

# Pozitivni i negativni aspekti nastave u vrijeme pandemije

---

Grčić, Lea

Master's thesis / Diplomski rad

2021

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

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:147:128196>

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

Download date / Datum preuzimanja: **2025-03-25**

Repository / Repozitorij:

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



**SVEUČILIŠTE U ZAGREBU**  
**UČITELJSKI FAKULTET**  
**ODSJEK ZA UČITELJSKE STUDIJE**

**Lea Grčić**

**POZITIVNI I NEGATIVNI ASPEKTI NASTAVE U VRIJEME**  
**PANDEMIJE**

**Diplomski rad**

Mentor rada:  
Prof. dr. sc. Majda Rijavec

Zagreb, rujan, 2021.

## Sadržaj

<b>1. UVOD</b> .....	4
<b>1.1. Stres</b> .....	4
<b>1.2. Izvori stresa kod djece</b> .....	6
<b>1.4. Pandemija COVID – 19</b> .....	12
1.4.1. Stres u vrijeme pandemije.....	12
1.4.2. Negativne posljedice pandemije za djecu.....	13
1.4.3. Izvori stresa tijekom nastave na daljinu.....	15
1.4.4. Pozitivne posljedice nastave na daljinu .....	17
<b>2. ISTRAŽIVANJE</b> .....	19
<b>2.1. Cilj istraživanja</b> .....	19
<b>2.2. Sudionici</b> .....	19
<b>2.3. Postupak</b> .....	19
<b>2.4. Rezultati</b> .....	19
<b>2.5. Rasprava</b> .....	31
<b>3. ZAKLJUČAK</b> .....	34
<b>4. LITERATURA</b> .....	35

## Sažetak

Pandemija koronavirusa, službeno proglašena u ožujku 2020. godine, donosi promjene u svakom segmentu života, uključujući i obrazovni sustav. U svrhu spriječavanja širenja pandemije, Vlada Republike Hrvatske 16. ožujka 2020. godine donosi odluku početka provođenja nastave na daljinu. Cilj ovog istraživanja bio je prikupiti mišljenja učenika o pozitivnim i negativnim aspektima nastave na daljinu za vrijeme pandemije u svrhu uvida u elemente učeničkog nezadovoljstva nastavom na daljinu, ali i njenih pozitivnih aspekata. U istraživanju provedenom u školi, u veljači 2021. godine, intervjuirano je 12 učenika razredne nastave. Analiza odgovora pokazala je kako učenici razredne nastave, nastavu na daljinu doživljavaju uglavnom negativno. Većina učenika ističe nezadovoljstvo ovakvim modelom provođenja nastave zbog problema s telekomunikacijskom mrežom, tehničkim problemima, problemima s razumijevanjem nastavnog sadržaja i nedostatkom socijalnog kontakta. Navedeni problemi kod učenika izazvali su negativne emocije kao što su tuga, stres, tjeskoba i depresija. Iako je istraživanje u većoj mjeri pokazalo negativne aspekte nastave na daljinu, ipak su zamijećeni i njeni potencijalno pozitivni aspekti kao što su tehnološki napredak, razvoj informatičkih vještina, osamostaljenje učenika, poticanje kreativnosti i pronalaženje novih rješenja u nepredvidivim situacijama.

Ključne riječi: pandemija koronavirusa, nastava na daljinu, pozitivni aspekti nastave na daljinu, negativni aspekti nastave na daljinu, stres, školski stres

## Summary

Officially declared in March 2020., COVID-19 pandemic changed the way humanity lives, including the education system. In order to prevent the spread of disease, the Government of the Republic of Croatia announced on 16th of March 2020 the beginning of online schooling. The aim of this study was to summon students opinions on negative and positive aspects of online schooling in order to get a better insight into childrens dissatisfaction, but also a better insight into positive aspects of online schooling. The real life survey, held in February 2021., involved 12 elementary school children. The results of this study show that elementary school children find online schooling very hard and unsatisfying. Most children stress their dissatisfaction with online schooling due to various problems: unreliable internet access, technical difficulties, incomprehension of school curriculum and lack of social contact. Referred to these problems, children began to express negative emotions such as: sadness, stress, anxiety and depression. Although the results show mostly negative aspects of online schooling, there is a potential in online schooling related to technological advancement, development of IT skills, students independence, encouraging creativity and figuring out new solutions in unpredicted situations.

Key words: COVID – 19 pandemic, online schooling, positive aspects of online schooling, negative aspects of online schooling, stress, school stress

## 1. UVOD

### 1.1. Stres

Naziv *stres* prvi puta upotrebljava se već u 14. stoljeću. Tada je naziv bio sinonim za patnju, muku, nepravilike, tegobe, nesreće ili tugu. 1926. godine, Hans Selye započinje istraživanje vezano uz stres te je danas poznat i pod nazivom „Otac stresa.“ Deset godina kasnije, 1936., Selye je počeo upotrebljavati naziv stres u specifičnom smislu usklađenog skupa tjelesnih obrana protiv bilo kakvog štetnog podržaja. Za razliku od Selye - a, koji stres smatra psihološkim pojmom, Herald G. Wolff stres smatra tjelesnim stanjem. Miller (1953) stres definira kao „svaku snažnu, ekstremnu ili neobičnu prijetecu stimulaciju koja uzrokuje snažne promjene ponašanja.“ Basowitz, Persky, Korchin i Grinker (1955) stres smatraju kao „podražaje koji će vjerojatno izazvati poremećaje.“ (prema Folkman i Lazarus, 2004)

Promatrajući ljude i životinje kao organizme koji reagiraju na podražaje, najuobičajenija prihvaćena definicija stresa bila je da je stres podražaj. „Stresnim se podražajem najčešće smatraju događaji koji djeluju na osobu“ (Folkman i Lazarus, 2004, str. 12). Za takve događaje Selye uvodi termin „stresori.“ Folkman i Lazarus proširuju definiciju stresa te navode sljedeće: „Psihološki stres je poseban odnos između osobe i okoline, koji osoba procjenjuje kao vrlo zahtjevan ili kao odnos koji prelazi njezine mogućnosti i ugrožava njezinu dobrobit.“ (Folkman i Lazarus, 2004, str. 19).

Brdar i Rijavec (1998) definiraju stres kao emocionalnu negativnu reakciju koja se javlja kad čovjek procijeni da je suočen sa situacijom koja ga fizički ili psihološki ugrožava. Takve situacije, odnosno stresori, mnogobrojne se, a obično se dijele u pet kategorija (Brdar i Rijavec, 1998):

- Traumatski događaji

Događaji u kojima su ljudi izloženi izuzetnim opasnostima koji izlaze iz okvira uobičajenih ljudskih iskustava. Primjerice: prirodne katastrofe (poplava, potres...), rat, teške prometne nesreće, fizičko nasilje ili pokušaj ubojstva.

- Događaji koje je teško kontrolirati

Događaj koji nije moguće kontrolirati izaziva veći stres. Primjerice: smrt bliske osobe, otkaz na poslu ili teška bolest. Primjer mogu biti i svakodnevne situacije poput situacije

kada ne možemo ući u bus jer je prodano više karata nego je sjedećih mjesta. Problem koji izazivaju takvi događaji je nemogućnost preuzimanja kontrole nad istima.

- **Nepredvidljivi događaji**

Ako je moguće predvidjeti da će se nešto neugodno dogoditi, čak i ako to ne možemo spriječiti, stres će se značajno smanjiti. Na taj način omogućena je priprema za nadolazeću neugodnost.

- **Izazovni događaji**

Vrlo su stresni događaji koji dolaze do granica sposobnosti pojedinca. To je, primjerice, napredovanje na poslu koje donosi nove obaveze i veću odgovornost.

- **Pozitivni događaji**

Pozitivna promjena, kao što je zaposlenje na oduvijek željenom radnom mjestu, može izazvati stres jer se radi o promjeni koja zahtijeva prilagodbe.

Stres izaziva svaka promjena koja zahtijeva broje prilagodbe. Razlikuju se akutni i kronični stres. Svakodnevno se događaju neugodne situacije koje vrše pritisak na čovjeka. U takvim situacijama osoba je pod akutnim stresom. Oporavak od ove vrste stresa vrlo je brz. No, problem izaziva kroničan stres – osoba je mjesecima nezadovoljna, neuspješna, u neprekidnom strahu i brizi. Ako navedene situacije traju predugo, posljedice su: tjelesna i emocionalna neugoda, napetost i iscrpljenost.

Posljedice stresa različite su za svakog pojedinca. Najčešći simptomi stresa su (Brdar i Rijavec, 1998):

- **Emocionalni simptomi:** razdražljivost, zabrinutost, nesigurnost, napetost, tjeskoba, tuga i depresija, gubi se interes za život.
- **Simptomi u ponašanju:** nesanica, nemiran san, problemi s prehranom, pojačano pušenje, alkohol, tablete za smirenje, svađe te povlačenje u sebe.
- **Kognitivni simptomi:** zbunjenost, zaboravljivost, praznine i blokade u glavi, smanjena koncentracija, impulzivno donošenje odluka.
- **Tjelesni simptomi:** znojenje, drhtanje, ubrzano disanje, lupanje srca, slabost i umor, glavobolje i sl.

Stres je normalna pojava u životu svakog pojedinca. Optimalna količina stresa može djelovati poticajno. No, prevelika količina stresa može uzrokovati neprilagodljivost pojedinca ukoliko nije uložena dodatna napora. „Dakle, stres neće na nas uvijek djelovati isto, već to u velikoj mjeri ovisi o razini stresa.“ (Brdar i Rijavec, 1998, str. 25). Premala razina stresa uzrokuje dosadu, umor, frustraciju, nezadovoljstvo, slabu otpornost na bolest. Suprotno tome, prevelika razina stresa uzrokuje razdražljivost, preopterećenost, iscrpljenost, nemogućnost jasnog razmišljanja, slabu otpornost na bolest. Za život svakog pojedinca najkorisnija je primjerena razina stresa koja uzrokuje: sreću, motivaciju i produktivnost. Iz svega navedenog proizlazi zaključak kako je primjerena razina stresa normalna i poticajna.

Uzroci stresa, kao i njegova količinska prisutnost, različiti su, i mijenjaju se tijekom života. No, kako i odrasli, tako i djeca doživljavaju stres. Stres se kod djece može javiti zbog nepoznatih ili neugodnih situacija, previsokih očekivanja te neuspjeha u školi.

## **1.2. Izvori stresa kod djece**

„Stresni događaji neizbježan su dio svakog djetinjstva.“ (Brdar i Rijavec, 1998, str. 14). Stoga, djeca se mogu prilagoditi velikim promjenama koje su posljedica rasta i razvoja. Na taj način, djeca se uče nositi s različitim izvorima stresa koji su podložni promjenama. Postoje neke stresne situacije koje su zajedničke većini djece. Te stresne situacije karakteristične su prema različitim dobnim skupinama. Brdar i Rijavec (1998) navode sljedeće izvore stresa prema dobnim skupinama. Najčešći izvori stresa kod djece u dobi od 5 do 7 godina su: polazak u školu, očekivani školski uspjeh, usvajanje novih znanja i provjera sposobnosti: čitanje, pisanje, računanje, ograničenje tjelesne aktivnosti – mirno sjedenje u školi, povećana svijest o sebi. Izvori stresa u dobi od 8 do 10 godina su sljedeće situacije: veća očekivanja i teži školski program, moguća eksperimentiranja (cigarete, alkohol, droga), potreba za vršnjačkim prihvaćanjem, povećana kompetitivnost, povećana samokritičnost i vlastito neprihvatanje, povećani osjećaji nezavisnosti i autonomije, nezadovoljstvo tjelesnim izgledom. U dobi od 9 do 13 godina stres uzrokuju: znakovi fizičkog razvoja, socijalni pritisak i vršnjačko prihvaćanje, zbunjenost vezana uz spolnu ulogu i suprotni spol, zabrinutost zbog tjelesnog razvoja u odnosu na vršnjake, ispitivanje vlastitih misli i



osjećaja, sukob s roditeljima izazvan ograničavanjem slobode, ispitivanje granica kroz neposlušnost, stalan pritisak zbog alkohola, cigareta i droga, seksa.

Navedene situacije najčešće izazivaju stres, ali ne u sve djece. Kako bismo znali da je neka situacija uzrok stresa kod djeteta, potrebno je proučiti različite načine na koje se stres manifestira. Manifestacija se razlikuje od djeteta do djeteta, no neka od sljedećih ponašanja mogu biti indikatori stresa u djece: tvrdoglavost i neposlušnost, pretjerano hvaljenje, ljubomora zbog roditeljske ljubavi i pažnje, samokritičnost, povećan interes za seksualne teme, teškoće u prihvaćanju neuspjeha i odbijanja, zlovolja, otvorena ljutnja, ljutnja zbog roditeljskog autoriteta, laganje.

„Roditelj može prepoznati stres u djeteta slušajući što dijete govori i promatrajući kako se ponaša.“ (Brdar i Rijavec, 1998, str. 17). Neki od simptoma stresa kod djece mogu biti:

- Simptomi u govoru
- Znakovi stresa mogu biti sljedeće riječi: tužan, prestrašen, zabrinut. Također, dijete u stresu kritizira školu, učitelja i žali se na domaće zadaće.
- Simptomi u ponašanju
- Upozorenje na stres pokazuju i promjene u ponašanju. Najčešće su: anksioznost, razočaranje, svadljivost, ljutnja i osjećaj krivnje.
- Tjelesni simptomi
- Stres često može uzrokovati neke fizičke simptome kao što su; glavobolja, bol u truhu, umor, gubitak apetita i probleme sa spavanjem.

Reakcije djeteta na stresni događaj ovise o prirodi samog događaja (djeca ne reagiraju jednako na rastavu roditelja i na smrt roditelja), dobi (predškolsko dijete i adolescent ne reagiraju na isti način) i spolu djeteta (dječaci su često osjetljiviji na stres od djevojčica). (Brdar i Rijavec, 1998).

Radi boljeg razumijevanja zašto u istoj situaciji različita djeca reagiraju na drugačiji način, Rutter je (1984; prema Brdar i Rijavec, 1998) ukazao na zaštitne faktore koji povećavaju otpornost djeteta na stres:

- Djetetova ličnost
- Djeca koja su otporna na stres samostalna su, prilagodljiva promjenama, optimistična te osjetljiva na potrebe drugih. Imaju visoko samopoštovanje i inteligentniji su.

- Obitelj
- Djeca otporna na stres u dobrim su odnosima s roditeljima. Uzajamno je pokazana toplina. Ako to nije slučaj, dijete ima barem blizak odnos s jednim roditeljem ili jednom odraslom osobom.
- Prilika za učenje uspješnog suočavanja
- Ovakva djeca imaju iskustva u rješavanju problema u odnosima s drugim ljudima. Učenjem po modelu, djeca su imala prilike uvidjeti kako iz loše situacije izvući najbolje.
- Smanjeni rizični faktori
- Ona djeca koja su izložena samo jednom rizičnom faktoru (primjerice, razvod roditelja) često se uspješno suočavaju sa stresom. No, ako je prisutno više takvih faktora, značajno raste rizik pojave emocionalnog poremećaja.

Pozitivna iskustva u životu djeteta, kao što su: dobri odnosi s prijateljima, dobar učitelj, školski uspjeh i druge aktivnosti (glazba, sport), mogu u određenoj mjeri nadoknaditi ona negativna iskustva u djetetovu domu.

### **1.3. Škola kao izvor stresa**

Problemi u odnosu s vršnjacima, razvod roditelja, bolest, nasilje u obitelji... samo su neki od mnogobrojnih stresova koje danas doživljavaju djeca i adolescenti. Ipak, istraživanja pokazuju kako je najčešće navođeni izvor stresa kod djece školske dobi, škola.

Glavni izvor stresa u školi, za većinu učenika, je loša ocjena. U jednom istraživanju provedenom u Hrvatskoj, učenici su se trebali prisjetiti najstresnije situacije u školi, te se pokazalo kako je to dobivanje nedovoljne ocjene (Kalebić – Maglica, 2006). Osjećaje neugode i stresa koje izaziva loša ocjena djeca pokušavaju smanjiti na različite načine. Neki od uobičajenih načina nošenja sa stresom su: učenje s namjerom da se ocjena ispravi, traženje utjehe i socijalne podrške, uočavanje pozitivnog, bavljenje drugim aktivnostima, emocionalne reakcije (ljutnja, plakanje...), poricanje i izbjegavanje problema, pasivno prihvaćanje problema, samookrivljavanje. (Brdar i Rijavec, 1998) Ako je loša ocjena rezultat neznanja, ona se može ispraviti samo učenjem. „Da bi dijete moglo efikasno učiti mora smanjiti neugodno stanje stresa izazvano negativnom ocjenom.“(Brdar i Rijavec, 1998, str 26.). Pozitivni načini suočavanja sa stresom dovode do njegova smanjenja i

usmjeruju dijete ka učenju. Istraživanje provjere učinkovitosti programa „I can do“ (Ja mogu), koji je nastao radi poboljšanja sposobnosti djece za stvaranjem učinkovitijih rješenja u stresnim situacijama (Dubow, 1993, prema Stojčević i Rijavec, 2008) pokazuje kako su učenici znatno povećali primjenu strategija usmjerenih na problem. Negativni načini suočavanja sa stresom samo smanjuju napetost, ali ne usmjeruju dijete ka učenju. U istraživanju provedenom u Hrvatskoj, koji je nastao u svrhu provjere djelotvornosti programa učenja strategija suočavanja sa stresom zbog loše ocjene u osnovnoj školi, Stojčević i Rijavec (2008, str. 335) navode :“ ...a dosadašnja istraživanja pokazuju da razni programi poučavanja strategijama suočavanja i uvježbavanja primjene strategija u specifičnim stresnim situacijama mogu povećati repertoar suočavanja i poboljšati učenikovo kognitivno funkcioniranje, učenike treba poučavati primjeni strategije rješavanja problema kao djelotvornom načinu suočavanja sa situacijom školskog neuspjeha, što može pridonijeti tome da učenici lakše prepoznaju stresne situacije i povećaju mogućnost djelotvornijeg rješavanja stresni situacija u različitim školskim, poslije i u životnim situacijama. No, ukoliko su načini kojima se dijete suočava sa stresom neuspješni duži vremenski period, dolazi do neželjenih posljedica. One mogu biti različite: depresija ili druge psihičke nestabilnosti, zdravstveni poremećaji, poremećaji spavanja, prehrane i drugi. Također, dijete može početi osjećati odbojnost prema školi ili nekom određenom predmetu te može postati demotivirano za učenje.

Različiti su faktori koji utječu na djetetovu reakciju na školski neuspjeh. Prije svega, tu je dob djeteta. Stariji učenici više pokazuje emocionalne reakcije, dok su mlađa djeca sklonija rješavanju problema. Najmlađi učenici su u najvećoj mjeri skloni samookrivljanju. Spol je također jedan od faktora koji potiču različite reakcije na stres. Kada govorimo o djeci, dječaci su ti koji su skloniji pokazivanju emocija, dok su djevojčice fokusirane na rješavanje problema. Međutim, kod odraslih je situacija obrnuta – muškarci su više usmjereni na problem, a žene su usmjerene na emocije prilikom suočavanja sa stresom. Sljedeći faktor koji treba uzeti u razmatranje je samopoštovanje. Djeca niskog samopoštovanja sklonija su iskazivanju emocionalnih reakcija i samookrivljanju. Način reagiranja na stres i emocije koje ga prate ovisi i o mogućnosti kontroliranja izvora stresa. Ako pojedinac zaključi da u određenim problemskim situacijama može preuzeti kontrolu, tada bira strategije koje omogućuju rješavanje samog problema. No, ako pojedinac zaključi da nema kontrolu, tada mu preostaje smanjiti neugodne osjećaje koje je izazvao stres. Također, ako dijete vidi da može djelovati na rješavanje problemske situacije, izabrat će pozitivne načine reagiranja

na stres. Na razmišljanje o mogućnosti kontrole situacije roditelji bi trebali usmjeriti dijete. (Brdar i Rijavec, 1998)

„Općenito se može reći da način kako će se neki čovjek suočiti sa stresom ovisi o osobinama njegove ličnosti, o okolnostima u kojima se događa stresna situacija i o tome kako on opaža situaciju.“ (Brdar i Rijavec, 1998, str. 34) Iako se ponekad različiti ljudi nađu u istoj situaciji, reakcija i ponašanje svake od osoba biti će različito. Sukladno tome, potrebno je provjeravati djetetovo opažanje situacije, iz čega proizlazi i ponašanje djeteta.

Strah je u životu učenika svakodnevno prisutan u školi. Strah od učitelja, strah od ispitivanja i ocjene negativno utječu na djetetov uspjeh u školi, ali i na razvoj djetetove ličnosti. Navedeni početni strahovi, kod neke djece, kasnije nestaju, a kod neke se mogu čak i pojačati. „Dugotrajni i intenzivni strah od škole s vremenom u djeci izaziva otpor prema školi i učenju uopće, otežava stjecanje znanja, a može izazvati i veće poremećaje.“ (Brdar i Rijavec, 1998, str. 61). Stariji učenici bolje su prilagođeni zahtjevima škole i uspješnije savladavaju stresne situacije, dok kod mlađih učenika strah uvelike utječe na uspješnost u školi. Anksiozni učenici neefikasno svladavaju probleme učenja. U istraživanju kojeg su provele Brdar i Rijavec (1997), u svrhu konstrukcije ljestvice za ispitivanje strategija suočavanja sa stresom zbog loše ocjene, utvrđena je niska razina samopoštovanja kod anksioznih učenika. Također, zabilježeno je kako su anksiozni učenici skloniji tražiti socijalnu podršku. Uočena je i povezanost između školske spremne roditelja i anksioznosti djece. Što je obrazovanje roditelja veće, to njihova djeca pokazuju veći stupanj anksioznosti. Obrazovani roditelji veću pažnju pridaju školskom uspjehu, više očekuju te tako stavljaju djecu pod veći pritisak.

Istraživanja su pokazala da se oni roditelji koji su se procijenili samoefikasnijima u svojoj ulozi češće uključuju u školske obaveze djece te im pomažu u tim obavezama (Grolnick, Benjet, Kurowski i Apostoleris, 1997, prema Punjek, 2020.).

Dijete se u svojoj svakodnevici susreće s raznim problemima koji zahtijevaju prilagodbu i rješavanje situacije. „Stres koji je izazvan lošom ocjenom u školi zajednički je svoj djeci, premda se ne javlja kod svih u jednakoj mjeri.“ (Brdar i Rijavec, 1998, str. 125.). Promatrajući djetetovo ponašanje u navedenoj situaciji, moguće je predvidjeti njegovo ponašanje i u drugim stresnim situacijama. Ukoliko djetetove reakcije nisu efikasne, potrebno je usmjeriti dijete na promjenu ponašanja. Naučene efikasne strategije suočavanja sa stresom dijete će kasnije primijeniti u različitim životnim situacijama. Dubow i suradnici (1993, prema Brdar i Rijavec, 1998) navode

da bi se dijete na primjeren način suočilo sa stresom, potrebno je: 1. Prepoznati problem, 2. Razmisliti što je moguće da se problem riješi, 3. Obratiti pažnju na informacije i posljedice, 4. Odabrati najbolje rješenje i primijeniti ga, 5. Opažati rezultate. Navedeni koraci za suočavanje sa stresom dijete nije sposobno samostalno spoznati, stoga bi roditelji trebali u više primjera proći navedene korake s djetetom (za primjer može poslužiti situacija koja se dogodila prijatelju ili situacija za koju dijete samo zatraži pomoć). Drugi korak je najvažniji. Važno je da dijete uoči različite načine kod rješavanja problemske situacije. Roditelji potiču i usmjeravaju dijete na otkrivanje novih rješenja jer djeca često misle kako imaju ograničeni izbor rješenja. Djeca su sklona i zanemarivanju posljedica i pretjeranom optimizmu. Trećim korakom roditelj može pokazati kako su posljedice određenih ponašanja predvidljive, te ako se djetetu ne sviđa posljedica nekog ponašanja, to ponašanje neće više ponavljati. U trenucima kada je dijete nezadovoljno ili ljuto, nije poželjno objašnjavati ove postupke. Najprimjerenije je započeti s problemima s kojima se suočavaju druga djeca iz okoline, ili ako se radi o nekom manje važnom problemu koje je dijete spomenulo. Lacković – Grgin (2000) navodi sljedeće: „Jedan od oblika teškog poremećaja funkcioniranja u školi nastao zbog djelovanja stresora je školska fobija.“ (str. 198). Razlozi za razvoj navedenog poremećaja odnose se na školski kontekst, odnosno povezani su s ulogom učenika. To se prvenstveno odnosi na nedovoljnu zrelost (spremnost) za školu, kako osobnu (emocionalna i socijalna) tako i funkcionalnu (kognitivna). Takva djeca najčešće doživljavaju školski neuspjeh i negativno vrednovanje u prisutnosti druge djece. Navedeno izaziva strah od roditeljske kazne, ali i učitelja i vršnjaka. Ako je strah od škole prisutan duži vremenski period može se razviti u školsku fobiju. Školska fobija manifestira se kroz glavobolje, poremećaj sna, povraćanje i druge psihosomatske smetnje. U svrhu prevencije navedenog poremećaja, uz utvrđivanje dječje spremnosti za školu, nužno je dijagnosticirati i strah od škole na samom početku školovanja. IDSOŠ upitnik (ispitivanje dječjeg straha od škole), kojeg su sastavile Arambašić i Krizmanić (1986), upravo je sastavljen u svrhu ispitivanja straha od škole. Adekvatan je za ispitivanje prvoškolaca, a kasnije je prilagođen za ispitivanje djece četvrtih i petih razreda osnovne škole.

## 1.4. Pandemija COVID – 19

### 1.4.1. Stres u vrijeme pandemije

Bolest koju uzrokuje corona virus (COVID – 19) prvi puta je uočena u Kini, u prosincu 2019. godine. 11.3.2020. WHO (World Health Organization) proglasio je pandemiju uzrokovanu COVID – 19 virusom. (Gopalan i sur., 2020). Simptomi, koje izaziva COVID – 19 virus, počeli su se javljati 2 do 14 dana nakon inkubacije virusa, tj. zaraze (Byrareddy i Rothan, 2020, prema Gopalan i sur., 2020). Prema istraživanju provedenom u Wuhanu (grad koji se smatra početkom pandemije u svijetu), 1099 ispitanika imalo je izražene simptome kao što su: temperatura (88,7%), kašalj (67,8%), umor i nedostatak energije (38,1%), iskašljavanje (33,4%), kratki dah (18,7%), bolno grlo (13,9%) i glavobolje (13,6%). (Tang i sur., 2020)

Dobna skupina najčešće pogođene ovim virusom je srednja dobna skupina u rasponu od 40 do 59 godina te stariji. Daljnja istraživanja pokazuju kako bolest ubrzano napreduje kod osoba starijih od 60 godina.(Tang i sur., 2020).

Babyn i suradnici (2004) kroz istraživanje utvrđuju kako virus COVID – 19 napada djecu mlađu i od 14 godina. Takva djeca pokazivala su blaže simptome kao što su: povišena tjelesna temperatura, blagi kašalj te iscrpljenost.

Zbog brzine širenja bolesti i rasta broja oboljelih, utvrđeno je da se virus prenosi s čovjeka na čovjeka kapljičnim putem i direktnim kontaktom sa zaraženom osobom. Kapljična tranzmisija se događa kada osoba priča, kašlje ili kiše. U početku, zbog nedostatka cjepiva, načini za sprečavanje širenja pandemije su: izolacija, često pranje ruku, nošenje maske i socijalna distanca kao efektivne preventivne mjere. (Gopalan i sur., 2020).

Kako u cijelom svijetu, tako je virus COVID – 19 i u Republici Hrvatskoj izazvao drastične životne promjene. 19. ožujka 2020. godine Vlada Republike Hrvatske donosi niz mjera kojima se zabranjuju bilo kakvi oblici socijalnog kontakta, druženja i okupljanja, zatvaranje kulturoloških i obrazovnih ustanova, kao i ugostiteljskih objekata. Posljedice navedenih događaja odrazile su se na mentalno zdravlje čitave populacije. Došlo je to intenzivne pojave straha i panike. Panika predstavlja intenzivan, odnosno jak doživljaj straha, a strah može biti reakcija na stvarnu prijetnju ili pretpostavljenu prijetnju – prijetnju koju pretpostavljamo ili očekujemo i percipiramo na temelju naše osobne procjene ili doživljaja rizika. (Muslić, 2020) Naš osobni doživljaj rizika i

opasnosti utječe na naše ponašanje, pojavu straha i tjeskobe, te često nije u skladu s utemeljenim epidemiološkim podacima. Istraživanja su pokazala kako je mozak skloniji pamtiti loše i neugodne informacije koje su ključne za preživljavanje. Prilikom primanja informacija, mozak djeluje selektivno – veću pažnju pridaje lošim informacijama (porast broja oboljelih), a zanemaruje pozitivne informacije (ozdravljenje). U takvim situacijama strah je razumljiv i očekivan, no precjenjivanje realnog rizika dovodi do intenzivnijeg straha, a rezultat toga je nepromišljeno ponašanje. Utvrđeno je kako su razina stresa i anksioznosti povezane s usvajanjem preventivnih mjera. Stresne su se reakcije smanjile ponavljajućim jasnim informiranjem te empatičnim pristupom (Muslić, 2020).

#### 1.4.2. Negativne posljedice pandemije za djecu

Proglašenjem globalne pandemije narušeno je mentalno zdravlje ne samo odraslih, već i djece. Djeca se nalaze u posebno ranjivoj kategoriji zbog ograničenog razumijevanja događaja, nemogućnosti komuniciranja osjećaja i limitiranih strategija suočavanja. Uz navedeno, zatvaranje škola i nemogućnost ostvarivanja socijalnog kontakta kod djece izaziva stres i anksioznost (Imran i sur., 2020).

Mentalno zdravlje je definirano kao stanje dobrobiti u kojemu pojedinac ostvaruje svoj puni potencijal, u stanju je nositi se s uobičajenim životnim stresovima te može biti produktivan i doprinositi svojoj zajednici (World Health Organization, 2004, prema Bolčević novak i Dvekar - Bešenić, 2021). Kako bi pojedinac bio u potpunosti zdrav, uz tjelesno zdravlje, mentalno zdravlje je neizostavan dio. U tom okviru, djeca su posebno ranjiva skupina jer se njihovi problemi često puta pogrešno tumače ili nisu prepoznati. U obzir treba uzeti kako su mentalni poremećaji rezultat djelovanja različitih bioloških, psiholoških i okolinskih čimbenika (Bolčević Novak i Dvekar – Bešenić, 2021), te je stoga pogrešno takvu djecu smatrati loše odgojenima, lijenima ili razmaženima. Osvrnuvši se na školsku praksu, roditelji su skloni prekrivati djetetove probleme u ponašanju mentalnim poremećajima ponajviše iz razloga što često smatraju kako je to rezultat neadekvatnog odgoja i roditeljskih postupaka.

Nedavno provedeno istraživanje u Zagrebu, u kojem je sudjelovalo više od 22 000 djece, pokazalo je kako je kod 1 od 10 djece (9%) prisutna značajna anksioznost i simptomi depresije. Svako sedmo dijete (15%) suočava se sa značajnom razinom simptoma PTSP – a, odnosno ponašajnim i

emocionalnim problemima koji se javljaju kao posljedica iskustva koje može biti traumatično (Buljan Flander i sur., 2021, prema Bolčević Novak i Dveker – Bešenić, 2021).

Utjecaj pandemije na mentalno zdravlje djece vidljiv kroz svakodnevne životne situacije. Društvene mreže u vrijeme pandemije potiču na pridržavanje preventivnih mjera, pružaju savjete i ažuriraju nove informacije. S druge strane, društvene mreže su također izvor dezinformacija, širenja panike i straha. Istraživanja su pokazala kako je povećana gledanost televizije nakon terorističkog napada 11.9.2001. uzrokovala porast broja ljudi s PTSP – om (Post – Traumatski Stresni Poremećaj) i drugim mentalnim poremećajima (Garfin i sur., 2020, prema Imran i sur., 2020). Opravdani je strah kako je razvoj sličnih poremećaja moguć u trenutnoj situaciji kao posljedica prekomjernog korištenja društvenih mreža i drugih elektroničkih medija. Nadalje, prekomjerno korištenje društvenih mreža čini djecu ranjivima i izloženima on – line predatorima, virtualnom zlostavljanju i potencijalno neželjenom sadržaju. (Imran i sur., 2020). Stabilni odnosi djece s odraslima, zasnovani na potpori i ljubavi, pobuđuju kod mlađe djece povjerenje, pozitivan socio – emocionalni razvoj i temelj su za stvaranje čvrstih i stabilnih odnosa u budućnosti (Honig AS, 2002, prema Imran i sur., 2020) No, pandemija je situacija koja uvelike može narušiti takav odnos. Roditelji i/ili skrbnici mogu se, potencijalno, početi bojati za vlastito zdravlje, ekonomsku situaciju na državnoj razini, ali i u vlastitom kućanstvu te za zadržavanje posla i neprekidne opskrbe kućanstva. Opsežna istraživanja su pokazala kako su djeca izuzetno osjetljiva na emocionalno stanje odraslih osoba u svojoj svakodnevnoj okolini (Bolčević Novak i Dveker Bešenić, 2021). Kako je to za djecu izvor sigurnosti i emocionalne stabilnosti, trenutno stanje u svijetu potencijalno narušava djetetovu dobrobit zbog utjecaja kojeg ostavlja na odrasle.

Socijalni kontakt jedan je od najvažnijih razvojnih faktora u djece školske dobi. Iz tog razloga, mnoga djeca mogu osjećati razočaranje i ljutnju zbog otkazanih rođendanskih okupljanja, nemogućnosti igranja i druženja s prijateljima te nemogućnost posjeta drugim članovima šire obitelji kao posljedica preventivnih mjera sprječavanja širenja virusa COVID - 19. Navedena ograničenja kod djece mogu izazvati: frustraciju, nervozu, osjećaj nepripadnosti, nostalgiju i dosadu što može rezultirati problemima u ponašanju.

Proglašenjem pandemije coronavirusa, gotovo sve zemlje zatvorile su vrata obrazovnim ustanovama na neodređeni vremenski period, uključujući i osnovne škole. Zatvaranje osnovnih škola prisililo je djecu da duži vremenski period ostaju kod kuće, što je potencijalno uzrokovalo



povišenu razinu stresa kod roditelja (Hiraoka i Tomoda, 2020). Istraživanje „Relationship between parenting stress and school closures due to the COVID-19 pandemic“ provedeno je u svrhu boljeg razumijevanja stresa u roditelja i njihove reakcije izazvane stresom za vrijeme ove nepredvidljive situacije. Istraživanje pokazuje značajno povišenu razinu stresa kod roditelja za vrijeme pandemije. Navedeni su razlozi: nedostatak vremena za sebe i vremena za opuštanje, kuhanje 3 cjelovita obroka dnevno i uključivanje u djetetov školski rad. Istraživači također nude i moguće solucije u takvoj situaciji: uživanje i najdražoj glazbi i filmu, lagana tjelovježba, bolja komunikacija s ukućanima. Stres kod roditelja može rezultirati i kontrolirajućim roditeljskim ponašanjem, strožim disciplinskim mjerama, ponašajnim problemima kod djece, problemima s privrženosti djeteta i djetetovim osjećajem snižene kompletentnosti (Crnic i Greenberg, 1990; Deater-Deckard, 1998, prema Punjek, 2020). Istraživanje provedeno u Hrvatskoj pokazalo je kako je proglašenje pandemije i zatvaranje škola uzrokovalo porast u broju zlostavljane djece. U razdoblju od siječnja do ožujka 2019. godine prijavljeno je 324 slučajeva kršenja dječjih prava, dok je u istom razdoblju 2020. godine prijavljeno čak 569 slučajeva zlostavljanja djece. (Buljan i sur., 2020)

#### 1.4.3. Izvori stresa tijekom nastave na daljinu

Pandemija coronavirusa utjecala je na obrazovne sustave diljem svijeta. Zatvaranje škola imalo je posljedice na društvenoj razini, na poticanje nejednakosti među učenicima te dovođenje u pitanje učinka učenja u novonastaloj situaciji. Uvedene preventivne mjere socijalne (samo)izolacije za posljedicu su imale prelazak škola na on – line nastavu. „UNESCO je predložio korištenje programa učenja na daljinu i otvorenih obrazovnih aplikacija i platformi koje škole mogu koristiti kako bi se nastava neometano nastavila.“ (Pongračić i sur., 2020, str. 122).

Mrežno učenje počinje se koristiti 90 – tih godina 20. stoljeća korištenjem tehnologije poput videozapisa i audiozapisa. Berge (2009, prema Pongračić i sur., 2020) navodi da mrežna uloga učitelja postaje neformalna i suradnička u virtualnom okruženju i uključuje učenje s osvrtom te sadržaje koje stvaraju korisnici. Jedna od definicija e-učenja je da ono predstavlja primjenu elektroničkih naprava u procesu učenja i podučavanja, uključuje prezentaciju sadržaja učenja putem interneta/intraneta/extraneta, satelita, interaktivne televizije, CD-ROM-ova. (2000, Kaplan-

Leiserson prema Pongračić i sur., 2020). Prednosti ovakvog oblika nastave su: veća fleksibilnost, samostalno određivanje ritma učenja, korištenje novih oblika komunikacijskih kanala i tehnologije, implementacija interaktivnog sadržaja. Nedostaci onakvog oblika provođenja nastave su manjak socijalnog kontakta i socijalna izolacija, tehničke poteškoće i poteškoće kod korištenja tehnologije, manjak motivacije i kreativnosti, implementacija školskog rada unutar kućanstva. Navedene tehničke poteškoće odnose se na digitalnu infrastrukturu i internetsku povezanost. U Europi, većina škola i kućanstava ima dobru digitalnu infrastrukturu, a samim time i pristup internetu. No, tehnologija nije svugdje tako napredna. Pongračić i sur. (2020) ističu procjenu kako u svijetu 826 milijuna učenika nema pristup računalu u kućanstvu, 706 milijuna učenika nema pristup internetu kod kuće, a 56 milijuna učenika nije pokriveno mobilnom 3G ili 4G mrežom. Tijekom krize, obitelji bez pristupa internetu doživljavaju veliki nedostatak.

Hrvatska je zemlja koja je, za vrijeme zatvorenih škola, u nižim razredima osnovne škole (od 1. do 4. razreda) koristila hibridni način odvijanja nastave – putem javne televizije (“Škola na trećem”) u kombinaciji s dodatnim uputama i zadacima učitelja. Komunikacija učitelja sa učenicima, zadavanje zadaće i dodatnih uputstava i pojašnjenja odvijala se pomoću raznih platformi i aplikacija (Zoom, MS Teams, Yammer, Loomen ...). Telekomunikacijske tvrtke su pružile besplatan pristup internetu (putem SIM kartica) učenicima nižeg socioekonomskog statusa.

Obrazovanje pogođeno pandemijom nije prestalo, već je izvedeno u drugom obliku. Novi način izvođenja nastave, on – line nastava, uzrokovao je brojne posljedice za učenike, u prvom redu na mentalno zdravlje. Školska rutina važan je mehanizam kojim se učenici suočavaju s preprekama koje izaziva mentalno zdravlje. Prelaskom na on – line nastavu, takva ustaljena rutina učenika naglo je prekinuta. Osim promjene rutine, prelazak učenika na on – line nastavu za neke je označio izostanak uobičajene pomoći i podrške unutar škole, što se također smatra presudnim za pojedine aspekte mentalnog zdravlja učenika/ica (Lee, 2020, prema Bolčević Novak i Dvekar - Bešenić, 2021). Istraživanje provedeno u Varaždinskim Toplicama pokazalo je kako četvrtina učenika osnovne škole pokazuje najvišu, tj. izrazito povišenu razinu stresa, a 17% ispitanika ulazi u kategoriju izrazito povišene razine depresivnosti (Bolčević Novak i Dvekar – Bešenić, 2021).

Brezičević (2021) navodi kako djeca mogu osjećati povećanu tjeskobu zbog praćenja on – line nastave. Moguće su i poteškoće s održavanjem pažnje i koncentracije dok prate nastavu kod kuće. Uočen je razvoj nelagode i nesigurnosti za vrijeme praćenja on – line nastave. Zbog ne moguće adekvatne komunikacije s učiteljem, kod nekih učenika može doći do ne razumijevanja nastavnog

sadržaja. On – line nastavom izgubljen je niz neverbalnih komunikacijskih znakova, kao što su: ton i visina glasa, izraz lica, kontakt očima, govor tijela. Izostankom ovih znakova, mozak mora puno više raditi kako bi protumačio znakove koje prima, što izaziva dodatni mentalni umor. Sve navedeno kod učenika uzrokuje porast razine stresa.

Povišena razina stresa uočena u vrijeme pandemije uočena je i kod adolescenata. Posavec Vaupotič (2021) navodi sljedeće čimbenike stresa kod adolescenata: mnogo obaveza, donošenje važnih odluka, neočekivane promjene u životu i važni događaji. Trenutna situacija u svijetu nepredvidiva je te ju nije moguće kontrolirati, što je dovelo do povećanja razine stresa kod adolescenata. Istraživanje provedeno u Mariboru, Slovenija, pokazuje najviši postotak učenika koji su iskazali radost prilikom povratka u školu, zatim slijedi strah zbog nemogućnosti predviđanja daljnjeg tijeka događaja. Iako su se učenici veselili ponovnom susretu sa školskim kolegama, uočena je povećana razina stresa i u ovom slučaju čemu su uzrok ispiti, testovi, provjere znanja i svakodnevne nepredvidive informacije.

#### 1.4.4. Pozitivne posljedice nastave na daljinu

2005. godine Europska komisija je postavila osam ključnih kompetencija koje svaki europski građanin treba posjedovati u svrhu napredovanja. To su kompetencije: sposobnost komuniciranja na materinjem i stranim jezicima, izgrađene temeljne kompetencije iz matematike, prirodnih znanosti i tehnologije, digitalne kompetencije, interpersonalne i interkulturalne vještine. (2006, ISPL prema Mehić i Hadžić, 2020). Od velike važnosti ističe se informatička pismenost i vještine, što se pokazalo ključnim u odgojno – obrazovnom procesu u vrijeme pandemije. Brzi razvoj informacijsko komunikacijske tehnologije omogućuje napredak u pedagoškom području, i za učenike i za nastavnike. Nastavnik bez informatičke pismenosti, u današnje vrijeme, smatra se nepripremljenim za izvršavanje zadataka koje je postavila trenutna situacija u svijetu. Kako bi učenici uspješno izvršili zadatke za vrijeme on – line nastave, potrebno je učenike uključiti u aktivno korištenje suvremene tehnologije.

Smatra se kako je ovakav oblik nastave samo početak te prvi susret većine nastavnog osoblja s ovakvim oblikom izvođenja nastave. Potencijalno, digitalizacija obrazovanja će u budućnosti biti razvijenija i primjenjivija.

On – line oblik provođenja nastave pokazao je svoje pozitivne strane. Mehić i Hadžić (2020) navode kao pozitivne strane on – line nastave veliku zainteresiranost učenika, uvid roditelja u stupanj zalaganja i rada njihove djece, a nastavnicima je pružena prilika za dodatan razvoj i napredak. Brezičević (2021) to proširuje i navodi kako nekim učenicima boravak u svom domu uz članove obitelji može pružiti osjećaj sigurnosti i stabilnosti. Takvo okruženje može potaknuti veću produktivnost. Također, neki učenici žrtve su vršnjačkog nasilja, te je za njih on – line nastava bijeg od tjeskobe koju uzrokuje vršnjačko nasilje. Pongračić i sur. (2020) ističu kako je ovakav oblik provođenja nastave moćno oruđe u upravljanju obrazovanjem. Potaknuti ovim iskustvom, prolaskom trenutne situacije, moguće su trajne promjene u obrazovnom sustavu.

## **2. ISTRAŽIVANJE**

### **2.1. Cilj istraživanja**

Cilj istraživanja bio je prikupiti mišljenja učenika o pozitivnim i negativnim aspektima nastave na daljinu za vrijeme pandemije koronavirusa kako bi se dobio dublji uvid u faktore učeničkog nezadovoljstva nastavom, ali i potencijalno pozitivne posljedice takve nastave.

### **2.2. Sudionici**

U intervjuu je sudjelovalo ukupno 12 učenika jedne osnovne škole u Karlovcu. Intervju je održan u petak, 19.2.2021. u jutarnjoj smjeni. Učenicu su u tjednu kada se provodilo ispitivanje dobili obrazac za suglasnost koju su predali roditeljima, a kao znak odobrenja za ispitivanje roditelji su vratili potpisanu izjavu kojom su suglasni da njihovo dijete sudjeluje u intervjuu za potrebe izrade diplomskog rada.

### **2.3. Postupak**

Intervjuirani učenici odgovarali su na 3 glavna pitanja: „Što je bilo najbolje u vezi on – line nastave?“, „Što je bilo najgore u vezi on – line nastave?“, „Što bi radije izabrao/izabrala, odlazak u školu ili on -line nastavu?“. Učenici su odgovarali usmeno, slobodno, bez vremenskog ograničenja. Učenici su opisivali aktivnosti koje su im se sviđale za vrijeme on – line nastave, svoje osjećaje i razmišljanja. Također su nabrojali šta im nije odgovaralo za vrijeme on – line nastave i zašto su se loše osjećali za vrijeme iste. Na kraju intervjua učenici su izabrali između odlaska u školu i on – line nastave uz obrazloženje zašto su izabrali jedno od navedenog.

### **2.4. Rezultati**

Odgovori učenika iz intervjua kategorizirani su i prikazani u tablicama.

Tablica 1. Prednosti nastave na daljinu

	<b>Frekvencija</b>	<b>%</b>
<b>IZBJEGAVANJE STVARI KOJE NE VOLE</b>	<b>18</b>	<b>52.9</b>
Ne treba ići u školu	3	
Mogućnost izbjegavanja predmeta koje ne vole	1	
Ne pisanje testova Nema usmenih ispitivanja	3	
Nije potrebno rano ustajati - Više vremena za spavanje	7	
Kraće trajanje nastave, koja u živo duže traje pa može postati dosadna Smanjio se opseg nastavnih sadržaja Manje posla nego za vrijeme redovne nastave	4	
<b>ZANIMLJIVOST</b>	<b>8</b>	<b>23.5</b>
Zanimljivost korištenja tehnike i aplikacija (Zoom, MS Teams)	4	
Komunikacija putem video poziva	1	
Zanimljive on-line igre koje je učiteljica koristila	1	
Zanimljive domaće zadaće (eksperimenti i sl)	1	
ON-line nastava je više zabava i igra	1	
<b>VIŠE VREMENA ZA OSTALE STVARI</b>	<b>6</b>	<b>17.7</b>
Više vremena za igru i ostale zanimljive aktivnosti	6	
<b>POMOĆ</b>	<b>2</b>	<b>5.9</b>

Uvijek se moglo pogledati u knjige i tako smanjiti stres	1	
Pomoć roditelja	1	

Učenici u najvećoj mjeri (52.9%) kao pozitivne strane on-line nastave navode izbjegavanja stvari u nastavi u živo koje im se ne sviđaju (duže spavanje, manje obveza, manje ispitivanja). Nakon toga slijedi zanimljivost on-line nastave bilo da se to odnosi na njihovo zanimanje za aplikacije, bilo na zanimljive aktivnosti koje im je davala učiteljica (23.5%). Dio učenika navodi da su imali više vremena za druge stvari (17.7%). Dvoje učenika navodi i sigurnost koju im je davala pomoć roditelja i mogućnost konzultiranja knjige.

Tablica 2. Nedostatci nastave na daljinu

	Frekvencija	%
<b>POTEŠKOĆE U ON – LINE NASTAVI</b>	<b>28</b>	<b>43.7</b>
Loša internetska povezanost	4	
Razne tehničke poteškoće (loša kvaliteta videa, audia...)	2	
Nerazumijevanje nastavnog sadržaja	8	
Otežano shvaćanje uputa	7	
Previše vremena provedeno u zatvorenom prostoru	1	
Dosadan nastavni sadržaj	6	
<b>ONEMOGUĆENE STVARI KOJE VOLE</b>	<b>15</b>	<b>23.4</b>
Druženje s prijateljima	12	
Nedostajanje učiteljice	3	
<b>NEGATIVNI OSJEĆAJI</b>	<b>21</b>	<b>32.8</b>

Tuga (nesretni, nezadovoljni ...)	12	
Zbunjenost	6	
Ljutnja	3	

Učenici u najvećoj mjeri (43.7%) navode poteškoće koje su iskusili za vrijeme on – line nastave (nerazumijevanja nastavnog sadržaja, otežano shvaćanje uputa, dosadan nastavni sadržaj, loša internetska povezanost). Dvoje učenika navodi kako su se susretali s tehničkim poteškoćama (loša kvaliteta videa i audia), dok jedan učenik navodi kako je previše vremena proveo u zatvorenom prostoru. Svi ispitani učenici navode kako su bili tužni za vrijeme trajanja on – line nastave, a dio njih navodi prisutne osjećaje zbunjenosti i ljutnje (32.8%) za vrijeme trajanja on – line nastave. Nakon toga slijede stvari koje su učenicima bile onemogućene, a oni ih vole, kao što su druženje s prijateljima i nedostajanje njihove učiteljice (23.4%).

Tablica 3. Izbor između pohađanja škole ili nastave na daljinu

	Frekvencija	%
<b>POHAĐANJE ŠKOLE</b>	12	100
<b>ON – LINE NASTAVA</b>	0	

Između odabira pohađanja nastave u školi ili on – line nastave, svi ispitani učenici navode kako bi uvijek odabrali pohađanje nastave u školi u odnosu na on – line nastavu (100%).

U nastavku slijede opisi intervjua.

J.S. dječak, 2. razred

Učenik ističe kako mu je likovna kultura najomraženiji nastavni predmet, te je sretan jer tijekom nastave na daljinu ne mora sudjelovati u navedenom predmetu. Također kao pozitivni aspekt nastave na daljinu ističi ne dolazak u školu kao ustavu, već mogućnost da sve obaveze izvršava iz



vlastitog doma. Uz navedeno, učenik navodi kako ima više vremena za igru za vrijeme trajanja nastave na daljinu.

Učenik kao negativne aspekte nastave na daljinu, prije svega, ističe dosadu. Nije bio zadovoljan uputama koje su dobivene putem „Škole na trećem“ – nerazumljive su, učiteljica je koristila drugačiji pristup rad, način na koji je tumačila nastavni sadržaj učenik smatra neadekvatnim. Učenik kao veliki problem nastave na daljinu navodi nedostajanje njegove učiteljice. Činjenica da se učenik ne nalazi u učionici, već se cijeli nastavni proces odvija u njegovoj sobi, učenik smatra izrazito nemotivirajućim. Učenik više puta navodi kako se za vrijeme nastave na daljinu osjećao tužno i potišteno jer nije bio u kontaktu sa svojim prijateljima te navodi kako su mu druženja izrazito nedostaju. Učenik smatra kako nastava koja se odvijala na HRT – u nije primjerena, štoviše, dosadna je i matematike nije objašnjenja na njemu primjeren način. Navodi kako su upute koje je dobivao od svoje učiteljice, kroz platformu Teams, puno razumljivije i jasnije te nije imao problema sa izvođenjem i rješavanjem zadataka koje im je učiteljica zadala.

Učenik ističe kako između nastave na daljinu i pohađanja škole bira pohađanje škole. Učenik se dobro osjeća kada ima zadan raspored, red i disciplinu. Navodi kako je u školi sretan, ima prijatelje, voli učiti, najbolje razumije svoju učiteljicu. Smatra da je on – line nastava neorganizirana te izaziva zbunjenost. Negira bilo kakav strah od bolesti ili mogućnosti zaraze.

E.B., djevojčica, 2. razred

Kao pozitivne stavke nastave na daljinu učenica, prije svega, navodi kako je to mogućnost dužeg spavanja. Ne voli jutarnju smjenu i teško se budi ujutro, te kako nastava na daljinu nije počinjala u 8 ujutro, učenica je imala mogućnost dužeg spavanja. Druga pozitivna stavka nastave na daljinu je mogućnost uspostave video poziva. Učenici se svidjela mogućnost organiziranih online sastanaka i poziva koji uključuju kameru te navodi kako joj je bilo zanimljivo isprobavati mogućnosti koje nude određene aplikacije. Također, učenica navodi kako joj se svidjela nastava na daljinu jer je bila doma te na taj način imala majčinu pomoć u trenucima kada bi naišla na poteškoće, što joj je olakšalo proces usvajanja novog nastavnog sadržaja.

Kao negativne strane nastave na daljinu, učenica navodi nemogućnost viđanja prijatelja i nedostatak socijalnog kontakta zbog čega je bila tužna i nesretna. Također, prilikom online

sastanaka koje je organizirala učiteljica, učenica je ponekad imala problema s internet vezom i zvučnim zapisom. Navedene tehničke poteškoće rezultirale su strahom kod učenice da je propustila nešto što je učiteljica rekla, ponekad su joj upute zbog toga bile nejasne, osjećala se loše i sramila se kada bi morala nazvati prijatelje da joj ponove upute (vidljiva velika nelagoda kod učenice tijekom ove teme). Učenica ističe i dosadu kao velik problem nastave na daljinu – određene nastavne sadržaju koje su učenici morali samostalno prolaziti učiteljica izvodi na zanimljiv način te učenici to lakše zapamte i uče s razumijevanjem.

Između nastave na daljinu i odlaska u školu, učenica ipak preferira odlazak u školu. Navodi kako su razlozi za to viđanje i druženje s prijateljima, veća koncentriranost na nastavni sadržaj u učionici, razumljive upute za rad koje dobiva u školi, nastavni sadržaj prezentiran na zanimljiv i kreativan način. Također, učenica ponovno ističe tehničke poteškoće te navodi kako toga u školi nema, u školi uvijek sve čuje i zapiše te je sigurna kako na taj način ne propušta ništa. Navodi kako je škola sigurno mjesto u kojem nema straha od zaraze.

K.V., dječak, 2. razred

Učenik na početku razgovora odmah ističe kako mu se najviše za vrijeme nastave na daljinu svidjela mogućnost dužeg spavanja i ostanka u krevetu. Uz to povezuje činjenicu kako je nastava na daljinu trajala kraće nego redovna nastava u školi. Sukladno tome, učenik je imao više vremena za igru i druženje s obitelji. Kao dobru stranu nastave na daljinu navodi i izostanak testova koji mu stvaraju stres.

Učenik kao najveći nedostatak nastave na daljinu navodi nemogućnost druženja s prijateljima zbog čega je većinu vremena bio tužan, kao i svi ispitani učenici. Smatra kako je „Škola na trećem“ bila loša – učiteljica nije dobro objasnila nastavni sadržaj, nije mu se svidio način rada, bilo mu je dosadno gledati školu na televiziji. Učenik također naglašava kako mu je nedostajala njegova učiteljica te ističe kako su njene upute za rad jasne i razumljive, dok to nije slučaj s učiteljicom na HRT školi.

Učenik navodi kako bi radije pohađao školu nego nastavu na daljinu. Učeniku je jako važan socijalni kontakt, što je naglasio više puta. Smatra kako je nastavni sadržaj bolje objašnjen u školi, svidjaju mu se aktivnosti, zadatci i igre koje se odvijaju u redovnoj nastavi. Jedina stvar zbog koje

ne želi uvijek ići u školu su testovi te ističe kako mu to stvara veliki stres i ponekad se ne osjeća dobro zbog njih. Također, iako su u školi poduzete sve epidemiološke mjere, učenik ponekad razmišlja da bi se mogao zaraziti u školi.

K.V., djevojčica, 2. razred

Učenica kao primarnu prednost on – line nastave navodi mogućnost dužeg spavanja i što nema jutarnje smjene u školi. Također, učenica je tijekom on – line nastave bila sretna jer je imala više slobodnog vremena kojeg je mogla iskoristi za druženje s obitelji i igru sa sestrama. Istaknuto je kako je tijekom on – line nastave učenica dobivala manje količine domaće zadaće u usporedbi s redovitom nastavom te nije bilo provjere znanja što joj se posebno sviđjelo tijekom on – line nastave.

Kao najveću manu on – line nastave učenica ističe tehničke poteškoće. Zbog financijskih ograničenih sredstava (obitelj prima socijalnu pomoć), učenica nije imala adekvatnu opremu za provođenje on – line nastave. Također, u mjestu stanovanja učenice, internetska povezanost nije na razini, te su se stoga javljale brojne tehničke poteškoće koje su se odrazile i na rad učenice. Učenica ističe kako nije uvijek razumjela (ili čula) upute, nastavni sadržaj joj nije bio jasan zbog prekidanja veze te nije mogla pratiti učiteljičino izlaganje, nije znala kako napisati domaću zadaću ili je predati. Učenica navodi kako se zbog toga osjećala loše, imala je osjećaj da zaostaje za ostatkom razreda zbog čega je bila jako tužna. Ističe kako joj je tijekom on – line škole dosta morala pomagati mama i ponekad starija sestra kako bi razumjela nastavni sadržaj ili napisala domaću zadaću.

Upravo zbog navedenih tehničkih teškoća i negativnog utjecaja koje su iste ostavile na učenicu, ona navodi kako bi radije pohađala redovito nastavu, a ne on – line školu. Ističe druženje i komunikaciju s prijateljima te razne aktivnosti, kvizove, didaktičke igre i rad u skupinama koje se mogu provoditi samo u školi te nisu ostvarive u on – line nastavi. Straha od zaraze negira.

S.P., djevojčica, 3. razred

Kao pozitivne strane nastave na daljinu, učenica ističe mogućnost dužeg spavanja i ostanka u krevetu. Također, nije se odmah morala presvlačiti iz pidžame, što joj se jako sviđjelo. Učenica ističe kako je imala više slobodnog vremena kojeg je iskoristila za igru, a također je bila oduševljena i činjenicom da tijekom on – line nastave ne pišu testove. Učenica navodi kako su je se dojmile aplikacije koje su koristili za održavanje on – line nastave, konkretnije Zoom, te kako joj je bilo zanimljivo istraživati koje sve mogućnosti aplikacija nudi.

Kao negativnu stranu nastave na daljinu učenica navodi osjećaj zbunjenosti. Učenica ima određenu rutinu koju voli, a nastava na daljinu joj je poremetila rutinu i izazvala snažan osjećaj nesigurnosti. Učenica, koja je marljiva, radišna, sa uvijek napisanom zadaćom i visokim ocjenama, za vrijeme nastave na daljinu pokazuje zbunjenost i nemogućnost praćenja nastavnog sadržaja. Učenica navodi kako nije bila sigurna je li dobro shvatila upute, kako je riješila domaću zadaću, nije bila sigurna u sebe i svoj rad. U snalaženju tijekom nastave na daljinu veliku pomoć su morali pružiti roditelji. Učenica također navodi kako „Škola na trećem“ na nju nije ostavila dobar utisak – bila je nezanimljiva, loše objašnjen sadržaj, nije mogla prihvatiti da sadržaj objašnjava učiteljica koja nije njezina. Također, uz navedene probleme sa praćenjem, učenica ističe kako je bila tužna zbog nemogućnosti ostvarivanja socijalnog kontakta.

Odabir između nastave na daljinu i pohađanja redovne nastavne za učenicu nije bio težak – uvijek bi izabrala pohađanje nastave u školi. Učenica navodi kako se dobro osjeća u školi, lakše prati nastavni sadržaj i nema nikakvih problema s nerazumijevanjem. Ističe kako jako voli aktivnosti koje rade tijekom nastavnog procesa, što nije bilo moguće za vrijeme nastave na daljinu. Učenica je sretna kada njena učiteljica tumači nastavni sadržaj, voli red i svoju dnevnu rutinu, a također u školi se ima priliku i družiti s prijateljima.

G.K., dječak, 3. razred

Kao pozitivne aspekte nastave na daljinu, učenik navodi ostanak kod kuće. Sviđjela mu se činjenica da sve obaveze može obaviti iz svoje sobe. Također navodi da mu ponekad u školi postane dosadno i zamorno, ponekad mu je teško izdržati cijelu satnicu u školi, a kako je nastava na daljinu vremenski trajala kraće, nije imao takvih problema.

Kao negativni aspekt nastave na daljinu učenik navodi nerazumijevanje nastavnog sadržaja. Učenik se mučio samostalnim usvajanjem sadržaja te mu je zbog toga trebalo puno više vremena za riješiti domaću zadaću nego kada mu je nastavni sadržaj objašnjen u školi. Također, učenik kao najgoru stranu nastave na daljinu navodi nemogućnost druženja s prijateljima – više puta kroz razgovor žali se kako nije mogao viđati svoje prijatelje i koliko mu je bilo teško zbog toga. Za vrijeme trajanja nastave na daljinu učenik naglašava kako je cijelo vrijeme bio jako tužan i ljut zbog nedostatka socijalnog kontakta.

Učenik bira pohađanje nastave u školi najviše iz razloga što ima priliku ostvariti socijalni kontakt s prijateljima, to ga čini sretnim i ispunjenim.

L.V., dječak, 3. razred

Kao jednu od dobrih strana nastave na daljinu, učenik navodi kako nije počinjala rano ujutro (kao nastava u školi) te je zbog toga mogao duže spavati i bio je odmorniji. Također, učeniku se svidjelo što je imao mogućnost ostanka kod kuće te se nije morao oblačiti za školu. Uz navedeno, imao je i više slobodnog vremena nego inače, što je iskoristio za igru i učenje o stvarima koje njega zanimaju.

Kao najveći nedostatak nastave na daljinu učenik ističe dosadu. Ističe kako se nije dovoljno mogao koncentrirati na nastavni sadržaj, bilo mu je nezanimljivo i dosadno. Smatra kako se u školi puno bolje koncentrira i pamti što učiteljica kaže, što nikako nije bio slučaj za vrijeme nastave na daljinu. Također navodi kako se ponekad znao pogubiti u nastavnom sadržaju i imao je osjećaj zbunjenosti, kao da mu nije sve bilo jasno, a nije točno mogao odrediti šta mu to nije bilo jasno. Tijekom nastave na daljinu, učenik nije bio u mogućnosti družiti se s prijateljima, te navodi kako mu je to bilo jako teško. Dosta vremena je proveo razmišljajući o svojim prijateljima te pokazuje kako mu je socijalni kontakt od iznimne važnosti.

Učenik želi radije pohađati nastavu u školi nego nastau na daljinu. Smatra kako u školi ima potreban red i disciplinu koja mu je potrebna za koncentraciju. Slušajući učiteljicu, uz vizualni poticaj, bolje pamti te misli da na taj način bolje nauči. Učenik ističe kako mu je sve puno jasnije kada ide u školu, te naglašava kako su mu u školi prijatelji s kojima želi provoditi vrijeme.

E.Z., djevojčica, 3. razred

Učenica kao pozitivne strane on – line nastave navodi mogućnost dužeg spavanja te više slobodnog vremena za igru. Također misli da je pozitivna činjenica da se ne pišu provjere znanja i to što nema usmenog ispitivanja. Učenica primjećuje kako se za vrijeme nastave na daljinu smanjio opseg obrađenih nastavnih sadržaja.

Kao negativne strane nastave na daljinu učenica, prije svega, ističe nemogućnost druženja i neviđanja prijatelja zbog čega je bila jako tužna. Također navodi kako joj je većina nastavnog sadržaja bila dosadna, ništa ju nije zanimalo na način na koji joj je zanimljivo u školi. Također je ponekad znala iskusiti tehničke probleme u smislu internetske veze, te je zbog toga ponekad došlo do nerazumijevanja nastavnog sadržaja. Učenica ističe kako je za vrijeme nastave na daljinu bila potrebna majčina pomoć jer je bila zbunjena i nesigurna u sebe.

Učenica odabire odlazak u školu u odnosu na nastavu na daljinu. Ističe kako su u školi prijatelji gdje ima mogućnost ostvaraja socijalne interakcije. U školi je nastavni sadržaj puno jasniji, razumljiviji, povezuje se stari i novi nastavni sadržaj te se sve zaokružuje u cjelinu. Učenica jedino ističe kako je trenutno tužna, ne samo u školi, već u svakodnevicu, zbog činjenice da u svijetu prevladava bolest i da svi moramo nositi maske što ju jako rastuži.

L.I., dječak, 4. razred

Učenik, kao pozitivne strane nastave na daljinu, navodi mogućnost dužeg spavanja. Također, učenik je imao puno više slobodnog vremena što je iskoristio za igru s mlađim bratom. Učeniku se tijekom nastave na daljinu svidjela platforma koju je njegova učiteljica koristila – TEAMS. Učenik se jako zainteresirao za proučavanje navedene platforme, zanimalo ga je informatički aspekt nastave na daljinu. Uz navedeno, učenik ističe kako je tijekom nastave na daljinu imao mogućnost, ako nešto nije znao, uvijek pogledati u svoju bilježnicu i knjige – one su mu pružale osjećaj sigurnosti da neće pogriješiti i smanjivale stres.

Kao najveći nedostatak nastave na daljinu učenik navodi nemogućnost druženja s prijateljima i interakcija s njima. Uz to, učenik je imao poteškoća prilikom razumijevanja određenog nastavnog

sadržaja – zbog toga se osjećao loše i nezadovoljno samim sobom. Ponekad se javljao osjećaj zbunjenosti – mislio da je shvatio nešto, no pokazalo se kako to nije točno, te više nije znao u čem je problem i kako to popraviti.

Učenik odabire pohađanje nastave u školi iz razloga što u školi lakše prati nastavni sadržaj, uvijek mu je sve u školi objašnjeno na njemu primjeren način i sadržaj mu je razumljiviji. Također se u školi može družiti s prijateljima što navodi kao veliki plus.

J.M., dječak, 4. razred

Kao pozitivnu stranu nastave na daljinu učenik navodi on –line igre. S učiteljicom su preko linkova koje je ona poslala učenici igrali puno različitih didaktičkih on –line igara za ponavljanje nastavnog sadržaja, što se svidjelo cijelom razredu i to je bilo jako zanimljivo. Učenik također navodi da je bio sretan tijekom nastave na daljinu jer je mogao duže spavati te je imao više vremena za sebe što je iskoristio za igranje.

Kao negativne strane nastave na daljinu učenik, prija svega, ističe tehničke poteškoće i probleme s internetskom vezom. Zbog navedenih poteškoća učenik je imao problema u razumijevanju nastavnog sadržaja, imao je osjećaj zbunjenosti, navodi kako mu se u glavi sve pomiješalo. Sukladno tome, mama mu je puno pomagala za vrijeme on – line nastave (kod redovne nastave u školi mama mu ne pomaže). Također, učenik nije imao mogućnost vidjeti svoje prijatelje i družiti se s njima, zbog čega je često bio ljut i tužan.

Učenik izabire nastavu u školi jer na taj način ne postoje određeni problemi koji su se pojavili za vrijeme nastave na daljinu. U školi su prijatelji, lakše razumije nastavni sadržaj, objašnjeno je na način da razumije sve i učiteljica je puno bolja u školi.

J.D.V, dječak, 4. razred

Kao i ostali učenici navedenog 4. razreda, istaknute su didaktičke online igre kao pozitivna strana nastave na daljinu. Učenik navodi kako mu se jako svidio rad kroz on line igre te mu je na taj način nastava na daljinu bila olakšana. Također, dobivali su za domaći rad razne aktivnosti koje su morali provesti, zabavne eksperimente i pokuse što mu je također bilo jako zanimljivo. Navodi kako

nastavu na daljinu nije u potpunosti doživio baš kao nastavu, već više kroz igre i zabavne aktivnosti. Iz tog razloga, učenik smatra kako je imao manje posla vezano za školu nego za vrijeme redovne nastave. Uza sve, dodatan plus je mogućnost dužeg spavanja jer nastava na daljinu nije počinjala rano ujutro.

Kao negativne strane nastave na daljinu učenik navodi nedostatak druženja. Izražava kako su mu jako nedostajali prijatelji, nije se mogao družiti i ostvariti socijalni kontakt. Navodi kako misli da je previše vremena provodio u zatvorenom prostoru, to je izazivalo osjećaj bespomoćnosti – jako je želio ići na druženja s prijateljima, a to nije bilo moguće. Ističe kako za vrijeme nastave na daljinu nije uvijek shvaćao što se od njega očekuje, nastavni sadržaj mu nije bio jasan te se dosta oslanjao na majčinu pomoć. Navodi kako „Škola na trećem“ za njega nije bilo dobro iskustvo – to nije njegova učiteljica i smatra kako mu ona nije dobro objasnila nastavni sadržaj. Smatra kako bolje pamti i zaključuje za vrijeme redovne nastave, te je prilikom povratka u školske klupe zamolio svoju učiteljicu da mu ponovno objasni nastavni sadržaj koji je bio prikazan u „Školi na trećem.“

Učenik, kao i svi ostali ispitanici, radije odabire odlazak u školu na nastavu. Razlozi: u školi su prijatelji s kojima se može družiti, njegova učiteljica najbolje objasni nastavni sadržaj, u školi se osjeća ugodno, motiviran je za rad, može se dobro koncentrirati na ono što se radi, lakše shvaća i povezuje nastavne sadržaje u cjelinu.

V.P., dječak, 4. razred

Učenik kao pozitivnu stranu nastave na daljinu navodi zanimanje za informatički aspekt. Učenika je sa zanimanjem proučavao platformu „Teams“ koju je koristila učiteljica, čak je i sam imao priliku organizirati jedan sastanak. Jako mu se svidjela komunikacija putem video poziva. Također, učenik iskazuje kako je imao više slobodnog vremena, te misli kako je imao manje školskih obaveza, te se mogao posvetiti sadržajima kojima je htio te vlastitim interesima.

Učenik kao negativne strane nastave na daljinu ističe nemogućnost viđanja i druženja s prijateljima. Poneka mu nastavni sadržaj nije bio razumljiv te je tražio pomoć roditelja. Uz nastavni sadržaj i obaveze koje je zadala učiteljica, učenikovi roditelji su mu doma još dodatno



zadavali zadatke i knjige za čitanje, što inače ne rade za vrijeme nastave u školi, te je zbog toga učenik bio dosta nesretan.

Učenik izabire pohađanje nastave u školi, prije svega, zbog mogućnosti druženja s prijateljima. Također, učenik se dosta otvorio i priznao da ima simpatiju koju viđa u školi te je to još jedan razlog zašto mu je u školi bolje nego doma. Uz navedeno, u školi lakše prati nastavni sadržaj, jasno mu je što je od njega traži i nema problema s razumijevanjem sadržaja ili zadatka, kao za vrijeme nastave na daljinu.

## **2.5. Rasprava**

Kao posljedica novonastale situacije na svjetskoj razini uzrokovane pandemijom i obrazovni se sustav morao adaptirati. Posljedice navedenoga bile su velike promjene podjednako za učenike i njihove roditelje. Cilj ovog istraživanja bio je ispitati kako učenici nižih razreda osnovne škole percipiraju pozitivne i negativne strane nastave na daljinu.

Provedeno istraživanje pokazalo je kako učenici izvještavaju o više negativnih nego pozitivnih posljedica nastave na daljinu.

### Negativne posljedice

Najveći problem nastave na daljinu je nedostupnost adekvatne opreme u kućanstvima. Velik broj učenika navelo je audio – vizualne probleme prilikom izvođenja nastave na daljinu. Posljedica navedenog je otežano razumijevanje sadržaja i nemogućnost kontinuiranog praćenja nastave što rezultira izražavanjem negativnih emocija kod djece usmjerenih na proces nastave. U kratkom vremenu dobivenom za prilagodbu, nije za očekivati potpunu ispravnost i funkcionalnost novog modela izvođenja nastave. Učitelji trebaju pokazati razumijevanje i suosjećanje te se usmjeriti na individualni napredak i dodatno obrazovanje koje zahtijeva nastava na daljinu. Također, prosvjetne vlasti trebale bi napraviti plan kako poboljšati tehničke uvjete i za učitelje i za učenike u slučaju da se nastava na daljinu ponovi. Također, budući da su učenici zbog nastave na daljinu provodili puno vremena u kući, trebalo bi planirati više aktivnosti na otvorenom uz poštivanje epidemioloških mjera.

Pokazalo se kako hibridni model nastave na daljinu kojeg je koristila Hrvatska ima dosta mjesta za napredak. Velike probleme u manje razvijenim mjestima izazivala je mrežna nepovezanost. Sva djeca nisu bila u mogućnosti pristupiti internetu te su na taj način bila zakinuta za nastavu koja se odvijala tim putem. S obzirom na nedovoljnu razvijenost telekomunikacijske infrastrukture u Hrvatskoj, nemoguće je govoriti o unapređenju ovog modela nastave s obzirom da svi učenici nemaju osnovne uvjete za nastavu na daljinu.

Osim tehničkih problema, zbog nemogućnosti odlaska u školu izostao je socijalni kontakt između djece što je uzrokovalo stres, tjeskobu, tugu i ponekad ljutnju. Učenicima drugog i trećeg razreda sigurno je teško bilo shvatiti da više ne mogu vidjeti svoju učiteljicu i svoje prijatelje iz razreda. Važno je djeci napomenuti kako trenutačno stanje u svijetu zahtjeva izostanak socijalnog i bliskog kontakta, no kako to ne traje zauvijek. Potrebno je stvoriti pozitivnu i ugodnu atmosferu u kućanstvu, unaprijediti komunikaciju i poticati realno i istinito razmišljanje o stanju u svijetu u vrijeme pandemije.

Cilj većine roditelja je zaštititi djecu od stresa i drugih negativnih čimbenika koji utječu na život današnje djece. Nažalost, nisu sve situacije podložne kontroli. Stoga, Ginsburg (2020) navodi 7 načina izgradnje otpornosti kod djece:

Model samosvijesti – najbolji utjecaj na djecu moguće je postići kroz usmjeravanje kako je u redu ne biti savršen. To je moguće postići oprostivši samome sebi na greškama i pronaći dobro u sebi. Roditelji ne trebaju k

Oslobađanje emocija – djeci je potrebno pokazati zdrave načine iskazivanja emocija. Potrebno je poticati komunikaciju, vođenje dnevnika i zapisivanje vlastitih misli, kreativnost, tjelovježbu, meditaciju ili potencijalno molitvu. Važno je djetetu pokazati kako je roditelj tu za njega kako bi porazgovarali o problemima i frustracijama koje dijete iskaže.

Smirenost – uz već prethodno spomenuto komuniciranje, ljudi jedni prema drugima iskazuju neverbalne signale kojima smiruju druge u svojoj prisutnosti. Djeci je potrebno pokazati privrženost, potporu i ljubav kako bi ostali smireni u stresnim situacijama.

Realističnost i iskrenost – poželjno je da roditelj prizna kada nešto ne zna, i navede kada nešto zna. Zajedno sa djetetom, roditelj može potražiti određenu informaciju koja će educirati i roditelja i dijete te pridonijeti boljem razumijevanju problema.

Ne opterećivati se stvarima koje ne možemo promijeniti – potrebno je preuzeti kontrolu. Situacije u kojima se nađemo nisu uvijek podložne kontroli, ali zato je moguće kontrolirati vlastite reakcije u određenim situacijama.

Pokazati zahvalnost – u teškim trenucima, teško je biti pozitivan. Važno je pronaći stvari koje potiču sreću i zadovoljstvo. Dokazano je kako zahvalnost čini ljude sretnijima i zdravijima, na fizičkoj i mentalnoj razini. Uz sretnog i zadovoljnog roditelja, dijete je također sretno.

Konekcija – utješna je spoznaja da se ne nalazimo sami u nekoj situaciji. Povezivanje s drugima pridonosi osnaženju. Važno je za dijete da učio pozitivne strane povezivanja s drugima u stresnim situacijama.

### Pozitivne posljedice

Uz spomenute probleme prouzročene nastavnom na daljinu, važno je naglasiti i pozitivne aspekte novog obrazovnog modela. Za učenike je to značilo da mogu u većoj mjeri izbjegavati stvari koje ne vole, primjerice nisu morali ići u školu, rano ustajati i bilo je manje ispitivanja. Ali, osim ovih stvari navodili su i neke koje su važne za bolji proces obrazovanja. Tako navode zanimljivost korištenja tehnike i aplikacija, zanimljive on-line igre koje je učiteljica koristila a on-line nastava im je bila i zabavna.

Pretpostavka je kako je nastava na daljinu nastava budućnosti. Udaljivši se od tradicionalne nastave, model izvođenja nastave na daljinu pruža učenicima mogućnost učenja otkrivanjem, potiče istraživačku nastavu, usmjerava učenike na logičko zaključivanje, učenici samostalno razlučuju bitno od nebitnog, razvija informatičke vještine i sposobnosti. Sve navedeno pozitivno utječe na učenikovo samopouzdanje koje ga ohrabruje i motivira, a rezultat je stvaranje pozitivne slike o sebi kao osnove za daljnji napredak i usavršavanje.

### **3. ZAKLJUČAK**

1. Učenici u većoj mjeri navode negativne nego pozitivne posljedice nastave na daljinu u vrijeme pandemije.
2. Kad su u pitanju negativne posljedice učenici najčešće navode poteškoće u on-line nastavi, nedostatak socijalnog kontakta kao i negativne emocije koje su doživljavali.
3. Od pozitivnih posljedica učenici u najvećoj mjeri navode da su mogli izbjeći stvari koje ne vole, da je nastava bila zanimljiva, da su imali više vremena za druge stvari te da su uvijek mogli dobiti pomoć.
4. Svih 12 ispitanih učenika složilo se kako bi radije pohađali nastavu u školi u odnosu na nastavu na daljinu.

#### 4. LITERATURA

Babyn, PS., Chu, WC., Tsou, IY., et al. (2004). Severe acute respiratory syndrome (SARS): chest radiographic features in children. *Pediatric Radiology*, 34(1), 47 – 58.

Bolčević Novak, V., Dvekar – Bešenić, G., (2021), Mentalno zdravlje učenika, *Varaždinski učitelj- digitalni stručni časopis za odgoj i obrazovanje*, 4(6), 533 – 543.

Brdar, B., Rijavec, M. (1996). Suočavanja sa stresom zbog loše ocjene - Konstrukcija upitnika. *Društvena istraživanja*, 4-5 (30-31), 599 – 617.

Brdar, B., Rijavec, M. (1998). *Što učiniti kad dijete dobije lošu ocjenu*. Zagreb: IEP

Brežičević, T., (2021), Utjecanje online škole na mentalno zdravlje tinejdžera, Nastavni zavod za javno zdravstvo Brodsko-posavske županije,

<http://zzjzbpz.hr/images/stories/OVISNOSTI/2021/Utjecaj-online-kole-na-mentalno-zdravlje-tinejdера.pdf> (25.7.2021.)

Buljan Flander, G., Prijatelj, K., Roje Đapić, M., (2020), Children Behind Closed Doors Due to COVID-19 Isolation: Abuse, Neglect and Domestic Violence, *Archives of Psychiatry Research*, 56, 181 – 192.

Folkman, S., Stanley Lazarus, R. (2004). *Stres, procjena i suočavanje*. Jastrebarsko: Naklada Slap

Gingsburg, K. (2020). 7 Ways to Build Resilience in Children During COVID-19, *Psychology Today*, <https://www.psychologytoday.com/us/blog/raising-resilient-children-and-teens/202007/7-ways-build-resilience-in-children-during-covid-19> (21.7.2021.)

Gopalan, R., Habas, K., Haque, M., Majumder, AA., Nasim, T., Nganwuchu, C., Rahman, S., Shahzad, F., (2020), Resolution of coronavirus disease 2019 (COVID-19), *National Library of Medicine*, <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32749914/> (22.7.2021.)

Hadžić, N., Mehić, A., (2020), Online nastava – Nastava budućnosti, *Acta geographica Bosniae et Herzegovinae*, 13, 83 – 101.

Hiraoka, D., Tomoda, A. (2020), Relationship between parenting stress and school closures due to the COVID-19 pandemic, *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, br. 9, 497 – 498

Imram, N., Pervaiz, Z., Zeshan, M., (2020). Mental health considerations for children & adolescents in COVID-19 Pandemic, *Pakistan Journal of Medical Science*, 36, 67 – 72.

Kalebić – Maglica, B. (2006), Spolne i dobne razlike adolescenata u suočavanju sa stresom vezanim uz školu. *Psihologijske teme*, 15, 1, 7 – 24.

Lacković – Grgin, K. (2000). *Stres u djece i adolescenata*. Jastrebarsko: Naklada Slap

Muslić, Lj. (2020), Psihološki aspekti pojave koronavirusa, Hrvatski zavod za javno zdravstvo, <https://www.hzjz.hr/priopcenja-mediji/psiholoski-aspekti-pojave-koronavirusa/> (22.7.2021.)

Pongračić, L., Tonković, A., Vrsalović, P., (2020), Djelovanje pandemije Covid-19 na obrazovanje diljem svijeta, *Časopis za odgojne i obrazovne znanosti Foo2rama*, 4, 121 – 134.

Posavec Vaupotič, B., (2021), Stres kod učenika za vrijeme pandemije, *Varaždinski učitelj-digitalni stručni časopis za odgoj i obrazovanje*, 4(6), 435 – 445.

Punjek, L., (2020). *Školovanje na daljinu tijekom pandemije koronavirusa i doživljaj roditeljstva majki osnovnoškolske djece* (urn:nbn:hr:131:099559) [Diplomski rad, Filozofski fakultet Sveučilišta u Zagrebu]. Repozitorij Filozofskog fakulteta Sveučilišta u Zagrebu.

Stojčević, A., Rijavec, M. (2008). Provjera djelotvornosti programa učenja strategija suočavanja sa stresom zbog loše ocjene u osnovnoj školi. *Napredak*, 149 (3), 326 – 338.

Tang, J., Wang, W., Wei, F. (2020). Updated understanding of the outbreak of 2019 novel coronavirus (2019-nCoV) in Wuhan, China. *Journal of Medical Virology*, 92(4), 441 – 447.

### Izjava o izvornosti diplomskog rada

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

Handwritten signature of Lea Grčić in blue ink, written over a horizontal line.

(vlastoručni potpis studenta)