

**UNIVERZITA KARLOVA**

**FAKULTA SOCIÁLNÍCH VĚD**

Institut sociologických studií

Katedra sociologie

**Bakalářská práce**

**2023**

**Adéla Čeplová**

**UNIVERZITA KARLOVA**

**FAKULTA SOCIÁLNÍCH VĚD**

Institut sociologických studií

Katedra sociologie

**Vliv pandemie na rituály gymnazistů**

Bakalářská práce

Autor práce: Adéla Čeplová

Studijní program: Sociologie a sociální politika

Vedoucí práce: Mgr. Jitka Wirthová, Ph.D.

Rok obhajoby: 2023

## **Prohlášení**

1. Prohlašuji, že jsem předkládanou práci zpracovala samostatně a použila jen uvedené prameny a literaturu.
2. Prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného titulu.
3. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.

V Praze dne 1.5. 2023

.....

**Adéla Čeplová**

# Obsah

<b>1. Úvod</b> .....	<b>1</b>
<b>2. Cíle a otázky</b> .....	<b>2</b>
<b>3. Teoretické ukotvení</b> .....	<b>3</b>
3.1. Rituály a jejich význam pro socializaci .....	3
3.2. Dopady pandemie na život středoškoláků a jejich rituály .....	5
3.3. Izolace v důsledku pandemie a její dopady na interakční rituály .....	6
3.4. Vztahy mezi pojmy a jejich význam pro téma práce .....	7
<b>4. Data a metody</b> .....	<b>8</b>
4.1. Data a jejich sběr.....	8
4.2. Výzkumný nástroj.....	8
4.3. Příprava dat na analýzu.....	9
4.4. Metody analýzy dat.....	9
4.5. Limity.....	9
<b>5. Analýza</b> .....	<b>11</b>
5.1. Analýza kvantitativních dat .....	11
5.1.1. Socializace a ritualizace .....	11
5.1.2. Frekvence rituálů s vazbou na zdraví.....	15
5.1.2.1. Konzumace alkoholu .....	15
5.1.2.2. Tabákové výrobky .....	17
5.1.2.3. Nezdravé jídlo a kofein.....	17
5.1.3. Rituály (nejpopulárnější aktivity).....	19
5.1.3.1. Před lockdownem .....	19
5.1.3.2. Během lockdownu .....	19
5.1.3.3. Po lockdownu .....	21
5.2. Analýza kvalitativních dat .....	22
5.2.1. Subkategorie a specifické výroky.....	22
5.2.1.1. Vliv pandemie na studenty a jejich denní rituály.....	22
Socializace a izolace.....	22
Čas a denní režim .....	25
První sociální kruh (rodina).....	27
Duševní stabilita.....	29
Škola a přístup k ní.....	30
<b>Diskuse</b> .....	<b>31</b>
<b>Závěr</b> .....	<b>34</b>
<b>Conclusion</b> .....	<b>36</b>
<b>Zdroje</b> .....	<b>38</b>
<b>Přílohy</b> .....	<b>40</b>

## **Abstrakt**

Tato práce se zabývá změnami socializačních rituálů v době pandemie (2021). Práce je zaměřena primárně na studenty českých gymnázií a na to, jaké následky pandemie měla na podobu a formy socializačních rituálů. Cílem práce bylo zjistit jaké rituály středoškolští gymnazisté ve změněných podmínkách preferují a jaký na ně měla pandemie vliv. Tyto změny byly zkoumány z pohledu teorie interakčních rituálních řetězců (interaction ritual chains). Výzkum proběhl smíšenou metodologií, skrze dotazníkové šetření, které je rozděleno na kvantitativní a kvalitativní části, jež se vzájemně doplňují. Dotazníky byly rozeslány do 82 gymnázií. Získaná data se diskutují s teoretickou rešerší a již existujícími empirickými pracemi týkající se socializace studentů za Covidu. Výsledky práce ukazují, že socializační rituály studentů s distancí nezmizely, ale proměnily se a navazovaly na individuální aktivity, které studenti v nuceném (covidovém) soukromí vykonávali. Práce dále rozvíjí, jak by mohla být získaná data využita pro zasažené studenty. Práce je zakončena návrhem na další výzkumy, které by mohly přispět k prohloubení studia propojení individuálních a socializačních aktivit a procesů.

## **Abstract**

This work deals with changes in socialization rituals during the pandemic (2021). The work is focused primarily on students of Czech gymnasiums and on the consequences of the pandemic on the shape and forms of socialization rituals. The goal of the work was to find out what rituals high school students prefer in changed conditions and what effect the pandemic had on them. These changes were examined from the perspective of the theory of interaction ritual chains. The research was carried out using a mixed methodology, through a questionnaire survey, which is divided into quantitative and qualitative parts that complement each other. Questionnaires were sent to 82 gymnasiums. The obtained data are discussed with theoretical research and already existing empirical works regarding the socialization of students during Covid. The results of the work show that the socialization rituals of students with social distancing did not disappear, but changed and were connected to individual activities that students performed in forced (covid) privacy. The work further develops how the obtained data could be used for the affected students. The work ends with a proposal for further research that could contribute to deepening the study of the connection between individual and socialization activities and processes.

## **Klíčová slova**

Rituály, mládež, střední škola, dopady pandemie, izolace, rituální inkluze

## **Keywords**

Rituals, youth, high school, impact of pandemic, isolation, ritual inclusion

## **Vliv pandemie na rituály gymnazistů**

## **The influence of pandemic on rituals of gymnasium students**

**Rozsah práce:** 68 580 znaků včetně mezer

## **Poděkování**

Chtěla bych poděkovat paní Mgr. Jitce Wirthové, Ph.D. za vedení mé práce, neocenitelné konzultace, rady a podporu. Také bych chtěla poděkovat Danielu Sachrovi za trpělivost a podporu během psaní této práce. V neposlední řadě bych chtěla poděkovat všem respondentům, kteří se zúčastnili mého výzkumu.

## **Seznam grafů:**

Graf 1: Socializace během školního dne: nejčastější dvě odpovědi na otázku “Trávil/a jste čas během dne ve škole s přáteli (přestávky, obědové pauzy, před začátkem výuky)?”

Graf 2: Socializace s přáteli po škole, o víkendu, či ve volném čase: nejčastější dvě odpovědi na otázku “Kolikrát jste se s přáteli (po škole/o víkendu) během týdne scházeli - tzn. šli nakupovat s kamarády, povídání po škole v parku, společný odchod ze školy, ...?”

Graf 3: Scházení se face-to-face, online, obojí: nejčastější tři odpovědi na otázku “Scházel/a jste se s přáteli/spolužáky i během lockdownu (face-to-face/online)?”

Graf 4: Frekvence setkávání: nejčastější tři odpovědi na otázku “Jak často jste se s přáteli/spolužáky scházel/a během lockdownu (face-to-face i online)?”

Graf 5: Scházení se face-to-face a kombinace face-to-face a online: nejčastější dvě odpovědi na otázku “Scházíte se s kamarády/spolužáky po návratu do školy? (face-to-face/online)”

Graf 6: Frekvence setkávání: nejčastější tři odpovědi na otázku “Jak často jste se s přáteli/spolužáky scházíte po návratu do školy (face-to-face i online)?”

Graf 7: Konzumace alkoholu: nejčastějších pět odpovědí na otázku, zda respondent konzumoval alkohol:

Graf 8: Konzumace nezdravého jídla: nejčastější tři odpovědi na otázku, zda respondent konzumoval nezdravé jídlo

Graf 9: Proměnná “sportování”: nejčastější dvě odpovědi na otázku “Jak jste trávil/a svůj volný čas během karantény?”

Graf 10: Setkávání se u někoho doma/”privát”: nejčastějších pět odpovědí na otázku “Jak jste trávil/a svůj volný čas během karantény?”

## **Seznam příloh:**

Příloha 1: Seznam gymnázií

Příloha 2: Paired samples test

Příloha 3: Dotazník pro školy

Příloha 4: Dopis pro školy



## 1. Úvod

V této bakalářské práci se zaměřuji na problematiku vlivu pandemie na rituály středoškolských studentů, konkrétně gymnazistů. Důraz je kladen na oblasti socializace, ritualizace, pandemie a jejich dopadů na studenty. Rituálům a jejich vlivu na životy mladých není v českých publikacích věnována velká pozornost, explicitně se jim věnuje jen práce Oborovské (2016), kde je však akcentován rozměr etnizace a desegregace.

Pro gymnazijní studenty jsou rituály stěžejní právě v ohledu formování sebe sama a jejich pozice ve společnosti. V čase izolace se každodenní rituály (jako je např. chození společně na oběd, kouření před školou či prací, popíjení vína či piva, sportování, aktivity v kolektivu, setkávání se s přáteli, sporty) rapidně změnily, byly opuštěny nebo nahrazeny alternativami, což může být potenciál pro lepší, ale i horší socializační rozvoj.

Jako cíle jsem si stanovila popis rituálů gymnazistů a jejich proměnu v době lockdownu, zjištění, jaké jsou preferované rituály a také navržení toho, jak postupovat při vypořádávání se s problémy vzniklými pandemií, které měly negativní vliv na studenty z hlediska rituálů a tedy socializace. Z těchto cílů vycházejí mé hlavní výzkumné otázky, jak se rituály změnily a jaká pozitiva a negativa to vneslo do života gymnazistů.

Teoretická část se věnuje ukotvení ritualizace v rámci tématu socializace, sociální izolaci a jejímu dopadu na rituály, lockdownu a dopadům na studenty. Praktická část je uskutečněna skrze dotazník. Bylo osloveno více jak 90 gymnázií a do dotazníku se jich zapojilo 82. Dotazník se dělí na kvantitativní část, tedy na definici změn v rituálech, jaké rituály studenti dělají nejraději, a kvalitativní část, která se zaměřuje na změny způsobené pandemií z pohledu studentů.

Výzkum proběhl skrze dotazníkové šetření. Analýza se rozděluje mezi kvantitativní (uzavřené a polouzavřené otázky) a kvalitativní (otevřená otázka), výzkum je tedy smíšený. Hlavní metody využité pro kvantitativní data jsou kontingenční tabulky a t-test. Pro kvalitativní data byla použita tematická obsahová analýza.

## 2. Cíle a otázky

Cílem práce je:

- (1) popsat rituály gymnazistů před pandemií, během ní a po jejím konci. Jaké aktivity preferují nejvíce a jaké jsou pro ně stěžejní a jejich případné změny v době pandemie;
- (2) navrhnout postupy pro gymnázia, jak se s vzniklými problémy co nejlépe vypořádat.

Mé výzkumné otázky jsou:

- Jak se změnilo rituály středoškoláků během pandemie?
  - o Objevuje se u českých gymnazistů neudržitelnost rituálů a izolace? (Božić, 2021)
- Jaká pozitiva a negativa přinesly změny v rituálech gymnazistům?
  - o Měla pandemie vliv na biologický režim studentů? (Genta, F. D, et al., 2021)
  - o Měla pandemie dopad na mentální stav studentů? (Camacho-Zuñiga, et al., 2021)

### **3. Teoretické ukotvení**

V této kapitole se zaměřím na teoretické ukotvení, které je stěžejní pro mé téma. Primárně se zde věnuji rituálům a jejich socializační složce, rituálům v kontextu pandemie a izolace, jež vznikla pandemií. Navazuji tedy zejména na zahraniční práce věnující se době předpandemické (Birrell, 1981, Collins 2005) a na práce, které se věnují spojitosti rituálů a pandemie. Hlavním teoretickým podkladem byla monografie “Interaction ritual chains” od R. Collinse, která detailně analyzuje sociální rituály a jejich vlivy na jedince (Božić, 2021; Collins, 2005; Rigal, Joseph-Goteiner, 2021).

#### **3.1. Rituály a jejich význam pro socializaci**

Stěžejním pojmem v mé práci je rituál, který pro mě představuje jednu z předních forem socializace. Navazuji přitom zejména na přístup Collinse a Goffmana. Sociální rituály jsou hlavně pro adolescenty, jelikož jim dávají nejvíce zkušeností, formují jejich mysl a utvářejí jejich sociální postavení (Collins, 2005; Goffman, 1967). Collins vidí rituály jako socializaci mnoha forem a druhů, která skýtá velký potenciál i hrozby. Goffman pak zdůrazňuje jejich integrační a ziskovou vlastnost. Je zde vidět určité teoretické propojení, jelikož Collins primárně zkoumal socializaci skrze odkazy na Durkheima a Goffmana.

Rituály jsou forma socializace, skrze kterou jedinci utužují vzájemné vztahy, získávají zkušenosti a osobnostně se rozvíjí (Collins, 2005). McLaren popisuje rituály jako kulturní produkt, který se vztahuje i k moci a dominanci (McLaren, 1999). Rituály mohou mít mnoho podob, a ne vždy musí být provozovány v kolektivu (Birrell, 1981; Collins, 2005). Za rituál mohou být považovány aktivity, konverzace, činnosti, interakce a mnoho dalšího. Během let se význam i forma rituálu měnily, ve starších společnostech se rituál považoval za obřad, ceremonii nebo ceremoniál, kde byl význam spíše náboženský nebo integrační (Durkheim, 1912).

Collins pracuje s předpokladem, že jsme každý odlišný a sleduje, jak se individuální unikátnost mění skrze řetězce interakcí. Collins interpretoval Goffmana tak, že ve své monografii vidí rituály jako funkcionalistický aspekt společnosti a představuje je jako jev, který následuje pravidla a utvrzuje společnost v jejich morálních hodnotách. Ve výsledku je definuje jako „okamžité mikro interakce“. Dále pokračuje, že jedinec nevytváří rituály, ale rituály formují jedince skrze tyto okamžité mikro interakce, které následují určitá pravidla a požadavky pro jejich úspěch (Collins, 2005).

Collins uvádí několik aspektů, které ovlivňují úspěšnost rituálu, tj., zda pomáhají k socializaci a přináší účastníkovi rituálu zkušenosti (emocionální energii). Jedná se o tyto aspekty rituálů:

- (i) úspěšnost interakčního rituálu,
- (ii) zda je rituál emocionálně přínosný či zábavný, což zvyšuje intenzitu rituálu,
- (iii) kde se rituál vykonává,
- (iv) jak dlouho spolu účastníci tráví fyzicky čas,
- (v) kdo jsou další jedinci účastníci se rituálu,
- (vi) jaká je výše sociálního tlaku na jedince (Collins, 2005).

Ritualizace je pro jedince, skupiny, a společnost obecně, velice podstatná forma socializace, neboť rituály jsou efektivní formou, jak získat emocionální energii, o které mluví Collins (Durkheim, 1912; Goffman, 1967; Collins, 2005). Emocionální energie nám dodává zkušenosti. Ty zkušenosti můžeme využít k další socializaci. Rituály mají různé druhy. Mohou být negativní, nebo pozitivní, dle toho, jaký dopad mají na jedince a jakou emocionální energii z nich můžeme získat. Collins zmiňuje, že rituál může být úspěšným a nabít nás pozitivní energií. Naopak může být i neúspěšným a člověk je ze skupiny vyřazen a naše emocionální energie je v tomto případě snížena. Collins, 2005).

V čase pandemie bylo naplnění některých zmiňovaných aspektů (např. přímý kontakt) problematické a emocionální energie se proto obtížně dostávala do pozitivních hodnot, jak upozorňuje Collins. Mnoho aspektů, které interakční rituál přivádí k úspěchu, nemohlo být během pandemie naplňováno. Úspěšnost, uspokojivost a získaná emocionální energie se proto během pandemie nemohly nacházet v pozitivních hodnotách (Božić, 2021).

Jak již bylo zmíněno předtím, tak mezi českými výzkumy se spíše řeší rituály v kontextu s desegregací nebo etnickou příslušností, a proto jsem se řídila spíše výzkumy z jiných zemí (Oborovská, 2016). V Česku se tedy moc neapeluje na prevenci či zapojení do pozitivních rituálů (MŠMT, 2020). Proto se studenti mohou ocitnout v situacích, kde je ritualizace realizována skrze rizikovou aktivitu (alkohol, tabák, drogy, ...) (Žáčková, 2008; Mousavi et al., 2014). V podobných rituálech pak nachází mladí lidé i určitý typ zábavy, okouzlení, zaujetí, způsobu začlenění se do kruhu „hustě“ vypadajících lidí.

Nalézají se zde i rituály klasičtějšího rázu (sledování filmů a seriálů, chození ven, jezení jídla, sportování, ...), které svým procesem utužují vzájemné vztahy mezi studenty a ustalují rituální návyky pro socializaci (Birrell, 1981).

Nicméně gymnázia se v rámci svého výchovného působení mohou snažit pracovat s vlivem některých rituálů na proces vzdělávání. Jedinec je vystaven edukačnímu stresu, nutnosti chápat látku a přijímat znalosti. Sociální ritualizace, která je v tomto případě vždy ve skupině studentů tohoto věku problematická z mnoha důvodů (módní nebo technologické trendy, socio-ekonomické rozdíly, peer-pressure). Může to vést k tomu, že se student uchyluje k rituálům, které stimulují jiné zájmy než vzdělávací. Tyto rituály ale stabilizují jeho postavení ve skupině, například užívání návykových látek nezletilými<sup>1</sup> (Žáčková, 2008).

Pokud se zaměříme na pedagogy, školní personál a omezení negativních rituálů v rámci prostředí školy, tak jedinými omezeními je, že není možné konzumovat alkohol a užívat tabákové výrobky v budově školy. Školní zařízení a vzdělávací systém nemají často kapacity na efektivní zvládnání závažných dopadů vlivu prostředí a rituálů, které z něj vycházejí pro socializující se skupiny mladých studentů.

### **3.2. Dopady pandemie na život středoškoláků a jejich rituály**

Tato práce nenahlíží na pandemii jako takovou, ale na lockdown v kontextu rituálů. Lze předpokládat, že rituály studentů byli ovlivněny pandemií jako všechny ostatní složky společnosti (Williamson et al., 2020). Pandemie Covid-19, která byla spojena s omezeními, lockdowny a přechodem do distanční výuky se odrazila i v podobě rituálů gymnazistů. Tomu se ve svém textu věnuje např. Božić, který se zaměřil na udržitelnost interakčních rituálních řetězců během lockdownu, pandemie a izolace (Božić, 2021). Dochází ke zjištění, že ačkoliv izolace a lockdown pomohly zabránit v rozšiřování viru, tak narušily interakční rituální řetězce. Tyto rituály Božić nazývá „stavební bloky sociální reality“ a doplňuje, že jedinci si proto museli vytvořit „zvládací“ (coping) strategie, například převedení interakčních rituálních řetězců do online prostředí. Biesta pak upozorňuje na intenzivnější ritualizaci s prvním sociálním kruhem (rodinou), která dala možnost k učení se každodenních dovedností (uklizení, vaření, péče o domácnost) (Biesta, 2020).

Výzkumná pozornost je rovněž věnována proměnám biologického rytmu a dopadům na kvalitu života během pandemie u studentů. Genta a jeho spolupracovníci zkoumali dopady pandemie na spánkové návyky a kvalitu života související se zdravím u 94 středoškoláků. Zjistili, že denní režim se studentům posunul o 2 hodiny (u vstávání, u usínání o 1,5 hodiny), délka spánku se také prodloužila, ale kvalita se zlepšila pouze u studentů, kteří byli spánkově deprimovaní před

---

<sup>1</sup> a dle dostupné úrovně vědění nejsou alkohol a tabákové výrobky definovány jako pozitivní stimuly pro mládež, proto je jejich konzumace do 18 roku života legislativně zakázána

pandemií. Chronotyp se přesunul k nočnímu, studenti tedy preferovali pracovat/trávit svůj čas v pozdějších hodinách. Celkově pak podle této studie došlo k obecnému zhoršení fyzické a psychologické oblasti kvality života (Genta et al., 2021).

Podobné závěry přinesla i studie Albrechta a spol., která se zaměřila na distanční výuku a její spojitost se spánkem a zdravím studentů na střední škole. Podle jejich zjištění byla průměrná délka spánku středoškoláků prodloužena o 1,25 h. Studenti pocítili obecné zlepšení v kvalitě života související se zdravím (health-related quality of life – HRQoL). Byla zaznamenána i snížená konzumace kofeinu a alkoholu. Nicméně se opět projevilo, jako v předešlé studii, že studenti projevovali symptomy deprese (Albrecht JN, et al, 2022).

Camacho-Zuñiga a jeho kolegové se zaměřili na dopady pandemie COVID-19 na pocity studentů na středních, bakalářských a postgraduálních úrovních. Studie zaznamenala u studentů zhoršení mentálního zdraví z důvodu narušení akademické rutiny. Někteří bojovali s pocitem osamění a izolace od svých přátel a rodiny, jiní pocítovali úzkost, strach a nejistotu, když byli ve společnosti ostatních lidí (Camacho-Zuñiga et al.2021).

I když se studie nevěnují přímo rituálům, ukazují dopady pandemie na život studentů (sociální, fyzické, psychické), které s jejich rituály souvisí (jsou jimi ovlivněni i je ovlivňují), například rytmy trávení času s přáteli, akademická rutina apod. Výsledky studie jsou tedy relevantní podklad pro porovnání výsledků i se vzorkem českých gymnazistů.

### **3.3. Izolace v důsledku pandemie a její dopady na interakční rituály**

Izolace je dle Zdravotnického zařízení Ministerstva vnitra *“oddělení nemocných či prokázaně nakažených od zdravých lidí. Cílem je zabránit dalšímu šíření infekce”* (Navrátil, 2021). Božić popisuje izolaci jako oddělení od zbytku společnosti. Izolace může mít široké dopady, hlavně v důsledku izolace v kontextu pandemie, jako jsou například různé projevy introverze (Božić, 2021).

Collins rozděluje ve své knize typy introverze, kdy jeden se specificky vyznačuje nízkou interakčností. Proto má tento jedinec také nízkou emocionální energii (Collins, 2005). Což pak dále rozvíjí výzkum během pandemie, ve kterém se pracuje s udržitelností rituálů a emocionální energií z nich získanou (Božić, 2021). Pokud propojíme izolaci a teorii interakčních rituálů do kontextu pandemie, pak se zdá, že se pro studenty stává sociální oddělení nevyhnutelným.

Ačkoli to může znamenat osvobození od ritualizace s negativní emocionální energií, tak tím také ztrácí lidé možnost ritualizace s pozitivní emocionální energií (Luery & Boyns, 2015; Božić, 2021). Během Covidu došlo ke zhoršení emocionální satisfakce (pochvala, mluvení o

svých denních problémech a úspěších s vrstevníky, konformita ve skupině, ...), která původně vycházela primárně z emocionální energie, kterou bylo možné získat při ritualizaci. Tento nedostatek emocionální satisfakce vedl k obecné demotivaci cokoliv dělat a ke zhoršení duševní stability. (Collins, 2005; Luery & Boyns, 2015; Božić, 2021)

Soudobý výzkum se také zmiňuje o kognitivním přetížení, které je často spojováno s pandemickou distanční výukou, kdy je jedinec přehlcen informacemi a nutností udržet pozornost (Williamson et al., 2020). Takto kognitivně přehlcené dny jsou pro studenty i vyučující náročné a mají dopad na jedincovu snahu interagovat. V důsledku toho jedinec ztrácí zájem i vůli věnovat energii daným interakcím, a tedy i rituálům (Camacho-Zuñiga et. al, 2021; Noviyanti Noviyanti et. al, 2020).

### **3.4. Vztahy mezi pojmy a jejich význam pro téma práce**

Tři stěžejní pojmy v mé práci jsou socializace, ritualizace a duševní stabilita. Významy těchto pojmů v mé práci jsou velice blízko tomu, jak s nimi pracuje Collins ve své knize. Collins tyto pojmy tematizuje a pracuje s nimi ve svém výzkumu mládeže.

Socializaci a ritualizaci si můžeme představit jako množiny, kde socializace je pojmově nadřazená, ve které se nachází množina ritualizace.

Pojem ritualizace v tomto případě pro téma mé práce znamená to, že jedinci vykonávají nějaké aktivity, ať socializující (společně) či individuální, a to jim “něco” přináší, tak jak vysvětluje Collins. Toto “něco” je emocionální energie a zkušenosti, které se dají využít k dalším socializačním rituálům.

Pojem duševní stability je v tomto případě chápán jako podmínka pro ritualizaci a jako možný zdroj narušení socializace. Díky výzkumu víme, jak tato stabilita byla narušena Covidem, ale ve svém výzkumu naznačuji, že i přes to se jedinci dokázali ritualizovat individuálně a získat to, co Collins popisuje jako emocionální náboj, a to pak využít v následujících neindividuálních socializačních ritualizacích.

## **4. Data a metody**

### **4.1. Data a jejich sběr**

Pro tuto práci jsem zvolila smíšený přístup, kdy pracuji s daty kvantitativního i kvalitativního charakteru. Data pro tuto práci byla sebrána v rámci vlastního dotazníkového šetření, které proběhlo v listopadu a prosinci roku 2021.

Soubor je založen na nenáhodném stratifikovaném výběru, ve kterém cílovou populací byli studenti maturitních ročníků z pražských gymnázií.

Gymnázia byla vyhledána dle lokality skrze webový seznam škol a data zúžena čistě na pražská gymnázia (Gymnázia Praha, b.r.).

Pro sběr dat jsem tedy pracovala se seznamem 82 pražských gymnázií (příloha 1). Gymnázia byla oslovena emailem. Rozesílání emailů s dotazníky školám proběhlo ve dvou vlnách. V první vlně byl dotazník odeslán školám, které šly kontaktovat bez problémů (na mail odpověděli, vyskytla se návratnost). V druhé vlně jsem se dodatečně snažila kontaktovat školy, které v první vlně neodpověděli. V neposlední řadě se učinilo i připomínkové kolo, kdy výzkum byl školám připomenut skrze email po uplynutí deseti dnů. Nakonec se podařilo do výzkumu zapojit studenty z 82 pražských gymnázií.

Dle ČSÚ je v Praze přibližně 3 600 maturantů na gymnáziích (ČSÚ – střední vzdělávání – obory gymnázií, 2021). Do mého výzkumu se zapojilo celkem 210 respondentů, což představuje asi 5,8 % z celkového počtu pražských gymnazistů v maturitním ročníku. Výsledné číslo nasbíraných respondentů bylo 210, kdy 128 respondentů byly ženy, 70 muži a 12 respondentů nechtělo specifikovat své pohlaví.

### **4.2. Výzkumný nástroj**

Ke sběru dat bylo využito elektronické dotazníkové šetření skrze nástroj Google forms a nábor proběhl skrze kontaktování gymnázií emailovou formou s žádostí o předání dotazníku studentům k vyplnění.

Otázky v dotazníku jsou převážně formulovány jako uzavřené a odpovědi jsou založeny na škálovém výběru. Pro lepší porozumění perspektivě respondentů byla zařazena i jedna otevřená otázka na celkové vnímání, zážitky, pocity a změny v jejich každodenním životě během pandemie.

Dotazníkové šetření je samo o sobě rozděleno do několika sekcí:

#### 1. Demografické údaje



2. Období před pandemií

3. Během lockdownu

4. Aktuální situace.

Sekce 2-4 měly velmi podobnou strukturu otázek, které se zaměřovaly primárně na rituály, změny v rituálech, konzumaci či užívání specifických návykových látek, volný čas a vrstevnické kruhy (kompletní znění dotazníku je v příloze).

Proměnné byly volené za komparačním a popisným účelem. Jsou tedy v mnoha ohledech formulačně podobné, až na pár výjimek. Skládají se z klasické demograficko-popisné složky, rituálně orientovaných proměnných (populární aktivity pro mladé) a proměnných zaměřujících se na konzumaci nezdravého jídla a kofeinu. Také bylo zaznamenáno rizikové chování během rituálů, jako je například konzumace alkoholu nebo kouření. V neposlední řadě pak proměnná zaměřující se na kontext pandemické situace v podobě otevřené otázky.

### **4.3. Příprava dat na analýzu**

V rámci přípravy dat na analýzu byla využita filtrační otázka „jaký ročník gymnázia jste?“, na jejímž základě byly ze vzorku vyřazeni dva respondenti z jiného než maturitního ročníku. Po filtraci a očištění byla data připravena na konverzi (z csc na sav), kde po kontrole byla shledána připravena na analýzu.

### **4.4. Metody analýzy dat**

Pro analýzu a prezentaci kvantitativních dat jsem využila zejména základní frekvenční analýzy a kontingenční tabulky. Rozdíly mezi průměry jsem testovala pomocí T-testu. Celá analýza kvantitativních dat proběhla v programu SPSS.

Kvalitativních data sebraná pomocí otevřené otázky jsem využila pro triangulaci odpovědí na uzavřené otázky a dále pro zachycení bohatší škály situací a základních kontextů dopadů pandemie na život gymnazistů. Využila jsem obsahovou analýzu s induktivním přístupem při tvorbě kódů (Dvořáková, 2010). V nejjemnějším rozlišení jsem pracovala až s 50 kódy, které jsem sdružovala do 5 obecnějších kategorií a 3 témat.

### **4.5. Limity**

Největším limitem této práce je pandemická doba, která vede nejen k malému vzorku, ale zejména je spojena s nejasnou chybou výběru (response bias). Jelikož návštěva škol a sebrání dotazníku prezenčně nebylo možné, tak se nepodařilo získat podstatná etnografická data. I ve světle této skutečnosti považuji za relativní úspěch, že se podařilo sebrat data od více než 200

respondentů, bohužel lze ale předpokládat vychýlenost vzorku, kterou bohužel nemáme pod kontrolou.

Jako další limit sledávám formu dat, tedy že data byla primárně ordinálního a nominálního rázu, což vedlo k limitovanému výběru použitelných metod analýzy.

V rámci dat je nutné podotknout, že větší část vzorku tvoří ženy (viz kapitola 4.1), proto je možné spekulovat, že jejich návyky se ve výsledcích projeví spíše. Proto ve výsledcích z analýzy se ne nutně všechny rituály budou moci aplikovat stejnou váhou na obě pohlaví.

## 5. Analýza

### 5.1. Analýza kvantitativních dat

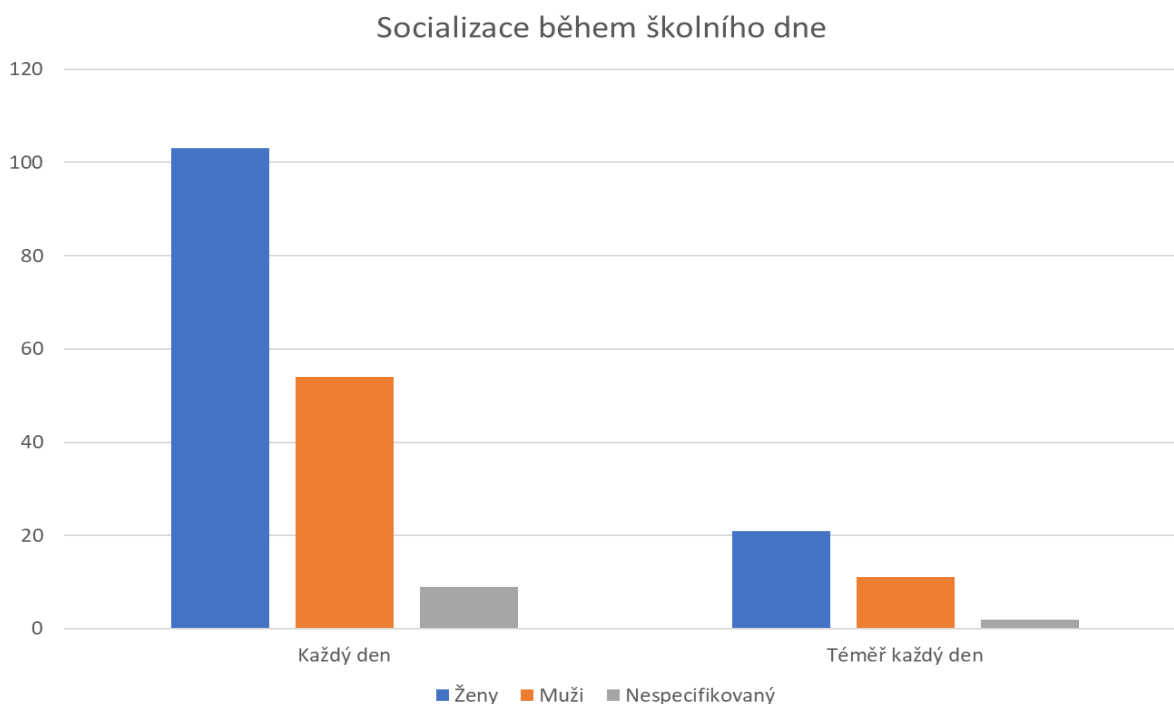
Jelikož data jsou nominálně-ordinálního charakteru, zvolila jsem analýzu skrze kontingenční tabulky a T-testy, kde se dají jednoduše poměřit rozdíly mezi jednotlivými obdobími (před, během a po lockdownu).

Jako nezávislou proměnnou jsem zvolila pohlaví, kde se eventuelně může jednoduše projevit rozdílnost v ritualizaci (muži a ženy preferují jiné rituály).

#### 5.1.1. Socializace a ritualizace

Jako první jsem se zaměřila na frekvenci rituálů spojených se školním prostředím a socializací v rámci sekundárního sociálního kruhu. Proměnná „socializace během školního dne“ ukazuje, jak moc se gymnazisti ritualizovali během školního dne (viz graf 1). Nejčastější odpověď byla „každý den“ (ženy 103, muži 54, nespécifikovaní 9). Druhá nejčastější odpověď byla „téměř každý den“ (ženy 21, muži 11, nespécifikovaní 1). Na základě dat se dá tedy říci, že socializace ve školním prostředí byla před lockdownem velmi frekventovaná.

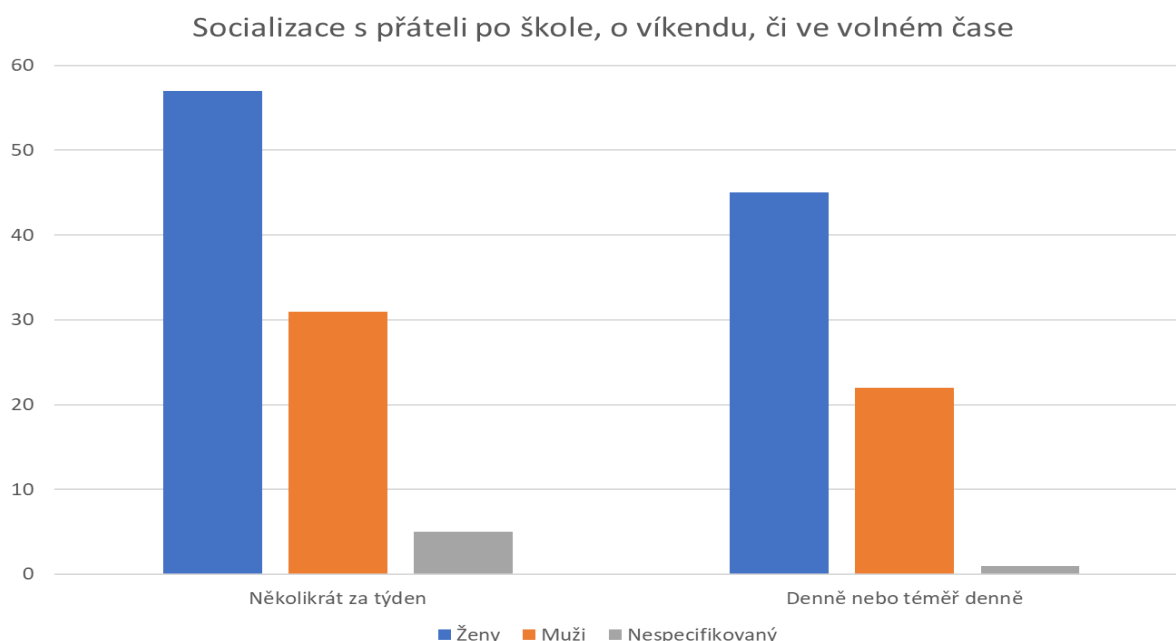
Graf 1: Socializace během školního dne: nejčastější dvě odpovědi na otázku „Trávil/a jste čas během dne ve škole s přáteli (přestávky, obědové pauzy, před začátkem výuky)?“:



V rámci socializace s přáteli po škole či o víkendu (ve svém volném čase) se ukázala větší diverzita v četnosti odpovědí (viz graf 2). Nejvíce volená odpověď byla „několikrát za týden“

(ženy 57, muži 31, nespecifikovaní 5). Dále nejfrekventovanější byla odpověď „denně nebo téměř denně“ (ženy 45, muži 22, nespecifikovaní 3). Opět se dá shledat socializace mimo školní prostředí jako frekventovaná. Je zde ale již zaznamatelná složka jedinců, co mimo školní prostředí sociální ritualizaci nutně neupřednostňovali.

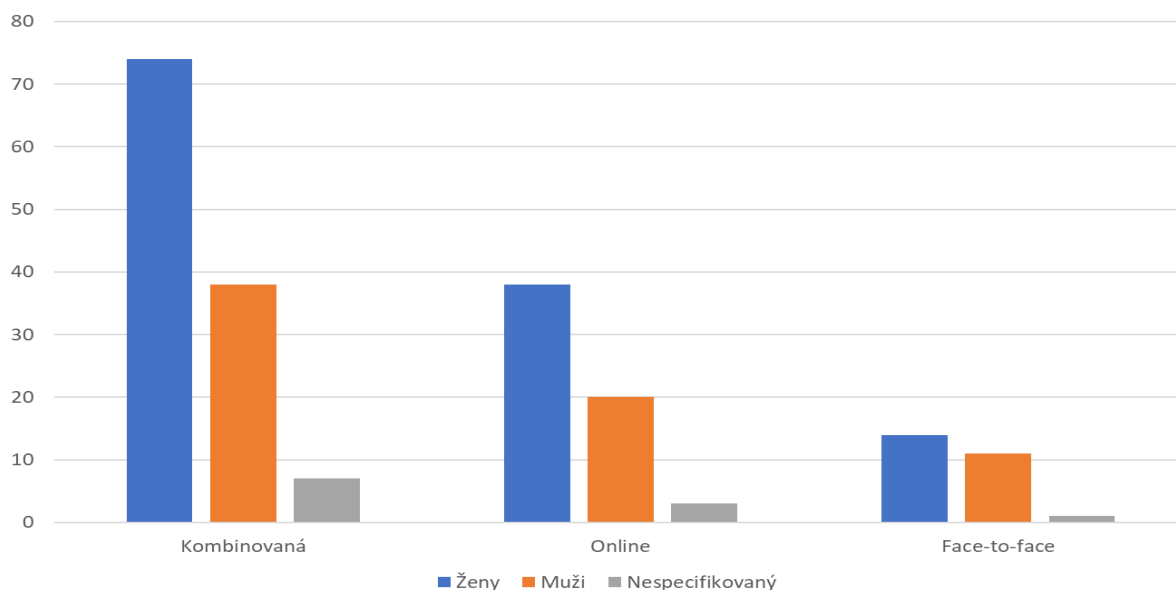
Graf 2: Socializace s přáteli po škole, o víkendu, či ve volném čase: nejčastější dvě odpovědi na otázku “Kolikrát jste se s přáteli (po škole/o víkendu) během týdne scházeli - tzn. šli nakupovat s kamarády, povídání po škole v parku, společný odchod ze školy, ...?”:



Ve fázi zaměřující se na čas během lockdownu jsem se zajímala nejen o frekvenci, ale i o formu, tedy zda socializace probíhala online či face-to-face (viz graf 3). Nejoblíbenější forma „scházení“ byla kombinovaná (face-to-face i online) (ženy 74, muži 38, nespecifikovaní 7). Druhá nejpreferovanější byla pouze online (ženy 38, muži 20, nespecifikovaní 3). Třetí se zařadila čistě face-to-face (ženy 14, muži 11, nespecifikovaní 1).

Graf 3: Scházení se face-to-face, online, obojí: nejčastější tři odpovědi na otázku “Scházel/a jste se s přáteli/spolužáky i během lockdownu (face-to-face/online)?”:

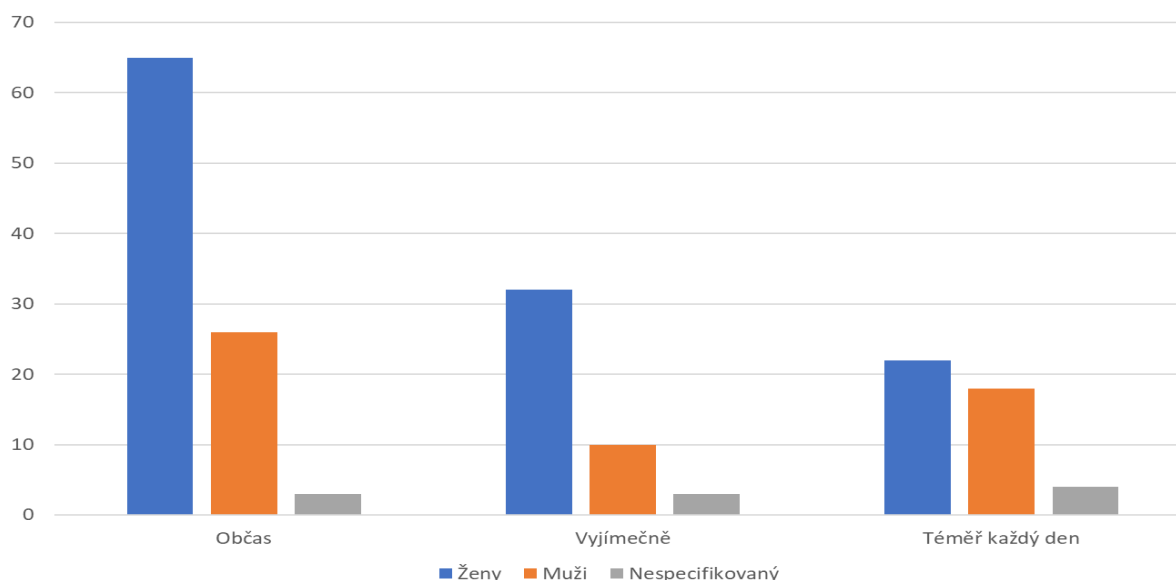
### Scházení se face-to-face, online, obojí



U frekvence setkávání se nedošlo k zásadním změnám (viz graf 4). Nejvíce volená odpověď byla „občas“ (ženy 65, muži 26, nespecifikovaní 3). Za tím hned „výjimečně“ (ženy 32, muži 10, nespecifikovaní 3). Pak „téměř každý den“ (ženy 22, muži 18, nespecifikovaní 4).

Graf 4: Frekvence setkávání: nejčastější tři odpovědi na otázku “Jak často jste se s přáteli/spolužáky scházel/a během lockdownu (face-to-face i online)?”:

### Frekvence setkávání

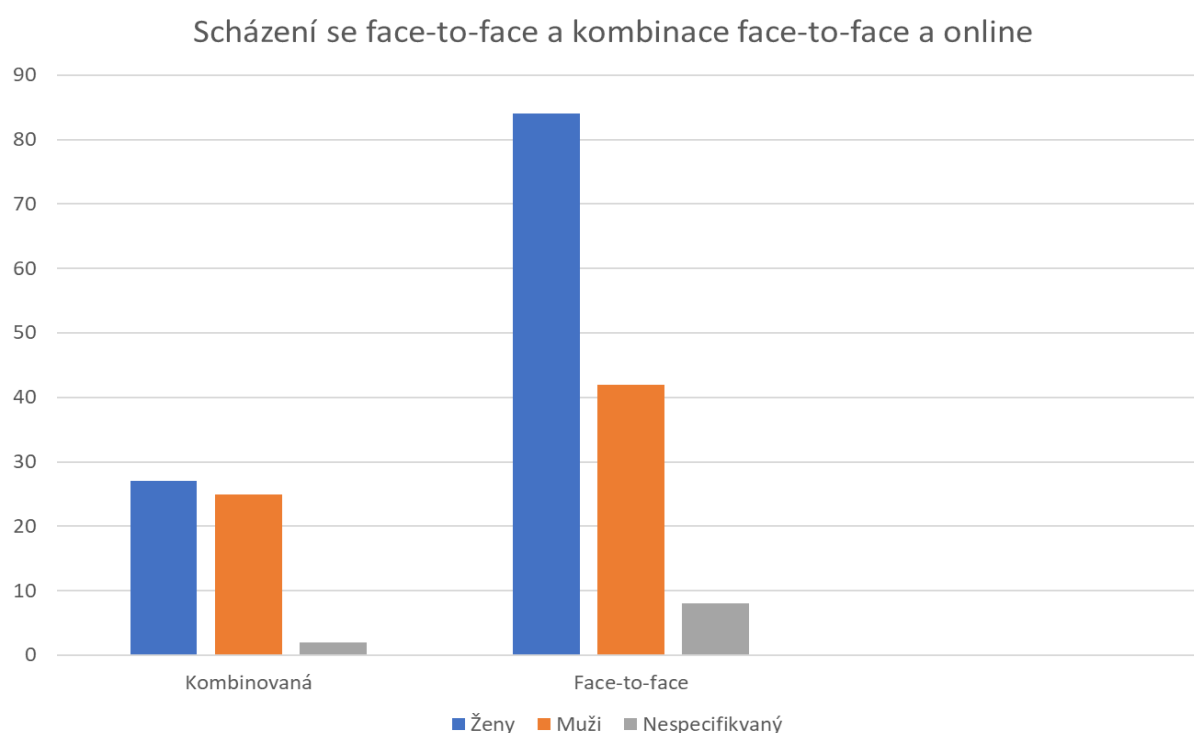


Během pandemie se chuť “socializovat se” lehce otrásla. Vínou je možné připsat určité demotivaci či nemožnosti (nařízený lockdown) se setkat někde na veřejném místě (Božić,

2021). Také je zajímavé pozorovat, že více mužů vyhledávalo každodenní kontakt spíše než ženy oproti datům před pandemií.

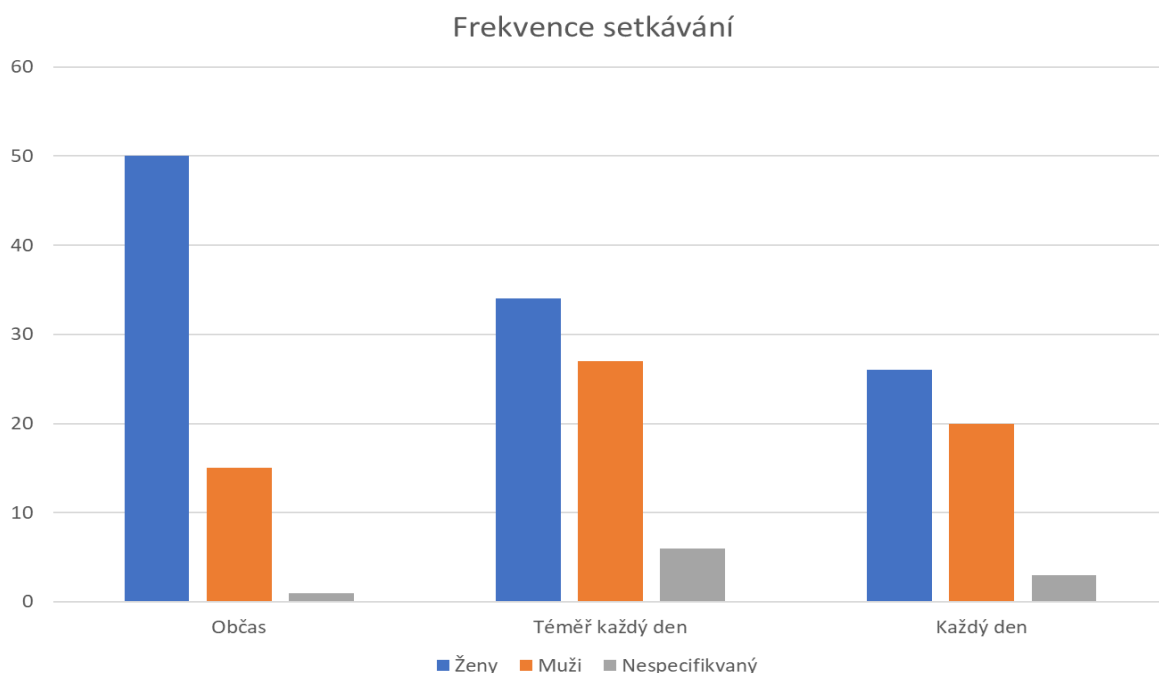
Nyní se zaměříme na finální fázi, po lockdownu. Face-to-face bylo opět nejpoblíbenější (ženy 84, muži 42, nespécifikovaní 8). Překvapivě se držela blízko i kombinace online a naživo (ženy 27, muži 25, nespécifikovaní 2). Zde si můžeme všimnout, že možnost online nebyla zobrazena, což značí, že hodnoty byly natolik malé, že neměly reprezentativní hodnotu (viz graf 5).

Graf 5: Scházení se face-to-face a kombinace face-to-face a online: nejčastější dvě odpovědi na otázku “Scházíte se s kamarády/spolužáky po navrácení do školy? (face-to-face/online)”:



Pokud se přesuneme k frekvenci scházání se po ukončení lockdownu, tak první zajímavý aspekt je více rovnoměrné rozložení mezi jednotlivými odpověďmi oproti minulým dvěma fázím (viz graf 6). Jako první „občas“ (ženy 50, muži 15, nespécifikovaný 1), „téměř každý den“ (ženy 34, muži 27, nespécifikovaní 6), pak „každý den“ (ženy 26, muži 20, nespécifikovaní 3).

Graf 6: Frekvence setkávání: nejčastější tři odpovědi na otázku “Jak často jste se s přáteli/spolužáky scházíte po navrácení do školy (face-to-face i online)?”:



Pro porovnání frekvence socializace jsem provedla párový t-test na potvrzení rozložení s intervalem spolehlivosti 95 %. Z průměrů škál odpovědí (viz příloha 2, Paired samples statistics a test) je možné zpozorovat, že průměry jsou téměř shodné. Rozdíl mezi mediány a rozložením proměnných je minimální. Dá se tedy potvrdit, že forma socializace (face-to-face/online) se relativně vrátila do normálu, jako byla před pandemií, po ukončení lockdownu. Nicméně, chuť socializovat se byla o něco menší, což se shoduje s výzkumy z kapitoly 2.3. Izolace.

Potvrdilo se tedy očekávané, studenti se během lockdownu socializovali nejvíce online, ale i osobně. Lockdown měl vliv na jejich iniciativu se socializovat, ale sociální ritualizace se vrátila téměř do stejných hladin po ukončení lockdownu.

## 5.1.2. Frekvence rituálů s vazbou na zdraví

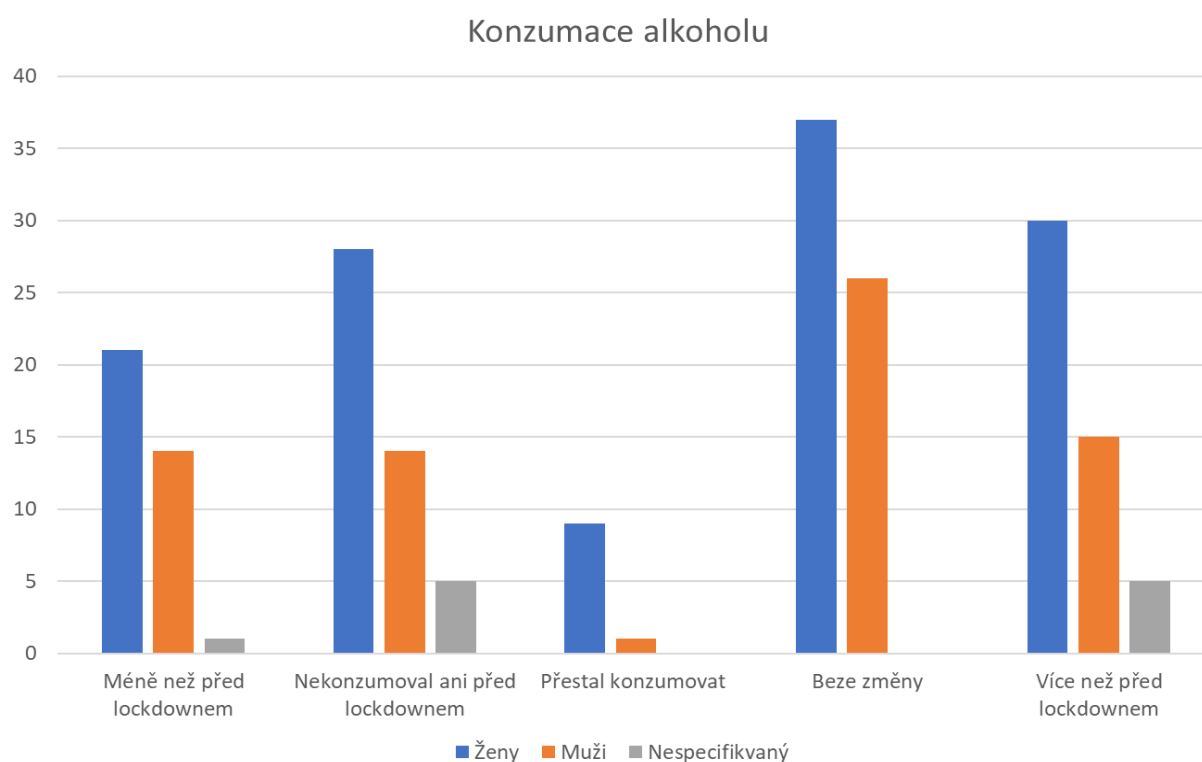
### 5.1.2.1. Konzumace alkoholu

Další analyzovanou proměnnou byl průběh konzumace alkoholu (Albrecht JN., Werner H., Rieger N., et al, 2022). Z celkového vzorku 137 (z 208) respondentů konzumovalo alkohol před pandemií (ženy 84, muži 49 a nespecifikovaní 4). Konzumovali s frekvencí často až pravidelně.

V otázce zaměřené na konzumaci alkoholu během lockdownu se porovnávalo respondentovo domnění, tedy jak moc si respondent myslí, že se u něj konzumace alkoholu během lockdownu změnila (viz graf 7).

- (i) Respondent konzumoval méně alkoholu, než před lockdownem: 21 žen, 14 mužů a 1 nespecifikováno.
- (ii) Respondent nekonzumoval ani před lockdownem: 28 žen, 14 mužů a 5 nespecifikovaných.
- (iii) Respondent přestal konzumovat alkohol: 9 žen, 1 muž.
- (iv) V konzumaci se neprojevila změna: 37 žen, 26 mužů.
- (v) Konzumace byla vyšší než před lockdownem: 30 žen, 15 mužů a 5 nespecifikovaných.

Graf 7: Konzumace alkoholu: nejčastějších pět odpovědí na otázku, zda respondent konzumoval alkohol:



Poslední část analýzy této proměnné je konzumace alkoholu po ukončení lockdownu. Z celkového vzorku 137 (z 208) respondentů konzumovalo alkohol po lockdownu (ženy 82, muži 50, nespecifikováno 5). Konzumace alkoholu se nijak rapidně nesnížila následkem lockdownu, stejně jako se to ukázalo ve studii „Souvislost mezi domácím vzděláváním a délkou spánku dospívajících a zdravím během pandemie COVID-19 – uzavření středních škol během pandemie“ (Albrecht JN. et al, 2022).

Na první pohled se může zdát, že viditelná změna neproběhla, nicméně během lockdownu došlo k menšímu promíchání rozdělení respondentů, kdy 36 respondentů konzumovalo méně než před lockdownem, 10 přestalo. Na druhou stranu, u 50 respondentů se konzumace alkoholu



během lockdownu zvedla. Ve výsledku lockdown měl přínos u jedné skupiny jedinců s tím, že konzumovali alkohol méně či vůbec, ale je zde pak i druhá skupina, na kterou měl lockdown negativní vliv, protože konzumovali více.

#### **5.1.2.2. Tabákové výrobky**

Zde se zaměřuji na analýzu změn v užívání tabákových výrobků a vlivu sociálního prostředí během lockdownu (Žáčková, 2008).

Jako základ jsem zkoumala, kolik jedinců užívalo tabákové výrobky během školního dne. V této proměnné se zaznamenalo pouze 27 jedinců (14 mužů, 13 žen). Pokud se podíváme na stav užívání tabáku obecně (i mimo školní prostředí) před pandemií, tak jedinců bylo zaznamenáno o polovinu více (51 respondentů – 29 žen, 22 mužů). Nicméně v porovnání se situací během pandemie, zůstává nekuřácká část respondentů stále dominantní (138), jedinci beze změny čítali 25 (10 mužů, 14 žen, 1 nespecifikovaný) a zvýšení užívání nastalo u 31 respondentů (12 mužů, 17 žen, 2 nespecifikovaní).

V neposlední řadě je zde situace po lockdownu, kdy u respondentů došlo k vzrůstu na 61 (27 mužů, 32 žen, 2 nespecifikovaní). Na základě analýzy dat je tedy možné říct, že vliv sociálního prostředí byl menší během lockdownu a po ukončení opět vzrostl, čímž vzrostlo i užívání tabákových výrobků u studentů (Žáčková, 2008).

Pozitivum v tomto případě můžeme chápat jako menší vliv negativně podmíněné ritualizace na zdraví, například snížení kouření či pití alkoholu, jelikož jedinec nemá důvod se skrze tyto činnosti podmíněně socializovat s ostatními (Žáčková, 2008). Jako negativum by v tomto ohledu mohlo být považováno oddělení od skupiny, stres z izolace, či nemožnost získat zkušenosti a emocionální energii z interakcí (Božić, 2021; Camacho-Zuñiga, 2021; Collins, 2005; Luery & Boyns, 2015).

#### **5.1.2.3. Nezdravé jídlo a kofein**

Jako poslední v rámci konzumace je nezdravé jídlo a kofein. Nejen že nezdravé jídlo a kofein má vliv na ritualizaci v rámci skupiny, ale také na akademický a osobní život (Albrecht JN. et al, 2022).

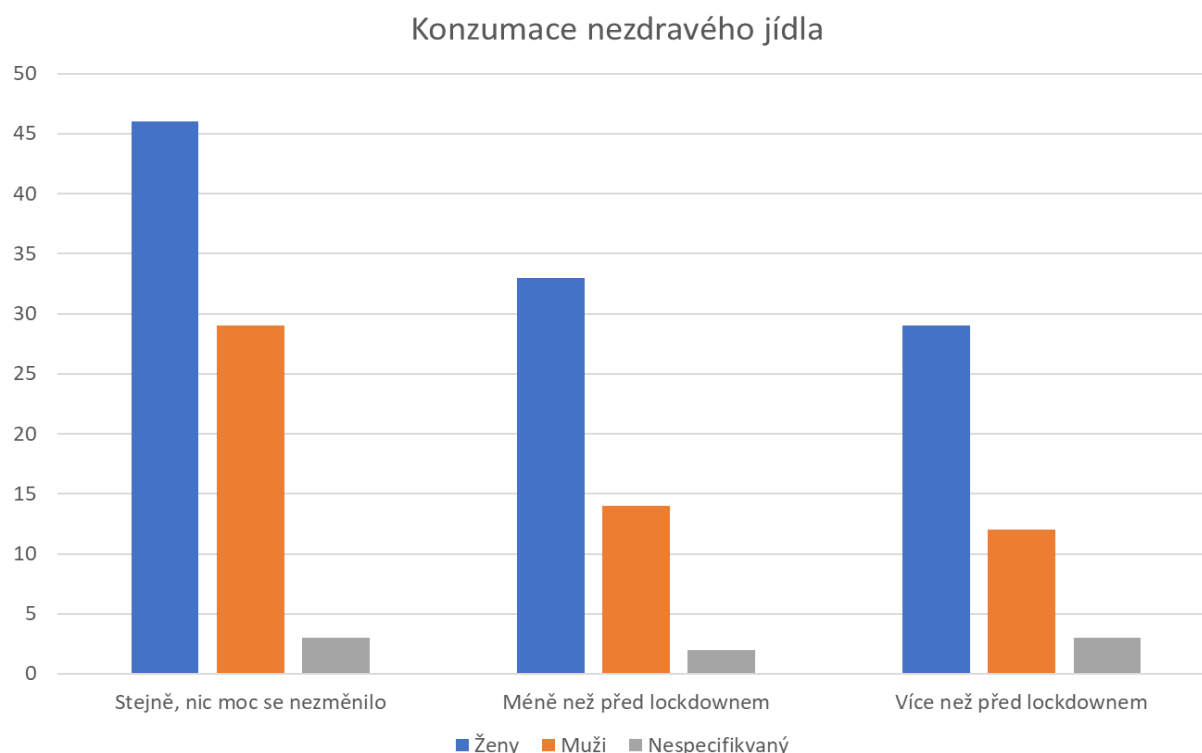
Počet respondentů, kteří konzumovali nezdravé jídlo před pandemií čítalo 144 (90 žen, 48 mužů, 6 nespecifikovaných), kofein měl 84 respondentů (54 žen, 28 mužů, 2 nespecifikovaní).

Během pandemie se u kofeinu neprojevíly závratné změny, nejčastěji volená odpověď byla „stejně, nic moc se nezměnilo“ s 55 respondenty (36 žen, 16 mužů, 3 nespecifikovaní).

Konzumace nezdravého jídla zaznamenala změny lockdownem (viz graf 8). Nejčastějšími odpověďmi byly:

- (i) „stejně, nic moc se nezměnilo“ 78 respondentů (46 žen, 29 mužů, 3 nspecifikovaní)
- (ii) „méně než před lockdownem“ 49 respondentů (33 žen, 14 mužů, 2 nspecifikovaní)
- (iii) „více než před lockdownem“ 44 (29 žen, 12 mužů, 3 nspecifikovaní)

Graf 8: Konzumace nezdravého jídla: nejčastější tři odpovědi na otázku, zda respondent konzumoval nezdravé jídlo:



Situace po lockdownu byla s minimálními rozdíly. Po lockdownu konzumovalo kofein 87 respondentů (56 žen, 26 mužů, 5 nspecifikovaných) a nezdravé jídlo 113 respondentů (70 žen, 36 mužů, 7 nspecifikovaných).

V případě kofeinu jsou nevýznamné změny pohybující se kolem 5-10 respondentů, naopak u nezdravého jídla jsou změny už významnější, konkrétněji rozdíl 31 respondentů v poměru fáze před a po lockdownu, kde došlo tedy ke snížení konzumace. V poměření výsledků se studií od J.N. Albrechta na vlivy pandemie na zdraví studentů se mé výsledky shodovali (Albrecht JN., Werner H., Rieger N., et al, 2022). Snížená konzumace nezdravého jídla se dá považovat za pozitivní vliv lockdownu na zdraví studentů. Nicméně právě konzumace nezdravého jídla a kofeinu je jeden z nejzákladnějších společných ritualizovaných aktivit pro mladistvé. Proto se dá říci, že ke snížení konzumace došlo, jelikož o samotě v těchto ritualizovaných aktivitách

neviděli takový potenciál pro socializaci. Collins podobnou situaci představoval na užívání tabákových výrobků (Collins, 2005).

### 5.1.3. Rituály (nejpopulárnější aktivity)

#### 5.1.3.1. Před lockdownem

v této kapitole se zaměřuji primárně na společné aktivity, které se projevily jako nejpopulárnější. První před-pandemická aktivita je „sportování“ (Birrell, 1981), která dosáhla četnosti 118 (70 žen, 43 mužů, 5 nspecifikovaných).

Pak byla velice populární aktivita „procházky/vycházky“ s četností 138 (93 žen, 39 mužů, 6 nspecifikovaných). Aktivita „setkávání se u někoho doma – house párty/“privát““ dosáhla 113 respondentů (71 žen, 36 mužů, 6 nspecifikovaný). Populární aktivita byla také „sledování seriálů a filmů“ s 134 respondenty (86 žen, 44 mužů, 4 nspecifikovaní).

#### 5.1.3.2. Během lockdownu

Nyní se opět přesouváme do fáze během pandemie. Sportování je jedna z aktivit, která byla velice populární mezi studenty a zároveň také značně ovlivněna lockdownem (Homola, 2021).

Nejčastější odpovědi byly (viz graf 9):

- (i) „více než před lockdownem“ 82 (58 žen, 19 mužů, 5 nspecifikovaných)
- (ii) „méně než před lockdownem“ 45 (26 žen, 18 mužů, 1 nspecifikovaný)

Graf 9: Proměnná „sportování“: nejčastější dvě odpovědi na otázku „Jak jste trávil/a svůj volný čas během karantény?“:



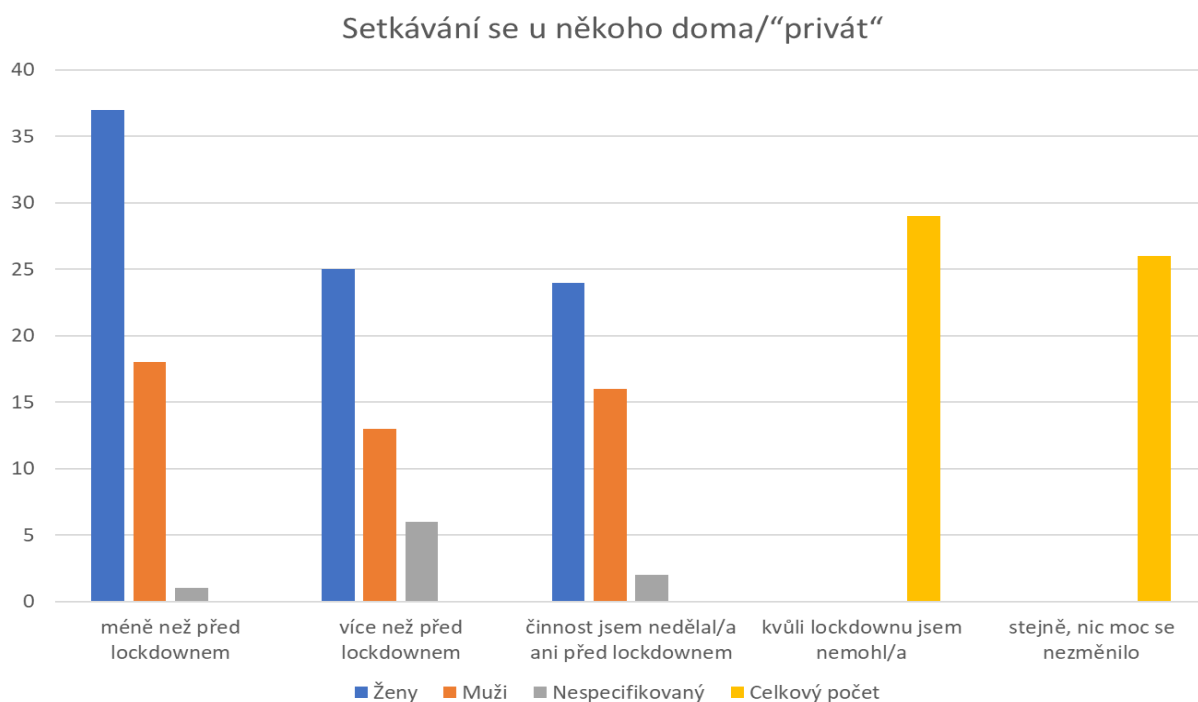
U sportování bych chtěla poznamenat, že nejčastější odpovědi zde jsou protikladné. Tento jev se dá vysvětlit tak, že lockdown zamezoval mnoha jedincům v ritualizaci skrze týmové sporty či aktivity, které vyžadovaly speciální prostor nebo náčiní. Nicméně mnoho respondentů našlo alternativy či motivaci cvičit o samotě (Birrell, 1981; Homola, 2021). Kategorie “sportování” dosáhlo podobných výsledků jako studie zaměřená na pohybovou aktivitu žáků během lockdownu (Homola, 2021). V mém případě se respondenti do pohybu iniciovali sami (viz kvalitativní analýza), naopak v porovnávané studii se zaznamenala menší iniciativa pro pohyb doma, což může být dáno věkovou rozdílností cílových skupin (Noviyanti Noviyanti, et. al, 2020).

U procházek/vycházek jsem byla lehce překvapena, kolik respondentů mělo pro tuto aktivitu nadšení, jelikož nejvíce volená odpověď byla „více než před lockdownem“ (135 respondentů – 85 žen, 43 mužů, 7 nespecifikovaných). Tato aktivita se dá opět považovat za pohybový (sportovní) rituál nebo také jen jako snaha na chvíli změnit prostředí během izolace (Birrell, 1981; Božić, 2021).

Na rozdíl od většiny aktivit, setkávání se u někoho doma/“privát“ zaznamenala v četnostech relativní diverzitu, kdy nejvíce volené odpovědi byly (viz graf 10) (pod 30 respondentů jsem pohlaví nerozlišovala):

- (i) „méně než před lockdownem“ 56 (37 žen, 18 mužů, 1 nespecifikovaný)
- (ii) „více než před lockdownem“ 44 (25 žen, 13 mužů, 6 nespecifikovaných)
- (iii) „činnost jsem nedělal/a ani před lockdownem“ 42 (24 žen, 16 mužů, 2 nespecifikovaní)
- (iv) „kvůli lockdownu jsem nemohl/a“ 29 respondentů
- (v) „stejně, nic moc se nezměnilo“ 26 respondentů

Graf 10: Setkávání se u někoho doma/“privát”: nejčastějších pět odpovědí na otázku “Jak jste trávil/a svůj volný čas během karantény?”:



Tento typ ritualizace během lockdownu přetrvával pro udržení přímého kontaktu. Lockdown ale také zúžil možnosti ritualizace někde jinde, než u někoho doma a v užším kolektivu (kvůli pandemickým opatřením) (Božić, 2021) (Camacho-Zuñiga et. al, 2021).

Relativně bez překvapení byla aktivita „sledování seriálů a filmů“ jedna z těch populárnějších během pandemie. Odpověď „více než před lockdownem“ měla 154 respondentů (98 žen, 48 mužů, 8 nespecifikovaných).

V neposlední řadě jsou tu počítačové hry, které prakticky otvírají zcela novou dimenzi, hlavně během izolace, k ritualizaci (Božić, 2021). Opět zde byly dva extrémy, „více než před lockdownem“ 83 (38 žen, 40 mužů, 5 nespecifikovaných) a „činnost jsem nedělal/a ani před lockdownem“ 81 (68 žen, 11 mužů, 2 nespecifikovaní).

### 5.1.3.3. Po lockdownu

Nyní se přesouváme k finální fázi analýzy, aktivity po lockdownu. Postup je shodný s předešlými, využitá metoda jsou kontingenční tabulky s nezávislou proměnnou „pohlaví“.

Sportování se drželo 102 respondentů (57 žen, 38 mužů, 7 nespecifikovaných). U aktivity „procházky“, která měla nárůst během pandemie, se moc nezměnilo, měla 139 respondentů (86 žen, 46 mužů, 7 nespecifikovaných). Setkání u někoho doma neboli slangově „privát“, se projevil také s minimální změnou, měl 97 respondentů (61 žen, 30 mužů, 6 nespecifikovaných), kdežto před pandemií bylo 113. Naopak sledování seriálů a filmů mělo 154 respondentů (91 žen, 54 mužů, 9 nespecifikovaných), takže se po ukončení lockdownu nic nezměnilo. Jako

poslední je zde hraní počítačových her, které mělo před pandemií 70 respondentů a po pandemii má 67 (19 žen, 45 mužů, 3 nespecifikovaní).

Ve výsledku se dá tedy říct, že lockdown motivoval jedince k určitým aktivitám více a k určitým méně, nicméně efekt lockdownu (preferenze ritualizace individuálně), po jeho ukončení, nebyl pro většinu dlouhodobý.

## **5.2. Analýza kvalitativních dat**

V této kapitole se zaměřím na kvalitativní nálezy, které doplní výše uvedené kvantitativní. Primární zdroj kvalitativních dat byla otevřená otázka v dotazníkovém šetření, kde se respondenti mohli volně vyjádřit, co si myslí, že pandemie (lockdown, Covid) změnila v jejich životě, případně zda vůbec něco změnila.

Kategorie byly tvořeny induktivně na základě získaných dat. Primární rozdělení bylo na pozitivní, negativní, neutrální. Pak jsem kategorizovala, zda změna je v určité oblasti – sociální, akademická, osobní, rodinná, fyzická, mentální. Následně jsem výpovědi řadila dle významu do subkategorií. Jako poslední jsem k subkategoriím přiřadila ty výpovědi/části výpovědí, které nejlépe definovaly danou subkategorii.

### **5.2.1. Subkategorie a specifické výroky**

Jak bylo řečeno již v předešlé pasáži, kategorizace byla induktivní. Každou odpověď na otevřenou otázku jsem prošla a dle vyhodnocení významu jsem ji zařadila do příslušné subkategorie, či vytvořila subkategorii, která by výpověď definovala.

#### **5.2.1.1. Vliv pandemie na studenty a jejich denní rituály**

##### **Socializace a izolace**

Následkem pandemie se socializace studentů zhoršila a neměli “chut” se socializovat, v některých případech dokonce se jedinci rozhodli oddálit od ostatních (Božić, 2021).

Kategorie „Zhoršení socializace z důvodu izolace pandemií (43 respondentů)” byla definována například těmito výroky:

- (i) „hned po lockdownu jsem měla hrozný problém se socializací, už je lepší“
- (ii) „Nesetkávám se tak často s kamarády, můj vztah k ostatním členům rodiny se spíše zhoršil, mám časté pocity, že nemám žádný sociální život, během pandemie mi začaly mírné psychické problémy (ty ale nezpůsobil jen lockdown, nicméně na tom má určitě podíl)“
- (iii) „Můj vnitřní introvert vyhrál nad vnitřním extravertem, nikam nechodím“

- (iv) „Prestala jsem se vidat s lidma... prestalo me to bavit a radši ted travim cas sama.Prestala jsem se svym oblíbenym sportem... v rodine jsme se behem lockdownu hodne hadali a je mi ze vseho psychicky spatne. Vic se stresuju kvuli skole a nedokazu si na sebe udelat cas. Prestavaji me veci bavit.“
- (v) „Těžší socializace“
- (vi) „socializace se zhoršila, víc času travím sam“
- (vii) „Je to kombinace lockdown a maturita, která mi změnila život.“
- (viii) „mám časté pocity, že nemám žádný sociální život“
- (ix) „Větší sebeuzavření“
- (x) „Mín kontaktu s přáteli“
- (xi) „Samozřejmě sociální život, ten se omezil na úplné minimum“
- (xii) „Stal jsem se více introvertní“
- (xiii) „možná jsem si zvykla být více asociální, trávit čas doma“
- (xiv) „cítím mnohem větší odpojenost a izolaci od okolí a prostředí ve kterém se vyskytuji“

Je zde značná míra demotivace, o které mluví Božić, a je zde vidět i náznak, že respondenti raději trávili čas sami a ritualizovali se o samotě. Jelikož byla izolace nucená, tak respondenti se museli přizpůsobit situaci. Což přesně navazuje na to, jak Božić rozebírá neudržitelnost izolace pro jedince a jaké následky, třeba nechut' se socializovat, může dlouhodobá izolace mít.

Izolace na základě lockdownu/pandemie nebyla jediná příčina, která nutila studenty ke snížení socializace. Také je zde „Izolace povinnostmi (maturita, škola) (19)“. Mnoho studentů během lockdownu pocíťovalo větší dopad školních povinností (McLaren, 1999; Williamson et al., 2020).

Kategorie byla definována například těmito výroky:

- (i) Izolace povinnostmi (maturita, škola) (19)
  - a. „S kamarády se ve svém volném čase setkávám méně kvůli maturitě a škole nemáme moc času“
  - b. „s kamarády se vídám méně hlavně kvůli času a množství povinností a práce“
  - c. „A taky kvůli tomu, že maturujeme, se nemůžeme scházet tak často“
  - d. „zvykla jsem si být více asociální – ale za to může i zatíženost ve škole.“

Už z předešlých výroků bylo znát, že socializace poklesla kvůli nucené izolaci pandemií, z čehož také vzešla demotivace se ritualizovat ve skupinách. Respondenti proto trávili více času dobrovolně sami a ritualizovali se více sami. Nyní se k tomu ale také přidala izolace školními

povinnostmi. Studenti ve svých výročí vyzdvihují, jak na ně doléhají akademické povinnosti a nemají tolik volného času, což pak koresponduje s tím, že ritualizace měla spíše individuální charakter.

Jinak řečeno, socializace pro respondenty nebyla jednoduchá. Mnoho respondentů zmiňovalo, jak se od svých přátel oddálili skrze lockdown, či je kompletně ztratili. Přesně toto zaznamenaly kategorie „Oddálení od přátel (28)“ a „Ztráta přátel (10)“ (Božić, 2021; Camacho-Zuñiga et. al., 2021).

Příklady výroků jsou následující:

- (i) Oddálení od přátel (28)
  - a. „Myslím, že jsem se od svých kamarádů vzdálila. Nejsme si tak blízcí, jako před tím“
  - b. „ochlazení vztahů s některými kamarády“
  - c. „Mám méně přátel“
- (ii) Ztráta přátel (10)
  - a. „kruh kamarádu se zmenšil“
  - b. „Našla jsem si sice nové kamarády, ale ty jsem hned po karanténě ztratila, i přes to, že jsem se s nimi přes karantenu vídal osobně.“
  - c. „Zredukoval se počet kamarádů“
  - d. „Přišla jsem o poslední kamarádku“

Zde nejčastější téma bylo pohled studentů na jejich vztahy a jak moc izolovaní se cítili. Také jaký dopad měla pandemie na jejich vztahy obecně. Je zde opět znát demotivace se socializovat, uzavření, izolace, introverze, nechuť, jednostranné vymizení sociálního kontaktu.

### **Čas a denní režim**

Mnoho studentů vyzdvihovalo, jak jsou během karantény, a po ní, přetěžováni ze strany studijních povinností. Na tento aspekt se váží dvě relativně početné kategorie „Horší časový management (19)“ a „Lepší časový management (17)“, které zobrazují, jak jedinci chápali a pracovali se svojí časovou zatížeností či volností.

Příklady výroků jsou:

- (i) Horší časový management (19)
  - a. „Velmi jsem si na to zvykla a bylo pro mě těžké se vrátit zpátky do reálu“



- b. „Přijde mi, že jsme ztratili mnoho co se výuky týče a teď se to snažíme dohnat a je toho na nás strašně moc.“
  - c. „ve škole toho mám dost, protože on-line jsme všechno nestihli dodělat.“
  - d. „je pro mě těžší si naplánovat čas protože musím každý den dlouho dojíždět do školy“
- (ii) Lepší časový management (17)
- a. „Zjistila jsem, že mi vyhovuje distanční výuka v rámci toho, že jsem nemusela dojíždět tak daleko“
  - b. „protože jsem si mohla rozvrhnout čas podle sebe“
  - c. „Umím teď lépe organizovat čas a pracovat s aktuální situací“

Gymnazisté v těchto výročích vysvětlovali, jaký styl výuky preferovali či jak pandemie ovlivnila jejich denní režim. Gymnazisté popisovali ve výpovědích, jak si rozvrhovali čas jinak než „obvykle“, jak měli více času na své individuální aktivity, které pak, jak uvidíme dále, zúročovali v navazování rituálu se svými spolužáky.

V mnoha případech byl horší časový management zmiňován spolu s větší vyčerpáním ve škole, pandemií, změnou učebního prostředí a „Změnou biologického režimu (18)“. Respondenti byli nuceni si na změny s jejich denním režimem zvykat a do určité míry je vykolejily (Albrecht JN. et al, 2022) (Genta, F. D. et al, 2021).

Příklady výroků:

- (i) Změnou biologického režimu (18)
- a. „každodenní velmi brzké vstávání je také náročné.“
  - b. „spanek“
  - c. „Hodně jsem zhubla během lockdownu. Kvůli tomu že jsem skoro nechodila ven jsem po nějaké době ztratila chuť k jídlu“

Z výroků je zaznamenatelné, jak lockdown ovlivnil každodenní rituály, na které byli studenti zvyklí. Změny v jejich ustálených navycích zapříčinily změny i v dalších oblastech (stravování, spánek, volný čas, zábava, ...).

Ti, kteří zaznamenali větší časovou volnost během lockdownu, měli možnost se lépe soustředit na sebe (viz. kategorie „Soustředění sama na sebe (25)“), na budoucnost (viz. kategorie „Větší soustředění na budoucnost (18)“). Například, co studenti chtějí dělat až dostudují a jaké předměty a obory je reálně zajímají. Respondenti vyzdvihovali, jak čas v izolaci jim ukázal, jak lépe o sebe pečovat (viz. kategorie „Osobní zlepšení zdraví (péče o sebe sama) (17)“).

V určitých případech tyto „zdravé“ rituály přetrvaly i po navrácení do prezenční výuky, v jiných případech se zhoršily z důvodu navrácení do „uspěchaného“ stylu života (Albrecht JN. et al, 2022).

Příklady z kategorií:

- (i) Soustředění sama na sebe (25)
  - a. „asi se víc soustředím i na sebe, protože když jsem byla zavřená doma, tak jsem byla pořád hlavně sama se sebou, jinak mi přijde všechno podobné“
  - b. „hodně jsem se začala zabývat svým psychickým zdravím“
  - c. „Kvůli lockdownu jsem měla čas obrátit se víc do sebe“
  - d. „Během karantény jsem měla více času na sebe, spoustu věcí jsem si urovnala a dodělala.“
- (ii) Větší soustředění na budoucnost (18)
  - a. „Proto se na tyto předměty zaměřuji ve škole více a ostatní lehce upozaduju“
- (iii) Osobní zlepšení zdraví (péče o sebe sama) (17)
  - a. „Díky lockdownu jsem začala mnohem více cvičit a starat se o své zdraví.“
  - b. „Mnohem více jsem se také zaměřil na svoji „self-care““
  - c. „Během lockdownu jsem měla více času se o sebe starat, jíst zdravě - velké pozitivum“
  - d. „V karantene jsem našla více času sama na sebe a to mi pomáhá i teď...donutit se běhat, posilovat“

V několika případech určitá izolace dovolila jedinci sebereflexi a zvládnání věcí v osobním preferovaném řádu. Samozřejmě to nebyly jediné pozitivní zaznamenané dopady. Pandemie pro některé byla příležitost více sportovat, viz kategorie „Zvýšení fyzického pohybu (20)“. Zvýšení fyzického pohybu bylo zaznamenáno i v kvantitativní analýze, kde se tato data zaznamenala v podobě „sportování“ a „procházek“, kdežto zde jsou už i specifika od respondentů. Specifikují svoje motivace, časové údaje, kdy začali tento rituál a kolikrát týdně.

Ačkoli socializace a ritualizace ve skupině skrze pandemická opatření byla náročná, tak se stále našli tací, kteří se snažili o aktivní kontakt. Kategorie „Utuzení dobrých přátelství (31)“ právě ukazuje případ, jak těžká situace motivovala jedince k udržení sociálního kontaktu. Ovšem kategorie „Aktivnější sociální život (14)“ potvrzuje, že izolace nemůže být stálá, jak zmiňuje Božić. Je zde také vidět, jak jedincům sociální kontakt chyběl a jak je to motivovalo opět získávat emocionální energii z interakcí (Collins, 2005; Božić, 2021).

Příklady z těchto kategorií:

- (i) Zvýšení fyzického pohybu (20)
  - a. „Mnohem víc cvičím“
  - b. „Díky lockdownu jsem začala mnohem více cvičit“
  - c. „začala jsem sportovat“
  - d. „Také jsem mohla začít více sportovat jako před nástupem na střední školu, asi 5x týdně“
- (ii) Utužení dobrých přátelství (31)
  - a. „jsem s přáteli zase více- ale ne tak moc jako před lockdownem.“
  - b. „S lidmi, se kterými jsem si byla blízká, jsem si bližší a s lidmi, ke kterým jsem neměla tak blízko, jsem se přestala vídat.“
  - c. „kruh kamarádu se zmenšil, jelikož jsem během lockdownu byla v kontaktu jen s těmi nejbližšími“
  - d. „Mám méně přátel, ale více si s nimi rozumím“
- (iii) Aktivnější sociální život (14)
  - a. „Po ukončení lockdownu jsem začala více žít sociální život“
  - b. „paradoxně se bavím s více lidmi díky stálejším skupinám“

### **První sociální kruh (rodina)**

Na základě získaných výpovědí se zaznamenalo i zlepšení vztahů v rodině, viz kategorie „Zlepšení rodinných vztahů (7)“. Lepší ritualizace studentů se svojí rodinou je také následkem lockdownu, jak zmiňuje Biesta, která se zde z části potvrzuje. Respondenti se sblížili opět s rodinou, pomáhají při domácích pracech, více se připravují na budoucí samostatný život a nachází zálibu v nových koníčcích (Nové koníčky (15)) (Biesta, 2020).

Příklady výroků:

- (i) Zlepšení rodinných vztahů (7)
  - a. „s rodinou se mi vztah zlepšil“
  - b. „Během pandemie jsem trávila více času s rodinou“
- (ii) Nové koníčky (15)
  - a. „snažím se naučit, objevit a poznat co nejvíce nových informací.“
  - b. „Měla jsem více času a našla si koníčky, které mě naplňují - naučila jsem se šít, hrát golf, vyšívát.“

Musíme ovšem brát na vědomí, že během karantény došlo spíše k nucené socializaci a ritualizaci v rámci prvního sociálního kruhu, tedy rodiny (Biesta, 2020). Konkrétně v kategorii se rozlišovalo „Zhoršení rodinných vztahů (11)“ a „Rozložení rodiny (5)“.

Příklady:

- (i) Rozložení rodiny (5)
  - a. „rozložila se mi rodina“
  - b. „Moji rodiče se začali rozvádět“
- (ii) Zhoršení rodinných vztahů (11)
  - a. „s rodinou jsem logicky mnohem méně“
  - b. „můj vztah k ostatním členům rodiny se spíše zhoršil“
  - c. „situace v rodině se o hodně zhoršila“
  - d. „v rodině jsme se během lockdownu hodně hadali“

Z výše uvedených výpovědí ohledně změn v rodině, je nutné se zaměřit na fakt, jak nucená socializace v rámci prvního sociálního kruhu ovlivňovala jedince. V případě zlepšení rodinných vztahů je vidět osobní rozvoj jedinců, mají nové koníčky, podporu, lepší vztahy, soustředí se na sebe a jsou duševně stabilní. Naopak v případě zhoršení vztahů s rodinou je zde vidět negativní odezva, respondenti zmiňují zhoršení vztahů, nepříjemné životní události (rozvod, rozpad rodiny) a hádky. Negativních zkušeností z kruhu rodiny bylo zaznamenáno více. Pokud jedinec strávil delší dobu v takovém prostředí a byl nucen přijímat pouze negativní energii, jak popisuje Collins a Božić, tak to má určitý dopad na motivaci se socializovat, duševní stabilitu a následně motivaci se ritualizovat v kolektivu.

### **Duševní stabilita**

Následující kategorie jsou relativně úzce spjaty, jelikož v rámci pandemické zkušenosti gymnazistů se doplňují. Počínaje od „Zhoršení mentálního zdraví (32)“, kdy jedinci pociťovali negativní dopad pandemie na jejich mentální zdraví, nejčastější byly zmínky o depresi, úzkosti či dokonce i sebevražedné pohnutky (Camacho-Zuñiga et al, 2021). Jako navazující kategorie je v tomto případě „Téměř nulová motivace cokoliv dělat (komplex vyhoření) (34)“, kdy mnoho studentů upadalo následkem pandemie do stavu bez motivace, izolace a nechuti cokoliv dělat (Noviyanti Noviyanti et al, 2020).

Příklady:

- (i) Zhoršení duševní stability (32)
  - a. „Myslím si, že to mělo velký dopad na mou psychiku“

- b. „Zhorseni mentalniho zdravi“
  - c. „během pandemie mi začaly mírné psychické problémy“
  - d. „Má mírná dlouhodobá deprese během lockdownu vyvrcholila“
  - e. „rozvoj psychických problémů“
  - f. „I když se považuji za psychicky docela vyrovnaného člověka. Následky lockdownu vnímám celkem dost, bohužel negativně.“
  - g. „Nevím jestli to znovu psychicky unesu.“
  - h. „Většina lidí v mém blízkém okolí má psychické problémy a minimálně 60% z nich potřebuje odbornou pomoc.“
  - i. „Velmi mi první karanténa poznamenala psychiku a to ve smyslu PPP (poruch příjmu potravy).“
  - j. „Mám úzkosti, skoro každý den brečím“
  - k. „Hodně se mi zhoršil psychický stav“
- (ii) Téměř nulová motivace cokoli dělat (komplex vyhoření) (34)
- a. „nechut' cokoli dělat je mnohem vyšší“
  - b. „Mám nulovou motivaci na učení a do zlepšování sebe sama.“
  - c. „protože jsem nebyl schopen se motivovat“
  - d. „Cítím se ztraceně, pod velkým nátlakem, necítím se šťastná, rozhodí mě i úplné maličkosti.“
  - e. „je mi ze vseho psychicky spatne. Vic se stresuju kvuli skole a nedokazu si na sebe udelat cas. Prestavaji me veci bavit.“

Mnoho studentů na sobě zaznamenalo zhoršení v ohledu mentálního zdraví a jejich přístupu k různým věcem a aktivitám. Nejčastější zmíněné byly deprese, úzkosti a demotivace.

### **Škola a přístup k ní**

K poslední zmíněné kategorii se váže i určité „Akademické zhoršení (38)“ a „Prokrastinace/lenivost (31)“ (Noviyanti Noviyanti et al, 2020). Tyto kategorie jsou úzce spjaté, jelikož gymnazisté většinou hovořili o akademickém zhoršení v kontextu demotivace, prokrastinace a lenivosti. Určitou roli zde hrála již zmíněná mentální stránka studenta.

Příklady:

- (i) Akademické zhoršení (38)
  - a. „ted' se nezvládám smířit s tím, že nemám samé 1:))“
  - b. „horší výsledky ve škole (hlavně při pandemii)“

- c. „Potom taky učení, na to že patřím do koronou nejvíc postižené generace a všichni o tom ví, tak to nikdo rozhodně nezohledňuje, což je celkem naprd, protože jak já, tak i ostatní lidi z ročníku co znám, jsou na tom dost podobně.“
- (ii) Prokrastinace/lenivost (31)
- a. „přibyla lenost“
  - b. „Zlenivěl jsem, více prokrastinuji.“
  - c. „Menší motivace dělat práce do školy“
  - d. „Na druhou stranu lehce poklesla chuť plnit povinnosti.“

## Diskuse

V diskusi svých výzkumných výsledků, bych se v první řadě chtěla vrátit ke Collinsovi a jeho rozlišování introverze (7 typů introverze) (Collins, 2005). Collins popisuje situacionální introverty (zaměřují se primárně na rituály, kdy mají jistotu, že z nich získají pozitivní energii) a intelektuální introverty (tráví svůj čas dobrovolně sami a obohacující se vědomostmi z různých aktivit), se kterými se ztotožňuje většina respondentů během pandemie, jelikož se rozhodli využít svoji emocionální energii jinak a místo ritualizace v kolektivu, zvolili ritualizaci o samotě (sebereflexe, „self-growth“, zaměření na sebe, ...). Tento náález souhlasí i se studií Božiče. Například situacionální introverti, kteří chodili na procházky a cvičili měli jednodušší návrat do skupiny, jelikož měli zkušenosti a energii z aktivit, které sdílela většina skupiny (nejpopulárnější aktivity byly procházky a cvičení). Naopak intelektuální introverti nebyli nuceni společností se socializovat a měli možnost se ještě více zaměřit na sebe (což dokládají výpovědi typu: „Měla jsem více času a našla si koníčky, které mě naplňují – naučila jsem se šít, hrát golf, vyšívát.“, „Během karantény jsem měla více času na sebe, spoustu věcí jsem si urovnala a dodělala.”)

Kvantitativní a kvalitativní analýza ukázaly, že jedinci měli možnost se jednodušeji zaměřit sami na sebe, v určitých případech to vedlo k sebezlepšení a pokroku. V jiných ke zhoršení jejich duševní stability. Tento náález popisuje také studie *“The impact of the COVID-19 pandemic on students’ feelings at high school, undergraduate, and postgraduate levels.”* od Camacho-Zuñiga. Nicméně je nutné podotknout, že po ukončení karantény a navrácení k prezenčnímu stylu výuky se frekvence setkávání studentů osobně (face-to-face) vrátila téměř do původních hodnot pouze s minimálními změnami.

Rituály, které vyžadují konzumaci jídla, alkoholu, či užití návykových látek, zaznamenaly také pouze částečné změny. V tomto ohledu se dá podle individuálních výpovědí soudit, že tento vzorek studentů byl velice „zdravý“, jelikož ve většině případů se nevyskytovaly vysoké četnosti u užívání tabáku či tabákových výrobků, elektronických cigaret, marihuany a těžkých drog, což nepotvrzují jiné výzkumy zabývající se návykovými látkami mladistvých (Žáčková, 2008; Mousavi et al., 2014). Zkušenost s užíváním drog přiznala jen menší část vzorku (42 respondentů). O něco větší náchylnost k užívání nebo větší sdílnost se více projevila u žen (ženy 23, muži 19), což koresponduje s výsledky ze Švédského výzkumu, kde ženy měly pozitivnější vztah k drogám, ale muži byli více náchylní k užívání, jediný dodatek byl, že v mých datech ženy i více užívaly (Mousavi et al., 2014).

Co se týče konkrétních rituálů, hlavním aspektem, který se projevil skrze kvalitativní i kvantitativní analýzu, byl přechod od kolektivních aktivit (chození do hospody, trávení téměř každého dne se svými přáteli, spolužáky a zájmovými kolektivy) k samostatným aktivitám (procházky, cvičení, sledování seriálů, filmů a hraní na počítači). Nejvíce to bylo znát na výpovědích respondentů, kteří zmiňovali, jak se jejich sociální kruh zmenšil, což ukazuje například výpověď “Mám méně přátel, ale více si s nimi rozumím”. Naopak měli větší šanci se soustředit na sebe, což ukazuje například výpověď “V karantene jsem našla více času sama na sebe a to mi pomáhá i teď...donutit se běhat, posilovat”. Collins v tomto případě uvádí, že ritualizace může probíhat i o samotě a zkušenosti z ní jsou využívány později na ritualizaci skupinovou a lepší sociální začlenění, z čehož následovně získají emocionální energii (v ideálním případě pozitivně nabitou). V případě této práce to byly především odpovědi respondentů o změně jejich životního stylu, kdy se zaměřovali primárně na sebe a začali více cvičit. Například výpovědi typu „Mnohem více jsem se také zaměřil na svoji „self-care““, nebo „Během lockdownu jsem měla více času se o sebe starat, jíst zdravě - velké pozitivum“. Respondenti následně mohou využít emocionální energii a zkušenosti z těchto sportovně orientovaných a “self-care” rituálů k navození vztahu s respondenty, kteří podobně trávili lockdown (například návrh na společné cvičení, doporučení, výměna tipů).

U procházek jsem se shodovala s nedávným výzkumem ohledně fyzické aktivity, ve kterém také zhruba 65 % vzorku potvrdila vycházení na procházky během pandemie, aby nahradili nedostatek fyzického pohybu (Homola, 2021). Emocionální energie z individuálních vycházek byla následně použita podobným způsobem jako v předešlém paragrafu, tedy umožnila jednodušší socializaci s jedinci, kteří strávili svůj čas podobně a otevřela možnosti pro společnou ritualizaci (například jít spolu na procházku, sdílet poznatky z procházek, oblíbená místa). Podkládají to hlavně odpovědi typu: „Po ukončení lockdownu jsem začala více žít sociální život“ a „paradoxně se bavím s více lidmi díky stálejším skupinám“. V rámci cvičení a sportování jsem měla také relativně shodné výsledky, jelikož ve výše uvedeném výzkumu 48,3 % vzorku provozovala i fyzickou aktivitu doma (Homola, 2021). V mém případě to bylo 56,7 %. Dále se ve výpovědích studentů zaznamenala další shoda ohledně témat fyzického pohybu, starání se o sebe a své tělo, a také soustředění se na sebe (lepší stravování, zdravé návyky, ...) (Albrecht JN. et al, 2022). Zkušenosti z individuální ritualizace (sportování) byly využity stejným způsobem jako předešlé zmíněné příklady, ale v případě tohoto výzkumu si dokonce někteří jedinci rituál mohli osvojit a stal se pro ně pravidelným koníčkem, například „Měla jsem více času a našla si koníčky, které mě naplňují – naučila jsem se šít, hrát golf,



vyšívát.“. Obecné zlepšení ve fyzickém zdraví zaznamenala nejedna studie u dospívajících jedinců a moje data to také potvrzují u českých gymnazistů (Genta et al, 2021).

Důležitým aspektem v této souvislosti je duševní stabilita, která během pandemie hrála velkou roli a byla také nejvíce zasažena (32 jedinců pocítilo zhoršení). Pro ritualizaci je duševní stabilita a pohoda základem, aby rituál byl úspěšný. Jak bylo zmíněno již výše, tak izolace jedinců mohla vést k různým následkům. Negativní i pozitivní vlivy, co jsem sledovala v kvalitativní části analýzy, kde jedinci vyzdvihovali jednotlivé vlastnosti, které měnily jejich denní rutinní rituály. Konkrétně deprese, úzkosti, komplex vyhoření, lenivost, prokrastinaci, demotivaci, sebevražedné tendence a našlo se zde i pár případů, které výrazně skrze výpověď prosili o pomoc či změnu (Noviyanti Noviyanti et al, 2020; Božić, 2021; Camacho-Zuñiga et al, 2021; Kasal, 2022). Tyto výsledky jsem porovnávala s nedávným výzkumem od A. Kasala ohledně rizika sebevraždy u jedinců s mentální poruchou (kteří jsou náchylnější) a bez mentální poruchy během pandemického období, kde bylo zjištěno, že i jedinci bez mentální poruchy pocítovali vyšší duševní nápor a měli zvýšené riziko ublížení si na zdraví (Kasal, 2022). Dokonce v několika (4) výpovědích od respondentů bylo zmíněno, že vyhledali, nebo mají v plánu vyhledat, odbornou psychologickou pomoc po zmírnění pandemických opatření.

Studie od A. Kasala ovšem není jediná, další korespondující studie jsou například od Božice, Noviyanti a Camacho-Zuñiga, které všechny pojednávají o neudržitelnosti stavu izolace, mentálních dopadech na jedince a jejich duševní stabilitu, a také o změnách v jejich motivacích. Stejná témata se objevila jako hlavní i ve výpovědích gymnazistů, kde nejvíce byly situovány k tématu izolace a zhoršení duševní stability následkem izolace během pandemie.

Dá se tedy usoudit, že změněná ritualizace v pandemii ohrozila socializaci a tím i duševní stabilitu, ale zároveň si lidé v ní dokázali najít nové cesty, jak pozitivní emocionální energii získat a uchovat pro další využití - například situace s procházkami, cvičením a staráním se o sebe, již byly blíže popsány v přecházejících odstavcích.

Na základě výsledků z mých dat a těchto korespondujících studií jsem shledala jako nejvhodnější soustředit se v rámci doporučení na zlepšení možností skupinové socializace a následné ritualizace, což také zahrnuje opatření, která by studentům pomohla s rekonvalescencí duševní stability, aby se mohli vrátit k aktivní skupinové ritualizaci.

Z těchto důvodů vidím jako nezbytné dát studentům prvotní možnost, či aspoň informaci, že je možné se zaměstnanci školy hovořit o tématu izolace otevřeně a pomoci jim regulovat jejich emoce. Tento přístup se osvědčil i ve studii od Camacho-Zuñiga.

V České republice se na problematiku spojenou s duševní stabilitou zaměřuje Asociace školních psychologů (dále jako AŠP), která úzce spolupracuje s MŠMT. AŠP dokumentuje, že v mnoha případech se osvědčilo po traumatické zkušenosti sezení s psychologem (AŠP, b.r.) (našly se i ve výpovědích gymnazistů zprávy o pozitivních výsledcích práce s psychologem).

Každá instituce k této vzniklé problematice může přistoupit zcela odlišně, ale jako minimum v rámci doporučení vidím dostatečně informovat studenty o ochotě pedagogů pomoci. Toto ale je opravdové minimum, jelikož studenti projeví zájem se ritualizovat, ať už sami, nebo ve skupině, a během pandemie poznali, jak je to pro ně, jako dospívající osoby, podstatné. Proto by bylo od škol nápomocné, kdyby pro studenty zařídili ritualizační prostory, které by je vedly k pozitivní ritualizaci, ať už ve skupině, nebo o samotě. Skvělým příkladem jsou v tomto případě knihovny, společenské místnosti, bufety se zdravou stravou, bohaté mimoškolní aktivity (kroužky, zájmové skupiny), online sdílicí prostory, či online kavárny. Takto by měli možnost i introvertnější typy studentů, kteří například měli během pandemie spíše interakce naplněné negativní energií, možnost vyzkoušet a zapojit se do pozitivní ritualizace. Také by bylo dobré posílit roli školního psychologa, který by byl hlavně k dispozici maturujícím studentům a studentům s negativními zkušenostmi z pandemie – například rozvod rodičů (Camacho-Zuñiga et al, 2021; AŠP, b.r.). K tomuto se také váže možnost školy pořádat besedy na téma “Izolace v pandemii a jak se s tím vypořádat”, kde by se mohlo rozebírat téma otevřeně a bylo by studentům vysvětleno, že určité situace se v jejich životě nestaly jejich vinou – například odcizení od kamarádů, menší sociální kruh, horší vztahy v rodině.

## **Závěr**

Na závěr bych shrnula hlavní poznatky této práce. Mými cíli bylo popsat rituály středoškolských gymnazistů, zaznamenat, zda v rituálech nastaly změny následkem pandemie, a na tomto základě vytvořit doporučení pro školní instituce odpovídající následkům vzniklých pandemií.

Vzorek se zaměřoval na maturující ročník středoškolských gymnazistů, kde bylo zaznamenáno 210 respondentů skrze online dotazníkové šetření. Analýza proběhla v rámci dvou částí, kvantitativní a kvalitativní, za užití metod obsahové analýzy (kvalitativní), kontingenčních tabulek a T-testu (kvantitativní).

Model rituálů byl sestaven induktivně na základě populárních aktivit pro mladistvé a následně studenty potvrzen, kdy nejpopulárnější aktivity byly scházení se u někoho doma (tzv. soukromý večírek, slangově “privát”), sledování seriálů a filmů, sportování, návštěva kina, chození do

kavárny, scházení se v hospodě, restauraci či baru, chození na procházky a konzumace nezdravého jídla či alkoholu.

Analýza prokázala u studentů určitou změnu ve frekvenci a motivaci se socializovat v rámci kolektivu, což se následně projevuje i skrze dopady na duševní stabilitu (úzkost, deprese, izolace, vyhoření, ...). To koresponduje se zjištěními Camacho-Zuñiga a Božić, kteří ve svých studiích zaznamenali zhoršení duševní stability u svých respondentů následkem izolace během pandemie. Hlavně frustrace, pocit samoty, strach, úzkost, tyto emoce a mnoho dalšího bylo ještě stupňováno absencí mezilidské komunikace (Camacho-Zuñiga, 2021; Božić, 2021). Naopak spíše pozitivní efekty byly zjištěny v oblasti fyzického zdraví, kdy lockdown vedl ke snížení konzumace nezdravého jídla, kofeinu a alkoholu (srovnej Birrell, 1981; Genta, 2021; Homola, 2021).

U doporučení se na základě analýzy ukazuje nejvhodnější zaměřit se na vytváření bezpečných prostorů (fyzických i online) pro sdílení a socializaci, a tím pak i ritualizaci, ať už o samotě, nebo ve skupině. Tento úkol je primárně na instituci školy, který by měla svým studentům dát možnost a prostor pro pozitivní a bezpečnou ritualizaci. Ukazuje se i prospěšné pro studenty, aby se péče o studenty zaměřila na zhoršený aspekt duševní stability. Tento aspekt hraje nemalou roli při socializaci, a následné ritualizaci. Stěžejní v tomto ohledu je informovanost studentů o tomto jevu a nabídnutí pomocné ruky (například respondent žádající o pomoc) (Božić, 2021).

V neposlední řadě, tato práce zpracovává nové téma, socializaci studentů v době Covidu z hlediska rituálů, kterému nebyla dosud věnována velká výzkumná pozornost. Základním přínosem je tedy již popis rituálů pražských gymnazistů a dopady pandemie covid-19 na jejich podobu. Výzkum potvrdil zjištění z několika nedávných výzkumů (izolace měla dopad na duševní stav studentů (srovnej Camacho-Zuñiga, 2021; Kasal, 2022) a jejich životosprávu (srovnej Biesta, 2020; Genta, 2021; Homola, 2021)) a přináší i několik námětu pro další zkoumání: Jsou dopady z pandemie trvalé či jen krátkodobé? (srovnej Božić, 2021) Je potenciál v rozhovorech se studenty na bližší prozkoumání dopadu mentálního zdraví? (srovnej Camacho-Zuñiga, 2021) Jsou středoškolští gymnazisté opravdu tak „zdraví“ jako tento vzorek? (srovnej Homola, 2021; Genta, 2021) Jaké jsou šance rizikového chování s ustoupením pandemie a návratu do „normálního“ stylu života? (srovnej Noviyanti Noviyanti, 2020; Božić, 2021; Albrecht JN. et al, 2022)

## Conclusion

In conclusion, I would summarize the main findings of this work. My goals were to describe the rituals of high school students, to record whether there were changes in the rituals as a result of the pandemic, and on this basis to create recommendations for school institutions corresponding to the consequences of the resulting pandemics.

The sample focused on the graduating year of high school students, where 210 respondents were recorded through an online questionnaire survey. The analysis was carried out in two parts, quantitative and qualitative, using methods of content analysis (qualitative), contingency tables and T-test (quantitative).

The rituals model was built inductively based on popular activities for teenagers and then confirmed by students, when the most popular activities were meeting at someone's house (so-called private party, slang for "private"), watching series and movies, playing sports, going to the cinema, going to a cafe, meeting in a pub, restaurant or bar, going for walks and consuming unhealthy food or alcohol.

The analysis showed a certain change in the students' frequency and motivation to socialize within the collective, which is subsequently manifested through the effects on mental stability (anxiety, depression, isolation, burnout, ...). This corresponds with the findings of Camacho-Zuñiga and Božić, who in their studies noted a deterioration of mental stability in their respondents as a result of isolation during the pandemic. Mainly frustration, the feeling of loneliness, fear, anxiety, these emotions and much more were intensified by the absence of interpersonal communication (Camacho-Zuñiga, 2021; Božić, 2021). On the contrary, rather positive effects were found in the area of physical health, where the lockdown led to a reduction in the consumption of unhealthy food, caffeine and alcohol (compare Birrell, 1981; Genta, 2021; Homola, 2021).

Based on the analysis, the recommendations show that it is most appropriate to focus on creating safe spaces (both physical and online) for sharing and socializing, and thus ritualization, either alone or in a group. This task is primarily up to the institution of the school, which should give its students the opportunity and space for positive and safe ritualization. It also proves to be beneficial for students to focus student care on the impaired aspect of mental stability. This aspect plays a significant role in socialization and subsequent ritualization. The key in this regard is the awareness of students about this phenomenon and offering a helping hand (for example, a respondent asking for help) (Božić, 2021).

Last but not least, this work deals with a new topic, the socialization of students in the time of Covid from the point of view of rituals, which has not yet received much research attention. The basic contribution is already the description of the rituals of Prague high school students and the effects of the covid-19 pandemic on their appearance. The research confirmed the findings of several recent studies (isolation had an impact on the mental state of students (cf. Camacho-Zuñiga, 2021; Kasal, 2022) and their lifestyle (cf. Biesta, 2020; Genta, 2021; Homola, 2021)) and also brings several topics for further investigation: Are the effects of the pandemic permanent or only short-term? (compare Božić, 2021) Is there potential in student interviews to explore the impact of mental health more closely? (cf. Camacho-Zuñiga, 2021) Are high school students really as “healthy” as this sample? (compare Homola, 2021; Genta, 2021) What are the chances of risky behavior as the pandemic recedes and a "normal" lifestyle returns? (compare Novyanti Novyanti, 2020; Božić, 2021; Albrecht JN. et al, 2022)

## Zdroje

1. Albrecht JN. (2022). *Association Between Homeschooling and Adolescent Sleep Duration and Health During COVID-19 Pandemic High School Closures*. <https://doi.org/10.1001/jamanetworkopen.2021.42100>
2. AŠP. (b.r.). *Asociace školních psychologů*. <http://www.skolnipsychologie.cz>
3. Biesta, G. (2020). *Have we been paying attention? Educational anaesthetics in a time of crises*. 0(0). <https://doi.org/10.1080/00131857.2020.1792612>
4. Birrell, S. (1981). *Sport as Ritual: Interpretations from Durkheim to Goffman*. 60(2). <https://doi.org/10.2307/2578440>
5. Božić, S. (2021). *Interaction Ritual Chains and Sustainability of Lockdowns, Quarantines, “Social Distancing” and Isolation during the COVID-19 Pandemic*. 59(219), 13–34.
6. Camacho-Zuñiga. (2021). *The impact of the COVID-19 pandemic on students’ feelings at high school, undergraduate, and postgraduate levels*. 7(3). <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2021.e06465>
7. Collins, R. (2005). *Interaction Ritual Chains*. Princeton: Princeton University Press. <https://doi.org/10.1515/9781400851744>
8. ČSÚ - střední vzdělávání—Obory gymnázií. (2021). [Veřejná databáze]. Český statistický úřad. [https://vdb.czso.cz/vdbvo2/faces/cs/index.jsf?page=vystup-objekt&pvo=VZD05&f=TABULKA&z=T&katalog=30848&c=v3~1\\_\\_RP2020RK2021MP09MK06DP01DK30&&str=v66#w=](https://vdb.czso.cz/vdbvo2/faces/cs/index.jsf?page=vystup-objekt&pvo=VZD05&f=TABULKA&z=T&katalog=30848&c=v3~1__RP2020RK2021MP09MK06DP01DK30&&str=v66#w=)
9. Durkheim. (1912). *The Elementary Forms of the Religious Life*.
10. Dvořáková, I. (2010). *Obsahová analýza / formální obsahová analýza / kvantitativní obsahová analýza* [Západočeská univerzita v Plzni]. [http://www.antropoweb.cz/media/webzin/webzin\\_2\\_2010/Dvorakova\\_I-2-2010.pdf](http://www.antropoweb.cz/media/webzin/webzin_2_2010/Dvorakova_I-2-2010.pdf)
11. Genta, F. D. (2021). *COVID-19 pandemic impact on sleep habits, chronotype, and health-related quality of life among high school students: A longitudinal study*. 17(7), 1371–1377. <https://doi.org/10.5664/jcsm.9196>
12. Goffman, E. (1967). *Interaction ritual*.
13. *Gymnázia Praha*. (b.r.). Seznam Škol.eu. <http://www.seznamskol.eu/typ/gymnazium/?kraj=praha>
14. Homola, M. (2021). *Pohybová aktivita žáků staršího školního věku v době nouzového stavu*. Univerzita Karlova, Pedagogická fakulta.

15. Kasal, A. (2022). *Suicide Risk in Individuals With and Without Mental Disorders Before and During the COVID-19 Pandemic: An Analysis of Three Nationwide Cross-Sectional Surveys in Czechia*. <https://doi.org/10.1080/13811118.2022.2051653>
16. Luery, S., & Boyns, D. (2015). *Negative Emotional Energy: A Theory of the “Dark-Side” of Interaction Ritual Chains*. 4(1). <http://dx.doi.org/10.3390/socsci4010148>
17. McLaren, P. (1999). *Schooling as a ritual performance: Toward a political economy of educational symbols and gestures*. Lanham: Rowman & Littlefield Publishers.
18. Mousavi, F., Garcia, D., Jimmefors, A., Archer, T., & Ewalds-Kvist, B. (2014). *Swedish high-school pupils' attitudes towards drugs in relation to drug usage, impulsiveness and other risk factors*. 2. <https://doi.org/10.7717/peerj.410>
19. NAVRÁTIL. Karanténa a izolace. Co je co?. Zdravotnické zařízení Ministerstva vnitra [online]. ČR: Zdravotnické zařízení Ministerstva vnitra, 2021, 2.12.2021 [cit. 2023-04-17]. Dostupné z: <https://www.zzmv.cz/aktuality/695-karantena-a-izolace-co-je-co>
20. Noviyanti Noviyanti. (2020). *Analysis of Changes in Student Activity and Learning Patterns During the Pandemic: Case Study of High School Students in Jember Regency*. 9(3), 11–22. <https://doi.org/10.25037/pancaran.v9i3.297>
21. MŠMT. Opatření PM - aktualizované RVP pro gymnázia [online]. 2020, 2020, 2020(34116/2020-1), 3 [cit. 2023-04-17]. Dostupné z: <https://www.msmt.cz/vzdelavani/stredni-vzdelavani/vydani-aktualizovanych-rvp-pro-gymnazia>
22. Oborovská. (2016). *Frajeři, rapeři a propadlíci: Etnografie etnicity a etnizace v desegregované školní třídě*. 52(1), 53–78.
23. Rigal, Goteiner. (2021). *The Globalization of an Interaction Ritual Chain: “Clapping for Carers” During the Conflict Against COVID-19*. 82(4), 471–493.
24. Williamson, B., Eyon, R., & Potter, J. (2020). *Pandemic politics, pedagogies and practices: Digital technologies and distance education during the coronavirus emergency*. 45(2), 107–114. <https://doi.org/10.1080/17439884.2020.1761641>
25. Žáčková, H. (2008). *Vliv sociálního prostředí na kouření tabáku u středoškoláků* [Diplomová práce, Univerzita Karlova, Filozofická fakulta]. <http://hdl.handle.net/20.500.11956/15057>

## **Přílohy**

### **Příloha 1:**

Seznam gymnázií:

BANKOVNÍ AKADEMIE - Gymnázium a Střední odborná škola, a.s.

Vyšší odborná škola pedagogická a sociální, Střední odborná škola pedagogická a Gymnázium  
Pražské humanitní gymnázium, š. p. o.

Škola mezinárodních a veřejných vztahů Praha, Střední odborná škola, Gymnázium, s.r.o

Vyšší odborná škola ekonomických studií, Střední průmyslová škola potravinářských  
technologií a Střední odborná škola přírodovědná a veterinární

Střední průmyslová škola zeměměřická a Geografické gymnázium Praha

Gymnázium Čakovice

Gymnázium Nad Kavalírkou

Gymnázium Nad Alejí

Gymnázium bratří Čapků a První české soukromé střední odborné učiliště, s. r. o.

Gymnázium U Libeňského zámku

Karlínské gymnázium

Mensa gymnázium, o.p.s.

Gymnázium Thomase Manna

Střední průmyslová škola a Gymnázium Na Třebešíně

Gymnázium Duhovka s.r.o.

Park Lane International School

Akademické gymnázium a Jazyková škola s právem státní jazykové zkoušky, školy hlavního  
města Prahy

Gymnázium Chodovická

Střední škola - Waldorfské lyceum

Střední škola, základní škola a mateřská škola da Vinci

Gymnázium, Praha 4, Na Vítězné pláni

Gymnázium Elišky Krásnohorské

GYMNÁZIUM JANA PALACHA PRAHA 1, s. r. o.

Smíchovská střední průmyslová škola a gymnázium

Klasické gymnázium Modřany a základní škola, s.r.o.

Gymnázium Voděradská

Gymnázium Litoměřická



Arcibiskupské gymnázium

Gymnázium pro zrakově postižené a Střední odborná škola pro zrakově postižené, Praha 5,  
Radlická 115

Lauderova mateřská škola, základní škola a gymnázium při židovské obci v Praze

Soukromé gymnasium Josefa Škvoreckého

Gymnázium Evolution Jižní Město s.r.o.

Gymnázium Jana Keplera

Gymnázium Českolipská

1.Slovanské gymnázium a jazyková škola s právem státní jazykové zkoušky

Anglicko - české gymnázium AMAZON s.r.o.

EDUCAnet - gymnázium, střední odborná škola a základní škola Praha, s.r.o.

Německá škola v Praze s.r.o. - zahraniční škola a gymnázium

Soukromé osmileté gymnázium DINO - HIGH SCHOOL, s. r. o.

Gymnázium Čelákovice

Gymnázium profesora Jana Patočky

English College in Prague - Anglické gymnázium, o.p.s.

Gymnázium Arabská

Gymnázium Karla Sladkovského

Gymnázium Botičská

Gymnázium Jana Nerudy, škola hl. m. Prahy

Gymnázium Nad Štolou

Rakouské gymnázium v Praze, o.p.s.

Gymnázium J. Seiferta o.p.s.

Malostranské gymnázium

Gymnázium Přírodní škola, o.p.s.

PORG - gymnázium a základní škola, o. p. s.

Gymnázium Omská

Gymnázium Opatov

Hill Castle International School

Gymnázium Evolution Sázavská

Gymnázium Jaroslava Heyrovského

Gymnázium, Základní škola a Mateřská škola pro sluchově postižené, Praha 2, Ječná 27

Gymnázium Špitálská

OPEN GATE - gymnázium a základní škola, s.r.o.

Jedličkův ústav a Mateřská škola a Základní škola a Střední škola

Gymnázium Oty Pavla

Gymnázium Ústavní

Trojské gymnázium, s.r.o.

Gymnázium Budějovická

Gymnázium ALTIS, s.r.o.

Gymnázium Přípotoční

Gymnázium Písnická

První česko-ruské gymnázium, s.r.o.

Gymnázium Na Pražačce

Gymnázium Na Zatlance

Gymnázium Jiřího Gutha - Jarkovského

Masarykovo klasické gymnázium, s.r.o.

Soukromé gymnázium ARCUS PRAHA 9, s.r.o.

Gymnázium Christiana Dopplera

Gymnázium Postupická

## Příloha 2:

Paired samples test:

### Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	v64_rec Jak často jste se s přáteli/spolužáky scházíte po návratu do školy (face-to-face i online)? - v42_rec Jak často jste se s přáteli/spolužáky scházeli/a během lockdownu (face-to-face i online)?	-.317	1.608	.111	-.537	-.098	-2.846	207	.005

### Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	v64_rec Jak často jste se s přáteli/spolužáky scházíte po návratu do školy (face-to-face i online)?	2.45	208	1.199	.083
	v42_rec Jak často jste se s přáteli/spolužáky scházeli/a během lockdownu (face-to-face i online)?	2.77	208	1.313	.091

### Příloha 3:

Dotazník pro školy:

Otázky pro dotazník

Sekce 0 – Demografické otázky a informace

1. Pohlaví – muž, žena, jiné, nechci specifikovat (není nutno vyplnit)
2. Škola – Jakou školu navštěvujete? (seznam všech pražských gymnázií)
3. Věk – rok narození
4. Jaký ročník jste?

Sekce 1 – Před pandemií

1. Jak často jste se s přáteli během týden scházeli mimo školu (po škole/o víkendu)? (před pandemií)
  - a. Vícekrát za den
  - b. Denně nebo téměř denně
  - c. Několikrát za týden
  - d. Zřídka, maximálně jednou týdně
  - e. Vůbec

2. Trávil/a jste čas během dne ve škole s přáteli (přestávky, obědové pauzy, před začátkem výuky)? (před pandemií)

- a. Vždy
- b. Většinou
- c. Občas
- d. Výjimečně
- e. Vůbec

3. Jak jste trávil/a čas sám/a či s přáteli po škole/o víkendu/volný čas? (před pandemií) – multiple answers

- a. Nakupování (obchodní centra, ...)
- b. Sportování
- c. Chození do nočních klubů
- d. Sraz v hospodě, restauraci, baru
- e. Setkávání se v kavárně
- f. Procházky, výlety
- g. Návštěva muzea či galerie
- h. Návštěva festivalu či koncertu
- i. Návštěva kina
- j. Návštěva divadla
- k. Setkávání se u někoho doma – house party/“privát“
- l. Sledování seriálů a filmů
- m. Hraní počítačových her

n. Jiné – doplňte

4. Užíval/a jste občas či pravidelně (před pandemií): - multiple answers

- a. Alkohol či alkoholické nápoje
- b. Tabákové výrobky – cigarety, žvýkací tabák, ...
- c. Elektronické cigarety, vaporizér, IQOS, ...
- d. Marihuanu
- e. Těžké drogy (kokain, koule, srdíčka, parno, ...)
- f. Pil/a jsem kofeinové drinky
- g. Konzumoval/a jsem nezdravé jídlo – chipsy, fast food, sladkosti, ...
- h. Neužíval/a jsem nic

5. Jak jste trávil/a čas během školního dne (oběd, přestávky, volné hodiny, před výukou)?  
(před pandemií) – multiple answers

- a. Četba
- b. Příprava na hodinu
- c. Povídání si s přáteli
- d. Poslouchání hudby
- e. Užívání tabákových či jiných návykových látek/výrobků
- f. Konzumace jídla/pití
- g. Chození ven – před školu, kolem areálu školy
- h. Kolektivní hry – ping pong, fotbálek, karetní/deskové hry
- i. Hry na mobilním telefonu
- j. Jiné – doplňte

Sekce 2 – Během karantény (u každé otázky dát „během karantény“ do závorky)

1. Scházel/a jste se s přáteli/spolužáky i během karantény (face-to-face/online)? – multiple answers

- a. Ano, face-to-face
- b. Ano, online
- c. Face-to-face i online
- d. Ne, nescházeli jsme se
- e. Jiné – doplňte

2. Jak často jste se s přáteli/spolužáky scházel/a během lockdownu (face-to-face i online)?

- a. Vždy
- b. Většinou
- c. Občas
- d. Vyjimečně
- e. Vůbec

3. Jak jste trávil/a svůj volný čas během lockdownu? – multiple answers + škála více, méně, přestal/a, nemohl/a, nedělal/a jsem ani před lockdownem

- a. Nakupování (obchodní centra, ...)
- b. Sportování
- c. Chození do nočních klubů
- d. Sraz v hospodě, restauraci, baru
- e. Setkávání se v kavárně
- f. Procházky, výlety

- g. Návštěva muzea či galerie
- h. Návštěva festivalu či koncertu
- i. Návštěva kina
- j. Návštěva divadla
- k. Setkávání se u někoho doma – house party/“privát“
- l. Sledování seriálů a filmů
- m. Hraní počítačových her
- n. Jiné – doplňte

4. Užíval/a jste během aktivit z minulé otázky: - multiple answers + škála Více než před lockdownem, Méně než před lockdownem, Stejně, nic moc se nezměnilo, Přestal/a jsem s tím, Kvůli lockdownu jsem nemohl/a, Neužíval/a jsem ani před lockdownem

- a. Alkohol či alkoholické nápoje
- b. Tabákové výrobky – cigarety, žvýkací tabák, ...
- c. Elektronické cigarety, vaporizér, IQOS, ...
- d. Marihuanu
- e. Těžké drogy (kokain, koule, srdíčka, parno, ...)
- f. Pil/a jsem kofeinové drinky
- g. Konzumoval/a jsem nezdravé jídlo – chipsy, fast food, sladkosti, ...
- h. Neužíval/a jsem nic

### Sekce 3 – Aktuální situace

1. Scházel/a jste se s přáteli/spolužáky po navrácení do školy? (face-to-face, online)

- a. Ano, face-to-face
- b. Ano, online
- c. Ne, nescházeli jsme se
- d. Jiné – doplňte

2. Jak často jste se s přítelem/spolužákem scházíte po návratu do školy (face-to-face i online)? (face-to-face i online)?

- a. Vždy
- b. Většinou
- c. Občas
- d. Vyjimečně
- e. Vůbec

3. Jak jste trávil/a svůj volný čas po ukončení lockdownu?

- a. Nakupování (obchodní centra, ...)
- b. Sportování
- c. Chození do nočních klubů
- d. Sraz v hospodě, restauraci, baru
- e. Setkávání se v kavárně
- f. Procházky, výlety
- g. Návštěva muzea či galerie
- h. Návštěva festivalu či koncertu
- i. Návštěva kina
- j. Návštěva divadla



- k. Setkávání se u někoho doma – house párty/“privát“
- l. Sledování seriálů a filmů
- m. Hraní počítačových her
- n. Jiné – doplňte

4. Užíval/a jste občas či pravidelně (po ukončení lockdownu):

- a. Alkohol či alkoholické nápoje
- b. Tabákové výrobky – cigarety, žvýkáci tabák, ...
- c. Elektronické cigarety, vaporizér, IQOS, ...
- d. Marihuanu
- e. Těžké drogy (kokain, koule, srdíčka, parno, ...)
- f. Pil/a jsem kofeinové drinky
- g. Konzumoval/a jsem nezdravé jídlo – chipsy, fast food, sladkosti, ...
- h. Neužíval/a jsem nic

5. Co se u vás následkem lockdownu změnilo?

- a. Volná odpověď

#### **Příloha 4:**

Dopis pro školy:

Dobrý den,

jmenuji se Adéla Čeplová a aktuálně provádím výzkum na téma vlivu pandemie na rituály středoškolských studentů, tento výzkum je určen pro stejnojmennou bakalářskou práci, kterou píšete na fakultě sociálních věd Univerzity Karlovy pod oborem sociologie a sociální politika.

Na tomto základě bych chtěla vaši školu požádat o účast v rámci tohoto šetření. Dotazník je konkrétně určen pro maturující studenty, a proto chápu, jak nabitý program musí mít, nicméně

je to také příležitost pro ukázkou práce s dotazníkem, možnost inspirovat se pro jejich vlastní maturitní závěrečné práce a zakomponovat dotazník jako obohacující prvek do hodiny sociálních věd, aby intervence učebního plánu, či volného času, byla tématická a aktuální.

Odkaz na dotazník je zde: <https://forms.gle/ubAZRDBCmDiimgvA8>

Tento odkaz funguje nespočetněkrát, je tedy možné ho rozeslat maturantům skrze online prostředí, mail či médium, které používáte k výuce. Šetření nezabere více jak 10 minut čistého času.

V případě dotazů či komplikací s distribucí dotazníku studentům, mě neváhejte kontaktovat na tuto fakultní emailovou adresu.

Předem děkuji za účast ve výzkumném šetření,

s přáním hezkého dne,

Adéla Čeplová