



**Mirjana Dobrić, prof., psiholog-savjetnik  
Srednja škola Mate Blažine Labin**

# školske novine

## **Izazovi online nastave (iskustva iz prakse)**

Prije godinu dana suočili smo se sa pandemijom neviđenih razmjera koja je ušla u naše živote, promijenila kvalitetu života, način našeg rada i naše komunikacije, a nažalost postoji još velika neizvjesnost oko pitanja trajanja ugroze za naše fizičko i mentalno zdravlje.

U kontekstu novog načina rada, prelaska na online nastavu nastavnici i učenici su se našli pred mnoštvom novih izazova, obrazovnih i psihičkih. Kao psihički izazovi kod nastavnika su se pojavila pitanja: Što se očekuje od mene u drugačijem radnom okruženju, što očekujem od sebe, od učenika, mogu li se prilagoditi novim neizvjesnim uvjetima rada, kako ću sačuvati socijalnu bliskost sa učenicima, mogu li prepoznati potrebe i probleme učenika i onih najranjivijih, kako ću savladati strah u neizvjesnim životnim uvjetima, kako ću ohrabrivati i davati podršku učenicima?

Učenici su se također trebali suočiti s brojnim psihičkim izazovima: Imam li dovoljno motivacije i interesa za učenje u drugačijim uvjetima rada, kako ću savladati strah i neizvjesnost vezanu za život u „novo normalnim uvjetima, što se očekuje od mene, što očekujem od sebe, da li ću moći udovoljiti očekivanjima drugih, kako ću se nositi s anksioznošću, strahom, depresijom, nedostatkom druženja s vršnjacima i prijateljima, strahovima od gubitka, izolacije, samoizolacije i bolesti svojih bližnjih?

Nastavnici i učenici su suočeni i s mnogobrojnim obrazovnim izazovima. Izdvojiti ću samo neka od mnogobrojnih pitanja koja brinu nastavnike: Imam li dovoljno znanja i digitalnih kompetencija, kako ću zadržati ili povećati kvalitetu poučavanja, hoću li se snaći na novim obrazovnim platformama u kratkom vremenu, hoću li uspjeti realizirati ishode poučavanja, kako ću vrednovati? Učenike brine: mogu li aktivno pratiti sedam različitih predmeta dnevno, kako ću se s time nositi, mogu li savladati dodatne zahtjeve vezane za digitalnu pismenost, imam li adekvatne tehničke mogućnosti?

Online nastava donosi niz poteškoća u kojima učenici i nastavnici nose najveći dio tereta. Adolescencija kao razvojni period za mladu osobu donosi niz velikih promjena u

psihološkom funkcioniranju sa složenim zadatkom usklađivanja sa sobom, svojom okolinom i završetkom potrage za svojim identitetom.

U pandemiji koja doprinosi disfunkcionalnosti života u kojoj mladi nemaju optimalnih uvjeta za zdrav rast i razvoj uz stalno prisutnu ugrozu vlastitog zdravlja i zdravlja svojih bližnjih, povećavaju se problemi mentalnog zdravlja koji se manifestiraju kroz porast depresije, anksioznosti, bezvoljnosti, manjku koncentracije, apatije. Manjak neposredne komunikacije i druženja sa vršnjacima koji imaju važnu ulogu u životu mlade osobe pridonosi i nemogućnosti adekvatnog razvoja socijalno – emocionalnih vještina (komunikacijskih vještina, empatije, samoregulacije emocija). Učenici često ističu da uvijek ista dnevna rutina, sjedenje ispred ekrana, bez događaja „uživo“ kao što su svakodnevna druženja, susreti, različite nastavne i izvannastavne aktivnosti, terenska nastava, izleti, „doživljaj nesudjelovanja“ koji traje već godinu dana potiču njihovo nesudjelovanje, pad motivacije i koncentracije.

Dodatno otežavaju i situacije izolacije ili samoizolacije u toku nastavnog procesa u kojima su pojedini nastavnici i učenici bili čak i nekoliko puta.

Rezultati istraživanja prof. dr. sc. Petra Bezinovića i školskih psihologa Istarske županije o Iskustvima učenika s online nastavom u prva tri tjedna početka online nastave već prije godinu dana ukazuju na stres učenika radi preopterećenosti, neizvjesnosti, straha, poremećenih socijalnih kontakata, frustracije zbog nametnutih ograničenja u kojoj ističu smanjenu fizičku aktivnost, osjećaj bespomoćnosti, tjeskobe i depresije.

U tako promijenjenim obrazovnim i životnim uvjetima pravi je izazov stručnim suradnicima, nastavnicima i ostalima pronaći načine pružanja cjelovite podrške učenicima u zaštiti njihovog mentalnog zdravlja. Stoga ustrajemo da i u tako promijenjenim okolnostima kontinuirano istražujemo kako se učenici osjećaju, kako se snalaze, što im predstavljaju najveće teškoće, ne samo u procesu učenja, već i u prilagodbi života i rada u ovom kriznom periodu. Tražimo suradnju, pomoć i mišljenje njihovih roditelja, te zajednički raspravljamo i tražimo najbolje moguće puteve za osiguravanje podrške za zdrav i produktivan razvoj mladih. Pri tome smatramo da su mladima važne uz formalno obrazovanje i životne lekcije, rasprave o pravim životnim vrijednostima, pripadnosti, pomaganju, pravednosti, sigurnosti, suradnji, povezanosti, povjerenju i fleksibilnosti, pri čemu se mi kao nastavnici uz roditelje javljamo kao važni modeli za učenje odgovornih načina zadovoljavanja potreba.

Važno nam je pomoći učenicima da steknu bolju kontrolu u procesu učenja kroz poticanje njihovih stavova i ideja što bi još moglo poboljšati proces poučavanja. Pomaže i jasan stav nastavnika kako je važno u ovakvim vremenima prilagođavati obrazovne ishode u skladu s onime što učenici mogu realno ostvariti, te da fokus na bitno može omogućiti poticanje ljudskih vrijednosti suosjećanja, solidarnosti kao doprinos razvoju socijalnih vještina (suradnje, pregovaranju, kompromisi, fleksibilnost, povjerenje) i pružanja emocionalne pomoći.

Pri tome je važno voditi računa o mentalnom zdravlju nastavnika kroz snažnu mrežu podrške kolega. Sigurno bi i bolja ekipiranost škola stručnjacima koji se bave mentalnim zdravljem pridonijela povećanju kapaciteta škola, te omogućila kvalitetniju brigu o mentalnom zdravlju mladih.

U ovim kaotičnim uvjetima u kojima živimo i radimo, sada smo više nego ikad pozvani čuvati i osnaživati emocionalne potencijale naših učenika, snažno im dati do znanja da nam je stalo, jer će ih to ohrabriti da preuzmu i svoj dio odgovornosti, ali i voditi brigu o sebi kako bi mogli dati našim učenicima cjelovitu podršku. Time jačamo i njihovo mentalno zdravlje koje je preduvjet razvoja kognitivnih potencijala, obrazovnih postignuća i zdravog razvoja mlade osobe.

Labin, 8. 4. 2021.

Dobrić Mirjana, prof. psiholog-savjetnik