



młody
KRAKÓW
2.0



Raport z badań: „Krakowscy studenci w sytuacji zagrożenia pandemią koronawirusa”¹

Piotr Długosz

Kraków 2020

Instytut Filozofii i Socjologii Uniwersytetu Pedagogicznego im.
Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie

¹ Badania oraz raport powstał dzięki pomocy pracowników i studentów Uniwersytetu Pedagogicznego. Dziękuję Pani Ewelinie Rutkowskiej, dyrektor Centrum Obsługi Studenta i Pani Edycie Kowalik kierownik z Centrum Rozwoju Systemów Dydaktycznych UP za pomoc i wsparcie logistyczne badań. Dziękuję Panu dr Dariuszowi Pohłowi, dyrektorowi Wydawnictwa UP za pomoc w przygotowaniu raportu. Przede wszystkim dziękuję studentom za wypełnienie ankiety.



młody
KRAKÓW
2.0



Spis treści

1. Wstęp	3
2. Metodologia badań	6
3. Charakterystyka próby badawczej	8
4. Zainteresowanie problematyką pandemii koronawirusa	11
5. Ocena działań prowadzonych w celu zmniejszenia pandemii koronawirusa	15
6. Kondycja psychosomatyczna	17
7. Życie w cyfrowym świecie	21
8. Podsumowanie	25



młody
KRAKÓW
2.0



1. Wstęp

W połowie grudnia 2019 r. na terenie miasta Wuhan w środkowych Chinach został zdiagnozowany nowy rodzaj koronawirusa, który okazał się podobny pod względem sekwencji genetycznej do wirusa SARS wywołującego ostry zespół oddechowy. Nowy wirus zwany SARS-CoV-2 wywołujący chorobę COVID-19 szybko zaczął się rozprzestrzeniać na cały świat. W marcu radykalnie zwiększyła się zachorowalność na wirusa na terenie Europy. 11 marca 2020 r. Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) ogłosiła pandemię koronawirusa. Tym samym można uznać, że COVID-19 stał się globalną dżumą XXI w., która prowadzi do dużej śmiertelności oraz wzbudza masowe lęki i obawy przed zakażeniem i skutkami zachorowania na całym świecie. Do 20 marca zachorowało (oficjalnie potwierdzone przypadki) 242 488 osób na całym świecie. Przy czym w tym czasie zmarło 9885².

Początkowe doniesienia mediów na temat epidemii koronawirusa wydawały się być przesadzone, a zagrożenie, jakie stwarza dla obywateli Polski bagatelizowano. Zresztą w tym przypadku, tak jak to miało miejsce w trakcie wcześniejszych epidemii: SARS (2002–2003), „Ptasiej” Grypy (2003–2006) „Świńskiej” Grypy (2009–2010), Eboli (2013–2016), Odry (2019–obecnie)³, wydawało się, że nasz kraj pozostanie poza zasięgiem szalejącej w Chinach chorobą.

Jednakże epidemia koronawirusa szybko zaczęła przenikać przez granice kolejnych państw i na wszystkie kontynenty za sprawą przemieszczania się ludzi w przestrzeni globalnej. Globalizacja sprawiła, że roznoszenie chorób staje się dzisiaj o wiele łatwiejsze niż miało to miejsce wcześniej, a zagrożenia, jakie one wywołują – o wiele powszechniejsze.

W Polsce pierwszy przypadek koronawirusa odnotowano 4 marca w Zielonej Górze u pacjenta, który przyjechał z Niemiec i tam się prawdopodobnie zaraził chorobą. W krótkim czasie nastąpił przyrost zarażonych koronawirusem w innych województwach; były to zazwyczaj osoby, które uległy zarażeniu poza granicami kraju. W trakcie pisania raportu, tj. 21.03.2020 r. w Polsce potwierdzono 452 przypadków zakażenia koronawirusem, a pięć osób zmarło. Hospitalizowanych było 871 osób, a 28440 objętych jest kwarantanną domową. Pod nadzorem epidemiologicznym pozostaje 48660 osób⁴.

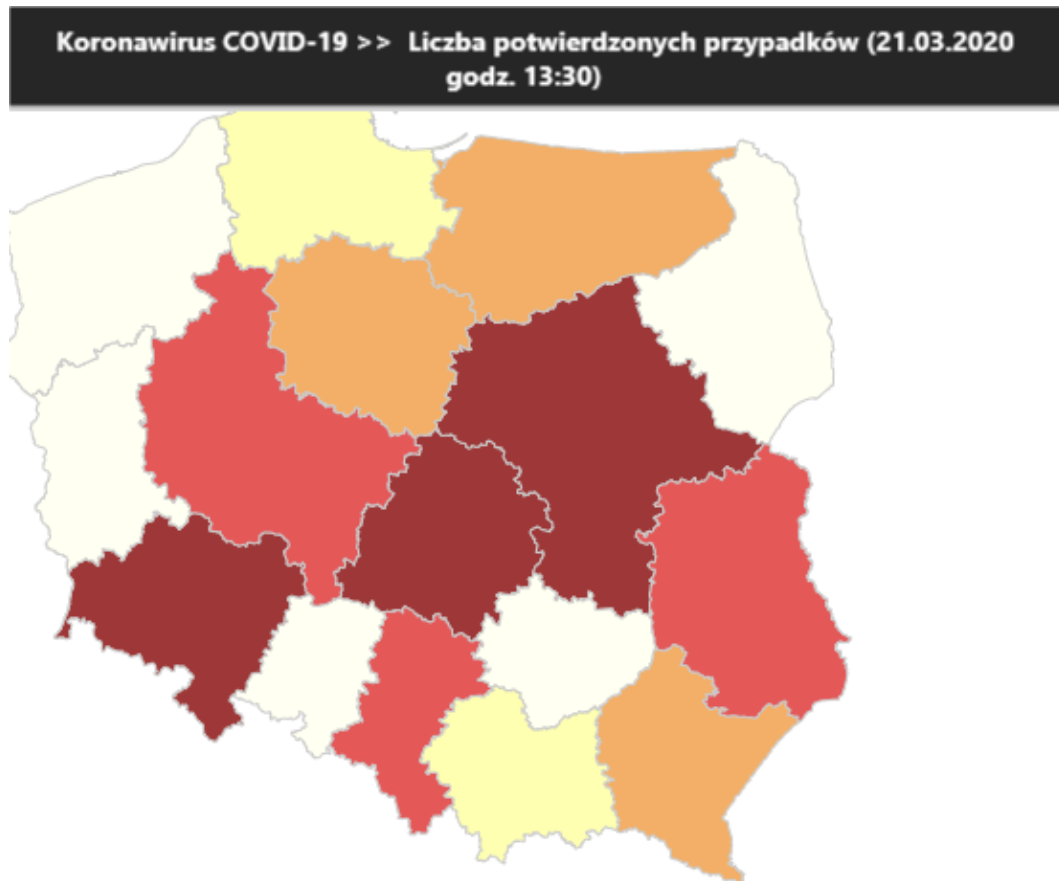
² https://pl.wikipedia.org/wiki/Pandemia_wirusa_SARS-CoV-2

³ <https://whatnext.pl/ksiazki-warte-naszego-wolnego-czasu/>

⁴ <https://zdrowie.radiozet.pl/Choroby/Choroby-zakazne/Koronawirus-w-Polsce.-MAPA-zakazen-objawy-gdzie-sa-zarazeni-Nowe-dane-i-statystyki>

W Małopolsce stwierdzono 15 przypadków zakażenia koronawirusem. Pierwszy przypadek potwierdzono 9 marca w Krakowie u mężczyzny, który wrócił do Polski z północnych Włoch.

Wykres 1. Mapa potwierdzonych przypadków zarażenia koronawirusem w Polsce⁵



Wyniki zaprezentowane na mapie pokazują, że w województwie małopolskim jest mniej zarażonych niż średnio w kraju. Najwięcej zarażonych osób jest w mazowieckim (107), dolnośląskim (61) oraz łódzkim (57). W sąsiednich regionach też jest relatywnie mniej zarażonych niż w Polsce, poza Śląskiem, gdzie odnotowano już 49 zarażonych osób.

⁵ https://dane-i-analazy.pl/raport/1931-liczba-potwierdzonych-przypadkow-zachorowan-na-koronawirusa/zobacz/atlas.html?fbclid=IwAR39IdrZzDbWAhIC76L0W_RDwY4eHGJNlf8AMCiMNavVMOr2v_HjNG_tlJQ&indicator=i0&date=21.03.2020%20godz.%2013%3A30&prop_legendClassifier=quantile&pal_defaultPaletteld=palette1&pal_defaultSchemeId=categoricScheme1&pal_noClasses=5&bbox=1163585.4659366366%2C6222539.2305000005%2C3096410.7340633627%2C7382769.0594999995&printmode=true



młody
KRAKÓW
2.0



W Małopolsce zakażone są osoby w wieku od 26 do 74 lat. W większości są to mieszkańcy Krakowa, trzy osoby pochodzą z powiatu wielickiego, dwie z Tarnowa, jedna z powiatu dąbrowskiego. Prawdopodobnie głównym źródłem zakażenia był pobyt za granicą (we Włoszech, Austrii, Francji, USA, Norwegii) bądź kontakt (bezpośredni lub pośredni) z osobą zakażoną⁶. Kwarantanną w Małopolsce objętych jest 5309 osób.

Liczba zarażonych rośnie i, jak przewidują eksperci, będzie to zjawisko trudne do opanowania. W dużej mierze wpływ na jego przebieg będzie miało zachowanie zarażonych i wszystkich pozostałych mieszkańców. Ograniczenie liczby kontaktów, kwarantanna, przestrzeganie zasad higieny i zamknięcie miejsc, w których dochodzi do występowania dużych zbiorowisk ludzkich, mają na celu ograniczenie rozprzestrzeniania się wirusa i zmniejszenie zagrożenia jego zachorowalnością.

W reakcji na rosnące zagrożenie i wzrost liczby zarażonych, 11.03.2020 r. rząd podjął decyzję o zawieszeniu zajęć w szkołach oraz na uczelniach. Zamknięto także placówki kultury, restauracje i kluby. Ograniczono transport publiczny, zamknięto placówki zdrowia, urzędy i instytucje.

W kolejnych dniach zostały zamknięte granice kraju, a 21.03.2020 r. ogłoszono zamknięcie uczelni do 10.04.2020 r. Prawdopodobnie na dłużej też zostaną zamknięte szkoły i przedszkola.

Reasumując, zjawisko pandemii koronawirusa stało się faktem społecznym w ujęciu Emila Durkheima⁷. Pod jego wpływem rządy, właściciele firm, jak też i sami ludzie podejmują różne decyzje i starają się dostosować do tej nowej sytuacji. Przykładem takich działań zbiorowych pojawiających się pod presją narastającego lęku i paniki było masowe wykupywanie żywności, środków czystości i innych towarów w dniu ogłoszenia zawieszenia zajęć w szkołach. Społeczeństwo doświadczony różnymi katastrofami z przeszłości uruchomiło w sobie dawne sprawdzone strategie polegające na robieniu zapasów na czas kryzysu i zagrożenia pandemią koronawirusa.

Wprowadzone od niedawna ograniczenia w nauce, pracy, wypoczynku, służbie zdrowia czy transporcie tworzą nowe warunki, w których przychodzi funkcjonować mieszkańcom kraju. W związku z tym, że jest to bezprecedensowa sytuacja utraty bezpieczeństwa

⁶ <https://krakow.naszemiasto.pl/w-krakowie-potwierdzono-kolejny-przypadek-zakazenia/ar/c14-7611847>

⁷ É. Durkheim, *Samobójstwo. Studium z socjologii*. Przeł. K. Wakar, Oficyna Naukowa, Warszawa 2006.



młody
KRAKÓW
2.0



społecznego, w której dochodzi do zmiany w życiu codziennym, zawodowym i społecznym postanowiono bliżej się przyjrzeć społecznym konsekwencjom tego fenomenu.

Głównym celem prowadzonych badań jest opis i próba uchwycenia wpływu pandemii koronawirusa na życie i funkcjonowanie krakowskiej młodzieży. Innymi słowy, chcemy się dowiedzieć, w jakim stopniu zmieniło się życie studentów; jaki jest ich poziom lęków i obaw przed zarażeniem; w jaki sposób oceniają podejmowane działania mające ograniczyć zasięg pandemii. Interesujące będzie też poznanie strategii zaradczych podejmowanych w obliczu pojawiającego się zagrożenia: w jaki sposób krakowscy studenci minimalizują ryzyko zarażenia. Zamierzamy się też dowiedzieć, jak spędzają oni swój czas oraz jak wykorzystują nowoczesne technologie.

Prowadzone badania mają pokazać życie krakowskich studentów w czasach zbiorowej kwarantanny. Mają także dać odpowiedź na pytanie o to, jak pandemia zmieniła życie i postawy młodych ludzi zamieszkałych w Krakowie.

2. Metodologia badań

Studenci są ważnym elementem struktury społecznej Krakowa. W 2019 r. w mieście studiowało około 151 tys. osób na ponad 20 uczelniach wyższych. Według badań Barometr Krakowski 2018 studenci stanowili prawie 10% populacji mieszkańców miasta. Do największych krakowskich uczelni należy zaliczyć Uniwersytet Jagielloński w Krakowie z 39101 studentów. Dużą liczbą studentów wykazać się może także Akademia Górniczo-Hutnicza im. Stanisława Staszica w Krakowie (26349). Mniej studentów było na Uniwersytecie Ekonomicznym w Krakowie (17518), Politechnice Krakowskiej im. Tadeusza Kościuszki (13578) oraz Uniwersytecie Pedagogicznym im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie (12054)⁸.

Według zaprezentowanych wyżej danych Uniwersytet Pedagogiczny należy do grupy największych uczelni w Krakowie, dlatego też wiedza uzyskana na podstawie odpowiedzi studentów tej uczelni może w pewnym stopniu odzwierciedlać społeczne konsekwencje pandemii koronawirusa wśród ogółu krakowskich studentów.

⁸http://krakow.stat.gov.pl/download/gfx/krakow/pl/defaultaktualnosc/1804/1/11/1/2018_szkoly_wyzsze_2017_2018.pdf



młody
KRAKÓW
2.0



Do zebrania materiału zastosowano metodę sondażową. Pozwala ona na realizację badań na dużych zbiorach jednostek ludzkich. Sondaż polega na zadawaniu wybranej grupie osób pytań, które zazwyczaj mają charakter zamknięty i podlegają później analizie ilościowej. W sondażu została wykorzystana ankieta internetowa CAWI rozsyłana drogą mailową do studentów Uniwersytetu Pedagogicznego w formie zaproszenia do badania wraz z linkiem do ankiety. Próbowano też rozpropagować link do badania za pomocą mediów społecznościowych (studenci Krakowa).

Sondaż on-line jest tanią i szybką metodą zdobywania wiedzy o dużych zbiorowościach społecznych. Jej wadą jest brak reprezentatywności, jednakże pozwala ona na uzyskanie interesujących nas informacji. Sondaż należy traktować jako badanie eksploracyjne.

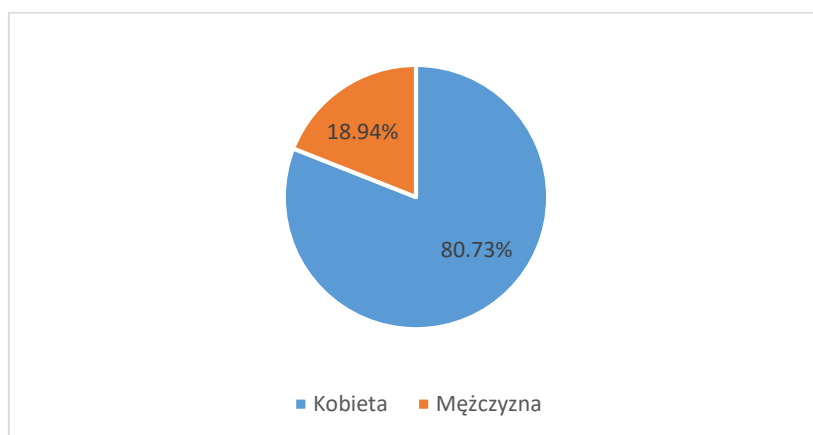
Próba do badań miała charakter celowy. Sondażem objęto w głównej mierze studentów Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie, gdyż za sprawą wysłanego mailem zaproszenia do badań to z tej kategorii rekrutowali się głównie wypełniający ankietę studenci. Próba była dobierana ze względu na dostępność badanych.

Badania zostały przeprowadzone w dniach 18–21 marca. Zebrano 3167 ankiet⁹. Na podstawie uzyskanych odpowiedzi postaramy się przybliżyć stan ducha krakowskich studentów w czasach pandemii koronawirusa.

3. Charakterystyka próby badawczej

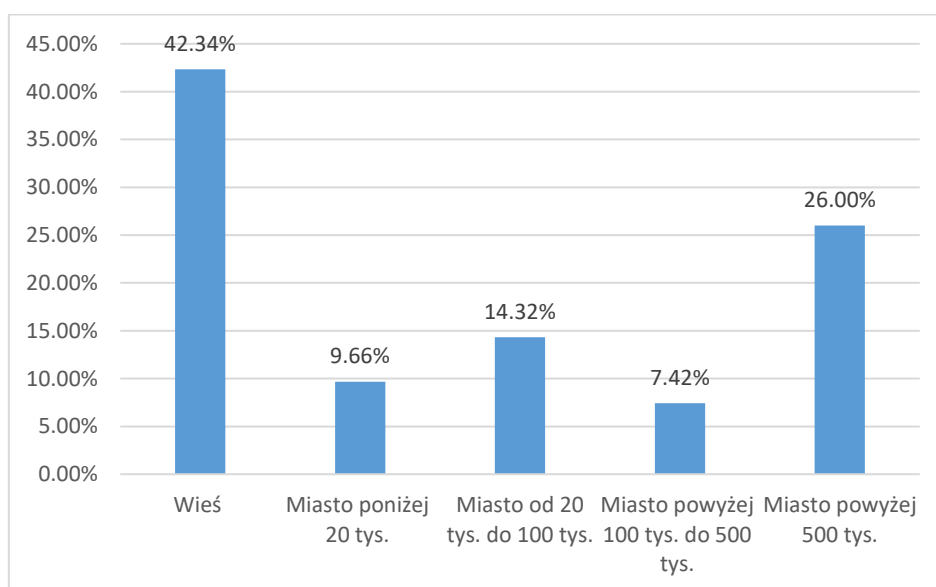
W sondażu częściej brały udział kobiety niż mężczyźni. Warto jednak pamiętać, że w Polsce studiuje więcej kobiet niż mężczyzn. Podobnie jest na Uniwersytecie Pedagogicznym – w zbiorowości studentów przeważają kobiety. Ponadto, może być też tak, że kobiety częściej były skłonne wypełnić ankiety niż mężczyźni.

Wykres 1. Płeć badanych (w %)



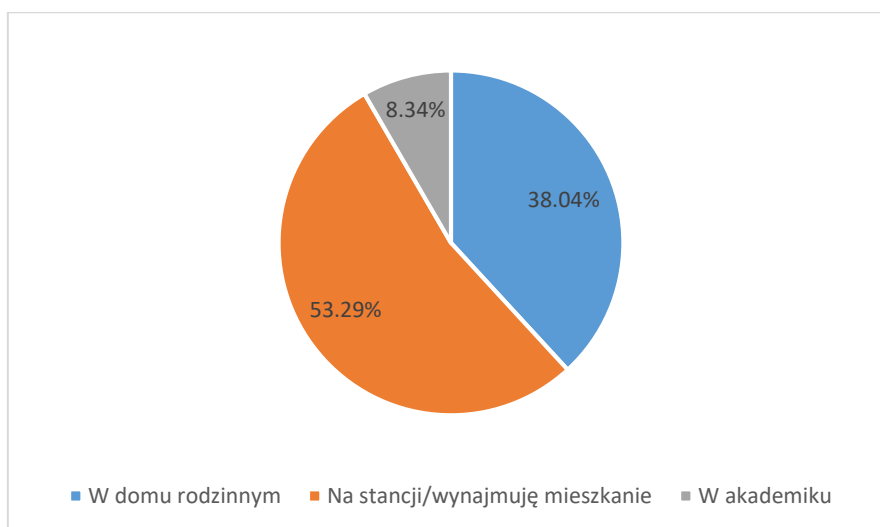
Badani studenci najczęściej pochodzą z obszarów wiejskich bądź z Krakowa. W mniejszym stopniu wywodzą się z małych miast. Zatem rozkład tej zmiennej pokazuje, że respondenci reprezentują wszystkie typy środowiska ekologicznego.

Wykres 2. Miejsce zamieszkania (w %)



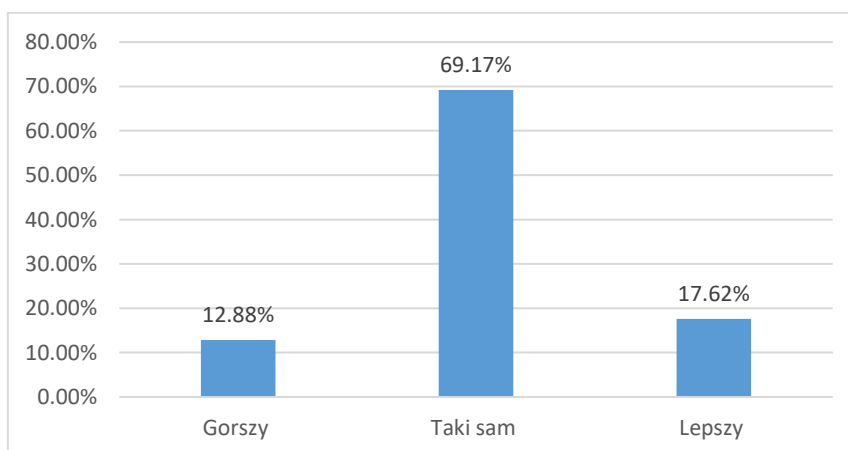
Respondenci pytani o miejsce pobytu w trakcie studiów w Krakowie najczęściej odpowiadają, że mieszkają na stacji lub w wynajętym mieszkaniu. Ponad jedna trzecia zamieszkuje z rodzicami w Krakowie. Niewielu badanych studentów zamieszkuje w akademiku.

Wykres 3. Miejsce zamieszkania w Krakowie (w %)



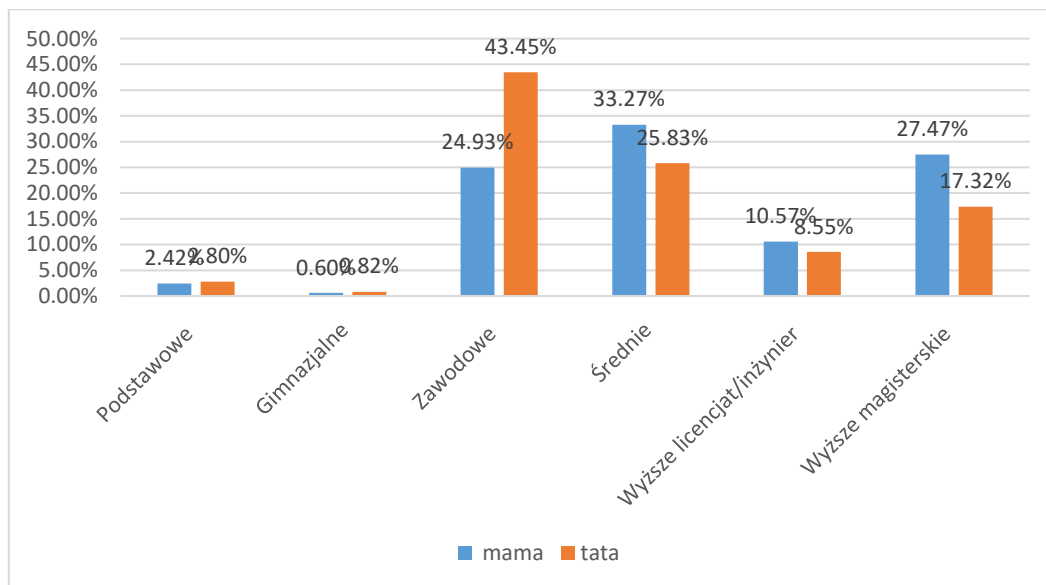
W przypadku oceny sytuacji materialnej zastosowano wskaźnik relatywny, prosząc respondentów, aby ocenili swój poziom życia w stosunku do tego, jak żyją ich rówieśnicy. Z danych wynika, że zdecydowana większość studentów ocenia swoje materialne warunki życia na poziomie średnim. Więcej też w badanej próbie jest tych, którzy uważają, że żyją lepiej niż gorzej.

Wykres 4. Ocena sytuacji materialnej (w %)



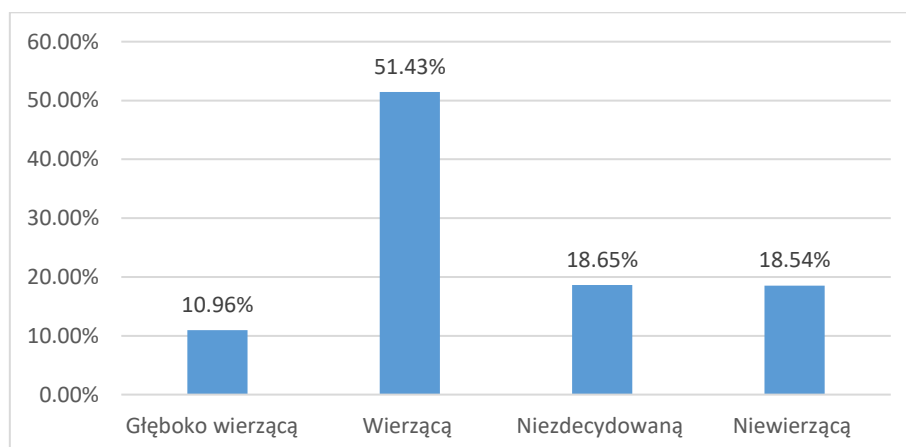
Kolejnym elementem wiedzy o badanej zbiorowości jest wykształcenie rodziców. Wśród ojców badanych studentów dominuje wykształcenie zawodowe. Jedna czwarta ma wykształcenie średnie i wyższe. Większość matek legitymuje się wykształceniem wyższym i średnim. Badania pokazują, że matki studentów są lepiej wykształcone niż ich ojcowie.

Wykres 5. Wykształcenie rodziców (w %)



Ostatnią charakteryzowaną zmienną jest religijność studentów. Ponad połowa respondentów uważa się za wierzących, w tym co dziesiąty uznaje się za głęboko wierzącego. Prawie jedna piąta uważa się za niewierzących oraz niezdecydowanych.

Wykres 6. Religijność studentów (w %)

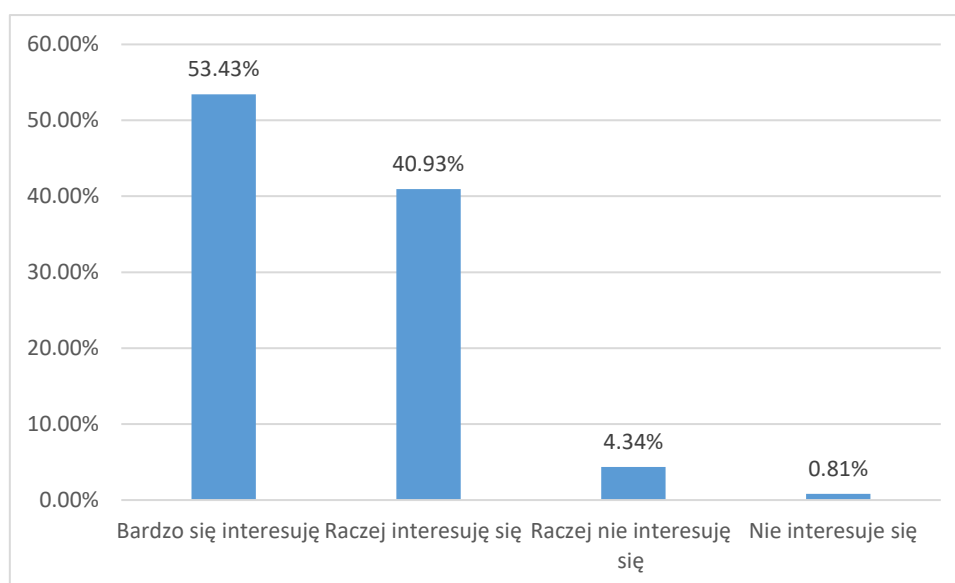


Podsumowując, należy stwierdzić, że badana próba w większości jest reprezentowana przez studentki. Badani pochodzą ze wszystkich typów jednostek osadniczych. W trakcie studiów zamieszkują w wynajętych mieszkaniach bądź w domu rodzinnym. Ich warunki materialne są dobre. Pochodzą z domów, gdzie rodzice charakteryzują się wyższym i średnim wykształceniem (matki) oraz zawodowym i średnim (ojcowie). Ponad połowa badanych uważa się za osoby religijne. Warto dodać, że średnia wieku studentów liczyła około 23 lata.

4. Zainteresowanie problematyką pandemii koronawirusa

Pierwsze pytanie dotyczyło poziomu zainteresowania faktem zagrożenia wśród studentów. Rozkład odpowiedzi pokazuje, że prawie wszyscy badani interesują się tym, co się dzieje w sprawie pandemii. Niewielu wskazało, że ta kwestia ich nie zajmuje. Dane wskazują, że problematyka koronawirusa jest silnie zakotwiczona w świadomości krakowskich studentów.

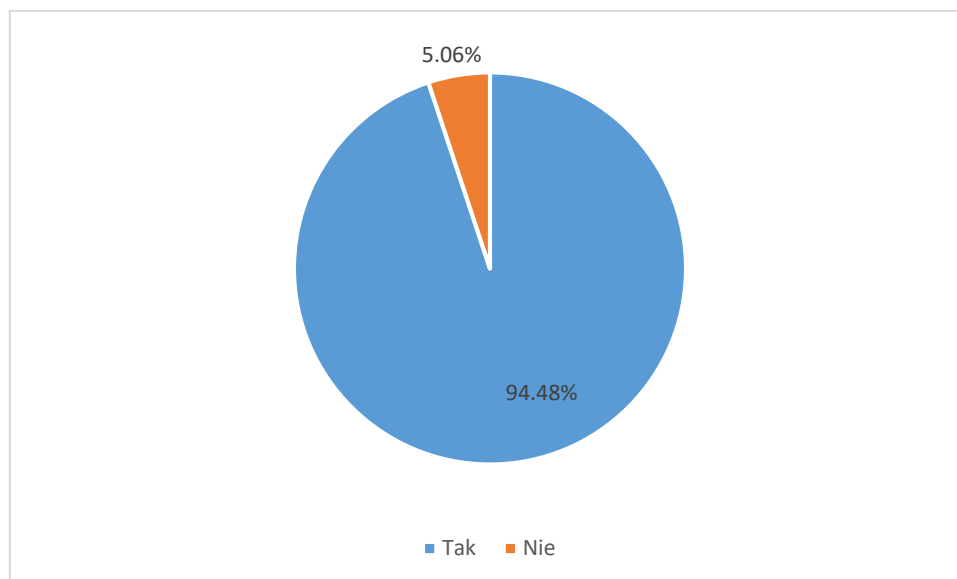
Wykres 7. Poziom zainteresowania na temat pandemii koronawirusa (w %)



Potwierdzeniem tezy o masowym zainteresowaniu pandemią koronawirusa jest odpowiedź na kolejne pytanie, w którym ankietowani mieli wskazać, czy znają aktualną liczbę zarażonych. Z danych zaprezentowanych na wykresie wynika, że prawie wszyscy respondenci wiedzą, jaki jest aktualny stan pandemii w kraju. Świadczy to o tym, że respondenci interesują się występującym zagrożeniem. Ponadto w warunkach zmasowanego medialnego przekazu na temat zagrożenia, ciągłego informowania o nowych zakażeniach, trudno jest uciec od tego

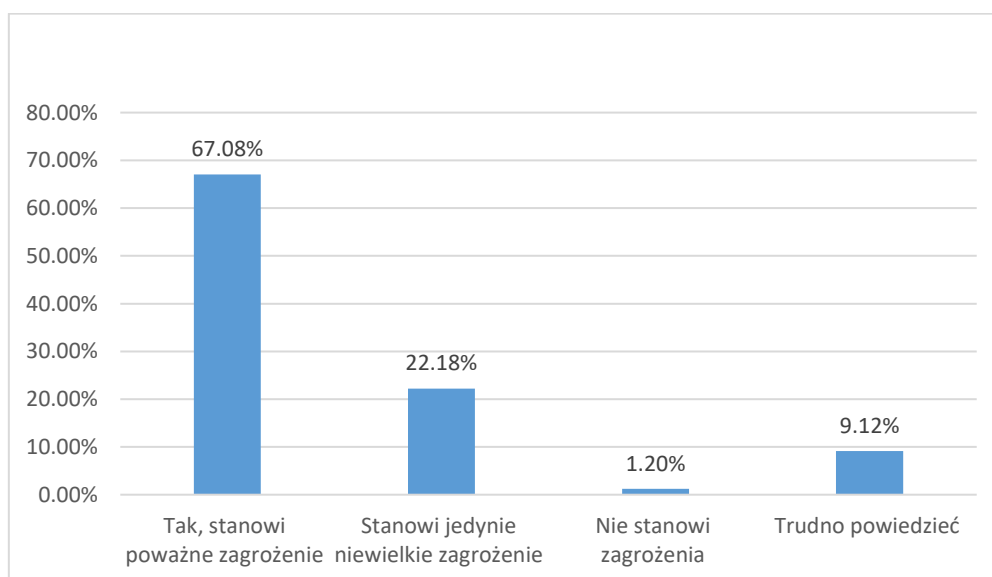
tematu. Być może śledzenie rozwoju skali zarażenia wynika z potrzeby kontroli poznawczej nad pandemią. W ten sposób studenci mogą ocenić, jaka jest skala zagrożenia.

Wykres 8. Wiedza na temat liczby zarażonych (w %)



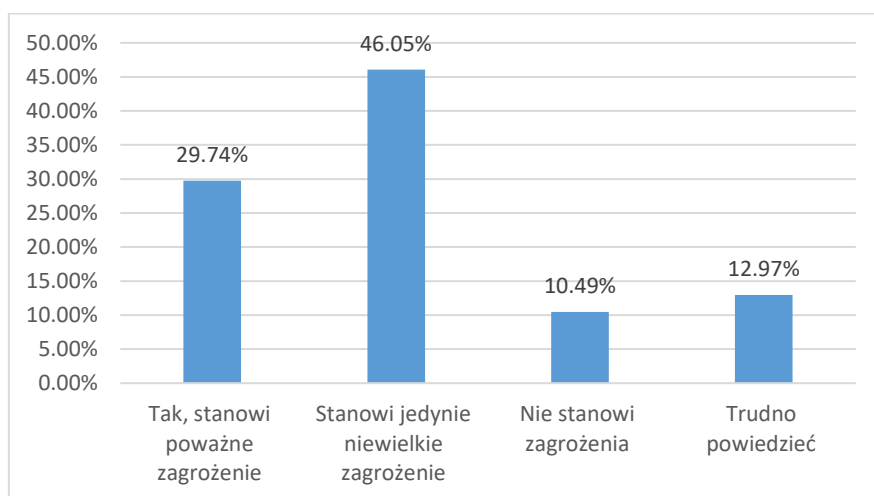
Zdecydowana większość respondentów uważa, że koronawirus stanowi poważne zagrożenie dla Polaków. Dane pokazują, że studenci mają świadomość zagrożenia życia.

Wykres 9. Czy koronawirus stanowi zagrożenie dla życia Polaków? (w %)



Nieco inaczej wygląda rozkład odpowiedzi, kiedy studenci mają ocenić poziom zagrożenia koronawirusem dla samych siebie. Z danych wynika, że tylko 1/3 uważa, że pandemia może zagrozić życiu i zdrowiu badanych. Około połowy określa stan tego zagrożenia jako niski; co dziesiąty badany nie obawia się, że osobiście zostanie dotknięty problemem zakażenia i jego konsekwencjami.

Wykres 10. Czy koronawirus stanowi zagrożenie dla Ciebie ?(w %)

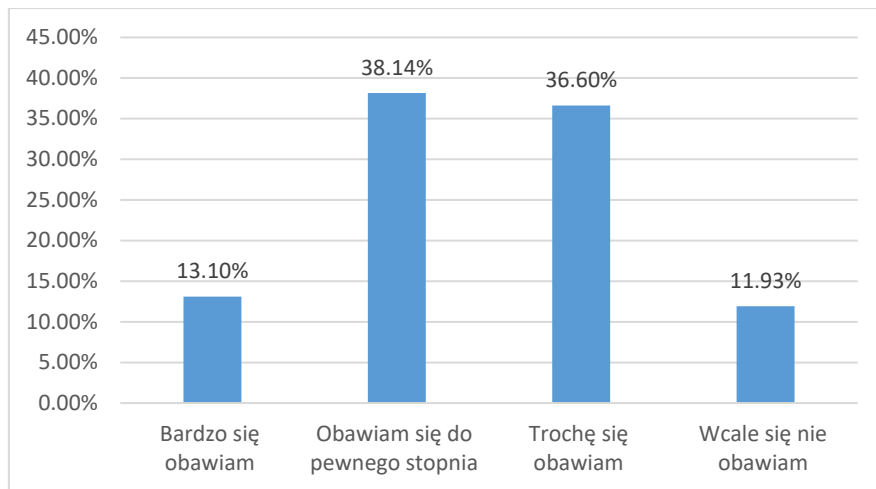


Odpowiedzi uzyskane na obydwie pytania pokazują, że u respondentów pojawia się optymizm obronny. Szacują oni, że to inni w większym stopniu mogą być zagrożeni pandemią koronawirusa niż oni sami. W ten sposób psychologicznie zmniejsza się poczucie lęku i strachu przed chorobą i śmiercią.

Chcąc uzyskać precyzyjną odpowiedź na temat poziomu lęków w obliczu pandemii koronawirusa, zapytano też wprost o to, czy studenci boją się zarażenia. Rozkład odpowiedzi na to pytanie pokazuje, że u co dziesiątego studenta można zidentyfikować silny lęk przed chorobą. Analogicznie, co dziesiąty badany student nie wykazuje żadnych obaw. Większość respondentów objawia średni poziom obaw przed zarażeniem.

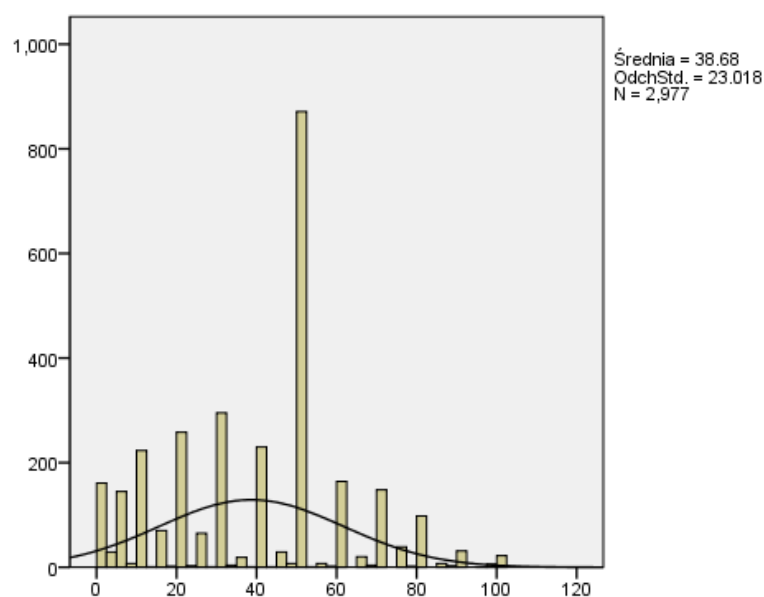
Oznaczać to może, że młodzi ludzie są uodpornieni na stres związany z występowaniem pandemii koronawirusa. Poza tym, młodzież z natury jest optymistyczna i skłonna do brawury oraz zachowań ryzykownych. W sytuacji zachorowania młodzi ludzie mają także największe szanse na wyzdrowienie.

Wykres 11. Czy Ty osobiście obawiasz się zarażenia koronawirusem? (w %)



Na wykresie 12 został przedstawiony rozkład odpowiedzi dotyczących przewidywanego przez respondentów prawdopodobieństwa zarażenia się wirusem. Przedstawione dane pokazują, że studenci raczej nie obawiają się potencjalnego zainfekowania. Prawdopodobieństwo zarażenia się na skali od 0 do 100% szacują na około 40%. Potwierdzają się zatem wcześniejsze obserwacje, że poziom lęku przed zachorowaniem wśród krakowskich studentów jest średni.

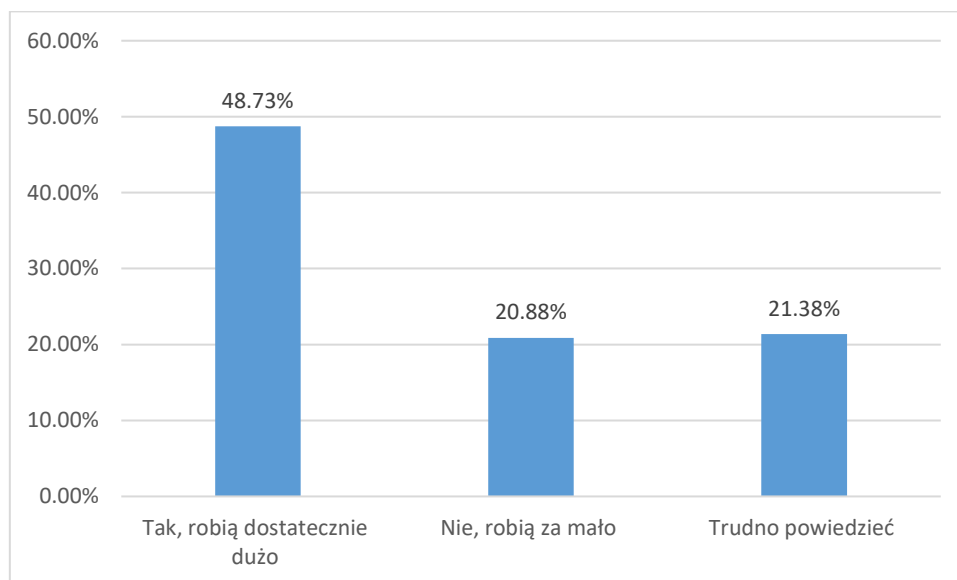
Wykres 12. Prawdopodobieństwo zarażenia się koronawirusem



5. Ocena działań prowadzonych w celu zmniejszenia pandemii koronawirusa

Kolejne pytania ankiety dotyczyły oceny funkcjonowania państwa i jego służb w warunkach zagrożenia pandemią koronawirusa. Na pytanie o działania rządu i służb podejmowane w celu zabezpieczenia kraju przed epidemią koronawirusa uzyskano umiarkowanie pozytywne odpowiedzi. Niemal połowa badanych uznała, że rząd robi w tej kwestii wystarczająco dużo. Jedna piąta uważa, że rząd i odpowiednie służby robią za mało. Podobny odsetek nie jest w stanie ocenić podejmowanych działań w zakresie ochrony polskich obywateli przed wirusem.

Wykres 13. Ocena funkcjonowania rządu i służb w walce z pandemią koronawirusa (w %)



Na kolejnym wykresie uwidoczniono ocenę różnych działań zabezpieczających przed rozprzestrzenianiem się koronawirusa: tych, które już podjęto i tych, których nie wprowadzono w życie w Polsce. Do skutecznych działań zdaniem badanych należą: odwołanie wszelkich masowych imprez; kwarantanna osób przyjeżdżających z zagranicy; zamknięcie instytucji państwowych; zamknięcie galerii, pubów, restauracji oraz zamknięcie granic.

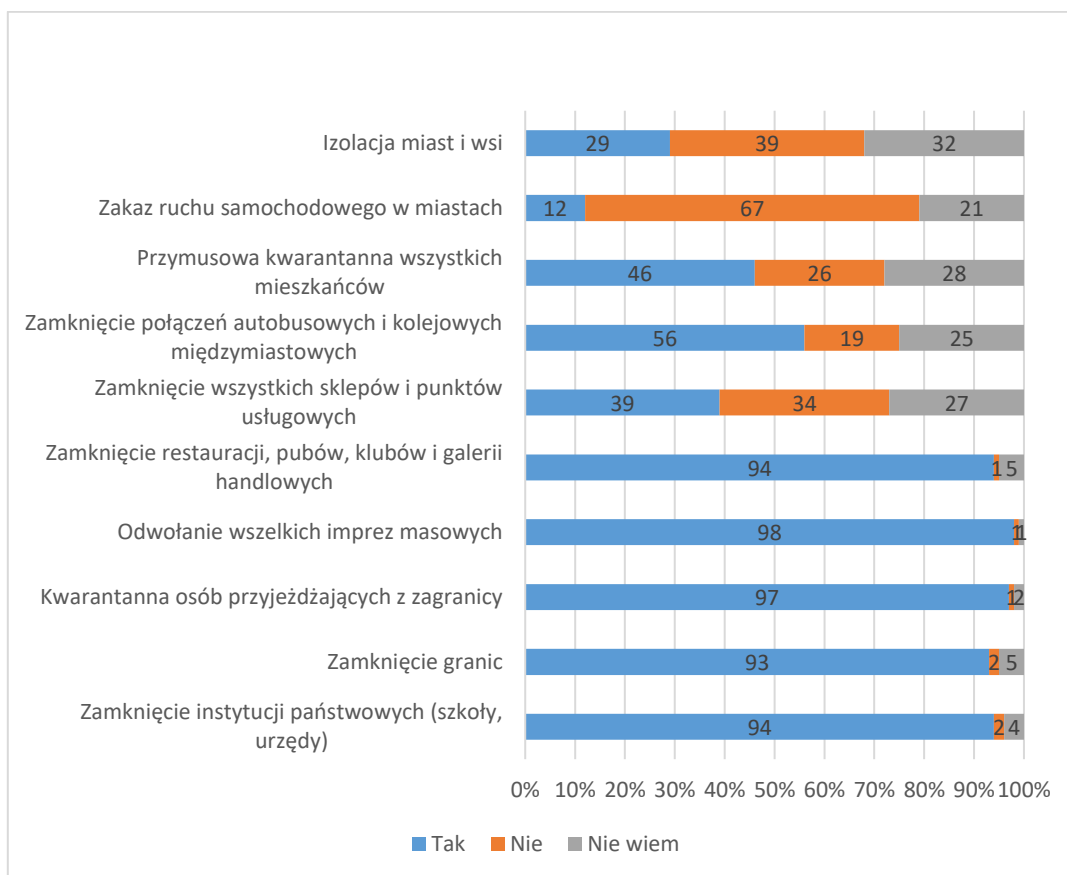
Młodzi uważa za skuteczne separowanie się od innych krajów, w których trwa epidemia. Ujawnia się też wśród badanych afirmacja prywatnej izolacji oraz odcięcia od kontaktów z innymi.

Z kolei, jeśli mowa o działaniach, których w Polsce do tej pory nie wprowadzono, zakaz ruchu samochodowego w miastach wywołuje powszechną dezaprobatę. Tylko 1/3 byłaby

skłonna poprzeć izolację miast i wsi. Nieco więcej ankietowanych popiera zamknięcie wszystkich sklepów i lokali usługowych. Około połowa badanych zgadza się na wprowadzenie przymusowej kwarantanny wszystkich mieszkańców. Większość respondentów popiera też zamknięcie połączeń międzymiastowych.

Jak zatem widać, bardziej radykalne działania cieszą się umiarkowanym poparciem badanych. Największy sprzeciw budzi zakaz ograniczenia ruchu samochodowego w miastach.

Wykres 14. Które z działań według Ciebie mogą być najbardziej skuteczne w walce z rozpowszechnianiem się koronawirusa w Polsce? (w %)

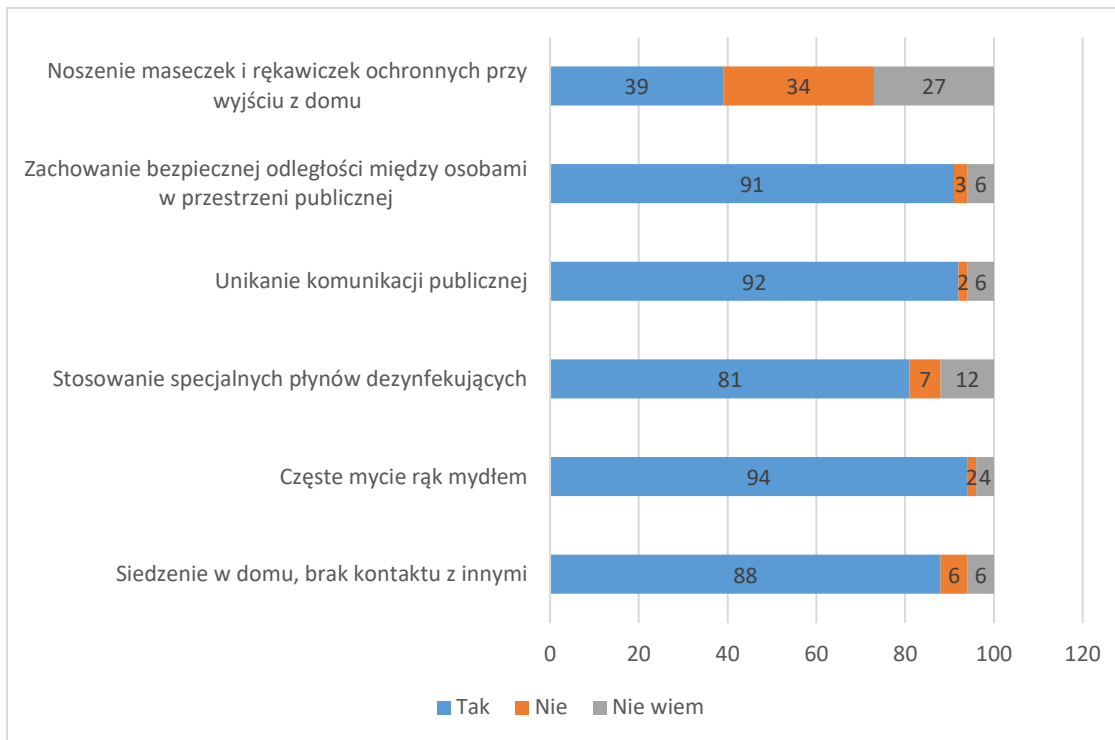


W badaniach poproszono też respondentów o ocenę możliwości indywidualnego zabezpieczania się ludzi – chodzi o działania zalecane przez rząd, ekspertów i instytucje zajmujące się walką z pandemią.

Z powszechną akceptacją ankietowanych spotkały się takie dziania prewencyjne, jak: częste mycie rąk mydłem, unikanie komunikacji publicznej, zachowanie bezpiecznej odległości między osobami w przestrzeni publicznej. W nieco mniejszym stopniu młodzież uznała za skuteczne w walce z pandemią stosowanie płynów dezynfekujących. Mniej niż połowa uznała,

że noszenie maseczek i rękawiczek może skutecznie zminimalizować szanse zarażenia koronawirusem.

Wykres 15. Które z zalecanych sposobów zabezpieczania się przed koronawirusem uważasz za najbardziej skuteczne w walce z jego rozpowszechnianiem się w Polsce? (w %)



Ograniczenie kontaktu fizycznego z innymi ludźmi oraz częste mycie rąk są zdaniem badanych najskuteczniejszą metodą pozwalającą na minimalizację ryzyka zarażenia. Zalecane przez niektórych maseczki czy rękawiczki nie są już traktowane przez studentów jako równie skuteczne w ochronie przed zarażeniem.

6. Kondycja psychosomatyczna

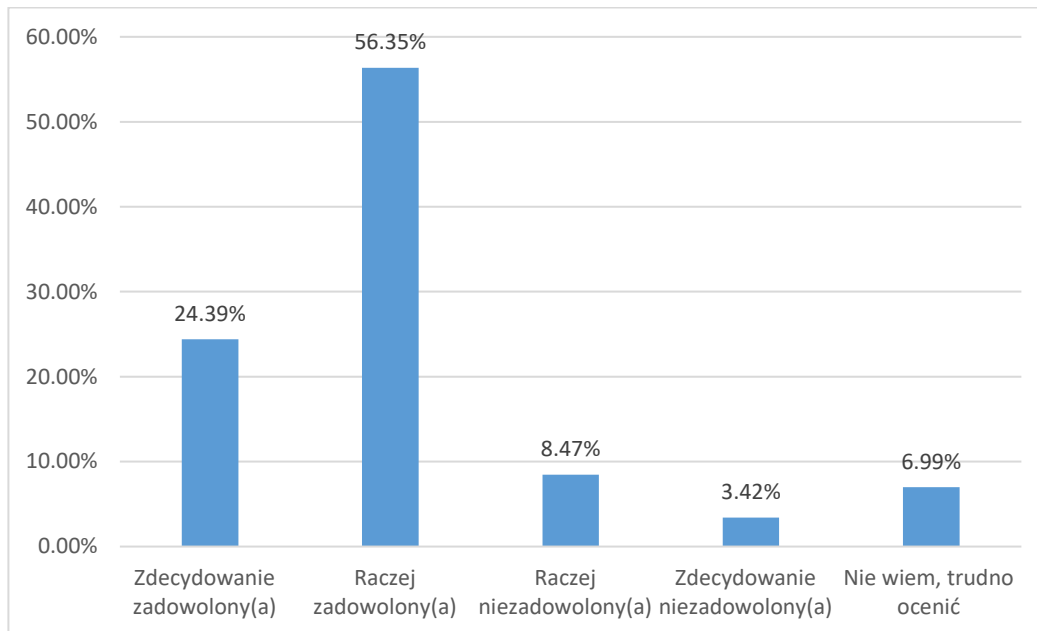
Pandemia koronawirusa i jego szybki przyrost w populacji, a przede wszystkim wysokie ryzyko śmiertelności wywoływać mogą lęki i napięcia psychiczne. Stres jest wzmagany także zmianą dotychczasowego trybu życia i narastającą niepewnością jutra. Nie znamy bowiem ani skutków ekonomicznych, ani społecznych obecnej kwarantanny.

Kolejne pytania mają na celu pokazanie, w jaki sposób studenci radzą sobie z kwarantanną oraz czy wpłynęła ona na obniżenie poziomu ich dobrostanu psychicznego.

Dane na wykresie pokazują, że około 80% respondentów jest zadowolonych z życia. Tylko co dziesiąty student wyraził swoje niezadowolenie z życia. Wynik nieco zaskakuje, gdyż

poziom zadowolenia młodzieży studenckiej w warunkach pandemii jest wyższy niż poziom zadowolenia z życia krakowskich licealistów badanych w 2019 r.¹⁰.

Wykres 16. Poziom zadowolenia z życia (w%)



Zgodnie z teorią, poczucie szczęścia jest cechą głębszą. Mówi się o atraktorze szczęścia, który jest odporny na zewnętrzne zakłócenia. Jego rolą jest mobilizowanie człowieka do działań poprawiających jego obiektywną sytuację życiową. W obliczu stresu i zagrożeń ludzie okazują wolę walki i mogą zabiegać o poprawę warunków własnego bytowania¹¹. Dobrostan w warunkach zarazy ma funkcję adaptacyjną i pozwala studentom podejmować walkę z zagrożeniem. Gdyby sytuacja była odwrotna i większość byłaby pogrążona w lęku i rozpacz, wówczas stawianie czoła pandemii byłoby niemożliwe.

Może być także tak, że w warunkach zagrożenia człowiek traci z oczu drobne problemy, które w normalnych warunkach mogą obniżać nastrój. Koncentruje się na rzeczach ważniejszych i docenia to, czego wcześniej nie uwzględniał, stąd też ostateczny bilans emocjonalny okazuje się pozytywny.

Sytuacja społecznej izolacji, odosobnienia, nagłej zmiany codziennego funkcjonowania i pojawiającego się zagrożenia niewątpliwie wywołuje stres. W związku z powyższym,

¹⁰ Zadowolenie z życia deklarowało 68%. Zob. P. Długosz, *Krakowscy licealiści w drodze do dorosłości*. Impuls, Kraków 2020 (w druku).

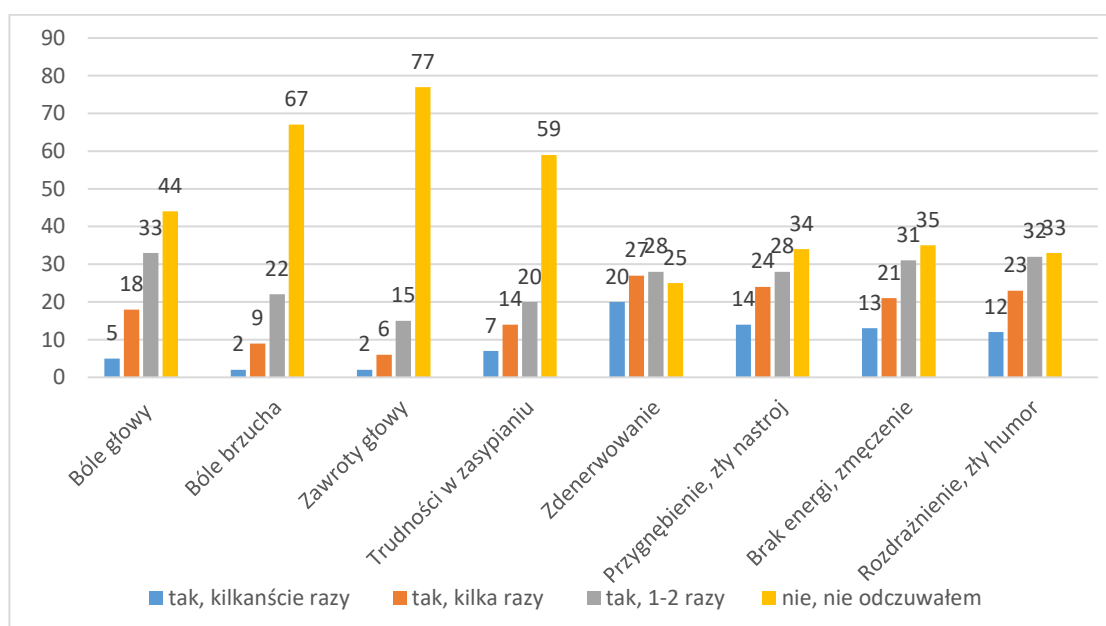
¹¹ J. Czapiński, *Psychologiczne teorie szczęścia*, [w:] J. Czapiński (red.), *Psychologia pozytywna*. PWN, Warszawa 2004, s. 100.

chcieliśmy zaobserwować, jak wygląda samopoczucie psychosomatyczne w tej szczególnej sytuacji. Należy pamiętać, że w przypadku jednorazowego pomiaru trudno jest ocenić wpływ sytuacji zagrożenia pandemią na kondycję młodzieży. Jednakże wiedza o samopoczuciu studentów pozwoli określić, w jaki sposób radzą sobie oni w tej trudnej sytuacji.

Dane na wykresie pokazują, że w ostatnim tygodniu najczęściej występowały wśród respondentów objawy zdenerwowania, przygnębienia i złego nastroju, braku energii, rozdrażnienie i zły humor. Symptomy stresu są widoczne i nie da się ukryć, że cała sytuacja związana z zagrożeniem wirusem wpłynęła negatywnie na emocje społeczne. W mniejszym stopniu studenci odczuwają somatyczne symptomy stresu takie, jak: zawroty głowy, bóle brzucha czy trudności w zasypianiu. Najczęstszym objawem somatycznym są bóle głowy.

Jak już wspomiano, trudno jednoznacznie uznać, że ujawnione przez ankietowanych stany napięć i obniżonego nastroju są bezpośrednio wywołane aktualną sytuacją epidemiologiczną. Faktem jest, że wśród badanych widoczne są symptomy stresu. Należy zauważyć, że pomiar został wykonany na samym początku kwarantanny studentów. Deprywacja potrzeb i rosnąca skala zachorowań oraz wprowadzanie kolejnych ograniczeń mogą utrudniać codzienne funkcjonowanie, co może jeszcze zwiększyć poziom stresu i nasilić jego objawy.

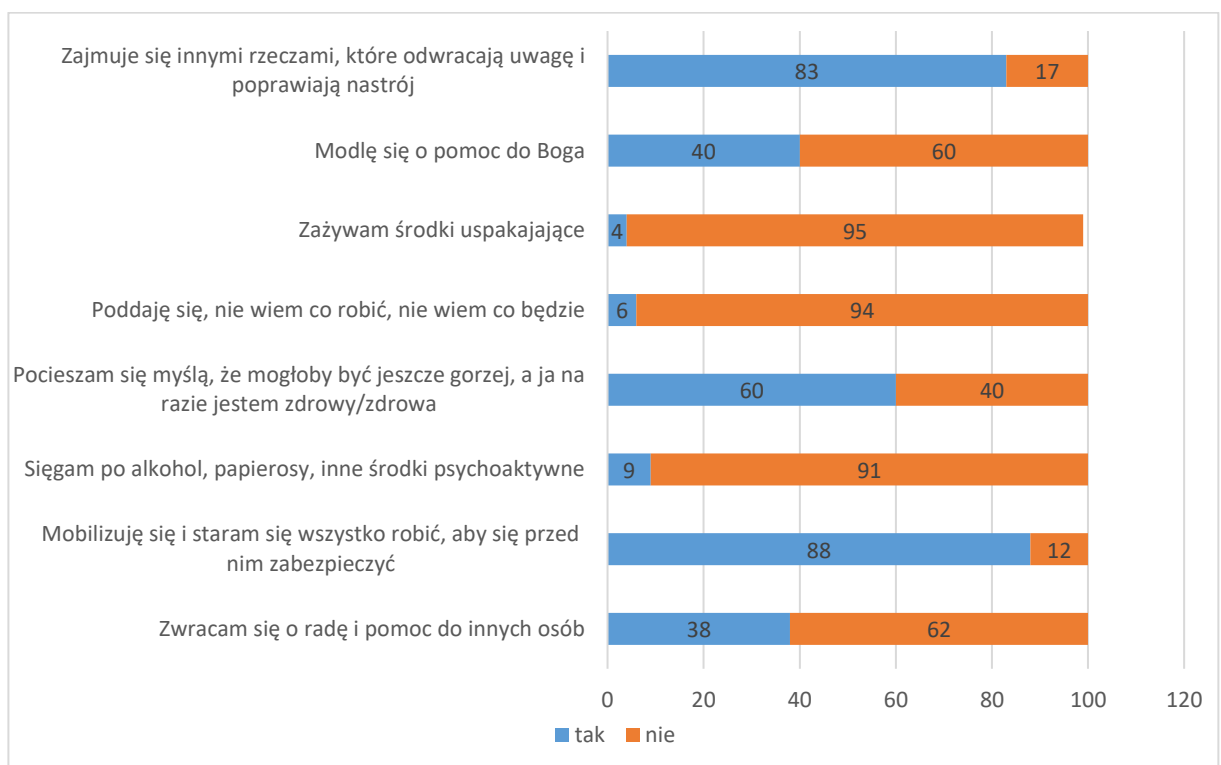
Wykres 17. Które z dolegliwości występowały u Ciebie w ostatnim tygodniu?(w %)



Kolejne odpowiedzi pokazują, w jaki sposób respondenci reagują na pojawiające się zagrożenie. Prowadzone obserwacje pozwalają także oszacować strategie radzenia sobie krakowskiej młodzieży ze stresem z powodu epidemii.

Ankietowani najczęściej podejmują aktywne działania, które mają na celu zminimalizowanie zagrożenia. Z jednej strony są to różne formy zabezpieczeń, o których już wcześniej wspomniano. Z drugiej strony, podejmują różne czynności w celu odciążenia się od strumienia myśli związanych z epidemią koronawirusa. Jedni oddają się hobby, pracują na działce, czytają książki. Inni, tak jak to widać na przykładzie mediów społecznościowych (Facebook) zamieszczają swoje zdjęcia z dzieciństwa, aby wspólnie powspominać i oderwać się od myśli o czyhającym niebezpieczeństwie.

Wykres 18. W jaki sposób starasz się zachowywać w sytuacji zagrożenia koronawirusem w Polsce? (w %)



Popularna też jest racjonalizacja, która polega na szukaniu pozytywów i koncentracji na dobrych rzeczy w swoim życiu. Mniej więcej podobny odsetek studentów zwraca się z modlitwą o pomoc do Boga oraz szuka rady i pomocy u innych osób. Widać zatem, że studenci przyjmują strategię „słodkiej cytryny”, wmawiając sobie, że jeszcze nie jest tak źle. Oddają się też w opiekę Opatrzności Bożej bądź też poszukują społecznego wsparcia.

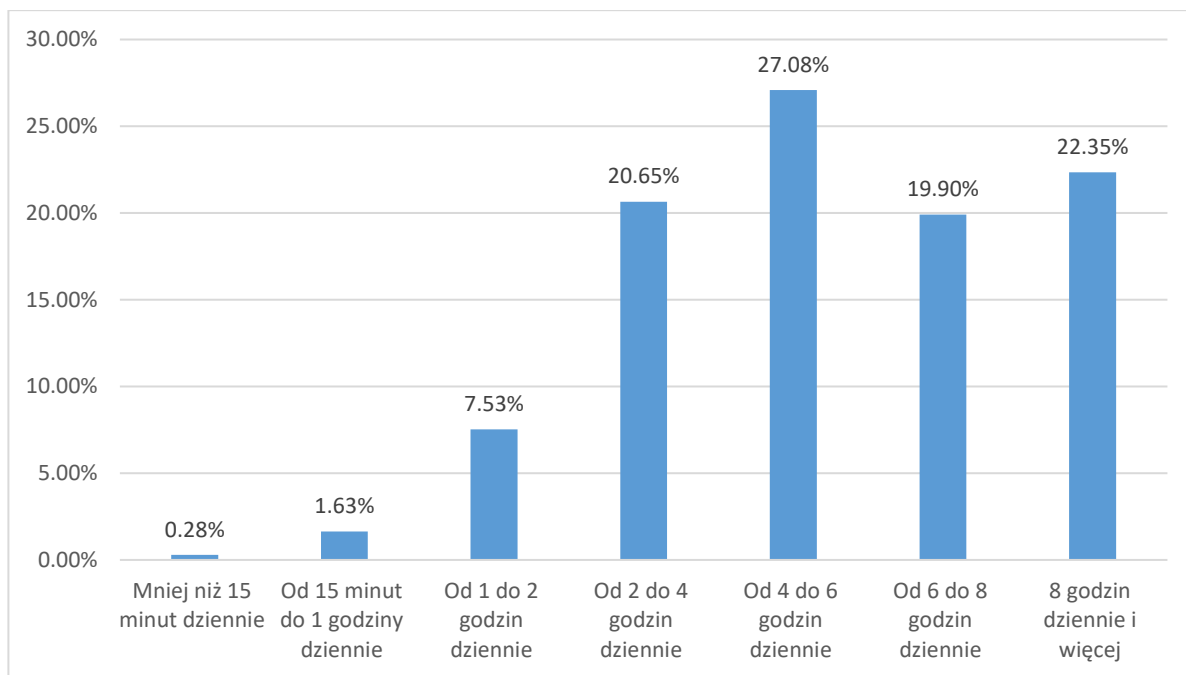
Wyniki analiz pokazują, że w niewielkim stopniu studenci podejmują działania polegające na zmniejszeniu napięcia poprzez spożywanie substancji psychoaktywnych czy leków. Niewielu też deklaruje, że stosuje strategie eskapistyczne polegające na rezygnacji i podaniu się losowi, przypadkowi.

7. Życie w cyfrowym świecie

Kolejnym zagadnieniem poddanym badaniu jest kwestia spędzania czasu wolnego. Wraz z zawieszeniem zajęć na uczelniach oraz zamknięciem branży usługowej, w której krakowscy studenci podejmują zatrudnienie, doszło do zwiększenia udziału czasu wolnego.

Zważając na fakt, że mamy do czynienia z pokoleniem cyfrowym, zapytaliśmy, w jaki sposób młodzież wykorzystuje internet w obecnej sytuacji: czy służy on wyłącznie do rozrywki, czy też za jego pośrednictwem uczestniczą studenci w zajęciach na uczelni.

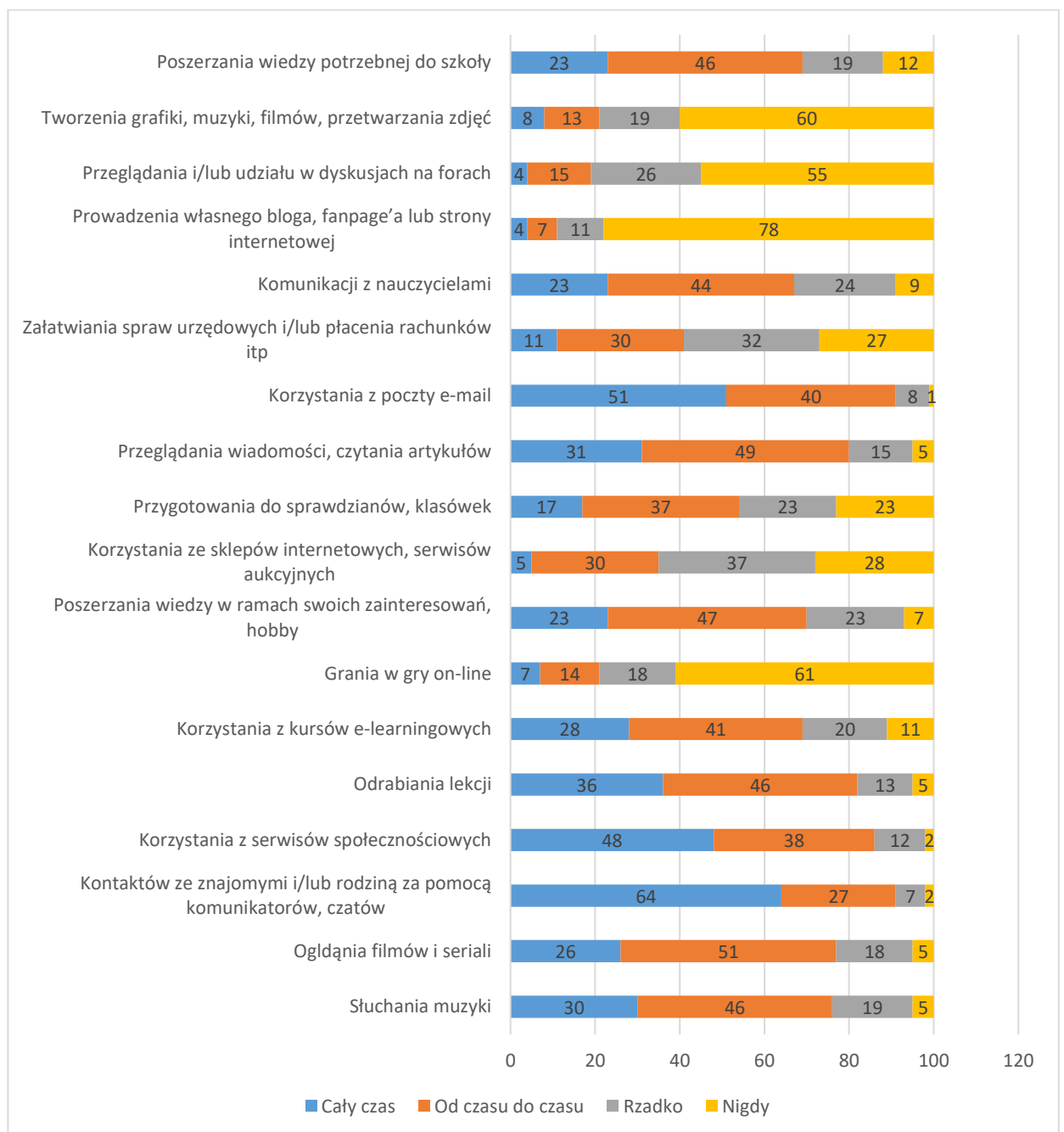
Wykres 19. W czasie kwarantanny domowej ile czasu średnio spędzasz w internecie?(w %)



Na powyższym wykresie widać rozkład zmiennej pokazującej średni czas spędzany w rzeczywistości wirtualnej. Dane wskazują, że młodzież swoją społeczną aktywność przeniosła do internetu i w ten sposób stara się zaspokoić swoje potrzeby. Respondenci spędzają w ten sposób średnio minimalnie do dwóch, a maksymalnie nawet do ponad ośmiu godzin.

Studenci w czasie kwarantanny najczęściej wykorzystują internet do kontaktu ze znajomymi, korzystając z komunikatorów oraz serwisów społecznościowych. Korzystają też z poczty oraz czytają wiadomości i artykuły. Internet wykorzystywany jest też do edukacji za pomocą kursów e-learningowych, kontaktów z nauczycielem, odrabiania prac domowych. Często ankietowani wykorzystują internet do słuchania muzyki i oglądania filmów.

Wykres 20. Do czego najczęściej używasz aktualnie internetu ?(w%)

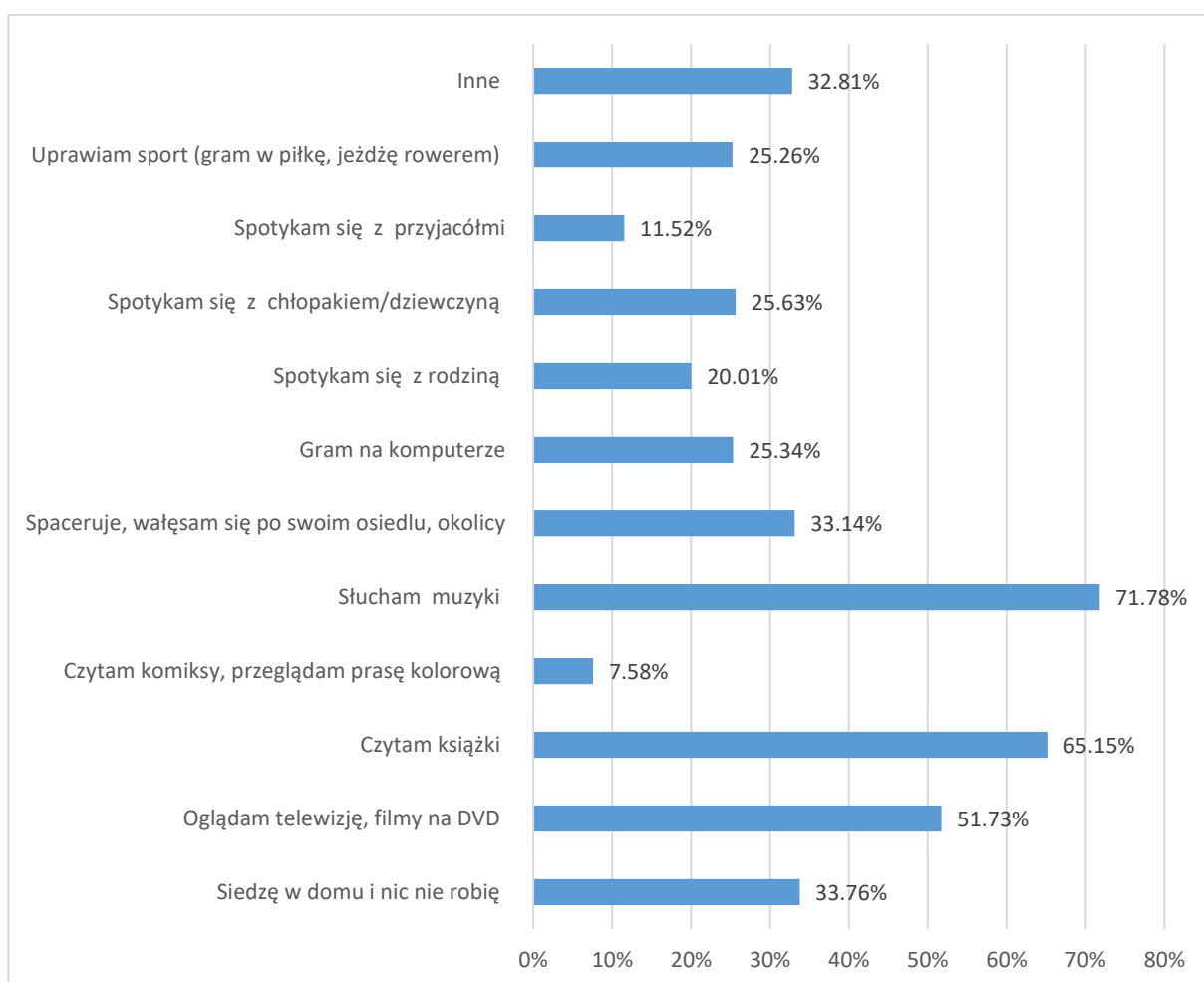


Rzadziej aktywność w internecie sprowadza się do tworzenia swoich zdjęć, grafik czy filmów. Badani niechętnie wykorzystują cyfrowe technologie do grania w gry on-line, prowadzenia własnego bloga, udziału w dyskusjach czy robienia zakupów.

Reasumując, można stwierdzić, że młodzież studencka jest raczej biernym niż czynnym użytkownikiem internetu. W warunkach zagrożenia pandemią koronawirusa wykorzystuje go głównie do kontaktów społecznych, nauki i rozrywki.

Zakładamy, że internet ze względu na specyfikę socjalizacyjną badanej młodzieży oraz sytuację polegającą na społecznej izolacji stanowi główną formę aktywności społecznej. Jednakże istnieje jeszcze rzeczywistość poza internetem i kolejny wykres pokazuje, co młodzież robi w obecnej sytuacji.

Wykres 21. Poza korzystaniem z internetu, w jaki sposób spędzasz jeszcze swój czas?(w %)





młody
KRAKÓW
2.0



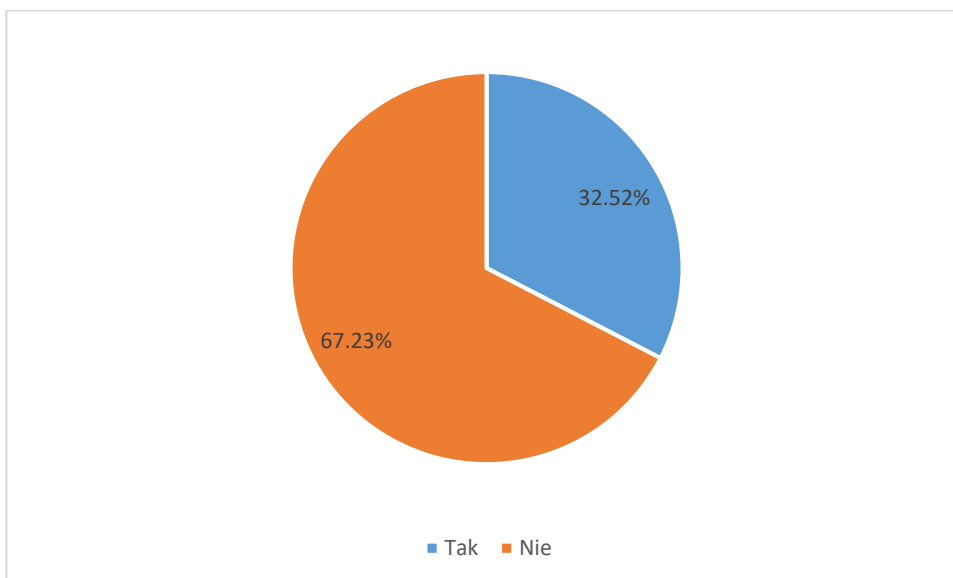
W tym, można by rzec, wymuszonym czasie wolnym respondenci najczęściej słuchają muzyki i czytają książki. Swoją czas wolny spędzają także na oglądaniu telewizji i filmów na płytach DVD. Jedna trzecia badanych siedzi w domu leniuchując, nic nie robiąc.

Młodzież nie tylko przebywa w domu, ale wychodzi na zewnątrz i spaceruje po okolicy, uprawia sport. W tym czasie gra także w różne gry na komputerze. Spotyka się z rodziną oraz swoimi partnerami. Co dziesiąty student spotyka się ze swoimi przyjaciółmi. Najczęściej zaś młodzież czyta komiksy i kolorową prasę.

Ostatnią kwestią prezentowaną w raporcie jest zaangażowanie młodych ludzi w pomoc dla seniorów. Akcja ta jest propagowana i wspierana przez media. W związku z tym zapytaliśmy też, czy studenci włączyli się w tę działalność mającą na celu pomoc i uchronienie seniorów przed zarażeniem wirusem.

Z uzyskanych wyników wynika, że ponad jedna trzecia studentów włączyła się do wsparcia seniorów w tych trudnych chwilach. Pomoc ta polega na robieniu zakupów oraz załatwianiu różnych spraw urzędowych bądź związanych ze zdrowiem.

Wykres 22. Czy w okresie kwarantanny pomagasz osobom starszym w robieniu zakupów, załatwianiu różnych?(w %)





młody
KRAKÓW
2.0



8. Podsumowanie

Prowadzone analizy pokazują, że krakowscy studenci są zainteresowani pandemią koronawirusa, na bieżąco śledzą informacje o tym ile osób jest zarażonych oraz ile zmarło.

Prawie $\frac{3}{4}$ badanych uważa, że koronawirus stanowi poważne zagrożenie dla zdrowia i życia mieszkańców naszego kraju.

W mniejszym stopniu studenci uważają, że wirus może stanowić zagrożenie dla nich samych. Tylko $\frac{1}{3}$ stwierdziła, że koronawirus jest dla nich niebezpieczny. Niski jest także poziom lęku przed zarażeniem. Ankietowani szacują prawdopodobieństwo zainfekowania się koronawirusem na 40%.

Badani pozytywnie oceniają działania rządu i odpowiednich służb w walce z pandemią. Akceptują wszystkie wprowadzone przez rząd rozwiązania, mające na celu ograniczenie przenoszenia się wirusa. Ich sprzeciw budzi jedynie potencjalny zakaz ruchu samochodów w miastach oraz izolacja miast i wsi, jak też zamknięcie wszystkich sklepów i punktów usługowych.

Badani uznają także za skuteczne wszystkie zalecane środki ostrożności, mające chronić przed zarażeniem. Jedynie noszenie maseczek i rękawiczek ochronnych uznane zostało za mniej przydatne.

Ankietowani są zadowoleni ze swojego życia. Częściowo manifestują symptomy stresu psychologicznego w postaci odczuwanego napięcia, obniżonego nastroju, podenerwowania, ogólnej apatii i bólów głowy.

Wśród studentów ujawniają się strategie aktywnej walki ze stresem. Polegają one na skutecznym zabezpieczeniu się przed infekcją oraz przekierowania uwagi i aktywności na inne obszary.

Respondenci sporo czasu spędzają w internecie. Wykorzystują go głównie do podtrzymywania życia towarzyskiego, rozrywki i własnej edukacji.

Czas przebywania w miejscu zamieszkania przeznaczają głównie na czytanie książek, słuchanie muzyki i oglądanie filmów.

Około $\frac{1}{3}$ ankietowanych deklaruje, że pomaga seniorom w codziennym życiu, aby zabezpieczyć ich przed zarażeniem.