,912
Zaskrbljen sem za svoje zdravje.	3,2	1,63	3,3	1,42	1,143	0,286	-0,473	184	0,637
Zaskrbljen sem glede gospodarstva.	3,5	1,65	3,6	1,58	0,022	0,881	-0,168	184	0,867
Zaskrbljen sem za svojo finančno situacijo.	3,3	1,56	3,2	1,46	0,994	0,320	0,662	184	0,509
Zaskrbljen sem za svojo kariero (končanje letnika, vpis na 2. stopnjo).	4,0	1,72	3,5	1,61	1,675	0,197	1,807	184	0,072
Zaznavam osebne težave, ki jim včasih nisem posvečal pozornosti.	3,6	1,49	3,1	1,36	4,138	0,043	2,097	177,4	0,037
Študenti se med seboj podpiramo.	3,3	1,38	3,5	1,37	0,123	0,727	-0,990	184	0,324
Študenti smo med seboj tekmovalni.	2,6	1,25	2,8	1,01	5,651	0,018	-1,149	183,2	0,252



Slika 3: Povprečne ocene trditev iz vprašalnika glede na vrsto študijskega programa (VS, UN)

Vir: lasten

Tabela 3: Opisne statistike za trditve iz vprašalnika in rezultati t-testov za razlike med povprečnimi ocenami glede na vrsto študijskega programa (VS, UN)

Vir: lasten

Trditve iz vprašalnika	opisne statistike				rezultati testov				
	UNI		VS		Leveneov test		t-test za neodvisna vzorca		
	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s	F	p	t	sp	p (2-str)
Počutim se socialno izoliranega.	4,0	1,52	3,5	1,60	0,000	0,984	1,982	184	0,049
Občutim, da sem pod stresom.	3,5	1,62	2,8	1,61	0,088	0,767	2,568	184	0,011
Počutim se sproščenega.	2,8	1,52	2,7	1,15	2,097	0,149	0,565	184	0,573
Počutim se, kot da mi nekaj manjka.	4,0	1,62	3,4	1,66	0,038	0,845	2,028	184	0,044
Občutek imam, da so doživetja drugih ljudi bolj izpopolnjujoča kot moja.	3,1	1,32	3,0	1,40	0,159	0,691	0,583	184	0,561
Zaskrbljen sem za svojo družino in prijatelje.	4,0	1,47	3,3	1,40	2,336	0,128	2,787	184	0,006
Zaskrbljen sem za svoje zdravje.	3,4	1,53	2,8	1,49	0,762	0,384	2,183	184	0,030
Zaskrbljen sem glede gospodarstva.	3,8	1,62	2,9	1,42	3,284	0,072	3,152	184	0,002
Zaskrbljen sem za svojo finančno situacijo.	3,4	1,59	2,9	1,17	8,137	0,005	2,322	86,3	0,023
Zaskrbljen sem za svojo kariero (končanje letnika, vpis na 2. stopnjo).	3,9	1,64	3,2	1,72	0,047	0,829	2,451	184	0,015
Zaznavam osebne težave, ki jim včasih nisem posvečal pozornosti.	3,4	1,49	3,2	1,32	2,116	0,147	1,028	184	0,305
Študenti se med seboj podpiramo.	3,5	1,31	3,2	1,56	0,374	0,541	1,201	184	0,231
Študenti smo med seboj tekmovalni.	2,7	1,08	2,6	1,40	5,159	0,024	0,575	54,1	0,568

Iz rezultatov v Tabeli 3 je razvidno, da so statistično značilne razlike ugotovljene pri naslednjih trditvah:

- „Občutim, da sem pod stresom.” ($t=2,568$, $sp=184$, $p=0,011$)
- „Zaskrbljen sem za svojo družino in prijatelje.” ($t=2,787$, $sp=184$, $p=0,006$)
- „Zaskrbljen sem za svojo zdravje.” ($t=2,183$, $sp=184$, $p=0,030$)
- „Zaskrbljen sem glede gospodarstva.” ($t=3,152$, $sp=184$, $p=0,002$)

- „Zaskrbljen sem za svojo finančno situacijo.” ($t = 2,322$, $sp = 86,3$, $p = 0,023$)
- „Zaskrbljen sem za svojo kariero (končanje letnika, vpis na 2. stopnjo).” ($t = 2,451$, $sp = 184$, $p = 0,015$)

Rezultati pri vseh naštetih trditvah kažejo, da študentje UN stopnje kažejo večjo zaskrbljenost kot njihovi kolegi iz VS stopnje. Pri vseh izpostavljenih trditvah študentje UN študija kažejo večje povprečno strinjanje v smeri večjega nelagodja/stresa kot so ga doživljali pred pandemijo.

Zadnja primerjava je narejena med študenti VS programa dveh zaporednih akademskih let (2020/21 in 2021/22). Rezultati so podani na Sliki 4 in v Tabeli 4.



Slika 4: Povprečne ocene trditve iz vprašalnika glede na generacijo študija (upoštevani le študentje VS programa)

Vir: lasten

Tabela 4: Opisne statistike za trditve iz vprašalnika in rezultati t-testov za razlike med povprečnimi ocenami glede na generacijo študija (upoštevani le študentje VS programa)

Vir: lasten

Trditev iz vprašalnika	opisne statistike				rezultati testov				
	2020/21		2021/22		Leveneov test		t-test za neodvisna vzorca		
	$\bar{x}$	s	$\bar{x}$	s	F	p	t	sp	p (2-str)
Počutim se socialno izoliranega.	4,2	1,57	3,6	1,36	4,862	0,029	2,473	116,18	0,015
Občutim, da sem pod stresom.	3,6	1,52	3,4	1,79	1,993	0,160	0,641	143	0,522
Počutim se sproščenega.	2,6	1,38	3,2	1,70	2,300	0,132	-2,178	143	0,031
Počutim se, kot da mi nekaj manjka.	4,2	1,61	3,6	1,58	0,520	0,472	2,281	143	0,024
Občutek imam, da so doživetja drugih ljudi bolj izpopolnjujoča kot moja.	3,2	1,35	3,1	1,28	0,470	0,494	0,267	143	0,790
Zaskrbljen sem za svojo družino in prijatelje.	4,0	1,56	4,1	1,30	0,548	0,460	-0,619	143	0,537
Zaskrbljen sem za svoje zdravje.	3,4	1,53	3,4	1,56	0,095	0,759	0,005	143	0,996
Zaskrbljen sem glede gospodarstva.	3,9	1,53	3,5	1,76	0,192	0,662	1,474	143	0,143
Zaskrbljen sem za svojo finančno situacijo.	3,2	1,48	3,7	1,74	1,491	0,224	-1,721	143	0,087
Zaskrbljen sem za svojo kariero (končanje letnika, vpis na 2. stopnjo).	4,1	1,61	3,6	1,66	0,043	0,835	1,692	143	0,093
Zaznavam osebne težave, ki jim včasih nisem posvečal pozornosti.	3,4	1,49	3,5	1,49	0,017	0,896	-0,566	143	0,573
Študenti se med seboj podpiramo.	3,5	1,31	3,5	1,33	0,039	0,845	-0,057	143	0,954
Študenti smo med seboj tekmovalni.	2,7	1,12	2,7	1,00	0,805	0,371	-0,238	143	0,812

Iz Tabele 4 je razvidno, da so ob upoštevanju 5 % tveganja zaznane statistično značilne razlike pri treh trditvah:

- »Počutim se socialno izoliranega.« ($t=2,473$, $sp=116,18$, $p=0,015$)
- »Počutim se sproščenega.« ($t=2,3$, $sp=143$, $p=0,031$)
- »Počutim se, kot da mi nekaj manjka.« ($t=2,281$, $sp=143$, $p=0,024$)

Najbolj očitna je razlika pri se zdi prvi od teh trditev, kjer je vzorčno povprečje pri generaciji 2020/21 enako 4,2 s standardnim odklonom 1,57, pri generaciji 2021/22 pa 3,6, s standardnim odklonom 1,36. Razliko lahko obrazložimo z že prej izpostavljeno »vdanostjo v usodo«, prav tako pa z blažjimi ukrepi, ki veljajo v zadnjem času. Poudariti moramo, da je del generacije 2020/21 odgovarjal na vprašalnik v novembru 2020, del pa aprila 2021, ko je obakrat država bila v "lockdownu". Obe generaciji čutita v povprečju večjo socialno izoliranost kot v pred pandemičnih časih. Žal se zdi, da bo pandemija imela dolgotrajne psihološke učinke na študente (morda na celotno populacijo). Na to področje bo treba v prihodnosti še posebej paziti.

5 Zaključek

Kot smo napisali že v uvodu, je pandemija spremenila svet v nepredstavljenih razsežnostih. Začetnih 14 dni zaprtja nas je sililo, da pouk že skoraj dve leti v

večini izvajamo na daljavo. A ne moremo se samo pritoževati. Pandemija je prinesla tudi nove zanimive izzive, nas prisilila, da usvojimo nova znanja virtualnega poučevanja in do potankosti preučimo zmožnosti že obstoječe programske opreme, s katerimi smo, tako vsaj verjamemo, pouk izboljšali med pandemijo, novosti pa bodo ostale tudi, ko se pandemija izteče.

Poleg novih idej smo, zanimivo, dobili tudi bolj sodelujočo generacijo študentov. Žal slednje velja samo za izpolnjevanje vprašalnikov, ne pa tudi za sodelovanje pri pouku, ki se je sčasoma še poslabšalo. Tako smo z analizo lani ugotovili, da je kvaliteta pouka primerljiva ne glede na izvedbo pouka. V tem prispevku smo predstavili različne poglede psihološkega vpliva pandemije. Podobno analizo načrtujemo tudi za pokoronsko generacijo, kjer bomo lahko primerjali počutje študentov po končani epidemiji.

Literatura

- Awoke, M., Mamo, G., Abdu, S., & Terefe, B. (2021). Perceived stress and coping strategies among undergraduate health science students of Jimma university amid the COVID-19 outbreak: online cross-sectional survey. *Frontiers in psychology*, 12.
- Durbas, A., Karaman, H., Solman, C. H., Kaygisiz, N., & Ersoy, Ö. (2021). Anxiety and Stress Levels Associated With COVID-19 Pandemic of University Students in Turkey: A Year After the Pandemic. *Frontiers in psychiatry*, 12.
- Elmer, T., Mepham, K., & Stadtfeld, C. (2020). Students under lockdown: Comparisons of students' social networks and mental health before and during the COVID-19 crisis in Switzerland. *Plos one*, 15(7), e0236337.
- Hoyt, L. T., Cohen, A. K., Dull, B., Castro, E. M., & Yazdani, N. (2021). "Constant stress has become the new normal": stress and anxiety inequalities among US college students in the time of COVID-19. *Journal of Adolescent Health*, 68(2), 270-276.
- Husky, M. M., Kovess-Masfety, V., & Swendsen, J. D. (2020). Stress and anxiety among university students in France during Covid-19 mandatory confinement. *Comprehensive Psychiatry*, 102, 152191.
- Kosendiak, A., Król, M., Ściskalska, M., & Kepinska, M. (2021). The Changes in Stress Coping, Alcohol Use, Cigarette Smoking and Physical Activity during COVID-19 Related Lockdown in Medical Students in Poland. *International journal of environmental research and public health*, 19(1), 302.
- Lingawi, H. S., & Afifi, I. K. (2020). COVID-19 associated stress among dental students. *The Open Dentistry Journal*, 14(1).
- Prowse, R., Sherratt, F., Abizaid, A., Gabrys, R. L., Hellemans, K. G., Patterson, Z. R., & McQuaid, R. J. (2021). Coping with the COVID-19 pandemic: examining gender differences in stress and mental health among university students. *Frontiers in psychiatry*, 12, 439.
- Rodriguez-Besteiro, S., Tornero-Aguilera, J. F., Fernández-Lucas, J., & Clemente-Suárez, V. J. (2021). Gender Differences in the COVID-19 Pandemic Risk Perception, Psychology, and Behaviors of Spanish University Students. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 3908.
- Tian'ge Lu, Y. Y., Zhao, Z., & Guo, R. (2022). Mental Health and Related Factors of Adolescent Students During Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) Pandemic. *Psychiatry Investigation*, 19(1), 16.
- Wang, C., & Zhao, H. (2020). The impact of COVID-19 on anxiety in Chinese university students. *Frontiers in psychology*, 11, 1168.
- Ye, Z., Yang, X., Zeng, C., Wang, Y., Shen, Z., Li, X., & Lin, D. (2020). Resilience, Social Support, and Coping as Mediators between COVID-19-related Stressful Experiences and Acute Stress Disorder among College Students in China. *Applied Psychology: Health and Well-Being*.