

VZDELÁVANIE LÍDROV V KONTEXTE PANDÉMIE OCHORENIA COVID-19 A JEJ VYPLVU NA MENTÁLNE ZDRAVIE

LEADERS' EDUCATION IN THE CONTEXT OF COVID-19 PANDEMIC AND ITS IMPACT ON MENTAL HEALTH

Jana Kajanová – Magdaléna Musilová

DOI: 10.61544/mnk/DTCX6408

Abstract

Purpose of the article In regard to mental health as one of the factors affecting the performance of companies as well as their competitiveness, we deal with the support of mental health in the context of the education of future leaders.

Methodology/methods We used standard scientific methods in the processing, e.g. analysis, synthesis, comparison, structured interviews, induction and deduction. The results of the research, which took place simultaneously in all V4 countries, show the findings and research results of Slovak respondents.

Scientific aim The aim of the submitted contribution is to present the results of research focused on changes in the behavior of employees and students at the Faculty of Management of the Comenius University during the Covid-19 pandemic and after the end of the epidemic compared to the state before the start of the pandemic, as well as to identify options and tools affecting mental health, which must be taken into account in the education of business leaders.

Findings Based on the findings, we formulated recommendations which should be applied to the education process of future business leaders: to increase the share of tasks focused on students' communication and presentation skills, support teamwork, support dialogue and socialization, work in modern groups, spaces, provide study materials created by using modern information and communication technologies, to discuss the balance between work and personal life, to help support mental health.

Conclusions (limits, implications etc.) Without awareness of the importance of mental health in organizations and the ability to support it, they will not be well prepared to contribute to the recovery after the period of the Covid-19 pandemic and the restart of their activities in the case of businesses that were significantly negatively affected by the pandemic. It is therefore essential to train future leaders to consciously understand the importance of mental health in organizations and to raise their awareness of the diversity of employee needs in this area.

Keywords: mental health, education, leaders, Covid-19 pandemic

JEL Classification: I31, M54

ÚVOD

Tento príspevok je súčasťou projektu IVF's Strategic Grant no. 22210016 „Supporting mental health in organisations: developing future business leaders” / „Podpora duševného zdravia v organizáciách: rozvoj budúcich business lídrov“.

Mentálne zdravie lídrov zohráva v efektívite plnenia svojich úloh významnú úlohu. Iba veľmi problematicky je možné dosiahnuť želaný výsledok vzdelávania bez nastavenia vhodných rozvojových podmienok, medzi ktoré patrí aj dobrý duševný stav zamestnanca. Pandémia Covid-19 vo veľkom rozsahu prehĺbila množstvo už existujúcich problémov na individuálnej úrovni. Podľa štúdie (Cloutier, 2023) zohráva úroveň mentálneho zdravia významnú úlohu už pri výbere budúcich vedúcich pracovníkov. Taktiež, manažéri s dlhotrvajúcimi psychickými ťažkosťami, by sa nemali uchádzať o rozširovanie svojich kompetencií a mali by naopak vyhľadať stabilitu, ktorá im pomôže prekonať vnímané ťažkosti. Pochopenie vplyvu mentálneho zdravia na pracovisku dosiahlo v posledných rokoch zvýšenie pozornosti. Jedným z dôvodov podnecovania nárastu výskumu v danej oblasti je nepochybne vplyv pandémie Covid-19 na mentálne zdravie a úloha, ktorú pandémia zohrala.

Udržanie a zachovanie konkurencieschopnosti v súčasnom ekonomickom období predstavuje výzvu, ktorú je nutné adresovať komplexne a adresne pre všetky články ľudských zdrojov, zodpovednú za napredovanie spoločnosti. Nedávne výskumy ukazujú, že sa v posledných rokoch organizáciám vo veľkej miere nedarí rozvíjať lídrov s kritickým myslením, kreativitou a inováciou. Naďalej sa kladie dôraz na takzvané „tvrdé zručnosti“, ako sú technické schopnosti a analýza údajov. Najväčší doraz sa v danom prípade kladie na odbornú znalosť a vo väčšine prípadov aj na roky skúseností. Aby však organizácie mohli skutočne konkurovať v dnešnom rýchlo meniacom sa priemyselnom kontexte, lídri musia byť vybavení schopnosťou transformovať obrovské množstvo údajov a vedomostí na pozitívnu akciu. Zistenia nedávno publikovaných výskumných štúdií naznačujú, že ide skutočne o globálny problém (Dyason, 2022).

Jedným z častých problémov vzdelávania lídrov je vysoká úroveň organizačných obmedzení vplyvujúcich nielen na ich schopnosť ďalej rozvíjať svoje zručnosti, ale aj na náplň ich práce. Ako príklad si uveďme vedúcich projektov. Ak sú začlenení do tímu alebo oddelenia s nízkymi zdrojmi a veľkým dôrazom na okamžitú finančnú návratnosť, s najväčšou pravdepodobnosťou možno očakávať, že rozsah kreativity v projektoch a taktiež priestor na iné aktivity, neprinášajúce v krátkodobom kontexte vysokú finančnú návratnosť (Medeiros, Watts, Mumford, 2017).

Medzi najvýznamnejšie faktory, ovplyvňujúce mentálne zdravie jedincov v rámci pandémie Covid-19, patrí prijatie a akceptácia nových správ súvisiacich s pandemiou. Negatívne správy prostredníctvom mediálnych kanálov nie sú však jediným zdrojom nárastu úzkostných stavov. Zvyšovanie opatrení a negatívne správy priamo v práci taktiež vplyvajú na mentálne zdravie. Z daného dôvodu je aj úloha lídrov zásadná, aby so svojimi kolegami a podriadenými komunikovali otvorene a s dôrazom na vplyv na duševné zdravie (Aldoseri, Alhadi, Alghatam, 2023).

Pandémia Covid-19 výrazne posunula vpred úroveň dištančného vzdelávania, s významným nárastom publikácií, koordinovaného vývoja a zlepšovania podmienok pre dištančné vzdelávanie (Katrenčík, Zatrochová, 2023). Výskum (Frenk et al., 2022) potvrdzuje zvyšujúcu sa adaptáciu aj vo vysoko náročných odvetviach v prezenčných formách vzdelávania vysokých škôl, medzi ktoré patria aj lekárske fakulty. Vo všeobecnosti môžeme skonštatovať, že dnes majú lídri omnoho viac príležitostí na vzdelávanie sa, ako tomu bolo v minulosti. Napriek časovej vyťažnosti vedúcich pracovníkov, dnes existuje množstvo on-line kurzov

a možnosti získania certifikátov, ktoré môžu posunúť tzv. tvrdé aj mäkké zručnosti zamestnancov, angažujúcich sa v kariérnom postupe.

Aktuálnou témou v kontexte vzdelávania lídrov je aj snaha o zavedenie udržateľnosti, ktorá zohráva stále kľúčovejšiu rolu pre organizácie. Pandémia Covid-19 danému smerovaniu napomohla, a to predovšetkým prostredníctvom otestovania schopnosti adaptácie spoločností smerom k trvalým a udržateľným zmenám. Kľúčovú rolu môžu zohrávať aj univerzity, zamerané predovšetkým na prípravu budúcich lídrov do praxe (Klimková, 2017). Mnoho mladých ľudí oceňuje akúkoľvek možnosť zapojenia svojich zručností v školských aktivitách, ktoré pomôžu rozvinúť zručnosti, potrebné pre vedenie ľudí.

V súvislosti s duševným zdravím ako jedným z faktorov, ktoré ovplyvňujú výkonnosť podnikov, ako aj ich konkurencieschopnosť, sa zaoberáme podporou duševného zdravia v kontexte vzdelávania budúcich lídrov.

Na to, aby sme mohli navrhnúť zmeny a opatrenia v oblasti vzdelávania, potrebujeme identifikovať stav zamestnancov aj študentov pred / počas / po pandémie Covid-19.

1 CIEĽ A METODIKA

Cieľom predloženého príspevku je zverejniť výsledky výskumu zameraného na zmeny v správaní zamestnancov a študentov na Fakulte managementu Univerzity Komenského v období pandémie Covid-19 a po nej v porovnaní so stavom pred začiatkom pandémie. Následne identifikujeme možnosti a nástroje ovplyvňujúce duševné zdravie, ktoré je potrebné zohľadniť pri vzdelávaní business lídrov.

K parciálnym cieľom, ktoré nám umožňujú naplniť hlavný cieľ príspevku zaradujeme:

- zosumarizovať relevantné zdroje, ktoré pojednávajú o základných termínoch prezentovanej témy,
- poskytnúť prehľad výsledkov výskumu (parciálneho z výskumu krajín V4) o duševnom stave a rozporení vybraných respondentov,
- identifikovať možnosti zohľadnenia mentálneho zdravia pri vzdelávaní business lídrov,
- navrhnúť opatrenia absorbujúce podporu mentálneho zdravia do vzdelávacích procesov business lídrov.

Metodické spracovanie je v súlade s písaním vedeckých statí a prác, od spracovania súčasného stavu problematiky, literárnej rešerše, cez formulovanie cieľov, popísania využívaných vedeckých metód, po prezentáciu vedeckých výsledkov a poskytnutie záveru, ktorý je zhrnutím hlavných pilierov príspevku.

V rámci prezentácie výsledkov sme sumarizovali výsledky odpovedí respondentov z krajiny Slovensko, ktoré sú výsledkom štruktúrovaných rozhovorov s desiatimi zamestnancami Fakulty managementu Univerzity Komenského a desiatimi študentmi z rovnakej fakulty. Ako sme vyššie uviedli, výber a počet respondentov je v súlade s požiadavkami riešeného projektu IVF's Strategic Grant no. 22210016.

2 VÝSLEDKY A DISKUSIA

Pandémia Covid-19 vážne ovplyvnila blahobyť celých spoločností, čo si vyžaduje naliehavé opatrenia na zlepšenie rozsahu a nákladovej efektívnosti intervencií v oblasti duševného zdravia.

Duševné zdravie, ktoré sa kedysi považovalo za súčasť „súkromného“ života, sa aktuálne stáva otázkou riešenou organizáciami a ich manažérmi. Napriek tomu sa vo vedeckej literatúre uvádza, že väčšina organizácií však nezavádza žiadne postupy zaoberajúce sa touto oblasťou.

Keďže študenti – absolventi „business schools“ sú často budúcimi lídrami tímov a organizácií, považujeme to za optimálne miesto pre výskum vplyvov duševného zdravia na celkovú výkonnosť, prácu a na implementáciu kľúčových zmien do ich vzdelávania.

V prvej časti budeme prezentovať výsledky štruktúrovaných rozhovorov so zamestnancami, ktorí sa vyjadrovali k zmenám vo vzdelávaní počas pandémie Covid-19, k vplyvom na súkromný a pracovný život a ďalšie oblasti, ktoré majú relevantné súvislosti s duševným zdravím a vzdelávaním (aj business lídrov).

Bez uvedomenia si dôležitosti duševného zdravia v organizáciách a schopnosti ho podporovať, nebudú dobre pripravení prispieť k zotaveniu sa po období pandémie Covid-19 a reštartu svojich aktivít v prípade podnikov, ktoré boli výrazne negatívne pandémiou postihnuté. Je teda nevyhnutné vyškoliť budúcich lídrov k vedomému pochopeniu významu duševného zdravia v organizáciách a zvýšiť ich povedomie o rozmanitosti potreby zamestnancov v tejto oblasti.

Vplyv pandémie na duševnú pohodu môže byť obzvlášť akútne v regiónoch s nedostatočne financovanými systémami verejného duševného zdravia, ako je región CEE. Pokiaľ ide o prístup k starostlivosti o duševné zdravie (vyjadrený napr. počtom psychiatrov na 100 000 obyvateľov), krajiny V4 zaostávajú za ostatnými európskymi krajinami (Eurostat, 2021).

Zatiaľ čo v niektorých krajinách, (napr. USA) sú problémy duševného zdravia v biznise čoraz viac uznávané, tieto otázky v krajinách V4 sa riešia len zriedka. Preto je potrebné zmeniť postoje a rozvíjať zručnosti biznis lídrov v krajinách V4.

2.1 DUŠEVNÉ ZDRAVIE - ZAMESTNANCI

Rozhovory s respondentmi – zamestnancami obsahovali aj otázky ohľadom zmien pracovného prostredia, vnímania situácie pri prechode z prezenčnej formy vzdelávania na on-line formu, ako aj konkrétne dojmy a skúsenosti z obdobia pandémie Covid-19, a to v porovnaní s obdobím pred pandémiou a po pandémii, (aktuálne hodnotíme prvú polovicu roku 2023 ako post pandemické obdobie).

Respondenti uvádzali, že obdobie prechodu do on-line prostredia bolo relatívne náročné. Častým problémom bol nedostatočný prístup na internet alebo nedostatočné technické vybavenie. Respondenti pozitívne hodnotili poskytnutie mikrofónov a kamier fakultou, ako aj zabezpečenie školení a konzultácií k príprave materiálov na výučbu v on-line priestore.

Mnohé stretnutia boli koordinované na úrovni fakulty, alebo na úrovni katedrií. Predovšetkým manuály k príprave nahrávok prednášok boli zamestnancami dosť využívané. Prevažná časť opýtaných preferovala výučbu z domu, ale časť chodila učiť z práce, nakoľko rodinná situácia im neumožnila sa plne sústrediť na výučbu. Išlo o zamestnancov / zamestnankyne, ktoré mali viac členné rodiny. Negatívne hodnotili pracovné zaťaženie, nakoľko hlavne v prípade respondentiek, išlo o kumuláciu viacerých vykonávaných funkcií (čas si museli rozdeliť na zabezpečenie pracovných činností, ale aj na koordináciu štúdia detí, prípravy jedla a ďalších aktivít, ktorým sa pri bežnej návšteve školy a práce nemuseli venovať).

Pozitívne boli hodnotené úspory času na cestovanie do/z práce, nižšie náklady na pohonné hmoty, alebo všeobecne na dopravu. Negatívne sa však situácia zobrazila na nákladoch za telefóny, energie, potravinové nákupy, drogistický tovar.

Ako problematické bolo hodnotené oddelenie osobného a pracovného života. Väčšina respondentov pracovala na počítačoch takmer nepretržite. V ranných hodinách počítač, resp. notebook zapínali a v neskorých večerných hodinách ich vypínali.

Technická stránka bola prevažne pre vyššie ročníky viac stresujúca, náročná. Problémy s technikou sa ojedinele objavovali aj v nižších vekových kategóriách. Výrazne negatívne bol posudzovaný stres pri kolíziách s internetom, hlavne ak išlo o prípravy testov, kontrolných bodov a úloh. Čas strávený na počítačoch sa výrazne zvýšil.

Rovnako negatívne bolo hodnotené, že sa enormne zvýšilo administratívne zaťaženie. Odpovedať študentom individuálne, takmer obratom bolo niekedy nemožné. Pozitívne hodnotili využívanie MS Teams na hromadné zdieľanie materiálov, usmernení a úloh.

Väčšina respondentov uvádzalo zhoršenie duševného stavu, izoláciu, odlúčenie, naopak, v rodine sledovali situáciu rôzne, niekde šlo o konflikty, problémy, inde si naopak pochvaľovali rodinnú komunikáciu, blízkosť, spoluprácu, vzájomnú výpomoc.

Pozitívne a negatívne aspekty pandémie, ktoré respondenti – zamestnanci uviedli, sú zaznamenané v tabuľke 1.

Tabuľka 1: Hodnotenie pandemickej situácie - zamestnanci

pozitíva	negatíva
rozvoj digitálnych zručností	prekryv pracovných povinností a rodinného života
úspory času na cestovanie	neschopnosť oddeliť pracovné a rodinné prostredie
blízkosť, spolupráca, vzájomnú výpomoc	náročnosť rodinnej symbiózy v rámci školského a pracovného času
viac príležitostí na rodinnú komunikáciu	nepretržitá práca na počítačoch
on-line riešenie problémov	náklady za telefóny, energie, potravinové nákupy, drogistický tovar
sociálne kontakty v on-line prostredí	zvýšené administratívne zaťaženie
home office	oddelenie osobného a pracovného života
	zhoršenie duševného stavu
	úzkosť, stres, depresie

Zdroj: vlastné spracovanie

Home office sa stal bežnou záležitosťou, už nebol len výhodou, benefitom, ktorý vám zamestnávateľ mohol poskytnúť. So zvyšujúcou sa dĺžkou izolácie a home offisov sa však atraktivita home officu z pohľadu zamestnancov postupne znižovala. Naopak množstvo zamestnávateľov si uvedomilo, že home office môže byť obojstranne výhodný a pokračovali v určitej modifikácii, tzv. hybridnej forme, čo znamená, že určitý počet dní je zamestnanec fyzicky v práci a zvyšné dni je na home office. Home office riešil aj nedostatočnú kapacitu miestností na výučbu, čo zjednodušilo prípravu rozvrhu a rozloženie výučby do jednotlivých dní.

Väčšina respondentov po ukončení pandémie ocenili možný návrat do prezenčnej výučby. V spätnej väzbe to bolo pozitívne aj pre študentov. Napriek uvedenému sa u respondentov objavili prejavy ako úzkosť, depresia, letargia.

Pri hodnotení situácie v tzv. období post pandémie, si procesy vzdelávania vynútili väčšiu orientáciu na komunikačné zručnosti študentov, zvýšenú tímovú prácu, potrebu individuálnych prezentácií. Návrat do prezenčnej formy však neodstránil enormné zaťaženie administratívnymi úkonmi, odpoveďami študentom, vykazovaniu výkonov, (ktoré v on-line výučbe boli považované za viac opodstatnené, keďže zamestnávateľ nemohol priamo

kontrolovať prácu zamestnancov). Zároveň však nové nástroje na šírenie študijných materiálov sa zachovali. Ich aktualizácia a nové verzie sú časovo veľmi náročné a často sa stáva, že kvalitné materiály zdieľané študentom ich nemotivujú k absolvovaniu prezenčných prednášok.

Na základe zistení sme sformulovali odporúčania, ktoré by mali byť aplikované do procesu vzdelávania budúcich business lídrov:

- zvýšiť podiel úloh zameraných na komunikačné a prezentačné zručnosti študentov,
- podporovať tímovú prácu,
- podporovať dialóg a socializáciu,
- pracovať v moderných zoskupeniach, priestoroch,
- poskytovať študijné materiály využívaním moderných informačných a komunikačných technológií,
- diskutovať o rovnováhe medzi pracovným a osobným životom,
- napomáhať podpore duševného zdravia.

2.2 DUŠEVNÉ ZDRAVIE - ŠTUDENTI

Všeobecne študenti zapojení do nášho výskumu nespomínali na obdobie pandémie ochorenia Covid-19 negatívne, ani vo vzťahu k štúdiu. To však môže byť spôsobené dlhšou pauzou medzi realizáciou výskumu a vlnami pandémie spojenými s lock-downami a výučbou z domu. Ako najväčšiu nevýhodu štúdia z domu uvádzali absenciu kontaktu so spolužiakmi, stratu spoločenských udalostí, ktoré k štúdiu patria (večierky, život na internáte, imatrikulácie, beanie, promócie, atď.) a stres spojený s on-line testami a skúškami. Na druhú stranu špecifikovali aj niekoľko výhod, ktoré im štúdium z domu počas pandémie prinieslo – zlepšenie „time managementu“, upevnenie vzťahov v rodine, s priateľmi a prípadne aj s partnerom a možnosť lepšieho skĺbenia práce a štúdia.

Za najväčší stres v súvislosti so štúdiom, počas štúdia z domu, uvádzali takmer všetci študenti zapojení do výskumu písomné on-line skúšky a testy. Študenti zdôrazňovali, že vyučujúci predpokladali, že študenti budú počas on-line testov a skúšok podvádzať, preto dávali také úlohy, ktoré študenti podľa svojich slov nevedeli stihnúť v danom časovom limite. Takisto ich stresovalo, či im bude fungovať technika, či sa im napríklad nezasekne počítač, čo bude mať za následok, že neodovzdajú test alebo skúšku načas a nebude sa im počítať. Podľa názoru viacerých respondentov však predpoklad vyučujúcich o tom, že sa budú študenti pokúšať podvádzať, nebol správny, keďže časová a obsahová náročnosť testu alebo skúšky neumožňovala študentom podvádzať ani v on-line prostredí a mnoho študentov ani podvádzať nechce. Niekoľko študentov dokonca uviedlo, že ich predpoklad vyučujúcich o tom, že podvádžajú počas on-line testov a skúšok urazil a pociťovali ho, ako absenciu dôvery zo strany vyučujúcich. Avšak v tejto súvislosti treba vziať do úvahy, že do výskumu boli vybraní študenti, ktorí vynikali na seminároch svojou aktivitou a študijnými výsledkami, a ktorým nadpriemerne záležalo na výstupoch ich štúdia.

V súvislosti so štúdiom z domu spomínali študenti aj sťažené podmienky štúdia, ktoré mali z dôvodu prítomnosti ostatných členov domácnosti doma, najmä súrodencov a potreby využívania počítačov, ktoré mali v rodine častokrát zdieľané. Takisto opakovane uvádzali neskúsenosť niektorých vyučujúcich s výučbou z domu a nedostatočným technickým vybavením, aj keď vždy vzápätí uviedli, že je to pochopiteľné, a že podľa ich názoru sa fakulta vypořádala s pandemickou situáciou relatívne dobre a rýchlo.

Často sa opakujúci negatívny aspekt štúdia počas pandémie bola aj zvýšená študijná záťaž počas tohto obdobia a väčšina respondentov uvádzala, že počas pandémie venovala štúdiu viac času, ako pred ňou alebo po jej skončení. Viacerí z nich uviedli, že museli počas pandémie obmedziť spánok, aby stihli všetky svoje študijné povinnosti, iní zas uvádzali, že síce

počas pandémie spávali menej, ale narušil sa im spánkový režim z dôvodu absencie pravidelného denného režimu. Jeden z respondentov uviedol, že stres spojený so štúdiom z domu a vysoká študijná záťaž mali za následok problémy so spánkom v trvaní niekoľko mesiacov. Pozitívne a negatívne aspekty pandémie, ktoré respondenti – študenti uviedli, sú zaznamenané v tabuľke 2.

Tabuľka 2: Hodnotenie pandemickej situácie - študenti

pozitíva	negatíva
on-line výučba ako výhoda	on-line výučba ako nevýhoda
vyučovanie z domova	psychické problémy, depresie, závislosti
využívanie technológií pri vzdelávaní	únik na sociálne siete
možnosť rýchlych kontaktov cez MS Teams	absencia kontaktu so spolužiakmi
dostupnosť študijných materiálov	strata spoločenských udalostí
	stres spojený s on-line testami a skúškami
	sťažené podmienky štúdia z dôvodu prítomnosti ostatných členov domácnosti doma
	zdieľané počítače v domácnosti
	obmedzenie spánku, problémy so spánkom
	zvýšená záťaž v porovnaní s obdobím pred pandemiou

Zdroj: vlastné spracovanie

Čo sa týka aspektu spolupráce alebo kontaktu so spolužiakmi, tak ten sa výrazne líšil v závislosti od ročníka štúdia respondentov. Študenti, ktorí študovali na univerzite aspoň v druhom ročníku, keď začala pandémia, uvádzali, že sa stretávali (či už naživo alebo on-line) so svojimi spolužiakmi z univerzity aj mimo školských povinností. Naopak, študenti, ktorí boli v čase vypuknutia pandémie v prvom ročníku alebo na strednej škole, sa počas pandémie vo voľnom čase stretávali so spolužiakmi a priateľmi zo stredoškolských čias a bližšie vzťahy s ľuďmi z univerzity si začali tvoriť až po ukončení pandémie. Absenciu možnosti bližšie sa spoznať so svojimi spolužiakmi z univerzity hodnotili respondenti negatívne a v tejto súvislosti zdôrazňovali aj sklamanie z toho, že z dôvodu pandémie nezažili spoločenské udalosti spojené so štúdiom, na ktoré starší ľudia v ich okolí častokrát spomínajú, ako na tie najkrajšie/najlepšie aspekty vysokoškolského štúdia (večierky, beanie, plesy, život na internáte, promócie, atď.). Viacerí respondenti taktiež uviedli, že sa tešili na život na internáte, prípadne mimo svojej rodiny, avšak ten sa z dôvodu pandémie na niekoľko rokov odložil.

Na druhú stranu však respondenti uviedli niekoľko pozitívnych aspektov v súvislosti s pandemiou a štúdiom z domu. Za jeden z najväčších benefitov považovali respondenti zlepšenie ich „time managementu“ počas pandémie, keďže viacerí z nich začali v danom období pracovať a v spojitosti so zvýšenou študijnou záťažou to prinieslo potrebu lepšieho plánovania. Zlepšený „time management“ sa respondentom, podľa ich názoru, podarilo udržať aj po ukončení pandémie. Respondenti oceňovali aj nahrané prednášky, ktoré im umožňovali si prednášku vypočuť v čase, ktorý im vyhovoval a dokonca si ich mohli vypočuť opakovane. Aj keď všetci respondenti uviedli, že im vyhovuje, že výučba prebieha opäť prezenčnou formou, viacerí sa zhodovali, že by boli radi, ak by sa niektoré aspekty on-line výučby ponechali, najmä on-line prednášky a prehľadne spracované materiály k štúdiu v on-line vzdelávacích aplikáciách (napr. Teams). Tieto prvky považujú za zlepšenie, ktoré potreba výučby on-line priniesla a vďaka ktorým sa im študuje ľahšie.

V súvislosti s pandemiou a štúdiom z domu ďalej študenti uvádzali, že sa im upevnili vzťahy v rodine, aj keď niektorí uviedli, že zažívali častokrát v období pandémie aj napätie v rodinných vzťahoch, najmä s rodinnými príslušníkmi, ktorí uverili konšpiračným teóriám v súvislosti s pandemiou. Jeden respondent k tomu uviedol, že si vďaka tomu uvedomil, ako ľahko a čomu dokážu ľudia uveriť, aké ťažké je tieto konšpirácie vyvracať a ako narúšajú dovtedy pevné a blízke vzťahy. Toto zistenia považoval všeobecne za prekvapujúce, aj keď prospešné. Respondenti, ktorí mali v čase pandémie ochorenia Covid-19 partnerov alebo partnerky, uvádzali, že sa im utužil vzťah, keď si uvedomili, že zvládnu byť spolu 24/7 niekoľko mesiacov „zatvorení v jednej domácnosti“. Respondenti uvádzali, že prehodnotili aj priateľské vzťahy, uvedomili si ich dôležitosť a potrebu sa o nich starať a ako uviedol jeden respondent, počas pandémie zistil, že: „... *dôležitejšia je kvalita priateľstiev, ako kvantita*“.

Takisto respondenti zdôrazňovali, že sa počas pandémie naučili veľa o sebe, začali sa viac stráť o svoje mentálne zdravie a uvedomili si, že sú schopní zvládnuť viac, akoby od seba predtým očakávali. V tejto súvislosti je potrebné dodať, že všetci respondenti spomenuli aj stres o zdravie svojich blízkych, najmä v prípade starších rodinných príslušníkov alebo tých, ktorí pracovali v zdravotníctve. Na otázku, či respondenti vedeli o univerzitnej psychologickej poradni, ktorá je k dispozícii študentom, odpovedala väčšina, že sa k nim informácia o existencii tejto poradne dostala, avšak nemali potrebu ju využiť. Následne však viacerí respondenti cítili potrebu dodať, že návšteva psychológa nie je nič, za čo by sa mal človek hanbiť a je to bežná súčasť starostlivosti o zdravie.

Ako už bolo uvedené, viacerí respondenti začali počas pandémie pracovať, taktiež z domu. Viacerí z nich si uvedomovali, že štúdium aj práca z domu mala síce negatívne aspekty, najmä v súvislosti so sociálnou izoláciou, a tým, že osobne nepoznali ani kolegov, ani spolužiakov, avšak absencia potreby cestovania im umožnila viac pracovať (napr. aj 2-3 hodinovom okne medzi dvomi seminármi, čo by v prípade prezenčného štúdia nebolo možné) a lepšie skĺbiť prácu, štúdium a osobný život. Avšak viacerí z nich dodali, že kombinácia práce aj štúdia z domu by nebola pre nich dlhodobou možnosťou, najmä z dôvodu už spomínanej izolácie a nepriaznivých dopadov na zdravie. Z toho dôvodu si väčšina respondentov kompenzovala dlhé hodiny za počítačom prechádzkami a viacerí z nich objavili záľubu v športe, ktorú predtým nemali.

Na otázku, či si respondenti myslia, že mala pandémia dlhodobý negatívny vplyv na ich štúdium alebo prácu, neodpovedal ani jeden respondent kladne. V tejto súvislosti uvádzali skôr pozitívne aspekty, ktoré pandémia priniesla, ktoré sme opísali vyššie. Avšak viacerí z nich dodali, že už si detaily svojho prežívania počas pandémie (fázy pandémie spojené so štúdiom z domu) nepamätajú, keďže od jej ukončenia už uplynul viac ako rok.

ZÁVER

Duševné zdravie v organizáciách sa stáva často diskutovaným problémom, ktorý ovplyvňuje nielen výkonnosť organizácie, ale aj jej celkovú atmosféru a potenciál. Pandémia Covid-19 vyvolala rôzne zmeny, ktoré pozitívne alebo negatívne ovplyvňujú mnoho charakteristík spoločností.

Práve vzdelávanie business lídrov umožní vopred sa pripraviť na rôzne situácie a scenáre, aby sa minimalizovali negatívne dopady na hospodárenie organizácií a na ich celkovú existenciu.

Štúdium situácie pred pandemiou, počas nej a krátko po nej, v tzv. post pandemickom období, umožňuje identifikovať kľúčové problémy, ktoré sa súčasne s pandemiou objavili.

Neustály tlak na výkonnosť podnikov, na dosahovanie stále vyšších a ambicióznejších cieľov vytvára tlak aj na vedenie týchto podnikov, teda na ich lídrov. Prechody z obľúbených

„open space“ kancelárií na home office, izolácia zamestnancov, návrat k menším priestorom a nižšej koncentrácii zamestnancov, bol jedným z dôsledkov pandémie Covid-19.

Obmedzenie kontaktov, uzatvorené priestory, minimalizácia pohybu na verejnosti priniesli aj negatívne javy ako depresie, úzkosť, problémy so spánkom, letargiu. Uvedomujúc si túto situáciu, mentálne zdravie sa stalo dôležitou témou aj z pohľadu zamestnávateľa. Zdraví a výkonní zamestnanci sú tí, ktorých organizácia potrebuje. Takže širšie diskusie o nových typoch benefitov, rovnováhe medzi súkromným a pracovným životom, či zmeny v riadení sú výzvy pre súčasných lídrov. Pokrokom je aj akceptácia tém mentálneho zdravia zo strany zamestnávateľov, pretože v minulosti sa manažéri a lídri takýmito témami príliš nezaoberali.

Nami prezentovaný výskum je súčasťou projektu, ktorého časťou je aj téma vzdelávania a podpory lídrov v kontexte pandémie ochorenia Covid-19 a jej vplyvu na mentálne zdravie. Respondenti na Slovensku majú mnohé podobné skúsenosti, ako respondenti v ďalších skúmaných krajinách, keďže dochádza ku komparácii situácie v rámci všetkých krajín V4. Príprava budúcich lídrov musí byť komplexná, a teda zachytávať aj problematiku podpory duševného zdravia.

ANOTÁCIA

Príspevok je výstupom projektu IVF's Strategic Grant no. 22210016 „Supporting mental health in organisations: developing future business leaders“ / „Podpora duševného zdravia v organizáciách: rozvoj budúcich business lídrov“.



LITERATÚRA

- Aldoseri, M. a kol. 2023. The impact of COVID-19 news on the mental health of Bahrainis. [citované 2023-10-17]. Dostupné na: https://www.researchgate.net/publication/373286598_The_impact_of_COVID-19_news_on_the_mental_health_of_Bahrainis#fullTextFileContent DOI: <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-3178468/v1>
- Cloutier, A. E., Barling, J. (2023). Expectations of Leaders' Mental Health. *Journal of Leadership & Organizational Studies*, 30(3), 276-296. [online] [citované 2023-10-17]. Dostupné na: <https://doi.org/10.1177/15480518231178637>
- Dyason, M. 2022. Integrated learning strategies: new approaches to educating leaders in strategic quality management. In: *International Journal of Quality Research*. [online] [citované 2023-10-17]. Dostupné na:

- https://www.researchgate.net/publication/365602432_INTEGRATED_LEARNING_S_STRATEGIES_NEW_APPROACHES_TO_EDUCATING_LEADERS_IN_STRATEGIC_QUALITY_MANAGEMENT#fullTextFileContent DOI: 10.24874/IJQR16.04-04
- Frenk, J., Chen, I. C., Chandran, L., Groff, E., King, R. a kol. 2022. Challenges and Opportunities for education health professionals after the Covid-19 pandemic. In: *The Lancet*. Vol. 400, issue 10362, p. 1539-1556 [online] [citované 2023-10-17]. Dostupné na: [https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736\(22\)02092-X/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lancet/article/PIIS0140-6736(22)02092-X/fulltext)
- Katrenčík, I., Zatrochová, M. 2023. The impact of the COVID-19 pandemic on education: a case study of the transfer to the online space. In: *Education and New Developments 2023*. Vol II: 342-344. Lisboa : inScience Press. ISSN 2184-1489. ISBN 978-989-35106-4-3.
- Lange, K. W. 2021. Coronavirus disease 2019 (COVID-19) and global mental health. In: *Global Health Journal* [online] [citované 2023-10-17]. Dostupné na: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S241464472100004X>
- Medeiros, K. E., Watts, L. L., Mumford, M. D. 2017. *Thinking inside the box: Educating leaders to manage constraints*. In book: Handbook of Research on Creative Problem-Solving Skill Development in Higher Education. Publisher: IGI Global. Editors: Chunfang Zhou. [online] [citované 2023-10-17]. Dostupné na: https://www.researchgate.net/publication/308796990_Thinking_inside_the_box_Educating_leaders_to_manage_constraints#fullTextFileContent
- Zhang, Y., Lange, K. W. (2021). Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) and Global Mental Health. In: *Global Health Journal*, 2021, Vol. 5 (1): 31-36, <https://doi.org/10.1016/j.glohj.2021.02.004>

Autor:

doc. Ing. Jana Kajanová, PhD.

Fakulta managementu
Univerzita Komenského v Bratislave
Odbojárov 10, 820 05 Bratislava
tel. 00 421 907 279 213
e-mail: jana.kajanova@fm.uniba.sk

Mgr. Magdaléna Musilová, PhD., LL.M.

Fakulta managementu
Univerzita Komenského v Bratislave
Odbojárov 10, 820 05 Bratislava
tel. 00 421 904 195 289
e-mail: magdalena.musilova@fm.uniba.sk