

# Povezanost nekih aspekata doživljaja nastave na daljinu, osobina ličnosti i subjektivne dobrobiti studenata

---

**Fabijanić, Iva**

**Master's thesis / Diplomski rad**

**2021**

*Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj:* **University of Zagreb, Faculty of Teacher Education / Sveučilište u Zagrebu, Učiteljski fakultet**

*Permanent link / Trajna poveznica:* <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:757966>

*Rights / Prava:* [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

*Download date / Datum preuzimanja:* **2025-01-23**

*Repository / Repozitorij:*

[University of Zagreb Faculty of Teacher Education - Digital repository](#)



SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
UČITELJSKI FAKULTET  
ODSJEK ZA UČITELJSKE STUDIJE

Iva Fabijanić

POVEZANOST NEKIH ASPEKATA DOŽIVLJAJA NASTAVE NA  
DALJINU, OSOBINA LIČNOSTI I SUBJEKTIVNE DOBROBITI  
STUDENATA

Diplomski rad

Zagreb, srpanj 2021.

SVEUČILIŠTE U ZAGREBU  
UČITELJSKI FAKULTET  
ODSJEK ZA UČITELJSKE STUDIJE

Iva Fabijanić

POVEZANOST NEKIH ASPEKATA DOŽIVLJAJA NASTAVE NA  
DALJINU, OSOBINA LIČNOSTI I SUBJEKTIVNE DOBROBITI  
STUDENATA

Diplomski rad

Mentorica:  
izv. prof. dr. sc. Tea Pavin Ivanec

Zagreb, srpanj 2021.

## SAŽETAK

Pandemija uzrokovana virusom Covid-19 značajno je promijenila uobičajeni način života ljudi širom svijeta i postavila brojne izazove s kojima se iz dana u dan moramo suočavati. Jedna od mjera usmjerenih na smanjivanje socijalne interakcije uključivala je zatvaranje obrazovnih institucija i prijenos obrazovnog procesa s nastave uživo na nastavu na daljinu. Ova nova stvarnost podrazumijevala je brzu prilagodbu nastavnika i studenata na relativno nov oblik rada koji donosi brojne prednosti, ali i nedostatke. Budući da se razne promjene u svakodnevnim rutinama uzrokovane pandemijom mogu odraziti na subjektivnu dobrobit studenata, cilj ovog istraživanja bio je ispitati prilagodbu studenata na nastavu na daljinu i procjenu narušenosti kvalitete funkcioniranja u pojedinim aspektima života uzrokovane pojavom pandemije koronavirusa te ispitati jesu li neki aspekti doživljaja nastave na daljinu, u kombinaciji s osobinama ličnosti, prediktori subjektivne dobrobiti studenata. Također je provjereno i razlikuju se studenti po indikatorima subjektivne dobrobiti ovisno o tome jesu li u protekloj godini doživjeli potres.

U istraživanju koje je provedeno u ožujku 2021. godine, sudjelovalo je 508 studenata s različitih sveučilišta u Republici Hrvatskoj, a podaci su prikupljeni *online* upitnikom. Rezultati su općenito pokazali da su određeni aspekti akademske prilagodbe studenata tijekom nastave na daljinu i osobine ličnosti prediktori subjektivne dobrobiti studenata. Pri tome su se narušena kvaliteta funkcioniranja u svakodnevnom životu, ekstraverzija, neuroticizam i savjesnost pokazali najsnažnijim prediktorima subjektivne dobrobiti studenata tijekom pandemije. Dobiveni rezultati ukazuju da neki aspekti akademskog funkcioniranja nakon prijelaza s nastave uživo na nastavu na daljinu doprinose subjektivnoj dobrobiti studenata te da ih treba uzeti u obzir prilikom planiranja budućih aktivnosti za povećanje subjektivne dobrobiti studenata u ovim izazovnim vremenima, ali i poboljšanja kvalitete nastave na daljinu.

Ključne riječi: nastava na daljinu, pandemija, subjektivna dobrobit studenata, osobine ličnosti

## **SUMMARY**

### **The association of certain aspects of distance education, personality traits, and students' subjective well-being**

The pandemic caused by the Covid-19 virus has significantly changed peoples' ordinary lives worldwide and brought up some new challenges that people are facing every day. One of the measures aimed at decreasing social interactions included the closure of educational institutions and transferring the education process from the onsite to the online environment. This new reality implied fast adjustment of teachers and students to a relatively new form of functioning, accompanied by many advantages and disadvantages. Since different changes in everyday routines caused by the pandemic can affect students' subjective well-being, the aim of this research was to explore the adjustment of students to distance education and their perception of life disruption caused by the pandemic. Further, this research also explored whether certain aspects of online learning are, in combination with personality traits, predictors of students' subjective well-being. It is also examined whether students' subjective well-being indicators differ concerning the earthquake exposure during the past year.

The research was conducted in March 2021. and participants were 508 students from different universities in the Republic of Croatia. Data was collected via an online questionnaire. The results showed that certain aspects of students' academic adjustment during distance education and personality traits are predictors of students' subjective well-being. The sense of everyday life disruption, extraversion, neuroticism, and conscientiousness have been the most significant predictors of students' subjective well-being during the pandemic. Obtained results imply that certain aspects of academic functioning upon the transition from onsite to online education contribute to students' subjective well-being and should be considered when planning future activities to increase students' subjective well-being in these challenging times and increase the quality of distance education.

Key words: distance education, pandemic, students' subjective well-being, personality traits

# SADRŽAJ

1. UVOD .....	1
1.1. Nastava na daljinu .....	1
1.2. Prilagodba na nastavu na daljinu .....	4
1.2.1. Prednosti nastave na daljinu .....	5
1.2.2. Nedostaci nastave na daljinu .....	6
1.3. Subjektivna dobrobit studenata .....	7
1.4. Osobine ličnosti i subjektivna dobrobit .....	11
2. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA .....	14
2.1. Cilj istraživanja.....	14
2.2. Sudionici i postupak .....	14
2.3. Mjerni instrumenti .....	15
3. REZULTATI I RASPRAVA .....	17
4. ZAKLJUČAK .....	28
LITERATURA .....	30

## 1. UVOD

Početak 2020. godine svijet je zahvatila pandemija koja je naše živote promijenila iz temelja. Prema Žigart (2020) pojava virusa Covid-19 i proglašena pandemija odveli su nas u novu eru. Izolacija, rad od kuće, vijesti, ciljevi, nadanja, škola na televizoru i nastava na daljinu postala su stvarnost koja nas je zadesila, a o kojoj se malo tko nadao početkom iste godine (Bogdan i sur., 2020). Svakim danom suočavamo se s izazovom kako promijeniti dosadašnje navike i prilagoditi se uvjetima koje nam je pandemija nametnula. Bogdan i sur. (2020) navode kako su u trenutnoj situaciji pandemije virusa Covid-19, strah i panika prirodne i očekivane reakcije. Iz novonastale situacije nitko nije isključen. Nitko ne zna koliko će pandemija trajati, hoće li se zaraziti, hoće li cjepivo djelovati i kakve će posljedice pandemija ostaviti na različite aspekte života te fizičko i mentalno zdravlje.

Studente su zahvatile neizbježne promjene uobičajenog načina studiranja (Bogdan i sur., 2020). Zbog pandemije virusa Covid-19 klasični oblik nastave nije bio moguć, stoga su studiji na početku pandemije u potpunosti prešli na nastavu na daljinu, a na velikom dijelu njih taj oblik nastave je još uvijek dominantan. Razne promjene u svakodnevnim rutinama uzrokovane pandemijom utječu na subjektivnu dobrobit studenata, a one mogu biti povezane i s različitim mentalnim i zdravstvenim problemima poput depresije, anksioznosti i povećane količine stresa (Batra i sur., 2021; Chaturvedi i sur., 2020; Cao i sur., 2020; Elmer i sur., 2020). Stoga je ovo istraživanje pokušalo pružiti dodatan uvid u subjektivnu dobrobit studenata u vrijeme pandemije, uzimajući u obzir njihovu prilagodbu na nastavu na daljinu te doživljaj promjena uzrokovanih pandemijom, kao i njihove osobine ličnosti.

### *1.1. Nastava na daljinu*

Nastava na daljinu podrazumijeva oblik poučavanja studenata bez fizičke prisutnosti i kontakta studenta i nastavnika, a proces učenja odvija se u virtualnom okruženju uz pomoć informacijsko-komunikacijskih tehnologija (Amir i sur., 2020; Kamenov, 2020). Iako mnogi smatraju da je nastava na daljinu potpuno novi oblik nastave, Lovrić i Bjeliš (2021) pronašli su da učenje na daljinu nije novina i da ono postoji više od 100 godina, ali je s pojavom i razvojem interneta dobilo novu dimenziju. Ovaj oblik nastave može biti organiziran kao dopuna klasičnoj nastavi, što se naziva hibridno obrazovanje ili može biti potpuno samostalno (Ćamilović, 2013). U početku, nagli prelazak na nastavu na daljinu bio je veliki izazov za studente, ali i za

nastavnike. Budući da je ovaj oblik nastave od nastavnika zahtijevao određena nova znanja i vještine, velik dio njih je trebao i dodatno obrazovanje za provođenje nastave putem raznih *online* platformi. Aristovnik i sur. (2020) navode kako je prijelaz na nastavu na daljinu bio brz i na raspolaganju nije bilo puno vremena za detaljno razmatranje svih novih oblika i mogućnosti te organizaciju kvalitetne nastave u novim uvjetima. Mnogim nastavnicima to je bilo potpuno novo i strano te im je trebalo više vremena da se priviknu na informacijsko-komunikacijsku tehnologiju koja im je u tom trenutku nametnuta, kako bi mogli studentima osigurati kvalitetnu nastavu. Bačić i Krstinić (2020) navode kako je novonastala pandemija dovela do razlika između onih koji bez većih poteškoća pristupaju mogućnostima učenja i poučavanja pomoću informacijsko-komunikacijske tehnologije i onih se nisu jednako uspješno prilagodili ovim novim okolnostima.

Iako se mislilo da situacija s pandemijom ide na bolje te da će u rujnu 2020. godine nova školska i akademska godina krenuti kontaktno, situacija to ipak nije u potpunosti omogućavala. Vlada Republike Hrvatske je za provedbu nastave predložila tri modela. To su: Model A koji podrazumijeva kontaktnu nastavu, Model B koji podrazumijeva mješoviti oblik nastave i Model C koji podrazumijeva nastavu na daljinu. O primjeni određenog modela odlučuje ustanova zajedno s osnivačem i nadležnim lokalnim stožerom. Nadalje, velik dio fakulteta je novu akademsku godinu u listopadu pokušao organizirati barem dijelom u nekom kontaktnom obliku, no pogoršanjem epidemiološke situacije u jesen 2020. nastava se velikom većinom „preselila“ u virtualno okruženje. U novoj akademskoj godini nastava na daljinu nije bila ništa novo i nepoznato, stoga se moglo i pretpostaviti kako će prilagodba na nastavu na daljinu biti nešto brža u odnosu na prilagodbu na samom početku izbijanja pandemije.

Unatoč tome što se predavanja, seminari i vježbe odvijaju u jednakom tj. u *online* okruženju, postoje razlike u načinu njihova održavanja. Prema Čamilović (2013) razlikujemo dva oblika učenja na daljinu, a to su sinkrono učenje i asinkrono učenje. Sinkrono učenje uključuje interakciju između nastavnika i studenata u realnom vremenu. U tom slučaju postoji samo njihova prostorna, ali ne i vremenska razdvojenost. Ovaj način obrazovanja pruža studentima mogućnost dobivanja dodatnih objašnjenja od strane nastavnika, uključivanja u diskusiju i neposredno dobivanje povratnih informacija (Čamilović, 2013). Nastava se odvija putem videokonferencija pomoću raznih platformi kao što su Zoom, Microsoft Teams, 8x8 Meet i dr. Prema istraživanjima Sveučilišta u Zadru (2021) većina studenata izvijestila je kako više voli *online* predavanja u realnom vremenu, dok se samo 10,64% studenata složilo da više preferira slanje prezentacija, odnosno asinkrono učenje. Asinkrono učenje ne podrazumijeva



interakciju između nastavnika i studenata u realnom vremenu. Odnosno, sudionici nastavnog procesa nisu istovremeno na mreži, već šalju poruke i komentare na određenoj platformi na kojoj se te poruke arhiviraju kako bi im ostali korisnici mogli pristupiti (Ćamilović, 2013). Primjer takve platforme je Merlin, sustav za e-učenje u sklopu kojeg nastavnici kreiraju vlastite e-kolegije na kojima objavljuju razne materijale koje studenti mogu preuzeti i koristiti u bilo kojem vremenu. Isto tako, ovaj sustav omogućuje i postavljanje različitih zadataka, rasprava i sličnog u sklopu kolegija, a u kojima studenti trebaju sudjelovati.

Osim prethodno navedenih oblika učenja Sinković i Kaluđerčić (2006) spominju i baze znanja te *online* potporu. Baze znanja opisuju kao baze koje su opremljene softverom koji nam omogućuje interaktivno pretraživanje i jednostavne su za upotrebu tijekom samog procesa stjecanja znanja. S druge strane, *online* potpora nam omogućuje brzu razmjenu znanja među sudionicima tijekom procesa učenja, a pojavljuje se u obliku foruma za raspravu, elektronske pošte, pričaonica (chatrooms) i ostalim različitim oblicima distribucije poruka. Nadalje, kako bi se studentima omogućio kvalitetniji rad, dio potrebne literature prebačen je u digitalni oblik. Na taj način studenti bez problema mogu pristupiti raznim digitalnim udžbenicima, skriptama, zbirka zadataka, zbirka primjera, zbirka simulacija i animacija, *online* tečajima i raznim drugim materijalima (Sinković i Kaluđerčić, 2006). Jednim klikom miša, u bilo kojem vremenu i na bilo kojem mjestu, gotovo svi potrebni materijali su im dostupni.

Katavić i sur. (2018) smatraju da je nastava na daljinu inovacija koja može osigurati bolje i kvalitetnije obrazovanje. S druge strane, Armstrong-Mensah i sur. (2020) pitaju se nudi li učenje na daljinu istu vrijednost kao i kontaktno učenje te dobivaju li učenici i studenti svo potrebno znanje koje bi dobili da su u učionici ili predavaonici. To, naravno, najviše ovisi o nastavnicima i studentima. Kvaliteta nastave ovisi o angažmanu nastavnika i pripremi potrebnih materijala i aktivnosti, ali i o samoj zainteresiranosti i motivaciji studenata. Drugim riječima, koliko truda sudionici nastavnog procesa ulože, toliku razinu kvalitete će postići.

Budući da se epidemiološka situacija u kojoj se nalazimo mijenja iz dana u dan, Šmit (2021) navodi kako je teško predvidjeti koji će se oblik nastave primjenjivati u budućnosti. No svjedoci smo kako obrazovni sustav svakodnevno napreduje i napredovat će, uključujući njegov digitalni koncept. No svjedoci smo određenih promjena u obrazovnim procesima čija učinkovitost ovisi i o prilagodbi svih sudionika na *online* okruženje kao i o vještinama korištenja informacijsko-komunikacijske tehnologije. Unatoč trenutno značajnom udjelu nastave koja se na fakultetima izvodi na ovakav način, vjerojatno se većina studenata i nastavnika nada da je ovaj oblik učenja na daljinu samo privremeno rješenje kako bi iz

novonastale situacije izašli s minimalno štete te ne bi zamijenili kontaktnu nastavu s nastavom na daljinu.

### *1.2. Prilagodba na nastavu na daljinu*

Kao što je već prethodno opisano, pojava pandemije dovela je do zatvaranja obrazovnih institucija te zamjene kontaktne nastave, nastavom na daljinu. Iako se novi oblik održavanja nastave pokazao kao korisna alternativa, pred nastavnike, studente ali i njihove obitelji postavljeni su razni izazovi. Pritom je najčešće riječ o izazovima vezanima uz uspješnu prilagodbu na ovaj način poučavanja i učenja te o uvjetima i mogućnostima sudjelovanja u ovom obliku nastave (i u smislu dostupnosti informacijsko-komunikacijskih tehnologija i u smislu fizičkog prostora).

Neka istraživanja pronašla su da je veće zadovoljstvo studenata nastavom na daljinu u odnosu na klasični oblik nastave (Baczek i sur., 2021; Bašić i Krstinić, 2020; Kauffman, 2015), dok su Amir i sur. (2020) pronašli nezadovoljstvo među studentima, a Kamenov (2020) navodi da studenti nisu niti zadovoljni niti nezadovoljni nastavom na daljinu. Na zadovoljstvo i prilagodbu studenata mogu utjecati brojni faktori, kao što su, na primjer, osobine ličnosti studenata, organizacija nastave na daljinu, godina i vrsta studija. Primjerice, Kamenov (2020) je pronašao da su studenti društvenih i tehnoloških fakulteta zadovoljniji nastavom na daljinu u odnosu na studente prirodnih fakulteta. Anketiranje o zadovoljstvu *online* nastave provedeno je i na uzorku od 2737 studenata Sveučilišta u Rijeci. Anketu je proveo Studentski zbor sveučilišta u Rijeci (2020) koji ističe umjereni stupanj zadovoljstva studenata *online* nastavom. Zadovoljstvo varira od fakulteta do fakulteta, pa su tako studenti Učiteljskog fakulteta u Rijeci iskazali najveće zadovoljstvo, dok su studenti Građevinskog fakulteta u Rijeci iskazali najmanje zadovoljstvo. Također, studenti smatraju da su nastavnici organizirali nastavu umjereni dobro, da su redovito dostupni za komunikaciju i javljanje studentima putem elektronske pošte, obavijesti na Merlinu i drugih platformi. Studenti u manjoj mjeri smatraju da putem nastave na daljinu dobivaju jednako korisne informacije i jednaku količinu znanja kao kod kontaktne nastave. Također u najvećoj mjeri smatraju da im se u ovim uvjetima teško fokusirati na nastavni sadržaj te da je općenito nastava na daljinu zahtjevnija od nastave u učionici. Istraživanja Armstrong-Mensah i sur. (2020) pokazala su da je kod 64,5% studenata Sveučilišta u Georgiji prijelaz na isključivo *online* nastavu povećao njihovo akademsko opterećenje. Unatoč opterećenju, pokazalo se da su u tom istraživanju studenti i dalje motivirani

za učenje i ispunjavanje obaveza. Suprotno tome, istraživanje Bačić i Krstinić (2020) pokazalo je da je čak dvije trećine studenata Tehničkog veleučilišta u Zagrebu zadovoljno ovakvim oblikom nastave, ali u velikom broju ističu nedostatak samomotivacije. Baczek i sur. (2021) navode da su studenti bili manje aktivni tijekom nastave na daljinu u odnosu na klasičnu nastavu, a Amir i sur. (2020) navode kako je veći postotak studenata izjavio da manje uživaju prateći nastavu na daljinu. Veliku ulogu u povećanju aktivnosti studenata tijekom nastave predstavlja način na koji je nastava organizirana, kao primjerice sinkrona nastava koja se održava u realnom vremenu kao i kad bi se održavala u predavaonicama te omogućuje interakciju s nastavnicima, dobivanje povratnih informacija, vođenje rasprava s kolegama i sl. (Ćamilović, 2013). Baczek i sur. (2021), Cao i Sakshutchawan (2010; prema Kauffman, 2015) i Benbunan-Fich i Hiltz (1999; prema Allen i sur., 2004) nisu pronašli statistički značajnu razliku u količini stečenog znanja tijekom nastave na daljinu i klasične nastave, međutim učenje na daljinu je bilo manje učinkovito u smislu povećanja vještina i socijalnih kompetencija. Bačić i Krstinić (2020) navode da dostupnost materijala i informacija tijekom nastave na daljinu omogućuju manji utrošak vremena i povećavaju brzinu i učinkovitost u usvajanju novih informacija, te se prikaz materijala putem videa pokazao bolji u proučavanju praktičnih vještina u odnosu na tekstualne materijale. S obzirom na rezultate navedenih istraživanja te različite stupnjeve zadovoljstva studenata, možemo zaključiti da nastava na daljinu ima brojne prednosti, ali i nedostatke.

### *1.2.1. Prednosti nastave na daljinu*

Autori poput Ćamilović (2013), Basti (2021) i Amir i sur. (2020) kao prednost nastave na daljinu ističu fleksibilnost. Fleksibilnost podrazumijeva da ovaj oblik nastave dozvoljava studentima pristup nastavnim materijalima u bilo kojem vremenu i na bilo kojem mjestu (Ćamilović, 2013). To studentima omogućuje da sami organiziraju svoje vrijeme te svoje obaveze vezane uz studij mogu obavljati kad im najviše odgovara i kad su najproduktivniji. To može biti i velika prednost za studente koji rade neki studentski posao, pa imaju više slobode u organiziranju vremena posvećenog studiju i poslu te na taj način mogu biti produktivni u oba segmenta.

Amir i sur. (2020) kao prednost ističu i uštedu vremena te troškova vezanih uz dolazak i odlazak s fakulteta. Mnogi studenti nemaju boravište u mjestu studiranja te u slučaju kontaktne nastave izgube poprilično puno vremena na čekanje autobusa ili vlakova, ali i na putovanje koje

ujedno i sami plaćaju. Također, uštedjevši vrijeme koje bi potrošili na putovanje, studenti imaju više vremena za učenje i proučavanje nastavnog materijala (Amir i sur., 2020), što može dovesti do boljih postignuća. Osim toga, ne trebaju iznajmljivati smještaj već nastavu slušaju iz svojih domova. To je posebno korisno studentima lošijeg socioekonomskog statusa, budući da im ovaj oblik održavanja nastave omogućuje uštedu novca.

U istraživanju kojeg su proveli Baczek i sur. (2021) kao prednost nastave na daljinu, uz prethodno navedeno, studenti također ističu kontinuirani pristup mrežnim materijalima i ugodno okruženje. Za razliku od kontaktne nastave, gdje bi nastavnici određene materijale prikazali na predavanju ili seminarima te kasnije ti materijali više ne bi bili dostupni, kod nastave na daljinu materijali su u većini slučajeva dostupni. Veliki broj nastavnika objavljuje razne materijale poput snimljenih predavanja, digitalnih udžbenika, skripti, članaka i sl. Na taj način studenti uvijek imaju pristup i mogu se adekvatnije pripremiti za ispit ili obaviti određeni zadatak za koji im je taj materijal potreban. Pojednim studentima uključivanje u nastavu putem videokonferencija predstavlja lakši i sigurniji način od uključivanja tijekom kontaktnog oblika nastave (Kauffman, 2015). Veliki broj studenata ima strah od javnog nastupa i puno se puta žele uključiti u raspravu, ali nemaju hrabrosti. U konačnici, nastava na daljinu omogućuje da i bolesni studenti, kao i oni u samoizolaciji mogu bez većih teškoća sudjelovati u radu (Kauffman, 2015). U tom slučaju, studenti ne izostaju s nastave te ne gube mogućnost stjecanja potrebnih znanja i vještina.

### *1.2.2. Nedostaci nastave na daljinu*

Iako nastava na daljinu ima određene prednosti, ona nije idealna te svakako treba spomenuti i nedostatke koji se povezuju s ovim oblikom nastave.

Jedna od najvećih mana svakako je nedostatak socijalne interakcije (Bačić i Krstinić, 2020). Smanjenje kontakta može dovesti do socijalne izolacije i smanjenje grupne solidarnosti, a osjećaj usamljenosti može dovesti do pada produktivnosti i povećanja nezadovoljstva studenata (Basti, 2021). Istraživanje koje su proveli Amir i sur. (2020) pokazalo je da je više studenata manje zadovoljno učenjem i da im je otežana komunikacija s nastavnicima i ostalim studentima. Aristovnik i sur. (2020) navode kako to može dovesti do brojnih negativnih emocija poput frustracije, dosade, tjeskobe, zbunjenosti i ljutnje. U takvim slučajevima studenti se teže prilagođavaju ovom obliku nastave, što može dovesti do smanjene produktivnosti.

Brojni studenti, izolirani kod kuće, suočavaju se s nedostatkom samodiscipline ili neprikladnim okruženjem za učenje. To može izazvati preopterećenost studijskim obavezama i povećati razinu stresa (Aristovnik i sur., 2020). Nije rijetkost da studenti svoju sobu i svoje radno mjesto dijele s braćom i sestrama koji su također učenici ili studenti i koji imaju jednake obaveze. U tom slučaju, oni nemaju svoj mir i ne mogu se potpuno posvetiti i usmjeriti na slušanje predavanja i izvršavanje svojih obaveza u jednakoj mjeri kao prije. Drugačije je slušati predavanje u predavaonici u kojoj je pažnja usmjerena na ono što nastavnik govori, a drugačije u sobi kada se čuje razgovor ukućana. Također, u istraživanju Doolan i sur. (2021), studenti su naveli kako se njihovo radno opterećenje povećalo za vrijeme nastave na daljinu jer nastavnici nedostatak nastave uživo nadoknađuju brojnim zadacima.

Osim na studente, nastava na daljinu uvelike utječe i na nastavnike. Basti (2021) navodi kako velika većina nastavnika tijekom učenja na daljinu radi duže i intenzivnije. Često svoje vrijeme ne mogu sami organizirati jer ovise o dogovorima s učenicima i studentima te im se radno vrijeme protegne kroz cijeli dan. Trebaju pripremiti nastavni sadržaj za svoj predmet, pripremiti materijale i postaviti ih u e-kolegij te održati on-line nastavu. Također, trebaju izdvojiti vrijeme za pregled studentskih zadaća te čitanje i odgovaranje na e-maile koje primaju od studenata, a trebaju izdvojiti i vrijeme za sve druge poslove koji nisu vezani uz samu nastavu. Neizbježno je i spomenuti da se nastavnici trebaju i dodatno obrazovati tijekom nastave na daljinu, budući da je ovo i za većinu njih novi oblik rada i zahtijeva neka nova znanja i vještine u kojima se nastavnici međusobno razlikuju.

Nastava na daljinu zahtjeva da svi njeni sudionici na raspolaganju imaju odgovarajuću tehnologiju te da posjeduju određenu razinu informatičke pismenosti. Trebaju imati vlastito računalo, programe za multimediju i dobru povezanost na internet (Lovrić i Bjeliš, 2021). Međutim, uvjeti u kojima se nastava na daljinu odvija nisu uvijek optimalni (npr. internetska veza nije uvijek postojana, svi sudionici niti ne posjeduju jednake informatičke kompetencije ili uvjete za rad), a tehničke poteškoće mogu frustrirati studente i poticati ih na odustajanje te dovesti do slabljenja motivacije (Kauffman, 2015).

### *1.3. Subjektivna dobrobit studenata*

Brzo širenje pandemije uzrokovane virusom Covid-19 i nelagoda zbog duljeg vremena provedenog kod kuće, kod studenata su izazvali pojavu stresa i ugrozili emocionalnu stabilnost (Wang i sur., 2020). Iako se mislilo da gore od novonastale situacije ne može, 22. ožujka i 29.

prosinca 2020. godine središnju Hrvatsku pogodila su dva vrlo snažna potresa koja su se osjetila na velikom području Hrvatske, što je za mnoge bio dodatni izvor stresa. Mnogi studenti, potresom pogođenih područja, ostali su bez krova nad glavom, a vijesti o potresima preplavili su televizijske programe i društvene mreže. Iako nisu u to vrijeme bili na tim mjestima, može se pretpostaviti da je i ostale studente diljem Hrvatske taj događaj pogodio te su osjećali strah i brigu za svoje kolege. Nije teško za pretpostaviti da su potres i nametnuta socijalna izolacija povezani s mnogim poteškoćama vezanima uz mentalno zdravlje i subjektivnu dobrobit studenata.

Diener (2012; prema Brajša Žganec i sur., 2019) subjektivnu dobrobit definira kao višedimenzionalni konstrukt koji obuhvaća zadovoljstvo životom, zadovoljstvo pojedinim domenama života i emocionalnu procjenu pozitivnih i negativnih emocija. Područje subjektivne dobrobiti obuhvaća način na koji pojedinac procjenjuje svoj život u tom trenutku ili tijekom dužeg vremenskog razdoblja, uključujući emocionalnu reakciju na neke događaje, raspoloženje i prosudbe koje stvara o svojem životu. Stoga se subjektivna dobrobit često koristi kao sinonim za sreću i zadovoljstvo (Diener i sur., 2003). Sreća je urođena emocija kojoj svi težimo, dok zadovoljstvo definiramo kao procjenu i vrednovanje cjelokupnog života i pojedinih područja kao što su zdravlje, obrazovanje, posao, dokolica, socijalni i obiteljski odnosi (Brkljačić i Kaliterna Lipovčan, 2010).

Istraživanja subjektivne dobrobiti su obično usmjerena na različite pokazatelje te dobrobiti, a koji se odnose na dvije dimenzije: kognitivnu i afektivnu (Diener i sur., 2003). Kognitivna komponenta uključuje opću procjenu zadovoljstva životom, kao i zadovoljstvo pojedinim aspektima života poput zdravlja, posla, slobodnog vremena i sl. S druge strane, afektivna komponenta uključuje učestalost pozitivnih emocija poput zahvalnosti, smirenosti, sreće (Miljković, 2013), ali i neugodnih emocija poput straha, tuge, tjeskobe, depresije i ugroženosti (Miljković i Rijavec, 2009). Rijavec (2010) ističe kako pozitivne emocije daju veliku vrijednost ljudskom rastu i razvoju, te pomažu ljudima živjeti punijim plućima. Također navodi kako pozitivne emocije imaju tzv. funkciju poništavanja, odnosno ubrzavaju oporavak ili posljedice negativnih emocija te mogu vratiti tijelo na razinu optimalnog fiziološkog funkcioniranja. Na temelju toga možemo zaključiti kako pozitivne emocije doprinose subjektivnoj dobrobiti i potiču osobni rast i razvoj.

Spomenuto je da subjektivna dobrobit uključuje emocionalnu procjenu kako pozitivnih tako i negativnih emocija poput straha, bijesa, tuge, dosade i samoće. Rijavec (2010) navodi kako je funkcija negativnih emocija prilagodba, zaštita i preživljavanje. Primjerice, bijes naše

tijelo priprema za napad, dok strah priprema za bijeg i ima funkciju zaštititi osobu. Iako se često misli kako negativne emocije narušavaju subjektivnu dobrobit, nije uvijek tako. Iako mogu dovesti do šireg spektra individualnih i socijalnih problema, poput straha i anksioznosti, koji mogu biti popraćeni akutnim i kroničnim stresom te ugroziti imunološku funkciju i prouzročiti određene fiziološke probleme (Gao 2009; prema Wang i sur., 2020), one često imaju i funkciju zaštite pojedinca.

Razne promjene s kojima smo suočeni u posljednjih godinu dana značajno su utjecale na obrazovanje i svakodnevnu rutinu studenata, ali i na njihovu subjektivnu dobrobit i mentalno zdravlje. Prema istraživanju Batra i sur. (2021) u razdoblju uvođenja strožih epidemioloških mjera poput prisilne izolacije, studenti su imali višu razinu stresa od opće populacije. Također, više od 71% studenata imalo je veću razinu stresa i anksioznosti povezanih sa strahom, zabrinutosti, nedostatkom koncentracije i poremećaja spavanja. Elmer i sur. (2020) navode kako se razina stresa, anksioznost i usamljenost pogoršala pojavom pandemije za razliku od razdoblja koje je bilo do tada. Kod studenata se pojavio strah od propuštanja društvenog života te briga o zdravlju, obitelji, prijateljima i budućnosti. Spomenuto istraživanje je pokazalo kako su nedostatak socijalne interakcije i emocionalne podrške kao i fizička izolacija povezani s negativnim učincima na mentalno zdravlje pojedinca. Mnoga istraživanja ističu da je suočavanje sa stresom važan prediktor mentalnog zdravlja. Kako bi se suočili sa stresom i anksioznosti, studenti su pokušali usvojiti razne mehanizme suočavanja i tražili su pomoć od svojih bližnjih te od stručnih osoba (Chaturvedi i sur., 2020). Kako je Hrvatsku, uz pandemiju, pogodilo i niz potresa, na stranici Hrvatskog zavoda za javno zdravstvo (HZJZ, 2021) ostavljeni su kontakti i adrese brojnih savjetovališta za promicanje mentalnog zdravlja koja studentima omogućuju razgovor o pitanjima koja ih muče kao i prevladavanje raznih prepreka koje ugrožavaju njihovo mentalno zdravlje i subjektivnu dobrobit. Na ovaj način moguće je potražiti pomoć koja je korisna pri suočavanju sa stresom, izlasku iz depresivnog i anksioznog stanja, usamljenosti, padu samopouzdanja, odgađanju obaveza, prilagodbi na „novo normalno“, poteškoće vezane uz socijalnu izoliranost, ali i druge poteškoće s kojima se studenti mogu susresti.

Koliko je stanje socijalne izoliranosti i prelaska na nastavu na daljinu utjecalo na subjektivnu dobrobit studenata, pokazuju nedavna istraživanja. Socijalnom izolacijom ljudima je otežano zadovoljavanje jedne od njihovih temeljnih psiholoških potreba, potreba za povezanosti s drugima odnosno pripadnosti. Nezadovoljavanje te potrebe dovodi do negativnih emocionalnih reakcija, što u konačnici utječe na subjektivnu dobrobit (Sun i sur., 2020).

Rezultati istraživanja Sun i sur. (2020), pokazali su da su studenti za vrijeme pandemije pokazivali simptome depresije zbog socijalne izolacije i usamljenosti, što je uvelike naštetilo njihovoj subjektivnoj dobrobiti. Čini se opravdanim pretpostaviti da su uvedene mjere mnogim studentima u određenoj mjeri narušile kvalitetu funkcioniranja u nekim aspektima svakodnevnog života poput izvršavanja obaveza vezanih uz fakultet, obiteljskih ili prijateljskih odnosa, slobodnog vremena ili općeg zdravstvenog stanja (Aristovnik i sur., 2020). U kojoj mjeri će se određeni izvori stresa odraziti na funkcioniranje osobe, uvelike ovisi i o individualnim karakteristikama. Stabilne i optimistične emocije obično dovode do dobrog mentalnog stanja (Wang i sur., 2020) i subjektivne dobrobiti, pa osoba, unatoč brojnim izazovima, ostaje smirena, vesela, dobre volje, zadovoljna i puna života. Iako su emocije studenta pogođene, Wang i sur. (2020) dobili su da održavanje odgovarajuće razine pozitivnih i negativnih emocija u stanju stresa može pojedincu olakšati prilagodbu.

Koliko je cjelokupna situacija utjecala na subjektivnu dobrobit studenata pokazuje i istraživanje koje su proveli Aristovnik i sur. (2020). Oni su istraživali prisutnost pozitivnih i negativnih emocija te su dobili sljedeće rezultate: nada (39,4%), radost (29,7%), ponos (26,5%) i olakšanje (17,9%), dosada (45,2%), anksioznost (39,8%), frustracija (39,1%), ljutnja (25,9%), beznađe (18,8%) i sram (10,0%). Relativno niska razina pozitivnih emocija i relativno visoka razina negativnih emocija ukazuje na to da trenutno stanje socijalne izoliranosti i provođenje nastave na daljinu ima utjecaja na subjektivnu dobrobit studenata. U ovakvim trenutcima, jako je važno prihvatiti svoje emocije onakve kakve jesu, a osobama kojima treba pomoć, pomoći da učine isto. Ne bismo smjeli prosuđivati što je „novo normalno“ ili „staro normalno“ i trebamo biti svjesni da će i ovo proći, te da je većina reakcija u ovakvim situacijama normalna. Pandemija koja nas je zahvatila „preko noći“, prelazak na nastavu na daljinu, a uz to još i potresi, mogu dovesti do narušavanja subjektivne dobrobiti. Neizbježno je spomenuti i samoregulaciju koja uključuje sposobnost postavljanja ciljeva, učinkovito upravljanje vremenom, sposobnost rješavanja problema i sl. (Admir i sur., 2020). Nedostatak samoregulacije izaziva osjećaj preopterećenosti obavezama i osjećaj bezvrijednosti što narušava motivaciju te povećava razinu stresa (Aristovnik i sur., 2020). Da neugodne emocije koje su trenutno prisutne, kao posljedica novonastale situacije, ne ostave trajne posljedice, trebamo se znati s njima suočavati. Za studente je ovo razdoblje veoma stresno, a koliko će ono ostaviti posljedica na njihovo funkcioniranje u budućnosti pokazat će daljnja istraživanja.



#### 1.4. Osobine ličnosti i subjektivna dobrobit

Na subjektivnu dobrobit, osim situacije i raznih okolnosti u kojima se osoba nalazi, utječu i osobne karakteristike pojedinca (Bratko i Sabol, 2006). Eddington i Shuman (2004; prema Bratko i Sabol, 2006) ličnost smatraju važnim prediktorom zadovoljstva životom, odnosno subjektivne dobrobiti. Zanimljivo je spomenuti samo značenje pojma ličnosti. Fulgosi (1987) navodi kako riječ ličnost ili osobnost dolazi od latinske riječi *persona*. U prošlosti je *persona* označavala masku koju su nosili glumci za vrijeme izvođenja starogrčke drame. Njena funkcija bila je navijestiti gledateljima određen obrazac ponašanja onoga koji tu masku nosi, budući da je glumac za vrijeme predstave glumio ne samo sebe, već i drugu osobu. Kasnije je, osim maske, ta riječ počela označavati i osobu, odnosno njenu ulogu pa i samog glumca.

Kroz povijest, razni autori pojam ličnosti definirali su na različite načine. Larsen i Buss (2008) ličnost definiraju kao skup organiziranih i relativno trajnih psihičkih osobina i mehanizama unutar pojedinca koji utječu na interakciju i prilagodbu pojedinca na intrapsihičku, fizičku i socijalnu okolinu. Larsen i Buss (2008) istražujući osobine ličnosti, zaključuju da su nam one izrazito korisne jer nam pomažu da opišemo pojedince i razumijemo dimenzije po kojima se oni razlikuju. Zatim, uz pomoć i poznavanje osobina ličnosti možemo objasniti nečije ponašanje, a pomažu nam i u predviđanju ponašanja. Primjerice, na temelju osobina ličnosti možemo predvidjeti tko će vjerojatno bolje podnositi stres, bolje se prilagoditi, biti zadovoljniji određenim aspektom života i slično.

Tijekom povijesti, mnogi psiholozi pokušali su odrediti glavne osobine ličnosti pomoću kojih će se moći odrediti individualne razlike među pojedincima. Iako je predloženo mnogo taksonomija, najveći broj autora kao skup dimenzija najvišeg reda pomoću kojih se može opisati ličnost pojedinca prihvaća petofaktorski model (Krapić, 2005). Naziva se još i model Velikih pet faktora ličnosti, a uključuje ekstraverziju, ugodnost, savjesnost, neuroticizam (emocionalnu stabilnost) i otvorenost (Krapić, 2005).

Osobe koje se smatraju ekstrovertima, opisuju se kao društvene, asertivne, razgovorljive, energične, ambiciozne, optimistične te imaju visoku potrebu za stimulacijom. Suprotno od njih nalaze se introverti. Introvertne su osobe povučene, mirne, nezavisne i vole samoću (Barać, 2011). Ugodnost uključuje specifične tendencije i ponašanja poput ljubaznosti, kooperativnosti i sklonosti pomaganju (Krapić, 2005). S druge strane nalazi se antagonizam koji uključuje grubost, tvrdoglavost, nepovjerljivost i nekooperativnost. Iako se ugodnost u većini slučajeva smatra poželjnom, ne smije se nikako izostaviti ni antagonizam koji je isto tako važan za svakodnevno funkcioniranje pojedinca (Barać, 2011). Krapić (2005) savjesnost opisuje kao

osobinu ličnosti koja obuhvaća potrebu za kontrolom (nasuprot impulzivnosti), opreznost, pouzdanost, odgovornost i sklonost napornom radu i postignućima. Barać (2011) savjesnost naziva i snagom volje i usmjerenošću. Savjesne osobe su dobro organizirane, usmjerene na zadatak i posao koji obavljaju, samodisciplinirane, točne, pouzdane i svrhovite. Suprotno tome, osobe koje postižu niske rezultate na ovom faktoru su one koje karakterizira neodgovornost, površnost, nepouzdanost, neorganiziranost i lijenost. Neuroticizam je povezan s negativnom emocionalnosti te označava sklonost proživljavanja psihološkog stresa, a osobe često doživljavaju kronične negativne emocije poput ljutnje, straha, krivnje i tuge. One imaju slabu kontrolu impulsa i sklone su razvoju raznih psihičkih poremećaja. Možemo uočiti da su takve osobe često napete, nesigurne, anksiozne i nestrpljive. Dok su neurotične osobe emocionalno nestabilne, nasuprot njima nalaze se emocionalno stabilne osobe koje su mirne, opuštene i strpljive (Barać, 2011). Osoba koju karakterizira otvorenost je inteligentna, pronicljiva, kreativna, radoznala, maštovita, liberalna, sklona je umjetnosti te pokazuje interes za promjenama, nekonvencionalnim vrijednostima te iskazuje potrebu za raznolikim iskustvima (Krapić, 2005).

Na temelju brojnih istraživanja utvrđeno je da osobine ličnosti značajno utječu na subjektivnu dobrobit. Ljudi s različitim osobinama ličnosti postižu različite razine subjektivne dobrobiti. Neuroticizam se povezuje s čestom pojavom nervoze, anksioznosti, tuge i drugih neugodnih emocija, što negativno utječe na zadovoljstvo životom pa će takva osoba vjerojatno imati i nisku razinu subjektivne dobrobiti. Ekstrovertirane i savjesne osobe uglavnom su zadovoljne svojim životom te postižu visoku razinu subjektivne dobrobiti (Malkoc, 2011). Istraživanja pokazuju kako su sretni ljudi otvoreni i društveni, emocionalno su stabilni te imaju niski stupanj neuroticizma (Smith, 1979, Wessman i Rick, 1996; prema Larsen i Buss, 2008). Prema Rettew i sur. (2021) studenti s nižom razinom neuroticizma doživjeli su veći pad raspoloženja za vrijeme pandemije u usporedbi s onima s višom razinom neuroticizma, a isto istraživanje je pokazalo da je kod osoba s višom razinom ekstraverzije raspoloženje za vrijeme trajanja pandemije lošije, dok je kod osoba koji imaju nižu razinu ekstraverzije došlo do blagog porasta raspoloženja. Također, veće razine otvorenosti, ugodnosti i savjesnosti bile su povezane s boljim raspoloženjem i većim angažmanom, ali nisu bile povezane sa stresom. Ovdje se može opravdano zapitati što je u podlozi takvih rezultata. Naime, ekstrovertirane osobe su društvene, razgovorljive, energične te je moguće da je njima pojava pandemije i uvođenje prisilne izolacije narušila mogućnost zadovoljavanja njihovih potreba za socijalnim kontaktima. U skladu s time,

moguće je da introvertima, odnosno studentima koji su povučeniji i preferiraju samoću, ostanak kod kuće i nemogućnost socijalizacije ne predstavljaju takvu poteškoću.

Pojedinci s visokom razinom savjesnosti posjeduju specifične karakteristike poput planiranja i organizacije, samoregulacije, potrebe za izbjegavanjem odugovlačenja, trajnog napora, ustrajnosti i metodičkog analitičkog razmišljanja (Di Giunta i sur., 2013; prema Wilcox i Nordstokke, 2019). Wilcox i Nordstokke (2019) navode da će studenti koji su organizirani, precizni i ustrajni u pristupu svojim obavezama, vjerojatnije smatrati da imaju vještine koje su im potrebne za izvršavanje tih obaveza. Na temelju toga možemo zaključiti kako će se takvi pojedinci puno lakše prilagoditi novim uvjetima te njima nastava na daljinu koja, prema nekima, donosi više obaveza, neće predstavljati problem i svoje obaveze rješavat će istim tempom kako su ih rješavali i prije pandemijske situacije. S druge strane, vjerojatno je da će kod osoba koje su ekstrovertne, ugodne, savjesne i otvorene subjektivna dobrobit biti ugroženija zbog ograničenih prilika za socijalizaciju tijekom pandemije. Možemo pretpostaviti kako nastava na daljinu koči maštovitost i kreativnost, što su karakteristike otvorenosti. Subjektivna dobrobit je vjerojatno narušena i među osobama s visokom razinom neuroticizma. Takve osobe su sklone stresu koji se za vrijeme trajanja pandemije može dodatno pojačati. Njihovo izvršavanje svakodnevnih studentskih obaveza vjerojatno je na vrlo nezavidnoj razini. One su često napete, nesigurne i nemaju kontrolu, što svakako može dovesti do izbjegavanja obaveza.

Prethodno je spomenuto kako na subjektivnu dobrobit mogu utjecati i različite individualne karakteristike poput osobina ličnosti. Prema literaturi, ekstraverzija, neuroticizam i savjesnost najvažniji su prediktori povezanosti subjektivne dobrobiti i osobnosti (Anglim i sur., 2020). Primjerice, ekstraverzija se često povezuje s pozitivnim afektom, a neuroticizam s negativnim afektom. Osim navedenog, savjesnost i ugodnost su također u umjerenoj korelaciji sa subjektivnom dobrobiti (Lucas, 2018; Lucas i Diener, 2015). Iako je pokazano da su određene osobine ličnosti povezane s negativnim i pozitivnim afektom kao pokazateljima subjektivne dobrobiti, Lucas (2018) ističe učinak osobnosti na subjektivnu dobrobit nije u potpunosti razjašnjen. Budući da se nalazimo u vremenu pandemije, treba istaknuti kako su osobine ličnosti povezane i s mentalnim zdravljem, te one kao takve mogu povećati ili umanjiti suočavanje s raznim nedaćama i stresorima. Rettew i sur. (2021) ističu da bi u trenutnoj situaciji pandemija mogla biti specifičan stresor te da bi povezanost osobina ličnosti i prilagodbe mogla odstupati od uobičajenih nalaza.

## 2. METODOLOGIJA ISTRAŽIVANJA

### 2.1. Cilj istraživanja

Cilj istraživanja provedenog u sklopu ovog rada bio je ispitati prilagodbu studenata na nastavu na daljinu, njihovu percepciju nekih aspekata te nastave i doživljaj narušenosti kvalitete života uzrokovane pandemijom. Nadalje, u ovom istraživanju ispitalo se i može li se na temelju prethodnih varijabli i osobina ličnosti predvidjeti subjektivna dobrobit studenata (zadovoljstvo životom, te pozitivni i negativni afekt) tijekom nastave na daljinu i pandemije. Očekivalo se kako će procjene subjektivne dobrobiti biti više među studentima koji procjenjuju da su bolje prilagođeni na *online* nastavu, koji doživljavaju manji stupanj narušenosti u životu uzrokovan pandemijom te koji imaju više rezultate na ekstraverziji i savjesnosti, a manje na neuroticizmu. Prvi dio cilja istraživanja je bio eksploratorne prirode, pa specifične hipoteze nisu postavljene. U radu je također provjereno postoje li razlike u subjektivnoj dobrobiti studenata s obzirom na to jesu li doživjeli potres. Pritom se očekivalo će da oni studenti koji su doživjeli potres, u odnosu na one koji nisu, iskazivati nešto nižu razinu subjektivne dobrobiti.

### 2.2. Sudionici i postupak

U istraživanju je sudjelovalo 508 studenata s različitih sveučilišta u Republici Hrvatskoj. Od ukupnog broja sudionika, bilo je 417 studentica (82,1%) i 88 studenata (17,3%). Na preddiplomskom studiju studira 299 (59,2%), a na diplomskom 206 (40,8%) studenata ovog uzorka. Prosječna dob sudionika bila je  $M=21,86$  ( $SD=1,931$ ; min=18, max=36). Podaci su prikupljeni *online* upitnikom u ožujku 2021. godine, a istraživanje je bilo u skladu s propisanim etičkim načelima. Sudjelovanje u istraživanju je bilo anonimno i dobrovoljno, a sudionici su mogli odustati od istraživanja u bilo kojem trenutku, ako su željeli. Sudionici su dobili poveznicu na *online* upitnik koji je napravljen na Google Formsu, a prije ispunjavanja upitnika bili su upoznati s ciljem istraživanja. Nakon što su pročitali uputu za ispunjavanje, sudionici su mogli popunjavati upitnik, a ispunjavanje upitnika trajalo je oko deset minuta. Upitnik je uključivao procjenu prilagodbe na nastavu na daljinu, percepciju kvalitete nastave na daljinu, poteškoće u učenju i samoregulaciji, procjenu narušenosti pojedinih aspekata svakodnevnog života, osobine ličnosti te mjere subjektivne dobrobiti koje su se odnosile na zadovoljstvo životom te na pozitivan i negativan afekt.

**Tablica 1.***Struktura uzorka (N=508)*

	<i>N</i>	<i>%</i>
<i>Spol</i>		
Ž	417	82,1
M	88	17,3
Ne želim odgovoriti	3	0,6
<i>Godina studija</i>		
1.	70	13,8
2.	109	21,5
3.	122	24,0
4.	81	15,9
5.	125	24,6
6.	1	0,2
	508	100

### 2.3. Mjerni instrumenti

Na početku upitnika sudionici su popunili podatke o dobi, spolu, fakultetu te godini studija. Opća procjena prilagodbe na nastavu na daljinu ispitana je jednom tvrdnjom na skali od 1 (vrlo loša) do 5 (izvrsna). Također, ispitan je općeniti doživljaj kvalitete nastave na daljinu u usporedbi s nastavom uživo, a studenti su svoje procjene davali na skali od 1 (*online* nastava je izrazito lošije kvalitete u odnosu na nastavu uživo) do 5 (*online* nastava je izrazito kvalitetnija u odnosu na nastavu uživo).

Nadalje, upitnik je uključivao i skalu s tvrdnjama koje su se odnosile na poteškoće u učenju i samoregulaciji tijekom nastave na daljinu (primjerice „*U uvjetima online nastave teže mi je primorati se na izvršavanje obaveza vezanih uz fakultet.*“), kao i na doživljaj smanjenosti socijalnih interakcije tijekom nastave na daljinu (primjerice „*Mislím da je u uvjetima online nastave smanjena mogućnost interakcije s nastavnicima.*“). Sudionici su trebali označiti koliko se slažu s navedenim tvrdnjama, a procjene su davali na skali od 1 (uopće se ne slažem) do 5 (u potpunosti se slažem).

Sudionici su također procijenili u kojoj mjeri su promjene uzrokovane pandemijom narušile kvalitetu pojedinih aspekata njihovog života poput izvršavanja obaveza vezanih uz

fakultet, obiteljskih odnosa, prijateljskih odnosa, slobodnog vremena i općeg zdravstvenog stanja. Procjene su davali na skali od 1 (uopće je nisu narušile) do 5 (izrazito su je narušile).

Budući da su pojedini studenti u proteklih godinu dana osjetili i potres što također može utjecati na subjektivnu dobrobit, upitnik je uključivao i pitanje koje se odnosilo na to koliko im je taj događaj bio stresan, a procjene su davali na skali od 1 (uopće mi nije bio stresan) do 5 (bio mi je izrazito stresan).

Zadovoljstvo životom ispitivalo se Skalom zadovoljstva životom (*Satisfaction with Life Scale* – SWLS, Diener i sur., 1985), a ona uključuje pet čestica koje se odnose na prosudbu zadovoljstva vlastitim životom. Sudionici su svoje procjene davali na skali od 1 (uopće se ne slažem) do 7 (u potpunosti se slažem), a ukupan rezultat se formirao zbrojem odgovora na svih pet tvrdnji. Minimalan teoretski rezultat iznosi 5, a maksimalan 35.

Pozitivni i negativni afekt ispitao se Skalom pozitivnog i negativnog afekta (*Negative and Positive Affect Scale* - NAPAS, Mroczek i Kolarz, 2016) koja se sastoji od ukupno 12 tvrdnji (šest za subskalu pozitivnog afekta i šest za subskalu negativnog afekta). Sudionici su trebali procijeniti koliko su u proteklih mjesec dana osjećali određena ugodna i neugodna emocionalna stanja, a procjene su davali na skali od 1 (uopće ne) do 5 (cijelo vrijeme). Ukupni rezultat na svakoj od subskala izražava se kao prosjek pripadajućih tvrdnji.

Za procjenu osobina ličnosti sudionika korišten je upitnik osobina ličnosti BFI (*Big Five Inventory* - BFI, John i sur. 2008) kojim se ispituju ekstraverzija, ugodnost, savjesnost, otvorenost i neuroticizam. Upitnik se sastoji od 44 tvrdnje, a sudionici za svaku tvrdnju procjenjuju koliko se odnosi na njih na skali od 1 (uopće se ne slažem) do 5 (u potpunosti se slažem).

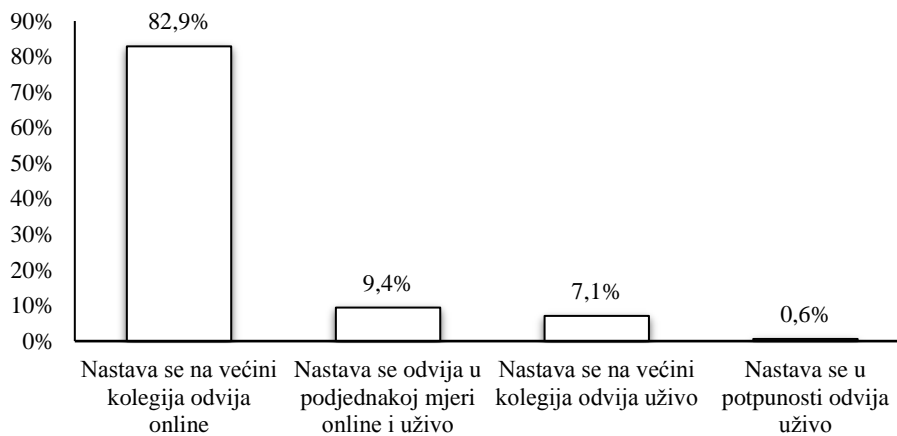
Podaci prikupljeni u istraživanju, obrađeni su pomoću SPSS statističkog programa, a rezultati su prikazani u tablicama i histogramima.

### 3. REZULTATI I RASPRAVA

Na početku upitnika, kako bi se provjerila zastupljenost pojedinih oblika nastave, studenti su trebali odgovoriti u kojoj mjeri se nastava na njihovom fakultetu provodi u *online* obliku. Svoje procjene davali su na skali od 1 (nastava se u potpunosti odvija *online*) do 5 (nastava se u potpunosti odvija uživo), a dobiveni rezultati prikazani su na slici 1.

#### Slika 1.

Zastupljenost pojedinih oblika nastave



Rezultati prikazani na slici 1. ukazuju da se kod 82% ( $N=421$ ) studenata većina kolegija odvija *online*, kod 9,4% ( $N=48$ ) studenata se u podjednakoj mjeri odvija *online* i uživo, kod 7,1% ( $N=36$ ) studenata se većina kolegija odvija uživo, a kod samo 0,6% ( $N=3$ ) studenata nastava se u potpunosti odvija uživo (njihovi rezultati nisu uzeti u analize koje se odnose na nastavu na daljinu). Iako pandemija još uvijek traje, treba uzeti u obzir da je istraživanje provedeno godinu dana nakon izbijanja pandemije. Na nekim fakultetima vježbe je nemoguće održavati u *online* obliku, stoga nije neobično da se u određenoj mjeri nastava na nekim fakultetima odvija uživo.

#### Prilagodba na studij i doživljaj nastave na daljinu

Rezultati prikazani u tablici 2. prikazuju procjenu prilagodbe na studij općenito te na nastavu na daljinu, kao i doživljaj određenih aspekata te nastave.

**Tablica 2.***Procjena prilagodbe na studij, nastavu na daljinu i doživljaj nastave na daljinu*

	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>min</i>	<i>max</i>
Dosadašnja prilagodba na studij općenito	4,18	0,741	1	5
Prilagodba na nastavu na daljinu	3,70	1,024	1	5
Percepcija kvalitete nastave na daljinu na studiju	2,03	0,797	1	5
Preferencija nastave uživo	3,89	1,215	1	5
Poteškoće s učenjem (za vrijeme nastave na daljinu)	3,40	1,057	1	5
Doživljaj smanjene mogućnosti interakcije s nastavnicima za vrijeme nastave na daljinu	3,79	1,211	1	5
Doživljaj smanjene mogućnosti interakcije s ostalim studentima za vrijeme nastave na daljinu	4,16	1,076	1	5
Doprinos nastave na daljinu osjećaju društvene izoliranosti.	4,03	1,013	1	5

Iz rezultata prikazanih u tablici 2. možemo primijetiti da postoji razlika u prosječnoj procjeni dosadašnje općenite prilagodbe na studij i prilagodbe na nastavu na daljinu, a t-testom je utvrđeno i da je ta razlika statistički značajna ( $t=10,65$ ,  $df=507$ ;  $p<.001$ ). Neovisno o godini studija, studenti se u većoj mjeri slažu da je njihova prilagodba na studij općenito bolja ( $M=4,18$ ) u odnosu na prilagodbu na *online* nastavu ( $M=3,70$ ). Treba uzeti u obzir da je od ukupnog broja sudionika u ovom istraživanju, 70 studenata prve godine studija koji su većinom od početka studija nastavu pratili na daljinu. Stoga je njihova prilagodba na studij općenito zapravo prilagodba na nastavu na daljinu, budući da je to oblik nastave koji su jedino ili većinom iskusili. Također, studenti procjenjuju da je kvaliteta nastave na daljinu na studiju uglavnom lošija u odnosu na nastavu uživo (prosječna procjena kvalitete online nastave iznosi  $M=2,03$ ). Budući da je kvaliteta nastave izrazito važna u poticanju zadovoljstva studenata (Amir i sur., 2020), dobiveni rezultati ukazuju da zadovoljstvo studenata ovim oblikom studiranja nije baš visoko. Sukladno prethodnim rezultatima, studenti procjenjuju da uglavnom preferiraju nastavu uživo ( $M=3,89$ ), što je u skladu s rezultatima zabilježenima u nekim prethodnim istraživanjima poput onog kojeg su proveli Amir i sur. (2020), koji navode kako veći postotak studenata manje uživa prateći nastavu na daljinu. Dobiveni rezultati su očekivani, budući da je nastava na daljinu novi oblik nastave te nastavnici i studenti nisu u potpunosti razvili strategije kako nastavu provesti na što kvalitetniji, a manje naporniji način. Moguće je da *online* nastava ipak ne može nadomjestiti interakcije koje omogućuje nastava uživo. Također, ako se uzme u obzir da studenti kvalitetu nastave na daljinu procjenjuju lošijom,



moгуće je da su i nastavnici nailazili na neke poteškoće u prilagodbi na tu vrstu nastave i da postoji prostor za unaprjeđenje njihovih digitalnih kompetencija. Naime, i nastavnici su se susreli s novim oblikom rada koji zahtjeva nova znanja i vještine. Osim što ne posjeduju svi nastavnici jednaku informatičku pismenost, treba imati na umu da su i pred njih postavljeni brojni izazovi i veća količina posla što može dovesti do manje kvalitete nastave u odnosu na uobičajenu nastavu uživo.

U ovom istraživanju ispitivale su se i poteškoće s učenjem za vrijeme nastave na daljinu, a dobivena prosječna vrijednost ukazuje na srednju razinu poteškoća ( $M=3,40$ ) na koje studenti nailaze u procesu učenja i samoregulacije za vrijeme nastave na daljinu. Nadalje, studenti doživljavaju *online* nastavu kao nastavu smanjenih mogućnosti socijalne interakcije (u prosjeku se uglavnom slažu sa svim povezanim tvrdnjama kao što je prikazano u tablici 2). Dakle, studenti doživljavaju smanjenu razinu interakcije i s nastavnicima i s ostalim studentima, ali i percipiraju da nastava na daljinu doprinosi osjećaju društvene izoliranosti. Takvi rezultati nisu iznenađujući, budući da je interakciju „licem u lice“ teško zamijeniti. Ovi rezultati mogu se povezati s onima koje su dobili Amir i sur. (2020), a koji navode kako je ograničena socijalna interakcija povezana s osjećajem manjeg zadovoljstva te otežanom komunikacijom s nastavnicima i studentima. Treba uzeti u obzir da uzrok smanjenja interakcije s ostalim studentima i osjećaj društvene izoliranosti nije samo prelazak na nastavu na daljinu već je glavni uzrok pojava pandemije koja je dovela do prisilne izolacije i nemogućnosti kontaktnog druženja. Budući da istraživanje nije provedeno prije izbijanja pandemije, ne možemo u potpunosti znati u kojoj mjeri osjećaju društvene izoliranosti doprinosi nastava na daljinu, a u kojoj nemogućnost ostalih socijalnih interakcija. Kad je riječ o zadovoljstvu s nastavom na daljinu, nalazi istraživanja su raznoliki. Neka istraživanja pronašla su veće zadovoljstvo studenata nastavom na daljinu (Baczek i sur., 2021; Bašić i Krstinić, 2020; Kuffman, 2015), dok je u istraživanju Amira i sur.(2020) izraženije nezadovoljstvo. Da bi se odredila kvaliteta nastave na daljinu te utvrdilo u kojoj mjeri takav oblik nastave dovodi do osjećaja društvene izoliranosti, potrebno je provesti dodatna istraživanja.

### *Procjena narušenosti kvalitete nekih aspekata života tijekom pandemije*

Rezultati prikazani u tablici 3. prikazuju procjenu narušenosti kvalitete funkcioniranja u pojedinim aspektima života uzrokovane pojavom pandemije koronavirusa. Sudionici su svoje procjene davali na skali od 1 (uopće je nisu narušile) do 5 (izrazito su je narušile).

**Tablica 3.**

*Procjena narušenosti kvalitete pojedinih aspekata života uzrokovane pandemijom koronavirusa*

	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>min</i>	<i>max</i>
Izvršavanje obaveza vezanih uz fakultet	2,77	1,238	1	5
Obiteljski odnosi	1,80	0,959	1	5
Prijateljski odnosi	2,39	1,138	1	5
Provođenje slobodnog vremena	2,86	1,334	1	5
Opće zdravstveno stanje	2,39	1,201	1	5
Opća procjena narušenosti	2,44	0,819	1	5

Iz tablice 3. možemo zamijetiti kako kvaliteta funkcioniranja u pojedinim aspektima života za vrijeme trajanja pandemije nije u velikoj mjeri narušena. Najviše prosječne vrijednosti, a koje ukazuju na srednju razinu narušenosti, dobivene su za aspekt izvršavanja obaveza vezanih uz fakultet ( $M=2,77$ ) te za aspekt provođenja slobodnog vremena ( $M=2,86$ ). Moguće je da su poteškoće u izvršavanju studijskih obaveza povezane sa samodisciplinom i motivacijom, ali i s povećanjem akademskog opterećenja odnosno zadataka vezanih uz studij koje inače ne bi imali što, prema dosadašnjim istraživanjima (Hong i sur., 2021), nije rijetkost. Na temelju prijašnjih istraživanja u kojima je dobiveno da su u nekim slučajevima studenti imali problema sa samodisciplinom i motivacijom (Aristovnik i sur., 2020; Bašić i Krstinić, 2020), a u drugim slučajevima poput istraživanja Amstrong-Mensah i sur. (2020) koje je pokazalo da su studenti i dalje motivirani za učenje i ispunjavanje svojih obaveza i zadataka na vrijeme, dobiveni rezultati su se mogli očekivati. Kad je riječ o provođenju slobodnog vremena, sposobnost zadržavanja kod kuće bez potrebe za putovanjem i prilika za učenje vlastitim tempom (Baczek i sur., 2021) omogućuju studentima više slobodnog vremena kojeg u slučaju nastave uživo ne bi imali. S druge strane, prema već spomenutim istraživanjima, nije rijetkost da studenti smatraju kako se njihovo akademsko opterećenje za vrijeme nastave na daljinu povećalo.

Prema istraživanju koje su proveli Doolan i sur. (2021), studenti diljem Europe naveli su kako im se tijekom nastave na daljinu svidjelo što mogu provoditi više vremena s obitelji i općenito biti okruženi s obitelji. Prema tome, moglo se pretpostaviti kako će procjena opće narušenosti obiteljskih odnosa biti poprilično niska, a što su dobiveni rezultati i pokazali (prosječna vrijednost procjene narušenosti obiteljskih odnosa iznosi  $M=1,80$ ), što znači da promjene uzrokovane pandemijom uglavnom nisu narušile obiteljske odnose. Možda je nekome vrijeme provedeno kod kuće sa svojom obitelji poboljšalo postojeće odnose te je moguće da su dobili priliku to vrijeme iskoristiti za razgovor, aktivno druženje s ukućanima, igranje društvenih igara, zajedničke šetnje i sl. Također, dobri obiteljski odnosi su u ovim situacijama jako važni jer su članovi obitelji jedni drugima podrška i pomažu si prilikom prilagodbe i smanjenja neugodnih emocija. Iako nije neobično da su u nekim slučajevima obiteljski odnosi nešto ugroženiji, budući da je dio studenata navikao na samostalan život daleko od doma. Naime, u razdoblju izolacije neki od njih su primorani živjeti s obitelji čime je možda narušen njihov uobičajeni dnevni ritam i mir, što može dovesti do sukoba s ukućanima i narušenosti odnosa, no za većinu sudionika ovog istraživanja čini se da to nije slučaj. Studenti također procjenjuju da njihovi prijateljski odnosi uglavnom nisu narušeni ( $M=2,39$ ) te je moguće da, iako razdvojeni, studenti putem društvenih mreža ili razgovorom, ostaju u svakodnevnoj komunikaciji s prijateljima čime njihovi odnosi ostaju postojani i čvrsti, ali je moguće i da se s prijateljima redovito viđaju. Kada je riječ o općem zdravstvenom stanju, studenti procjenjuju kako promjene uzrokovane pandemijom uglavnom nisu narušile njihovo zdravstveno stanje ( $M=2,39$ ). U konačnici, može se zaključiti da promjene uzrokovane pandemijom uglavnom nisu narušile kvalitetu pojedinih aspekata života studenata koji su sudjelovali u ovom istraživanju, no dobivene rezultate bi trebalo provjeriti na većem broju studenata, kao i na drugim uzorcima koji ne uključuju samo studentsku populaciju.

#### *Povezanost doživljaja nastave na daljinu, osobina ličnosti i subjektivne dobrobiti studenata*

U radu je također provjereno jesu li neki aspekti doživljaja nastave na daljinu, u kombinaciji s osobinama ličnosti, prediktori subjektivne dobrobiti studenata. Prosječne vrijednosti ispitanih osobina ličnosti, zadovoljstva životom te pozitivnog i negativnog afekta prikazane su u tablici 4, a rezultati regresijskih analiza prikazani su u tablici 5 (za svaki indikator subjektivne dobrobiti izračunata je zasebna regresijska analiza).

**Tablica 4.***Prosječne vrijednosti ispitanih osobina ličnosti i indikatora subjektivne dobrobiti*

	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>min</i>	<i>max</i>
<i>Osobine ličnosti</i>				
Ekstraverzija	3,40	0,704	1,38	5
Ugodnost	3,66	0,543	2	5
Savjesnost	3,50	0,648	1,56	5
Otvorenost	3,51	0,644	1,40	5
Neuroticizam	2,69	0,767	1	4,75
<i>Subjektivna dobrobit</i>				
Zadovoljstvo životom	23,74	6,379	5	35
Pozitivan afekt	3,45	0,651	1,50	5
Negativan afekt	2,36	0,777	5	5

**Tablica 5.***Rezultati regresijskih analiza s nekim aspektima doživljaja nastave na daljinu, općim doživljajem narušenosti funkcioniranja u životu i osobinama ličnosti kao prediktorima te indikatorima subjektivne dobrobiti kao kriterijima*

<i>Prediktori</i>	Zadovoljstvo životom		Pozitivan afekt		Negativan afekt	
	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>	$\beta$	<i>t</i>
1. Prilagodba na nastavu na daljinu	.09	1,67	.10	2,36*	.01	0,10
2. Poteškoće s učenjem (za vrijeme nastave na daljinu)	.09	1,56	-.10	-1,98*	.09	2,04*
3. Percepcija kvalitete nastave na daljinu na studiju	.15	3,13**	.04	0,93	.05	1,29
4. Opća procjena narušenosti funkcioniranja u životu	-.14	-3,05**	-.24	-6,13**	.33	9,00**
5. Ekstraverzija	.19	4,09**	.21	5,23**	-.08	-2,04*
6. Ugodnost	.06	1,43	.07	1,95	.07	2,02**
7. Savjesnost	.21	4,69**	.06	1,41	-.11	-3,13**
8. Otvorenost	.02	0,35	-.60	1,56	.10	3,01**
9. Neuroticizam	-.19	-3,97**	-.40	-9,71*	.50	13,19**
	$R^2 = .29^{**}$ ( $F = 22,19^{**}$ )		$R^2 = .45^{**}$ ( $F = 44,68^{**}$ )		$R^2 = .54^{**}$ ( $F = 64,05^{**}$ )	

\*\* -  $p < .01$ ; \* -  $p < .05$ 

Na temelju prosječnih vrijednosti u tablici 4. može se zaključiti kako je među studentima koji su sudjelovali u ovom istraživanju od osobina ličnosti najmanje izražen neuroticizam, a

najviše ugodnost. Također, prema dobivenim prosječnim vrijednostima može se zaključiti kako su studenti donekle zadovoljni životom te općenito češće doživljavaju pozitivan, nego negativan afekt. Korelacije zadovoljstva životom s pozitivnim afektom ( $r=.51^{**}$ ) te negativnom afektom ( $r=-.44^{**}$ ) su u skladu s prethodnim istraživanjima (Manee Farzaneh i sur., 2016), dakle oni studenti koji su zadovoljniji životom ujedno doživljavaju više pozitivnog, a manje negativnog afekta.

Iz tablice 5. možemo uočiti kako dobiveni rezultati pokazuju da su pozitivni prediktori zadovoljstva životom percepcija kvalitete nastave na daljinu, ekstraverzija i savjesnost, a negativni prediktori su opća procjena narušenosti kvalitete funkcioniranja u svakodnevnom životu i neuroticizam. Nadalje, pozitivni prediktori pozitivnog afekta su prilagodba na nastavu na daljinu i ekstraverzija, a negativni prediktori su poteškoće s učenjem za vrijeme nastave na daljinu, opća procjena narušenosti kvalitete funkcioniranja u svakodnevnom životu i neuroticizam. U konačnici, pozitivni prediktori negativnog afekta su poteškoće s učenjem za vrijeme nastave na daljinu, opći doživljaj narušenosti funkcioniranja u životu, ugodnost, otvorenost i neuroticizam, a negativni prediktori su ekstraverzija i savjesnost.

Rezultati dobiveni u ovom istraživanju su pokazali da studenti koji procjenjuju da je *online* nastava na njihovom studiju kvalitetnija te koji imaju više procjene na ekstraverziji i savjesnosti izražavaju i veće zadovoljstvo životom. To je bilo očekivano, budući da i prijašnja istraživanja ukazuju da su ekstrovertirane i savjesne osobe uglavnom zadovoljne životom te postižu visoku razinu subjektivne dobrobiti (Malkoc, 2011). Povezanost ekstraverzije i subjektivne dobrobiti pokazala se i u brojnim dugim istraživanjima, u kojima se spominje kako su osobe koje su aktivnije, društvenije i koje karakteriziraju pozitivne emocije, zadovoljnije svojim životom i sklone su pozitivnom afektu (Lucas, 2018), ali i optimizmu (Krapić, 2005; Barać, 2011). Nadalje, opravdano je pretpostaviti i da će osobe koje imaju više rezultate na savjesnosti, usprkos raznim izazovima, svoje obaveze izvršavati u skladu sa svojim ciljevima, redovito, detaljno i odgovorno. Moguće je da će oni oblik nastave koji im je predstavljen u tom trenutku iskoristiti najbolje što mogu i truditi se svoje učenje organizirati na najkvalitetniji mogući način te da će se to pozitivno odraziti i na njihovo zadovoljstvo životom. S druge strane, studenti među kojima je izraženiji doživljaj opće narušenosti funkcioniranja u životu i koji imaju više rezultate na dimenziji neuroticizma, manje su zadovoljni životom. Neuroticizam je okarakteriziran negativnom emocionalnošću i sklonosti anksioznosti, ljutnji, strahu i sl. (Barać, 2011). Stoga nije neočekivano da se i u ovom istraživanju pokazalo kako su viša razina neuroticizma i narušenosti funkcioniranja u životu negativno povezane sa zadovoljstvom

životom. Naime, nalazi dobiveni ovim istraživanjem su u skladu s prethodnim istraživanjima u kojima se ističe kako neuroticizam negativno utječe na subjektivnu dobrobit, stoga osobe s izraženijim neuroticizmom uglavnom imaju nižu razinu subjektivne dobrobiti (Malkoc, 2011; Rettew i sur., 2021; Bratko i Sabol, 2006). Također, sklonost zabrinutosti i tjeskobi otežava uspješno suočavanje sa stresom koji donosi situacija u kojoj se nalazimo, kako među studentima, tako i u općoj populaciji. Istraživanje koje su proveli Batra i sur. (2021) pokazalo je da su studenti tijekom pandemije imali višu razinu stresa i anksioznosti od opće populacije te da su promjene uzrokovane pandemijom ostavile visok negativan utjecaj na psihosocijalno zdravlje studenata. Također, mnogi autori ističu kako je mentalno zdravlje studenata izrazito pogođeno izbijanjem pandemije te pretpostavljaju da bi velika količina stresa s kojom se svakodnevno suočavaju, mogla ostaviti posljedice te bi osoba u budućnosti mogla patiti od anksioznosti i depresije (Chaturvedi i sur., 2020; Cao i sur., 2020).

Ostale varijable poput otvorenosti, ugodnosti, prilagodbe na *online* nastavu i poteškoće s učenjem nisu značajni prediktori zadovoljstva životom. No važno je istaknuti da je u ovom istraživanju dobiveno i da je percepcija kvalitete nastave značajan pozitivan prediktor kognitivne dimenzije subjektivne dobrobiti, odnosno sa zadovoljstvom životom. Slične rezultate dobili su i Amir i sur. (2020). Ovi rezultati mogu ukazivati na to da bi i prilagodba nastavnika na nastavu na daljinu također mogla biti jedan od faktora koji doprinose subjektivnoj dobrobiti studenata, na što ukazuje i literatura (Fatani, 2020; Means i sur. 2020). Kvalitetno organizirana i provedena nastava može smanjiti osjećaj preopterećenosti i stres kod studenata, a samim time bitno utjecati na njihovo zadovoljstvo životom.

Kad je riječ o pozitivnom afektu, više pozitivnih emocija doživljavaju oni studenti koji se procjenjuju bolje prilagođenima na nastavu na daljinu, koji imaju manje poteškoća s učenjem u takvim uvjetima studiranja i čiji je doživljaj opće narušenosti funkcioniranja u životu niži te oni čije su procjene ekstraverzije i savjesnosti više, a neuroticizma niže. S druge strane, studenti koji za vrijeme nastave na daljinu imaju više poteškoća s učenjem i osjećaju da im je život općenito više narušen zbog pandemije, doživljavaju i više negativnog afekta. Pri tom su to ujedno i studenti koji imaju niže rezultate na ekstraverziji i savjesnosti, a više rezultate na neuroticizmu, ali i na ugodnosti i otvorenosti.

Moglo se pretpostaviti da će osobe koje imaju manje poteškoća u učenju i niži osjećaj narušenosti funkcioniranja u životu, a koje su ujedno i ekstrovertiranije i savjesnije biti više sklone pozitivnom, a manje negativnom afektu. Aristovnik i sur. (2020) navode kako se u brojnim istraživanjima pokazalo da gubitak uobičajene dnevne rutine i smanjena socijalizacija

pokreću brojne negativne emocije poput frustracije, dosade, tjeskobe i sl. Također, moguće je i da nedostatak informatičke pismenosti i osjećaj većeg opterećenja tijekom prilagođavanja novonastaloj situaciji može dovesti do raznih poteškoća u učenju i povećane razine negativnih emocija. Prema istraživanju Doolan i sur. (2021), studenti koji imaju poteškoća s plaćanjem troškova studiranja, s mentalnim zdravljem ili nemaju adekvatno mjesto za rad, zapravo imaju i otežane uvjete studiranja što može rezultirati i slabijom prilagodbom na zahtjeve studija, pa i nižom razinom opće dobrobiti. U skladu s time, nije iznenađujuće da su bolja prilagodba na nastavu na daljinu i manje poteškoća pri učenju povezani s pozitivnim afektom, a što je dobiveno i u ovom istraživanju.

Kada je riječ o neuroticizmu, ta osobina ličnosti uključuje karakteristike poput anksioznosti, pesimizma te širok raspon neugodnih misli i emocija. Stoga je povezanost neuroticizma s negativnim afektom prisutna u brojnim istraživanjima (Bratko i Sabol, 2006; Brdar i Bakarčić, 2006), a rezultati dobiveni u ovom istraživanju su u skladu s očekivanjima. Emocionalno nestabilni pojedinci skloni su negativnim osjećajima poput zabrinutosti i anksioznosti te su općenito skloniji pesimizmu. Pojedinci s pesimističnim načinom razmišljanja su skloniji i predviđanju negativnih ishoda u budućnosti, pa u skladu s time i organiziraju svoje ponašanje (Brdar i Bakarčić, 2006) što na kraju može rezultirati negativnim afektom i općenito nižom subjektivnom dobrobiti.

Nadalje, rezultati koji pokazuju da su studenti s višim rezultatima na dimenziji savjesnosti više skloni pozitivnom, a manje negativnom afektu su također u skladu s očekivanjima. Naime, takvi pojedinci su skloniji organiziranosti, imaju bolju samokontrolu i disciplinu te su općenito zadovoljniji životom i manje skloni negativnom afektu. Savjesnost se u prethodnim istraživanjima pokazala važnom za akademski uspjeh, ali i za upornost i suočavanje s različitim nepovoljnim situacijama (Oisho i sur., 2018). Dakle, savjesnost može doprinijeti boljoj prilagodbi na trenutnu izazovnu situaciju pandemije, što se nadalje može odraziti i na subjektivnu dobrobit studenata. Održavanje odgovarajuće razine pozitivnih i negativnih emocija pod stresom može općenito olakšati prilagodbu na različite izazove i doprinijeti uspješnom suočavanju (Wang i sur., 2020).

Zanimljivo, pozitivnim prediktorima negativnog afekta su se pokazale i ugodnost i otvorenost, što se može činiti neočekivanim. Nalazi koji govore o ovom odnosu su u literaturi ponešto nejasni (Lachmann i sur., 2018), ali ima i rezultata koji su djelomično slični ovima. Naime, González Gutiérrez i sur. (2005) su dobili da je otvorenost pozitivan prediktor i pozitivnog i negativnog afekta, a ugodnost nije bila njihov značajan prediktor. McCrae i Costa

(1991) navode da je moguće da su pojedinci skloni imaginaciji ujedno skloniji intenzivnijem doživljavanju svih emocija. Stoga je moguće da su tijekom pandemije studenti s višom razinom otvorenosti i ugodnosti podložniji i neugodnim emocijama zbog nedostatka uobičajenih socijalnih kontakata uživo kao načina održavanja kvalitetnih odnosa s drugima. Nadalje, Richardson i sur. (2012) navode da su studenti s izraženijom otvorenosti i ugodnosti skloniji redovitom pohađanju nastave, pa je moguće i da studentima s takvim karakteristikama nastava na daljinu teže pada, što nadalje može biti povezano i s višom razinom negativnog afekta. Također, budući da su studenti s višom razinom otvorenosti skloniji intelektualnoj znatiželji, moguće je i da takvim studentima više nedostaju interakcije i poticajne rasprave s nastavnicima i kolegama uživo, pa stoga doživljavaju i više negativnog afekta. No dobivene povezanosti svakako bi trebalo dalje provjeriti u budućim istraživanjima.

Budući da je dio studenata koji su sudjelovali u ovom istraživanju ( $N=380$ , 75%), osim pandemiji, u proteklih godinu dana bio izložen i još jednom stresnom događaju, a to su snažniji potresi (prosječna procjena stresnosti ovog događaja iznosila je  $M=3,70$ ;  $SD=1,196$ ), provjereno je i postoje li razlike u procjenama subjektivne dobrobiti između onih koji su doživjeli (barem jedan) potres i onih koji nisu. Dobiveni rezultati prikazani su u tablici 6.

**Tablica 6.**  
*Procjena indikatora subjektivne dobrobiti studenata s obzirom to jesu li studenti doživjeli potres ili nisu*

Subjektivna dobrobit	Iskustvo potresa				<i>t</i>
	DA ( $N=380$ )		NE ( $N=128$ )		
	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	
1. Zadovoljstvo životom	23,43	6,657	24,64	5,399	-1,84
2. Pozitivan afekt	3,41	0,656	3,55	0,632	-2,09*
3. Negativan afekt	2,41	0,795	2,20	0,698	2,75**

\*\* -  $p < .01$ ; \* -  $p < .05$

Rezultati prikazani u tablici 6 ukazuju na to da nema razlike u procjenama zadovoljstva životom s obzirom na to jesu li studenti doživjeli potres ili ne. S druge strane, kad je riječ o emocionalnoj komponenti subjektivne dobrobiti, odnosno pozitivnom i negativnom afektu, pokazalo se da razlika postoji i to u smjeru da više negativnog afekta doživljavaju studenti koji su doživjeli potres, a više pozitivnog afekta doživljavaju oni koji ga nisu doživjeli. Dobiveni



rezultati nisu iznenađujući s obzirom na to da potres može dovesti do osjećaja gubitka kontrole i bespomoćnosti, što se može odraziti i na učestaliji negativan afekt, odnosno strah, nesigurnost, anksioznost i ostale neugodne emocije. Dodatno su provjerene i razlike među studentima s obzirom na to jesu li imali iskustvo potresa ili nisu u prilagodbi na *online* nastavu i teškoćama s učenjem, no one se nisu pokazale značajnima, kao niti povezanost između tih varijabli i procjene mjere u kojoj su studenti potres doživjeli kao stresan.

U konačnici, ovo istraživanje ima određene prednosti i nedostatke. Kao neke od prednosti možemo navesti odabir same teme istraživanja, budući da je nastava na daljinu u ovakvim uvjetima, odnosno uvjetima pandemije relativno novo područje. Također, prednost je i anonimnost sudionika što može povećati motivaciju za sudjelovanjem i vjerojatno doprinijeti iskrenijem odgovaranju na pitanja u upitniku. Osim toga, studenti su populacija koja je vjerojatno dobro upoznata s načinom korištenja i popunjavanja anketa, a dodatna prednost je bila to što je za popunjavanje upitnika trebalo oko samo desetak minuta. Pitanja u upitniku su zatvorenog tipa, zbog čega ponuđeni odgovori dodatno pojašnjavaju smisao pitanja te je zadatak sudionika lakši, budući da je njegov zadatak odabrati odgovor koji se odnosi na njega između nekoliko alternativa (Milas, 2005).

Međutim, postoje i neki nedostaci ovog istraživanja. Uzorak nije reprezentativan te se rezultati ne mogu generalizirati na cijelu studentsku populaciju (pa tako ni šire). Također, u ovom istraživanju nisu ispitani i još neki faktori koji su mogli su utjecati na cjelokupno zadovoljstvo studenata nastavom na daljinu. Bilo bi poželjno ispitati studente prema kojim oblicima nastave na daljinu imaju pozitivniji stav, što bi bilo korisno za buduće provođenje nastave i njezinu bolju organizaciju i učinkovitost. Buduća istraživanja bi trebala uzeti u obzir i karakteristike nastavnika, odnosno i podatke o njihovoj prilagodbi jer i oni u određenoj mjeri mogu utjecati na zadovoljstvo studenata i njihove ishode na studiju.

#### 4. ZAKLJUČAK

Cilj ovog istraživanja bio je ispitati kako studenti percipiraju nastavu na daljinu za vrijeme pandemije i vlastitu prilagodbu na nju te doživljavaju li da je pandemija narušila kvalitetu nekih aspekata njihovog života. Ovim istraživanjem se također ispitalo mogu li neki aspekti prilagodbe na nastavu na daljinu i doživljaj narušenosti kvalitete života, u kombinaciji s osobinama ličnosti predvidjeti subjektivnu dobrobit studenata tijekom pandemije.

Rezultati su pokazali kako je prilagodba studenata na nastavu na daljinu na osrednjoj razini. I dalje veći broj studenata preferira nastavu uživo te smatra kako je kvaliteta nastave na daljinu puno lošija u odnosu na nastavu uživo. Također, rezultati ovog istraživanja su pokazali da se za vrijeme nastave na daljinu studenti susreću s određenim poteškoćama u procesu učenja i samoregulacije. Smatraju da je u takvim uvjetima smanjena mogućnost interakcije i s nastavnicima i s ostalim studentima. Vezano uz to, studenti se uglavnom slažu kako u njihovom slučaju nastava na daljinu doprinosi osjećaju društvene izoliranosti. Međutim, treba uzeti u obzir kako osjećaju društvene izoliranosti zasigurno nije pridonijela samo nastava na daljinu, već je tome pridonijela već i sama pojava pandemije koja je općenito smanjila mogućnosti socijalizacije. Također, studenti, u prosjeku, smatraju kako novonastala situacija nije u velikoj mjeri utjecala na izvršavanje njihovih obaveza vezanih uz fakultet. Studenti trebaju biti svjesni da i dalje studiraju i da zadacima i obavezama koje imaju za vrijeme nastave na daljinu trebaju pristupiti jednako odgovorno. Možda je na nekim fakultetima opseg tih zadataka nešto veći od onog koji bi bio na nastavi uživo, ali redovitim izvršavanjem istih, može se izbjeći akademsko preopterećenje. Studenti smatraju kako njihovi obiteljski i prijateljski odnosi uglavnom nisu narušeni, a isto je i s narušenosti slobodnog vremena, a i moje osobno iskustvo je u skladu s tim nalazima. Mogu reći da tijekom nastave na daljinu dobra organiziranost doprinosi i većoj količini slobodnog vremena. Jedino što bih spomenula jest da, budući da su studenti svjesni da na raspolaganju imaju više vremena i da ne trebaju gubiti vrijeme na putovanje, postoji mogućnost da je nekima studentima još uvijek izazov dobro se organizirati. U takvim slučajevima izvršavanje obaveza se može produljiti na cijeli dan, što može dovesti do osjećaja preopterećenosti, a u konačnici i narušiti subjektivnu dobrobit studenata.

Nadalje, dobiveni rezultati su pokazali da su pozitivni prediktori zadovoljstva životom percepcija kvalitete nastave na daljinu, ekstraverzija i savjesnost, dok su negativni prediktori opća procjena narušenosti kvalitete funkcioniranja u svakodnevnom životu. Kad je riječ o pozitivnom afektu, više pozitivnih emocija doživljavaju oni studenti koji smatraju da su se bolje prilagodili na nastavu na daljinu, koji imaju manje poteškoća s učenjem u novim uvjetima

studiranja i čiji je doživljaj narušenosti funkcioniranja u životu niži te oni čije su procjene ekstraverzije i savjesnosti više, a neuroticizma niže. Također, rezultati su pokazali da su negativnom afektu skloniji studenti koji imaju više poteškoća s učenjem u *online* okruženju, čiji je doživljaj opće narušenosti funkcioniranja viši te oni s manje izraženom ekstraverzijom i savjesnosti, a izraženijim neuroticizmom. Osim navedenog, Hrvatsku je pogodilo niz potresa koji se također mogu odraziti na subjektivnu dobrobit studenata, a u ovom istraživanju pokazalo se da više negativnog afekta doživljavaju studenti koji su doživjeli potres, a više pozitivnog afekta studenti koji ga nisu doživjeli.

Odvajanje od obitelji i prijatelja, strah od zaraze, strah od potresa, osjećaj preopterećenosti i poteškoće u prilagodbi novom obliku nastave, neki su od glavnih problema s kojima se u posljednjih godinu dana susrećemo. Dovedeni smo u situaciju u kojoj trebamo biti odgovorni i oprezni, a sve to neke pojedince može dovesti do osjećaja bespomoćnosti, panike i straha. Osjećati strah u ovim trenucima je sasvim normalno. Kako je rekao Mandela: *„Hrabar čovjek nije onaj koji ne osjeća strah, nego onaj koji ga uspijeva kontrolirati.“*

## LITERATURA

- Allen, M., Mabry, E., Mattrey, M., Bourhis, J., Titsworth, S. i Burrell, N. (2004). Evaluating the effectiveness of distance learning: A comparison using meta-analysis. *Journal of communication*, 54(3), 402-420. <https://doi.org/10.1111/j.1460-2466.2004.tb02636.x>
- Amir, L. R., Tanti, I., Maharani, D. A., Wimardhani, Y. S., Julia, V., Sulijaya, B. i Puspitawati, R. (2020). Student perspective of classroom and distance learning during COVID-19 pandemic in the undergraduate dental study program Universitas Indonesia. *BMC Medical Education*, 20(1), 1-8. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02312-0>
- Anglim, J., Horwood, S., Smillie, L. D., Marrero, R. J. i Wood, J. K. (2020). Predicting psychological and subjective well-being from personality: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 146(4), 279-323. <https://doi.org/10.1037/bul0000226>
- Aristovnik, A., Keržič, D., Ravšelj, D., Tomažević, N. i Umek, L. (2020). Impact of the COVID-19 pandemic on life of higher education students: A global perspective. *Sustainability*, 12: 8438. <https://doi.org/10.3390/su1208438>
- Armstrong-Mensah, E., Ramsey-White, K., Yankey, B. i Self-Brown, S. (2020). COVID-19 and Distance Learning: Effects on Georgia State University School of Public Health Students. *Frontiers in Public Health*, 8, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.576227>
- Bączek, M., Zagańczyk-Bączek, M., Szpringer, M., Jaroszyński, A. i Woźakowska-Kapłon, B. (2021). Students' perception of online learning during the COVID-19 pandemic: a survey study of Polish medical students. *Medicine*, 100(7), 1-6. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000024821>
- Bačić, L. i Krstinić, M. (2020). Zadovoljstvo studenata Tehničkog veleučilišta u Zagrebu provođenjem online nastave. *Obrazovanje za poduzetništvo-E4E: znanstveno stručni časopis o obrazovanju za poduzetništvo*, 10(2), 34-42. <https://doi.org/10.38190/ope.10.2.6>
- Barać, J. (2011). Povezanost nekih značajki ličnosti i akademskog uspjeha kod srednjoškolaca i studenata. *Odsjek za psihologiju Filozofskog fakulteta u Mostaru*.
- Basti, D. (2021). Prednosti i nedostaci učenja na daljinu. *Varaždinski učitelj: digitalni stručni časopis za odgoj i obrazovanje*, 4(5), 208-2013.

- Batra, K., Sharma, M., Batra, R., Singh, T. P. i Schvaneveldt, N. (2021). Assessing the psychological impact of COVID-19 among college students: an evidence of 15 countries. *Healthcare*, 9 (2): 222. <https://doi.org/10.3390/healthcare9020222>
- Bogdan, A. i sur. (2020). Koronavirus i mentalno zdravlje, Psihološki aspekti, savjeti i preporuke. *Hrvatska psihološka komora*.
- Brajša Žganec, A., Franc, R., Kaliterna Lipovčan, L., Dević, I., Tadić Vujčić, M. i Babarović, T. (2019). Sudjelovanje djece i mladih u istraživanju dobrobiti: kvalitativna analiza. *Radovi Zavoda za znanstveni rad Varaždin*, (30), 351-376. <https://doi.org/10.21857/mnlqgc0p6y>
- Bratko, D. i Sabol, J. (2006). Osobine ličnosti i osnovne psihološke potrebe kao prediktori zadovoljstva životom: rezultati on-line istraživanja. *Društvena istraživanja: časopis za opća društvena pitanja*, 15(4-5 (84-85)), 693-711.
- Brdar, I. i Bakarčić, S. (2006). Suočavanje s neuspjehom u školi: koliko su važni emocionalna kompetentnost, osobine ličnosti i ciljna orijentacija u učenju?. *Psihologijske teme*, 15(1), 129-150.
- Brkljačić, T. i Kaliterna Lipovčan, Lj. (2010). Zadovoljstvo životom i osjećaj sreće kod studenata. *Suvremena psihologija*, 13(2), 189-201.
- Cao, W., Fang, Z., Hou, G., Han, M., Xu, X., Dong, J. i Zheng, J. (2020). The psychological impact of the COVID-19 epidemic on college students in China. *Psychiatry Research*, 287: 112934. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112934>
- Chaturvedi, K., Vishwakarma, D. K. i Singh, N. (2021). COVID-19 and its impact on education, social life and mental health of students: A survey. *Children and youth services review*, 121, 1-6. <https://doi.org/10.1016/j.childyouth.2020.105866>
- Ćamilović, D. (2013). Visokoškolsko obrazovanje na daljinu. *Tranzicija*, 15(31), 29-39.
- Diener, E. D., Emmons, R. A., Larsen, R. J. i Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of personality assessment*, 49(1), 71-75. [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901\\_13](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4901_13)
- Diener, E., Oishi, S. i Lucas, R. E. (2003). Personality, culture, and subjective well-being: Emotional and Cognitive Evaluations of Life. *Annual Review of Psychology*, 54, 403-425. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.54.101601.145056>

- Doolan et al. (2021). Student life during the COVID-19 pandemic lockdown: Europe-wide insights. Brussels: European Students' Union. [https://www.esu-online.org/wp-content/uploads/2021/04/0010-ESU-SIderalCovid19\\_WEB.pdf](https://www.esu-online.org/wp-content/uploads/2021/04/0010-ESU-SIderalCovid19_WEB.pdf)
- Elmer, T., Mepham, K. i 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), 1-22. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0236337>
- Fatani, T. H. (2020). Student satisfaction with videoconferencing teaching quality during the COVID-19 pandemic. *BMC Medical Education*, 20: 396. <https://doi.org/10.1186/s12909-020-02310-2>
- Fulgosi, A. (1987). Psihologija ličnosti – teorija i istraživanja. Školska knjiga.
- González Gutiérrez, J. L., Jiménez, B. M., Hernández, E. G. i Puente, C. P. (2005). Personality and subjective well-being: Big-five correlates and demographic variables. *Personality and Individual Differences*, 38, 1561-1569. <https://doi.org/j.paid.2004.09.015>
- Hong, J. C., Lee, Y. F. i Ye, J. H. (2021). Procrastination predicts online self-regulated learning and online learning ineffectiveness during the coronavirus lockdown. *Personality and individual differences*, 174, 110673.
- Hrvatski zavod za javno zdravstvo [HZJZ]. (2021). Savjetovalište za promicanje mentalnog zdravlja. [https://mzo.gov.hr/UserDocsImages/dokumenti/Modeli%20i%20preporuke%20za%20provedbu%20nastave%20u%202020-2021%20\(29.8.2020\).pdf](https://mzo.gov.hr/UserDocsImages/dokumenti/Modeli%20i%20preporuke%20za%20provedbu%20nastave%20u%202020-2021%20(29.8.2020).pdf)
- John, O. P., Naumann, L. P. i Soto, C. J. (2008). Paradigm shift to the integrative Big-Five trait taxonomy: History, measurement, and conceptual issues. U O. P. John, R. W. Robins i L. A. Pervin, *Handbook of personality: Theory and research* (pp. 114–158). Guilford Press.
- Kamenov, L. (2020). *Stavovi studenata prema nastavi na daljinu* (Neobjavljeni diplomski rad). Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu.
- Katavić, I., Milojević, D. i Šimunković, M. (2018). Izazovi i perspektive online obrazovanja u Republici Hrvatskoj. *Obrazovanje za poduzetništvo-E4E: znanstveno stručni časopis o obrazovanju za poduzetništvo*, 8(1), 95-107.

- Kauffman, H. (2015). A review of predictive factors of student success in and satisfaction with online learning. *Research in Learning Technology*, 23: 26507.  
<https://doi.org/10.3402/rlt.v23.26507>
- Krapić, N. (2005). Dimenzije ličnosti petofaktorskog modela i radno ponašanje. *Psihološki teme*, 14(1), 39-55.
- Lachmann, B., Saryska, R., Kannen, C., Blaskiewicz, K., Trendafilov, B., Andone, J., Eibes, M., Markowitz, A., Li, M., Kendrick, K. M. i Montag, C. (2018). Contributing to overall life satisfaction: Personality traits versus life satisfaction variables revisited – Is replication impossible? *Behavioral Sciences*, 8: 1. <https://doi.org/10.3390/bs8010001>
- Larsen, R. J. i Buss, D. M. (2008). Psihologija ličnosti. Naklada Slap.
- Lovrić, R. i Bjeliš, N. (2021). Stavovi učenika o nastavi na daljinu. *Varaždinski učitelj: digitalni stručni časopis za odgoj i obrazovanje*, 4(5), 21-30.
- Lucas, R. E. (2018). Exploring the associations between personality and subjective well-being. *Handbook of well-being*. Salt Lake City, UT: DEF Publishers. Retrieved from <https://www.nobascholar.com/chapters/3>.
- Lucas, R. E. i Diener, E. (2015). Personality and subjective well-being: Current issues and controversies. U M. Mikulincer, P. R. Shaver, M. L. Cooper i R. J. Larsen, *APA handbook of personality and social psychology*, Vol. 4. (pp. 577-599). APA.
- Malkoç, A. (2011). Big five personality traits and coping styles predict subjective well-being: A study with a Turkish Sample. *Procedia-Social and Behavioral Sciences*, 12, 577-581.  
<https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.02.070>
- Manee Farzaneh, M., Ali, I. i Reza, F. (2016). Predicting Adjustment of Students to University Considering Positive and Negative Affects. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 6(5): 219-224. 10.5923/j.ijpbs.20160605.04
- McCrae, R. R. i Costa, P. T. (1991). Adding *Liebe und Arbeit*: the full Five-factor model and well-being. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17(2), 227-232.
- Means, B., Nessler, J. i Langer Research Associates (2020). *Suddenly online: a national survey of undergraduates during the COVID-19 pandemic*. Digital Promise.  
<https://digitalpromise.dspace.org/handle/20.500.12265/98>

- Milas, G. (2005). *Istraživačke metode u psihologiji i drugim društvenim znanostima*. Naklada Slap.
- Miljković, D. (2013). Zdravlje i subjektivna dobrobit. *Radovi Zavoda za znanstvenoistraživački i umjetnički rad u Bjelovaru*, (7), 223-237.
- Miljković, D. i Rijavec, M. (2009). Važnost pozitivnih emocija u odgoju i obrazovanju. *Napredak: Časopis za interdisciplinarna istraživanja u odgoju i obrazovanju*, 150(3-4), 488-506.
- Ministarstvo znanosti i obrazovanja (2020). Modeli i preporuke za rad u uvjetima povezanim s COVID-19.
- Mroczek, D. K. i Kolarz, C. M. (2016). The Negative and Positive Affect Scale (NAPAS). Measurement Instrument Database for the Social Science. Preuzeto sa: [www.midss.ie](http://www.midss.ie)
- Oshio, A., Taku, K., Hirano, M. i Saeed, G. (2018). Resilience and Big Five personality traits: A meta-analysis. *Personality and Individual Differences*, 127(1), 54-60. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2018.01.048>
- Rettew, D. C., McGinnis, E. W., Copeland, W., Nardone, H. Y., Bai, Y., Rettew, J., Devadenam, V. i Hudziak, J. J. (2021). Personality trait predictors of adjustment during the COVID pandemic among college students. *PLoS One*, 16(3): e0248895. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0248895>
- Richardson, M., Abraham, C. i Bond, R. (2012). Psychological correlates of university students' academic performance: a systematic review and meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 138(2), 353-387. <https://doi.org/10.1037/a002638>
- Rijavec, M. (2010). Kolumna: Pozitivne emocije—možemo li biti sretniji?. *Medix: specijalizirani medicinski dvomjesečnik*, 16(91).
- Sinković, G. i Kaluđerčić, A. (2006). E-učenje-izazov hrvatskom visokom školstvu. *Economic research-Ekonomska istraživanja*, 19(1), 105-113.
- Studentski zbor Sveučilišta u Rijeci. (2020). Rezultati ankete - Zadovoljstvo online nastavom; *Sveučilište u Rijeci*. [https://sz.uniri.hr/wp-content/uploads/2020/04/Rezultati-ankete-zadovoljstvo-online-nastavom\\_UniRi\\_2020.pdf](https://sz.uniri.hr/wp-content/uploads/2020/04/Rezultati-ankete-zadovoljstvo-online-nastavom_UniRi_2020.pdf)



- Sun, Y., Lin, S. Y. i Chung, K. K. H. (2020). University Students' Perceived Peer Support and Experienced Depressive Symptoms during the COVID-19 Pandemic: The Mediating Role of Emotional Well-Being. *International journal of environmental research and public health*, 17(24), 1-13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17249308>
- Šmit, M. (2021). Integracija digitalne tehnologije u obrazovnim sustavima. *CroDiM: International Journal of Marketing Science*, 4(1), 219-232.
- Wang, Y., Jing, X., Han, W., Jing, Y. i Xu, L. (2020). Positive and negative affect of university and college students during COVID-19 outbreak: a network-based survey. *International Journal of Public Health*, 65(8), 1437-1443. <https://doi.org/10.1007/s00038-020-01483-3>
- Wilcox, G. i Nordstokke, D. (2019). Predictors of university student satisfaction with life, academic self-efficacy, and achievement in the first year. *Canadian Journal of Higher Education/Revue canadienne d'enseignement supérieur*, 49(1), 104-124. <https://doi.org/10.7202/1060826ar>
- Žigart, M. (2020). Srčani e-učitelj uz Covid19. *Varaždinski učitelj: digitalni stručni časopis za odgoj i obrazovanje*, 3(4), 242-248.

### **Izjava o izvornosti diplomskog rada**

Izjavljujem da je moj diplomski rad izvorni rezultat mojeg rada te da se u izradi istoga nisam koristila drugim izvorima osim onih koji su u njemu navedeni.

---

(vlastoručni potpis studenata)