

### [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)  
[.net](#)  
[Innowacje](#)  
[Nauka](#)  
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

[zapisz się](#)

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

## Naukowcy podsumowali samopoczucie uczniów po roku zdalnej nauki

Po niemal roku zdalnej nauki 20 proc. uczniów przejawia objawy depresji, a 65 proc. uważa, że lekcje zdalne były prowadzone na niższym poziomie, niż stacjonarne. Część obawia się

## **powrotu do szkolnej rzeczywistości - wynika z analiz badaczy z Polski i Ukrainy.**

We wrześniu 4,6 mln polskich uczniów rozpoczęło nowy rok szkolny. Większość z nich w poprzednim roku uczyła się zdalnie, z dala od rówieśników i nauczycieli. Skutki nauki w domu są przedmiotem wielu badań - naukowców interesuje m.in., czy w trakcie lockdownu mogło dojść do pogłębienia się problemów i trudności młodzieży.

Zespół badaczy z Polski i Ukrainy pod kierownictwem dr. hab. Piotra Długosza z Uniwersytetu Pedagogicznego im. KEN w Krakowie sprawdził, jak nauczanie zdalne odbiło się na kondycji psychicznej uczniów z obu państw, i co może utrudniać uczniom powrót do szkoły po wielu miesiącach zdalnej edukacji. Badania realizowano za pomocą indywidualnego wywiadu wspomaganego komputerowo (CAPI) w domach losowo dobranych respondentów. Zbadano 1000 polskich uczniów ze starszych klas szkół podstawowych i szkół średnich, oraz 1022 uczniów mieszkających na Ukrainie. Uczniowie pochodzili z różnych klas społecznych.

"Wstępne wyniki badań wskazują, że pandemia i przejście na zdalną edukację mogą prowadzić do pogorszenia zdrowia psychicznego i fizycznego młodzieży. Widać też, że uczniowie po prawie półtorarocznej przerwie od tradycyjnej nauki w szkole zdali sobie sprawę z braków i zaległości powstałych w czasie lekcji online. W perspektywie kolejnego lockdownu jest to bardzo niepokojące, gdyż z jednej strony uczniowie wiedzą o swoich brakach - i jednocześnie obawiają się wymagań stawianych przez nauczycieli i szkołę, a z drugiej strony są przerażeni faktem, że może niebawem wrócić zdalne nauczanie i ich szanse szkolne i życiowe mogą zostać zniweczone" - podsumowuje dla PAP dr Długosz.

Uczestnicząca w badaniu młodzież różnie ocenia edukację zdalną. Dla 33 proc. z nich było to pozytywne doświadczenie, dla niespełna połowy (46 proc.) - negatywne, a co piąty uczeń nie potrafił jej ocenić. 65 proc. młodzieży uważa natomiast, że lekcje zdalne były prowadzone na niższym poziomie niż lekcje stacjonarne - poinformował PAP dr hab. Piotr Długosz.

Z ankiety wynika również, że jedynie jeden na trzech uczniów nie miał trudności ze zrozumieniem treści przekazywanych przez nauczycieli w czasie lekcji online. Aż 37 proc. uczniów stwierdziło, że udział w korepetycjach pozwoliłby im lepiej zrozumieć materiał z lekcji.

Nauka zdalna sprzyja też wytworzeniu się negatywnych nawyków. Należą do nich m.in. ściganie w trakcie sprawdzianów i korzystanie z pomocy innych domowników - przyznało się do tego aż 67 proc. uczniów.

40 proc. uczniów obawia się wymagań, jakie nauczyciele będą przed nimi stawiać. Jeden na trzech obawia się też uciążliwości związanych z rannym wstawaniem i dojazdem do szkoły. Tyle samo twierdzi, że obniżyła się ich motywacja do nauki, a dla 29 proc. problemem jest zmiana dotychczasowego rytmu życia i dostosowanie się do szkolnych wymagań. Co czwarty uczeń ma świadomość niskiego poziomu wiedzy wyniesionej z edukacji online.

Lekarze i psychologowie ostrzegali, że spędzanie przez wiele miesięcy dużej ilości czasu przed ekranami urządzeń cyfrowych może wywoływać problemy zdrowotne. Czy tak się stało? 7 proc. uczniów wykazuje pogorszenie stanu zdrowia; o pogorszonym samopoczuciu psychicznym wspomina jeden na pięciu. Wzrok pogorszył się u 16 proc. uczniów, u 18 proc. z nich pojawiła się nadwaga. Pogorszenie sprawności fizycznej zauważyło 30 proc., a pogorszenie ogólnego funkcjonowania zgłasza 26 proc. badanej młodzieży.

20 proc. uczniów przejawia objawy depresji - pokazały to wyniki badania za pomocą skali PHQ9 (ang.

The Patient Health Questionnaire-9). Badanie za pomocą skali SWLS (Skala Satysfakcji z Życia) wykazało z kolei, że 15 proc. uczniów nie ma satysfakcji z życia. Co piąty uczeń deklarował, że chciałby skorzystać z pomocy pedagoga lub psychologa w szkole.

A co z rodzinami uczniów? Jak wynika z badań, 58 proc. respondentów nie doświadczyło żadnej straty w wyniku pandemii. Wśród nieprzyjemnych zdarzeń, jeśli do nich doszło, respondenci wymieniali głównie utratę pracy przez rodziców (4 proc.), przejście rodziców na pracę zdalną (18 proc.), spadek dochodów w rodzinie (12 proc.), pogorszenie możliwości spożywania regularnych i wartościowych posiłków (2 proc.), pojawienie się konfliktów i nieporozumień w domu (12 proc.), pogorszenie kontaktu z rówieśnikami (15 proc.), ciężką chorobę w rodzinie (10 proc.), śmierć w rodzinie z powodu COVID-19 (3 proc.).

Pandemia trwa i nie wiadomo, czy uczniowie nie wrócą do nauki zdalnej. O tym, że podczas nauki w szkole mogą się nauczyć więcej (niż uczestnicząc w lekcjach z domu), przekonanych jest 63 proc. uczniów. Gdyby uczniowie mieli wybór, ponad połowa z nich najchętniej zostałaby w szkole. W sytuacji wyboru między nauką zdalną a stacjonarną 60 proc. chciałoby zostać w szkole, 14 proc. chciałoby się uczyć w domu, 21 proc. wybrałoby hybrydowy system nauczania, a 2 proc. najchętniej przestałoby się uczyć.

Jak twierdzi prawie dwie trzecie ankietowanej młodzieży, "zdalna nauka to byłaby najgorsza rzecz, jaka mogłaby się wydarzyć. Kolejny rok stracony, brak kontaktów z rówieśnikami, wiedzy i znowu zamknięcie w dom".

Źródło: pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/30867.html>



22-04-2026

## [Rozwiązania Watson-Marlow wspierają proces produkcyjny Torbay Pharma](#)

Poprzez powtarzalną szczelność zamknięć i precyzyjne dozowanie.



13-04-2026

## [Mity na temat epilepsji](#)

Atak epilepsji nie zawsze przebiega tak samo.



13-04-2026

## [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#)

Wynika z danych naukowców unijnego programu obserwacji Ziemi Copernicus.



13-04-2026

## [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#)

Może trzykrotnie zwiększać ryzyko uszkodzenia wątroby.



13-04-2026

## [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#)

Zamiast zalecać szukanie pomocy.



13-04-2026

## [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u...](#)

Sugerują badania opublikowane przez pismo „Neurology”.



13-04-2026

## [Nie kompromitujcie nas, czyli jak chronić dane biometryczne](#)

Naukowiec przewiduje, czy w przyszłości uda się utrudnić kradzieże.



13-04-2026

## [Ruszyła Akademia Energii Jądrowej](#)

Pilotażowy program edukacyjny Polskich Elektrowni Jądrowych.

**Informacje dnia:** [Rozwiązania Watson-Marlow wspierają proces produkcyjny Torbay Pharma Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Rozwiązania Watson-Marlow wspierają proces produkcyjny Torbay Pharma Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często](#)

[uspokaja Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#) [Rozwiązania Watson-Marlow wspierają proces produkcyjny Torbay Pharma Mity na temat epilepsji](#) [Marzec był drugim najcieplejszym miesiącem w Europie](#) [Sporadyczne picie dużych ilości alkoholu](#) [W nagłych przypadkach ChatGPT Health często uspokaja](#) [Dieta bogata w warzywa i owoce zmniejsza ryzyko demencji nawet u seniorów](#)

## **Partnerzy**